

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

電子申請

申込みはこちらから



- ・事業名を検索してお申込みください。
- ・電子申請での申込みが終了している場合などは電話でお問合わせください。

母子健康手帳の交付

こども家庭センターちゅうおう(妊娠・出産包括支援担当)では、母子健康手帳の交付や、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。窓口は、区役所別館1階です。

詳細はこちらから▶



事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
母親学級 定員 24人(先着順)	3/6(木) 9:40~11:35	初めて出産をする方で 出産予定日が R7.5/2~8/21の妊婦	妊娠中の食生活・お口のケア・育児の話、座談会等	2/7(金) 9:00~	電子申請
離乳食教室 定員 17人(先着順)	3/19(水) 13:30~14:50	R6.10月・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	2/13(木) 9:00~	
むし歯予防教室 定員 15組(先着順)	3/7(金) 10:00~10:50	R5.10月~R6.5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	2/6(木) 9:00~	
育児相談(乳児期)	2/14(金) 受付 9:20~10:30	0歳の子どもと その保護者	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 事の相談など 持ち物:母子健康手帳、おむつの替え、 バスタオル	当日、受付時間 内に直接保健 センターへ	

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
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	電話 FAX

出張 むし歯予防教室

むし歯予防のために、規則的な食生活や歯みがき習慣を学ぶ教室です。保健センターで実施しているむし歯予防教室を、与野本町児童センターで出張開催します。

日時 3月4日(火) 10時~10時50分

会場 与野本町児童センター(本町東)

- 内容**
- ・むし歯予防のポイント解説
 - ・むし歯の原因菌のチェック
 - ・歯みがきのコツ
 - ・保護者の健康について

対象 令和5年10月~令和6年5月生まれの子どもとその保護者

申込み 2月5日(火)9時から電子申請で

インフルエンザ・感染性胃腸炎を予防しましょう!

○季節性インフルエンザ

- ・こまめな手洗い
- ・室内の加湿・換気
- ・咳エチケット(マスク、ティッシュ・ハンカチ、そでなどで鼻と口をおおひましよう。)
- ・十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ・予防接種(ワクチン)

○感染性胃腸炎(ノロウイルスやロタウイルス等)

- ・食品は可能な限り充分加熱
- ・トイレやおむつ交換後、調理・食事の前後の手洗い
- ・野菜・果物などは流水で十分に洗う
- ・まな板・包丁は充分洗い、熱湯や塩素系消毒液で消毒

すこやか運動教室

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ください)。

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

参加無料

会場	日時
与野中央公園	2/10・17(月)・3/3(月) 10:00~11:30
与野公園	2/10(月) 14:00~15:30
大戸公園	2/5・19(水) 10:30~12:00
八王子公園	2/14・28(金) 10:30~12:00
さいたま市保健所前公園	2/7(金) 10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	2/28(金) 10:00~11:30

※会場変更や中止になる場合があります。

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事業につき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。

図書館の催し				
事業名	日時	対象・定員	申込み・その他	
<p>与野図書館 与野図書館西分館 与野南図書館</p> <p>☎853・7816 ☎857・1946 ☎854・8636 ☎854・8694 ☎855・3735 ☎855・6173</p>				
与野	あかちゃんおはなし会 ※会場：子育て支援センターよの	2/12(水)・26(水) 10:30~11:00	0~2歳の子どもとその保護者	当日、直接、開始10分前までに会場へ
	おはなし会	2/5~19の毎週水曜日 16:00~16:30	3歳~小学生とその保護者 各10組	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場
西分館	おはなし会	3/1(土) 11:00~11:30	3歳~小学生とその保護者 6組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場
	わらべうたの会わらっこ	2/13(木) 10:30~11:00	6か月~3歳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
	紙芝居ひろば	2/15(土) 11:00~11:30	2歳~小学生とその保護者 6組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場

公民館の催し				
事業名	日時	対象・定員	費用・申込み	
<p>鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 ☎859・7322 ☎859・7323</p> <p>上落合公民館 〒338-0001 上落合6-9-3 ☎852・3132 ☎852・3147</p> <p>大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 ☎832・5495 ☎824・3308</p> <p>下落合公民館 〒338-0002 下落合5-4-17 ☎854・3411</p> <p>与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 ☎853・6007</p> <p>※与野本町公民館は改修工事のため、鈴谷公民館内に移転。 電話番号およびFAX番号の変更はなし。</p>				
鈴谷	暮らしに生かすハーブ講座 「身近なハーブや野草の使い方・楽しみ方」	3/10・17の各月曜日 (全2回) 10:00~12:00	市内在住・在勤・在学の18歳以上の方 18人	費用:1,200円 2/16(日)までにWEBで(抽選)
	子育てサロンりんりん3月 「ひなまつり」	3/3(月) 10:00~11:30	0~3歳の子どもとその保護者 10組	2/3(月)~17(月)にWEBで(抽選)
大戸	人権講座「大戸講談会」	3/7(金) 10:00~11:30	どなたでも 40人	2/3(月)~21(金)に直接、電話又はWEBで(抽選)
与野本町	一歩先行くLINE活用講座	3/6・13の各木曜日 (全2回) 13:30~15:30	市内在住でLINE経験者の方、2回とも参加可能な方 20人	会場:鈴谷公民館 費用:700円 2/5(水)~19(水)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)
	オリジナルブレンド ハーブティーを作る講座	3/14(金) 18:30~20:30	16~39歳の方 16人 ※定数に満たない場合のみ、40歳以上の方も参加可	会場:鈴谷公民館 費用:1,000円 2/12(水)~25(水)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)
上落合	親の学習事業 親子でパンづくり	3/1(土) 10:00~12:00	小学生とその保護者 7組14人	費用:1,000円(2人分) 2/3(月)~18(水)に直接、電話又はWEBで(抽選)
下落合	埼玉大学合唱団コンサート	2/22(土) 10:00~11:30	どなたでも 40人 小学生以下は保護者同伴	2/1(土)~17(月)に直接、電話又はWEBで(抽選)
	親の学習事業 親子de子ども部屋片づけ教室とおしゃべりプログラム	3/8(土) 10:00~12:00	小学生とその保護者 10組	2/10(月)~28(金)にWEBで(抽選)

児童センターの催し				
事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他	
<p>与野本町児童センター ☎855・5655 ☎855・5669</p> <p>向原児童センター ☎834・6083</p> <p>大戸児童センター ☎831・9536</p>				
与野本町	おおきくなったかな? 身長・体重を測ることができます!	2/19(水)~22(土) 9:30~11:30	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ
向原	プチタイム 手あそび、ふれあいあそび、リズム体操など。親子で楽しみましょう。	2/5~26の毎週水曜日 11:00~11:20	1歳以上の未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ
大戸	発達相談 児童発達支援事業所「杉の子園」の職員が来館し、子育ての不安、悩みなど相談できます。	2/17(月) 10:30~12:00	2歳以上の子どもとその保護者 4組	2/5(水)10時より直接又は電話で(先着順)