



北図書館 〒331-0812 宮原町1-852-1 ☎669・6111 FAX669・6115
宮原図書館 〒331-0811 吉野町2-195-1 ☎662・5401 FAX653・8563
大宮西部図書館 〒331-0825 櫛引町2-499-1 ☎664・4946 FAX667・7715

..... 北図書館

①おはなし会

日時 7月8日～8月5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)

②あかちゃんおはなし会

日時 7月15日(火)～17日(金)
11時～11時30分

(いずれも同じ内容です)

会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室

対象 3歳以下の子どもとその保護者

定員 各20組(先着順)

申込み 7月7日(火)の9時から、直接又は
電話で、同図書館へ。

③子ども映写会

日時 7月11日(土) 14時～15時

内容 「虫・ムシおもしろ図鑑 森に隠れる
カマキリたち」ほか

④子ども映写会

日時 8月8日(土) 14時～15時30分

内容 「ミッキーマウス ミッキーのお
化け退治」ほか

⑤ノースシネマサロン

日時 7月25日(土) 14時～15時

内容 「昭和の記録 昭和39・40年」

⑥夏の映写会

日時 8月1日(土) 14時～16時

内容 「夏休みの地図」

③～⑥共通

会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室

定員 各60人(当日先着順)

..... 宮原図書館

■あかちゃんおはなし会

日時 7月9日(木) 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歳以下の子どもとその保護者

定員 25人(当日先着順)

■夏休みこども映写会

日時 7月29日(木) 14時～15時

会場 宮原コミュニティセンター1階

多目的ホール

内容 「消えたムーミン一家」ほか

定員 260人(当日先着順)

■夏休み工作教室

日時 7月30日(木) 10時～11時

会場 宮原コミュニティセンター3階

第6集会室

対象 小学3～6年生

定員 20人(先着順)

申込み 7月8日(火)の9時から、直接又は
電話で、同図書館へ。

■臨時休館のお知らせ

宮原図書館は宮原コミュニティセンターの施設修繕のため、8月1日(土)～令和3年3月31日(水)は臨時休館します。休館中は、宮原駅東口の宮原支所横にある専用返却ボストをご利用いただけます(年末年始を除く)。

..... 大宮西部図書館

■臨時休館のお知らせ

大宮西部図書館は施設修繕のため、7月1日(木)～令和3年3月31日(水)は臨時休館します。

一 臨時窓口を開設します一

7月9日(木)から、1階玄関ホールに臨時窓口を開設し、予約資料の貸出などを行います。詳細は同図書館へ(市図書館ホームページでもご覧いただけます)。

日時 月・水曜日を除く7月9日(木)～
11月29日(日)(祝・休日は開設)
10時～17時

さいたま市図書館ホームページ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

大宮盆栽美術館の 銘品コレクション

“盆栽のまち”北区が誇る銘品の数々を不定期で紹介します。

真柏 銘寿雲

真柏とは、岩壁に好んで自生するミヤマビャクシンを指します。本作では、幹から枝の大部分を、厳しい風雪を受けてねじられたまま凍てついた、鋭利な樹氷のように連なるシャリが占めています(推定樹齢800年)。圧倒的な造形美が、北国の自然の厳しさに耐えて、雄々しく生きる命の力強さをみせつけています。傑出したシャリとジンがもたらす美が真柏盆栽の大きな魅力であり、本作はその白眉と言えます。

*ジン(神)、シャリ(舍利)…歳月を経た松や真柏では、幹や枝の一部が枯れて、そのままの形を残すことがあります。枝先のものを「ジン」、幹の一部が枯れたものを「シャリ」と呼びます。

問合せ 大宮盆栽美術館 ☎780・2091 FAX668・2323





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。

※会場名がない事業は、北区保健センターが会場です。

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、電話又はファッ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 8/18(火) 13:30~16:00 ② 25(火) 9:55~14:30 ③ 29(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2年9月20日～令和3年1月16日の方 ※①②は妊婦のみ、③は妊婦とその夫の参加 | 7/17(金)9:00～ ※③のみ申し込む場合は、7月31日(金)の9:00～ |
| 母子保健 育児学級 定員 30組(先着順) | 8/7(金) 9:30~11:20 | 友達作りをしながら、育児について楽しく学び、親子のふれあいを深める。 | 令和2年4・5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7/22(木)の9時から申込み開始。 | 7/8(火)9:00～ |
| 離乳食教室 定員 35人(先着順) | 8/6(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。 | 令和2年3・4月生まれの赤ちゃんの保護者 | 7/14(火)9:00～ |
| むし歯予防教室 定員 12組(先着順) | 8/20(木) 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31年3月～令和元年9月生まれの子どもとその保護者 | 7/15(水)9:00～ |
| 育児相談(乳児期) 7/28(火) | 9:30~10:30 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。 | 奇数月生まれの1歳未満の赤ちゃんとその保護者 偶数月生まれの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) 7/29(水) | 9:30~10:30 | 1歳以上の未就学児とその保護者 | | |

動画で楽しく離乳食教室

発育状態に合わせた段階別の離乳食教室の動画を市ホームページで公開しています。さらに、赤ちゃんのお口のケアの動画もあります。ぜひご覧ください。

さいたま市 緊急事態宣言 検索

がらだが変わるやさしい運動 ～あなたや大切な方の血糖値が気になる方へ～

健診で血糖値が高めと言われた方や、血糖値が高めのご家族がいらっしゃる方が、生活習慣を見直す方法や、毎日続けられるやさしい運動を学べます。体脂肪・筋肉量も測定できます。

日 時 8月5日(火) 9時～12時
(受付は8時50分から)
会 場 北区保健センター
対 象 区内在住で、18～74歳の方
(妊娠中の方・持病などで運動制限のある方はご遠慮ください)
定 員 15人(先着順)
申込み 7月9日(木)の9時から、電話又はファックスで、北区保健センターへ。
問合せ



食生活改善推進員養成講座 (4日間1コース)

日時など 下表のとおり(時間は、変更となる場合があります)

| | 日 時 | 会 場 | 内 容 |
|-----------------|------------------------|----------------|------------|
| 1日目 | 8/20(木) 9:50～15:05 | 大宮区役所会議室 | 講義 |
| 会員活動体験期間 | | | |
| 2日目 | 11/5(木) 10:00～15:10 | 浦和区保健センター | 講義 |
| 3日目 | 11/12(木) 9:50～11:40 | 与野本町コミュニティセンター | 講義・運動実技 |
| 4日目 | 11/19(木) 9:50～14:40 | 大宮区役所会議室 | 講義・グループワーク |

※2日目以降は入会者のみ受講となります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

対 象 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

定 員 70人(先着順)

費 用 無料 ※会員活動体験への参加には、食材費などの実費がかかります。

申込み 7月7日(火)の9時から、電話又はファックスで、北区保健センターへ。
問合せ