

1月10日は「110番の日」

「110番」は、事件や事故にあったときや目撃したときなどに緊急通報をするためのものです。緊急を要する場合はためらわずに110番通報しましょう。また、区民の皆さんの安全のために適正な利用を心がけましょう。


言語や聴覚に障害のある方が事故にあった場合

●メール110番  埼玉県警メール110番  ●ファックス110番  0120・264・110

緊急でない相談・苦情・各種照会

●けいさつ総合相談センター  #9110 又は  822・9110 ●大宮西警察署  625・0110





問合せ●大宮西警察署  625・0110

西区INFORMATION

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



公民館

馬宮公民館  623・1904  623・3106

事業名	日時	内容	対象・定員	費用・申込み
馬宮 子育てサロン「ひだまり」	2/18(水) 10:00～11:30	子育て中の方が、誰でも参加できる遊び場です。今回は「春にちなんだ工作遊び」を行います。 【共催】馬宮社会福祉協議会	4歳までのお子さんとその保護者 (西区在住・在勤) 7組(抽選)	無料 1/1(例)～20(例)に、WEB※1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	費用・申込み
馬宮 プチタイム	1/9～30の毎週金曜日 11:00～11:15	手遊び・体操・絵本の読み聞かせ等	乳幼児とその保護者	無料 申込不要
植水 館内ドッジボール大会	1/25(日) 13:30～16:00	チーム対抗でドッジボールをする	小学生	無料 1/8(例)～16(例) 9:30～18:00に、5名でチームを組んで、同センターに参加申込書を提出

図書館

馬宮図書館  625・8831  625・8833 大宮西部図書館  664・4946  667・7715
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 あかちゃんおはなし会	1/21(水)、28(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8組(先着順)	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	1月	2月	時間
西大宮3丁目第二公園	6日(水) 20日(水)	3日(水) 17日(水)	10:40～11:40
西楽園			13:20～13:50
加茂川団地	8日(木) 22日(木)	5日(木) 19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。

※交通事情により予定時刻に到着しない場合があります。

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 **1月25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
TEL 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)
	プレママパピクラス (全2回)	2/4水 9:30～11:20 2/14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、出産予定日が令和8年4月～7月の方とその夫・パートナー等 ※第1回は妊婦のみ	1/14水 9:00～	
	定員 18組(先着順)					
	育児学級	2/17木 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	令和7年11月・12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	2/26木 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9月・10月生まれのお子さんの保護者		
	定員 20人(先着順)					
	むし歯予防教室	2/9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9月～令和7年4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)	1/15木 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)	1/16金 受付9:30～10:30		1歳～就学前のお子さん			

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。

からだ見える化計画! ～からだ色々測定会～

♪ 今より元気に笑って楽しく暮らすために、今できる体にいいことを始めてみませんか?

対象 ● 市内在住の18歳以上の方(妊娠中の方、ペースメーカー装着中の方は体組成測定ができません)

日時 ● 2月16日(月) 13時30分～15時30分

定員 ● 20人(先着順) **会場** ● 馬宮コミュニティセンター

内容 ● 体組成測定、血圧測定、握力測定、転倒予防に効果的な運動、口腔ケア・お口の体操

申込み ● 1月14日(水) 9時から電話、FAX、または右上の二次元コードより電子申請



感染性胃腸炎に感染しない・広げないために

感染経路は、原因となる病原微生物により異なりますが、汚染された食品を食べることによる感染(経口感染)と病原体が付着した手で口に触れることによる感染(接触感染)があります。

～感染経路を断つために～

【食品の取り扱い】 可能な限り中心部まで十分加熱しましょう。生で食べる野菜や果物は、流水で十分に洗いましょう。

【調理器具を介した感染予防】 まな板や包丁など十分洗い、熱湯や塩素系消毒液で消毒しましょう。

【手洗い】 トイレの後・調理の前後や食事の前・おむつ交換後などは、石鹸と流水で十分に手を洗い、うがいもしましょう。手を拭くタオルなどは、ほかの人と共有しないようにしましょう。

