



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・申込みなど
大砂土東	歴史講座 「秀吉・秀長兄弟の天下取り」	①10/15水 ②10/22水 ③10/29水 10:00～12:00 【全3回】	戦国時代の武将、豊臣秀吉・秀長兄弟とその時代について学びます。	市内在住・在勤・在学の18歳以上の方30人(抽選) 9/8月9時～9/19日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	子育て支援講座 「Let'sスマイル～親の学習事業～」	①10/17金 ②10/24金 ③10/31金 10:00～11:30 【全3回】	①親子でふれあいストレッチ ②【講話】 わたしと子どもの“こころの境界線” 【親の学習事業】 おしゃべりタイム(託児付き) ③ボディ&フェイシャルヨガ(託児付き)	市内在住の6ヵ月くらいから3歳までのお子さんと保護者10組(抽選)、託児は各回8人まで 9/16日9時～9/29日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
七里	親の学習事業 「親子で楽しむハワイアンリトミック」(親子サロンスペシャル)	10/8水 10:00～11:30	親子でハワイアンの音楽に合わせて体を動かして楽しみます。その後は子育てなどについて情報交換しながら楽しくおしゃべりします。	市内在住の3歳くらいまでのお子さんと保護者10組(先着順) 9/8月9時～10/3日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
春岡	木目込み干支人形(午)	①11/7金 ②11/14金 13:30～16:30 【全2回】	来年の干支「午」を題材に、郷土の産業である木目込み人形作りの基礎を学びます。 費用:2,700円(材料費)	市内在住の18歳以上の方24人(抽選) 9/24日9時～10/3日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 ㊟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・申込みなど
春野	おはなし会	9/4・18木、10/2木	①11:00～11:30 ②15:30～16:00	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		9/11・25木	①11:00～11:30 ②15:30～16:00	
七里		9/10水	①11:00～11:30	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		①9/3水、10/1水 ②9/20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(北区榎引町) ☎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	9/11・25木	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		9/4・18木、10/2木	14:50～15:40
砂団地内公園		中川自治会館	

コミュニティセンター

七里コミュニティセンター ☎687・3688 ㊟687・3705

	事業名	日時	内容	対象・申込みなど
七里	産後ママのリフレッシュ&ボディーケア	10/30木 10:00～11:30	同じくらいのお子さんを持つママ同士ののびりと、穏やかな時間を過ごしませんか? 費用:500円(参加費)	3ヵ月～1歳くらいのお子さんと保護者 9/8月10時から、電話又は直接、同館へ

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	日時など	内容	対象・申込みなど
片柳	助産師さんとお話会	9/16火 11:00～11:30	子育てについての悩みや疑問などをみんなで話しましょう。	0歳児と保護者 当日、直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	9/10水 11:00～11:30	親子でのふれあい遊びや体操、お誕生会を行います。 ※移動家庭児童相談も同時開催します。お子さんについての悩みや不安を相談することができます。	乳幼児と保護者 当日、直接、同センターへ
	赤ちゃんサロン	9/25木 11:00～11:45 会場:春岡公民館	保護者やお子さんの仲間づくりのため、親子のふれあい遊びなどを行います。	0歳児と保護者 当日、直接、春岡公民館へ





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	10/18(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12月～令和8年3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 10/17(金) 13:30～15:25	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	初めての出産で、予定日が令和7年12月～令和8年3月の方	9/10(水) 9時～	電子申請
	2日目 10/23(木) 13:30～15:25	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)					
離乳食教室	10/7(火) 13:30～14:40	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和7年5・6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。					
育児相談(乳児期)	9/24(水) 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	
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。					

宅トレ道場 ～入門編verみぬま～

自宅でもできるトレーニングを一緒に学び、一緒にチャレンジしましょう！

日時●10月16日(木) 10時～11時50分(受付・計測:9時30分～)

会場●見沼区役所 2階 大会議室

対象●区内在住の20～64歳の方(妊婦、医師から運動制限の指示がある方を除く)

定員●15人(先着順)

内容●体組成測定、保健師・歯科衛生士による講義、運動講義・実技

持ち物など●水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、運動できる・裸足になりやすい服装

申込み●9月10日(水)9時から電子申請



食生活改善推進員養成講座

食生活を見直し、健康づくりの輪を広げる、食生活改善推進員の養成講座を開催します。

日時など	内容	対象・定員	申込み
10/15・29、11/12・26、12/3・10(水)【全6回】 時間・会場(大宮区役所など)は回によって異なります。	食生活や健康づくりに関する講義・演習・運動実技 ※講座期間中に地区活動体験をしていただきます。	市内在住で、食生活改善推進員となってボランティア活動ができる方 60人(先着順)	9/10(水)9時から、電話又はFAXで、区保健センターへ。 電子申請システム(ページ上部の2次元コード)からも申込みできます。

※詳細は保健センターへ問合せいただくか、右の2次元コードからご確認ください。

令和7年度食生活改善推進員養成講座～私達の健康は私達の手で～▶



歯が生えたら「むし歯予防教室」にご参加ください♪

お子さんのむし歯予防のために、規則的な食生活や歯みがき習慣を学ぶ教室です。

10月は片柳児童センターでも出張開催します！

対象●令和6年5月～12月生まれのお子さんと保護者

内容●むし歯予防のポイント、むし歯菌チェックテスト、仕上げみがきの実習

日時	会場	定員・申込み
10/15(水) 9:45～10:40	見沼区役所保健センター	各10組(先着順)
10/30(木) 10:00～10:55	片柳児童センター	9/10(水)9時～電子申請

