

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)	7/16(木) 9:40~11:35	初めて出産をする方で 出産予定日が R8.9~12月の妊婦	妊娠中の食生活・お口のケア・育児の話、座談会等	6/10(水) 9:00~
両親学級 定員 26組(先着順)	7/26(日) 9:00~12:15	初めて出産をする方で 出産予定日が R8.9~12月の妊婦とその夫等	妊娠・出産・育児の話、赤ちゃんの抱っこ・おむつの交換の実習	
離乳食教室 定員 20人(先着順)	7/8(水) 13:30~15:00	R8.2・3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	
むし歯予防教室 定員 15組(先着順)	7/7(火) 10:00~10:50	R7.2~9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	
育児相談(乳児期)	6/12(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	
食の体験 フードアドベンチャー 定員 12組(先着順)	7/31(金) 10:15~11:30	市内在住で、小学生の子どもとその保護者(祖父母可)	減塩と朝食を摂ることの大切さについて学びます。昨年と同じ内容です。	6/10(水)9時~電子申請で ※他区の方:6/15(月)9時~
おとなの健康相談(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	事前に保健センターへお問合せください

ウェルネスキャンペーンを開催します!

参加無料 申込不要

体組成測定と乳がん模型を用いた乳がんセルフチェック体験等を行います。

あなたの健康、この機会に見直しませんか?

また、6月4日~10日の歯と口の健康週間に合わせて洗口液体験、口腔ケアグッズの紹介もあります。

自分に合った口腔ケアグッズを見つけましょう!

日時 6月5日(金) 11時~14時 会場 イオンモール与野 1階ローズコート(本町西)

対象 どなたでも(体組成測定は、18歳以上の方 ※ペースメーカー装着者は体組成測定ができません)



すこやか運動教室

参加無料 申込不要

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	6/8・15(月) 10:00~11:30
与野公園	6/8・22(月) 14:00~15:30
大戸公園	6/17(水) 10:30~12:00
八王子公園	6/12・26(金) 10:30~12:00
さいたま市保健所前公園	6/5(金) 10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	6/19(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

けんこう 健口教室

参加無料

歯科衛生士と栄養士からお口の健康や栄養、食事などについて学ぶ、フレイル(虚弱)予防に役立つ実践的な教室です。自宅でできるお口の体操や簡単レシピも紹介します。楽しくお口のアンチエイジングをしましょう!

日時 7/23・8/6・20の各木曜日
9時30分~11時30分

会場 区役所本館3階 301会議室

対象 市内在住で、65歳以上の方

定員 20人(申込み多数の場合は抽選)

申込み 6/30(火)までに、区高齢介護課へ

※申込書は区高齢介護課で配布

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)、保護者参加の場合は、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合せください。

図書館の催し

与野図書館
☎853・7816 ☎857・1946

与野図書館西分館
☎854・8636 ☎854・8694

与野南図書館
☎855・3735 ☎855・6173



	事業名	日時	対象・定員	申込み・その他
与野図書館	あかちゃんおはなし会	6/17・7/1の各水曜日 10:30~11:00	0~2歳の子どもと その保護者	会場：子育て支援センターよの(本町東) 当日、直接、開始10分前までに会場へ
	おはなし会	6/10・24の各水曜日 16:00~16:30	3歳~小学生と その保護者	当日、直接、児童コーナーへ
	こども映画会	6/13(土) 11:00~11:45	3歳~小学生と その保護者 30人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始30分前から開場
与野図書館西分館	おはなし会	6/6(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	6/11(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	6/20(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
与野南図書館	おはなし会	6/10(水) 15:00~15:30	3歳~小学生と その保護者	当日、直接、集会室へ ※開始15分前から開場

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	夏休み子ども公民館 『ダンボールクラフト教室』 『身近な筆記具でSDGsを学ぼう！～環境に優しい筆記具を作ってみよう～』など全8講座	7/22(水)~8/19(水)	小学生	6/25(木)までに、WEBで(抽選) ※各講座、日時・対象学年・定員・費用など詳細は鈴谷公民館HP又は直接お問合せください。
与野本町	はじめての盆栽アフターフォローとステップアップ盆栽づくり	7/2(木) 13:00~15:30	市内在住の方 15人	6/4(木)~19(金)に往復はがき(消印有効)又はWEBで(抽選)
	～癒しの音色～二胡コンサート	7/8(水) 10:30~12:00	市内在住の方 80人	6/11(木)~22(月)に往復はがき(消印有効)又はWEBで(抽選)
上落合	子育てサロン 「ぼかぼかひろば」	6/15(月) 10:00~11:30	未就学児とその保護者 10組	申込み不要、出入り自由。当日、直接、公民館へ。
下落合	仏教文化に触れよう ～坐禅と写経の体験～	7/16(木)・17(金) 10:00~12:00	18歳以上の方 16人	費用：1,000円 6/22(月)までに往復はがき(必着)又はWEBで(抽選)
	夏休み子ども公民館④ おはしの持ち方と和食の教室	7/30(木) 10:00~11:30	小学生 20人	6/15(月)~25(木)にWEBで(抽選)
	夏休み子ども公民館⑤ 下水道のしくみと微生物観察の教室	8/4(火) 10:00~11:00	小学生 20人	6/15(月)~25(木)にWEBで(抽選)

児童センターの催し

与野本町児童センター
☎855・5655 ☎855・5669

向原児童センター
☎☎834・6083

大戸児童センター
☎☎831・9536



	事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他
本町与野	お花いっぱい大作戦 児童センターの敷地及びプランターに花苗を植えます。	6/7(日) 10:00~11:00 ※雨天決行	18歳未満の子ども (未就学児は保護者同伴)、 60歳以上の方	当日、直接、児童センターへ (花苗がなくなり次第終了) ※車手や園芸用シャベルをお持ちの方はご持参ください。
向原	歯みがき指導 歯科衛生士から歯みがきのコツを教えます。	6/16(火) 11:00~11:45	未就学児とその保護者 8組	6/4(木)10時から直接又は電話で(先着順)
大戸	おおきくなったかな 身長・体重が測れます。	6/25(木) 10:00~12:00 6/26(金) 9:30~11:15 ※26(金)は最終受付10:30	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ ※6/26(金)は保健センターから保健師や歯科衛生士、栄養士が来館し、育児や子育ての悩みが相談できます。