

お知らせコーナー

- ・申込みの記載のないものは、申込み不要です。
- ・費用の記載がないものは、無料です。

図書館

※11月の休館日 東浦和図書館・美園図書館：7月、21月、28月

東浦和図書館 ☎875-9977 ☎875-9687  
美園図書館 ☎764-9610 ☎764-9622

事業名	日時	内容	その他
東浦和 0・1・2歳のおはなし会	11/15(火) ①10:15～10:45 ②11:00～11:30 ③13:30～14:00	絵本の読み聞かせ、手あそびなど ※各回の内容は同じです。	対象：0～2歳児と保護者 定員：各3組(先着順) 申込み：11/8(火)9時から電話で同館へ
	としよ丸読書チャレンジ 12/1(木)～28(水) 9:00～20:00 ※土・日曜日は18:00まで	としよ丸読書手帳を活用したスタンプラリー・ 景品配布 ※本を3冊読むと景品がもらえます。	詳細は、館内ポスター又はさいたま市図書館 ホームページをご覧ください。
緑区地域文化講演会 「自然のつながりに気づ ころ!不思議とびっくりを 宝物に」	11/27(日) 14:00～15:30	緑区に生息する動植物などを通して、自然の あり方の大切さについて楽しく学ぶ (講師/NPO法人エコ.エコ 加倉井 範子氏)	会場：プラザイースト(中尾) 対象：小学生以上(保護者の同伴は1人まで) 定員：70人(先着順) 申込み：11/9(火)9時から電話又は直接同館へ
美園 おはなし会	11/17(木) 11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど (語り手/保育ボランティアひまわり)	対象・定員：2・3歳児と保護者・7組(先着順) 申込み：11/10(木)9時から電話で同館へ

移動図書館

ステーション名	11月	時間
井沼方公園(東浦和)	8日(火) 22日(火)	11:00～11:40
原前公園(三室)		14:40～15:30

大宮西部図書館 ☎664-4946 ☎667-7715

※雨天の場合は中止となります。  
※駐車場はありません。

市図書館ホームページ▶



公民館

大古里公民館 ☎810-4155 ☎810-4156 三室公民館 ☎873-2594  
尾間木公民館 ☎873-4993 ☎873-4998 原山公民館 ☎882-8321 美園公民館 ☎878-0515

事業名	日時	内容	その他
大古里 大古里公民館地区文化祭	11/11(金)～13(日) 9:00～16:30 ※13日は15:30まで	大古里公民館で活動している団体による作 品展示	申込み：当日、直接同館へ
	三室 みむろっこはっぴい 12/2(金) 10:00～11:00	クリスマスコンサート、パネルシアター、 手遊び、お誕生日会	対象・定員：乳幼児と保護者・20組(先着順) 申込み：11/4(金)から電話、FAX又は直接同館へ
尾間木 ひだまり文庫 11/26(土) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15	絵本・児童書の「読み聴かせ」と貸し出し、 紙芝居など	対象：乳幼児と保護者、小学生	
美園 美園おもちゃ診療所 12/2(金) 10:00～11:30	壊れたおもちゃの修理 ※ゲーム機類は取り扱いません。	申込み：当日、直接同館へ 費用：無料 ※電池・部品代は実費です。	

児童センター ※11月の休館日：23祝

尾間木児童センター ☎711-4182 ☎711-4183

事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
尾間木 SDGsワークショップ	11/12(土) 14:30～16:30	プラスチックアートなど	対象・定員：小学生・10人(先着順) 持ち物：家庭で不要になったプラスチック 申込み：11/5(土)9時から11(金)に電話又は直接同館へ
	11/19(土) 14:30～15:00	紙コップブーメラン作り	対象・定員：小学生・7人(先着順) 申込み：11/12(土)9時から18(金)に電話又は直接同館へ

緑区役所浦和レッズコーナー

緑区役所1階区民ホールに浦和レッズコーナーを設置しています。ここでは、浦和レッズやレッズレディーズに関するグッズなどを展示しています。レッズコーナーをバックに記念写真も撮れますので、ぜひお立ち寄りください!



問合せ/区コミュニティ課 ☎712-1130 ☎712-1272

第48回東浦和美術展 無料

東浦和美術クラブの会員作品約100点を展示します。ぜひご覧ください。

日時/11月6日(日)～13日(日)

10時～17時

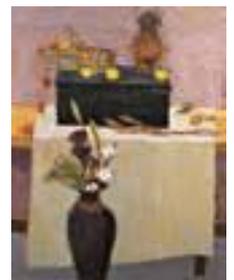
※13日は16時まで

会場/プラザイースト(中尾)

展示作品/日本画、洋画、工芸

問合せ/東浦和美術クラブ 金濱

☎886-0290



画室の静物 高橋瑞紀

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せ先へ。  
 ※感染症予防のため、当日又は2週間以内に発熱や風邪症状等がある方は、イベント等への参加をお控えください。



# 緑区保健センター

**母子保健** 各事業は区内在住の方が対象。  
各学級の参加は、一人のお子さんに対し1回のみ。

**成人保健** 健康相談は電話でも  
行っています。

会場の記載がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。  
**申込みは、申込日の9時からです。電話以外での申込みについては、事前にお問合せください。**

緑区役所 3階  
 申込み・問合せは  
**TEL 712・1200**  
**FAX 712・1279**

## 母子健康手帳の交付

妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)で母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。  
 持ち物などの詳細は、ホームページでご確認ください。  
 ※美園コミュニティセンターにも火曜日(9:30~16:30 受付16:00まで)に母子保健相談員が出張しています。  
 こちらは事前申込みが必要です。

美園地区妊娠・出産包括支援センター出張窓口HP▶



事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後1か月くらいまでの赤ちゃんと母親(里帰り出産で期間内に区内に滞在中の方も含む)	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ、早めに保健センターへ

事業名・定員	日時	内容	対象	申込日
<b>パパママ教室</b> 18組(先着順)	12/17(土) 9:15 ~ 11:40	妊娠・出産・育児について学ぶ	出産予定日が令和5年5月20日以前の初産婦とパートナー等	11/15(火)~
<b>緑区ひよこClub</b> 24組(先着順)	12/2(金) 13:30 ~ 14:50	育児について、お友達作りをしながら楽しく学ぶ	令和4年8・9月生まれの赤ちゃんと保護者	11/7(月)~
<b>離乳食教室</b> 各12人(先着順)	12/7(水) ①10:00 ~ 11:30 ②13:30 ~ 15:00 時間の選択不可	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和4年7・8月生まれの赤ちゃんの保護者	11/9(水)~
<b>むし歯予防教室</b> 各12組(先着順)	12/16(金) ① 9:45 ~ 10:30 ②11:00 ~ 11:45 時間の選択不可	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3年7月~令和4年1月生まれのお子さんと保護者	11/14(月)~
<b>育児相談(乳児期)</b> 31組(先着順)	12/9(金) 13:15 ~ 16:15	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士等による相談(1組につき保健師に加え1職種のみ選択可。予約枠に限りがあります。)	1歳未満の赤ちゃん	11/10(木)~ <small>申込み時に受付時間をお伝えします。時間には遅れません。</small>
<b>育児相談(幼児期)</b> 27組(先着順)	12/12(月) 9:15 ~ 11:45		1歳~就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	申込み
<b>健康相談</b>	平日(月曜~金曜) 9:00 ~ 16:00	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談	直接お越しください。 栄養、歯科相談は、事前にお問い合わせください。

## 緑区ふたごClub

ふたご以上の妊娠・育児について、楽しくおしゃべりしませんか。

**日時** / 12月14日(水) 10時30分~12時

(受付:10時15分~10時30分)

**対象** / 市内在住の妊娠16週以降のふたご以上を妊娠している方

市内在住のふたご以上のお子さんと保護者

**定員** / 6組(先着順)

**内容** / 座談会・交流会

**申込み** / 11月11日(金)~

※緑区以外に在住の方は、11月25日(金)以降にお問い合わせください。



## 【step up編】

### ぷよっと お腹を引き締める! 食事と運動教室 (会場・Zoom同時開催)

いろいろやってみたけど、まだぷよっとしている?

保健師、管理栄養士と運動習慣や食事バランスを学び、健康運動指導士とバリエーション豊富なエクササイズをして、引き締まったお腹を手に入れましょう!

**日時** / 12月5日(月) 9時30分~11時45分(受付:9時15分~)

**対象** / 区内在住の18歳~64歳の方

**定員** / 各12人(先着順)

- 内容** / ①体組成(筋肉量・体脂肪量・筋肉バランス等)測定(会場のみ)  
 ②「お腹周りの筋肉をつかうエクササイズ」の運動実技  
 ③「より身を引き締める運動習慣」のお話  
 ④「バランスのよい食事」のお話

**申込み** / 11月8日(火)~

