

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	子育てサロン「ちゃっと」	3/7(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	人形劇を楽しもう！ (親子サロンスペシャル)	3/12(水) 10:00～11:00	生の観劇体験として親子で人形劇を楽しみましょう。親子サロンのスペシャル版として開催します。	3歳くらいまでのお子さんと保護者 当日、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	春の子ども映画会	3/26(水) 14:00～15:10	「ダンボ」の上映	3歳～小学生と保護者20人(先着順) ※お子さんのみの参加も可 当日、直接、同館へ
大宮東	おはなし会	3/13(木) ①11:00～11:30 ②15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手遊びなど 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
七里	春の子ども映画会	3/27(木) 14:00～15:20	「長くつ下のピッピ」の上映	どなたでも50人(先着順) 当日、直接、七里コミュニティセンターへ ※問合せは七里図書館
片柳		3/28(金) 14:00～15:30	「愛少女ポリアンナ物語」の上映	どなたでも150人(先着順) 当日、直接、片柳コミュニティセンターへ ※問合せは片柳図書館

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(北区櫛引町) ☎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 葦田島公園	3/13・27(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		中川 自治会館	14:50～15:40
砂団地内公園			

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	プチひろば&お誕生会	3/12(水) 11:00～11:30	体操・ふれあい遊びのほか、3月生まれのお友だちをみんなでお祝いします。カードに手形を押してプレゼントします。	未就学児と保護者 当日、直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	3/19(水) 11:00～11:30	親子遊び、集団遊び、体操、紙芝居など親子で楽しめます。お誕生月の子は手形とりもします。	未就学児と保護者 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●3月29日(土)・30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。
- ・各学級の参加は、お子さん1人に対して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	4/19(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6～9月の方と夫(パートナー)		
定員 24組(先着順)					
はじめてのママクラス	1日目 4/15(火) 13:30～15:25	座談会 妊娠・出産・育児について(助産師講義)	初めての出産で、予定日が令和7年6～9月の方		
	2日目 4/24(木) 13:30～15:25	妊娠中の栄養 妊娠中と乳幼児期のお口のケア 抱っこ体験、ミニ講義			
定員 15人(先着順)				3/10(月) 9時～	電子申請
離乳食教室	4/17(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11・12月生まれのお子さんの保護者		
定員 18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	4/11(金) 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11月～令和6年6月生まれのお子さんと保護者		
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(乳児期)	3/17(月) 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 持ち物:母子健康手帳、バスタオル、おむつの替え	0歳のお子さんと保護者	当日、直接、 区保健センターへ	

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性は思春期、性成熟期、更年期、老年期と、そのホルモン状態や、結婚・育児などのライフステージによって心身が変化します。厚生労働省では、3月1日から8日を「女性の健康週間」と定め、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを目指しています。

健康を支える基本は生活習慣です

- 栄養バランスの取れた食事をする
- 適度な運動をする
- 適正体重を維持する(「やせ」も「肥満」も要注意)
- 身体を冷やさない
- 禁煙、節酒を心がける



▲女性の健康づくりについて

3月は「自殺対策強化月間」です

厚生労働省では、例年月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

～あなたにもできる自殺予防のための行動～

【気づき】身近な人の変化に気づいて、声をかける

…家族や仲間に、食欲がない、口数が減った、など「いつもと違うな」という様子はありますか？

【傾聴】本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

…「死にたい」と打ち明けられたら、話題をそらず、相手の気持ちに寄り添う姿勢が大切です。

【つながり】早めに専門家に相談するよう促す

…問題解決には専門家の力が必要なこともあります。

【見守り】あたたかく寄り添いながら、じっくりと見守る

…身体や心の健康状態について自然な雰囲気ですべてを聞き、焦らず優しく寄り添いながら見守りましょう。



▲各種相談先はこちら