

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。
※令和7年9月28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)	10/26(日) 9:00~12:15	初めて出産をする方で 出産予定日がR7.12/22~ R8.4/12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	9/19(金) 9:00~	母子保健 電子申請
育児学級 定員 28組(先着順)	10/7(火) 9:35~11:10	R7.6・7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	9/8(月) 9:00~	
離乳食教室 定員 20人(先着順)	10/22(水) 13:30~15:00	R7.5・6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	9/12(金) 9:00~	
むし歯予防教室 定員 15組(先着順)	10/17(金) 10:00~10:50	R6.5~12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	9/16(火) 9:00~	
育児相談(乳児期)	9/9(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	当日、受付時間 内に直接保健 センターへ	
育児相談(幼児期)	9/10(水) 受付 9:20~10:30	1歳~未就学児と その保護者	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。		

事業名・定員	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	電話又はファクスで	成人保健 電話・FAX 電子申請
健康長寿の心得 定員 20人(先着順)	10/24、11/21の各金曜日 (全2回) 9:30~11:30	市内在住で18~74歳の方	血糖値を下げるコツ や歯周病予防につい て学ぶ教室です	9月18日(木)9時から電 子申請で	
食生活改善推進員 養成講座 定員 60人(先着順)	10/15・29、11/12・26、12/3・ 10の各水曜日(全6回) ※時間・会場(大宮区役所等)は 各回によって異なります。	市内在住で、食生活改善 推進員となってボラン ティア活動ができる方	食生活や健康づくりに関 する講義・演習・運動実技 ※講座期間中に地区活動体 験をしていただきます。	9月10日(水)9時から電 話又はファクスで区保 健センターへ。電子申 請でも申込み可。	

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	日 時
与野中央公園	9/22(月) 10:00~11:30
与野公園	9/8・22(月) 14:00~15:30
大戸公園	9/17・10/1(火) 10:30~12:00
八王子公園	9/12・26(金) 10:30~12:00
さいたま市保健所前公園	10/3(金) 10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	9/19(金) 10:00~11:30

対 象 おおむね65歳以上の方 ※会場変更や中止になる場合があります。

問合せ 区高齢介護課 TEL840・6068 FAX840・6167

ご存じですか? 地域支えあい推進委員

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で暮らせるよう地域支えあい推進員(高齢者生活支援コーディネーター)を各シニアサポートセンター(地域包括支援センター)に1人ずつ配置しています。

「地域で集いの場をつくりたい」「地域のために何か活動してみたい」など、お気軽にご相談ください。

【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

住宅用火災警報器の設置をお願いします

全国では、住宅火災により、毎年約1,000人の尊い命が犠牲になっています。特に、就寝時間帯に発生した火災で多くの方が亡くなっています。住宅火災から大切な命を守るため住宅用火災警報器の設置をお願いします。設置後は、月1回程度の定期的な点検、半年に1回程度の清掃をお願いします。

問合せ 中央消防署管理指導課 TEL857・8493 FAX857・8473

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
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



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 ※会場：子育て支援センターよの	9/10・24の各水曜日 10:30~11:00	0~2歳の子どもとその保護者
	おはなし会	9/10・24・10/1の各水曜日 16:00~16:30	3歳~小学生とその保護者
西分館	おはなし会	9/6(土) 11:00~11:30	3歳~小学生とその保護者 6組
	わらべうたの会わらっこ	9/11(木) 10:30~11:00	6か月~3歳の子どもとその保護者 6組
	紙芝居ひろば	9/20(土) 11:00~11:30	2歳~小学生とその保護者 6組
与野南	あかちゃんおはなし会	9/10(水) 10:30~11:00	6か月~2歳の子どもとその保護者
	おはなし会	9/10(水) 15:00~15:30	3歳~小学生とその保護者

公民館の催し

鈴谷公民館

〒338-0013 鈴谷7-5-11
TEL 859・7322 FAX 859・7323

上落合公民館

〒338-0001 上落合6-9-3
TEL 852・3132 FAX 852・3147

大戸公民館

〒338-0012 大戸3-14-21
TEL 832・5495 FAX 824・3308

下落合公民館

〒338-0002 下落合5-4-17
TEL FAX 854・3411

与野本町公民館

〒338-0004 本町西1-14-12
TEL FAX 853・6007

※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。



事業名	日時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷	美姿勢&腰痛改善ヨガ	11/11・18の各火曜日 (全2回) 10:00~11:30	費用:200円 9/30(火)までにWEBで(抽選)
	指あみ教室	10/15(水) 10:00~12:00	費用:800円 9/11(木)~25(木)に直接、電話又はWEBで(抽選)
大戸	介護予防事業 SDGs「座って貯筋体操」	10/22~11/5の毎週水曜日 (全3回) 10:30~12:00	市内在住で65歳以上の方 20人 9/26(金)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
	CANVAでインスタ投稿画像 を作成してみよう!	10/22・29の各水曜日 (全2回) 13:30~15:30	会場：鈴谷公民館(鈴谷) 費用：700円 9/17(水)~30(火)にWEBで(抽選)
与野本町	親の学習事業／親子で楽しもう! 和菓子の素材でデコるハロウィンタルト	10/25(土) 10:00~12:00	会場：鈴谷公民館(鈴谷) 費用：1,500円 9/22(月)~10/3(金)にWEBで(抽選)
	親の学習事業 かけっこ教室	10/5(日) 10:00~12:00	小学生とその保護者 10組 9/2(火)~16(火)に直接、電話又はWEBで(抽選)
上落合	はじめての塗り絵教室	10/27・11/10の各月曜日 (全2回) 10:00~12:00	費用:300円 9/16(火)~30(火)に直接又は電話で(抽選)
	蕎麦打ちデビュー講座	10/7(火) 10:00~12:00	費用:1,000円 9/5(金)~16(火)に往復はがき(必着)又はWEBで(抽選)
下落合	“骨盤底筋”動いていますか?	10/15~29の毎週水曜日 (全3回) 14:00~15:30	全3回参加できる18歳以上の女性 16人 9/5(金)~26(金)に往復はがき(必着)又はWEBで(抽選)

児童センターの催し

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



事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他
与野本町	ドッジボールタイム	9/5・19の各金曜日 低学年の部 16:00~16:20 高学年の部 16:20~16:40	小学生
	ミニプチタイム ハイハイからよちよち歩きのお子さんを対象にしたリズムあそび、ふれあいあそびなど	毎週月曜日 11:00~11:20	0~1歳の子どもとその保護者
向原	卓球タイム 1組20分間。小学3年生から遊べます。	毎日 14:30~17:00 (中高生は17:50まで) ※遊戯室が混んでいる時はできません。	小学3年生以上18歳未満の子どもとその保護者