



※費用の記載が無い場合は、原則無料です。
※申込みの記載が無い場合は、申込み不要です。

公民館

区内の全公民館は1月3日㈭までお休みです。
岸町公民館 〠824-0168 ☎825-3230

| 行事名 | 日時 | 内容 | 対象 |
|-----|----------------------|---|--------------|
| 岸町 | 親子おはなし会 「おはなし玉手箱」 | 1/19㈯ 10:00～12:00 絵本の読み聞かせ、折り紙「おすもうさん」、手あそび、紙芝居、工作など | 幼児と保護者・小学生 |
| | 子育てぶらっとサロン | 1/24㈭ 10:00～11:30 保護者同士の情報交換やリフレッシュの場を提供(親子体操も行います。) | 2歳以下の乳幼児と保護者 |

図書館

中央図書館 〠871-2100 ☎884-5500 休館日:1日祝～4日金、7日月、21日月～25日金
北浦和図書館 〠832-2321 ☎832-2324 休館日:1日祝～4日金、7日月、16日水、21日月、28日月
●図書館のホームページ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

| 行事名 | 日時 | 内容 | 対象／定員 |
|-----|----------------------------|---|--------------------------|
| 中央 | あかちゃんおはなし会 | 1/9㈬ 10:00～10:30 1/16㈬、2/6㈬ 15:00～15:30 絵本の読み聞かせ、わらべうたなど | 2歳以下の乳幼児と保護者 |
| | 3時のおはなし会 | 1/9㈬ 15:00～15:30 絵本の読み聞かせ、おはなしなど 語り手:おはなしチュウチュウ | 幼児・小学生(保護者可) |
| | おじいちゃん・おばあちゃん と楽しむおはなし会 | 1/30㈬ 14:30～16:00 絵本の読み聞かせ、わらべうた 子育て講座「昔の子育て、今の子育て」 | 乳幼児を持つ保護者(子ども同伴可) |
| 北浦和 | あかちゃんおはなし会 | 1/10㈭・24㈭ 10:30～11:30 絵本の読み聞かせ、わらべうたなど (各回とも同内容) | 2歳以下の乳幼児と保護者／各30組(当日先着順) |
| | おはなし会 | 1/10～31の木曜日 15:30～16:00 絵本の読み聞かせなど | 3歳～小学生(保護者可) |
| | 市民映画会 | 1/18㈮ 14:00～ ※13:10～整理券配布 「わが谷は緑なりき」(118分) 監督:ジョン・フォード | 70人(当日先着順) |

仲本児童センター

〠762-8405 ☎762-8541 休館日:1日祝～3日木、14日祝

| 行事名 | 日時 | 内容 | 対象 |
|---------------------|--------------------------|---|----------|
| ハイハイサロン | 1/7㈪・21㈪ 11:00～11:45 | 7日は工作、21日は節分あそび お友達の輪を広げましょう 持ち物:バスタオル | 0歳児と保護者 |
| 土曜・日曜ブチタイム | 1/12㈯・27㈰ 11:00～11:45 | 12日は工作、27日はミニアスレチック お父さんの参加も大歓迎! | 未就学児と保護者 |
| お楽しみタイム (スポーツの日) | 毎週水曜日 16:00～16:30 | みんなで体を動かす遊びを楽しもう! | 小学生 |

子育て応援サロン

～浦和区へようこそ！～

日 時／2月12日(火) 10時～11時30分

会 場／子育て支援センターうらわ(浦和区高砂)

内 容／子育て情報及び地域情報の提供

参加者同士の交流など

対 象／初めて出産し子育て中の方とそのお子さん又

は、浦和区に転入後6か月以内のお子さんと
保護者 ※お子さんは2歳以下

定 員／20組(抽選)

申込み／1月21日(月)(必着)まで

に往復はがきで、住所、
参加する親子の氏名(ふりがな)、電話番号、お子
さんの生年月日及び月齢(参加日現在)、子育て支
援センターうらわ利用経験の有無を、問合せ先へ。

問合せ／〒330-0063 浦和区高砂1-2-1

エイペックスタワー浦和 オフィス東館309
子育て支援センターうらわ ☎814-0481





浦和区保健センター からのお知らせ

- 対象は区内在住の方です。・相談は電話でも行っています。
- 母子保健の各事業の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです。
- 会場名がない事業は、浦和区役所保健センターが会場です。
- 市役所駐車場の縮小に伴い、車での来場はご遠慮ください。

浦和区常盤6-4-18
申込み・問合せは
TEL 824・3971
FAX 825・7405

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|----------|---------------------------|--------------------|--|---|
| 産婦・新生児訪問 | 随時 (土・日曜日、祝休日、年末年始を除く) | 助産師又は保健師の訪問による育児相談 | 生後1か月くらいまでの赤ちゃんと母親(里帰り出産で期間内に市内にお住まいの方も含む) | 母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ、早めに区保健センターへ。 |

| 事業名 | 日時 | 対象 | 申込み |
|-----------|--|--|-------------|
| 出産前教室 | ①2/13水 9:40～15:15 ②2/23土 9:10～11:50 | 初めてお産をする方で出産予定日がH31.3/23～7/19の方と夫(①は妊婦、②は妊婦と夫) ※妊婦のみの参加も可能 ※全2日間の教室 | 1/10木 9:00～ |
| 育児学級 | 2/20水 13:30～15:30 | H30.11月生まれの赤ちゃんと保護者 | 1/16水 9:00～ |
| 離乳食教室 | 2/7木 13:30～14:50 | H30.9・10月生まれの赤ちゃんの保護者 | 1/9木 9:00～ |
| むし歯予防教室 | 2/6水 ①9:45～10:30 ②11:00～11:45 | H29.9月～H30.2月生まれのお子さんと保護者 | 1/8火 9:00～ |
| 育児相談(乳児期) | 1/22火 13:30～14:30 | 0歳の赤ちゃんと保護者 | 当日、直接、会場へ。 |
| 育児相談(幼児期) | 1/23水 9:30～10:30 | 1歳～就学前のお子さんと保護者 | |

| 事業名 | 日時 | 内容 | 申込み |
|------|--|--|---|
| 健康相談 | 月～金曜日 9:00～16:30 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください。 | ①保健師による心と体の健康相談 ②管理栄養士による栄養相談 ③歯科衛生士による歯や口腔に関する相談と歯みがき指導 | ①については当日、直接、会場へ。 ②③については事前にお問い合わせください。 |

ふたご の集い

ふたご以上のお子さんを育てている喜びや悩みを保護者同士で話し合ってみませんか。



日 時…2月14日(木) 10時～11時

対 象…①就園前のふたご以上のお子さんと保護者
②ふたご以上を妊娠している方
(保護者のみの参加も可、当日の託児なし。)

持ち物…飲み物、おむつの替えなど外出に必要なもの
申込み…1月11日(金)9時から、電話で、区保健センターへ。

浦和ファットサルクラブ で一緒に歩いてみませんか?

脂肪(ファット)
去る!

日 時…毎週木曜日 9時30分～11時

集合場所…区保健センター 1階ロビー

※当日直接お越しください。

内 容…1時間程度のウォーキング
(別所沼公園)、茶話会

対 象…医師による運動制限のない方

持ち物…タオル、飲み物



体組成測定会～基礎代謝量や体脂肪率を測ってみませんか～



▲体組成測定器

肥満や生活習慣病の予防・改善のため、まず自分のからだの状態を「知る」ことから始めましょう。

日 時…2月7日(木) ①9時30分～ ②10時～

対 象…区内在住で18歳以上の方

※ペースメーカーを装着している方と妊娠中の方は測定できません。

定 員…各12人(先着順)

申込み…1月15日(火)9時から、電話で、区保健センターへ。