

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。
 ※その他のイベントなどについては、市ホームページ又は各問合せ先へお問い合わせください。

児童センター

天沼児童センター
 ☎・FAX 645・7988 HP▶

三橋児童センター
 ☎・FAX 644・2978 HP▶



	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
天沼	プチひろば	3/3・10(火)、 3/6(金) 11:00~11:30	手遊びや読み聞かせ、体操など 3/10(火)は誕生会と身体測定	対象/未就園の子どもとその保護者 申込みなど/当日、直接、同センターへ。
	0歳ひろば	3/5(木) 11:00~11:30	親子のふれあい遊びや仲間づくりなど	対象/0歳の子どもの保護者 申込みなど/当日、直接、同センターへ。
三橋	ティーンズカフェ	3/14(土) 14:00~16:00	お菓子を食べながらみんなで楽しい時間を過ごす	対象/12~18歳未満の中高生 申込みなど/当日、直接、同センターへ。

図書館

大宮図書館
 ☎ 643・3701 FAX 648・8460 HP▶



	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
大宮	にちようびのおはなし会	毎週日曜日 11:00~11:30	おはなしと絵本の読み聞かせ	対象/3歳~小学2年生の子どもとその保護者 申込みなど/当日10時45分から、直接、2階おはなしのへやへ。
	育児コンシェルジュ	3/18(水) 10:00~13:00	保育の専門スタッフによる絵本の読み聞かせ、子育てに関する本の紹介	申込みなど/当日10時から、直接、2階児童書コーナーへ。
	楽しく健康増進! ウォーキング講座	3/28(土) 14:00~15:30	健康づくりに効果的なウォーキングについて、正しい歩き方やポイントを実践を交えて学ぶ	対象/市内在住、在勤又は在学の18歳以上の方 定員/20人(抽選) 申込みなど/3/18(水)15時までに、直接又は同図書館ホームページより。
	4月のあかちゃんおはなし会	4/8・22(水) 11:00~11:30	おはなしと絵本の読み聞かせ	対象/0~2歳の子どもの保護者 定員/各15組(抽選) 申込みなど/3/15(日)9時から25(水)15時までに、同図書館ホームページより。

臨時休館のお知らせ

図書館システム更新のため、2/24(火)~3/5(木)まで全館休館します。

※図書館ホームページ、電話等による所蔵調査なども休止します。期間中に図書館へ資料を返却する場合は返却ポストをご利用ください。

移動図書館

大宮西部図書館
 ☎ 664・4946 FAX 667・7715 HP▶



	ステーション名	日時	その他
大宮西部	三橋四丁目自治会館	3/17・31(火) 15:00~15:30	雨天の場合中止となります。駐車場はありません。交通事情により訪問予定時刻に到着しない場合があります。

老人福祉センター

あずま荘
 ☎・FAX 642・1266 HP▶



	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
あずま荘	健康相談	3/6・13・27(金) 14:00~15:00	医師による健康に関する相談	対象/60歳以上の方 定員/各回5人(先着順) 費用/無料(市内64歳以下及び市外の方は入館料有) 持ち物/シルバーカード又は住所記載の証明書など 申込みなど/当日、直接、同センターへ。
	気軽にピンポン	3/10(火) 9:30~14:00 3/26(木) 12:00~15:00	卓球台1台分を開放し、楽しく運動	対象/60歳以上の方 費用/無料(市内64歳以下及び市外の方は入館料有) 持ち物/シルバーカード、住所記載の証明書(ラケットやピンポン玉は貸出しています。) 申込みなど/当日、直接、同センターへ。(事務室にお声がけください。) ※お1人での参加でも構いません。 ※指導や進行はありません。

区役所の休日窓口をご利用ください(支所・市民の窓口を除く)

3月28日(土)・29日(日)
8時30分~17時15分

全区役所で、一部業務を取り扱います。取扱い業務の詳細はホームページをご確認ください。
 ※市税の総合窓口は、大宮区役所5階です。

問合せ●さいたまコールセンター(8時~21時、年中無休) ☎ 835-3156 FAX 827-8656 HP▶



大宮区保健センター からのお知らせ

- 申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。ファクスの場合は、①事業名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号またはファクス番号を記入してください。
- 各教室の参加は、1人のお子さんに対し1回のみです。
- 相談は電話でも行っています。
- 会場名がない事業は、大宮区保健センターが会場です。

申込み・問合せは
大宮区保健センター
☎ 646・3100
FAX 646・3169

母子健康手帳の交付	こども家庭センターおおみや妊娠・出産包括支援担当(保健センター内)で母子保健相談員(保健師・助産師など)が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。母子健康手帳の交付は、電子申請・届出サービスで予約をお願いします。日時、持ち物、予約などの詳細はホームページをご確認ください。	
産婦・新生児訪問	生後1～2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居住している方も含む)を対象に、助産師又は保健師が訪問による育児相談を行っています。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お申込みください。	

申込み
事業名を入力して検索し、お申し込みください。

電子申請・届出サービス A



電子申請・届出サービス B
(さいたま市 汎用予約サービス)



	事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子保健	はじめまして パパママ教室 定員 24組(先着順)	4/18(土) 9:15～12:00	育児や親の役割について学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日が令和8年6月11日～令和8年9月23日の方とそのパートナー	3/18(水)～ A
	母親学級 定員 24人(先着順)	4/14(火) 13:30～15:30	妊娠・出産・育児などについて学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日が令和8年5月14日～令和8年10月14日の方	3/13(金)～ A
	育児学級 定員 20組(先着順)	4/16(木) 13:30～14:50	育児について学び、遊びを通して親子のふれあいを深める	令和8年1・2月生まれの赤ちゃんとその保護者	3/17(火)～ A
	離乳食教室 定員 26人(先着順)	4/21(火) 13:30～14:45	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	令和7年11・12月生まれの赤ちゃんの保護者	3/19(木)～ A
	むし歯予防教室 定員 13組(先着順)	4/15(水) 9:45～10:45	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6年11月～令和7年6月生まれの子どもとその保護者	3/16(月)～ A
	育児相談(乳児期) 定員 各6人(先着順)	3/16(月) ①9:00 ④10:30 ②9:30 ⑤11:00 ③10:00 ⑥11:30	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	1歳未満の赤ちゃんとその保護者	3/5(木)～ B
育児相談(幼児期) 定員 各4人(先着順)	3/17(火) ①9:00 ④10:30 ②9:30 ⑤11:00 ③10:00 ⑥11:30		1歳～就学前の子どもとその保護者		
成人保健	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	区内在住で、健康や食生活、 歯・口腔 ^{こうくう} について相談がある方	事前に 

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性は、月経、妊娠・出産、閉経など、生涯を通じてホルモンバランスの変動があり、こころとからだに様々な変化が生じます。心身の不調を感じたときは早めに受診をしましょう。

女性の健康を支援するための多様な情報を発信している、厚生労働省作成の「女性の健康推進室ヘルスケアラボ」もご活用ください。



HP▶



3月は「自殺対策強化月間」です

あなたにもできる自殺予防のための行動

～支える つなぐ 命と心～

- 気づき** 家族や仲間の変化に気づいて声をかける
- 傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ** 早めに専門家に相談をするよう促す
- 見守り** 暖かく寄り添いながら、じっと見守る



市には様々な分野の相談窓口があります。詳しくはホームページをご確認ください。

HP▶

