

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
大砂土東	LINE&Zoom体験講座	9/7・14(水) 14:00～16:00	LINEとZoomの使い方を体験します。 参加費：700円	市内在住、在勤又は在学の方20人(抽選) 8/5(金) 9時～8/17(水)17時に、電話、市生涯学習情報システム(ホームページ)又は直接、同館へ
片柳	認知症サポーター養成講座	9/9(金) 10:00～11:30	認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を支援する認知症サポーターを養成します。	どなたでも20人(先着順) 8/3(水) 9時～8/24(水)17時に、電話又は直接、同館へ
七里	講談で学ぶ人権講座	9/2(金) 13:30～15:30	講談「牡丹灯籠 お礼はがし」と「名君と名奉行」を通して、人権問題について考えてみましょう。	市内在住の20歳以上の方30人(抽選) 8/2(水) 9時～8/16(水)17時に、電話又は直接、同館へ
春岡	親の学習Ⅱ 「おひるねArt&おしゃべりタイム」	9/16(金) 10:00～12:00	かわいい時期を形に残すおひるねArtと、子育てについてのおしゃべりを楽しみながら交流しましょう。	市内在住の0歳児と保護者5組(抽選) 8/15(月) 9時～8/21(日)17時に、電話又は直接、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	見沼区学講座	8/26(金) 13:30～15:00	「見沼の絵馬」 講師 山田 貴和氏(見沼歴史倶楽部)	どなたでも15人(先着順) 8/3(水) 9時から、電話、FAX又は直接、同館へ
七里	夏休み子ども人形劇	8/17(水) 10:30～11:30	人形劇団「モナリ座」による公演 「やんすけとやんすけとやんすけと」他	小学生以下のお子さんと保護者50人(先着順) 8/3(水) 9時から、電話又は直接、同館へ
春野	夏休み子ども映画会	8/16(水) 14:00～15:10	「ドナルドダック ドナルドの磁石騒動」 他7話	小学生以下のお子さんと保護者20人(先着順) 8/3(水) 9時から、電話又は直接、同館へ
七里		8/17(水) 14:30～16:10	「ハルをさがして」	どなたでも50人(先着順) 8/3(水) 9時から、電話又は直接、同館へ
片柳		8/19(金) 10:00～11:30	「ユニコ」	小学生以下のお子さんと保護者35人(先着順) 8/5(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	8/4・9/1(木)	東新井 団地22号棟前	8/25(木)
東大宮 築地公園		10:30～11:30	
砂団地内公園		13:20～14:00	14:50～15:40
		中川 自治会館	

コミュニティセンター

片柳コミュニティセンター ☎686・8666 ㊟686・2999

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	趣味の講座 ～フューネラルフラワー～	9/15(木) 9:00～12:00	フューネラルフラワー(お供え花)を作ります。 参加費：3,000円	市内在住又は在勤の方16人(抽選) 8/15(月)までに、電話又は市生涯学習情報システム(ホームページ)
	親子講座 ～インターネット～	9/18(日) 10:00～12:00	スマホで動画作りチャレンジします。 参加費：1,000円	市内在住又は在学の小学生と保護者8組(抽選) 8/15(月)までに、電話又は市生涯学習情報システム(ホームページ)

児童センター

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	みんなのひろば	8/3・10・17・31(水) 11:00～11:30	親子のふれあいあそびなど	未就学児と保護者(予約制) 8/3(水) 9時から、電話又は直接、同センターへ
	ハッピーバースデー& 大きくなったかな	8/24(水) 11:00～11:45	お誕生会、身体測定、手形とり	未就学児と保護者(予約制) 8/3(水) 9時から、電話又は直接、同センターへ

見沼区保健センター からのお知らせ

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

- ・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。
- ・会場は全て区保健センターです。



◀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。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子健康手帳交付 (休日) ※時間予約制 定員 6人(先着順)	8/28(日) 9:00~15:00 (12:00~13:00を除く)	母子健康手帳の交付・面談	医療機関にて妊娠判定を受けた方	8/26(金)までに、 電子申請 (予約手続き) 又は電話 予約手続き用電子申請はこちら▲
両親学級 定員 12組(先着順)	9/ 3(土) ① 9:00~10:50 ② 11:20~13:10	夫婦で取り組む育児の話 赤ちゃんのお風呂の入れ方、抱っこ、着替え体験(実習)	初めての出産で、予定日が令和4年10月~令和5年1月の方と夫(パートナー)	8/8(月) 9時~
育児学級 ~あそび編~ 定員 20組(先着順)	9/30(金) 9:45~10:45	ゆったり子育てのすすめ(講義) 赤ちゃんの心と体を育てる遊び(実技) 座談会	令和4年3~6月生まれのお子さんと保護者	8/17(水) 9時~
離乳食教室 定員 各12人(先着順)	9/21(水) 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4年4・5月生まれのお子さんの保護者	8/15(月) 9時~
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 定員 10組(先着順)	9/15(木) 9:45~10:30	むし歯予防のポイント ブラッシング指導	令和3年4~10月生まれのお子さんと保護者	8/10(水) 9時~
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 (相談のある方のみ) 定員 12組(先着順)	8/18(木) 9:30~11:00	身長・体重測定、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	8/5(金) 9時~
育児相談(幼児) ※時間予約制 (相談のある方のみ) 定員 12組(先着順)	8/19(金) 9:30~11:00	持ち物:母子健康手帳 バスタオル おむつの替え	1歳~未就学児のお子さん と保護者	
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

ウエスト めざせ!! WAIST マイナス3cm トレーニング (託児あり)

気軽に実践できる筋力トレーニングを紹介する教室です。

日時 ●9月16日(金) 10時~11時30分 (受付・計測9時30分~)

会場 ●見沼区役所 2階 大会議室

対象・定員 ●区内在住で、20~64歳の方15人(先着順)

※妊婦、医師から運動制限指示のある方を除きます。

※未就学児を対象に託児(4人まで、先着順)ができます。ご希望の方はお申し出ください。

持ち物 ●水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、着替え(必要な方)

服装 ●運動できる服装・靴でお越しください。

申込み ●8月16日(火) 9時から、電話又はFAX



熱中症に気をつけましょう!

- 屋外で会話をしない場合には、マスクをはずす。
- 涼しい服装にする。
- のどが渇く前にこまめに水分を補給する(1日1.2リットルを目安)。
- 不要不急の外出を控え、暑さを避ける。
- 昼夜問わず、エアコンなどを使用して室温を調整する。



参考:市ホームページ「熱中症に気をつけましょう」

8月は食品衛生月間です

食中毒予防の3原則を確認して、家庭での食事作りの際に注意しましょう。

~食中毒予防の3原則~

- つけない**
【洗う・分ける】
- 増やさない**
【低温で保存】
- やっつける**
【加熱処理】



参考:政府広報オンライン