

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 大久保東 ☎851・6586 ☎851・6597

	事業名	日時	内容	対象・定員・費用
田島	子育てサロン「たーたん」	5/11(木) 10:00~12:00	子育てサポーターと一緒に、手遊びやわらべうた、体操を楽しむ(出入自由)	乳幼児とその保護者 30組(当日先着順)
	さいたま市民の日記念 おひさま文庫お楽しみ会	5/13(土) 10:00~12:00 ※受付は11時30分まで	くじ引きや工作などお楽しみ企画が盛りだくさん	幼児~小学6年生 80人 (当日先着順) ※幼児は保護者同伴
土合	金継ぎ講座	6/14・21・28の各水曜日 13:30~15:30(全3回)	壊れた器を日本古来の伝統技術「金継ぎ」でよみがえらせる 【申込み】5/16(火)~30(火)に、直接、電話又はファクスで(抽選)	市内在住・在勤・在学の方 10人 2,000円
大久保東	時と時計のおはなし	5/24(水)・31(水) 10:00~12:00 (全2回)	「時」と「時計」の発展と歴史などについて、日本と欧州に分けて解説 【申込み】5/8(月)9時から、直接、電話、ファクス又は生涯学習情報システムで(先着順)	市内在住・在勤・在学で、 18歳以上の方 22人

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	6/7(水)・21(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】5/24(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	5/10~31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	5/6・20、6/3の各土曜日 14:00~14:30	すばなし、絵本の読み聞かせなど 【申込み】当日13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
	大人のための朗読ライブ	5/21(日) 13:30~14:30	文学作品の朗読	—

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	5/4~6/1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	5/7(日)・21(日) 9:30~11:45	レールを組み立てて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)

プラザウエスト ☎858・9080 ☎858・9020

	事業名	日時・会場	内容	対象・定員・費用
	ウエストで楽しめる名作オペラ「魔笛」参加者募集	・本番 8/20(日) 14:00開演 プラザウエストさくらホール ・説明会 6/18(日) 13:30~ ・練習 6~8月(全9回)	モーツァルトの名作オペラ「魔笛」を、わかりやすい日本語の音楽劇にアレンジして上演。プロのオペラ歌手と舞台で共演する子どもたちを募集(練習有り)。 【申込み】5/15(月)までに、往復はがきに、事業名・氏名(ふりがな)・住所・性別・学年・電話番号・学校名を記入し、〒338-0835 桜区道場4-3-1 プラザウエストまで(抽選)	市内在住・在学の 小・中学生 40人 ※男子は変声前 10,000円 (衣装代別途)

防火訪問を実施しています

桜消防署職員が訪問し、住宅用火災警報器の設置状況や火災に関する説明をします。

訪問する職員は、腕章を着用し、身分証を携帯しています。室内には入らず、玄関先やインターホンで口頭により行います。

対象住宅 高齢者のみがお住まいの住宅 問合せ 桜消防署管理指導課 ☎836・0138 ☎836・0139



沐浴等の動画公開中!

桜区保健センター からのお知らせ



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



電子申請はこちらから事業名を入力、検索してお申込みください。

申込み・問合せは

TEL 856・6200
FAX 856・6279

母子保健 申込みは、各申込開始日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。

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、母子健康手帳と妊産婦健康診査助成券等の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。事前にご予約いただくと、手続きがスムーズに行えます。また、電子申請での予約も可能です。詳しくは、市ホームページでご確認ください。 なお、交付の際の面談は「パパママ応援ギフト(出産子育て応援給付金)」の支給に必要となります。	 予約手続き
-----------	---	--

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」の訪問希望「有」に○をつけ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	すくすく子育てクラス(育児学級)	6/14(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5年3・4月生まれの乳児とその保護者	各10組	5/15(月)~5/31(水)
	離乳食教室	6/29(木) 10:00~11:00 13:30~14:30	離乳食のすすめ方	令和5年1・2月生まれの乳児の保護者	各10人	5/18(木)~6/20(火)
	むし歯予防教室	6/27(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4年1~7月生まれの乳幼児とその保護者	10組	5/17(水)~6/16(金)
	育児相談(乳児期)	6/22(木) 9:30~11:20	・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 ・その他心配ごとの相談	1歳未満の乳児とその保護者	各12組	5/19(金)~6/8(木)
	育児相談(幼児期)	6/23(金) 9:30~11:20		1歳以上の未就学児とその保護者		

事業名	日時	内容	申込み
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	直接、桜区保健センターへ。 ※栄養・歯科相談については事前にお問い合わせください。 ※電話での相談も可能です。

Be smart

～ながら運動で運動不足解消!～

日時 6月20日(火) 14時~15時30分
 内容 体脂肪・筋肉量測定、有酸素運動、ミニ講義
 対象 区内在住で、18~64歳の方
 定員 8人(先着順)
 申込み 5月10日(水)9時~29日(月)に、電話又はファクスで、住所・氏名・電話番号を桜区保健センターへ。

はじめてでも大丈夫!



予防しよう! 熱中症

急に暑くなると、体温調整が上手くいかず、熱中症で倒れる人が多くなります。人間の体は、暑い環境での運動や作業を始めてから3~4日経たないと体温調節が上手く働きません。

暑いときは無理をしないことが大切です。日傘・帽子の使用や涼しい服装を心がけましょう。また、水分をこまめに摂り、汗をかいたときには塩分の補給をしましょう。



禁煙週間

「わかっちゃいるけどやめられない」

そろそろ卒煙(禁煙)しませんか?喫煙は、ニコチン依存症という「繰り返し治療が必要な慢性の病気」です。自分の意志だけで卒煙(禁煙)するのは困難です。家族や友人の協力や禁煙補助剤、医療機関などを活用しながら取り組みましょう。

禁煙治療は保険適用になる場合があります。

HP 埼玉県内の禁煙治療に保険が使える医療機関 検索

