

図書館の催し

○与野図書館(中央区下落合)

☎853・7816 ㊟857・1946

■こども映画会

日時/5月11日(土) 11時～
上映作品/「くじらぐも」11分
「ジャングル大帝 故郷」24分
対象/未就学児～小学生

■おはなしこども会

日時/5月22日(水) 16時～
対象/5歳～小学生

■小さい子向けおはなし会

日時/5月22日(水) 15時30分～
対象/2～4歳の子どもとその保護者

■あかちゃんおはなし会

日時/5月15日(水)22日(水) 10時～
対象/6か月～2歳11か月の子どもとその保護者

定員/各10組(先着順)

申込み/5月9日(木)の9時から、直接又

は電話で与野図書館へ

○与野図書館西分館(中央区桜丘)

☎854・8636 ㊟854・8694

■朗読ライブ ザ 西分館

日時/5月12日(日)11時～
内容/永井 路子 作「出雲お国」
<歴史をさわがせた女たち>より
松本 清張 作「雪舟」
<小説日本芸譚>より

対象/20歳以上

■小さな子のためのおはなし会—わらっこ

日時/5月9日(水) 10時30分～
対象/1～3歳の子どもとその保護者

定員/10組(先着順)

申込み/5月6日(祝)の9時から、直接又
は電話で与野図書館西分館へ

■紙芝居ひろば

日時/5月18日(土) 11時～

対象/3歳～小学生

■おはなし会

日時/5月19日(日) 11時～
対象/2歳以上の子どもとその保護者

○与野南図書館(中央区大戸)

☎855・3735 ㊟855・6173

■えほんの会

日時/5月15日(水) 15時～
対象/2歳～小学生

■あかちゃんおはなし会

日時/5月8日(水) 10時30分～
対象/6か月～2歳11か月の子どもとその保護者

定員/10組(先着順)

申込み/5月3日(祝)の9時から、直接又
は電話で与野南図書館へ

公民館の講座

鈴谷公民館

〒338-0013
鈴谷7-5-11
☎859・7322
㊟859・7323

大戸公民館

〒338-0012
大戸3-14-21
☎832・5495
㊟824・3308

与野本町公民館

〒338-0004
本町西1-14-12
☎853・6007
㊟853・6007

上落合公民館

〒338-0001
上落合6-9-3
☎852・3132
㊟852・3147

下落合公民館

〒338-0002
下落合5-4-17
☎854・3411
㊟854・3411

	名称	日時	対象・定員	費用	申込み
鈴谷	子育てサロン 「りんりん」	5/9(木) 10:00～11:30	0～3歳までの乳幼児 とその保護者・15組	無料	当日、直接同公民館へ
	鈴谷パソコン講座 エクセルを使って 「医療費計算シート」を作ろう	6/12～6/26の毎週水曜日 (全3回) 10:00～12:00	20歳以上でエクセルの 使える方・18人	無料	往復はがきで5/24(金)(必着)まで 応募者多数の場合は抽せん
大戸	～ゲームで遊びながらドイツの文化を知ろう～ Tammoさんのやさしいドイツ語	6/3～6/24の毎週月曜日 (全4回) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人	無料	往復はがきで5/15(水)(消印有効) まで応募者多数の場合は抽せん
	ぷらっとサロン (アートバルーン・キャラクター弁当・ ママのおしゃべりタイム)	6/4～6/18の毎週火曜日 (全3回) 10:00～11:30 キャラクター弁当のみ10:00～12:30	1～3歳の幼児の母親・ 15人(保育1～3歳・18人)	材料費250円 保育保険料 90円	5/14(火)の9時から、費用を持参し 直接同公民館へ(先着順)
本与野	介護予防事業「桑の実学級(前期)」 (菜・健康・フラワーセラピー・易学・歴史)	6/4～7/9の毎週火曜日 (全6回) 10:00～11:30	おおむね60歳以上の方・ 25人	無料	5/16(木)の9時から、 直接同公民館へ(先着順)
上落合	介護予防事業 「若さイッパイ骨盤体操」	6/13～7/4の毎週木曜日 (全4回) 13:30～15:30	市内在住でおおむね 60歳以上の方・25人	無料	往復はがきで5/17(金)(消印有効) まで応募者多数の場合は抽せん
	「快適ライフI」～心と身体のリフレッシュ～ (収納・薬の飲み方・ リラクゼーション・スキンケア)	6/12～7/3の毎週水曜日 (全4回) 10:00～12:00 (6/19のみ13:30～15:30)	市内在住でおおむね 30代～40代の方・30人	無料	往復はがきで5/13(月)(消印有効) まで応募者多数の場合は抽せん
	介護予防事業「さきたまの丘から」 ～幕末動亂の世にそれぞれの義を 貫いた県内ゆかりの人物～	6/7～6/28の毎週金曜日 (全4回) 9:45～11:45	市内在住でおおむね 60歳以上の方・30人	無料	往復はがきで5/10(金)(消印有効) まで応募者多数の場合は抽せん
下落合	親子のふれあいセミナー ベビーマッサージ(2回) ワークショップ(1回)	6/5～6/19の毎週水曜日 (全3回) 10:00～11:30	生後2か月～ハイハイ 前の乳幼児とその保護 者・12組	400円 (マッサージ オイル代)	5/8(水)の9時から、直接また は電話で同公民館へ(先着順)
	エンジョイ!フラ	6/20～7/4の毎週木曜日 (全3回) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人	無料	往復はがきで5/25(土)(消印有効) まで応募者多数の場合は抽せん

◆そのほかの各公民館の学級・講座については公民館だより及びさいたま市のホームページでお知らせしています。

◆直接申し込みの場合、9時の時点で申し込み多数の場合は抽せんとなります。

◆往復はがき(1人1通のみ)には講座名、住所、氏名、(ふりがな)、お子さんの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入してください。

※保育のある講座は、保育希望の有無を記入してください。



中央区保健センター からのお知らせ

母子保健 申し込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象。
各学級の参加は、お一人のお子さんに対して1回のみ。

成人保健 健康相談は電話でも
行っています。

会場名がない事業は、中央区保健センターが会場です。

中央区本町東4-4-3
申込み・問合せは
TEL 853・5251
FAX 857・8529

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
男の健康厨房 はじめてクッキング ～料理の基本にチャレンジ～ 定員 30人(先着順)	6/25(火) 10:00～13:00 与野本町コミュニティセンター	区内在住の男性	調理実習を通して、食生活を見直す。	5/15(水)～

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
母親学級 定員 33人(先着順)	6/6(木)・13(木)・27(木) 13:30～16:00(13日のみ9:45～13:00)	初めてお産する方で出産予定日が H25.7/21～11/16の方	妊娠・出産・育児などについて友達を 作りながら楽しく学ぶ	5/10(金)～
両親学級 定員 20組(先着順)	6/22(土) 9:15～12:00	初めてお産する方で出産予定日が H25.11/16以前の方とその夫	安心して育児ができるような話や、 赤ちゃんのおふろの実習	5/17(金)～
離乳食教室 定員 27人(先着順)	6/26(水) 13:30～14:50	H25年1・2月生まれのお子さんの 保護者	離乳食について楽しく学ぶ	5/20(月)～
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	6/12(水) ① 9:45～10:30 ② 11:00～11:45	H24年1月～H24年6月生まれの お子さんとその保護者	むし歯予防のために規則的な食生活 や正しい歯みがき習慣を身につける	5/14(火)～
育児相談 (乳児期)	5/8(水) ① 9:30～10:30 ② 13:30～14:30 6/4(火) ① 13:30～14:30 ② 9:30～10:30	①奇数月生まれの1歳未満の赤ちゃん ②偶数月生まれの1歳未満の赤ちゃん	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士等による育児相談やその 他心配ごとの相談など	当日、 直接会場へ
育児相談 (1～2歳未満)	5/9(木) ① 9:30～10:30 ② 13:30～14:30	①偶数月生まれの1～2歳未満のお子さん ②奇数月生まれの1～2歳未満のお子さん	※乳児期・幼児期にごきょうだいの いる方は、乳児期・幼児期どちらの 日程にお越しいただいてもかまいま せん。	持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
育児相談 (2歳～就学前)	6/5(水) 9:30～10:30	2歳から就学前までのお子さん		

事業名	日時	内容	申込み
健康相談(予約制)	月～金曜日(祝日を除く) 9:00～16:30	健康に関する相談・体重・体脂肪・血圧測定 歯や口腔の健康に関する相談と歯みがき指導 保健師、管理栄養士による個別の食事・生活相談	事前に必ず電話で 連絡をお願いします。

親子deクッキング ～パパ・ママと朝ごはんをつくらう～

日時…6月2日(日) 10時～13時
内容…親子で楽しく料理をつくりながら食生活を見直し、朝食の
大切さを学ぶ教室
対象…区内在住の3～5歳のお子さんとその保護者
定員…12組(先着順)
申込み・問合せ…5月7日(火)の9時から、
5月24日(金)までに電話または
ファクスで住所・氏名・電話番号
を区保健センターへ



ふたごのつどい

日時…6月17日(月) 10時～11時30分
(受付9時45分～10時)
内容…ふたご以上のお子さんと保護者の方の交流会・座談会
※お子さんも一緒にお連れください。(託児は
ありません)
対象…区内在住の就学前のふたご以上のお子さんとその
保護者
ふたご以上を妊娠している方(妊娠16週～29週)
定員…8組程度(先着順)
※妊婦の方で参加ご希望の場合にはお問い合わせ
ください。
申込み・問合せ…5月9日(休)の9時
から、電話またはファクス
で住所・氏名・電話番号を区
保健センターへ



アロマ・ヨガ教室

日時…6月14日(金) 10時～12時
内容…お子さんと離れて、ヨガでリラックス体験
対象…実施日に1歳未満のお子さんを持つ母親
定員…15人(先着順)
申込み…5月13日(月)の9時から、電話またはファ
クスで住所・氏名・電話番号を区保健セン
ターへ

無料託児あり
15人(先着順)



大切な自分のために、家族のために、
がん検診を受けましょう!