

図書館の催し

■特別整理休館のお知らせ

資料の点検作業のため、臨時休館します。
与野南図書館：1月30日(水)～2月2日(金)
 ※与野図書館と西分館については2月号でお知らせします。
 (詳細は館内掲示をご覧ください。)
 ご迷惑をおかけしますが、
 ご理解とご協力をお願いします。

●与野図書館(中央区下落合5-11-11)●

☎853-7816 ファク 857-1946

■こども映画会

日時 ● 1月13日(土) 11時～

上映作品 ● 「赤い靴」10分
 「双子の星」27分

対象 ● 4歳～小学生とその保護者

■あかちゃんおはなし会(1月開催分)

日時 ● 1月24日(水) 10時～
 1月31日(水) 10時～

対象 ● 6か月～2歳11か月の子どもとその保護者

定員 ● 各12組(先着順)

申込み ● 1月17日(水)の9時から、直接
 又は電話にて与野図書館まで

■小さい子向けおはなし会

日時 ● 1月17日(水) 10時～
 1月24日(水) 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 ● 1月17日(水) 16時～
 1月24日(水) 16時～

対象 ● 5歳～小学生とその保護者

■親子で楽しむおはなしの世界

日時 ● 1月20日(土) 11時～

対象 ● 4歳～小学生とその保護者
 (大人だけでの参加可)

内容 ● すばなし

「ねずみのすもう」
 「屋根がチーズでできた家」

■名作映画のつどい

日時 ● 1月28日(日) 13時～
 (開場 12時30分)

上映作品 ● 『半落ち』 122分

監督／佐々部 清
 出演／寺尾 聰 原田美枝子 ほか

対象 ● どなたでも

定員 ● 50人

●与野図書館西分館(中央区桜丘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 ● 1月11日(水) 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 ● 1月8日(月・祝)の9時から、直接
 又は電話にて与野図書館西分館まで

■おはなし会

日時 ● 1月6日(土) 11時～
 2月3日(土) 11時～

対象 ● 2歳～小学生とその保護者

■紙芝居ひろば

日時 ● 1月20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 ● 1月10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 ● 各10組(先着順)

申込み ● 1月5日(金)の9時から、直接
 又は電話にて与野南図書館まで

■えほんの会

日時 ● 1月17日(水) 15時～

対象 ● 2歳～小学生とその保護者

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	ねんりん大学公開講座 新春コンサート (女声4重唱)KTアンサンブル ～いつかどこかで♪心のビタミン～	1/26(金) 14:00～16:00	65歳以上の方・150人	当日直接同館へ
大戸	金融経済入門講座 「安心な老後に備えて」	2/6(水) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人	1/29月(消印有効)までに往復はがきで(抽選) ※会場は鈴谷公民館
	介護保険制度と生活改善	2/7(水) 10:00～11:30	20歳以上の方・20人	1/30(水)までに直接、電話又はファクスで 鈴谷公民館内大戸公民館事務室へ(抽選) ※会場は鈴谷公民館
与野本町	はじめてのタブレット教室	A 1/30(水) B 2/6(水) 各10:00～15:30 (A B 同一内容)	20歳以上の方・各15人	1/10(水)(消印有効)までに往復はがきで(抽選) ※A B のどちらか一方選択、第2希望まで可
	本町っ子ひろばPart 4 (お散歩パンダちゃん(工作)他)	2/15(木) 10:30～11:30	1～3歳の子どもと その保護者・20組	1/25(木)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
下落合	歴史講座 「昔の災害から今を考える」	1/24・31(水) 10:00～12:00 全2回	20歳以上の方・20人	1/12(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)

- 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。
- 往復はがき(1行事につき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年齢(小学生は学年)をご記入ください。
- お子さんと一緒に参加の講座・託児付の講座については⑦お子さんの名前(ふりがな)・⑧性別・⑨年齢・月齢(○歳○ヶ月)・学年もご記入ください。
- 費用の記載が無い場合は無料です。
- 応募者多数の場合は抽選、申込み期間終了後、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。
- 【往復はがき】郵便料金改定(6月1日～)のため、124円のものをお使いください。

今月の交通安全標語 ～平成29年度交通安全標語コンクール入賞作品～

中央区長賞 **手を上げて ここにいるよと しらせよう** 下落合小学校 青木 寧々さんの作品

問合せ さいたま市交通安全保護者の会(母の会)中央支部事務局(区くらし応援室内) ☎840-6027 ファク 840-6162



中央区保健センター からのお知らせ

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

母子保健 申し込みは、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
出産前教室 定員 30組(先着順)	①2/ 8(木) 9:50~15:30 ②2/17(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H30.3/30~7/26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	1/11(木) 9:00~
離乳食教室 定員 27人(先着順)	2/15(木) 13:30~14:50	H29年9・10月生まれの 子どもの保護者	離乳食の進め方とお口のケア	1/12(金) 9:00~
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	2/7(水) ① 9:45~10:30 ②11:00~11:45	H28年9月~H29年2月生まれの 子どもとその保護者	むし歯予防の話と歯みがき方法	1/10(水) 9:00~
育児相談 (乳児期)	1/30(水) 9:30~10:30	1歳未満の子ども	身長・体重測定、保健師・助産師・ 管理栄養士・歯科衛生士による育児や その他心配ごとの相談など ※乳児期と幼児期のごきょうだいの方は、 どちらの日時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)	1/31(木) 9:30~10:30	1歳~未就学児		

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 連絡をお願いします。

食べ物による窒息事故を防ぎましょう

乳幼児、高齢者などでは食べ物による窒息がおきやすいので、次のことに注意しましょう。

- 食べ物は食べやすい大きさにして、よく噛んで食べる
- 食事の際は、なるべく誰かがそばにいて注意して見ている

乳幼児で窒息を起こす原因になった食べ物としては…

ナッツ類、丸いアメ、ブドウ、プチトマト、もち、ちくわ、たくあん、こんにゃく入りゼリー、生のにんじん、棒状のセロリ、リンゴ、ソーセージ、肉片、こんにゃく、ポップコーン、おせんべい、ベビー用のおやつ

…などが報告されています。

〈出典〉内閣府 食品安全委員会ホームページ

健康長寿には歯と口の健康が重要

歯の数が十分あれば、歯を多く失った人より、生存率が1.1~2.7倍高まります。さらに、65歳以上を対象とした追跡調査で、歯数が19歯以下の高齢者は、20歯以上に比べて要介護状態になるリスクが、1.2倍と報告されています。

また、成人を対象とした追跡調査で、歯周病が進んでいる人は、肥満、高血圧、脂質異常等のメタボリックシンドロームの発症が、1.6倍高まることが知られています。健康寿命の延伸には、歯・口の健康を保持することが大切です。



〈出典〉公益財団法人8020推進財団ホームページ

献血にご協力ください

日時 ■ 1月29日(月) 9時30分~11時

内容 ■ 200ml・400ml献血

対象 ■ 16~69歳までの健康な方
 ※65歳以上の方は、60~64歳の間に献血経験がある方に限る

場所 ■ 区役所 1階ロビー

持ち物 ■ 献血手帳・献血カード(お持ちの方)

問合せ ■ 区保健センターへ



出生連絡票をお出してください

保健センターでは、お子さんやお母さんの健康に関することや子育ての相談を行っています。

お子さんの誕生後、産婦・新生児訪問をご希望の方は母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」に記入し、できるだけ早めに、ポストに投函してください。

