

..... 北図書館

■おはなし会

日時 4月3日～24日の毎週水曜日
16時～16時30分
会場 イベントルーム
対象 3歳以上の子どもとその保護者
定員 各30人(当日先着順)

■映写会

①子ども映写会

日時 4月13日(土) 14時～15時
内容 「カワウソ親子の冒険」、
「盲導犬クイールの一生」

②ノースシネマサロン

日時 4月27日(土) 14時～15時30分
内容 「シャーロック 死を呼ぶ暗号」
〈共通〉
会場 プラザノース ユーモアスクエア
映写室

定員 60人(当日先着順)

..... 宮原図書館

■あかちゃんおはなし会

日時 4月11日(休) 11時～11時30分
対象 2歳以下の子どもとその保護者

■おはなし会

日時 4月25日(休) 15時30分～16時
対象 3歳以上の子どもとその保護者
〈共通〉

会場 宮原コミュニティセンター3階
第6集会室

定員 25人(当日先着順)



..... 大宮西部図書館

①おはなし会

日時 4月3日～24日の毎週水曜日
15時30分～16時
対象 3歳以上の子ども(保護者同伴
であれば3歳未満の子どもでも
参加できます)

②あかちゃんおはなし会

日時 4月10日(休) 11時～11時30分
対象 2歳以下の子どもとその保護者
〈①・②共通〉

内容 絵本の読み聞かせ、手遊び、
わらべうた など

③映画会

日時 4月26日(金) 15時～16時15分
内容 「ダンボ」
対象 小学生以下の子どもとその保護者

● 児童センター ●

宮原児童センター 〒331-0812 宮原町4-66-13 ☎・㊟667・3808
植竹児童センター 〒331-0805 盆栽町430 ☎・㊟652・3247
本郷児童センター 〒331-0802 本郷町1065-3 ☎・㊟664・7551

	事業名	日 時	対 象	内 容
宮原	プチタイム	4/24(水)、5/8(水)・10(金) 11:00～11:30	1歳以上の未就学児とその保護者	簡単な体操、手遊び、紙芝居 など
植竹	バドミントンタイム	毎週土曜日 14:00～15:00	小学生以上の子どもとその保護者	1グループ15分交代制で、友達や親子でバドミントンを楽しむ。
本郷	ドッジボールタイム	毎週月曜日 16:00～16:30	小学生	——

☆センターだよりは、ホームページでも確認できます。 ☎<http://www.saicity-j.or.jp/tayori.html>

公民館

日進公民館 〒331-0823 日進町2-1195-2 ☎・㊟663・6611
宮原公民館 〒331-0812 宮原町4-66-4 ☎・㊟667・0621

	事業名	日 時	対象・定員・費用	備 考
日進	親子で体験！キッズプログラム 「マイクラフトで プログラミング」	4/27(土) 10:00～11:30	小学3～6年生とその保護者 10組 (応募多数の場合は、抽せん) 1組500円	申込み：4月3日(休)の9時～10日(休)に、直接、 電話、ファクス又はさいたま市生涯学習情報シ ステムで、同公民館へ。
	乳幼児とママの リラクゼーション	4/18・25、5/9の各木曜日 (全3回) 10:00～11:30	生後2か月以上5歳未満の子ども とその保護者 10組 (応募多数の場合は、抽せん)	持ち物：大判タオル、ベビーオイル、飲み物、 おむつ 申込み：4月3日(休)の9時～9日(休)に、直接、電 話、ファクス又はさいたま市生涯学習情報シ ステムで、同公民館へ。
宮原	子どもわくわく教室 親子パン作り教室	5/6(休) 10:00～13:30	小学生とその保護者 9組 (応募多数の場合は、抽せん) 1組1,000円	申込み：4月8日(月)の9時～22日(月)に、直接、 電話又はファクスで、同公民館へ。 ※結果発表を4月24日(休)～28日(日)に事務室 前に掲示します(電話でも確認できます)。 当選者は結果発表期間中に費用を同公民館 へお支払いください。材料調達の都合上、4 月29日(祝)以降の返金はできません。

☆さいたま市生涯学習情報システム ☎<http://gakushu.city.saitama.jp/>



北区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、北区在住の方です。相談は電話でも行っています。
- ・母子保健の各学級の参加は、1人の子どもに対し1回のみです。

※会場は、北区保健センターです。

北区役所 3階
申込み・問合せは

TEL 669・6100

FAX 669・6169

事業名	日 時	内 容	対 象	申込み
産婦・ 新生児訪問	随時 ※土・日・祝休日・年末 年始(12/29～1/3) を除く。	助産師又は保健師の訪問 による育児相談や身長・ 体重の測定	生後1か月くらいまでの赤ちゃん とその母親(里帰り出産で期間内 に市内に居住している方も含む)	母子健康手帳別冊内の「出生連絡票」の訪 問希望「有」に○印をつけて郵送するか、 電話又はファクスでご連絡ください。

事業名・定員	日 時	内 容	対 象	申込み
赤ちゃんdeKITA☆ (母親学級・両親学級)	① 5/8(水) 13:30～16:00 ② 15(水) 9:55～14:30 ③ 18(土) 9:15～12:00 ※①～③で1コース。 なお、③のみ参加も可能です。	初めてお母さん・お父さんになる 方が、妊娠・出産・育児などにつ いて友達づくりをしながら楽しく学 び、赤ちゃんのお風呂の入れ方を 実習する。	初めてお産をする方で、出産 予定日が平成31年6月20日～ 10月16日の方 ※①②は妊婦のみ、 ③は妊婦とその夫の参加	4/5(金) 9:00～ ③のみ申し 込む場合は、 4/19(金) 9:00～
育児学級	5/10(金) 9:30～11:20 定員 30組(先着順)	育児について、楽しく学びながら 友達をつくる。	平成31年1・2月生まれの 赤ちゃんとその保護者 ※第1子優先。第2子以降は4月24日 (水)の9時から申込み開始。	4/10(水) 9:00～
離乳食教室	5/24(金) 13:30～14:50 定員 35人(先着順)	離乳食の進め方、作り方、試食、 お口のケアについてなど。	平成30年12月、平成31年1月 生まれの赤ちゃんの保護者	4/16(水) 9:00～
むし歯予防教室	5/9(木) 11:00～11:45 定員 12組(先着順)	むし歯予防のために規則的な食生 活や正しい歯みがき習慣を身につ ける。	平成29年12月～平成30年5月 生まれの子どもとその保護者	4/9(火) 9:00～
育児相談(乳児期)	9:30～10:30 4/18(木) 13:30～14:30	・身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士などによる育児相談 ・母子健康手帳、替えおむつ、パ スタオルを持参 ※乳児期・幼児期のきょうだいがいる方は、 どちらか都合のよい日をお選びください。	偶数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者 奇数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者	当日、直接、 会場へ。
育児相談(幼児期)	4/23(火) 9:30～10:30		偶数月生まれの1歳以上の 未就学児とその保護者	

体脂肪・筋肉量測定会 を開催します

体組成計を使って、体重、体脂肪、筋肉のバランス
などを測定します。体の状態を目で見てもみませんか。

日 時 5月22日(水) 9時30分～11時

会 場 北区保健センター

対 象 市内在住で、18歳以上の方
(妊娠中の方、ペースメーカーを使用し
ている方はご遠慮ください。)

定 員 36人(先着順)

申込み 4月12日(金)の9時から、
電話又はファクスで、
北区保健センターへ。



- ・子ども連れでも参加できます。
- ・素足になりやすい服装でお越しください。
- ・測定と結果説明で1人15分程度かかります。

赤ちゃんが泣いても 揺さぶらないで!!

赤ちゃんの脳はとても柔らかく、首の
筋肉が未発達のため、激しく揺さぶられ
ると重大な障害を負ったり、場合によ
っては命を落とすこともあります。家族や
周囲の人にも赤ちゃんの泣きの特徴を
知ってもらい、一緒に対応していきましょう。



※詳しくは、厚生労働省ホームページ「赤ちゃんが泣きやまない～
泣きへの理解と対処のために～」をご覧ください。

健康づくり階段クイズ

北区役所東側階段に健康に関するクイズを掲示しています。
健康のために階段をのぼりながら、健康についての知識を増
やしませんか。

保健センターには健康に関する多くの資料を
掲示しています。ぜひお立ち寄りください。