



図書館の催し

■与野図書館休館のお知らせ

与野図書館は、耐震補強工事のため、

平成27年2月28日(土)(予定)

まで休館中です。

休館中の取扱業務などについてご不明な点がありましたら、さいたま市図書館ホームページ(<http://www.lib.city.saitama.jp/>)をご覧ください。与野図書館(☎853・7816)までお問い合わせください。

利用者の皆様にはご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

○与野図書館西分館(中央区桜丘2-6-28)

☎854・8636 ㊟854・8694

■おはなし会

日時/12月6日(土) 11時～

対象/2歳以上の子どもの保護者

■朗読ライブ ザ 西分館

日時/12月14日(日) 11時～

内容/小川 未明 作 「雪くる前の高原の話」
菊池 寛 作 「堀部安兵衛」

対象/20歳以上

■小さな子のおはなし会～わらって

日時/12月11日(木) 10時30分～

対象/1～3歳の子どもの保護者

定員/10組(先着順)

申込み/12月4日(木)の9時から、直接または
電話で与野図書館西分館へ

■紙芝居ひろば

日時/12月20日(土) 11時～

対象/3歳～小学生

○与野南図書館(中央区大戸6-28-16)

☎855・3735 ㊟855・6173

■えほんの会

日時/12月17日(水) 15時～

対象/2歳～小学生(親子可)

■おうちで楽しく読み聞かせ

～応援ガイドダンス～

日時/12月25日(木) 14時～

内容/家庭での読み聞かせが楽しくなるヒントを、実演を交え紹介

対象/幼児・小学生の保護者(親子可)

定員/20人(先着順)

申込み/12月10日(水)の9時から、直接または
電話で与野南図書館へ



【鈴谷公民館】

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

【上落合公民館】

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

【大戸公民館】

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

【下落合公民館】

〒338-0002 下落合 5-4-17
☎・㊟854・3411

【与野本町公民館】

〒338-0004 本町西 1-14-12
☎・㊟853・6007

	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	12/11(木) 10:00～11:30	市内在住の 3歳までの乳幼児と その保護者・30組	当日、直接同公民館へ(先着順)
	健康ウォーキング	1/13～2/10の毎週火曜日 (全5回) 13:30～15:00	市内在住の 65歳以上の方・40人	往復はがきで、12/23(祝)(消印有効)まで、 応募多数の場合は抽選
大戸	冬休み子ども教室 チャレンジ! 書初め	12/25(木)①10:00～12:00 ②13:00～15:00	市内在住の 小学3～6年生・30人	往復はがきで、12/10(水)(消印有効)まで、 応募多数の場合は抽選 時間①、②の希望を記入してください。
	介護予防事業 官足法(足裏マッサージ)	1/14～1/28の毎週水曜日 (全3回) 13:30～15:30	市内在住の 65歳以上の方・20人	※12/17(水)の9時から直接同公民館へ
与野本町	生け花講座 ～正月花を生ける～	12/26(金) 10:00～11:30	市内在住の 65歳以上の方・20人	材料費:1,500円 ※12/9(火)の9時から直接同公民館へ 定員に満たない場合の電話受付は、12/10(水)の9時から
	古典講座 「風姿花伝～世阿弥の生涯と 芸術観をさぐる～」	1/6～1/27の毎週火曜日 (全4回) 9:30～11:30	市内在住の 20歳以上の方・25人	※12/11(木)の9時から直接同公民館へ 定員に満たない場合の電話受付は、 12/12(金)の9時から
	健康講座「ピラティス」	1/8,1/22,2/12,2/26の 各木曜日(全4回) 10:30～12:00	市内在住の 65歳以上の方・25人	※12/10(水)の9時から直接同公民館へ 定員に満たない場合の電話受付は、 12/11(木)の9時から
下落合	はじめての花寿司	1/28(水) 10:00～13:00	市内在住の 20歳以上の方・16人	材料費:1,000円 往復はがきで、12/20(土)(消印有効)まで、 応募多数の場合は抽選
	やさしいダンベル教室 & エアロビクス	1/27～2/10の毎週火曜日 (全3回) 10:00～11:30	市内在住の 20歳以上の方・20人	往復はがきで、12/22(月)(消印有効)まで、 応募多数の場合は抽選

◆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。

◆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、年齢(学年)、電話番号を記入してください。

◆費用額が無い場合は無料です。

※9時の時点で窓口に来館された方が優先で応募者多数の場合は抽選、定員に満たない場合は先着順で電話での受付も行います。

★上落合公民館は11月1日(土)～平成27年2月28日(土)(予定)まで空調設備工事のため、休館中です。



中央区保健センターからのお知らせ

中央区本町東 4-4-3
申込み・問合せは

TEL 853・5251
FAX 857・8529

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。
※育児相談の時間は受付時間です。

成人保健

健康相談は電話でも
行っています。

※会場がない事業は、中央区保健センターが会場です。

事業名・定員	日 時	対 象	内 容	申込み
パバママ学級 (定員 20 組 (先着順))	1/10(土) 9:15~12:30	初めてお産する方で出産予定日が H27.6/18 以前の方とその夫	安心して育児ができるような話や、 赤ちゃんのオムツの替え方・ 抱っこの仕方の実習	12/9(火)~
プレママ教室 ~育児と栄養編~ (定員 33 人 (先着順))	1/15(木) 9:15~13:10	初めてお産する方で出産予定日が H27.2/19 ~ H27.6/18 の方	妊娠中の食生活や妊娠・出産・育児 などについて友達づくりを しながら楽しく学ぶ	12/15(月)~
プレママ歯科教室 (定員 33 人 (先着順))	1/22(木) 13:25~15:30	お産する方で出産予定日が H27.2/19 ~ H27.6/18 の方	歯科医師による口腔 ^{くわう} チェック 歯科衛生士によるブラッシング指導 赤ちゃんのお口のケア	12/15(月)~
育児学級 (定員 35 組 (先着順))	1/20(火) 9:30~11:30	H26年9・10月生まれの 赤ちゃんとその保護者	育児について友達づくりを しながら楽しく学ぶ	12/18(木)~
離乳食教室 (定員 27 人 (先着順))	1/28(水) 13:30~14:50	H26年8・9月生まれの 赤ちゃんの保護者	離乳食について楽しく学ぶ	12/24(水)~
むし歯予防教室 (定員各 10 組 (先着順))	1/14(水) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H25年8月~H26年1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	12/12(金)~
育児相談 (1歳~就学前の お子さん)	12/4(木) ① 9:30~10:30 ② 13:30~14:30	①偶数月生まれの1歳~ 就学前のお子さん ②奇数月生まれの1歳~ 就学前のお子さん	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 持ち物： 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル

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。

ふたごのつどい



- 【日 時】** 1月21日(水) 10時~11時30分
【内 容】 ふたご以上のお子さんとの保護者の方の交流会・座談会
 ※お子さんも一緒にどうぞ(保育はありません)
【対 象】 区内在住の
 ①就学前のふたご以上のお子さんとその保護者
 ②ふたご以上を妊娠されている方(妊娠16~29週)
【定 員】 8組程度(先着順)
【持ち物】 母子健康手帳・筆記用具・バスタオル・おむつの替え
【申込み】 12月19日(金)の9時から、電話で区保健センターへ

ボディメンテナンス



- 【日 時】** 1月21日(水) 14時~15時45分
【内 容】 脂肪を燃焼するコツを楽しく学びます
【対 象】 区内在住のおおむね64歳以下の方
【定 員】 15人(先着順)
【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
【費 用】 無料
【申込み】 12月10日(水)の9時から、電話で区保健センターへ

歩いて開運「与野七福神めぐり」を楽しもう

- 【日 時】** 1月15日(木) 9時30分出発(9時15分集合)
【集合場所】 さいたま新都心駅改札出口
【行 程】 さいたま新都心駅を出発し与野七福神をめぐり
 与野町駅で解散となります。(12時頃解散予定)
【対 象】 どなたでも
【定員・費用】 30人(応募多数の場合は抽選) 300円
【申込み・問合せ】 往復はがき(1枚に3名まで可)に、住所、氏名、年
 齢、電話番号を記入して、12月20日(土)必着まで
 に、〒330-0055 浦和区東高砂町11-1 コムナ
 レ9階 C-02 浦和ガイド会まで
 ☎080・6538・1054
 (月~土曜日 13時30分~15時30分)



12月のうんどう教室(介護予防事業)

公園の運動遊具を使用し簡単な運動を行う教室です。タオルや飲
 み物を持参のうえ、動きやすい服装で、直接会場へお越しください。
 参加費は無料です。

日 程	時 間	会 場
1日(月)・15日(月)	10:00~11:30	与野中央公園
8日(月)	10:30~12:00	与野中央公園
8日(月)・22日(月)	14:00~15:30	与野公園
3日(水)・17日(水)	10:30~12:00	大戸公園

※雨天の場合は、会場変更や中止になる場合があります。

- 【対 象】** おおむね65歳以上の方
【問合せ】 区高齢介護課 ☎840・6067 ☎840・6167