

# 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 ファク687・9901 片柳公民館 ☎684・3492 ファク687・5585  
七里公民館 ☎686・4721 ファク687・5575 春岡公民館 ☎685・6911 ファク687・9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	スポーツ障害予防教室	2/23(祝) 9:30～11:30	少年スポーツの指導者のほか、日頃からスポーツに慣れ親しんでいる中高年やシニアの方を対象とし、スポーツ障害の基礎知識、効果的なストレッチやトレーニング方法などを学びます。	どなたでも30名(先着順) 1/14(火)9時～2/21(金)17時に、電話、FAX又は直接、同館へ
七里	パソコン相談サロン	1/16(木) 9:30～11:30	パソコンやスマートフォンの使用に関する相談を受け付けます。 ※パソコン教室ではありません。故障・修理対応もできません。	どなたでも 当日、直接、同館へ ※11時までに受付してください。 【持ち物】筆記用具、ご使用のパソコン等(電源ケーブルを含む)、上履き、メモ用紙等
春岡	郷土料理 太巻き祭り寿司	2/22(土) 10:00～12:30	千葉県郷土料理の太巻き祭り寿司を作ります。お花見など春の行事のお弁当やおもてなしの食卓を華やかに彩りましょう。 材料費:1,500円	市内在住の18歳以上の方16名(抽選) 1/9(水)9時～1/21(火)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

## 図書館

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

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	おはなし会	1/16(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	①3歳までの未就学児と保護者7組(先着順) ②3歳～小学生と保護者20人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 当日、直接、同館へ
大宮東		1/9・23(木) ①11:00～11:30 ②15:30～16:00		
七里		①1/8(水) 11:00～11:30		①3歳までの未就学児と保護者10組(先着順) ②3歳～小学生と保護者20人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 当日、直接、同館へ
片柳		①1/22、2/5(水) ②1/18(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(北区榑引町) ☎664・4946 ファク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	1/16・30(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30	
東大宮 築地公園			1/9・23(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 ☎・ファク687・4525 春野児童センター ☎・ファク686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	おとうさんとあそぼう～電車であそぼう～	1/19(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) 当日、直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	1/15(水) 11:00～11:30	親子遊び・集団遊び・体操・お誕生会などを行います。 ※発達相談を同時開催します。	未就園児とその保護者 当日、直接、同センターへ

## 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●1月26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 ファク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。  
・相談は電話でもお受けしています。

・各学級の参加は、お子さん1人に対して1回のみです。  
・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)	2/15(土) 9:15~12:00	夫婦で取り組む育児について(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7年4~7月の方と夫(パートナー)	1/10(金) 9時~	
はじめてのママクラス 定員 15人(先着順)	1日目 2/17(月) 13:30~15:25 2日目 2/20(木) 13:30~15:00	座談会 妊娠・出産・育児について(助産師講義) 妊娠中の食生活について 妊娠中と乳幼児期のお口のケア	初めての出産で、予定日が令和7年4~7月の方		
育児学級 定員 20組(先着順)	2/14(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6年9~12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)	2/13(木) 13:30~14:40	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和6年9・10月生まれのお子さんの保護者		
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)	2/4(火) 9:45~10:40	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	令和5年9月~令和6年3月生まれのお子さんと保護者		
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。					

電子申請

## 今年度のがん検診・歯科健康診査はお済みですか?? ~がん検診は令和7年3月8日、歯科健康診査は3月31日までです~

日本人の2人に1人はがんになると言われています。又、歯周病は全身のさまざまな病気にも影響を及ぼします。大切な未来のために、がん検診・歯科健康診査を受診しましょう。対象の方に「がん検診等のご案内」のはがきを4月末ごろに送付しています。

詳しくは、市のホームページ又は市報さいたま4月号と一緒に全戸配布している「さいたま市健康診査のお知らせ」をご覧ください。

▼市ホームページ  
「がん検診受診状況」



▼市ホームページ  
「がん検診・成人の健康診査等について」



## 又々のウォーキング動画を作成しました!!

ウォーキングを始めたいと思っている方や、運動がなかなか続かないと思っている方へ、健康づくりのきっかけにさせていただくことを目的に動画を作成しました。

無理なく楽しくウォーキングをしてみましょう。



◀見沼区役所ウォーキング  
一周旅 (YouTube)

