

体験することで、はじめて気づくことがあります

防災展示ホール

いつどこで起こるかわからない災害に備え、日頃から災害の正確な知識に基づいた行動力をもつことが大切です。防災展示ホールでは、地震や火災などの災害について、楽しみながら学ぶことができます。

地震体験



震度1～7の地震や東日本大震災などの過去に発生した地震を体験できます。

防災映像シアター



音響演出や映像に合わせて振動する座席など臨場感あふれる災害体験型シアターです。

消火体験



模擬の消火器で天ぷら油火災やストーブ火災を消火します。

防災なんでもポケット



タッチパネル式のパソコン画面でゲームをしながら簡単に防災の基礎知識を学ぶことができます。

煙体験



火災発生時に煙が充満した室内を再現。火災時の正しい避難方法を学べます。

防災学習コーナー



地震発生時の行動や身を守るポイントの紹介や家庭で準備できる非常持出品・備蓄品の展示をしています。

テレビ広報番組 「のびのびシティ さいたま市」



照英さんたちも体験しました

防災展示ホールで火災や地震などの対策のポイントや、意外と知らない住宅用火災警報器の取り扱い方を学ぶ様子を紹介します。

YouTubeでご覧ください。



防災展示ホール

住所 大宮区天沼町1-893
開館時間 9時～16時30分
休館日 月曜日
問合せ ☎648・6511
FAX 648・6530



ひとりで悩んでいませんか？

～「こころ」の相談場所があります～

- 眠れない
- 気持ちが落ち込む
- お酒やギャンブルがやめられない
- 自分を傷つけたくなる
- 死にたい気持ちもある

- ホームヘルプサービスを受けたい
- 自立のために仕事の訓練がしたい
- 発達障害や高次脳機能障害の相談はどこで受けられるの？

相談してもいいのかな…
誰に相談したらいいのかわからない



詳しく知りたいけど、
どこに受診したらよいか
わからない…

こちらで相談できます

心の悩みや、生活上の困りごとについてお話しください。一緒に考えることで、解決できるかもしれません。それぞれの相談窓口が連携して、相談内容に合わせて対応します。



内 容	相 談 窓 口
精神科受診や治療等の相談	精神保健課 ☎840・2223、FAX840・2230
依存症、ひきこもり、思春期等の相談	こころの健康センター ☎762・8548、FAX711・8907
心の不安や悩みの相談	こころの電話 ☎762・8554【月～金曜日の9:00～16:00】
身体と心の健康相談	各区保健センター
発達障害の相談	発達障害者支援センター ☎859・7422、FAX852・3272 ※継続相談は18歳以上の方が対象です。
高次脳機能障害の相談	高次脳機能障害「電話相談」 ☎646・3125【月曜日の9:30～11:30】
自立支援医療制度、 精神障害者保健福祉手帳の申請や相談	各区支援課
障害福祉サービス利用や日常生活など 暮らしに関する相談	各区支援課、各区障害者生活支援センター
夜間・休日の緊急的な精神医療相談 (緊急時のみ)	埼玉県精神科救急情報センター ☎723・8699 【月～金曜日の17:00～翌日8:30、土・日曜日、祝日の8:30～翌日8:30】
自殺対策について	健康増進課 ☎829・1294、FAX829・1967
精神疾患をもつ家族同士の分かち合い	精神障害者相談員 ☎070・2150・5945、☎070・3881・5070 【月～土曜日の10:00～15:00】

※各区役所の代表電話番号は10ページに記載しています。

さいたま市医療ナビをご利用ください

市内の病院・診療所の情報や、医療情報などを検索できます。

HP <http://www.iryu-kensaku.jp/citysaitama/Default.aspx>

さいたま市 医療ナビ

Q 検索

詳しくは、精神保健課(☎840・2223、FAX840・2230)へ。

早めの春を満喫しませんか？

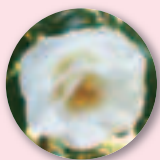


さいたま市園芸植物園

椿品種展

赤・白・ピンクなど、色とりどりの椿が楽しめます。

日時 3月5日(火)～10日(日) 10時～15時



※3月10日の10時からツバキの挿し木苗を先着100人にプレゼントします。

住所 緑区大崎3156-1

交通 浦和駅東口バス乗り場から乗車し、大崎園芸植物園バス停下車 徒歩約5分

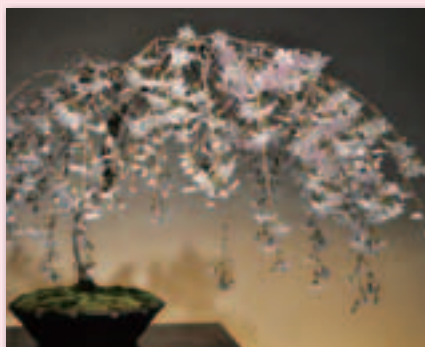
問合せ 農業者トレーニングセンター
☎878・2026、FAX878・2027

大宮盆栽美術館

企画展「春の花もの盆栽展」

可憐な花もの盆栽で、移ろいゆく春の風情が感じられます。

日時 3月15日(金)～27日(水) 9時～16時30分



学芸員によるギャラリートークもあります。

日時 3月16日(土) 13時30分～ ※当日、直接、会場へ。

住所 北区土呂町2-24-3

交通 土呂駅東口から徒歩約5分、大宮公園駅から徒歩約10分

観覧料 一般…300円、高校生・大学生・65歳以上…150円、小・中学生…100円

問合せ ☎780・2091、FAX668・2323
<http://www.bonsai-art-museum.jp/>

桜が咲いたら
見沼たんぼの桜回廊
もおすすめ!

総延長20kmを超える見沼たんぼの日本一の桜回廊

見沼代用水西縁^{べり}、東縁、見沼通船堀に連なるこの桜回廊は、桜の下を散策できる「日本一」長い桜回廊です。この周辺では、公園や緑地などの桜も含めると、5,000本以上の桜を楽しむことができます。

※おすすめのウォーキングコースなど、詳細は見沼たんぼのホームページ(<http://www.minumatanbo-saitama.jp/>)でご覧になれます。

問合せ 見沼田圃政策推進室
☎829・1413、FAX829・1979

