

南区 インフォメーションコーナー

- 申込みの案内がない場合は当日、各施設へ直接お越しください。
- 特に案内がない場合、定員は制限なし、参加費は無料、各回の内容は同じです。
- 新型コロナウイルスの影響などにより、中止や内容を変更する場合があります。また、イベント等に参加する際は、感染予防の徹底(マスク・検温など)をお願いします。詳しくは、市ホームページを確認、又は各施設へお問い合わせください。

図書館 からののお知らせ

武蔵浦和図書館 ☎844・7210 ㊟844・7207 南浦和図書館 ☎862・8568 ㊟862・8589
東浦和図書館 ☎875・9977 ㊟875・9687

| | 事業名 | 日時 | 内容 | 対象・定員・申込み等 |
|------|------------------|---|---|--|
| 武蔵浦和 | おはなし会 | 2/9㊟ 15:00 ~ 15:30 | 絵本の読み聞かせ、手あそびなど | 対象/3歳くらいからの幼児(保護者可) 定員/10人(先着順) 申込み/2/2㊟~8㊟9時から電話又は直接図書館へ 会場/武蔵浦和コミュニティセンター 第7・8集会室 |
| | ひまわりおはなし会 | 2/16㊟ 15:00 ~ 15:30 | 絵本の読み聞かせ、手あそびなど (語り手/おはなしひまわり) | 対象/3歳くらいからの幼児(保護者可) 定員/10人(先着順) 申込み/2/9㊟~15㊟9時から電話又は直接図書館へ 会場/武蔵浦和コミュニティセンター 第7・8集会室 |
| 南浦和 | ひまわりおはなし会 | 2/10㊟ 15:00 ~ 15:30 | 絵本の読み聞かせ、手あそびなど (語り手/おはなしひまわり) | 対象/3歳くらいからの幼児(保護者可) 定員/10人(先着順) 申込み/2/3㊟~9㊟9時から電話又は直接武蔵浦和図書館へ |
| | おやこおはなし会 | 2/12㊟ 11:00 ~ 11:30 | ずばなし、絵本の読み聞かせなど (語り手/南浦和図書館おはなしボランティア) | 対象/3歳くらいからの幼児、小学生(保護者可) 定員/10人(先着順) 申込み/2/3㊟~10㊟9時から電話又は直接武蔵浦和図書館へ |
| 東浦和 | おはなし会 | ①2/10㊟ ②24㊟ 15:30 ~ 16:00 | 絵本の読み聞かせ、紙芝居など ※①②で内容が変わります。 | 対象/2歳以上の幼児とその保護者 定員/各3組(先着順) 申込み/当日開始15分前から直接図書館へ |
| | 0・1・2歳の おはなし会 | 2/15㊟ ①10:30 ~ 11:00 ②11:00 ~ 11:30 ③13:30 ~ 14:00 | 絵本の読み聞かせ、手あそびなど | 対象/0~2歳児とその保護者 定員/各3組(先着順) 申込み/2/8㊟9時から電話で図書館へ |

移動図書館 明花公園

2月1日㊟・15日㊟・3月1日㊟ 13:20 ~ 14:10

※雨天中止。駐車場はありません。

詳しくは、大宮西部図書館(☎664・4946 ㊟667・7715)へ。

さいたま市図書館
ホームページ



公民館 からののお知らせ

申込みの受付時間は、各館にお問い合わせください。

文蔵公民館 ☎845・5151 ㊟845・5152 南浦和公民館 ☎882・6035 ㊟886・5856
谷田公民館 ☎・㊟882・9272 六辻公民館 ☎・㊟861・1930 西浦和公民館 ☎・㊟862・9522
別所公民館 ☎・㊟864・6781 東浦和公民館 ☎・㊟874・0550
善前公民館 ☎・㊟887・0580 田島公民館 ☎・㊟863・0400

| | 事業名 | 日時 | 内容 | 対象・定員・申込み等 |
|-----|----------------------------------|---------------------------------|--|--|
| 文蔵 | 異文化理解講座 中東とイスラームの 世界 (全2回) | 2/19(土)・26(土) 13:30 ~ 15:30 | 中東とイスラームの世界について 歴史や文化を学び、多文化共生に ついて考えます。 | 対象/市内在住、在勤、在学の方(2回参加できる方) 定員/25人(先着順) 申込み/2/3(土)~18(金)生涯学習 情報システム又は電話で直接公民館へ 持ち物/筆記用具 |
| 南浦和 | 江戸木目込み 「兜」づくり (全2回) | 3/15㊟・22㊟ 13:30 ~ 16:30 | 岩槻・伝統工芸士指導の下、木目 込みの兜を作ります。 | 対象/どなたでも(2回参加できる方) 定員/20人(先着順) 申込み/2/4(金)~3/11(金)電話又は直接公民館へ 持ち物/汚れてもよい服装、エプロン、おしぼり、はさみ、 筆記用具 参加費/2,700円 |
| 谷田 | のびのび文庫 | 2/5 ~ 26の毎週土曜日 13:30 ~ 15:00 | 本の読み聞かせ、本の貸出しなど | 対象/乳幼児とその保護者、小学生(保護者可) |
| 六辻 | 春のおはなしまつり | 3/2㊟ 10:00 ~ 11:30 | 絵本の読み聞かせ、手あそび、体 操、簡単な工作等 | 対象/乳幼児とその保護者 定員/10組(先着順) 申込み/2/7(月)~22(㊟)電話又は直接公民館へ 持ち物/かかと付きの上履き、下足入れ、飲み物 |
| 西浦和 | あつまれ! 親子わいわい広場 | 3/11(金) 14:00 ~ 16:30 | 親子が自由に集まり、一緒に遊び ます。 | 対象/1歳6か月未満の乳幼児とその保護者 定員/10組(先着順) 申込み/2/4(金)から開催日の前 日までに電話で直接公民館へ 持ち物/飲み物、おもちゃ(必要な人のみ) |
| 東浦和 | にこにこ文庫 おたのしみ季節行事 | 2/16㊟ 14:30 ~ 16:30 | にこにこ文庫スタッフとおひなさ まを作り、桃の節句を楽しみます。 | 対象/幼児とその保護者、小学生(保護者可) 定員/20人(先着順) 申込み/2/2(㊟)~15(㊟)電話又は直接公民館へ |
| 田島 | 子育てサロン 「たーたん」 | 2/24(木) 10:00 ~ 12:00 | 子育てサポーターと手あそび、体 操をします。その後は体育室で自 由に遊びます。 | 対象/乳幼児とその保護者 定員/30組(先着順) 持ち物/おむつ、飲み物などお子さんに必要なもの |

※別所公民館は、改修工事のため2月28日(月)まで休館します。再開は、3月1日(火)の予定です。【問合せは、別所公民館へ】

児童センター からののお知らせ

文蔵児童センター ☎845・5153 ㊟845・5154
浦和別所児童センター ☎845・8340 ㊟845・8352



| | 事業名 | 日時 | 内容 | 対象・定員・申込み等 |
|------|------------|---|--|---|
| 文蔵 | お魚すくいであそぼう | 毎週火・水曜日 9:00 ~ 13:00 | お魚のおもちゃでつりぼり遊び をしよう。 | 対象/乳幼児とその保護者 定員/13組(先着順) 申込み/利用希望日の1週間前から電話又は直接児童センターへ |
| 浦和別所 | おもちゃの病院 | 2/19(土) 10:00 ~ 12:00 14:00 ~ 17:00 | おもちゃドクターによる壊れ たおもちゃの修理 (ICで動くおもちゃは対象外) | 対象/どなたでも 参加費/無料(部品代がかかる場合があります) |



南区保健センターからのお知らせ

- ・育児や健康に関する相談は、電話・オンラインでも受け付けています。
- ・会場名の案内がない事業は、南区保健センター（サウスピア7階）が会場となります。
- ※新型コロナウイルスの影響などにより、中止や内容を変更する場合があります。
- また、教室等に参加する際は、感染予防の徹底（マスク・検温）をお願いします。各教室は換気をしながら実施するため、体温調整がしやすいよう、着脱可能な服装でお越しください。詳しくは、市ホームページを確認、又は保健センターへお問い合わせください。

申込み・問合せは、
南区保健センターへ
TEL 844・7200
FAX 844・7279

乳幼児用の体重計を設置しました！

南区保健センター内授乳室に、乳幼児用の体重計（12kgまで）を設置しました。

ぜひご利用ください。

月曜日から金曜日（祝日を除く）、
9時30分から16時30分まで
ご利用できます。



日々の生活に、ストレッチを取り入れましょう！

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、外出自粛やテレワークの普及で、身体を動かす機会が減っていませんか？

ストレッチは身体の柔軟性を高め、怪我の予防や疲労回復につながります。また、緊張した筋肉を緩めることで、ストレス解消効果もあります。自宅で簡単にできるストレッチを、日々の生活に取り入れてみましょう。

- ・ストレッチングの実際
- ・ストレッチングの効果



出典：e-ヘルスネット（厚生労働省）

南区ベビー全員集合！ みなみっこクラブ（申込制になりました）

遊びをとおして親子のふれ合いを深め、お友達づくりのきっかけになる教室です。（兄妹は託児利用）



対象 令和3年11月生まれの赤ちゃんとその保護者

日時 お住まいの地区により異なります。詳細は個別にお送りするはがきをご確認ください。

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、替えのオムツ、授乳の準備（お持ちの方は授乳ケープ）、兄妹をお連れの方は水分補給の飲み物（要記名）

申込み 2月4日（金）9時から各教室実施日の前日（土・日・祝日を除く）まで

| 日時 | 対象地区（お住まいの地区） |
|-----------------------|--------------------------|
| 2/15（火） 9:50～11:40 | 別所、沼影、曲本、鹿手袋、関、内谷、松本、四谷 |
| 2/16（水） 9:50～11:40 | 白幡、根岸、神明、辻、文蔵、南本町 |
| 2/17（木） 9:50～11:40 | 南浦和、大谷場、太田窪、大谷口、円正寺、瓜ヶ谷戸 |

| 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その母親（里帰り出産で市内に滞在している方も含む） | 母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」（はがき）の訪問希望「有」に○をつけ、早めに投函してください。 |

| 事業名・定員 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|--|---|--|---|--|
| 母子保健（予約制・先着順） 出産前教室 ファミリー教室★ 定員 54組 | 3/12（土） 8:50～16:30 | 妊娠・出産・育児について学ぶ | 初めてお産をする方で出産予定日が令和4年8月16日以前の方とその配偶者（又は家族1人） | 2/10（木） 9時～ |
| | プレママ教室 定員 22人 | 3/3（木） 10:00～11:05 | 妊娠中の食生活や歯の健康について学ぶ | ファミリー教室参加者で出産予定日が令和4年4月20日から8月16日の妊婦の方 |
| 離乳食教室 定員 各12人 | 3/16（水） 13:30～14:25 3/17（木） ①10:30～11:25 ②13:30～14:25 | 離乳食について楽しく学ぶ | 令和3年10～11月生まれの赤ちゃんの保護者 | 2/16（水） 9時～ |
| むし歯予防教室★ 定員 24人 | 3/1（火） 9:45～11:30 | 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10月～令和3年5月生まれのお子さんの保護者 | 2/7（月） 9時～ |
| 育児相談（乳児期）★ | 2/22（火） 13:30～15:10 | 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による育児相談やその他心配ごとの相談、身長・体重測定など（相談時間10分程度） 持ち物 / 母子健康手帳、替えのオムツ、バスタオル、授乳の準備、靴を入れる袋 | 1歳未満の赤ちゃんとその保護者 | 2/9（水） 9時～ |

※母子保健の各教室は、親子1組につき1回参加することができます。

※事業名に★がついている事業は、受付時間を分けて実施します。詳しくは、市ホームページをご確認ください。

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|------|----------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|
| 成人保健 | 健康相談 | 保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康に関する相談 | 南区在住で、健康や食生活、歯・口腔について相談がある方 | 事前に電話で、南区保健センターへ。*健康手帳がある方はお持ちください。 |
| | 禁煙なんでも相談 | 禁煙アドバイス | 南区在住で、喫煙している方又はその家族 | 事前に電話で、南区保健センターへ。 |