

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。
与野図書館：2月4日(月)～8日(金)
西分館：2月12日(火)～14日(木)
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

■あかちゃんおはなし会

日時 ● 1月23日(水) 10時～
1月30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9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9日(水) 10時～
1月23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9日(水) 16時～
1月23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19日(土) 11時～

対象 ● 4歳以上の子どもとその保護者

■こども映画会

日時 ● 1月12日(土) 11時～

上映作品 ● 「ヘンゼルとグレーテル」10分
「3丁目のタマ うちのタマ
知りませんか?」24分

対象 ● 3歳～小学生とその保護者

●与野図書館西分館(中央区桜丘2-6-28)●

☎854-8636 ファク854-8694

■おはなし会

日時 ● 1月5日(土) 11時～
2月2日(土) 11時～

対象 ● 2歳～小学生とその保護者

■小さな子のためのおはなし会-わらっこ

日時 ● 1月10日(木) 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7日(月)の9時から、直接又は
電話にて与野図書館西分館まで

■紙芝居ひろば

日時 ● 1月19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

修繕工事により

平成31年3月31日(日)まで休館

■えほんの会

日時 ● 1月16日(水) 15時～

対象 ● 2歳～小学生とその保護者

会場 ● 鈴谷公民館1階コミュニティルーム

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	歴史講座 「さむらいアメリカに行く」 ～条約調印でアメリカを訪問 したさむらい達～	2/5・12の各火曜日 (全2回) 10:00～11:30	20歳以上の方・30人	1/12(土)までに直接又は電話で(抽選)
大戸	青少年・若者支援講座 パワーポイントで フォトムービーを作ろう	2/6・13の各水曜日 (全2回) 10:00～12:00	16～39歳の方・20人	1/25(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
与野本町	津軽三味線 立春コンサート 「津軽じょんがら節・春の唱歌・ 民謡 他」 本町っ子ひろば Part4 「ひな人形作り・親子体操・ ふれあい遊び 他」	2/1(金) 10:00～12:00 2/22(金) 10:30～11:30	どなたでも・50人 1歳6か月～3歳の子ども とその保護者・20組	1/20(日)までに直接、電話又はWEBで(抽選) 1/31(木)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
上落合	フラワーハーバリウム講座	①2/7(木) ②2/14(木) 10:00～12:00 ※①、②は同一内容	20歳以上の方・各回12人	費用：3,000円(2個分) 1/18(金)(消印有効)までに 希望日を記入のうえ、往復はがきで(抽選)
下落合	レッツウォーキング講座 (託児付き)	2/7・14の各木曜日 (全2回) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人 託児5人(1歳6か月～3歳)	1/20(日)(消印有効)までに 往復はがき又はWEBで(抽選)
	春待ち小麦のクッキング	2/20(水) 10:00～13:00	20歳以上の方・16人	費用：1,000円 1/31(木)(消印有効)までに 往復はがき又はWEB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。
- 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年齢をご記入ください。
託児付き講座で、託児を希望される方は、⑦子どもの名前(ふりがな)・⑧性別・⑨月齢(〇歳〇か月)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】124円のものをお使いください。

今月の交通安全標語 ～平成30年度交通安全標語コンクール入賞作品～

中央区長賞 **ヘルメット だいじないのち まもるため かならずかぶって いきます** 大戸小学校 池下 愛里さんの作品

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

母子保健 申込みは、区内在住の方が対象。
各学級の参加は、子ども一人に対して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。

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

※会場がない事業は、中央区保健センターが会場です。

母子健康手帳の受取りは保健センターで 妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)では、母子健康手帳の発行の他
妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
母子保健	出産前教室 定員 30組(先着順)	①2/28(木) 9:50~15:30 ②3/ 9(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H31.4/26~8/15の方とその 夫(①は妊婦、②は妊婦と夫)	①妊娠中の食生活・調理実習、お口 のケア・歯科健診、育児の話等 ②妊娠・出産・育児の話、夫の妊婦体験、 赤ちゃんの抱っこ・おむつ交換の実習	1/11(金) 9:00~
	離乳食教室 定員 27人(先着順)	2/21(木) 13:30~14:50	H30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	1/10(木) 9:00~
	むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	2/4(月) ① 9:45~10:30 ②11:00~11:45	H29年9月~H30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	1/8(火) 9:00~
	育児相談 (乳児期)	1/23(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 その他心配事の相談など ※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)	1/24(木) 9:30~10:30	1歳~未就学児		

事業名	日時	内容	申込み
成人保健 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。

正月太り解消クッキング

~楽しくクッキングしながら正月太り解消のコツを学びましょう~

お正月においしいものを食べすぎて体重が
気になるあなたへ。おいしい食事で甘やか
してしまった身体に喝を入れる、よく噛む
料理を調理実習を通して学びましょう。



- 内容** ■ 栄養の話・調理実習・試食・歯と口の健康
- 日時** ■ 2月6日(水) 9時45分~12時30分
- 対象** ■ 区内在住の18~64歳の方
- 定員** ■ 15人(先着順)
- 申込み** ■ 1月9日(水)9時から、区保健センターへ

体脂肪・筋肉量測定会

体組成計を使って、体重・体脂肪・
筋肉量・筋肉バランスなどを測定します。

日時 ■ 1月8日(火) 10時~12時
(11時30分受付終了)

対象 ■ 市内在住の方

服装 ■ 裸足になりやすい服装

申込み ■ 当日、直接、区保健センターへ

※妊婦、ペースメーカー等医療機器をご使用の方は測定で
きません。

申込み
不要!



献血にご協力ください

日時 ■ 1月28日(月) 9時30分~11時

内容 ■ 200ml・400ml献血

対象 ■ 16~69歳の健康な方
※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



子どもの歯ブラシによる事故を防ぎましょう

むし歯予防のために、歯みがきは大切な生活
習慣のひとつですが、乳幼児が歯みがき中に
歯ブラシをくわえたまま転倒し、口腔内に歯
ブラシを突き刺す等の事故も発生していま
す。次のことに注意しましょう。



- ☆お子さん自身が歯ブラシを持ってみがく時は、大人
が目を離さない。
- ☆歯みがき時以外は、歯ブラシを持たせない。
- ☆歯ブラシは、お子さんの手の届かないところに置く。