

大宮区推奨

ジョギングコースを紹介します



安全で気軽にジョギングなどが行え、緑を身近に感じることのできるコースです。

場 所 ● 大宮第三公園内(堀の内町2丁目)

コ ー ス ● 500mと1,100mの2種類

特 徴 ● ゴムチップが敷かれ走りやすく、駐車場やトイレも完備されています。

※ウォーキングやジョギングの専用コースではありませんので、一般の歩行者や自転車に十分注意し、譲り合ってください。

問 合 せ ● 区コミュニティ課 ☎646・3020 ㊟646・3161

大宮第二公園管理事務所 ☎642・2228 ㊟645・0587



----- 赤 500mコース ———— 青 1,100mコース



information

大宮区インフォメーション

※費用の表示がないものは無料です。 ※事業は中止・変更になる場合があります。

児童センター

天沼児童センター

☎・㊟645・7988

児童福祉週間に向けて

こいのぼりを作ろう

日時●4月12日(月)～5月2日(日)
9時～18時

三橋児童センター

☎・㊟644・2978

あそびのひろば

①ラッコグループ

日時●4月19日・26日(月)
11時～11時20分

対象●0歳児とその保護者

②うさぎグループ

日時●4月20日・27日(火)
11時～11時20分

対象●1歳児とその保護者

③コアラグループ

日時●4月21日・28日(水)
11時～11時20分

対象●2歳以上の幼児とその保護者

【①～③共通】

内容●親子ふれあい遊び、読み聞かせ、ダンス、工作など

※その他の行事は、社会福祉事業団のホームページをご確認ください。

<https://saicity-j.securesite.jp/>

図書館

大宮図書館

☎643・3701 ㊟648・8460

にちようびのおはなし会

日時●毎週日曜日(5月2日を除く)
11時～11時30分(受付10時45分)

会場●2階 おはなしのへや

対象●3歳～小学2年生とその保護者

定員●10組(当日先着順)

芝居の愉しみ方

日時●4月25日(日) 14時～15時30分

内容●歌舞伎初心者向けに、演劇評論家ならではの視点でその魅力を語る

対象●市内在住又は在勤で、18歳以上の方

定員●30人(抽選)

申込み●4月11日(日)20時30分までに、大宮図書館ホームページ「イベントお申込みフォーム」より

ぬいぐるみのおとまり会

日時●5月2日(日)・3日(祝) 11時～12時

内容●こどもたちのぬいぐるみが図書館にお泊りするイベント

対象●3歳～小学生

定員●10人(先着順)

申込み●4月15日(休)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

大西民子のめざしたもの

日時●5月8日(土) 14時～15時30分(受付13時30分)

内容●大宮ゆかりの歌人・大西民子の人生や歌についての講演

対象●中学生以上

定員●20人(先着順)

申込み●4月8日(休)9時から、直接、電話又はファクスで、同図書館へ。

※その他の行事はさいたま市図書館ホームページをご確認ください。

<https://www.lib.city.saitama.jp/>

4月の移動図書館

三橋四丁目自治会館

4月6日・20日(火) 15時～15時30分

※雨天の場合は中止します。
詳しくは、大宮西部図書館(☎664・4946 ㊟667・7715)へ。

区役所の休日窓口

日 時●4月25日(日) 8時30分～17時15分 場 所●10区役所(支所・市民の窓口を除く)

主な取扱業務●住民異動・戸籍・国民健康保険・国民年金などの届出や、各種証明書の交付など、区役所の一部業務を取り扱います。

※手続きにより、必要な書類があるもの、取り扱いできないもの、当日完了しないものがありますので、事前にお問い合わせください。

※市税については、市税事務所に直接お問い合わせください。

問合せ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ㊟827・8656



大宮区保健センター からのお知らせ

母子保健 申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。
各学級の参加は、1人のお子さんに対し1回のみです。

成人保健 健康相談は電話でも
行っています。

大宮区役所 4階
申込み・問合せは
TEL 646・3100
FAX 646・3169

会場名がない事業は、大宮区保健センターが会場です。

母子健康手帳の交付

妊娠・出産包括支援センター(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。
※大宮駅支所窓口にも母子保健相談員が出張しています。持ち物、日時などの詳細はホームページでご確認ください。

妊娠出産包括支援センター 大宮駅支所 [検索](#)

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
はじめまして パパママ教室 定員 各9組(先着順)	5/8土 ① 9:00~10:30 ② 11:20~12:50	育児や親の役割について学び、 赤ちゃんの抱っこなどを体験す る	初めてお産をする方で、出産予定 日が令和3年6月20日~10月23 日の方とそのパートナー	4/6火~ 電話又はファクスで。
育児学級 定員 各12組(先着順)	5/20木 ① 13:15~14:15 ② 15:00~16:00	育児について学び、遊びを通し て親子のふれ合いを深める	令和3年2月・3月生まれの 赤ちゃんとその保護者	4/9金~ 電話又はファクスで。
離乳食教室 定員 各13人(先着順)	5/19水 ① 13:30~14:15 ② 15:00~15:45	離乳食の進め方とお口のケア について学ぶ	令和2年12月・令和3年1月生ま れの赤ちゃんの保護者	4/8休~ 電話又はファクスで。
むし歯予防教室 定員 各7組(先着順)	5/25火 ① 9:45~10:15 ② 11:00~11:30	むし歯予防のために規則的な 食生活や歯みがき習慣を学ぶ	令和元年12月~令和2年6月生 まれのお子さんとその保護者	4/13火~ 電話又はファクスで。
育児相談(乳児期) 定員 各9人(先着順)	4/26月 ① 9:00 ④ 13:00 ② 10:00 ⑤ 14:00 ③ 11:00 ⑥ 15:00	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	4/7水~4/23金 までに 電話又はファクスで。
育児相談(幼児期) 定員 各8人(先着順)	4/27火 ① 9:00 ② 10:00 ③ 11:00		1歳~就学前のお子さん	4/7水~ 前日までに 電話又はファクスで。

事業名	日時	内容	対象	申込み
健康相談(予約制)	月~金曜日(祝・休日を除く) 9:00~16:30	保健師・管理栄養士・歯科衛 生士による健康に関する相 談	大宮区内在住で、健康や食生活、 歯・口腔について相談がある方	事前に 電話又はファクスで。
体組成測定	5/13木 ① 9:30~9:45 ② 10:30~10:45 ③ 11:30~11:45	体組成計で筋肉量や筋肉バ ランス、脂肪量を測定して 健康づくりに活用する	18歳以上の方 ※妊娠中の方、ペースメーカーなど体 内機器を装着されている方は不可	4/14水~ 電話又はファクスで。

遅らせないで！お子さんの予防接種

予防接種は、お子さんの健やかな成長のために一番
必要な時期に受けていただくことが大切です。

特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくの
が遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。

お子さんの健康が気になるときだからこそ、予防接
種は遅らせずに、予定どおり受けましょう。

さいたま市 子どもの予防接種 [検索](#)

さいたま市医療なびのご案内

さいたま市では、市民や患者の皆さんが、診療科目
や受付時間などから、さいたま市内にある病院、診療
所、助産所を検索できるウェブサイト「さいたま市医療
なび」を開発しています。ぜひご利用ください。

さいたま市 医療なび [検索](#)

産婦・新生児訪問のご案内

助産師または保健師が訪問し、赤ちゃんの身体測定、育児相談、
その他のご相談をお受けします。第2子以降の方も受けられます。
費用は無料です。

ご希望の方は、母子健康手帳別冊に添付されている「出生連絡
票」(水色のはがき)の訪問希望「有」に○印をつけて、郵送又
は電話で、保健センターへご連絡ください。

出生連絡票		R	年	月	日	連絡
新 生 児	氏名・性別 (男・女)	生年月日	R	年	月	日生
	出生時の状況	出生体重	出生順位	出生時の異常	無・有	※○をつけてください
	未熟児養育医療	利用なし・利用あり	1 胎児 2 テアノーゼ 3 臍帯 4 けいれん 5 その他			
産 婦	出産場所・名称	氏名	生年月日	妊娠中の異常	分娩の経過	妊娠週数
				なし	正常	
				あり()	異常()	
新 生 児 訪 問	訪問希望する住所(自宅・里帰り先)	産婦の連絡先: 携帯: ()	里帰り先TEL: ()			
	訪問希望「有・無」 ※○をつけてください	里帰り先から戻る日	月	日	※日中連絡のとれる電話番号の記入をお願いします。	

●家庭訪問は、土・日・祝・祭日・年末年始(12/29~1/3)を除きます。
 ●訪問希望はさいたま市で調整させていただきます。訪問日時調整のため、事前に電話等で連絡を入れていただきます。
 ●訪問希望なしの場合でも届きます。訪問日時調整のため、事前に電話等で連絡を入れていただきます。
 ●産婦・新生児訪問などをご利用にならなかったご家庭には、生後3~4か月頃ハローエコーセンター職員が訪問します。
 ●個人情報取り扱いについては、「さいたま市個人情報保護条例」により、適切に管理しています。
 ●母子保健法により、体重(2.50kg未満)で出生された場合は届出が必要となります。必ず出生連絡票を提出してください。