



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
片柳	認知症サポーター養成講座	9/17(木) 10:00～11:30	認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を支援する認知症サポーターを養成します。受講者には、「認知症サポーター証」(カード)と「オレンジリング」(プレスレット)を交付します。	市内在住の18歳以上の方20人(抽選) 8/18(火)9時～9/4(金)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	親子サロン	8/5(水) 10:00～11:00	お子さんと保護者が一緒に遊びながら、おしゃべりや情報交換できる場です。	3歳くらいまでのお子さんと保護者10組(先着順) 時間内の入退室自由 当日、直接、同館へ
春岡	ボランティア入門セミナー「いま、地域に求められるボランティア」	9/18(金) 10:00～11:30	ボランティアや地域活動をやってみようとする方への講演会です。	市内在住の方30人(先着順) 8/10(月)9時～9/11(金)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
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	夏子ども映画会	8/18(火) 14:00～15:00	「おれたち、ともだち！」	小学生以下のお子さんと保護者20人(先着順) 当日、直接、春野図書館へ
大宮東		8/19(水) 14:00～15:10	「ダンボ」	小学生以下のお子さんと保護者20人(先着順) 当日、直接、大宮東図書館へ(問合せは春野図書館へ)
七里		8/20(木) 14:00～15:20 会場:七里コミュニティセンター	「ピーターパン」	どなたでも100人(先着順) 当日、直接、七里コミュニティセンターへ (問合せは春野図書館へ)
片柳		8/7(金) 14:00～15:50 会場:片柳コミュニティセンター	「虹色はたる～永遠の夏休み～」	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 (問合せは春野図書館へ)

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(北区榑引町) ☎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 葎田島公園	8/27(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		8/20(木)、9/3(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(全2回)	内容	対象・申込みなど
七里	孫育て講座	9/24(木)、10/1(木) 10:00～12:00	「祖父母手帳」を使って、子育ての新常識を学びます。	市内在住・在勤の方15人(先着順) 8/5(水)10時から電話、又は直接、同センターへ

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	内容	対象・申込みなど
片柳	おとうさんとあそぼう～電車であそぼう～	8/9(日) 10:00～12:00	遊戯室の広いスペースを利用して、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	プラレールタイム	8/9・23(日) 9:30～13:30	遊戯室でプラレールを楽しみます。 ※記名・電池をいれたプラレールの持参可。	未就学児と保護者 当日、直接、同センターへ





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。
・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

母子保健	事業名・定員		日時		内容	対象	申込み			
	両親学級		9/26(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11月～令和9年2月の方と夫(パートナー)	8/10(月) 9時～	電子申請		
	定員 24組(先着順)									
	離乳食教室		9/15(火)	10:30～11:40	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和8年4・5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		9/11(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4～11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。									
	育児学級		9/18(金)	9:45～11:30	あんしん子育てミニ講義 赤ちゃんの心と体を育てる遊び	令和8年3～6月生まれのお子さんと保護者				
定員 20組(先着順)										
出張育児相談 ※時間予約制		9/25(金)	9:30～10:30 会場:片柳児童センター	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	未就学児と保護者					
定員 12組(先着順)										
育児相談(乳児期)		8/17(月)	9:30～10:30	持ち物:母子健康手帳 バスタオル	0歳のお子さんと保護者	当日、直接、 区保健センターへ				
育児相談(幼児期)		8/18(火)	9:30～10:30	おむつの替え	1歳～未就学児と保護者					

みんなが沼る!?宅トレ道場

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●9月8日(火) 10時~11時50分(受付9時30分~)

会場●見沼区役所2階 大会議室

対象●区内在住の18~64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●運動講義・実技、保健師による講義

持ち物など●水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、運動しやすい服装

申込み●8月10日(月)9時から電子申請



申込みはこちら▶



栄養の日をご存じですか?

毎年8月4日は「栄養の日」です。日本栄養士会が2016年に、すべての人の健康づくりを目的に制定し、「栄(8) 養(4)」の語呂合わせに由来します。

今年のスローガンは「たのしく食べる、カラダよろこぶ」です。主食・主菜・副菜をそろえた食事は、生活習慣病予防や体調管理に大切です。暑さで食欲が落ちやすい時期こそ、日々の食事を見直し、元気に夏を乗り切りましょう。

埼玉県 熱中症予防お手軽レシピのご紹介



▲豚しゃぶ梅ダレ



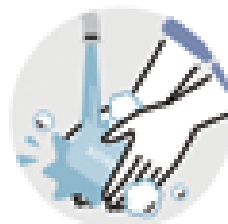
▲たくさんのレシピを紹介しています
(埼玉県HP)

8月は「食品衛生月間」

夏は気温や湿度が高く、食中毒が発生しやすい季節です。家庭でも次のポイントを実践し、予防をしましょう。

食中毒予防の3原則

- ①細菌を食べ物に「つけない」
- ②食べ物に付着した細菌を「増やさない」
- ③食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」



▲家庭でできる食中毒予防の
詳しい方法はこちら
(厚生労働省HP)