

地域包括支援センター

上峰デイサービス体験ツアー

日時/11月8日(土) 14:00~15:30

会場/上峰デイサービスセンター  
(中央区上峰)

定員・費用/20人・無料

申込み・問合せ/

地域包括支援センターきりしき  
☎858・2121

ふれあいのまちづくり講座

～見守りネットワークが目指すもの～

ひとり暮らしの高齢の方等を対象にした地域の見守り活動(在宅福祉活動支援ネットワーク)をさらに発展させるための講座です。市内各地区の活動報告もあります。皆さまの参加をお待ちしています。

日時/11月20日(木) 13時30分~15時30分 会場/中央区役所3階 大会議室

講師/木原孝久氏(住民流福祉総合研究所長) 費用/無料

問合せ/中央区高齢介護課 ☎840・6067

与野地区社会福祉協議会 ☎854・3724

図書館のイベント

○与野図書館(中央区下落合)

☎853・7816 ☎857・1946

■ライブラリー映画会

日時/11月8日(土) 11時~

上映作品/「わんぱくナージャの竜王退治」  
(60分)

対象/幼児~小学生

■おはなし子ども会

日時/11月12日(水)・26日(水) 16時~

対象/幼児~小学3年生

■赤ちゃんおはなし会

日時/11月26日(水) 10時~

対象/0歳~2歳の子どものとその保護者

定員/先着10組

申込/11月12日(水)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/11月9日(日) 11時~

内容/①夏目漱石・作/

〈夢十夜〉より「第七夜」

②内海隆一郎・作/古いシャンソン

対象/20歳以上

■小さな子のおはなし会~わらっこ

日時/11月13日(木) 10時30分~

対象/1歳~3歳の子どものとその保護者

定員/先着10組

申込/11月6日(木)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/11月15日(土) 11時~

対象/3歳~小学6年生

○与野南図書館(中央区大戸)

☎855・3735 ☎855・6173

■えほんの会

日時/11月19日(水) 15時~

対象/幼児~小学生

公民館の催し物

鈴谷公民館 中央区鈴谷7-5-11 ☎859・7322

大戸公民館 中央区大戸3-14-21 ☎832・5495

与野本町公民館 中央区本町西1-14-12 ☎853・6007

上落合公民館 中央区上落合6-9-3 ☎852・3132

下落合公民館 中央区下落合5-4-17 ☎854・3411

	名称	日時	対象・定員	費用	申込み
鈴谷公民館	ベルわくわく講座 「親子料理」	12月6日(土) 10時~13時	小学生とその 保護者12組	1,000円	往復はがきで11月14日(金)(消印 有効)まで 応募多数の場合は抽せん
大戸公民館	ぶらっとサロンⅡ	12月4日(木)・5日(金) 全2回 10時~11時30分	2~3歳児を 持つ親子10組	300円(申込み時) 託児保険料1人30円	11月6日(木)9時から、 直接同公民館へ
	公民館介護予防事業 健康講座 「知っておきたい排尿ケア ~近い、間に合わない…に備える~」	12月9日(火)・16日(火) 全2回 10時~12時	おおむね40歳 以上の方30人	無料	11月11日(火)9時から 窓口・電話にて(先着順)
	人権落語「おとと寄席」	12月13日(土) 10時~11時30分	成人一般50人	無料	11月13日(木)9時から 同公民館にて整理券配布
	大戸公民館まつり	11月30日(日) 9時~15時	日ごろの成果を発表します。ぜひお出かけください。		
与野本町公民館	料理講座 「簡単にできる家庭料理」	12月12日(金) 10時~13時	成人一般20人 託児あり(5ヶ月 以上・人数制限あり)	800円 託児保険料1人30円	往復はがきで11月14日(金)(消印 有効)まで 応募多数の場合は抽せん ※会場:鈴谷公民館
上落合公民館	パーチメントクラフト教室	12月4日(木) 9時30分~11時30分	成人一般25人	1,500円	往復はがきで11月19日(水)(消印 有効)まで 応募多数の場合は抽せん
	サタデーキッズ「親子料理」 ~親子で楽しむクリスマス ケーキづくり~	12月20日(土) 9時30分~12時00分	小学生とその 保護者10組	1組1,500円	往復はがきで11月21日(金)(消印 有効)まで 応募多数の場合は抽せん
	子育てサロン 「ぼかぼかひろば」	11月10日(月)、12月15日(月) 10時~11時30分	乳幼児とその 保護者	無料	当日直接来館してください
下落合公民館	リース作り講座	①11月26日(水)…クリスマスリース作り ②12月3日(水)…お正月リース作り 各回9時30分~11時30分	成人一般 各20人	各2,000円	11月4日(火)9時から、 直接同公民館へ
	お正月花講座	12月23日(火) 10時~11時30分	成人一般 40人	2,600円	11月25日(火)9時から、 直接同公民館へ
	しめ縄飾り講座	12月25日(木) 9時30分~11時30分	成人一般 25人	1,000円	11月11日(火)9時から、 直接同公民館へ

◆直接申し込みの場合、9時の時点で申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、電話番号を記入してください。※託児のある講座の場合は、託児希望の有無・有の場合お子様の氏名(ふりがな)、性別、年齢(〇歳〇か月)も記入してください。



# 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・定員	日時	内容	対象	申込日
<b>母親学級</b> 定員 33人(先着順)	12/2(火)・11(木)・16(火) 13:30~16:00(11木のみ 9:45~13:00)	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	初めてお産する方で出産予定日がH21.1/20~5/18の方	11/10(月)~
<b>両親学級</b> 定員 20組(先着順)	12/13(土) 9:15~12:00	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	初めてお産する方で出産予定日がH21.5/18以前の方とその夫	11/17(月)~
<b>離乳食教室</b> 定員 25人(先着順)	12/12(金) 13:30~14:50	離乳食について楽しく学ぶ	H20年7・8月生まれの赤ちゃんの保護者	11/14(金)~
<b>むし歯予防教室</b> 定員 各10組(先着順)	12/10(水) ①9:45~10:30 ②11:00~11:45	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	H19年7月~H19年12月生まれのお子さんとその保護者	11/13(木)~
<b>育児相談(乳児期)</b>	11/6(木)・7(金) 9:00~10:15 12/5(金)・8(月) 13:45~15:00	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ただいてもかまいません。	1歳未満の赤ちゃん	当日、直接会場へ
<b>育児相談(1歳~2歳未満)</b>	11/6(木) 13:45~15:00 12/5(金) 9:00~10:15		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
<b>育児相談(2歳~就学前)</b>	11/7(金) 13:45~15:00 12/8(月) 9:00~10:15		2歳~就学前のお子さん	

事業名・定員	日時	内容	申込み
<b>健康相談</b>	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。

## 産婦・新生児訪問指導

日時…随時

内容…助産師又は保健師の訪問による育児相談や身長・体重の測定など

対象…生後28日以内の赤ちゃんとその母親(里帰り出産で期間内に市内に居住している方も含む)

申込み・問合せ…母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ投函するか、電話でお住まいの区の保健センターへ



## どこでもシェイプアップ教室

家でもできる「ながら運動」を中心に、シェイプアップとメタボ対策の運動を楽しく身につける教室です

日時…11月28日(金)・12月24日(火)・平成21年1月20日(火)・2月18日(火)・3月23日(月) いずれも13時15分~16時

対象・定員…区内在住の64歳以下の方・各15人

持ち物…動きやすい服装、水分補給のための飲み物、筆記用具、タオル

申込み・問合せ…ご都合の良い日程を選び、電話またはファクスで中央区保健センターへ



問合せ…中央区支援課 TEL 840・6061  
子育て支援課 TEL 829・1271

# ブックスタートをご利用ください!

赤ちゃんとその保護者が絵本を通じて親子のきずなを深められるよう、絵本などが入った「ブックスタートパック」をプレゼントしています。

日時…①11月11日(火) 14時~15時30分  
②11月16日(日) 10時~11時30分  
③11月28日(金) 10時~11時30分  
※時間はいずれも受付時間です

会場…①③中央区保健センター(中央区本町東)  
※中央区保健センターは駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください。  
②子育て支援センターうらわ(浦和区高砂 エイペックスタワー浦和・オフィス東館3F)

対象…市内在住で4か月児健康診査の対象となる乳児とその保護者



申込み…不要(4か月児健康診査の通知に同封された引換券を持参して、直接会場においでください)

※他区の会場でも参加できます。日程等は上記までお問い合わせください。



さいたま子育て

検索