

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」	7/7(金) 10:00～12:00	子育て中の保護者がお子さんと気軽に参加できる交流の場です。	未就学児と保護者 時間内の入退室自由。当日、直接、同館へ
七里	ヴァイオリンとピアノで 楽しく歌って聴いて	7/19(水) 14:00～16:00	ヴァイオリンとピアノの演奏を聴いたり、一緒に歌ったりします。	市内在住で、20歳以上の方30人(抽選) 6/14(水) 9時～7/5(水)17時に、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン スペシャル	7/3(月) 10:00～11:30	10時30分まではおしゃべりや情報交換をする自由時間です。その後、年3回のスペシャル企画で遊びます。	未就学児と保護者20組(先着順) 時間内の入退室自由。 6/5(月) 9時から、電話又は当日、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	おはなし会	①6/15、7/6(木) 11:00～11:30 ②6/15、7/6(木) 15:30～16:00	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4組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者8人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日9時から、電話又は直接、同館へ
大宮東		①6/22(木) 11:00～11:30 ②6/22(木) 15:30～16:00		
七里		①6/14(水) 11:00～11:30		
片柳		①7/5(水) 11:00～11:30 ②6/17(土) 11:00～11:30		

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(北区篠引町) ☎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	6/8・22(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		6/15・29(木)	14:50～15:40
砂団地内公園		中川自治会館	

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
片柳	電車であそぼう	6/11(日) 10:00～12:00	遊戯室の広いスペースを使って、おもちゃの電車や線路で自由に遊べます。	18歳未満のお子さん(未就学児は保護者同伴) 6/4(日) 9時から、電話又は直接、同センターへ
	プチひろば	6/25(日) 11:00～11:30	保護者とお子さんの体操、手あそび、ふれあいあそびなど	未就学児と保護者15組(先着順) 6/18(日) 9時から、電話又は直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	6/7・14・28(水) 11:00～11:30	保護者とお子さんのふれあいあそびなど	未就学児と保護者(予約制) 6/3(土) 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	6/21(水) 11:00～11:45	お誕生会、身体測定、手形とり	

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 ●6月25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。
- ・各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
- ・相談は電話でもお受けしています。
- ・会場名がない事業は、区保健センターが会場です。

電子申請は



事業名を入力し検索してお申し込みください

問合せは

TEL 681・6100

FAX 681・6169

見沼区役所 1階

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
両親学級 定員 24組(先着順)	7/8(土) 9:15～12:00	夫婦で取り組む育児の話(講義) 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5年8～11月の方と夫(パートナー)	6/7(水) 9時～
育児学級～あそび編～ 定員 20組(先着順)	7/28(金) 9:45～11:20	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5年1～4月生まれのお子さんと保護者	
離乳食教室 定員 18人(先着順)	7/25(火) 13:30～14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和5年2・3月生まれのお子さんの保護者	6/6(水) 9時～
むし歯予防教室 定員 10組(先着順)	7/14(金) 9:45～10:30	むし歯予防のポイント ブラッシング指導	令和4年2～8月生まれのお子さんと保護者	
市ホームページで離乳食教室、仕上げみがきについての動画を公開しています。				
ふたごの集い 定員 5組(先着順)	7/13(木) 10:30～11:30	座談会	ふたご以上を妊娠中の方 ふたご以上のお子さんと保護者	6/8(木) 9時～
育児相談 ※時間予約制	7/19(水) 9:30～11:30 会場:七里公民館	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 心配事の相談	未就学児と保護者	6/20(火) 9時～
	7/20(木) 9:30～11:30 会場:春岡公民館	持ち物:母子健康手帳 バスタオル おむつの替え		
	7/21(金) 9:30～11:30 会場:子育て支援センター みめま	身長・体重測定、保健師による相談		
定員 各12組(先着順)				

電子申請

親子でトライ!! かけっこ教室

「走るってこんなに楽しかったんだ！」かけっこで速く走るコツを学んでみよう。

日時 ●7月1日(土) 9時45分～11時35分(受付・計測 9時20分～9時45分)

対象 ●区内在住の小学1～4年生と保護者 ※妊婦、医師から運動制限指示のある方を除く。

定員 ●15組(先着順) **会場** ●大宮武道館 主道場

持ち物 ●水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、下足用ビニール袋、チャレンジupさいたまパスポート又は手帳(お持ちの方)
※持ち物は親子それぞれご用意ください。

服装 ●運動のできる服装、室内用運動靴

申込み ●6月9日(金) 9時から、電話又はFAXで、区保健センターへ ☎681・6100 ☎681・6169

新しいフッ化物歯みがき剤の推奨濃度を確認しましょう！

フッ化物は歯の質を強くし、むし歯を予防します。令和5年1月に、歯みがき剤に含まれるフッ化物の推奨濃度が変更され、低年齢のお子さんに推奨される濃度がこれまでよりも高くなりました。今後の歯みがき剤選びの参考にしましょう。

年齢	使用量	フッ化物濃度
歯が生えてから2歳	米粒大(1～2mm程度)	900～1000ppmF
3～5歳	グリーンピース大(5mm程度)	
6歳～成人・高齢者	歯ブラシ全体(1.5～2cm程度)	1400～1500ppmF

※使用方法が分からないときは、かかりつけ歯科医や保健センターにご相談ください。

出典：日本口腔衛生学会 HP (https://www.kokuhoken.or.jp/jsdh/news/2023/news_230106.pdf)

6月4日～10日は
「歯と口の健康週間」です♪



6月は食育月間です

今年度は「三食しっかり」食べる「が」、さいたま市の食育推進計画の重点目標です。

朝食・昼食・夕食の三食をしっかり食べて、一日に必要な栄養を心と体へ届けましょう♪

