

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。
※7月26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▶



事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
両親学級 定員 26組(先着順)	8/30(日) 9:00~12:15	初めて出産をする方で、 出産予定日がR8.10月~ R9.1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	7/10(金) 9:00~
育児学級 定員 28組(先着順)	8/4(火) 9:35~11:10	R8.4・5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	
離乳食教室 定員 20人(先着順)	8/5(水) 13:30~15:00	R8.3・4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	
むし歯予防教室 定員 15組(先着順)	8/7(金) 10:00~10:50	R7.3~10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)	7/14(火) 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 ※乳児期と幼児期のきょうだいの方はどちらの日時でも参加可能です。	当日、受付時間内に直接保健センターへ
育児相談(幼児期)	7/15(水) 受付 9:20~10:30	1歳~未就学児とその保護者		

事業名	日時	対象	内容	申込み
おとなの健康相談(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	事前に保健センターへお問合せください

「熱中症予防5つのポイント」を活用して熱中症を予防しましょう

熱中症は自宅内で最も多く発生しています。エアコンを上手に使うなど、室内の気温の上昇にも注意しましょう。

梅雨明け後も「熱中症予防5つのポイント」を活用して、熱中症を予防しましょう。

<熱中症予防5つのポイント>

1. 高齢者は上手にエアコンを
2. 暑くなる日は要注意
3. 水分はこまめに補給
4. 「おかしい!？」と思ったら病院へ
5. 周りの人にも気配りを

参考:埼玉県健康長寿課HP <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/netsu2020.html>

子どもの熱中症予防も大切です!

詳細はこちらから▶
(こども家庭庁HP)



すこやか運動教室

参加無料 申込不要

遊具などを使用し、簡単な運動を行う教室です。タオル、飲み物、室内用運動靴をご持参のうえ、動きやすい服装で、直接会場へお越しください。

会場	日時	
鈴谷公民館 多目的ホール	7/17(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

TEL 840・6068 FAX 840・6167

いきいきサポーター養成講座 受講者募集

参加無料

介護予防に効果のある「いきいき百歳体操」や、ボランティア活動について学ぶ講座です。

日時 8月12日~10月7日の毎週水曜日(全8回)※祝日を除く
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、介護予防のボランティア活動に興味のある方

定員 20人(申込多数の場合は抽選)

申込み 7月24日(金)までに、参加申込書を、直接、区高齢介護課へ

問合せ 区高齢介護課

TEL 840・6068 FAX 840・6167



▶詳細はこちらから

中央区インフォメーション

・費用の記載がない場合は無料です。
・その他のイベント等については、市HP又は各問合せ先へお問合せください。

図書館

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
おはなし会	7/8(水) 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
あかちゃんおはなし会	7/15(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 会場：子育て支援センターよの(本町東)
こわ~いおはなし会	7/20(祝) 11:00~11:30	5歳~小学生とその保護者 40人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場
としょかんナゾとき大きくせん	7/22(水) ①9:30~10:00 ②10:30~11:00 ③15:30~16:00	小学1~3年生 各20人	7/4(土)~12(日)にWEBで(抽選)
図書館司書が教える！ 夏休み調べもの講座	7/23(木) 10:00~12:00	小学5・6年生 15人	7/4(土)~12(日)にWEBで(抽選)
夏のおはなし会	7/26(日) 11:00~11:30	3歳~小学生とその保護者 40人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場
脳トレ読書ゲーム	7/29(水) 15:30~16:30	小学3・4年生 20人	7/8(水)~15(水)にWEBで(抽選)
小学生おしごと体験	8/3(月) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③15:30~16:30	小学3~6年生 各12人	7/8(水)~15(水)にWEBで(抽選)
おはなし会	7/4・8/1の各土曜日 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	7/9(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	7/18(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
あかちゃんおはなし会	7/8(水) 10:30~11:00	6か月~2歳の子どもとその保護者	当日、直接、集会室へ ※開始15分前から開場
おはなし会	7/8(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
脳トレ読書ゲーム	7/29(水) 9:30~10:30	小学3・4年生 20人	7/8(水)~15(水)にWEBで(抽選)

※WEBとは、「さいたま市生涯学習情報システム」です。

公民館

鈴谷公民館 ☎859・7322 ☎859・7323 大戸公民館 ☎832・5495 ☎824・3308 与野本町公民館 ☎・☎853・6007
上落合公民館 ☎852・3132 ☎852・3147 下落合公民館 ☎・☎854・3411



事業名	日時	対象・定員	費用・申込み
大戸 大戸寄席	8/21(金) 10:30~12:00	どなたでも 50人	7/1(水)~24(金)に直接、電話又はWEBで(抽選)
本町与野 浴衣着付け講座	7/18(土) 13:30~15:30	16~39歳の方 8人 (定員に満たない場合は40歳以上の方も可)	7/9(木)までにWEBで(抽選)
上落合 子育てサロン「ぼかぼかひろば」	7/13(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
親子仲よし“お話し会”	8/20(木) 10:00~11:30	0歳~小学校低学年の子どもとその保護者 10組	7/2(水)~8/7(金)に直接、電話又はWEBで(抽選)
下落合 【夏休み子ども公民館㉗】 ビブリオバトルを体験しよう	8/21(金) 10:00~11:30	小学5・6年生 10人	7/6(月)~20(祝)にWEBで(抽選)
【夏休み子ども公民館㉘】 小学生のビブリオバトル ~観覧者募集~	8/22(土) 10:00~12:00	どなたでも 30人	7/6(月)~30(木)に直接、電話又はWEBで(抽選) 会場：与野図書館3階視聴覚ホール(下落合)

児童センター

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	日時	対象・定員	申込み・その他
本町与野 夏まつり	7/10(金) 10:00~12:00	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ
向原 夏の工作タイム	7/21(水)~24(金) 14:00~16:00	小学生 各日6人	当日、13時30分以降、 直接、児童センターへ(先着順)
大戸 夏休みシネマタイム	7/22(水)~24(金) 13:00~14:30	18歳未満の子ども (未就学児は保護者同伴)	当日、直接、児童センターへ

与野郷土資料館

☎714・5471 ☎714・5472



事業名	日時	対象・定員	申込み・その他
お気楽講座「七夕馬をつくろう!」	8/1(土) 14:00~15:00	小学4年生以上の方 12人	7/11(土) 9時から電話で(先着順)