

ちょっと楽しい ちょっとなるほど よみものガイド

鬼はそと! 福はうち!

『豆屋さんの豆料理』(長谷部美野子/著 創森社)

節分に欠かせない「豆」。そのまま食べても美味しいですが、様々な調理方法があります。老舗乾物屋の女将が、大豆、いんげん、そら豆などを使った豆料理を紹介するレシピ本。豆の基礎知識や調理のポイントも教えてくれます。

『やさいのおにたいじ』(つるたようこ/作 福音館書店)

京の都で悪さをする、こんやくいもの鬼。さらわれた姫を助けるため、集まったのは6人の京野菜たちだった…! 一体どんな鬼退治になるのでしょうか。野菜たちが話す京ことばに思わずほっこりしてしまいます。



問合せ 与野図書館(下落合5-11-11) ☎853-7816 FAX857-1946
 与野南図書館(大戸6-28-16) ☎855-3735 FAX855-6173
 与野図書館西分館(桜丘2-6-28) ☎854-8636 FAX854-8694

※与野図書館西分館は、修繕工事のため、令和4年3月31日まで臨時休館しています。

図書館の開館やイベントについては図書館ホームページ又は各館へ。 <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 FAX859-7323
 上落合公民館
 〒338-0001 上落合6-9-3
 ☎852-3132 FAX852-3147

大戸公民館
 〒338-0012 大戸3-14-21
 ☎832-5495 FAX824-3308
 下落合公民館
 〒338-0002 下落合5-4-17
 ☎FAX854-3411

与野本町公民館
 〒338-0004 本町西1-14-12
 ☎FAX853-6007

| | 事業名 | 日時 | 対象・定員 | 費用・申込み |
|------|----------------------|---------------------|-----------------------|--|
| 鈴谷 | 子育てサロン 「りんりん」ひな祭り | 3/3(木) 10:00~11:00 | 0~3歳の子どもと その保護者 6組 | 2/7(月)~21(月)に直接、電話又はWEBで(抽選) |
| 与野本町 | 防災力アップ! 収納術 | 3/4(金) 10:00~12:00 | どなたでも 30人 | 2/14(月)~27(日)に直接、電話又はWEBで(先着順) |
| | 大人の科学 「生活の中の香り」 | 3/13(日) 14:00~16:00 | 高校生以上の方 30人 | 2/4(金)~22(火)(消印有効)に直接、電話、 往復はがき又はWEBで(抽選) |
| 下落合 | アロマテラピー講座 | 3/1(火) 10:00~12:00 | 20歳以上の方 15人 | 費用: 700円 2/14(月)(必着)までに往復はがき又はWEBで(抽選) |
| | 春の和ケーキづくり | 3/11(金) 10:00~12:00 | 20歳以上の方 8人 | 費用: 1,500円 2/24(木)(必着)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。
 ○その他の各公民館の学級・講座については、公民館だより及び市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>



毎月最終日曜日は区役所の 休日窓口をご利用ください

仕事の都合等で平日窓口に来ることができない方は、是非ご利用ください。全10区役所(支所・市民の窓口を除く)で、区役所の一部業務を取り扱います。市税の窓口も開設しています。

日時 2月27日(日) 8時30分~17時15分
 問合せ さいたまコールセンター ☎835-3156 FAX827-8656

区民ギャラリーで ひと休みしていきませんか

今月は中央区の伝統芸能の写真展です。
是非お越しください。

日時 2月1日(火)~28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(下落合)
 問合せ 区総務課 ☎840-6013 FAX840-6160

中央区保健センター からのお知らせ

- ・申込みは原則中央区在住の方です。
- ・相談は電話でもお受けいたします。
- ・会場がない事業は中央区保健センターが会場です。
- ・母子保健の各教室の参加は子ども1人に対し1回のみです。

申込み・問合せは
TEL 840-6111
FAX 840-6115
 中央区役所 別館 1階

電子申請システムを
 ご利用ください



事業名を検索して
 お申し込みください。
 (育児相談以外)

| 事業名・定員 | 日時 | 対象 | 内容 | 申込み | |
|--------------------------|--------------------|--------------------------|--|---------------------------|------|
| 育児学級 定員 25人(先着順) | 3/8(火) 9:30~10:50 | R3.11・12月生まれの子どもとその保護者 | 育児について楽しく学ぶ | 2/7(月) 9:00~3/1(火) 17:15 | 電子申請 |
| オンライン開催 離乳食教室 | 3/9(水) 13:30~14:50 | R3.10・11月生まれの子どもとその保護者 | 離乳食の進め方とお口のケア ※オンライン開催(Zoom) | 2/9(水) 9:00~2/24(木) 17:15 | |
| むし歯予防教室 | 3/4(金) 10:00~10:40 | R2.10~R3.4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 ※オンライン開催(Zoom) | 2/8(火) 9:00~2/24(木) 17:15 | 電話申込 |
| 育児相談(乳児期) 定員 40人(先着順) | 3/10(木) 9:30~11:30 | 1歳未満の子ども | 身長・体重測定、保健師・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 | 2/10(木) 9:00~ | |
| 育児相談(幼児期) 定員 35人(先着順) | 3/11(金) 9:30~11:30 | 1歳~未就学児 | 持ち物:母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル ※時間の指定はできません。 ※乳児期と幼児期のごきょうだいの方はどちらの日時も参加いただけます。 | | |

| 事業名 | 日時 | 対象 | 内容 |
|-------------------|----------------------------|-----------------------------|--|
| 成人保健 健康相談(予約制) | 月~金曜日(祝日を除く) 9:00~16:30 | 区内在住で、健康や食生活、歯・口腔について相談がある方 | 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による個別の相談 ※来所での相談を希望する場合は、事前に必ず連絡ください。 ※相談は電話でも受けられます。 |

妊娠・出産包括支援センターをご利用ください

妊娠・出産包括支援センターでは助産師等の資格を持つ母子保健相談員等、専門の職員が妊娠の届出の受理や母子健康手帳の交付を行います。また、妊娠・出産・育児に関する情報をお伝えし、さまざまな疑問・悩み・相談にお答えします。

★こんな時、ご相談ください！

- 初めての妊娠で心配。
- 出産費用はどのくらいかかるのかしら。
- 思いがけず妊娠してしまった。どうしよう。
- 子どもを育てられるか悩んでいる。
- 産後の手伝いがなくて不安。
- 産後、体調を崩してしまった。



産婦・新生児訪問をご利用ください

産婦・新生児訪問は随時(土・日曜日、祝日を除く)行っています。

- 内容** 助産師又は保健師の訪問による育児相談
対象 生後1か月くらいまでの子どもとその母親
申込み 母子健康手帳別冊内の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけて郵送又は電話で区保健センターへ

バラのまちウォーキング参加者募集!

健康増進と区内の魅力再発見を目的に、区役所を発着点に彩の国さいたま芸術劇場、さいたま新都心を巡る約6kmのコースを歩きます。

日時 2月26日(土) 9時30分~
対象 市内在住、在勤又は在学の方(小学生以下は保護者同伴)
定員 100人 ※応募多数の場合は区内の方優先のうえ抽選

申込み 2月15日(火)までに電子申請システム又は申込書に記入し直接提出するか、郵送(当日消印有効)で区コミュニティ課へ
 ※結果は全員に通知します。申込書は、区役所、区内の公民館・図書館・コミュニティセンターで配布。区ホームページでダウンロードも可。
問合せ 区コミュニティ課 TEL840-6020 FAX840-6161

参加無料



電子申請システムはこちら▲