



## 年末年始特別警戒の実施期間

平成16年12月15日(水)～  
平成17年1月3日(月)まで

年末年始は、金融機関の行き帰りをねらったひったくりや一般住宅への空き巣、ねらいなどの犯罪が多発します。  
みなさん自身も被害に遭わないように十分注意しましょう。

## ひったくり防止ポイント

- ・かばんは車道と反対側にしっかり持って歩きましょう。
- ・自転車の前かごには必ず覆いをしましょう。
- ・大金を下ろす場合は車を利用しましょう。

## 泥棒防止のポイント

- ・窓にもドアにも二つ以上のカギを取り付けましょう。
- ・防犯フィルムをはり窓ガラスを強くしましょう。
- ・長期間家を留守にする場合は、近所にひとこと声をかけましょう。

詳しくは、浦和西警察署  
☎854・0110へ。

## 図書館のイベント

### ○与野図書館(中央区下落合)

☎853・7816 ☎857・1946

#### ■おはなしこども会

日時/12月8日(水) 16時～

会場/3階 おはなし室

対象/幼児～小学3年生

#### ■こども映画会

日時/12月11日(土) 11時～

会場/3階 視聴覚ホール

上映作品/「クマのプーさん プーさんと

はちみつ」「クリスマスひかりのメルヘン」

対象/幼児～小学生

#### ■クリスマスこども会

日時/12月18日(土) 13時～

会場/3階 視聴覚ホール

対象/幼児～小学生とその保護者

### ○与野図書館南分館(中央区大戸)

☎855・3735 ☎855・6173

#### ■えほんの会

日時/12月15日(水) 15時～

対象/幼児～小学3年生

### ○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/12月5日(日) 11時～

内容/①中村妙子 訳「サンタクロース  
スっているんでしょうか?」

②戸坂康二 作「夕立と浪人」

対象/一般成人

#### ■クリスマスおはなし会

日時/12月12日(日) 14時～

対象/幼児～小学生とその保護者

#### ■紙芝居ひろば

日時/12月21日(火) 16時～

対象/3歳～小学6年生

※いずれも開始時間までに会場においでください。

### 移動図書館「しらすぎ号」カレンダー

曜日	会場	12月	1月	時間
水	白鷺第一公園	1日	5日	10:10～10:50
	神田会館	15日	19日	11:00～11:40
水	山久保 (パークスクエア浦和)	8日 22日	12日 26日	14:00～14:45

詳しくは、北浦和図書館(☎832・2321)へ。

## 公民館の

## 催し物

与野公民館

〒338-0002中央区下落合6-10-3

☎857・1001

大戸公民館

〒338-0012中央区大戸3-14-21

☎832・5495

与野本町公民館

〒338-0004中央区本町西1-14-12

☎853・6007

上落合公民館

〒338-0001中央区上落合6-9-3

☎852・3132

下落合公民館

〒338-0002中央区下落合5-4-17

☎854・3411

	名称	日時	対象・定員	費用	申込み
与野公民館	初めてのパソコン講座「2月コース」	2月15日(火)～17日(木) 全3回 9時～12時	20人 (託児2歳以上8人)	テキスト代1,000円 託児保険料90円	往復はがきで1月7日(金)(消印有効)まで。応募多数の場合は抽せん。
大戸公民館	健康講座 管足法	1月11日(火)～2月1日(火) 毎週火曜日 全4回 13時30分～15時30分	20人	無料	12月7日(火)直接、同公民館へ。
	ドイツ語入門講座	1月18日(火)～2月15日(火) 毎週火曜日 全5回 9時30分～11時30分	20人	無料	12月14日(火)直接、同公民館へ。
	文学講座「百人一首」	1月20日(木)～2月10日(木) 毎週木曜日 全4回 9時30分～11時30分	20人	無料	12月17日(金)直接、同公民館へ。
	ラッピング教室	1月21日(金) 13時30分～15時30分	20人	1,000円 (申込み時)	12月15日(水)直接、同公民館へ。
与野本町公民館	健康講座「自彊術入門」	1月20日(木)～2月10日(木) 毎週木曜日 全4回 19時～20時30分	20人	無料	12月14日(火)から直接、同公民館へ。
上落合公民館	子育て支援学習会「つどいのひろば」で広がる地域のわ	1月17日(月)・1月24日(月)・2月3日(木) 全3回 10時～12時	「つどいのひろば」に関心があり3回とも参加できる方(30人)10人(1歳半以上未就学児)	無料	12月6日(月)から直接又は電話で同公民館へ。

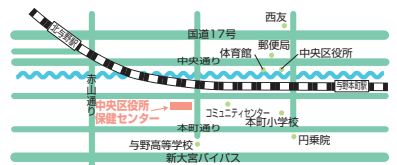
◆申込み・問合せは各公民館まで。 ◆直接申込みの場合、9時の時点で申込み多数の場合は抽せんとなります。

◆往復はがき(1枚につき、1人1講座のみ)には講座名、住所、氏名、電話番号を記入のこと。



# 中央区役所保健センター (中央区本町東4-4-3) からののお知らせ ☎853・5251 FAX 857・8529

- 西区保健センター**  
(西区指扇3743)  
☎620・2700  
FAX 620・2769
- 北区保健センター**  
(北区東大成町2-107)  
☎652・8611  
FAX 652・8121
- 大宮区保健センター**  
(大宮区大門町3-1)  
☎646・3100  
FAX 646・3169
- 見沼区保健センター**  
(見沼区堀崎町12-36)  
☎681・6100  
FAX 681・6169
- 桜区保健センター**  
(桜区道場4-3-1)  
☎856・6200  
FAX 856・6279
- 浦和区保健センター**  
(浦和区常盤6-4-18)  
☎824・3971  
FAX 825・7405



- 南区保健センター**  
(南区別所7-6-1)  
☎844・7200  
FAX 844・7279
- 緑区保健センター**  
(緑区中尾975-1)  
☎712・1200  
FAX 712・1279

※ご利用については区在住の方を対象としています。応募状況などにより、ほかの区の方の参加も可能です。詳しくは、各区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込み・問合せ
両親のための講演会 (要申込) (会場 北区保健センター)	1/15(土) 14:00~15:00	小児科医による親の心構えや赤ちゃんの健康についての話	市内在住の初めてお産をする方とその夫	40組 (先着順)	12/17(金)の9時から、電話で、北区保健センターへ。
産婦・新生児訪問指導 (要申込)	随時	助産師又は保健師の訪問による育児相談	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)	—	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、早めに各区保健センターへ。

## 母子保健

- 下表事業の会場は中央区保健センターです。
- 各学級の参加は、お一人のお子さんに対して1回のみとなります。
- 申し込みは、各指定の申込日の9時から、電話で、中央区保健センターへ(☎ 853・5251)。
- 区内在住の方が対象です。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込日
両親学級 (要申込)	1/15(土) 9:15~12:00	安心して育児ができるような話や、赤ちゃんのおふろ実習	初めてお産をする方で、分べん予定日が平成17年6月18日以前の方とその夫	20組(先着順)	12/16(木)
離乳食教室 (要申込)	1/27(木) 13:30~15:00	離乳食について楽しく学ぶ	おおむね4~5か月の赤ちゃんを持つ保護者 平成16年8・9月生まれ	20人(先着順)	12/8(水)
フッ素塗布と歯みがき指導 (要申込)	1/20(木) ①14:00~15:00 ②15:00~16:00	歯科医師・歯科衛生士によるフッ素塗布と歯磨き指導。	3歳児歯科健診を受けた3歳児とその保護者(3か月以内にフッ素塗布を受けた方は除く)	各25組 (先着順)	12/22(水)
育児学級(乳児期) (要申込)	1/14(金) 13:30~15:30	育児について楽しく学び、友達を作る。	平成16年9・10月生まれの赤ちゃんとその保護者	20組(先着順)	12/13(月)
育児相談(乳児期)	① 12/20(月) 13:15~14:30 ② 12/21(火) 9:00~10:30	身長・体重測定、保健師などによる育児相談やその他心配ごとの相談	1歳未満の赤ちゃん	—	当日、直接、会場へ
育児相談(幼児期)	① 12/9(木) 9:00~10:30 ② 1/7(金) 9:00~10:30		1歳から就学前のお子さん	—	当日、直接、会場へ

## 成人保健

- 健康相談は電話でも行っています。詳しくは中央区保健センターへ(☎ 853・5251)。

事業名	日時	内容	対象・定員	申込・問合せ
ヘルシーライフ教室 (要申込) ~血糖値、体脂肪が 気になりませんか~	1/17(月) 13:15~15:45 1/21(金) 9:55~13:00 1/25(火) 13:15~15:35 (3日間 1コース)	医師による講義、保健師、管理栄養士による問診・測定・運動実技・講義等	糖尿病予防・肥満予防に関心のある方20人	12/14(火)9時から電話で、同保健センターへ。
いこい荘健康相談	12/16(木) 9:15~11:00 老人福祉センター いこい荘	健康に関する相談、血圧測定、尿検査	—	当日、直接、会場へ ※お持ちの方は健康手帳を持参してください
成人健康相談	12/15(水) 10:00~11:00	健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定、尿検査	—	当日、直接、会場へ ※お持ちの方は健康手帳を持参してください
介護家族健康相談	12/15(水) 10:00~11:00	介護者のための健康に関する相談	介護している方	当日、直接、会場へ ※お持ちの方は健康手帳を持参してください
成人歯科健康相談	12/15(水) 10:00~11:00	歯や口腔の健康に関する相談と歯磨き指導	—	当日、直接、会場へ ※お持ちの方は健康手帳を持参してください
生活と食事健康相談 (要申込)	1/19(水) 13:30~15:30	保健師、管理栄養士による個別の食事・生活相談	生活習慣病でお悩みの方 4人(先着順)	12/27(月)までに電話で、同保健センターへ

## うんどう教室

運動指導者とうんどう遊具を使い、腰痛・肩こり予防やつまずいたり、ふらついたりしないようにするための運動習慣を身につける教室です。

- 対象…高齢者の方、体力に自信のない方、運動の苦手な方、どなたでも結構です。

- 動きやすい服装で、当日、直接会場へ(雨天時は中止です)

- 日程…月1回 第2月曜日

会場	日程	時間
与野公園	12/13(月)	14:00~
与野中央公園	12/13(月)	10:30~

※日程が祝日と重なる場合は、変更となります。

