

西区INFORMATION

※1 生涯学習情報システム(<https://gakushu.city.saitama.jp/>)
 ※2 ①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢(生年月日)⑤性別⑥電話番号
 ※3 ①講座名②氏名(ふりがな)③電話番号④FAX番号
 ※4 ①「映画会参加申込」と記載②氏名(ふりがな)③電話番号④FAX番号
 ※申込み欄に往復はがきの記載がある施設のみ住所を掲載しています。



公民館

指扇公民館 ☎622・4424 西大宮公民館 ☎623・3014 〒331-0078 西大宮2-13-1 馬宮公民館 ☎623・1904 ☎623・3106
 内野公民館 ☎623・5735 ☎623・5755 〒331-0052 三橋6-1457-1

事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
指扇 俳句講座 定員 15人(抽選)	7/6～7/27の毎週水曜日 10:00～11:30	仲間づくりをしながら、俳句を基礎から楽しく学ぶ(全4回)	65歳以上の方 無料	6/20(月)必着で、WEB※1又は往復はがき※2で同館へ
社交ダンス講座 定員 26人(抽選)	7/7～7/28の毎週木曜日 13:30～15:30	仲間づくりをしながら、社交ダンスを楽しむ(全4回)	65歳以上の方 無料	6/21(火)必着で、WEB※1又は往復はがき※2で同館へ
「茶道」講座 定員 12人(抽選)	7/8(金)・15(金) 10:00～11:30	茶道を基礎から学ぶ 初心者歓迎(全2回)	65歳以上の方 800円	6/22(水)必着で、WEB※1又は往復はがき※2で同館へ
馬宮 歴史講座 ～大江戸生活事情～ 定員 20人(抽選)	7/12～26の毎週火曜日 10:00～12:00	江戸時代の庶民の生活を学ぶ (全3回)	65歳以上の方 無料	6/7(火)～24(金)に、電話、WEB※1、FAX※3又は直接同館へ
内野 大宮光陵高校美術科生徒が教える絵画教室 定員 24人(抽選)	7/29(金) 9:30～12:00	自由なテーマで、絵を上手に描くコツやアイデアを学ぶ	市内在住・在学の小学生 無料	6/9(木)～30(木)に、WEB※1、往復はがき(①講座名②住所③電話番号④親子の氏名(ふりがな)⑤学校名・学年)又はFAX(①講座名②FAX番号③親子の氏名(ふりがな)④学校名・学年)で同館へ
科学工作教室 定員 10組(抽選)	7/30(土) 10:00～12:00	お部屋を素敵に彩り、災害時やアウトドアでも使えるLEDランタンを親子で作る(親の学習事業)	市内在住・在学の小学生とその保護者 1人につき250円	
お菓子づくり教室 定員 8組(抽選)	8/2(火) 10:00～11:30	カラフルでかわいいアイシングクッキーを親子で作る	市内在住・在学の小学生とその保護者 1人につき500円	

児童センター

馬宮児童センター ☎・☎625・8826 植水児童センター ☎・☎625・1908

事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
馬宮 卓球タイム	毎日 午後	遊戯室の半面で卓球を行う	小学生以上 無料	当日事務室へ
植水 年齢別ひろば 定員 各6組(先着順)	①ハイハイサロン 毎週火曜日 11:00～11:20 ②あそびのひろば 毎週水曜日 11:00～11:20	ふれあいあそびや工作を楽しむ	①0歳児とその保護者 ②1歳以上の未就学児とその保護者 無料	一週間前の9時から、電話又は直接同館へ

コミュニティセンター

馬宮コミュニティセンター ☎625・8821 ☎625・8822 〒331-0061 西遊馬533-1

事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
馬宮 ヘルシー料理で健康維持! 野菜たっぷり料理講座 定員 8人(抽選)	6/30～7/14の毎週木曜日 10:00～12:00	夏野菜を使った簡単でヘルシーな料理を作る(全3回)	市内在住・在勤の方 4,000円	6/16(木)必着で、往復はがきに①講座名②氏名(ふりがな)③住所(在勤の方は事業所名も)④電話番号を記入し、同センターへ ※1人1通のみ ※当選者は手続きが必要です。

図書館

馬宮図書館 ☎625・8831 ☎625・8833 大宮西部図書館 ☎664・4946 ☎667・7715

事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
馬宮 映画会 定員 80人(先着順)	6/24(金) 14:00～15:30(開場13:30)	「イキングット」(吹替)の上映	どなたでも 無料	6/10(金)9時から、電話、FAX※4又は直接同館へ
大宮西部 子ども映画会 定員 30人(先着順)	7/29(金) 14:00～15:15(開場13:30)	「クマのプーさん プーさんとはちみつ」、「はれときどきぶた」の上映	どなたでも 無料	7/1(金)9時から、電話で同館へ

移動図書館カレンダー

ステーション名	6月	7月	時間
西大宮3丁目第二公園	14日・28日(火)	12日・26日(火)	10:40～11:40
健康福祉センター西楽園★			13:20～13:50
加茂川団地	2日・16日・30日(木)	14日・28日(木)	10:20～11:20

★工事のため「宝来グラウンド・ゴルフ場 駐車場(宝来125-1)」に場所を変更しています。
 ※雨天の場合は中止します。
 ※車での来場はご遠慮ください。
 詳しくは、大宮西部図書館へ
 ◎図書館ホームページ
<https://www.lib.city.saitama.jp/>



西区保健センター INFORMATION

- ・対象は原則西区在住の方です
- ・相談は電話でも行っています
- ・会場名がない事業は、西区保健センターが会場です
- ・母子保健の各教室の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです

申込み・問合せは
西区保健センター
 ☎ 620・2700
 FAX 620・2769

母子保健

申込みはこちらから

- ・事業名を入力、検索してお申込みください
- ・電子申請での申込みが終了している場合等はお問い合わせください



事業名	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	助産師又は保健師の訪問による身体測定・育児相談	生後1か月くらいまでの赤ちゃんとその母親（里帰り出産で期間内に市内に滞在している方も含む）	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ郵送、又は電話で西区保健センターへ

母子保健	事業名・定員	日時	内容	対象	申込み	電子申請
	離乳食教室※	7/13水 ①10:00～11:00 ②13:30～14:30	離乳食の基本について学ぶ	R4年2・3月生まれの赤ちゃんの保護者	6/14(火) 9:00～	
	定員 各回8人(先着順)					
	むし歯予防教室※	7/26火 ① 9:45～10:25 ②11:00～11:40	むし歯予防の話と歯みがき方法について学ぶ	R3年2～8月生まれのお子さんの保護者	6/15(水) 9:00～	
	定員 各回6人(先着順)					
	育児相談(乳児)	7/20水 9:30以降での時間予約制	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による育児相談やその他心配ごとの相談	1歳未満の赤ちゃん	6/20(月) 9:00～	
育児相談(幼児)	7/21木 9:30以降での時間予約制	持ち物：母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル	1歳～就学前のお子さん			

※①、②どちらかの時間を選択できます。

事業名	内容	申込み
成人保健 健康相談	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による個別の健康相談	西区保健センターへ事前にお問い合わせください ※健康手帳がある方はお持ちください。

6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です

歯を失う2大原因は、むし歯と歯周病です。

家族みんなで生活習慣を見直し、健康な歯と口を保ちましょう。

けんこう 健康のためのポイント

- ・歯ブラシのほかに、デンタルフロスや歯間ブラシを使う
- ・かかりつけ歯科医をもち、定期的に健診やクリーニングを受ける



かがやく女性のためのHAPPYエイジング ～カラダがよろこぶストレッチ～

初めての方でも安心！カラダのバランスを整えて、こころもカラダもリフレッシュ！

日 時 ●7月5日(火) 10時～11時15分

内 容 ●ストレッチ、ミニ講話など

対 象 ●区内在住の18～49歳の女性（開催日時点）

定 員 ●8人(先着順) ※この教室に初めて参加する方優先

申込み ●6月8日(水)9時から、電話で西区保健センターへ

