



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 榎引町2-499-1 ☎664・4946 FAX667・7715

..... 北図書館

①おはなし会

日時 11月10日～12月8日の毎週水曜日
 16時～16時30分

対象 3歳以上の子どもとその保護者
 定員 各20人(先着順)

②あかちゃんおはなし会

日時 11月24日(火)～26日(金)
 11時～11時30分

対象 3歳以下の子どもとその保護者
 定員 各5組(先着順)

③11月の子ども映画会

日時 11月13日(土) 14時～15時30分

内容 「ダンボ」(1941年)
 対象 小学生以下の子どもとその保護者
 定員 30人(先着順)

④ノースシネマサロン

日時 11月27日(土) 14時～16時

内容 「哀愁」
 定員 30人(先着順)

⑤12月の子ども映画会

日時 12月4日(土) 14時～15時

内容 「まんが日本昔ばなし わらしべ

長者」ほか

対象 小学生以下の子どもとその保護者
 定員 30人(先着順)

《共通》

会場 ブラザノース ユーモアスクエア映写室
 申込み ①は11月5日(金)、②は11月10日(火)、③は11月4日(火)、④は11月18日(火)、⑤は11月25日(火)のいずれも9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

..... 宮原図書館

①おはなし会

日時 11月25日(火) 15時30分～16時

対象 3歳以上の子どもとその保護者
 定員 10人(先着順)

②あかちゃんおはなし会

日時 12月9日(火) 11時～11時30分

対象 2歳以下の子どもとその保護者
 定員 3組(先着順)

《共通》

会場 宮原コミュニティセンター3階第6集会室
 申込み ①は11月11日(火)、②は11月25

日(火)のいずれも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、蔵書点検のため、11月16日(火)～19日(金)は臨時休館します。

..... 大宮西部図書館

■映画会

日時 11月12日(金) 14時～15時40分

内容 「駅馬車」(1939年) ※字幕

定員 44人(先着順)

申込み 11月4日(火)の9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

■鉄道講座

日時 12月12日(日) 14時～16時

内容 「埼玉の鉄道～渋沢栄一と鉄道のかかわり・鉄道博物館のルーツをたどる～」

講師 五十嵐 健一 氏(鉄道博物館学芸員)

対象 市内在住の方

定員 50人(先着順)

申込み 11月16日(火)の9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

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



宮原児童センター 〒331-0812 宮原町4-66-13 ☎・FAX667・3808
 植竹児童センター 〒331-0805 盆栽町430 ☎・FAX652・3247
 本郷児童センター 〒331-0802 本郷町1065-3 ☎・FAX664・7551

	事業名	日時	対象・定員	申込み
宮原	チャレンジタイム	11/7～28の毎週日曜日 14:00～15:00	小学生 各15人(先着順)	参加希望日の1週間前の10時から、直接又は電話で、同センターへ。
植竹	家庭児童相談	11/9(火) 11:00～12:00	未就学児とその保護者	当日、直接、同センターへ。
本郷	発達相談	11/25(火) 11:00～12:00	2歳以上の未就学児とその保護者 5組(先着順)	11月18日(火)の10時から、直接、電話又はファクスで、同センターへ。

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>



大砂土公民館 〒331-0802 本郷町284 ☎・FAX666・3593
 日進公民館 〒331-0823 日進町2-1195-2 ☎・FAX663・6611

	事業名	日時	対象・定員	申込み
大砂土	古典文学講座(万葉集)	11/16(火)・30(火) 13:30～15:30	65歳以上の方 20人 (応募多数の場合は、抽せん)	11月2日(火)～10日(火)に、直接、電話又はファクスで、同公民館へ。
日進	野菜ソムリエから学ぶ 埼玉の冬野菜 ～我が家の食卓でSDGs～	11/21(日) 10:00～12:00	小学生とその保護者 20人 (応募多数の場合は、抽せん)	11月10日(火)までに、生涯学習情報システムで、同公民館へ。

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



宮原コミュニティセンター 〒331-0811 吉野町2-195-1 ☎653・8558 FAX653・8541

	事業名	日時	内容	申込み
宮原	宮原コミセン 展示まつり2021	11/25(火)～29(月) 10:00～16:30 ※25日は12時から、29日は15時まで	利用者が制作した作品の展示、利用団体の活動動画の上映 など	当日、直接、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、 電話又はファクスでご連絡ください。

事業名・定員	日 時	内 容	対 象	申込み
育児学級 定員16組(先着順)	12/3(金) 9:40~11:00	育児について、楽しく学び、親子 の触れ合いを深める。	令和3年8・9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11/24(水) の9時から申込み開始。	11/9(水)9:00~
離乳食教室 定員16人(先着順)	12/8(水) 13:30~14:30	離乳食の進め方、作り方、お口の ケアについて学ぶ。	令和3年7・8月生まれの 赤ちゃんの保護者	11/10(水)9:00~
むし歯予防教室 定員 各10人(先着順)	12/2(木) 9:45~10:15 11:00~11:30	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。	令和2年7月~令和3年1月 生まれの子どもと保護者	11/11(木)9:00~
育児相談(乳児期) 定員 各3組(先着順)	11/25(木)	A 9:20~10:00 B 9:40~10:20 C 10:10~10:50 D 10:30~11:10 E 11:00~11:40 F 11:20~12:00	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 ※乳児期・幼児期のきょうだいがいる方は、 相談内容に応じてどちらか都合のよい日 をお選びください。	11/8(月)9:00~
育児相談(幼児期) 定員 各3組(先着順)	11/26(金)		1歳以上の未就学児とその保護者	

おうちで
簡単!

からだ 身体メンテナンス ~すきま時間で身体が変わる~

健康管理のために「何から始めたらいいかわからない」という方に、健康運動指導士が、ご家庭で続けられる「ぶち」トレーニングを提案します。

日 時 12月22日(水) 13時30分~15時30分
会 場 北区保健センター
対 象 区内在住で、18~64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 8人(先着順)
申込み 11月15日(月)の9時から、電話又はファクスで、北区保健センターへ。

糖尿病
予防教室

食事のコツを知ろう!

健診で血糖値が高めと言われた方やそのご家族が、毎日の食事や生活習慣を見直す方法を学べます。管理栄養士が、血糖値を上げないための食事について指導します。更に、体脂肪・筋肉量も測定できます。

日 時 12月1日(水) 13時30分~16時(受付13時20分~)
会 場 北区保健センター
対 象 市内在住で、18~74歳の方(妊娠中の方、持病などで食事制限のある方はご遠慮ください)
定 員 12人(先着順)
申込み 11月5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。

赤ちゃんが 泣きやまない そんなときは



赤ちゃんがなかなか泣きやまないからといって、激しく揺さぶってはいけません。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、激しく揺さぶると重大な後遺症が残ることがあり、場合によっては、命を落とすこともあります。

なかなか泣きやまないときの対処例

- ミルクを飲ませる
- おむつを替える
- おくるみで包む
- 発熱がないか確認する など

様々な方法を試しても、泣きやまずに対応が難しいときは、赤ちゃんを安全なところに寝かせましょう。少しの間その場を離れてパパやママがリラックスしましょう。

厚生労働省 赤ちゃんが泣きやまない 検索