

## 緑区保健センターからのお知らせ(申込み・問合せ: 0712・1200 FAX 0712・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。
- ・会場名がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。
- ・申込方法等の質問や、育児相談は、電話などでも行っています。

## 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。

こども家庭センター みどり  
(妊娠・出産包括支援担当)  
0712・1201(直通)

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。  
※美園コミュニティセンターにも出張窓口を開設しています。日程はホームページでご確認ください。

ホームページ▶



事業名	日時	内容	対象	申込み
パパママ教室 24組(先着順)	R8.1/17(土) 9:15～11:50	妊娠・出産・育児について学ぶ	出産予定日が令和8年2月21日～6月20日の初産婦とパートナー等	市電子申請・届出サービス 12/5(金) 9:00～
育児学級 24組(先着順)	1/9(金) 13:30～14:55	育児について、お友達づくりをしながら楽しく学ぶ	令和7年9・10・11月生まれの赤ちゃんと保護者	
離乳食教室 24人(先着順)	1/23(金) 13:30～15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和7年8・9月生まれの赤ちゃんの保護者	
むし歯予防教室 12組(先着順)	1/14(水) 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6年8月～令和7年3月生まれのお子さんと保護者	
育児相談(乳児)	12/24(水) 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相談	1歳未満の赤ちゃんと保護者	
育児相談(幼児)	12/25(木) 9:30～10:30	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	1歳～就学前のお子さんと保護者	当日、直接会場へ
事業名	日時	内容	申込み	
成人保健 健康相談	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	事前にお問い合わせください。	

## 母親学級

初めてお産する方が妊娠・出産・育児などについて学べる教室です。

出産予定日が近い方同士で気軽におしゃべりしてみませんか?

日 時／令和8年1月28日(水)

13時30分～15時50分

内 容／①講話(赤ちゃんの育児、妊娠中の食生活・口腔ケア)  
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8年3月26日～7月15日の方

定 員／16人(先着順)

申込み／12月5日(金)の9時～市電子申請・届出サービスで



▲市電子申請・届出サービス

## 美園地区で育児相談を行います！

区保健センターへお越しになるのが難しい保護者の方々、ぜひご参加ください♪

日 時／令和8年1月15日(木) 9時20分～11時35分

会 場／あいう園美園浦和美園駅前保育園

子育て支援センター(美園)

対 象／区内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者

定 員／18組(先着順)

内 容／①身長・体重測定

②保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談

申込み／12月5日(金)の9時～

市電子申請・届出サービスで

※事前申込みが必要です。

会場では申込みできません。



市電子申請・届出サービス▶



## お酒と上手に付き合いましょう

12月は忘年会などでお酒を飲む機会が増える季節です。

楽しいひと時も、飲み過ぎてしまえば健康を損なう原因になります。年末年始を元気に過ごすためにも「健康に配慮した飲酒」を心がけ、お酒と上手に付き合いましょう。

## 健康に配慮した飲酒の仕方

- ①日頃の飲酒量を把握する
- ③食事をとりながら飲酒する
- ⑤お酒を飲まない日(休肝日)をつくる
- ②あらかじめ量を決めて飲酒する
- ④飲酒の合間に水や炭酸水を飲む



参考:さいたま市健康なび▶



## 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

※12月の休館日

東浦和図書館・美園図書館 1月、8月、15月、22月、29月～R8.1/5月)

※東浦和駅前の返却ポストは、12/28日17時～1/4日9時の間はご利用できません。

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	どんぐりおはなし会	12/13(土)・27(土) 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5組(先着順) 申込み：当日開始15分前～直接同館へ
	あかちゃんおはなし会	12/16(火) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	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5組(先着順) 申込み：12/9(火)の9時～電話で受付
美園	あかちゃんおはなし会	12/18(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9組(先着順) 申込み：12/11(木)の9時～電話で受付
	美園図書館開館 10周年記念イベント	12/23(火)～R8.1/18(日) 開館時間内 ※クイズイベントは、1/6(火) からです。	・開館した2016年に関する資料展示 ・美園図書館へのメッセージ展示 ・クイズイベント「浦和レッズからの挑戦状」	開館時間：火～金曜日 9時～20時 土・日曜日、祝日 9時～18時 詳しくは、館内ポスター又は市図書館 ホームページをご覧ください。

### 移動図書館

ステーション名	12月	時間	大宮西部図書館 664-4946 667-7715
井沼方公園(東浦和)	2日(火)	11:00～11:40	※交通事情により訪問予定時刻に 到着しない場合があります。
原前公園(三室)	16日(火)	14:40～15:30	※雨天の場合は中止します。 ※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	みむろ文庫	12/6・13・20の各土曜日 13:30～15:30	児童書の貸し出し	対象：幼児と保護者、小学生 申込み：当日、直接同館へ
尾間木	ひだまり文庫	12/20(土) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15	絵本・児童書の読み聞かせと貸し出し、紙芝居など ※各回の内容は異なります。両方に参加可能です。	対象：乳幼児と保護者、小学生
美園	冬休み子ども公民館 「今昔あそび」	12/24(水) 14:00～15:30	ニュースポーツ「ディスコン」といろいろな 「むかしあそび」に挑戦	
	美園おもちゃ診療所	12/5(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・部品代は実費です。 申込み：当日、直接同館へ
	みその新春寄席	R8.1/20(火) 10:00～11:30	新春のひとときを真打による落語で楽しむ	対象：美園公民館地域の方優先 定員：70人(先着順) 申込み：12/16(火)の9時～電話、FAX、又は 直接同館へ

### 児童センター

※12月の休館日：26金、29月～R8.1/3土

尾間木児童センター 711-4182 711-4183

事業名		日時	内容	その他
尾間木	エンジョイ親子あそび	12/13(土) 11:00～11:30	体操・手あそび・簡単工作など	対象：未就学児と保護者
	工作タイム	12/13(土) 14:00～15:00	まつぼっくりツリー作り	対象：小学生 定員：15人(先着順) 申込み：12/6(土)～電話又は直接同館へ(10時～17時)

### 青色防犯パトロール車にAEDを搭載しています

青色防犯パトロール時に、AEDを車に搭載し、区内を巡回しています。

救命事案発生時に、青色防犯パトロール中の車を見かけたら、迷わず、乗車している職員に声をかけてください。

問合せ／区総務課  
712-1123  
712-1270



### 浦和レッズ ホームタウン活動報告 「2025年ありがとうございました。」

いつも熱い応援をいただき、誠にありがとうございます。

2025年もお祭りへのブース出展や学校に出向いての「レッズ先生」、レッズローズ植栽、社会連携活動「このゆびとまれっす！」、ハートフルクラブの活動を通じて地域のたくさんの方々と触れ合うことができました。

今後も笑顔あふれる幸せなまちづくりに貢献していきます。

問合せ／浦和レッズ  
812-1001 840-5503

