



見沼区インフォメーション

生涯学習情報システム

での申込みはこちら▶



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
七里公民館 ☎686・4721 ㊚687・5575

片柳公民館 ☎684・3492 ㊚687・5585
春岡公民館 ☎685・6911 ㊚687・9909

事業名	日時	内容	対象・申込みなど
七里 民踊夏まつり	7/15(水) 9:30~12:00	地域の輪づくり、健康づくりを目指し、皆さんで楽しく民踊(盆踊り)を踊りましょう。大宮民踊友の会との共催です。	市内在住の方 当日、直接、同館へ 持ち物:室内用運動靴、下足入れ、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

図書館



春野図書館 ☎687・8301 ㊚687・8306
七里図書館 ☎682・3248 ㊚687・3932

大宮東図書館 ☎688・1434 ㊚687・9744
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 大宮東 七里 片柳 これなら書ける! 読書感想文	7/21(水) ①10:00~10:45 ②11:00~11:45 7/22(水) ①10:00~10:45 ②11:00~11:45	読書感想文が書きやすい本の紹介と書き方のコツを教えます。	①小学1・2年生10人(抽選) ②小学3・4年生10人(抽選) ※いずれも保護者の参加は1人まで可 7/1(水)~8(水)に市生涯学習情報システム(ホームページ)へ
七里 片柳 夏のワークショップ 「とんがり帽子の バランスあそび」	①7/29(水) 10:00~12:00 ②8/5(水) 10:00~12:00	紙のとんがり帽子を作ってバランス遊びをします。	①小学生15人(抽選) ②小学生12人(抽選) ※いずれも保護者の参加は1人まで可 7/3(金)~9(木)に市生涯学習情報システム(ホームページ)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。
※交通事情によって訪問予定時刻に到着しない場合があります。

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 蕨田島公園	7/2・16・30(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			
		7/9・23(木)	

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・申込みなど
片柳 プチひろば&お誕生会	7/8(水) 11:00~11:30	7月生まれのお子さんをみんなで祝いします。くす玉割りのほか、記念に手形を押してプレゼントします。	未就園児と保護者 当日、直接、同センターへ
春野 みんなのひろば	7/15(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。発達相談も同時開催します。	乳幼児と保護者 当日、直接、同センターへ

大宮体育館

大宮体育館 ☎ 685・2121 ㊚ 688・1179



事業名	日時・コース	参加費	対象・申込みなど		
ボルダリング教室	8/2~30(日) (8/16を除く)	5,600円 (全4回)	女性コース・一般コースは中学生以上15人、小学生コースは15人、一般&親子コースは一般で中学生以上5人・親子で未就学児と保護者5組(抽選) 7/1(水)から、上記の大宮体育館ホームページ内、教室予約ページへ		
	日曜日・小学生コース①			9:15~10:15	
	日曜日・小学生コース②			10:30~11:30	
	日曜日・一般&親子コース			11:45~12:45	
	8/5~26(水)			水曜日・女性コース	9:15~10:15
	水曜日・一般コース			10:30~11:30	
	8/7~28(金)			金曜日・小学生コース	17:30~18:30
金曜日・一般コース	18:45~19:45				





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 定員 24人(先着順)	8/29(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8年10月~令和9年1月の方	7/10(金) 9時~ 電子申請
はじめてのママクラス 定員 15人(先着順)	1日目 8/20(木) 13:30~15:25 2日目 8/26(水) 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 妊娠中と乳幼児期のお口のケア 抱っこ体験、ミニ講義	初めての出産で、予定日が令和8年10月~令和9年1月の方	
離乳食教室 定員 18人(先着順)	8/28(金) 13:30~14:40	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和8年3・4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)	8/21(金) 10:00~10:55	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	令和7年3月~10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。				
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。				

幼児食教室~おやこの食育~

子どもと大人の食事のポイントや栄養バランス、お家でできる食育について一緒に楽しく学びましょう。

日時 ● 8月6日(木) 10時~11時10分(受付9時45分~)

会場 ● 見沼区役所 1階 保健センター 運動指導室

内容 ● 栄養講義、歯科講義、食育体験(野菜スタンプ)

対象 ● 区内在住の令和2年4月2日~令和5年4月1日生まれのお子さんと保護者
※兄弟など対象年齢以外の方の同伴はできません。

定員 ● 12組(先着順)

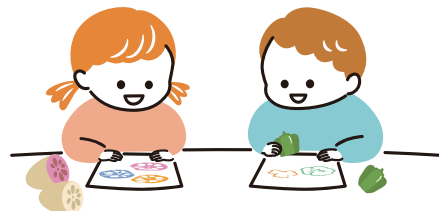
持ち物・服装 ● 筆記用具、水分補給用の飲み物、汚れてもよい服装やエプロン(大人用・子ども用)

申込み ● 初めて参加の方 7月10日(金)9時から電子申請

昨年度参加した方 7月17日(金)9時から電子申請



◀申込みはこちら



▲野菜スタンプでオリジナルランチョンマットをつくろう!

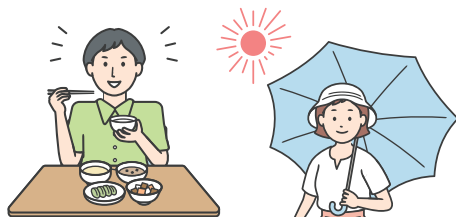
熱中症に注意しましょう!基本的な生活習慣が大切です

今年も暑い季節がやってきました。夏は健康を維持するうえで、熱中症対策が欠かせない時期となります。(一財)日本気象協会では、熱中症の対処方法について、ホームページで分かりやすく紹介しています。改めて、熱中症の正しい知識を確認しましょう。

~熱中症予防のポイント~

- ①のどが渇いていなくても、こまめに水分をとりましょう。
- ②主食・主菜・副菜がそろった、バランスの良い食事を心がけましょう。
- ③十分な睡眠をとり、生活リズムを整えましょう。

日頃の体調管理を心がけ、暑さに負けない体づくりを行いましょう。



◀日本気象協会HP