

南区 インフォメーションコーナー

- 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 ファク844・7207 南浦和図書館 ☎862・8568 ファク862・8589
東浦和図書館 ☎875・9977 ファク875・9687

	事業名	日時	内容	対象・申込み等
武蔵浦和	つゆのおたのしみ会 定員/10人(先着順)	6/18(水) 16:00 ~ 16:40	絵本の読み聞かせなど	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
	ひまわりおはなし会 定員/各10人(先着順)	6/25(水) ①15:00 ~ 15:30 ②16:00 ~ 16:30	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/①3歳くらいからの幼児(保護者可) ②ひとりでも聞ける幼児、小学生 申込み/当日開始15分前から直接図書館へ
南浦和	ひまわりおはなし会 定員/17人(先着順)	6/12(木) 15:30 ~ 16:00	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
	おやこおはなし会 定員/17人(先着順)	6/14(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
東浦和	つゆのおたのしみ会 定員/17人(先着順)	6/19(木) 15:30 ~ 16:10	絵本の読み聞かせなど	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
	おはなし会 定員/5組(先着順)	6/12(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)	6/14(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)	6/17(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歳児とその保護者 申込み/6/10(火)9時から電話で図書館へ

移動図書館 明花公園

6月17日(火)・7月1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 ファク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 ファク845・5152 南浦和公民館 ☎882・6035 ファク886・5856
谷田公民館 ☎・ファク882・9272 六辻公民館 ☎・ファク861・1930 西浦和公民館 ☎・ファク862・9522
別所公民館 ☎・ファク864・6781 東浦和公民館 ☎・ファク874・0550
善前公民館 ☎・ファク887・0580 田島公民館 ☎・ファク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
南浦和	手話講座 定員/15人(先着順)	6/24 ~ 7/15の 毎週火曜日(全4回) 10:00 ~ 12:00	さいたま市聴覚障害者協会から講師を迎え、日常での簡単な会話を中心に学習します。	対象/成人の方 申込み/6/30(火)9時から電話又は直接公民館へ(日曜日を除く) 持ち物/筆記用具
谷田	のびのび文庫	6/7 ~ 6/28の 毎週土曜日 13:30 ~ 15:00	絵本の読み聞かせ、貸出し、かんたんな工作など	対象/乳幼児とその保護者、小学生(保護者可) 申込み/当日直接公民館へ
西浦和	子育てサロン 親子なかよし広場 定員/10組(先着順)	7/4(金) 10:00 ~ 12:00 ※時間内出入り自由	地域のボランティア(マルベリー)が紙芝居、大型絵本の読み聞かせ等を行います。	対象/1歳~未就園児とその保護者 申込み/6/4(水)~7/3(木)までに電話、FAX、市生涯学習情報システム又は直接公民館へ 持ち物/飲み物、お出かけセット、バスタオル
	子育てサロン 親子わいわい広場 定員/10組(先着順)	7/18(金) 10:30 ~ 12:00 ※時間内出入り自由	お子さんと保護者が一緒に遊びながら、おしゃべりや情報交換をします。手あそびや絵本の読み聞かせもあります。講師/マルベリー	対象/乳幼児とその保護者 申込み/6/5(木)~7/17(木)までに電話、FAX、市生涯学習情報システム又は直接公民館へ 持ち物/飲み物、お出かけセット、バスタオル
田島	子育てサロン 「たーたん」 定員/30組(先着順)	6/12(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 申込み/当日直接公民館へ 持ち物/お子さんに必要なもの

児童センター からのお知らせ

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



	事業名	日時	内容	対象・申込み等
文蔵	くるまであそぼう	毎週土・日・月曜日 9:00 ~ 13:00	くるまのおもちゃに乗ってあそぶことができます。	対象/乳幼児とその保護者 申込み/当日直接児童センターへ
浦和別所	食育相談 定員/10組(先着順)	6/11(水) 11:00 ~ 12:00	南区保健センター栄養士による離乳食や食育に関するお話です。	対象/生後4か月~1歳くらいの乳幼児とその保護者 申込み/6/4(水)9時から電話又は直接児童センターへ



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
TEL 844-7200
FAX 844-7279

塩分は控えめにしましょう～6月は食育月間です～

成人の塩分摂取量目標値は1日当たり男性7.5g未満、女性6.5g未満です。しかし、令和4年度調査では1日当たり男性10.5g、女性9.0gと、目標を上回っています。塩分のとりすぎは高血圧をはじめとした生活習慣病に大きく関わってきます。

低塩の調味料を使用する、風味づけに香味野菜を使うなど、できることから減塩に取り組んで、徐々にうす味に慣れていきましょう。

「さいたま市食育ナビ」では塩分控えめのレシピなどを紹介しています。ぜひご覧ください。▶



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)

受付は各回10分前からです。

対象/令和7年3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/6月2日(月) 9時から 電子申請

実施日	時間	対象地区(お住まいの地区)
6/16(月)	9:50~10:30	別所、鹿手袋、関
	11:00~11:40	沼影、曲本、内谷、松本、四谷
6/17(火)	9:50~10:30	白幡、辻
	11:00~11:40	根岸、神明、文蔵、南本町
6/18(水)	9:50~10:30	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。
※6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か月くらい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
	出産前教室 ファミリー教室★ 定員 56組	7/12(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12月16日以前の方とその配偶者(又は家族1人)	6/13(金) 9時～ 電子申請
	プレママ教室 定員 28人	7/17(木) 9:45～11:45	妊娠中の食生活や歯の健康について学びます。	初めてお産をする方で出産予定日が令和7年8月26日～12月16日の方と希望するその家族1人	6/10(火) 9時～ 電子申請
	離乳食教室 定員 各18人	7/23(水)、7/24(木) 13:30～14:50	離乳食について楽しく学びます。	令和7年2・3月生まれの赤ちゃんの保護者	6/9(月) 9時～ 電子申請
	むし歯予防教室 定員 16組	7/18(金) 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6年2～9月生まれのお子さんとその保護者	6/11(水) 9時～ 電子申請
育児相談(乳児期)★	6/25(水) 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歳未満の赤ちゃんとその保護者	6/6(金) 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
成人保健 健康相談	月～金曜日(祝日を除く) 9:30～16:30	保健師・管理栄養士・歯科衛生士で健康に関する相談をお受けします。 ※健康手帳がある方はお持ちください。	南区在住で、健康や食生活、歯・口腔について相談がある方	事前申込み 電話 FAX
禁煙なんでも相談	月～金曜日(祝日を除く) 9:30～16:30	保健師による禁煙アドバイスをを行います。	南区在住で、喫煙している方又はその家族	事前申込み 電話 FAX