

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)
☎712・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談を行います。
予約方法や持ち物などの詳細は、市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。日程は市ホームページでご確認ください。

市ホームページ▶



事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時	助産師または保健師の訪問による育児相談	生後1〜2か月くらいまでの赤ちゃんとお母さん(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	日時	内容	対象	申込み
母子保健	パパママ教室 22組(先着順)	10/10(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11月21日~令和9年3月19日の初産婦とパートナー等
	離乳食教室 26人(先着順)	10/20(火) 13:30 ~ 15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和8年5〜7月生まれの赤ちゃんの保護者
	むし歯予防教室 14組(先着順)	10/6(火) 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7年5〜12月生まれのお子さんと保護者
	育児相談(乳児)	9/30(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お母さん
				当日、直接会場へ

市電子申請・届出サービス

事業名	日時	内容	申込み
成人保健 健康相談	平日(月〜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。

心地よい眠りへ導く快眠ストレッチ教室

睡眠不足は、生活習慣病にも影響します。正しい知識を学び、自分自身を心地よい睡眠へ導きましょう。

日 時/10月28日(水) 9時30分〜12時

内 容/①歯科医師による口腔チェック ②保健師による「心地よい眠りの秘訣」の講話
③歯科衛生士による「睡眠とお口の関係」の講話
④健康運動指導士による「心地よい眠りへ導くストレッチ」の運動実技

対 象/区内在住の18〜64歳の方 定 員/16人(先着順)

申込み/9月7日(月)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

握力測定会

握力は全身の総合的な筋力と関連があります。握力測定を行い、自分の筋力の変化を客観的に確かめてみませんか？

日 時/9月14日(月) 14時〜15時30分

会 場/緑区役所1階 区民ホール

対 象/区内在住の18歳以上の方

申込み/当日、直接会場へ



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/10月7日(水) 13時30分〜15時50分

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11月19日〜令和9年3月24日の方

定 員/20人(先着順)

内 容/①講義(赤ちゃんの育児、妊娠中の食生活・口腔ケア)
②座談会

申込み/9月7日(月)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

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 7月、14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	対象・定員・申込み
東浦和	おはなし会	9/10(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：5組(先着順) 申込み：当日開始15分前～直接同館へ
	どんぐりおはなし会	9/12(土)・26(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	9/15(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：当日開始15分前～直接同館へ
美園	あかちゃんおはなし会	9/17(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：9/10(木)の9時～電話で受付

移動図書館

大宮西部図書館
☎664・4946 ☎667・7715

ステーション名	9月	時間
井沼方公園(東浦和)	8日(火)	11:00～11:40
原前公園(三室)		14:40～15:30

※雨天の場合は中止となります。
※駐車場はありません。
※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。



▲市図書館ホームページ



▲生涯学習情報システム

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	9/5・12・19・26の 各土曜日 13:30～15:30	絵本・児童書の貸し出し	対象：乳幼児と保護者、小学生 申込み：当日、直接同館へ
	生きがい 健康づくり教室 「スマホを安全に、 もっと楽しもう!!」	9/25(金)、10/2(金) 10:00～12:00 (全2回)	第1回 知っておきたいスマホの防犯 第2回 便利なアプリの追加と使い方を学ぶ	対象：市内在住の65歳以上の方でスマホの基本操作 が可能なる方 定員：20人(先着順) 費用：400円(教材費・通信費) 申込み：9/4(金)の9時～生涯学習情報システム、電話、 FAX又は直接同館へ
	人権講座 「心を癒すセラピー ドッグの世界」	10/3(土) 10:00～12:00	人の心を癒すセラピードッグについて理解を深め、 触れ合いを通して命の尊さを再認識する	対象：どなたでも 定員：30人(先着順) 申込み：9/14(月)の9時～生涯学習情報システム、電話、 FAX又は直接同館へ
尾間木	ひだまり文庫	9/26(土) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15	絵本・紙芝居の読み聞かせ、手あそび、 絵本の貸し出しなど ※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 申込み：当日、直接同館へ
美園	美園おもちゃ 診療所	9/4(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

児童センター

※9月の休館日：22(休)、23(祝)

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	歯みがき指導	9/16(水) 10:30～11:30	歯科衛生士による歯のみがき方等の 講座	対象：未就学児と保護者
	あかちゃんサロン (ベジチェック測定)	9/28(月) 10:30～11:00	野菜摂取レベル測定、ふれあいあそび、 座談会など	対象：0歳児と保護者 定員：15組(先着順) 申込み：9/7(月)～電話又は直接同館へ(10時～17時)

食生活改善推進員養成講座

食生活を見直し、健康づくりの輪を広げる、食生活改善推進委員の養成講座を開催します。

会場／与野本町コミュニティセンター

内容／食生活や健康づくりに関する講義・演習・運動実技

(6日間で1コースです。)

※講座期間中に地区活動体験をしていただきます。

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／60人(先着順)

申込み／9月10日(木)の9時～市電子申請・届出サービス又は電話、FAXで
お住まいの区の保健センターへ

日時		
1日目	10/22(木)	10:00～12:10
2日目	10/29(木)	10:00～12:00
3日目	11/12(木)	
4日目	11/26(木)	
5日目	12/3(木)	10:00～12:30
6日目	12/10(木)	



▲市電子申請・
届出サービス