

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。

さくらインフォメーション

※来館の際は、徒歩又は自転車・バスをご利用ください。
 ※申込みの記載のないものは、申込み不要です。
 ※対象の記載のないものは、どなたでも参加できます。
 ※費用の記載のないものは、無料です。

公民館 田島 ☎・℡863・0400 土合 ☎・℡862・5135 大久保 ☎・℡854・8441 大久保東 ☎851・6586 ℡851・6597

	事業名	日時・会場	内容	対象・定員・費用
田島	子育てサロン「たーたん」	5/27(木) 10:00~12:00	体育室で子育てサポーターと手遊び、体操などを楽しむ	乳幼児とその保護者 30組(当日先着順)
土合	地域理解講座 酒造見学	6/11(金) 10:00~11:00 内木酒造(西堀)	酒蔵を見学し酒造りの一面から地域との関わりを学ぶ 【申込み】5/17(月)9時から直接、又は電話で(先着順)	10人
	日本伝統のエコ工芸 金継ぎ講座	6/16・23・30の各水曜日 13:30~15:30(全3回)	壊れた陶磁器をよみがえらせる「金継ぎ」の技法を学ぶ 【申込み】5/13(木)~27(木)に、直接、電話又はファクスで(抽選)	10人 2,000円
大久保	親の学習事業 親子リズム体操とおしゃべりタイム	5/30(日) 10:00~11:45	親子で体操を楽しむとともに、参加者同士で子育てについて話し合い、交流を深める 【申込み】5/6(木)~25(火)に、直接、電話又は生涯学習情報システムで(先着順)	2~5歳の子どもとその保護者 8組
大久保東	親の学習事業 親子体操とおしゃべりプログラム	6/26(土) 10:00~12:00	体を動かし、親子及び参加者同士で交流を図る 【申込み】5/18(火)~6/11(金)に、直接、電話又は生涯学習情報システムで(先着順)	1歳6か月~3歳の子どもとその保護者 8組

桜図書館 ☎858・9090 ℡858・9091

	事業名	日時	内容	対象・定員・費用
	0・1・2歳児のおはなし会	6/2(火)・16(水) 10:30~11:00 ※両日とも同じ内容	絵本の読み聞かせ、わらべうた、手あそびなど 【申込み】5/19(水)9時から直接、又は電話で(先着順)	0~2歳の子どもとその保護者 4組
	おはなし会	5/12~6/2の毎週水曜日 16:00~16:30	絵本の読み聞かせ、紙芝居、折り紙など 【申込み】当日15時45分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 4組
	「さくらんぼ」のおはなし会	5/15(土) 14:30~15:00	すばなし、絵本の読み聞かせなど 【申込み】当日14時15分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 4組

桜図書館大久保東分館 ☎・℡853・7100

	事業名	日時	内容	対象・定員・費用
	「えくぼ」のおはなし会	5/6~6/3の毎週木曜日 15:30~16:00	絵本の読み聞かせ、紙芝居、すばなし、パネルシアターなど 【申込み】当日15時15分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 3組

大久保東児童センター ☎851・6717 ℡851・6718

	事業名	日時	内容	対象・定員・費用
	おもちゃの電車であそぼう	5/16(日)・30(日) 9:30~11:45	レールを敷き、電車を走らせてあそぼう	高校生以下 ※乳幼児は保護者同伴 (人数により、お待ちいただくことがあります)

自転車の盗難・事故が多発しています

被害にあわないよう、それぞれ3つのポイントを意識して利用しましょう。



盗難防止

- 放置しない
駐輪場を利用する
- 施錠の習慣
少しの間でも鍵をかける
- 二重ロック
ワイヤー錠を活用する

事故防止

- 交差点注意
安全確認を確実にする
- 左側通行
自転車は車両
- 頭部保護
ヘルメットを着用する

問合せ 浦和西警察署 ☎854・0110(代表)

浦和レッズの社会貢献活動

浦和レッズでは、さいたま市公園緑地協会等と協働し、チームの名称がついたバラを植栽する「レッズローズ植栽プロジェクト」を行っています。



緑化活動をとおして、地域の皆さんの笑顔があふれる幸せなまちづくりを目指し活動しています。

問合せ 浦和レッドダイヤモンズ
☎812・1001 ℡812・1212

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。

沐浴等の動画公開中!



「沐浴」「赤ちゃんの抱っこ」
「産後のごころ」等の動画を
市ホームページで公開中です。

桜区保健センター からのお知らせ

母子
保健

申込みは、各申込日9時からで、区内在住の方が対象。
各学級の参加は、子ども1人に対し1回のみ。

会場名がない事業は、桜区保健センターが会場です。

申込み・問合せは

TEL 856・6200
FAX 856・6279

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時 ※土・日・祝日を除く	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後1か月くらいまでの乳児と母親（里帰り出産で期間内に市内に滞在中の方を含む）	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問の希望「有」に○をつけて郵送又は電話で桜区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込み(先着順)	
母子保健	すすく子育てクラス(育児学級)	6/9(水) 13:30~14:20 14:40~15:30	育児について友達づくりをしながら楽しく学ぶ	令和3年3・4月生まれの乳児とその保護者	各8組	5/12(水) ~6/3(木)
	離乳食教室	6/18(金) 10:00~11:00 13:30~14:30	離乳食のすすめ方	令和3年1・2月生まれの乳児の保護者	各10人	5/13(木) ~6/14(月)
	むし歯予防教室	6/22(火) 10:00~10:45	むし歯になりにくい食生活や歯みがき方法	令和2年1月~7月生まれの乳幼児とその保護者	10組	5/17(月) ~6/16(水)
	育児相談(乳児期)	6/24(木) 9:30~11:30	・身長・体重測定 ・保健師・管理栄養士・歯科衛生士などによる育児相談	1歳未満の乳児とその保護者	個別相談 各12組	5/18(火) ~6/18(金)
	育児相談(幼児期)	6/25(金) 9:30~11:30	・その他心配ごとの相談	1歳以上の未就学児とその保護者	計測のみ 各8組	

事業名	日時	内容	申込み・定員
成人保健	健康相談	月~金曜日 9:00~16:30 ※祝日を除く	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談
	MIA♪ (みんなで一緒に歩こう会)	6/16(水) 10:00~11:30	ミニ講義:歯と口の健康 ご当地版ラジオ体操 ウォーキング(雨天時は室内での運動)

快眠ヨガ ~おやすみ前の健康習慣~

参加者募集

日時 6月28日(月) 9時45分~11時5分
内容 ストレスについての講話とヨガ(実技)
対象 区内在住で、18~64歳の方
定員 8人(先着順)
申込み 5月19日(水)9時から6月22日(火)までに、電話又はファクスで桜区保健センターへ。

筋肉をほぐして
心もリラックス
グッスリ睡眠



今から熱中症に注意しましょう!

暑い環境に慣れていないと気温の上昇に適応できず、熱中症になりやすくなります。

総務省の公表によると令和元年5月の熱中症による全国での救急搬送は4,448人でした。

ウォーキングなどの運動や入浴等で汗をかき、これからやってくる暑さに備えた体づくりをしましょう!



5月31日~6月6日は禁煙週間です 世界の人々と一緒に禁煙を始めよう

自分と家族、まわりの人たちの健康のため、この機会にたばこ縁を切りませんか?

【喫煙のリスク】

- がん
- 脳卒中
- 歯周病
- 虚血性心疾患
- 糖尿病 等



【受動喫煙のリスク】

- 脳卒中
- 乳幼児突然死症候群
- 喘息
- 肺がん
- 虚血性心疾患 等

受けなきゃ! 特定健診

国民健康保険に加入している40歳以上の方は、約11,000円かかる特定健康診査がなんと“無料”で受けられます!

お手元に届いている受診の案内をご覧いただき、実施医療機関へご予約・受診してください!

問合せ 桜区保険年金課

TEL 856-6183 FAX 856-6278

ん...?

