

# 緑区保健センターからのお知らせ (申込み・問合せ: ☎712・1200 FAX 712・1279)

- ・対象は、原則緑区内在住の方です。
- ・各母子保健教室の参加は、お子さん一人に対し1回のみです。
- ・会場がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。

**電子申請** 申込はこちらから



- ・事業名を検索してお申し込みください。
- ・電子申請受付終了後は電話でお問い合わせください。

**区HP**



◀事業の最新状況はこちらからご確認ください。

**妊娠・出産包括支援センター (保健センター内)** 母子保健相談員(保健師・助産師等)が母子健康手帳の交付や面接を行います。予約方法や持ち物などの詳細は、ホームページでご確認ください。

ホームページ▶ 

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み	
<b>母子保健</b>	<b>パパママ教室</b> 20組(先着順)	<b>10/14(土)</b> 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11月11日~令和6年3月18日の初産婦とパートナー等	9/5(火) 9:00 ~
	<b>離乳食教室</b> 24人(先着順)	<b>10/19(木)</b> 13:30 ~ 15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和5年5・6月生まれの赤ちゃんの保護者	9/11(月) 9:00 ~
	<b>育児学級</b> 24組(先着順)	<b>10/6(金)</b> 13:30 ~ 14:55	育児について、お友達作りをしながら楽しく学ぶ	令和5年6・7月生まれの赤ちゃんとの保護者	9/8(金) 9:00 ~
	<b>むし歯予防教室</b> 12組(先着順)	<b>10/2(月)</b> 10:15 ~ 11:00	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4年5 ~ 12月生まれのお子さんとの保護者	9/6(水) 9:00 ~
	<b>育児相談</b> 28組(先着順)	<b>9/27(水)</b> 9:00 ~ 11:30	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士などによる相談(発育・発達の確認とご希望の1職種)の相談を選択可。予約枠に限りがあります。	0歳~就学前のお子さんと保護者	9/5(火) 9:00 ~

電子申請・届出サービス

## オトナ女子のセルフデザイン教室

自分のことを後回しにしているあなた！  
自分の健康を、自分の力でより良く自由にデザインしてみましょう。

**日時** / 10月17日(火) 9時30分~11時40分

**対象** / 区内在住の18~64歳の女性

**定員** / 16人(先着順)

- 内容** / ①体組成測定  
②「乳がん自己検診法をマスター」のお話  
③「口元のアンチエイジング」のお話  
④「しなやかな身体をつくる」ヨガ実技

**申込み** / 9月6日(水)の9時~電話で



## 食生活改善推進員養成講座~私たちの健康は私たちの手で~

食生活を見直し、健康づくりの輪を広げる、食生活改善推進員を養成するための講座を開催します。

**会場** / 浦和区保健センター(浦和区常盤)など

**内容** / 食生活や健康づくりに関する講義・演習・運動実技

**対象** / 緑・中央・桜・浦和・南区に在住で、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** / 30人(先着順)

**費用** / 無料 ※地区活動体験は食材費などの実費がかかります。

**申込み** / 9月7日(木)の9時~在住の区の保健センターへ電話、ファクス又は電子申請で

日時		
1日目	10月25日(火)	10:00~12:15
2日目	11月1日(火)	10:00~12:00
3日目	11月8日(火)	
4日目	11月22日(火)	
5日目	11月29日(火)	10:00~12:30
6日目	12月6日(火)	



▲市ホームページ

※時間等は変更する場合があります。  
※1コース6日間で、1~5日目までの間に地区活動体験があります。

## 母親学級

初めてお産する方が、口腔ケア・食生活などについて楽しく学ぶ教室です。

**日時** / 10月4日(火) 13時30分~15時50分

**内容** / ①赤ちゃんの育児・妊娠中の食生活・妊娠中の口腔ケアの講義 ②座談会

**対象** / 区内在住の初めてお産をする方で、出産予定日が令和6年1月11日~3月21日の方

**定員** / 16人(先着順)

**申込み** / 9月7日(木)の9時~電子申請で



※感染症の影響により、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。

## 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

※9月の休館日 東浦和図書館・美園図書館：4月、11月、20日、25日

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	対象・定員・申込み
東浦和	どんぐりおはなし会	9/9(土)・23(祝) 11:00～11:30	すばなし、手あそび、絵本の読み聞かせなど (語り手/おはなしグループどんぐり) ※各日の内容は同じです。	対象：幼児と保護者、小学生 定員：各3組(先着順) 申込み：当日開始15分前から直接同館へ
	おはなし会	9/14(木) 16:00～16:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど	対象：幼児と保護者 定員：3組(先着順) 申込み：当日開始15分前から直接同館へ
	あかちゃんおはなし会	9/19(火) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30 ③13:30～14:00	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：9/12(火)の9時～電話で受付
美園	あかちゃんおはなし会	9/21(木) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	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) ※各回の内容は同じです。	対象：0～2歳児と保護者 定員：各7組(先着順) 申込み：9/14(木)の9時～電話で受付

## 移動図書館

ステーション名	9月	時間
井沼方公園(東浦和)	12日(火) 26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
尾間木	ひだまり文庫	9/30(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	9/15(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。	費用：無料 ※電池・部品代などは実費です。 申込み：当日、直接会場へ

## コミュニティセンター

美園コミュニティセンター ☎764-8810 ㊟764-9310

	事業名	日時	内容
美園	美園コミセンまつり「展示の部」	9/16(土)・17(日) 9:00～17:00	美園コミュニティセンターで活動している団体による、サークル紹介や作品などの展示発表会

## 児童センター

※9月の休館日：23日

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	あかちゃんサロン	9/11(月)	手あそび、絵本の読み聞かせ、体操など	0歳児と保護者	各10組(先着順)	9/5(火)～10(日)
	よちよちひろば	9/14(木)		1歳児と保護者		9/7(木)～13(火)
	ちびっこひろば	9/15(金)		2～4歳児と保護者		9/8(金)～14(木)
	あかちゃんサロン	9/20(水)	栄養士から月齢にあわせた離乳食の進め方を学ぶ	0歳児と保護者	9/13(火)～19(火)	
	誕生会	9/26(火) 10:30～11:00	読み聞かせ、誕生カード配付、手形とり、身長体重測定など	9月生まれの0～4歳児と保護者	10組(先着順)	9/19(火)～25(月)に電話又は直接同館へ

## 浦和レッズ ホームタウン活動報告「このゆびとまれっす！」

「このゆびとまれっす！」は、地域の課題解決を目指し、クラブがきっかけとなって、支援者・賛同者とともに、継続・拡大していくアクションプログラムです。

ここ2年は、子ども食堂を支援する取り組みを中心に活動してきましたが、新たに「食品ロス削減」に対する取り組みとして「フードドライブ」を推進していきます。



問合せ/浦和レッドダイヤモンズ ☎812-1001 ㊟840-5503