

# 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。

※5月31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	
<b>両親学級</b> 定員 26組(先着順)	6/28(日) 9:00~12:15	初めて出産をする方で 出産予定日がR8.8~ 11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	5/8(金) 9:00~  電子申請	
<b>育児学級</b> 定員 28組(先着順)	6/9(火) 9:35~11:10	R8.2・3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		
<b>離乳食教室</b> 定員 20人(先着順)	6/17(水) 13:30~15:00	R8.1・2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		
<b>むし歯予防教室</b> 定員 15組(先着順)	6/18(木) 10:00~10:50	R7.1~8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		
<b>ふたごの集い</b>	6/24(水) 10:30~11:30	①多胎妊婦 ②ふたご以上の未就学児 とその保護者	妊婦・保護者の方の座談会		
<b>育児相談(乳児期)</b>	5/19(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
<b>育児相談(幼児期)</b>	5/20(水) 受付 9:20~10:30	1歳~未就学児と その保護者			

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
<b>おとなの健康 相談(予約制)</b>	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 お問合わせください

## 5月31日は世界禁煙デー 5月31日~6月6日は禁煙週間

世界禁煙デーから禁煙を始めてみませんか。

生活習慣病、例えば心筋梗塞や脳卒中の発作を起こす可能性は、禁煙を始めたその瞬間から下がり始めます。この機会に、禁煙にチャレンジしてみたいはいかがですか。



▲詳細はこちらから

## 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	日時
与野中央公園	5/11・18・6/1(月) 10:00~11:30
与野公園	5/11・25(月) 14:00~15:30
大戸公園	5/20・6/3(水) 10:30~12:00
八王子公園	5/8・22(金) 10:30~12:00
鈴谷公民館多目的ホール	5/15(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

## 介護者サロン

参加  
無料

### 「バラのまち与野のつどい」

介護者同士、お茶を飲みながらゆっくり語り合ひましょう。

日時は変更となる可能性がありますので、事前に問合せ先までご連絡ください。

会場	日程
ナーシングヴィラ与野	7/25(土)、11/21(土)、R9.3/20(土)
きりしき	5/28(木)、10/22(木)、R9.1/28(木)

時間 13時30分~15時

問合せ 地域包括支援センター ナーシングヴィラ与野

TEL 859・5375 FAX 857・8532

地域包括支援センター きりしき

TEL 858・2121 FAX 858・6969

区高齢介護課 TEL 840・6068 FAX 840・6167

# 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 ☎853・7816 FAX 857・1946		与野図書館西分館 ☎854・8636 FAX 854・8694		
		与野南図書館 ☎855・3735 FAX 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	5/20・6/3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	5/13・27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
	紙芝居の森	5/31(日) 14:00~15:00	18歳以上の方 50人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場
与野図書館 西分館	わらべうたの会わらっこ	5/14(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	5/16(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	あかちゃんおはなし会	5/13(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	5/13(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 FAX 859・7323		大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 ☎832・5495 FAX 824・3308		
上落合公民館 〒338-0001 上落合6-9-3 ☎852・3132 FAX 852・3147		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 ☎・FAX 853・6007		
事業名	日時	対象・定員	費用・申込み	
鈴谷	美味しいごはんづくり教室 ~ナン&キーマカレーを 作ろう~	6/24(水) 10:00~14:00	市内在住・在勤・在学で、 18歳以上の方 11人	費用：1,300円 5/21(木)までにWEBで(抽選)
大戸	暮らしにハーブを活かす 「ハーブチンキ作り」	6/29(月) 10:00~12:00	どなたでも 16人	費用：1,000円 5/18(月)~6/5(金)に直接、電話又は WEBで(抽選)
与野本町	本町っ子ひろばPart 1 ~手遊び、読み聞かせ、 工作など~	6/5(金) 10:30~11:30	市内在住で、1歳6か月 ~3歳の子どもと その保護者 12組	5/13(水)9時~27(水)に電話(日曜を除く) 又はWEBで(先着順)
	親の学習事業 トマトグミ作りと おしゃべりタイム	6/20(土) 10:00~12:00	市内在住の小学生と その保護者 12組	費用：小学生1人につき500円 5/20(水)~6/3(水)にWEBで(抽選)
上落合	親の学習事業 親子ベビーダンス& おしゃべりタイム	6/5(金) 10:00~12:00	首のすわった3か月~ 1歳6か月の子どもと その保護者 15組	5/19(水)までに直接、電話又はWEBで (抽選)
下落合	与野図書館連携事業 おはなし会 in 下落合ベビー公民館(夏)	6/23(水) 10:00~11:00	未就学児とその保護者 10組	5/6(水)~22(金)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 FAX 855・5669		向原児童センター ☎・FAX 834・6083		
		大戸児童センター ☎・FAX 831・9536		
事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他	
本与野町	おおきくなったかな? 身長・体重を測ることができます!	5/27(水)~30(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	壁面制作 未来の自分を描いてみよう!	5/17(日)まで 10:00~17:00	18歳未満の子どもと その保護者	当日、直接、児童センターへ
大戸	ハイハイサロン おうちでできるふれあいあそびなど、 親子のお友だちづくりや情報交換が できます。	5/7~21の毎週木曜日 10:30~11:00	1歳までの子どもと その保護者	当日、直接、児童センターへ