

図書館の催し

●与野図書館(中央区下落合5-11-11)● ☎853-7816 ファク857-1946

■小さい子向けおはなし会

日時●7月13日(水) 10時～

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●7月13日(水) 16時～

対象●5歳～小学生の子どもとその保護者

■こども映画会

日時●7月9日(土) 11時～

上映作品●「みじかくなつたえんぴつくん」
「ふしぎな錦」

対象●4歳～小学生の子どもとその保護者

■夏休み1日おはなし会

日時●7月27日(水)

①おはなし会 11時～

②紙芝居の会 14時～

③おはなし会 15時～

④夕すすみおはなし会 16時～

対象●2歳～小学生とその保護者

(④は大人不可)

■夏休み小学生クラブ

本の紹介

日時●7月22日(金)

①1・2年生向け 10時～10時20分

②3・4年生向け 10時30分～10時50分

③自由研究 11時～11時20分

④5・6年生向け 11時30分～11時50分

対象●小学生

図書館おしごと体験

日時●8月12日(金)

①9時30分～11時30分

②14時30分～16時30分

対象●小学生

定員●各回10人(抽選)

申込み●往復はがき(参加者1人につき1通のみ)に行事名、希望する時間(①・② 第2希望まで記入可)、郵便番号・住所、参加者名(ふりがな)・学年・性別、保護者名(ふりがな)、電話番号を7月12日(火)(必着)までに与野図書館へ

工作教室

日時●8月19日(金) 10時～12時

対象●小学生

定員●15人(先着順)

申込み●7月29日(金)の9時から、電話にて与野図書館へ

●与野図書館西分館(中央区横丘2-6-28)●

☎854-8636 ファク854-8694

■小さな子のためのおはなし会-わらっこ

日時●7月14日(土) 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●7月7日(木)の9時から、直接または電話にて与野図書館西分館へ

■紙芝居ひろば

日時●7月16日(土) 11時～

対象●3歳～小学生とその保護者

●与野南図書館(中央区大戸6-28-16)●

☎855-3735 ファク855-6173

■あかちゃんおはなし会

日時●7月13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●7月6日(水)の9時から、直接または電話にて与野南図書館へ

■えほんの会

日時●7月20日(水) 15時～

対象●2歳～小学生とその保護者

■夏休みこども工作教室

日時●8月17日(水) 10時～12時

対象●小学生

定員●15人(先着順)

申込み●7月27日(水)の9時から、直接または電話にて与野南図書館へ

公民館の講座

鈴谷公民館

〒338-0013 鈴谷7-5-11
☎859-7322 ファク859-7323

上落合公民館

〒338-0001 上落合6-9-3
☎852-3132 ファク852-3147

大戸公民館

〒338-0012 大戸3-14-21
☎832-5495 ファク824-3308

下落合公民館

〒338-0002 下落合5-4-17
☎・ファク854-3411

与野本町公民館

〒338-0004 本町西1-14-12
☎・ファク853-6007

	名 称	日 時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷	夏休み子ども公民館 ①ミニミニ水墨画 夏を描こう ②親子盆栽作成講座 ③クルマとファン時々かざぐるま	①8/2(火) 9:30～12:00 ②8/7(日) 9:00～11:00 ③8/10(水) 10:00～11:30	①小学生・20人 ②小学生と保護者・10組 ③小学生・30人	材料費:①100円 ②2,000円 ①②③共に往復はがきで、7/16(土)(消印有効)まで(抽選)
	子育てサロンりんりん	7/14(木) 10:00～11:30	4歳までの乳幼児とその保護者・30組	当日直接同館へ
大戸	続 素敵な大人に变身! センスアップ教室	8/22～9/5の毎週月曜日 (全3回) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人	往復はがきで、7/25(月)(消印有効)まで(抽選)
	人権講座 「真夏の戸寄席(真打登場)」	8/25(木) 9:30～12:00	どなたでも・70人	7/21(木)～8/12(金)まで、直接、電話又はファクスで(抽選)
与野本町	夏休み子どもチャレンジ講座 空手体験教室	7/26(水) 10:00～11:30	小学生・30人	往復はがきで、7/9(土)(消印有効)まで(抽選)
	夏休み子どもチャレンジ講座 大空高く飛べ手作りヘリコプター	8/1(月) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30 ※午前と午後は同一内容です。	小学生・各回25人	材料費:300円 往復はがきで、7/9(土)(消印有効)まで(抽選) ※希望の回(午前・午後)も記入。第二希望まで記入可。
下落合	親の学習事業 「子どものスマホを考える」	7/30(土) 13:30～15:30	小学校高学年から高校生までの子どもを持つ保護者・20人	7/15(金)(消印有効)までに、往復はがき又はWeb※で(抽選)詳細はお問い合わせください。

※Webとは、さいたま市Webサイト「さいたま市生涯学習情報システム」のことです。

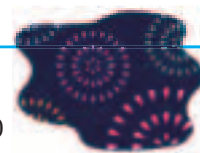
●そのほかの各公民館の学級・講座については公民館だより及びさいたま市のホームページでお知らせしています。

●往復はがき(1人1通のみ)には①講座名・②住所・③氏名(ふりがな)・④性別・⑤電話番号・⑥学年(小学生のみ)を記入してください。お子さんと一緒に参加の場合は⑦お子さんの氏名(ふりがな)・⑧性別・⑨年齢と学年も記入してください。

●費用額が無い場合は無料です。

区役所食堂棟では写真展示を行っております

7月は「夏のイベント」です。ぜひお越しください! 【問合せ】 区総務課 ☎840-6013 ファク840-6160





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。
※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。

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

※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
出産前教室 定員 30組(先着順)	①8/25(木) 9:50~15:30 ②9/10(土) 9:15~12:40 ※全2日間の教室	初めてお産する方で出産予定日が H28.10/21~H29.1/16の方とそ の夫(①は妊婦、②は妊婦と夫)	①妊娠・出産・育児についての話、 調理実習、歯科健診等 ②安心して育児ができるような話や、 赤ちゃんの抱っこ、おむつ交換の実習	7/14(木)~
離乳食教室 定員 27人(先着順)	8/31(水) 13:30~14:50	H28年3・4月生まれの 赤ちゃんの保護者	離乳食の進め方とお口のケア	7/15(金)~
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	8/9(火) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H27年3月~8月生まれの お子さんとその保護者	むし歯予防の話と歯みがき方法	7/8(金)~
育児相談(乳児期)	7/6(水) 9:30~10:30 8/3(水) 9:30~10:30	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 ※乳児と幼児のごきょうだいの方は、乳 児期・幼児期どちらでもお越しいただけ ます。	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
育児相談(幼児期)	7/7(木) 9:30~10:30	1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~金曜日(祝日を除く) 9:00~16:30	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の相談	事前に必ず電話で 連絡をお願いします。

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を開催します。

対象 ■ 市内在住で、食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方
定員 ■ 80人(先着順)

費用 ■ 無料(ただし、会員研修への参加には食材費等の実費がかかります)

申込み・問合せ ■ 7月5日(火)の9時から、電話で区保健センターへ

※時間の変更となる可能性があります。

※1日目と2日目の間に会員研修へ参加していただきます。

1 コース 4日間(※2日目以降は入会者のみ受講)

日 時	会 場	内 容	
1 日目	8月17日(火) 9:50~15:05	浦和区役所 保健センター	講義
会員研修参加期間			
2 日目	11月2日(火) 10:00~15:10	浦和区役所 保健センター	講義
3 日目	11月9日(火) 9:50~11:40	与野本町 コミュニティセンター	講義・ 運動実技
4 日目	11月16日(火) 9:50~14:45	大宮区役所	講義・ グループワーク

非常持出品の中に「歯ブラシ」を!

非常持出品(災害発生時に最初に持ち出すもの)は家族構成を考えて必要な分だけ用意し、避難時にすぐ取り出せる場所に保管しておきましょう。避難所生活では、様々な口腔(くう)ケア用品が不足します。非常持出品に「歯ブラシ」などを入れておきましょう。入れ歯を夜間はずいている方は、入れ歯もすぐ持ち出せるようにしておくといでしょう。

【口腔ケア用品(例)】・歯ブラシ ・歯間ブラシ ・デンタルフロス(糸ようじなど)

・デンタルリンス(マウスウォッシュ) ・口腔ケア用ウェットティッシュ

・入れ歯洗浄剤、入れ歯の保管ケース (参考)公益社団法人日本歯科衛生士会ホームページ



育児で困っていませんか?

- ・子どもの発育・発達に順調か心配...
- ・「イヤイヤ」が強くてうまく対応できない...
- ・お母さんからなかなか離れられない...
- ・お友達とうまく遊べない...
- ・保育園や幼稚園でうまく集団になじめない...
- ・発音がはっきりしない。お話が上手にできない...



・・・など、心配事や困りごとがありましたら、
ひとりで悩まず、区保健センターへご連絡ください。

7月のうんどう教室(介護予防事業)

公園のうんどう器具などを使用し、簡単な運動を行う教室です。帽子、タオル、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。

※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 TEL 840・6068 FAX 840・6167

日程	時間	会場
4日(月)	10:00~11:30	与野中央公園
6日(水)	10:30~12:00	大戸公園
8日(金)	10:00~11:30	八王子公園
11日(月)・ 25日(月)	14:00~15:30	与野公園