

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(休)
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●2月20日(火) 10時～
2月27日(火) 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●2月12日(火)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●2月20日(火) 15時30分～
2月27日(火) 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●2月20日(火) 16時～
2月27日(火) 16時～
対象●5歳～小学生とその保護者
■こども映画会
日時●2月9日(土) 11時～
上映作品●「ぶんぶくちゃがま」15分
「新立いた赤おに」20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●3月2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●2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

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●2月20日(火) 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	子育てサロン「りんりん」	2/14・28の各木曜日 10:00～11:30 ※2/28(木)は「ひな祭りスペシャル」	0～3歳の子どもと その保護者・30組	当日直接同館へ
	鈴谷公民館文化祭 (鈴谷小管バンド・発表・展示・模擬店)	2/23(土) 10:00～16:00 2/24(日) 10:00～15:30	どなたでも	当日直接同館へ
与野本町	折り紙教室 「中央区の花"バラ"を作ろう」	A 2/26(火) B 3/5(火) 10:00～12:00 ※A、Bは同一内容	20歳以上の方・各回10人	2/15(金)までにA又はBいずれかの日程を記入のうえ、往復はがきで(抽選)
上落合	人権講座 「性の多様性への理解を深める」	2/21(木) 10:00～12:00	20歳以上の方・30人	2/14(木)までに直接、電話、ファクス又はWEBで
	上落合寄席	3/6(火) 10:00～12:00	どなたでも・60人	2/22(金)までに直接、電話、ファクス又はWEBで

- 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。
- 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。
- 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。

無料健康講座 『楽しく実践!みんなで続けよう介護予防』～簡単にできる頭と体の体操を中心に～

講師■地域包括支援センター職員
(看護師、主任ケアマネジャー)

会場■特別養護老人ホームナーシングヴィラ与野1階(中央区本町東)

日時■2月23日(土) 14時～15時30分

問合せ■地域包括支援センター ナーシングヴィラ与野
☎859・5375 ファク857・8532

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～

浦和西警察署長賞 **そのスマホ 事故から守る 機能なし** 与野南中学校 越川 勇輝さんの作品

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	育児学級 定員 45組(先着順)	3/12(水) 9:30~11:30	H30年11・12月生まれの 子どもとその保護者	育児について友達づくりをしながら 楽しく学ぶ	2/5(火) 9:00~
	離乳食教室 定員 27人(先着順)	3/14(木) 13:30~14:50	H30年10・11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	2/6(水) 9:00~
	むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	3/20(水) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H29年10月~H30年3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	2/7(木) 9:00~
	育児相談 (乳児期)	2/14(木) 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)	2/15(金) 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。

産婦・新生児訪問

- 日時** ■ 随時
※土・日・祝休日・年末年始
(12月29日~1月3日)は除く
- 内容** ■ 助産師又は保健師の訪問による
育児相談や子どもの身長・体重
の測定など
- 対象** ■ 生後1か月くらいまでの子どもとその母親(里帰り
出産で期間内に市内に滞在中の方も含みます)
- 申込み・問合せ** ■ 母子健康手帳組み込みの「出生連絡票」訪問
希望「有」に○を付けて投函又は区保健センターへ



「さいたま市医療なび」をご利用ください

「さいたま市医療なび」は、さいたま市の病
院・診療所の情報や、医療に関する情報を提
供するサイトです。 ご自身に合った病院・
診療所が探せる、さいたま市民のためのホ
ームページです。



HP ▶ [さいたま市 医療なび](#) **検索**

口から始まる老化のサインにご注意!

「噛めない食品が増えた」「食べこぼ
す」「むせる」「滑舌が悪くなる」これ
らの症状は口から始まる老化のサイン
です。これらの症状を軽視しないで
ください。
『歯や口の機能低下→低栄養状態
→体力・免疫力低下→寝たきり・要介護状態』というように
全身の虚弱化につながっていきます。もし、口から始まる
老化のサインに心当たりがある場合は、すぐにかかりつけ
歯科医に相談しましょう! お口をよい状態に維持すること
は健康寿命を延ばす重要ポイントなのです。



インフルエンザを予防しましょう

2月はインフルエンザが最も流行しやすい時期で、春先ま
で続くことが多いです。以下の4つに気を付け、インフル
エンザ対策を行いましょう。

- ①ワクチンを接種する
- ②人ごみを避ける
- ③手洗い、うがいの徹底
- ④咳エチケット

咳エチケットとは?

感染症を他人に感染させないため、咳・くしゃみをする
際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、
口や鼻をおさえることです。

HP ▶ [さいたま市 インフルエンザ予防情報](#) **検索**