

西区INFORMATION

※1 生涯学習情報システム(<https://gakushu.city.saitama.jp/>)
 ※ 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。
 ※ 申込み時のFAXや往復はがき等への記載項目は、各施設へお問い合わせください。



公民館

馬宮公民館 ☎623・1904 ☎623・3106 内野公民館 ☎623・5735 ☎623・5755

	事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
馬宮	アイシングクッキーでクリスマスのヘクセンハウスに挑戦!	12/2(土) 13:30~15:30	アイシングクッキーで人気のクリスマスヘクセンハウスを作る	市内在住・在勤・在学の中 学生から39歳までの方 10人(抽選)	1,200円 11/1(火)~15(水)に、WEB※1で
	手話入門教室	12/10・17・24(日) 10:00~11:30 (全3回)	日常での簡単な会話を中心に学習するとともに、障がい者の現状や立場について理解を深める	市内在住・在勤・在学の中 学生以上の方 20人(抽選)	無料 11/9(木)~21(火)に、WEB※1、電話、 FAX又は同館窓口で
	日本文化体験 しめ縄作り講座	12/16(土) 10:00~12:00	地元の「稲わら」を使い、日本の伝統文化であるしめ縄をアレンジした正月飾りを作る	市内在住・在勤・在学の成 人の方 20人(抽選)	2,000円 11/7(火)~22(火)に、WEB※1、電 話、FAX又は同館窓口で
内野	うちのフェスティバル	11/18(土)~30(木) ※11/27(日)を除く 9:00~21:30	作品展示、ステージ発表 ※ステージ発表は11/19(日)のみ	どなたでも	無料 申込不要
	クリスマスコンサート	12/9(土) 13:30~15:00	様々な楽器で奏でるクリスマスソングやクラシックの名曲を鑑賞する	どなたでも 80人(先着順)	無料 11/13(月)9時~30(木)に、WEB※1、 電話、FAX又は同館窓口で

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	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
馬宮	乳幼児専用タイム	月~土曜日 ※11/23(祝)を除く 9:30~13:30	遊戯室(全面又は半面)にてすべり台やブロックなどで遊ぶ	乳幼児とその保護者	無料 申込不要
植水	あそびのひろば	毎週水曜日 11:00~11:30	未就学児向けのひろば 詳しい内容はセンターだよりをご確認ください。	幼児とその保護者	無料 申込不要

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 西部文化センター ☎625・3851 ☎625・2881

	事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
馬宮	馬宮コミセンまつり (舞台発表・作品展示会)	11/18(土) 10:00~16:00 11/19(日) 10:00~12:00 (作品展示会は15:00まで)	同館利用団体による日頃の活動の成果発表会	どなたでも	無料 申込不要
	クリスマスコンサート	12/10(日) ①11:00~(開場10:30) ②14:00~(開場13:30)	大宮吹奏楽団によるクリスマスにちなんだ楽曲のコンサート	どなたでも 100人(先着順)	無料 11/6(月)10時から電話又は同センター窓口で ※事前申込制
西部文化	西部文化センターまつり& バリアフリーフェスティバル	11/12(日) ロビー:10:00~ ホール:13:30~	同館で活動している団体の日頃の成果発表会 バリアフリーフェスティバル	どなたでも 200人(先着順)	無料 申込不要

図書館

大宮西部図書館 ☎664・4946 ☎667・7715 〒331-0825 北区櫛引町2-499-1
 馬宮図書館 ☎625・8831 ☎625・8833 大宮西部図書館三橋分館 ☎・☎625・4319

	事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
大宮西部	鉄道講座	12/17(日) 14:00~16:00 (開場13:30)	「駅の看板は時代とともにー鉄道文字のルーツを探るー」 講師:中西あきこ氏	どなたでも 70人(抽選)	無料 11/1(火)~17(金)に、WEB※1又は往復はがきで
馬宮	映画会	11/24(金) 14:00~15:40 (開場13:30)	「丹下左膳餘話ー百萬両の壺ー」の鑑賞 ※会場は馬宮コミュニティセンター	どなたでも 161人(先着順)	無料 申込不要

移動図書館カレンダー

ステーション名	11月	12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
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

※雨天の場合は中止します。 ※車でのご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/>



区役所の休日窓口をご利用ください

住民異動・戸籍の届出、市税の納付、各種証明書の交付等の一部業務を取り扱います。

日時 **11月26日(日)**
8時30分~17時15分
 支所・市民の窓口を除く



▲詳細はこちら

問合せ ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ☎827・8656



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

電子申請

申込みはこちらから

- ・事業名を入力、検索してお申し込みください
- ・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



母子健康手帳の交付



妊娠・出産包括支援センター(西区保健センター内)では母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。
 母子健康手帳の受け取り・面談のご予約は、電子申請でお申し込みできます。
 二次元コードを読み取り、「西区 母子健康手帳」と入力して検索してください。

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育児相談	生後1か月くらいまでのお子さんとその母親(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

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
プレママパクラス(全2回)	12/7(木) 9:30~11:20 12/16(土) 9:30~11:40	妊娠・出産・育児等について楽しく学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日がR6年2月~5月の方とその夫・パートナー ※第1回は妊婦のみ	11/8(水) 9:00~ 電子申請
定員 18組(先着順)				
育児学級	12/19(火) 9:30~11:20	育児について、お友達づくりをしながら楽しく学ぶ	R5年9月・10月生まれのお子さんと保護者	
定員 16組(先着順)				
離乳食教室*	12/13(水) ①10:00~11:15 ②13:30~14:45	離乳食の基本について学ぶ	R5年7月・8月生まれのお子さんの保護者	
定員 各回10人(先着順)				
むし歯予防教室	12/5(火) 10:00~10:50	むし歯予防の話と歯みがき方法について学ぶ	R4年7月~R5年2月生まれのお子さんと保護者	
定員 12組(先着順)				
育児相談(乳児)	12/11(月) 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歳未満で偶数月生まれのお子さん	
	12/12(火) 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歳未満で奇数月生まれのお子さん	

※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。

幼児食教室 ~子どもの食事の悩みを解決するヒント~

幼児期の食事のポイント、おやつとむし歯予防のポイントを紹介します。

対象 ●区内在住の1歳6か月以上3歳未満のお子さんの保護者(開催日時点の年齢)

日時 ●12月21日(木) 10時~11時

定員 ●12人(先着順)

申込み ●11月8日(水) 9時から、右上の二次元コードより電子申請



セルフ ボディ リセット

~ストレッチでココロもカラダもリフレッシュ!~

対象 ●区内在住の18~59歳の方(開催日時点)

日時 ●12月20日(水) 9時50分~11時30分

定員 ●10人(先着順)

託児 ●満5か月以上のお子さんで先着順(人数に限りがあります)

申込み ●11月16日(水) 9時から、保健センターへ電話

「乳幼児突然死症候群(SIDS)」に気をつけましょう

SIDSとは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気です。

以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

- 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう
- できるだけ母乳で育てましょう
- たばこをやめましょう



親子DEエンジョイ!かけっこ教室

大宮アルディージャ提携トレーナーに学ぶ! 楽しく体を動かしてかけっこに磨きをかけよう!

対象 ●区内在住の小学生とその保護者

日時 ●12月17日(日) 10時~11時20分

定員 ●8組16人(先着順)

申込み ●11月7日(水) 9時から、保健センターへ電話、FAX
又は右上の二次元コードより電子申請



「自分発見!」
チャレンジ up さいたま
対象事業です!