

中央区保健センターからのお知らせ

- ・申込みは、原則区内在住の方です。
- ・相談は電話でも受け付けます。
- ・会場名の記載がない事業は、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

母子健康手帳の受取りは 妊娠・出産包括支援センターで

妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)では、母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。
※3月31日(日)は母子健康手帳交付窓口を開設します。(予約優先) 詳細はこちらから▶



申込み 事業名を入力して検索し、お申し込みください。

電子申請・届出サービス



事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
母子保健	育児学級 定員28組(先着順)	4/16(火) 9:35~11:10	R5.12・R6.1月生まれの子どもとその保護者	育児について楽しく学び、遊びを通して親子のふれ合いを深める	3/8(金) 9:00~
	離乳食教室 定員17人(先着順)	4/19(金) 13:30~14:50	R5.11・12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	3/11(月) 9:00~
	むし歯予防教室 定員15組(先着順)	4/10(水) 10:00~10:50	R4.11~R5.6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	3/7(木) 9:00~

※育児相談は4月から予約なしで利用できます。

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
成人保健	健康相談(予約制)	月~金曜日(祝・休日を除く) 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	直接又は電話で ※来所の場合は要事前連絡

3月1日から3月8日は「女性の健康週間」です！

毎年3月1日から3月8日は厚生労働省が定める「女性の健康週間」です。
 誰にでも訪れる「女性の更年期」、誰もが経験する可能性がある「女性の更年期障害」について考えてみませんか？

厚生労働省特設Webコンテンツ「大人の相談室 女性の更年期障害って？」▶



すこやか運動教室

参加無料

会場の運動遊具などを使用し、簡単な運動を行う教室です。帽子、タオル、飲み物を持参のうえ、動きやすい服装で直接会場へお越しください。(室内会場は室内用運動靴を持参)

会場	日時
与野中央公園	3/4・11・18(月) 10:00~11:30
与野公園	3/11・25(月) 14:00~15:30
大戸公園	3/6(水) 10:30~12:00
八王子公園	3/8・22(金) 10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	3/15(金) 10:00~11:30

※会場変更や中止になる場合があります。
対象 おおむね65歳以上の方
問合せ 区高齢介護課 TEL840・6068 FAX840・6167

区民ギャラリー

今月は、「中央区イベント写真展」です。
 誕生20周年を迎えた中央区の魅力的なイベントの数々を是非ご覧ください。



日時 3月1日(金)~29日(金) ※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 TEL840・6013 FAX840・6160

中央区 インフォメーション

- ・費用の記載が無い場合は無料です。
- ・WEBとは、「さいたま市生涯学習情報システム」です。
- ・往復はがき(1行事につき1人1通のみ)の場合は、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)、保護者参加の場合⑦保護者の氏名(ふりがな)も記入してください。
- ・その他のイベント等については、市ホームページ又は各問合せ先へお問い合わせください。

図書館		与野図書館 TEL 853・7816 FAX 857・1946	与野図書館西分館 TEL 854・8636 FAX 854・8694	与野南図書館 TEL 855・3735 FAX 855・6173	QRコード
	事業名	日時	対象・定員	申込み・その他	
与野	名作映画のつどい 「蔵」上映	3/16(土) 13:00~15:30	どなたでも 50人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始30分前から開場	
	おはなし会	3/6・13・27・4/3の 各水曜日 16:00~16:30	3歳以上の子どもと その保護者 各6組	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場	
	あかちゃんおはなし会 ※会場:子育て支援センターよの	① 3/19(火) 11:00~11:30 ② 4/10(水) 10:30~11:00	0~2歳の子どもと その保護者 各15組	①は3/13(水)、②は4/3(水)9時から電話で子育て支援センターよの(TEL 840・1788)へ(先着順)	
	春のおはなし会	3/29(金) 10:00~10:30	3歳以上の子どもと その保護者 10組	3/5(火)~12(水)にWEBで(抽選)	
西分館	わらべうたの会わらっこ	3/14(木) 10:30~11:00	6か月~3歳の子どもと その保護者 4組	3/7(木)9時から電話で西分館へ(先着順)	
	紙芝居ひろば	3/16(土) 11:00~11:30	2歳以上の子どもと その保護者 4組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	
与野南	おはなし会	3/13(水) 15:00~15:30	3歳以上の子どもと その保護者 6組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	
	あかちゃんおはなし会	3/13(水) 10:30~11:00	6か月~2歳の子どもと その保護者 6組	3/6(水)9時から電話で与野南図書館へ(先着順)	

※与野図書館はエレベーター修繕のため休館していましたが、3/5(火)から再開館いたします。長期間ご不便をおかけいたしました。

公民館		鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 TEL 859・7322 FAX 859・7323	大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 TEL 832・5495 FAX 824・3308	与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 TEL・FAX 853・6007	QRコード
		上落合公民館 〒338-0001 上落合6-9-3 TEL 852・3132 FAX 852・3147	下落合公民館 〒338-0002 下落合5-4-17 TEL・FAX 854・3411		
イベントについては、市ホームページ又は各館へお問い合わせください。					

児童センター		与野本町児童センター TEL 855・5655 FAX 855・5669	向原児童センター TEL・FAX 834・6083	大戸児童センター TEL・FAX 831・9536	QRコード
	事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他	
与野本町	プチタイム 体操やふれあいあそび、読み聞かせなど親子で楽しみましょう!	3/8(金)・19(火) 11:00~11:15	未就学児とその保護者 各10組	開催日の1週間前9時から直接又は電話で(先着順)	
向原	プチタイム ふれあい遊び、リズム体操、読み聞かせなど親子で楽しみましょう。	3/6・27の各水曜日 11:00~11:20	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ	
大戸	ハイハイサロン 親子の仲間づくりと情報交換。お家でもできるふれあいあそびなどを紹介します。	3/7~21の毎週木曜日	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ	