

見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場に限りがあります。

公民館

大砂土東公民館 ☎684・9226 ㊟687・9901 片柳公民館 ☎684・3492 ㊟687・5585
七里公民館 ☎686・4721 ㊟687・5575 春岡公民館 ☎685・6911 ㊟687・9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	子育てサロン「ちゃっと」	4/15(金) 10:00～11:00	子育て中の親が子どもと気軽に参加できる交流の場を提供します。	未就学児と保護者6組(先着順) 4/5(火) 9時から、市生涯学習情報システム(ホームページ)、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか おやこサロン	3/7(月) 10:00～12:00	子育て中の親と子の仲間作り。ふれあい遊びをします。	おおむね3歳までのお子さんと保護者 時間内の入退室自由。当日、直接、同館へ

図書館

春野図書館 ☎687・8301 ㊟687・8306 大宮東図書館 ☎688・1434 ㊟687・9744
七里図書館 ☎682・3248 ㊟687・3932 片柳図書館 ☎682・1222 ㊟682・1444

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	手作り絵本講座	3/25(金) 14:00～16:00	とび出すメッセージカードを作ります。	小学生10人(先着順) 3/11(金) 9時から、電話又は直接、同館へ
大宮東	おはなし会	①3/24(木) ②3/24(木) ①11:00～11:30 ②15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手あそびなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0～3歳児と保護者8人(先着順) ②3歳児～小学生と保護者8人(先着順) 3/17(木) 9時から、電話又は直接、同館へ
七里	春休み子ども映画会	3/28(月) 14:00～15:50	アニメ「アルプスの少女ハイジ」を上映します。	3歳児～小学生と保護者50人(先着順) 3/14(月) 9時から、電話又は直接、同館へ
片柳	映画会	3/25(金) 14:00～15:00	アニメ「ぼくは王さま たまごめいたんてい」を上映します。	3歳児～小学生と保護者35人(先着順) 3/11(金) 9時から、電話又は直接、同館へ

このほかの催しはさいたま市図書館のホームページでお知らせしています。 <https://www.lib.city.saitama.jp/>

移動図書館

※雨天の場合は中止します。 ※駐車場はありません。

大宮西部図書館(北区柳引町) ☎664・4946 ㊟667・7715

ステーション名	日時	ステーション名	日時
東大宮 藁田島公園	10:30～11:30	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園	13:20～14:00	中川 自治会館	14:50～15:40
砂団地内公園	14:20～15:20		

児童センター

片柳児童センター ☎・㊟687・4525 春野児童センター ☎・㊟686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	ハッピーバースデイ&大きくなったかな	3/16(水) 11:00～12:00	お誕生会、身体測定、手形とりなど	未就学児と保護者(予約制) 3/3(木) 9時から、電話又は直接、同センターへ

片柳児童センターは施設修繕のため、令和4年3月末(予定)まで休館します。

見沼区子育てはじめましてサロン

子育てに関する情報提供や保護者同士の交流をします。

日時 ●3月15日(火) 10～11時30分

会場 ●子育て支援センターみぬま 定員 ●4組(先着順)

対象 ●①妊娠中の方、②初めての赤ちゃんのいる方、③子育て支援センターや児童センターを利用したことのない未就園児と保護者、④転入された未就園児と保護者

申込み・問合せ ●3月4日(金)～14日(月)(10日(水)を除く)9～16時に、電話で、子育て支援センターみぬまへ
☎・㊟747・4531

所管 ●区支援課 ☎681・6061 ㊟681・6166



区役所の休日窓口をご利用ください

住民異動・戸籍・国民健康保険・国民年金等の届出や
各種証明書の交付、市税の納付、原動機付自転車等の
登録・廃車等、一部の業務を取り扱います。

日時 ●3月26日(土)・27日(日) 8時30分～17時15分

場所 ●10区役所(支所・市民の窓口を除く)

問合せ ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ㊟827・8656

見沼区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、区内在住の方です。・相談は電話でも行っています。
 - ・各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
- 公民館育児相談以外の事業は、区保健センターが会場です。



◀保健センター
事業の実施状
況はこちら



◀電子申請はこちら
から事業名を入
力、検索してお申
し込みください。

申込み・問合せは
TEL **681・6100**
FAX **681・6169**
見沼区役所 1階

母子保健

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
はじめてのママクラス ※原則2日間参加できる方が対象です。	1日目 4/15金 13:15～15:05	助産師による妊娠・出産・育児のお話	初めての出産で、予定日が 令和4年6～9月の方	3/17(木) 9時～
	2日目 4/26火 13:15～14:45	妊娠中の栄養・お口のケアのポイント		
定員 12人(先着順)				
育児学級 ～ふれあい編～	4/8金 14:00～14:50	気をつけよう!～事故予防～(講義) ママとのふれあいタイム(実技) 座談会	令和3年10月～令和4年1月生 まれのお子さんと保護者	3/18(金) 9時～
定員 20組(先着順)				
離乳食教室	4/28木 ①10:00～11:00 ②13:30～14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和3年11・12月生まれのお 子さんの保護者	3/14(月) 9時～
定員 各12人(先着順)				
市ホームページで離乳食教室の参考動画を公開しています。「さいたま市 離乳食教室 動画」で検索してください。				
むし歯予防教室	4/19火 9:45～10:30	むし歯予防のポイント ブラッシング指導	令和2年11月～令和3年5月 生まれのお子さんと保護者	3/9(水) 9時～
定員 10組(先着順)				
市ホームページで仕上げみがきについての動画を公開しています。「さいたま市 むし歯予防 動画」で検索してください。				
育児相談(乳児) ※時間予約制(相談ある方のみ)	3/11金 9:30～10:30	保健師・栄養士・歯科衛生士による 発育・発達などの育児相談や その他心配ごとの相談	1歳未満のお子さんと保護者	3/7(月) 9時～
定員 12組(先着順)				
公民館育児相談 ※時間予約制(相談ある方のみ)	3/15火 9:30～11:00 七里公民館	持ち物:母子健康手帳 バスタオル おむつの替え	未就学児と保護者	
	3/16水 9:30～11:00 春岡公民館			
定員 各12組(先着順)				
区保健センターでは「計測コーナー」を設置しており、お子さんの身長や体重を測定することができます。ご自由にご利用ください。				

電子申請

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性の心身の状態は、ホルモンの影響によって大きく変化します。女性のからだの特徴を理解し、日々の健康づくりに取り組みましょう♪

＜女性の健康づくりに大切なこと＞

- 栄養バランスの取れた食事をする
- 適度な運動を継続して行う
- からだを冷やさないようにする
- 喫煙しない
- 排便、排尿のトラブルは早期受診をする
- 飲酒は控えめにする
- 適正体重を維持する(「やせ」も「肥満」も要注意)
- 定期的な健診、検診を受ける(とくに子宮がんや乳がん)



参考:からだサポートブック
「女性のための健康ガイド」[第14版]

『産婦・新生児訪問』をご利用ください

助産師又は保健師が家庭訪問をして育児相談や身長・体重の測定などを行います。※土・日曜日、祝・休日、年末年始を除く

対 象 ● 生後1か月くらいまでのお子さんと母親

※里帰り出産で、期間内に市内に居住している方を含む

申込み ● 母子健康手帳別冊に添付されている、右図の「出生連絡票」の「訪問希望」欄の「有」に○印をつけて郵送、直接、FAX又は電話で、区保健センターへ

出生連絡票		年 月 日 連絡
氏 名	姓 名	出生年月日
出生時の状況	出生時体重	出生時の性別
未熟児産後経過	利用なし・利用あり	無・有
出生場所・名称	氏 名	妊娠中の異常
氏 名	出生年月日	分娩の経過
自宅住所	さいたま市 区	異常あり()
自宅TEL		異常なし()
訪問希望	訪問を希望する住所(自宅・里帰り先)	訪問希望
有・無	訪問希望する理由	訪問希望する時期
有・無	訪問希望する理由	訪問希望する時期
有・無	訪問希望する理由	訪問希望する時期
有・無	訪問希望する理由	訪問希望する時期