

## 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                        |        |
|------|-------------------|----------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------|
| 母子保健 | 母親学級              | 3/12(木) 9:40~11:35         | 初めて出産をする方で、<br>出産予定日が<br>R8.5/8~8/27の妊婦 | 妊娠中の食生活・お口のケア・育児<br>の話、座談会等                                                                                         | 2/10(火)<br>9:00~           | 電子申請   |
|      | 定員 24人(先着順)       |                            |                                         |                                                                                                                     |                            |        |
|      | 離乳食教室             | 3/18(水) 13:30~15:00        | R7.10・11月生まれの<br>子どもの保護者                | 離乳食の進め方とお口のケア                                                                                                       | 2/9(月)<br>9:00~            |        |
|      | 定員 20人(先着順)       |                            |                                         |                                                                                                                     |                            |        |
|      | むし歯予防教室           | 3/17(火) 10:00~10:50        | R6.10月~R7.5月生ま<br>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                                                                                                      | 2/12(木)<br>9:00~           |        |
|      | 定員 15組(先着順)       |                            |                                         |                                                                                                                     |                            |        |
| 成人保健 | 育児相談(乳児期)         | 2/19(木)<br>受付 9:20~10:30   | 0歳の子どもの<br>その保護者                        | 身長・体重測定、保健師・管理栄養士・<br>歯科衛生士による育児やその他心配<br>事の相談など<br>持ち物:母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル<br>※乳児期と幼児期のきょうだいの方は<br>どちらの日時でも参加可能です。 | 当日、受付時間<br>内に直接保健<br>センターへ | 電話・FAX |
|      | 育児相談(幼児期)         | 2/20(金)<br>受付 9:20~10:30   | 1歳~未就学児と<br>その保護者                       |                                                                                                                     |                            |        |
| 成人保健 | 事業名・定員            | 日時                         | 対象                                      | 内容                                                                                                                  | 申込み                        | 電話・FAX |
|      | おとなの健康<br>相談(予約制) | 月~金曜日(祝日を除く)<br>9:00~16:30 | 区内在住で、健康や食<br>生活、歯・口腔について<br>相談がある方     | 保健師・管理栄養士・歯<br>科衛生士による個別の<br>相談                                                                                     | 電話又はファクスで                  |        |

## 子どもの誤飲事故に気を付けましょう

子どもは「はいはい」「伝い歩き」をするようになると、手に触れたものを何でも口に入れるようになります。

特に、生後6か月~2歳の乳幼児の誤飲事故が多く発生しています。

「たばこ」「薬」「化粧品」「ボタン電池」「乾燥剤」などを子どもの手の届くところに置いていませんか？

子どもの事故は、周りにいる大人が注意することで防ぐことができます。

日頃から危険なものは子どもの手の届かない高いところや鍵のかかるところに保管するように心がけましょう。

▶こども家庭庁  
「こどもの事故防止  
ハンドブックについて」



## 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、飲み物をご持参のうえ、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ご持参ください。※会場変更や中止になる場合があります。

| 会 場          | 日 時                       |
|--------------|---------------------------|
| 与野中央公園       | 2/9・16・3/2(月) 10:00~11:30 |
| 与野公園         | 2/9(月) 14:00~15:30        |
| 大戸公園         | 2/4・18(木) 10:30~12:00     |
| 八王子公園        | 2/13・27(金) 10:30~12:00    |
| さいたま市保健所前公園  | 2/6(金) 10:00~11:30        |
| 鈴谷公民館 多目的ホール | 2/27(金) 10:00~11:30       |

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

## シニアサポートセンターをご利用ください

シニアサポートセンター(地域包括支援センター)は、高齢者などのための総合相談窓口です。

保健師、主任ケアマネジャー、社会福祉士、地域支援推進員など、専門知識を持ったスタッフが協力し、必要な機関と連携・調整して、問題解決のお手伝いをします。

まずはお電話でご相談ください。

【北部圏域】 ナーシングヴィラ与野(本町東)

TEL859・5375 FAX857・8532

【南部圏域】 きりしき(新中里)

TEL858・2121 FAX858・6969



問合せ 区高齢介護課

TEL840・6068 FAX840・6167

▲詳細は  
こちらから

# 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。

| 図書館の催し                       |                               |                                 |                     |                                |
|------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 与野図書館<br>☎853・7816 ☎857・1946 |                               | 与野図書館西分館<br>☎854・8636 ☎854・8694 |                     | 与野南図書館<br>☎855・3735 ☎855・6173  |
| 事業名                          | 日時                            | 対象・定員                           | 申込み・その他             |                                |
| 与野                           | あかちゃんおはなし会<br>※会場：子育て支援センターよの | 2/25(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                         | 2/4・18の各水曜日<br>16:00~16:30      | 3歳~小学生とその保護者        | 当日、直接、視聴覚ホールへ<br>※開始15分前から開場   |
| 西分館                          | おはなし会                         | 2/7(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)<br>※開始15分前から開場 |
|                              | わらべうたの会わらっこ                   | 2/12(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)<br>※開始15分前から開場 |
|                              | 紙芝居ひろば                        | 2/21(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)<br>※開始15分前から開場 |

| 公民館の催し                                              |                                          |                                                     |                               |                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 鈴谷公民館<br>〒338-0013 鈴谷7-5-11<br>☎859・7322 ☎859・7323  |                                          | 大戸公民館<br>〒338-0012 大戸3-14-21<br>☎832・5495 ☎824・3308 |                               | 与野本町公民館<br>〒338-0004 本町西1-14-12<br>☎・☎853・6007<br>※与野本町公民館は改修工事のため、<br>鈴谷公民館内に移転。<br>電話番号およびFAX番号の変更はなし。 |
| 上落合公民館<br>〒338-0001 上落合6-9-3<br>☎852・3132 ☎852・3147 |                                          | 下落合公民館<br>〒338-0002 下落合5-4-17<br>☎・☎854・3411        |                               |                                                                                                          |
| 事業名                                                 | 日時                                       | 対象・定員                                               | 費用・申込み                        |                                                                                                          |
| 鈴谷                                                  | 初めての木目込み<br>~兜づくり~                       | 3/10・17の<br>各火曜日(全2回)<br>13:30~16:30                | 18歳以上の方 18人                   | 費用:2,700円<br>2/17(火)までに直接、電話又はWEBで(抽選)                                                                   |
|                                                     | 子育てサロンりんりん 3月<br>「ひなまつり」                 | 3/2(月) 10:00~11:30                                  | 0~3歳の子どもとその保護者 10組            | 2/2(月)~15(日)にWEBで(抽選)                                                                                    |
| 大戸                                                  | 介護予防事業<br>歴史講座「中央区の歴史」                   | 3/5(木) 10:00~12:00                                  | 市内在住で、<br>65歳以上の方 24人         | 2/13(金)までに直接、電話又はWEBで<br>(抽選)                                                                            |
|                                                     | 人権講座「大戸講談会」                              | 3/6(金) 10:00~11:30                                  | 18歳以上の方 40人                   | 2/13(金)までに直接、電話又はWEBで<br>(抽選)                                                                            |
| 本町与野                                                | スプリングコンサート                               | 3/1(日) 13:30~15:00                                  | 市内在住の方 80人                    | 会場：鈴谷公民館(鈴谷)<br>2/13(金)までに往復はがき(消印有効)又は<br>WEBで(抽選)<br>家族は一緒に申込み可(3名まで)                                  |
| 上落合                                                 | 春の薬膳料理講座                                 | 3/5(木) 10:00~12:30                                  | 18歳以上の方 16人                   | 費用:1,500円<br>2/2(月)~18(水)に直接、電話又はWEBで<br>(抽選)                                                            |
|                                                     | スプリングコンサート<br>デキシーランド<br>ジャズコンサート        | 3/6(金) 13:30~15:00                                  | どなたでも 40人                     | 2/13(金)までに直接、電話又はWEBで(抽選)                                                                                |
| 下落合                                                 | 第41回下落合公民館まつり                            | 2/14(土)・15(日)<br>10:00~14:00                        | どなたでも                         | 当日、直接、公民館へ                                                                                               |
|                                                     | 介護予防事業 美術探訪講座<br>春を感じる絵画<br>~西洋と日本の絵画から~ | 3/5・12の<br>各木曜日(全2回)<br>10:00~11:30                 | 市内在住で、<br>65歳以上の方 30人         | 2/5(木)~17(火)に直接、電話又はWEBで<br>(抽選)                                                                         |
|                                                     | いのちのコンサート<br>~動物とピアノから感じる<br>いのちのぬくもり~   | 3/7(土) 10:15~11:45<br>受付 10:00~10:15                | どなたでも(小学生以下の<br>子どもは保護者と) 40人 | 2/5(木)~19(木)に直接、電話又はWEBで<br>(抽選)                                                                         |

| 児童センターの催し                         |                                                                    |                                  |            |                         |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------|-------------------------|
| 与野本町児童センター<br>☎855・5655 ☎855・5669 |                                                                    | 向原児童センター<br>☎・☎834・6083          |            | 大戸児童センター<br>☎・☎831・9536 |
| 事業名・内容                            | 日時                                                                 | 対象・定員                            | 申込み・その他    |                         |
| 本町与野                              | おおきくなったかな?<br>身長・体重を測ることができます!                                     | 2/18(水)~21(土)<br>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<br>手あそび、リズム体操、工作など                                           | 毎週水曜日(2/11(祝)を除く)<br>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                                | 食育講話<br>区保健センターから栄養士が来館します。<br>食に関することを一緒に学び<br>ましょう! 質問や相談もできますよ。 | 2/16(月) 10:30~11:30              | 未就学児とその保護者 | 当日、直接、児童センターへ           |