

10月の「西区ナイトマルシェ」情報！

毎月24日
開催！

区内の新鮮・採れたて野菜の販売等を行う西区ナイトマルシェを開催中！

今月の出店情報は右記二次元コードよりご確認ください。

開催日時●10月24日(金) 16時～19時

場 所●JR西大宮駅北口前



問合せ●西区コミュニティ課 ☎620・2620 FAX620・2671

魅力西(さい)発見！ 散策フォトウォーク開催中

西区の魅力を写真に撮りながら
楽しく散策してみましょう！抽選で
素敵な賞品をゲット！



西区INFORMATION

※1 生涯学習情報システム(<https://gakushu.city.saitama.jp/>)
※ 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 FAX623・3106

事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
馬宮 食育講座 親子でみそ作り体験 講座	11/14(金) 10:00～12:00	大豆や塩、麴を材料とした日本の伝統発酵食品「みそ」を親子で作りながら、材料の特性、発酵食品の知識を学ぶ	市内在住の小学生とその保護者 10組(抽選)	3,060円 10/8(木)～21(火)に、WEB※1で
馬宮 地域講座 ～知らなかった 馬宮の歴史～	11/29(土) 10:00～12:00	馬宮地区がどのような歴史を経て形成されてきたのか、その成り立ちを学ぶ	市内在住、在勤、在学の中学生以上の方 30人(抽選)	無料 10/21(火)～11/6(木)に、WEB※1、同館窓口、電話又はFAXで

児童センター

馬宮児童センター ☎・FAX625・8826 植水児童センター ☎・FAX625・1908

事業名	日時	内容	対象	費用・申込み
馬宮 プチタイム	10/3～31の毎週金曜日 11:00～11:15	手遊び・体操・絵本の読み聞かせ等 ※10/31はハロウィンパーティー(10:30～)	乳幼児とその保護者	無料 申込不要
植水 ドッジボールタイム	毎週火曜日※祝・休日を除く ①1～3年生 16:20～16:40 ②4～6年生 16:40～17:00	チーム対抗でドッジボールをする	小学生	無料 申込不要

図書館

馬宮図書館 ☎625・8831 FAX625・8833 大宮西部図書館 ☎664・4946 FAX667・7715
大宮西部図書館三橋分館 ☎・FAX625・4319

事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
大宮西部 あかちゃんおはなし会	10/1・8・22・29(水) 11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそび、わらべうたなど ※各日とも同じ内容です。	0～2歳児とその保護者 各回8組(先着順)	無料 当日、直接同館へ
大宮西部 古本リサイクル	11/2(日) 9:15～13:00	図書館で不要となった雑誌や本を提供します 会場：大宮西部図書館2階 ギャラリー、会議室、視聴覚ホール	どなたでも	無料 当日、直接同館へ

移動図書館カレンダー

ステーション名	10月	11月	時間
西大宮3丁目第二公園	14日・28日(火)	11日・25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)	13日・27日(木)	10:20～11:20

※雨天の場合は中止します。
※交通事情により予定時刻に到着しない場合があります。
※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、各種証明書等の交付等の一部業務を取り扱います。

日時 **10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 FAX827・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(オンたま)

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
- ・電子申請での受付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



こども家庭センターにし(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1〜2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」に丸印をして投函するか、西区保健センターへ電話でご連絡ください。

母子保健	事業名・定員	日時	内容	対象	申込み	電子申請 (オンたま)
	離乳食教室	11/18(火) 13:30～14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	令和7年6月・7月生まれのお子さんの保護者	10/8(水) 9:00～	
	定員 20人(先着順)					
	むし歯予防教室	11/10(月) 10:00～10:50	むし歯予防の話と歯みがき方法について学ぶ	令和6年6月～令和7年1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)	10/22(水) 受付9:30～10:30	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 持ち物：母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル	1歳未満のお子さん	当日、受付時間内に直接保健センターへ	
育児相談(幼児)	10/23(木) 受付9:30～10:30	1歳～就学前のお子さん				

事業名	内容	申込み
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。

ふたごの集い

ふたご以上を妊娠している方と、ふたご以上のお子さんを育てている保護者の方の交流の場です。

対象 ①ふたご以上を妊娠している方(妊娠16週以降)
 ②ふたご以上のお子さん(3歳未満)と保護者

日時 11月13日(木) 10時15分~11時30分

場所 子育て支援センターにし(三橋6-382-1)

定員 6組(先着順)

申込み 10月8日(水)9時から
 右上の二次元コードより電子申請



ちょっと血圧が気になる方の健康塾

「ちょっと」血圧が気になっている方に、生活習慣を整えて、血管をしなやかに保つヒントをお伝えします。

対象 18歳~74歳の方
 (開催日時点)

日時 11月19日(水) 9時30分~11時

定員 20人(先着順)

申込み 10月16日(水)9時から、電話
 又は右上の二次元コードより電子申請



親子DEエンジョイ!かけっこ教室

楽しく体を動かして、かけっこに磨きをかけよう!
 がんばった後は健康グッズのプレゼントもあります♪
 この教室は、「自分発見!チャレンジupさいたま」の対象事業です。

対象 市内在住の小学生とその保護者

日時 11月9日(日) 10時~11時20分

定員 10組20人(先着順)

申込み 10月8日(水)9時から、電話又は
 右上の二次元コードより電子申請



プレ更年期からのカラダ・おくちケア

女性ホルモンのゆらぎと上手につきあうために…
 運動と講話をとおして、おうちでできるケアのしかたを紹介します!

対象 18歳~59歳の女性(開催日時点)

日時 11月12日(水)
 9時50分~11時40分

定員 10人(先着順)

申込み 10月9日(水)9時から、電話又は
 右上の二次元コードより電子申請

