

図書館の催し

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

■あかちゃんおはなし会

日時 ● 9月11日(水) 10時～10時30分
対象 ● 6か月～2歳の子どものとその保護者
定員 ● 12組(先着順)
申込み ● 9月4日(水)の9時から、直接
又は電話で与野図書館へ

■小さい子向けおはなし会

日時 ● 9月4日(水) 16時～16時30分
10月2日(水) 16時～16時30分
対象 ● 2～4歳の子どものとその保護者

■おはなしこども会

日時 ● 9月11日(水) 16時～16時30分
対象 ● 5歳～小学生とその保護者

■こども映画会

日時 ● 9月14日(土) 11時～11時40分
上映作品 ● 「ウサギとカメ」12分
「猫の事務所」22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 ☎854・8694

■小さな子のためのおはなし会-わらっこ

日時 ● ①9月12日(水) 10時30分～11時
②10月10日(水) 10時30分～11時
対象 ● 1～3歳の子どものとその保護者
定員 ● 10組(先着順)
申込み ● ①9月5日(水)の9時から
②10月3日(水)の9時から
直接又は電話で与野図書館西分館へ

■おはなし会

日時 ● 9月7日(土) 11時～11時30分
対象 ● 2歳～小学生とその保護者

■紙芝居ひろば

日時 ● 9月21日(土) 11時～11時30分
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 ☎855・6173

■えほんの会

日時 ● 9月18日(水) 15時～15時30分
対象 ● 2歳～小学生とその保護者

■あかちゃんおはなし会

日時 ● 9月11日(水) 10時30分～11時
対象 ● 6か月～2歳の子どものとその保護者
定員 ● 10組(先着順)
申込み ● 9月6日(金)の9時から、直接
又は電話で与野南図書館へ

■特別整理休館のお知らせ

資料の点検作業及びプール配管工事のため、臨時休館します。
与野南図書館:9月24日(水)～10月1日(火)
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。

公民館の催し

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	青少年・若者支援事業 「アロマヨガ」託児付	10/24・31の各木曜日 (全2回) 10:00～11:30	18～39歳の方 15人 (託児を希望する方: 1～3歳 15人)	9/20(金)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
	介護予防事業 「歴史講座」 ～幕末の事件と二人の侍の話～	9/19～10/3の毎週木曜日 (全3回) 10:00～12:00	65歳以上の方 30人	9/6(金)までに直接又は電話で(抽選)
大戸	介護予防事業 「東京2020オリンピック今昔物語」	10/2(水) 10:00～12:00	65歳以上の方 25人	9/20(金)までに直接、電話又はファクスで(抽選)
	介護予防事業 「ピラティス講座」	10/7・21・28の各月曜日 (全3回) 10:30～12:00	65歳以上の方 20人	9/27(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
与野本町	スマイルママPart3 離乳食教室(お子様が喜ぶレシピ紹介)	9/18(水) 9:40～11:20 ※会場は与野ひなどり保育園	首の座っている1歳未満 のこどもとその保護者 15組	当日、直接、与野ひなどり保育園 (☎852・4201)へ(先着順)
	八王子中学校美術部作品展	9/6(金)～27(金) 8:30～21:30	どなたでも	申し込み不要。1階ロビーにて展示。
上落合	心と心をつないで(盲導犬との絆)	9/26(水) 10:00～12:00	20歳以上の方 50人	9/20(金)までに直接、電話、ファクス又は WEBで(先着順)
	介護予防事業「歴史講座」	10/2・9の各水曜日 (全2回) 10:00～12:00	65歳以上の方 30人	9/20(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
下落合	男子力Up! 「蕎麦打ちデビュー講座」	10/9(水) 10:00～13:00	20歳以上の男性 12人	費用:700円 9/5(水)～19(水)までに 往復はがき又はWEBで(抽選)
	介護予防事業 「かさもり学級(後期)」	9/27～11/29の毎週金曜日 (全10回) 9:30～11:30	65歳以上の方 20人	9/10(火)(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。
○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。

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～

入賞 **とびだすな まえをよくみる しんごうき** 鈴谷小学校 まわい ゆうだい 澤井 雄大さんの作品

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 ☎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
出産前教室 定員 30組(先着順)	①10/17(木) 9:50~15:30 ②10/26(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R元.12/13~R2.4/2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	9/12(木) 9:00~
	離乳食教室 定員 27人(先着順)	10/11(金) 13:30~14:50	R元.5・6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
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	10/8(木) ①9:45~10:30 ②11:00~11:45	H30.5月~10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	9/6(金) 9:00~
	育児相談(乳児期) 9/4(水) 9:30~10:30 10/3(木)	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) 9/5(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。

みんなあつまれ!親子deたいそう

親子で一緒に体を動かしましょう!

日時 ■ 10月19日(土) 10時~11時45分

対象 ■ 1~3歳の子どもとその父母

※お子さんは一人歩きのできる方に限ります。
お子さん1人につき親1人以上付き添ってください。

定員 ■ 10組(先着順)

申込み・問合せ ■ 9月13日(金)9時から区保健センターへ



朝ご飯を食べよう!~朝ごはんは生活リズムのもと~

人のからだには体内時計と呼ばれるリズムがあるのを知っていますか?体内時計は、一日単位で体の変化をつかさどる大切な機能です。体内時計が自分の「生活リズム」とズレてしまうと、からだにとっては大きなストレスになります。まず朝食をしっかりとって、生活リズムを整えましょう。

非常用持出品の中に「歯ブラシ」を

非常持出品(災害発生時に持ち出すもの)は家族構成を考えて用意し、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、様々な口腔ケア用品が不足するため「歯ブラシ」などを入れておくとういことです。入れ歯を夜間外している方は、すぐ持ち出せる場所に置いておくことで、避難後の生活での不便を減らすことができます。



「六日町山の家」展

今年度で閉館する六日町山の家を偲んで、山の家
の写真や手紙の展示を行います。特産品であるコ
シヒカリを抽選でプレゼントする企画もあります。

日時 9月2日(月)~30日(月)

会場 区役所1階ロビー

問合せ 区総務課 TEL840・6013 FAX840・6160



区民ギャラリーでひと休みしていきませんか

9月はバラのまち中央区アートフェスタ実行委員会主催イベントの紹介
写真展です。また、あわせて過去の「区の花バラの写真コンクール」入賞・
入選作品の展示も行っております。ぜひお越しください。

日時 9月2日(月)~30日(月)

※土・日曜日、祝日を除く8時30分~10時30分、13時15分~17時15分

会場 区役所食堂棟(中央区下落合)

問合せ 区総務課 TEL840・6013 FAX840・6160