

与野本町児童センター (中央区本町東)

パパと一緒にあそぼう

平日の行事に参加できないパパやママのために、土曜日に開催します。

日時…9月25日(土) 11時～11時30分

対象…幼児とその保護者

問合せ…与野本町児童センター

TEL 855・5655

FAX 855・5669

向原児童センター (中央区下落合)

さわってあそぼう

小麦粉粘土等をさわって遊ぶ時間です。その時により題材が変わります。

日時…9月17日(金)

10時30分～11時30分

対象…幼児とその保護者

問合せ…向原児童センター

TEL・FAX 834・6083

大戸児童センター (中央区大戸)

ハイハイサロン

手遊び、ふれあい遊びなどで、赤ちゃんともママがゆったり遊べます。

日時…9月9日(木)・30日(木)

10時30分～11時15分

対象…4～10か月の乳児とその保護者

問合せ…大戸児童センター

TEL・FAX 831・9536

図書館の催し

○与野図書館(中央区下落合)

TEL 853・7816 FAX 857・1946

■こども映画会

日時/9月11日(土) 11時～

上映作品/「お月さんもいる」(24分)
「おじゃる丸 ちっちゃいものの
大きなちから」(11分)

対象/幼児～小学生

■赤ちゃんおはなし会

日時/9月15日(木)・22日(木) 10時～

対象/6か月～2歳の子どもとその保護者

定員/10組(先着順)

申込み/9月8日(木)9時から、直接又は電
話で与野図書館へ

■小さい子向けおはなし会

日時/9月22日(木) 15時30分～

対象/2～4歳の子どもとその保護者

■おはなしこども会

日時/9月8日(木)・22日(木) 16時～

対象/幼児～小学生

■「ストーリーテリング 入門講座」

日時/9月29日、10月6日・27日、

11月10日の各水曜日 10時～12時

対象/20歳以上(初心者を含む)

定員/20人(先着順)

申込み/9月2日(木)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)

TEL 854・8636 FAX 854・8694

■朗読ライブ ザ 西分館

日時/9月5日(日) 11時～

内容/芥川龍之介・作「蜘蛛の糸」
高山樗牛・作「滝口入道」

対象/20歳以上

■小さな子のためのおはなし会～わらって

日時/9月9日(木) 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/9月7日(火)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/9月18日(土) 11時～

対象/3歳～小学生

○与野南図書館(中央区大戸)

TEL 855・3735 FAX 855・6173

■えほんの会

日時/9月15日(木) 15時～

対象/幼児～小学生

■こども映画会

日時/9月18日(土) 14時～

上映作品/「こぎつねコンとこだめきボン」(21分)
「忍たま乱太郎パート5」(25分)

対象/幼児～小学生

公民館の催し物

鈴谷公民館

鈴谷7-5-11

TEL 859・7322

FAX 859・7323

大戸公民館

大戸3-14-21

TEL 832・5495

FAX 824・3308

与野本町公民館

本町西1-14-12

TEL 853・6007

FAX 853・6007

上落合公民館

上落合6-9-3

TEL 852・3132

FAX 852・3147

下落合公民館

下落合5-4-17

TEL 854・3411

FAX 854・3411

	名 称	日 時	対象・定員	費 用	申 込 み
鈴谷	家庭教育学級 「子育て中の親の教室」	10/1～29の毎週金曜日 全5回	20人 (託児は1～2歳・12人)	1,000円 (託児は別途保 険料150円)	往復はがきで9/13(月)(消印有効)まで 応募多数の場合は抽せん 内容や開始時間等、詳しくは同公民館へ
大戸	公民館介護予防事業「パソコン活用教室」 ～メール・インターネットを楽しむ～	10/1～29の毎週金曜日 全5回 9:30～11:30	おおむね60歳以上の文字 入力ができる方・18人	無料	往復はがきで9/15(水)(消印有効)まで 応募多数の場合は抽せん ※会場はいずれも鈴谷公民館
	パソコン教室 「エクセル入門教室」	10/5～19の毎週火曜日 全3回 9:30～11:30	20歳以上の文字入力 ができる方・18人 (託児は1歳～未就園児・5人)	1,000円 (託児は別途 保険料90円)	
与野本町	介護予防健康体操教室 「ウォーキング」	10/22～11/12の毎週金曜日 全4回 14:00～15:30	おおむね60歳以上の方 20人	無料	9/21(火)9時から、直接同公民館へ
	団塊世代講座 「パソコン教室」	11/8(月)～10(水) 全3回 18:30～20:30	おおむね55歳以上の文字 入力ができる方・18人	CD-R代 1,000円	往復はがきで9/24(金)(消印有効) 応募多数の場合は抽せん
上落合	子育てサロン「ばかばかひろば」	10/18(月) 10:00～11:30	乳幼児とその保護者	無料	当日、直接同公民館へ
	パソコン講座 「年賀状を作ろう」	11/11(木)・12(金) 全2回 13:30～15:30	20歳以上の方・18人		9/28(火)9時から、直接又は電話で 同公民館へ(先着順)
下落合	男の料理教室	10/16(土)・23(土) 全2回 9:30～12:00	20歳以上の男性の方 16人	2,000円	9/13(月)9時から、直接又は電話で同公民館 へ(直接の場合は費用を持参してください)
	親子体操	11/8(月)・15(月) 全2回 10:00～11:00	2～3歳の子どもと その保護者・15組	無料	往復はがきで9/30(木)(必着) 応募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。



中央区保健センター からのお知らせ

母子保健 申込みは、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	日時	対象	内容	申込み
ふたごの集い	10/8(金) 13:30～15:00	就学前の双子以上のお子さんと その保護者	ふたご以上のお子さんを育てている 保護者の方の交流会	9/8(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)	10/7(木)・21(木)・29(金) 13:30～16:00(21日のみ9:45～13:00)	初めてお産する方で出産予定日が H22.11/20～H23.3/18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	9/8(水)～
両親学級 定員 20組(先着順)	10/23(土) 9:15～12:00	初めてお産する方で出産予定日が H23.3/18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	9/13(月)～
離乳食教室 定員 27人(先着順)	10/25(月) 13:30～14:50	H22年5・6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	9/14(火)～
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	10/13(水) ① 9:45～10:30 ② 11:00～11:45	H21年5～10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	9/9(木)～
育児相談 (乳児期)	9/2(木) ① 13:45～15:00 ② 9:00～10:15 10/1(金) ① 9:00～10:15 ② 13:45～15:00	①偶数月生まれの1歳未満の赤ちゃん ②奇数月生まれの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 ※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 いてもかまいません。	当日、 直接会場へ
育児相談 (1歳～2歳未満)	9/3(金) 13:45～15:00 10/4(月) 9:00～10:15	奇数月生まれの1歳～2歳未満のお子さん 偶数月生まれの1歳～2歳未満のお子さん		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)	9/3(金) 9:00～10:15 10/4(月) 13:45～15:00	奇数月生まれの2歳～就学前のお子さん 偶数月生まれの2歳～就学前のお子さん		

事業名	日時	内容	申込み
健康相談(予約制)	月～金(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	事前に必ず電話連絡を お願いします。

コアエクササイズ

バランスボールなどを利用して、コア(体の芯)を鍛える教室です
日時…9月30(木) 14時30分～16時
対象・定員…区内在住の64歳以下の方・
15人(先着順)
申込み…9月24日(金)までに電話又は
ファクスで区保健センターへ



ヘルシー栄養教室

メタボ予防のため食生活を見直してみませんか
日時…10月5日(火) 10時～13時
対象・定員…区内在住64歳以下の方・12人
(先着順)
申込み…9月10日(金)9時から電話又はファ
クスで区保健センターへ



食生活改善推進員養成講座を開催します

食生活を見直し、健康づくりの輪を広げる食生活改善推進
員の養成講座です
日時・会場…右表のとおり(全6回)
対象・定員…食生活改善推進員となってボランティア活
動を行う意欲のある方・100人(先着順)
申込み…9月2日(木)9時から、電話でお住まいの区の保
健センターへ

日時	会場	内容
10/19(火) 9:50～14:30	大宮区役所	講義
10/26(火) 9:50～14:40	保健所	講義
11/2(火) 9:50～12:10	与野体育館	講義・運動実技
11/9(火) 9:50～13:40	大宮・見沼・ 南区保健センター	講義・調理実習
11/16(火) 9:50～14:20	保健所	講義・グループワーク
11/30(火) 9:50～15:30	大宮区役所	講義

今月のブックスタート

問合せ…区支援課 TEL 840・6061 FAX 840・6166 子育て支援課 TEL 829・1271 FAX 829・1935

日時…①9月12日(日) 10時～11時30分 ②9月14日(火) 14時～15時30分 ③9月28日(火) 14時～15時30分 ※時間はいずれも受付時間です。
会場…①子育て支援センターうらわ(浦和区高砂 エイバックスタワー浦和・オフィス東館3F)②③区保健センター(中央区本町東)