



令和5年度さくらパル事業

【市民大学講座】

薬膳講座～アンチエイジングでいつまでも美しく健康に～

アンチエイジングのサポートになる薬膳を食べながら、美しく健康になれる方法を学んでいきましょう

11月26日(日) さくらパル2階 会議室 10:30～12:00 (受付10:00～)

対象：市民(在学・在勤可)

受講料：500円 持ち物：飲み物・筆記用具

定員：先着20名

申込期間：11月12日(日)10:00～11月25日(土)17:00

申込方法：Web申込にて

※講座受講中、試飲・試食があります。
アレルギーがある方は、事前にさくらパルまでご連絡ください。

講師 霜崎ひろみ先生

・フェミニン望診主宰
・国際薬膳師 上級望診法指導士



←申込用
QRコード

ウキウキウクレレ

～ウクレレでクリスマスソングを弾いてみましょう！～

ウクレレの基礎を楽しく学び、クリスマスソングをマスターしましょう

11月18・25日、12月2・9日 毎週土曜日 全4回
さくらパル1階 音楽練習室 14:00～15:30 (受付 13:30～)

対象：市民(在学・在勤可) 定員：先着20名

受講料：2,000円 ※全4回分 初日(11/18)に徴収 ※ウクレレレンタル代とは別です

持ち物：筆記用具・ウクレレ

※ウクレレレンタルの方：先着7名まで、1回につき500円でレンタルいたしますので事前にご相談ください

(例：1回分のみレンタル→受講料+500円 4回分レンタル→受講料+2,000円)

講師：ウクレレクラブカイルア主宰 LEINA先生

申込期間：11月1日(水)10:00～11月14日(火)17:00

申込方法：さくらパル受付・電話・Web申込にて

申込用→
QRコード



休館日

11月の休館日	12月の休館日
11月 6日(月)	12月 4日(月)
11月20日(月)	12月18日(月)



年末年始休館日

12月29日(金)
～
1月 3日(水)

戸田中央メディックス埼玉(女子ソフトボール)との連携事業



膝痛予防エクササイズ

膝をサポートするトレーニングを実践。

膝周りのケアをして整えよう!

11月4日(土) 10:00～11:30

さくらパル1階 多目的室

ミニ講座あり

対象：市民(在勤可)

費用：300円 ※当日徴収

持ち物：飲み物・うわばき ※動きやすい
服装で

定員：先着20名 お越しください

講師：健康支援センター TMGFit

健康運動指導士 布能 雅也さん

申込期間：10月21日(土)11:30～

11月 3日(金)17:00

申込方法：Web申込・電話・さくらパル受付にて

申込用
QRコード



選手と触れあおう! ソフトボール体験

現役のソフトボール選手にボールの
投げ方や体の使い方を教えてもらえる
チャンス! 未経験者大歓迎です

12月16日(土) 10:00～11:30

さくらパル2階 会議室

対象：市内在住の小学1～4年生(在学可)

費用：300円 ※当日徴収

持ち物：飲み物 ※動きやすい
服装で

定員：先着20名 お越しください

講師：戸田中央メディックス埼玉の

ソフトボール選手

申込期間：12月 2日(土)10:00～

12月15日(金)17:00

申込方法：Web申込・電話・さくらパル受付にて

申込用
QRコード



市民ギャラリー 展示作品募集中

さくらパルの1階多目的室前にある市民ギャラリーは、戸田
市内在住または在勤の方であれば、どなたでも無料で利用
することができます。

ご利用にあたっては申請書の記入が必要となりますので、
以下の点をご了承の上2階窓口までお申し付けください。

- ギャラリーの使用は1日単位で、最大14日間連続使用
ができます。
- 展示品等について、当館では管理上の責任を負えません。
利用者の方は責任をもって管理してください。
- 作品を展示するための額等はご自身でご用意ください。
ピクチャーレールはご利用いただけます。

サークルメンバーの 募集掲示を出してみませんか

さくらパルの多目的室や会議室を利用されているサークル団体
の方は、館内に設置されているメンバー募集用の掲示板を利用
することができます。

掲示場所は、1階多目的室前と2階ラウンジに設置されている
パネルです。

ご利用にあたっては申込書の記入が必要となりますので、2階
窓口までお申し付けください。

- 申込受付後、随時掲示を開始します。
- 掲示期限は設けず、取り下げのお申し出があるまで掲示を
継続します。
- 掲示内容に変更が生じた場合は、窓口までお知らせください。

さくら商店



さくら商店の営業時間

10:00～夕焼けチャイム

※さくらパル休館日・臨時休館日は
お休みです。

夕焼けチャイム

10月1日～3月14日 16:30

戸田市文化会館情報

戸田市文化会館 11・12月の休館・臨時休館日
 11/8(水)・11/9(木)・
 12/13(水)・12/30(土)・12/31(日)

第16回戸田音楽祭メインコンサート 「葉加瀬太郎スペシャルコンサート」

と き/令和6年1月21日(日) 15時00分～
 チケット/全席指定9,000円 ※当日は、いずれも300円増 ※未就学児入場不可
 ※無料託児あり：1歳～小学校入学前まで。
 (1月12日(金)までに要事前申込。先着10名様まで。定員になり次第、締め切らせていただきます。)
 出 演/NH&K TRIO (葉加瀬太郎・柏木広樹・西村由紀江)
 戸田市民先行申込期間(抽選)/10月28日(土) 10時00分～11月12日(日) 18時00分
 ※戸田市民先行は、文化会館ホームページからの申込となります。
 ※戸田市在住者に限りおひとり様1回のみとさせていただきます。
 (2枚まで・同行者についても戸田市在住者に限りです)
 ※申込方法等の詳細は戸田市文化会館ホームページをご確認ください。
 一般発売/11月25日(土) 10時00分～(1回の申込につき4枚まで)
 戸田市文化会館ホームページ
 チケットぴあ(Pコード：252-668)、ローソンチケット(Lコード：73079)
 ※さくらパルおよび戸田市文化会館での電話予約・窓口販売はございません。

戸田市文化会館公式SNS
 SNSで様々な情報を
 発信しています!
 ぜひチェックしてください!



チケット
 申込は
 コチラ



戸田市
 文化会館公式
 ホームページ



サロンコンサートvol. 74

～素敵な演奏を、気軽にお楽しみいただけるロビーコンサート～
 と き/12月3日(日) 15時30分～(約90分)
 会 場/1階エントランスロビー ※入場無料。入場制限を行う場合があります。
 出 演/戸田交響楽団、響友会合唱団 他
 用 費/入場無料
 協 力/戸田市民交響楽協会
 イベントの詳細に関してはチラシをご覧ください。戸田市文化会館までお問合せください。(048-445-1311)



サロンコンサート
 vol. 73より

戸田市 スポーツセンター情報

戸田市スポーツセンター 11・12月の休場・臨時休場日
 11/8(水)・12/13(水)・12/19(火)
 12/30(土)・12/31(日)

★スポーツフェスタ★ 6種目のスポーツを1日で体験できるフェスタを開催します!

ワールドカップで話題になったラグビーをはじめ、ポッチャや車いすラグビーなどのパラスポーツも体験できます。楽しく色々なスポーツにチャレンジできますので、スポーツを始めるきっかけづくりとして、ご家族やお友達と一緒に、お一人でも気軽にご参加ください。
 日 時：令和5年12月9日(土) 10時00分～15時00分
 場 所：戸田市スポーツセンター 第1競技場 持ち物：動きやすい服装・屋内シューズ・飲み物・タオル
 参 加 費：無料 問い合わせ：048-443-3523

★種目紹介★ **車いすラグビー(どなたでも)**
 元日本代表選手の三阪洋行氏も来場!専用のスポーツ車いすに乗って動いてみよう。

ポッチャ(どなたでも)
 カーリングに似たスポーツで、小さな子でも体格差を気にせず楽しめるのが魅力! 熱い頭脳戦が繰り広げられ、思わずハマってしまうかも?

陸上ボート体験(どなたでも)
 ボートを漕ぐ体験ができます。4台のボートを使い、誰が一番早く漕げるのか競争しましょう!

ラグビー(年少～小6)
 今年のワールドカップで話題になったラグビーにチャレンジ! 地元少年チームのコーチが優しく指導します。



テニス(年中～小6)
 ラケットを持ったことがない子や年中さんも大歓迎! ターゲットに向けてボールを打ってみよう!

かけっこ(年中～小6)
 ※要予約、空きがあれば当日先着順で受付。
 かけっこが苦手な子でも大丈夫!
 走り方のコツのミニレッスンが受けられます。

【かけっこ 体験申込方法】 定員：各回10名で10回実施(1回20分)
 抽選申込期間：11月1日～15日 当選発表：11月16日にメールにて配信
 ※戸田市スポーツセンターHP「イベント情報」もしくは上記よりWEB申込

戸田市スポーツ
 センター公式
 ホームページ



スポーツ
 フェスタの
 詳細はこちら



さくらパルからのお知らせ

青少年の居場所

▶ 11月の抽選予約(2024年2月分)で
 当選された方の支払期限は下記の日付となります。
11月30日(木)
 ▶ 粗大ゴミ収集券を販売中です。(1枚400円)

(午後4時から午後7時まで)
 11月 1日(水) 11月15日(水)
 12月 6日(水) 12月20日(水)
 お問合せ：戸田市こども青少年部
 児童青少年課 青少年担当へ
 (☎048-441-1800)

【公共施設予約システム・窓口を停止します】

令和5年12月1日から新しい公共施設予約システムに代わります。
 予約データの引継ぎなど新しいシステムの準備のため、
11月26日(日)午後3時から12月1日(金)午前9時まで、システムが停止します。

詳細はさくらパル
 までお問い合わせ
 下さい。

× 空き状況や予約内容の確認 ができなくなります。
 × 予約の申し込み・取消

11月26日(日)午後5時から12月1日(金)午前9時まで、窓口の下記の取扱いを停止します。

× 施設利用料の支払い・変更・取消 ができなくなります。
 × 予約申し込み(当日予約も受付できません)

以下に該当する利用者の皆様は、**11月26日(日)午後5時まで**に施設利用料の支払いをお願いいたします。
 ○11月の抽選予約を行い、施設利用が当選した方
 ○11月27日(月)～11月30日(木)が支払期限となる方
 ○11月27日(月)～12月1日(金)に施設を利用したい方

⚠ **ご注意**
 ※スマホやパソコンから予約の場合、画面に**支払期限**が記載されています。支払期限が上記に該当する場合はご注意ください。
 ※支払期限までに支払いがなければ、**予約取消**となります。

所在地	〒335-0026 戸田市新曽南3-1-5 新曽南庁舎1・2階	
電 話	048-229-1061 (9:00～19:00)	
F A X	048-447-2055	
E - m a i l	sakurapal@todacity-culturehall.jp	
開館時間	8:30～21:30 (受付時間 9:00～19:00)	
休 館 日	毎月第1・3・5月曜日(祝日は除く)及び12月29日～1月3日 ※上記以外に臨時休館する場合がございます。	
ホームページ	http://www.todacity-culturehall/sakurapal-top.html	さくらパル

【発行】  **さくらパル**
 戸田市新曽南多世代交流館
 公益財団法人 戸田市文化スポーツ財団