

図書館の催し

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

● 与野図書館西分館(桜丘2-6-28) ●
☎854-8636 ☎854-8694

● 与野南図書館(大戸6-28-16) ●
☎855-3735 ☎855-6173

※新型コロナウイルスの影響により、令和2年5月10日(日)まで、全ての催しを中止又は延期します。

詳しくは、図書館ホームページ又は各館へお問い合わせください。

🌐 <https://www.lib.city.saitama.jp/>



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

事業名	日時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷 親の学習事業 「親子プログラミング教室～ビスケットのアプリを使ってゲームを作ろう」 介護予防事業「ねんりん大学」 (仲間づくりは笑いから・バラを楽しむ・世界遺産・ウクレレコンサート他)	4/26(日) 10:00～12:00 ※前半、保護者は子育てについて情報交換	小学生1人とその保護者15組	費用:200円 4/13(月)までに直接、電話又はWEBで(抽選) ※タブレットは公民館で用意します。
	5/8～7/3の金曜日(全6回) 10:00～12:00	65歳以上の方 60人(原則6回参加できる方)	4/8(水)～24(金)に直接、電話又はファクスで(抽選)
大戸 春のコンサート 介護予防事業「菊作り講座」	5/11(月) 10:00～12:00	どなたでも 70人	5/1(金)までに直接、電話又はファクスで(抽選)
	5/14～11/12の木曜日(月1回・全7回) 10:00～12:00	65歳以上の方 20人	費用:2,000円 5/1(金)までに直接、電話又はファクスで(抽選)
与野南町 介護予防事業「桑の実学級」	5/12～11/10の火曜日(全12回) 10:00～12:00	65歳以上の方 30人	4/6(月)～28(火)に直接、電話で(先着順)
上落合 介護予防事業「上落合いきいき学級」前期 (孫に教えたい自然の不思議 他) 知ろう!発達障害	4/30～6/25の毎週木曜日(全9回) 10:00～12:00	65歳以上の方 30人(原則9回参加できる方)	4/17(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
	5/17(日) 10:00～12:00	どなたでも 50人	4/6(月)～5/15(金)に直接、電話、ファクス又はWEBで(先着順)
下落合 親の学習事業「春アロマとハーブとおしゃべりカフェ」(託児付) 陶芸講座「マグカップと春の小皿づくり」	5/14・21の各木曜日(全2回) 10:00～12:00	未就学児の保護者 20人(託児:1～3歳 12人 0歳は同室可)	費用:1,000円 4/23(木)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
	4/25(土) 10:00～12:00	小学生以上の方 20人	費用:700円 4/14(火)(必着)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(小学生は学年)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となる講座について、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。

※新型コロナウイルスの影響により、催しを中止又は延期する場合があります。

詳しくは、市ホームページ又は各館へお問い合わせください。

🌐 <https://www.city.saitama.jp/chuo/001/001/005/index.html>



区民ギャラリーでひと休みしていきませんか

今月は区の花バラの写真展です。ぜひお越しください!

日時 4月2日(休)～30日(休) ※土・日曜日、祝日を除く
8時30分～17時15分

会場 区役所食堂棟(下落合)

問合せ 区総務課 ☎840-6013 ☎840-6160





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。
各教室・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 **840・6111**
FAX **840・6115**
中央区役所 別館1階

※会場名がない事業は、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。(TEL 840・6112)

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
出産前教室 定員 24組(先着順)	① 5/21(木) 9:50~15:30 ② 5/31(日) 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 R2.7/17~R2.11/5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	4/14(水) 9:00~
	育児学級 定員 40組(先着順)	5/12(火) 9:30~11:30	R2.1・2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
離乳食教室 定員 27人(先着順)	5/27(水) 13:30~14:50	R元.12・R2.1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	4/15(水) 9:00~
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	5/15(金) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H30.12月~R元.6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	4/10(金) 9:00~
	育児相談(乳児期)	4/22(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、 どちらの日時でも参加可能です。 ※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)	4/23(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。

パパとヘルシーランチクッキング

父子で楽しく調理実習とはみがき実習を行い、三食しっかり食べる大切さや歯の健康について学びます。

- 日時 ■ 5月31日(日) 10時~13時
- 対象 ■ 区内在住の3歳~未就学児とその父
- 定員 ■ 12組24人(先着順)
- 申込み・問合せ ■ 4月20日(月)9時から、区保健センターへ



新しくなった保健センターを紹介します ~栄養指導室~

2020年1月から、保健センターは中央区役所別館1階に移転しました。今月は、新しくなった保健センターの栄養指導室をご紹介します。栄養指導室は、出産前教室や、健康づくり教室の調理実習などで使用します。以前の保健センターよりコンパクトな作りですが、昇降台つきの調理台や段差をなくすスロープを設置するなど、バリアフリーの調理室になっています。5月31日の「パパとヘルシーランチクッキング」は、こちらのお部屋で実施します。

