



北図書館 〒331-0812 宮原町1-852-1 ☎669・6111 ㊟669・6115
 宮原図書館 〒331-0811 吉野町2-195-1 ☎662・5401 ㊟653・8563
 大宮西部図書館 〒331-0825 櫛引町2-499-1 ☎664・4946 ㊟667・7715

..... 北図書館

■おはなし会

日時 8月7日・28日、9月4日の各水曜日
 16時～16時30分
 会場 イベントルーム
 対象 3歳以上の子どものとその保護者
 定員 各30人(当日先着順)

■夏休み特別おはなし会

日時 8月21日(水) 15時～16時
 会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室
 内容 絵本の読み聞かせ、工作 など
 対象 一人でお話が聞ける子ども(保護者は同伴できません)
 定員 40人(当日先着順)

■映写会

①子ども映写会

日時 8月10日(出) 14時～15時
 内容 「虫・ムシおもしろ図鑑 森の忍者! ナナフシ～驚きいっぱい! 巨大昆虫」

②ノースシネマサロン

日時 8月24日(出) 14時～16時
 内容 「紙屋悦子の青春」
 《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 8月8日(休) 11時～11時30分
 会場 宮原コミュニティセンター3階 第6集会室
 対象 2歳以下の子どものとその保護者
 定員 25人(当日先着順)

■夏休みおはなし会

期日 8月22日(休)
 時間 ①11時～11時30分
 ②14時～14時30分
 会場 宮原コミュニティセンター3階 音楽室

対象 ①2歳以下の子どものとその保護者
 ②3歳以上の子どものとその保護者
 定員 各60人(当日先着順)

..... 大宮西部図書館

■小学生のためのドッキリおはなし会

期日 8月22日(休)
 時間 10時30分～11時10分、
 15時～15時40分
 内容 こわい絵本の読み聞かせ、すばなし
 対象 小学生
 定員 各117人(当日先着順)

■映画会

日時 8月9日(金) 14時～15時
 内容 「ムーミン 落ちてきた星の子」
 「ムーミン 消えないおぼけ」
 対象 小学生以下の子どものとその保護者
 定員 117人(当日先着順)



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 益裁町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	毎週水・金曜日 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	パフォーマンスフェスティバル	8/22(休) 14:00～15:30	18歳未満の子どものとその保護者	クラシックギターの演奏とクラウンによるジャグリングショー
本郷	わくわく囲碁教室・交流会(シニアと児童)	8/7(水) 14:00～16:00	小学生	囲碁をとおして世代間交流

☆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>



日進公園コミュニティセンター 〒331-0823 日進町1-312-2 ☎・㊟664・4078

	事業名	日時	対象・定員・費用	備考
日進公園	お店直伝! お漬物活用ランチとぬか漬け講座	9/5(木)・12(木)(全2回) 10:00～13:00	市内在住又は在勤の方 16人 (応募多数の場合は、抽せん) 4,000円	内容: 区内の老舗漬物店の店主が教えるぬか漬けと漬物創作料理 申込み: 往復はがき(1人1通)に、講座名、郵便番号、住所(在勤の方は勤務地も)、氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、8月14日(水)(必着)までに、同コミュニティセンターへ。
	おはなし会in日進公園コミセン(秋)	9/10(水) 10:00～10:30	市内在住で、1～3歳の子どものとその保護者 10組(先着順)	内容: 絵本の読み聞かせや手遊びなど、親子で楽しむ 申込み: 8/7(水)の10時から、直接、電話又はファクスで、同コミュニティセンターへ。





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) 定員 ①②25人 ③30組 (先着順)	① 9/11(水) 13:30～16:00 ② 18(水) 9:55～14:30 ③ 21(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 予定日が令和元年10月21日～ 令和2年2月16日の方 ※①②は妊婦のみ、③は妊婦とその 夫の参加	8/7(水)9:00～ ※③のみ申し込 む場合は、 8/21(水)の9:00～
育児学級 定員 30組(先着順)	9/13(金) 9:30～11:20	育児について、楽しく学びながら 友達をつくる。	令和元年5・6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8/29(木) の9時から申込み開始。	8/15(木) 9:00～
離乳食教室 定員 35人(先着順)	9/12(木) 13:30～14:50	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31年4月・令和元年5月 生まれの赤ちゃんの保護者	8/8(木) 9:00～
むし歯予防教室 定員 各12組(先着順)	9/3(火) 9:45～10:30 11:00～11:45	むし歯予防のために規則的な食生 活や歯みがき習慣を学ぶ。	平成30年4～9月生まれの 子どもとその保護者	8/5(月) 9:00～
育児相談(乳児期)	9:30～10:30 8/26(月) 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、バ 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)	8/30(金) 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	



大宮アルディージャ
提携講師による

親子で運動 ～かけっこのコツ～

日時 9月1日(日) 10時～12時(受付は9時40分から)
会場 北区役所2階 B会議室
内容 親子で一緒に運動、かけっこの練習、
体組成や呼気中の一酸化炭素濃度の測定
対象 区内在住の小学生とその保護者
定員 15組(先着順)
申込み 8月6日(火)の9時から、電話又はファクスで、北区保健センターへ。



「自分発見！」
チャレンジさいたま
スタンプ対象事業です。

お子さんの 熱中症に注意!

赤ちゃんや子どもは、大人より体温調節機能が未熟です。また、身長が低かったり、ベビーカーに乗っていたりすると、地面からの照り返しの影響を受けやすいため、より熱中症になりやすくなります。

☆熱中症予防のポイント☆

- ①朝晩の涼しいうちに出かけ、こまめに日陰で休憩しましょう。
- ②ベビーカーの中は熱がこもりがちです。こまめにお子さんの様子を確認しましょう。
- ③汗をかいていたら拭き取り、こまめに麦茶、ミルク、母乳などで水分を補給しましょう。



息の中の有害物質を測ってみませんか?

～たばこを吸っている方、そのご家族の方へ～

マイクロCOモニターという測定器で、息の中にたばこの有害物質がどのくらい含まれているのか、20秒で簡単に測定することができます。禁煙のきっかけづくりにしてみませんか。

受動喫煙の可能性のあるご家族の方も測定できます。

また、北区保健センターでは、市内で禁煙治療を実施している医療機関一覧を配布しています。