

【新型コロナウイルスの影響により、事業内容が変更になる場合があります。詳しくは、市ホームページや各問合せ先へ。】

うらわ インフォメーション



※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 岸町公民館 ☎824-0168 ☎825-3230

行事名	日時	内容	対象/定員/申込み
岸町	おもちゃの病院	2/20(土) 10:00～15:00 (受付は14:00まで) おもちゃドクターによるおもちゃの修理 (テレビゲームは扱いません) ※部品代がかかることがあります	小学生以下の子どもと保護者
	子育てぶらっとサロン	3/11(木) 10:30～11:30 保護者同士の情報交換やリフレッシュの場を提供 産後ママのためのストレッチ	2歳以下の子どもと保護者 / 10組(抽選) / 2/25(木)～3/1(月)に、電話、FAX又は直接、同館へ
	親子おはなし会 「おはなし玉手箱」	3/13(土) 10:00～11:30 絵本の読み聞かせ、折り紙「おひなさま」、手あそび、紙芝居、工作など	未就学児と保護者・小学生 / 20人(先着順) / 2/13(土)から、電話、FAX又は直接、同館へ

図書館 中央図書館 ☎871-2100 ☎884-5500 休館日:1日(月)・15日(月)・24日(水)～3月4日(木)
北浦和図書館 ☎832-2321 ☎832-2324 休館日:1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・24日(水)～3月4日(木)
●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/申込み
中央	チュウチュウのおはなし会	2/6(土)・20(土)・3/6(土) 14:00～14:30 絵本の読み聞かせ、おはなしなど	3歳～小学生(保護者可) / 各15組(先着順) / 2/3(水)9時から、電話で、同館へ
	3時のおはなし会	2/10(水)・3/10(水) 15:00～15:30 絵本の読み聞かせ、おはなしなど	3歳～小学生(保護者可) / 各15組(先着順) / 2/3(水)9時から、電話で、同館へ
	あかちゃんおはなし会	3/17(水) 15:00～15:30 3/10(水)・24(水) 10:00～10:30 絵本の読み聞かせ、わらべ歌など 各日とも同内容	2歳以下の子どもと保護者 / 各5組(先着順) / 2/17(水)9時から、電話で、同館へ ※原則、1組1回のみ申込み
北浦和	おはなし会	2/18(木) 15:30～16:00 絵本の読み聞かせなど	3歳～小学生(保護者可) / 20人(先着順) / 2/4(木)16時から、電話又は直接、同館へ

仲本児童センター ☎762-8405 ☎762-8541 休館日:11日(祝)・23日(祝)

行事名	日時	内容	対象/定員	申込み
ハイハイサロン	2/22(月) ・10:00～10:30 ・11:00～11:30 2/27(土) ・11:00～11:30	手遊び、ふれあい遊びなど 親子で遊びましょう 詳細は、同センターへ	0歳児と保護者 /各12組(抽選)	2/5(金)～10(水)に、 電話(10:00～16:00)又は、 直接(9:00～18:00)、同センターへ
	わいわいタイム		2/25(木) ・10:00～10:30 ・11:00～11:30	
土曜プチタイム	2/27(土) ・10:00～10:30	※申込みは、1家族につき 1行事でお願いします	未就学児と保護者 /10組(抽選)	

浦和区市民活動ネットワークの催し

浦和区市民活動ネットワーク連絡会
☎<https://urawaku-network.jimdofree.com/>
(各団体のホームページはこちらからアクセスできます)



行事名	日時/会場	対象/定員/費用	持ち物/申込み/問合せ
ハンドセラピー養成講座 手のひらの温もりを通した癒しのケア 「A:首と肩、B:手と腕」	2/23(祝) A:9:30～12:00 B:13:30～16:00 /浦和コミュニティセンター (浦和駅東口・コムナーレ10階)	18歳以上の方 /各10人(先着順) /各2,000円	筆記用具、バスタオル / 2/3(水)から、電話又はFAXで、住所、氏名、電話番号を、問合せ先へ /NPO法人ハンドセラピー・彩(押元) ☎090-4521-6949 ☎651-3801



区役所の休日窓口 (支所・市民の窓口を除く)

問合せ さいたまコールセンター(8時～21時)
☎835-3156 ☎827-8656

日時 **2月28日(日)** 8時30分～17時15分

主な取扱業務 住民異動届、戸籍・国民健康保険・年金などの届出業務、各種証明書の交付など、区役所の一部の業務

市税の総合窓口も同日開設しています

場所 / 南部市税事務所(ときわ会館2階)
取扱業務 / 税務証明の発行、市税の納付、原動機付自転車等の登録・廃車

●マイナンバーカード交付専用窓口を2月14日(日)に開設します。詳しくは、全市版P13をご覧ください。



浦和区保健センター からのお知らせ

母子保健 申込みはこちらから



・事業名を検索してお申し込みください。
・電子申請での申込みが終了している場合は電話でお問い合わせください。

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

- ・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。
申込先の記載がない事業は、浦和区保健センターへお申し込みください。

妊娠・出産包括支援センター出張窓口

浦和駅市民の窓口にて母子健康相談員が出張します。母子健康手帳を受け取る際はぜひご利用ください。
2月の出張日：2日(火)、12日(金)、22日(月) 時間：11:00～19:00(受付は18:30まで)
持ち物／①本人確認書類 ②マイナンバーカード又は通知カード

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も母親(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○をつけて郵送、又は電話で、区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	申込み
むし歯予防教室 定員 各18人(先着順)	3/9(火) ・ 9:45～10:15 ・ 11:00～11:30	むし歯予防のために規則的な食生活や正しい歯みがき習慣を学ぶ	R元.10月～R2.4月生まれの子どもの保護者	2/8(月) 9:00～
母親学級 定員 20人(先着順)	3/10(水) 9:40～11:30	初めてお母さんになる方が、妊娠中の栄養と歯の健康をお話や実習をとおして楽しく学ぶ	初めてお産をする方(出産予定日R3.4/20～8/23)	2/12(金) 9:00～
両親学級 定員 各18組(先着順)	3/20(祝) ・ 9:10～11:10 ・ 10:20～12:20	初めてお父さんお母さんになる方が、出産前に妊娠・出産・育児等について、お話や実習をとおして楽しく学ぶ	初めてお産をする方(出産予定日R3.4/20～8/23)と夫	2/12(金) 9:00～
育児学級 定員 各18組(先着順)	3/17(水) ・ 13:10～14:30 ・ 14:15～15:35	育児について楽しく学び、遊びをとおして親子のふれあいを深める	R2.12月生まれの子どもの保護者	2/19(金) 9:00～
育児相談 定員 [相談] 各5組(先着順) [計測] 各3組(先着順)	[受付] 9:30～10:00 10:00～10:30 10:30～11:00 2/26(金) [会場] 仲本児童センター 2階(東仲町) ※申込みは区保健センターへ ※会場を変更する場合があります	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 持ち物／母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル ※歯科相談希望の方は、お使いの歯ブラシ	未就学児と保護者	2/5(金) 9:00～

コロナ禍でも医療機関で必要な受診を

上手な医療のかかり方

- 過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。
- コロナ禍でも健診や持病の治療、お子さまの予防接種などの健康管理は重要です。
- 医療機関や健診会場では、換気や消毒でしっかりと感染予防対策をしています。
- 健康に不安がある時は、まずはかかりつけ医・かかりつけ歯科医に相談しましょう。

厚生労働省のホームページでは、新型コロナウイルス対策を踏まえた適切な医療機関の受診(上手な医療のかかり方)についてご案内しています。



毎月19日はピンクの日です

「ピンクの日」とは、毎月19日に乳がんセルフチェックを推奨するキャンペーンのことです。

乳がんは自分で見つけることのできる数少ないがんです。月1回のセルフチェックを実施するとともに、40歳以上の方は、2年に1回、乳がん検診を受けるようにしましょう。(本市乳がん検診は、40歳以上で前年度未受診の方が対象です。)

今年度のがん検診実施期間は

令和3年3月13日(土)まで



朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べて、生き生きとした1日を過ごしましょう。

朝ごはんの効果

- ブドウ糖が脳に送られ、脳の働きを活発にします。
➔午前中から集中力アップ!
- 消化により胃や腸が動くことで体温が上がります。
- 朝の排便が促され、便秘を解消します。
➔野菜もしっかり食べて、朝食のバランスアップ!

