

- 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。
- 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・申込み等
武蔵浦和	おはなし会 定員／10人(先着順)	9/11(水) 16:00～16:30	絵本の読み聞かせなど	対象／3歳くらいからの幼児(保護者可) 申込み／当日開始15分前から直接図書館へ
	ひまわりおはなし会 定員／17人(先着順)	9/12(木) 15:00～15:30	すばなし、絵本の読み聞かせなど (語り手／おはなしひまわり)	対象／3歳くらいからの幼児、小学生(保護者可) 申込み／当日開始15分前から直接図書館へ
南浦和	おやこおはなし会 定員／17人(先着順)	9/14(土) 11:00～11:30	すばなし、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) 申込み／当日開始15分前から直接図書館へ
	あかちゃんおはなし会 定員／8組(先着順・事前申込)	9/19(木) 10:00～10:30	絵本の読み聞かせ、手あそび、わらべうたなど	対象／0～2歳の乳幼児とその保護者 申込み／9/10(火)9時から電話又は直接図書館へ
東浦和	おはなし会 定員／5組(先着順)	9/12(木) 16:00～16:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど	対象／幼児とその保護者 申込み／当日開始15分前から直接図書館へ
	どんぐりおはなし会 定員／各5組(先着順)	9/14(土)・28(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)	対象／幼児とその保護者、小学生 申込み／当日開始15分前から直接図書館へ
	あかちゃんおはなし会 定員／各5組(先着順)	9/17(火) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど	対象／0～2歳の乳幼児とその保護者 申込み／9/10(火)9時から電話で図書館へ

移動図書館 明花公園

9月10日(火)・24日(火) 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 からのお知らせ

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

申込みの受付時間は、各館にお問い合わせください。

	事業名	日時	内容	対象・申込み等
文蔵	【親の学習事業】 ベビーサイン体験&パパママおしゃべりタイム 定員／10組(先着順)	9/28(土) 10:00～12:00	手話やジェスチャーで、まだ話せない赤ちゃんとの会話方法を学び、後半のおしゃべりタイムで、親同士の交流を図ります。(講師/武田直之氏)	対象／1歳未満のお子さんとその保護者 申込み／9/5(木)～20(金)に電話又は直接公民館へ 持ち物／飲み物、お出かけセット、バスタオル
南浦和	骨盤ストレッチ教室 定員／15人(先着順)	10/3～24の毎週 木曜日(全4回) 14:00～15:30	骨盤ストレッチで骨盤を正しい位置に戻し、不調を解消し健やかな毎日を送れるようにしましょう!初心者でも無理なくご参加いただけます。 (講師/澁澤典子氏)	対象／20歳以上で正座又はあぐらが出来る方 申込み／9/5(木)～26(木)に電話で南浦和公民館へ 持ち物／飲み物、バスタオル、汗ふきタオル、ヨガマット(お持ちの方)※動きやすい服装で 会場／文蔵公民館
田島	子育てサロン「たーたん」 定員／30組(先着順)	9/12(木) 10:00～12:00	子育てサポーターと一緒に、手あそびやわらべうた、体操を楽しむ、出入り自由なサロンです。	対象／乳幼児とその保護者 持ち物／お子さんに必要なもの

※南浦和公民館は、改修工事のため令和6年7月1日(月)から令和7年3月31日(月)(予定)まで休館します。【問合せは、南浦和公民館へ。】

児童センター からのお知らせ

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・申込み等
文蔵	おままごとであそぼう	毎週金・土・日曜日 9:00～13:00	ミニキッチンセットやかわいいおままごとセットで楽しく遊ぼう。	対象／乳幼児とその保護者
浦和別所	おもちゃの広場	9/4(水) 10:00～11:30	おもちゃコンサルタントと一緒にグッドトイで遊ぼう。	対象／1歳以上とその保護者

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。
- ※教室等に参加する際は、感染予防のご協力をお願いします。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。

電子申請 申込みはこちらから



- ・区名と事業名を検索してお申込みください。
- ・電子申請での申込みは、各教室実施初日の3開庁日前（土・日・祝日を除く）まで受け付けています。
- ・電子申請での申込みが終了している場合などは、電話又はFAXでお問合せください。

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

事業名	日時	内容	対象	申込み
親子でエクササイズ! ～さらば!ポッコリお腹、 ようこそ筋肉!～	10/20日 9:40～11:40 (受付時間9:20～) 会場:浦和大理小学校体育館	家でもできる運動の方法 を一緒に学びませんか?	南区在住・在学の小学生とその保護者 各1人 (妊婦・産後6か月未満の方を除く)	9/24(火) 9時～ 電子申請
健康セミナー 「糖尿病予防」 託児あり	10/31(木) 9:30～11:40 (受付時間9:10～)	糖尿病予防のためのポイント を、運動・食事・歯科とそ れぞれ学ぶことができます。	市内在住の18～74歳の方(妊婦・ 産後6か月未満の方を除く)	9/20(金) 9時～ 電子申請

南区ベビー全員集合!みなみっこクラブ(申込制)

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)



日 時／お住まいの地区により異なります。(右表のとおり)

詳しくは、個別にお送りするはがきをご確認ください。

対 象／令和6年6月生まれの赤ちゃんとその保護者 ※両親で参加可

持ち物／母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、替えのおむつ、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／9月2日(月) 9時～ 電子申請

日 時	対象地区(お住まいの地区)
9/25(火) 9:50～11:40	別所、沼影、曲本、鹿手袋、関、 内容、松本、四谷
9/26(水) 9:50～11:40	白幡、根岸、神明、辻、文蔵、 南本町
9/27(金) 9:50～11:40	南浦和、大谷場、太田窪、大谷口、 円正寺、広ヶ谷戸

母子健康手帳 の交付

予約
手続き



こども家庭センターみなみ 妊娠・出産包括支援担当(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。事前にご予約の上、お越しください。詳しくは、市ホームページでご確認ください。
※9月29日(日)は、「母子健康手帳交付窓口」を開設し、母子健康手帳の交付のみ実施いたします(要予約)。

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1～2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、生 後1か月頃までに投函してください。

母子保健(予約制・先着順)	事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
	ファミリー教室★ 定員 56組	10/19(土) 8:50～16:30	妊娠・出産・育児について学びます。	初めてお産をする方で出産予定 日が令和7年3月18日以前の方 とその配偶者(又は家族1人)	9/10(火) 9時～ 電子申請
	離乳食教室 定員 各18人	10/9(水)・10(木) 13:30～14:50	離乳食について楽しく学びます。	令和6年5・6月生まれの赤ちゃん の保護者	9/6(金) 9時～ 電子申請
	むし歯予防教室 定員 各12組	10/17(木) ① 9:45～10:30 ② 11:00～11:45	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びます。	令和5年5～12月生まれのお子 さんとその保護者	9/9(月) 9時～ 電子申請
	育児相談(幼児期)★ 育児相談(乳児期)★	9/24(火) 9:20～11:20 (受付時間) 9/24(火) 13:20～15:15 (受付時間)	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、筆記用具、バスタ オル、替えのおむつ、授乳の準備、靴を 入れる袋	1歳～就学前のお子さんとその 保護者 1歳未満の赤ちゃんとその保護者	9/5(木) 9時～ 予約 手続き

※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、複数回に分けて実施します。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
食生活改善推進員 養成講座 定員 30人(先着順)	10/15(火)、29(火)、11/12(火)、 26(火)、12/3(火)、17(火) の6日間で1コース 時間・会場(浦和区保健セ ンター等)は各回によって 異なります。	食生活や健康づくりに関 する講義・演習・運動実技 ※講座期間中に地区活 動体験をしていただきま す。	中央区、桜区、浦和区、 南区、緑区に在住で、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	9月10日(火)9時から電話又はFAXでお 住まいの区の保健センターへ。また、 電子申請でも申込みできます。 二次元コードから 「さいたま市食生活改善 推進員養成講座」で検索 してお申込みください。

※詳細は保健センターへお問い合わせください。市ホームページでもご覧いただけます。 [さいたま市食生活改善推進員養成講座](#) [検索](#)