

市報さいたま  
浦和区版

# 浦和



浦和区の花  
ニチニチソウ

12月号  
2025



## スポーツのチカラ

THE POWER OF SPORTS!

埼玉県立浦和第一女子高等学校 ボート部  
撮影場所・戸田公園内ボートコース(戸田市)

やまざき さくらさん (左) ・ やすえ さやさん (右)

今月の休日窓口



12月14日(日)  
8時30分～17時15分

全区役所(支所・市民の窓口を除く)で、一部業務を取り扱います。  
※市税の総合窓口は、ときわ会館2階(浦和区役所西隣)です。

**ご注意** 12月の休日窓口は 最終日曜日ではありません。

浦和  
URAWA



浦和区役所 | 〒330-9586 浦和区常盤6丁目4番4号 ☎825・1111(代表・コールセンター)

●人口 / 170,432人 (男 / 82,306人 女 / 88,126人) ●世帯数 / 81,367世帯 ●面積 / 11.51km<sup>2</sup> (令和7年11月1日現在)  
編集：浦和区コミュニティ課



X  
(旧Twitter)



浦和区  
文化の  
小径マップ

## 交通安全ポスターコンクール受賞作品を展示します

事故のない安全で安心なまちづくりを推進するため、毎年浦和警察署管内の小学生を対象に交通安全ポスターコンクールを実施しています。今年度の受賞作品を展示しますので、市役所へお立ち寄りの際はぜひご覧ください。

期 間／12月8日(月)～12日(金) 場 所／市役所正面玄関



交通安全保護者の会(母の会)浦和支部長賞  
仲本小学校3年 山岡 紬さん



浦和区長賞  
仲本小学校2年 火ノ見 蒼さん

### 反射材を身に つけましょう



暗い時間の外出では、明るく目立つ色の衣服や反射材を身につけて、自分の存在をドライバーに知らせることが交通事故防止につながります。一人ひとりが交通ルールを守り、事故に遭わないよう気を付けましょう。

問合せ／区くらし応援室 ☎829・6049 ☎829・6231

## 市内若手農業者による 年末農産物即売会を開催します

市内の若手農業者が生産した旬の野菜や、色とりどりの花などを販売します。生産者の顔が見える新鮮な農産物で、お正月の準備をしませんか。



日 時／12月26日(金)  
10時～13時  
会 場／市役所東側広場  
及び段床  
問合せ／農業政策課  
☎829・1378  
☎829・1944



## ますます元気教室を開催します！

筋力アップの効果が期待できる「いきいき百歳体操」や、<sup>こうくう</sup>口腔ケア、栄養改善、認知症予防などについて学びます。



▲電子申請はこちらから

日 程／1月上旬～3月上旬(全6回)  
会 場／区内公民館  
対 象／市内在住で、65歳以上の方  
募集案内／区高齢介護課、区内各公民館などで配布  
申込み／12月1日(月)～15日(月)  
問合せ／区高齢介護課  
☎829・6153 ☎829・6238



いきいき百歳体操を行っている自主活動グループの紹介を区役所1階ロビーで行っています。ぜひご覧ください。  
※期間は11月26日(水)～12月10日(水)



人の心を動かし、日々の暮らしを元気に、そして豊かにしてくれるスポーツ。スポーツを通じて、浦和のまちに活力を与えている方々をご紹介します。

## 目指すは日本一！信じて進め水上の道

埼玉県立浦和第一女子高等学校ボート部  
安江 沙弥さん(左)・山崎 さくらさん(右)



**ボ**ートで直線コースを走り、その速さを競うローイング競技。埼玉県立浦和第一女子高等学校ボート部は、入部時はほぼ全員が初心者ながら全国大会常連の強豪校です。今回は、3月の全国選抜大会で6位入賞し、インターハイでは準決勝に進出した、3年生の安江沙弥さんと山崎さくらさんにお話を伺いました。

競技の中でもダブルスカルやクォドルプルは、それぞれ2人又は4人で1艇の船を漕ぐ種目です。クルー(同じ船に乗っている選手)の技術と連携が無ければ前進すら難しく、だからこそ「練習するうちに船の進み方に成長を感じられるのが楽しい」と安江さんは言います。

部のスローガンは、「クルーを信じて 自分を信じて」。それでも、「信じようと思って簡単にできることではない」と山崎さんは言います。「クルーを信じ、クルーから信じてもらえるように、みんなの頑張っているところやいいところを見つけるよう心掛けている」とのこと。共に同じ船で多くの大会に挑んだ安江さんも、「信頼している仲間から『信じてるよ』と言われると、自分のことを信じられるようになる」と話してくれました。自分と戦い、役目を果たすための日々の努力が、信頼というチームの礎を築きあげています。

Q. あなたにとってスポーツとは？



安江 沙弥さん  
自分を知れて、成長させてくれるもの

山崎 さくらさん  
人とのつながりを持たせてくれるもの

山崎さんいわく、「レース中、自分が勝っている間はほかの船を見渡すことができる」のは、ゴールに背中を向けて進むこの競技特有の魅力。ふとした瞬間に夕日や月を望むことができるのも、屋外競技ならではの。

インタビューの後、続々とコースへ漕ぎ出していくボート部の皆さんの姿は、美しい夕日に照らされていました。彼女たちの背中が日本一のゴールラインにたどり着くのも、きっともうすぐです。

こんにちは **区長** です

浦和区長 原田 冬彦

近年、全国的に特殊詐欺や空き巣などの犯罪が巧妙化しています。また、年末にかけて、強盗などの凶悪犯罪や、飲酒運転などによる交通事故の発生も懸念されます。

浦和区では、こうした犯罪の防止に向けて様々な取組を行っていますが、10月10日には、自治会の皆さまや浦和警察署と「浦和警察署・浦和区合同防犯パトロール」を行いました。

顔の見える関係が築かれている地域ほど、犯罪が起こりにくいとされています。地域の防犯は、行政や警察の取組だけでなく、区民の皆さまのご協力と見守りの積み重ねによって成り立ちます。このため、地域で顔の見える関係を築いている自治会による防犯パトロールは、犯罪の抑止に大きな効果を発揮しています。

浦和区では、これからも区民の皆さまと力を合わせ、「誰もが安心して暮らせる浦和のまち」を目指してまいります。



▲「浦和警察署・浦和区合同防犯パトロール」での一コマ

すこやか運動教室

会場	期日	時間
針ヶ谷小学校(領家)	12/11(木)・25(木)	14:00 ~ 15:30
鹿島台公園(仲町) ※雨天中止	12/5(金)・19(金)	
調公園(岸町)	12/4(木)・25(木)、 1/8(木)	

対象／おおむね65歳以上の方  
※1/8(木)の調公園は、公園内施設(ふるさと亭)で実施。

※自宅で検温・体調確認のうえ、ご参加ください。

問合せ／区高齢介護課  
TEL 829・6153 FAX 829・6238

シニアサポートセンターをご存じですか？

シニアサポートセンター(地域包括支援センター)は、地域で暮らす高齢者の皆さんの介護、福祉、医療などに関するさまざまな相談に応じる公的な総合相談窓口です。

また、介護者サロン・オレンジカフェ(認知症カフェ)を開催しています。介護をしている方や認知症の方が、日々の不安や悩みを話し合うなど、情報交換や交流をしています。

まずはお電話で、お気軽にご相談ください。

生活圏域	シニアサポートセンター	電話
北部	かさい医院(針ヶ谷)	823・3031
東部	スマイルハウス浦和(領家)	813・7710
中部	ジェイコー埼玉(北浦和)	834・3782
南部	尚和園(東岸町)	813・8915

※お住まいの地域の生活圏域は区高齢介護課へ、サロンの内容等については各シニアサポートセンターへお問い合わせください。  
問合せ／区高齢介護課 TEL 829・6153 FAX 829・6238

こんにちは！  
地域支え合い推進員です！

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で暮らせるよう、各シニアサポートセンター(地域包括支援センター)に「地域支え合い推進員」を配置しています。

「運動できる場所を教えてください」、  
「ボランティアを始めたい」など  
まずは、「地域支え合い推進員」に  
お気軽にご連絡ください。



**We are REDS!**

浦和レッズの選手にインタビュー

教えて! **照内 利和** 選手

浦和レッズ・三菱重工浦和レッズレディースの選手を紹介します。浦和のまちをサッカーで盛り上げよう!



試合情報は▲  
こちらから

◆ このチームでプレーすることへの思いや、成し遂げたいことを教えてください。

小さい頃からこのクラブで育ったので、恩返しをしたいという気持ちが強いです。

◆ 自分のプレーの強みを教えてください。

シュート。

◆ サッカー人生の中で、忘れられないエピソードがあれば教えてください。

高校3年生の最後の試合で勝って、浦和レッズユースをプレミアリーグに昇格させられたこと。

◆ 目標にしている人と、その理由を教えてください。

浦和レッズOBの興梠慎三さん。小さい頃からプレーを見てきて、自分と同じポジションということもあり、ずっと憧れてきました。将来は慎三さんのような選手になりたいです。

◆ プロサッカー選手でなかった頃の自分に、今かけたい言葉はありますか。

続けて努力しろと言いたいです。

◆ 今後の抱負とホームタウン浦和区民に向けてメッセージ

試合に出場してゴールを決めるなど、結果でチームに貢献し、勝利に導ける選手になりたいと思います。そして、浦和区民の皆さまには、これからも引き続きご声援をいただけると嬉しいです。

**FW:27**  
**照内 利和**  
TERUUCHI Toshikazu

◆チーム歴  
大宮春岡FCスポーツ少年団▶浦和レッズジュニア▶浦和レッズジュニアユース▶浦和レッズユース(2024年7月トップチーム登録)▶浦和レッズ(2025年)

**浦和といえば...**  
浦和レッズ(一番に出てくるのはやっぱり浦和レッズ)

問合せ 区コミュニティ課 TEL 829・6040 FAX 829・6232

写真提供 浦和レッズ

【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。】



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



生涯学習情報システム  
による申込みはこちら

**公民館** 岸町公民館 ☎824・0168 ㊚825・3230 針ヶ谷公民館 ☎・㊚833・4165  
北浦和公民館 ☎・㊚832・3139 休館日：29日(月)～令和8年1月3日(土)

区内公民館の公民館報・  
施設案内はこちら▶



	行事名	日時	内容	対象/申込み	
岸町 針ヶ谷	親子おはなし会 「おはなし玉手箱」	12/13(土) 10:00～11:30 (受付は11:00まで)	絵本の読み聞かせ、工作「クリスマス飾り」、手遊びなど	未就学児と保護者・小学生/当日、直接、同館へ	
	針ヶ谷 チューリップサロン	12/4(木)・15(月)	10:30～12:00	保護者間の情報交換や親子で楽しめる遊びの広場	1歳6か月までの子どもと保護者/当日、直接、同館へ
北浦和	チューリップサロン	12/8(月)・22(月)	10:30～12:00	手遊びや読み聞かせなど、親子で楽しめる遊びの広場	1歳6か月までの子どもと保護者/当日、直接、同館へ
	親子の広場	12/16(火)	①10:00～10:45 ②11:00～11:45	親子体操や手遊び、保護者間の情報交換	①1歳6か月～2歳6か月の子どもと保護者②2歳6か月以上の未就学児と保護者/当日、直接、同館へ

図書館のホームページ▶



**図書館** 中央図書館 ☎871・2100 ㊚884・5500 休館日：1日(月)、15日(月)、29日(月)～令和8年1月5日(月)  
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)、29日(月)～令和8年1月5日(月)

	行事名	日時	内容	対象/定員/申込み	
中央	あかちゃん おはなし会	12/3(水)・17(水) 15:00～15:30 12/10(水) 10:00～10:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳以下の子どもと保護者/各20組(先着順)/当日、直接、同館へ	
	チュウチュウの おはなし会	12/6(土)・20(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)/当日、直接、同館へ
	3時のおはなし会	12/10(水)	15:00～15:30	絵本の読み聞かせ、おはなしなど	3歳以上の未就学児(保護者可)/当日、直接、同館へ
	0～1歳児の保護者の ための絵本とアート の楽しみ方講座	12/22(月)	①10:30～11:30 ②14:00～15:00	うらわ美術館職員による0歳からの成長にあわせた絵本の楽しみ方 ※各回とも同内容	1歳以下の子どもと保護者/各15組(抽選)/12/3(水)～8(月)に、生涯学習情報システムで
	図書館ではたらこう！ &ミニ工作「オリ ジナルしおり作り」	12/24(水)	14:00～15:30	図書館のお仕事体験、ミニ工作	市内在住又は在学の小学生(保護者同伴不可)/15人(抽選)/12/3(水)～8(月)に、生涯学習情報システムで
北浦和	あかちゃん おはなし会	12/11(木)	10:00～10:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳以下の子どもと保護者/当日、直接、同館へ
	おはなし会	12/11(木)	15:30～16:00	絵本の読み聞かせなど	3歳～小学生(保護者可)/当日、直接、同館へ
	市民映画会	12/19(金)	14:00～15:40	『バルカン超特急』(1938年 モノクロ) 監督：アルフレッド・ヒッチコック	どなたでも/55人(先着順)/12/12(金)9時～、直接又は生涯学習情報システム、電話、ファクスで、同館へ
	冬のおたのしみ会	12/25(木)	14:30～15:00	絵本の読み聞かせ、ブラックパネルシアターなど	3歳～小学生(保護者可)/当日、直接、同館へ

**仲本児童センター** ☎762・8405 ㊚762・8541

休館日：8日(月)9時～14時30分、  
29日(月)～令和8年1月3日(土)

児童センターの  
ホームページ▶



行事名	日時	内容	対象/定員	申込み
おはなし会	12/6(土) 11:00～11:30	食育に関する絵本や紙芝居の読み聞かせ	未就学児と保護者・小学生	当日、直接、同センターへ
ディスコンゲーム	12/13(土) 15:00～16:00	一度やったらやめられない! 的をねらって点数を競うゲームです	小学生以上	
中高生タイム	毎週土曜日 18:00～18:30	中高生世代を対象に開館時間を延長しています	中学生以上	

**浦和区市民活動ネットワークの催し**

団体のホームページ▶



行事名	日時/会場	対象/定員/費用	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やしのケア	12/11(木) 10:00～15:30 /浦和コミュニティセンター (浦和駅東口・コムナール10階)	18歳以上の方 /20人(先着順) /5,000円	12/3(水)9時～、電話又はファクスで、講座名、住所、氏名、電話番号を、問合せ先へ ※団体ホームページからも申し込み可能です。 /NPO法人ハンドセラピー・彩 ☎090・4521・6949 ㊚651・3801
親子で楽しむ野球教室 キャッチボール・バッティングの 基本などを教えます	12/6(土) 10:00～12:00 /NX浦和ボールパーク(駒場)	小・中学生の親子 /50組(先着順) /500円/組	12/3(水)9時～、電話又はEメールで、氏名(親子)、電話番号、学年、クラブの有無を、問合せ先へ/浦和区スポーツ振興会事務局 ☎090・4667・8614 ㊚5cats@jcom.home.ne.jp
中山道三宿巡り ①蕨宿：長泉院、歴史民俗資料館、本陣跡、三学院、和泉備神社など ②浦和宿：さくら草通り、本陣跡、二七の市跡、玉蔵院、調神社など ③大宮宿：一の鳥居、参道、氷川神社、東光寺、本陣跡など	①11/11(日) ②11/18(日) ③1/25(日) (全3回) ※小雨決行 (集合時間)9:20 (集合場所)①蕨駅西口 ②浦和駅東西通路 ③さいたま新都心駅改札前	①～③全てに参加できる方 /30人(先着順) /900円(1回目の蕨宿で集金)	12/15(月)9時～25(木)に、二次元コードからお申込みください。 /さいたま市観光ボランティア・浦和ガイド会 ☎080・6538・1054(月～土曜日13:30～15:30) ㊚647・0116(公社)さいたま観光国際協会



# 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(育児相談を除く。)の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです。

会場がない事業は、浦和区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。

## 電子申請による申込みはこちら



- ・事業名を検索してお申し込みください。
- ・電子申請の受付期間が終了している場合は電話でお問い合わせください。

問合せ／

浦和区常盤6-4-18

TEL 824・3971

FAX 825・7405

## 母子健康手帳の交付

母子保健相談員が、母子健康手帳の交付・面談を行います。事前に予約が必要です。



▲詳細はこちら

## 健康スポット

区役所と保健センターの2か所に「健康スポット」を設置しています。

12月のテーマは「適正飲酒」と「感染症予防」です。年末の健康管理に役立つ、ポスター掲示やパンフレット配布、健康づくりに役立つプレゼントも用意していますので、お気軽にお立ち寄りください。 ※R6.12月の写真です。



事業名	日時	内容	対象	申込み
<b>両親学級</b> 定員 40組(先着順) [実習] 各10組	1/17(土) 9:10~12:15 ※4部制です。組ごとに受付・終了時間が異なるので、詳しくはホームページをご覧ください。	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	初めて出産をする方(出産予定日R8.2.20~6.25)と夫(パートナー)	12/16(火) 9:00~
<b>母親学級</b> 定員 24人(先着順)	1/13(火) 9:30~11:40	初めて出産をする方が、食生活・口腔ケア・沐浴等について学ぶ	初めて出産をする方(出産予定日R8.2.20~6.25)	
<b>育児学級</b> 定員 30組(先着順)	1/28(水) 13:30~15:30	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	R7.10・11月生まれの子どもと保護者(2人まで)	
<b>離乳食教室</b> 定員 40人(先着順)	1/20(火) 13:30~14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	R7.8・9月生まれの子どもと保護者	
<b>むし歯予防教室</b> 定員 15組(先着順)	1/21(水) 9:45~10:45	むし歯予防のための食生活や正しい歯みがき習慣を学ぶ	R6.8~R7.2月生まれの子どもと保護者	
<b>育児相談(乳児)</b> 定員 なし	12/23(火) 受付 9:30~10:30 【会場】区保健センター 5階	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	1歳未満の子どもと保護者	不要

事業名	日時	内容	申込み
<b>成人保健 健康相談</b>	月~金曜日(祝・休日を除く) 9:00~16:30	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	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。

## 「手洗い」・「うがい」・「歯みがき」でインフルエンザ予防!

インフルエンザは例年12月~3月頃に流行します。インフルエンザの予防として、「歯みがき」も効果があるのをご存じですか?

口の中にある細菌、特に「歯周病菌」が、インフルエンザウイルスの感染や増殖を手助けしてしまうことが分かっています。歯と歯の間や、舌も念入りにきれいにしましょう。

この冬は「手洗い」・「うがい」・「歯みがき」で、元気に乗り越えましょう。



詳しくは日本歯科医師会ホームページへ▶

## 冬こそ気を付けて!子どものかくれ脱水

脱水が起こりやすい季節は、1年のうち夏と冬の2回あります。子どもの場合、症状をうまく訴えることができないため、周囲の大人が気を付ける必要があります。脱水症状のサインには、次のようなものがあります。



- ・泣いているのに涙が出ない
- ・皮膚や口腔内が乾燥している
- ・おしっこの量が少ない、色が濃い
- ・体重が減っている

こまめな水分補給を心掛けつつ、薄手の服を重ね着して体温調節しやすいようにしたり、日々の食事で野菜スープなど水分量の多いメニューを取り入れたりといった工夫をしていきましょう。

## 子育て応援サロン ~浦和区へようこそ!~

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 定員/15組(先着順)  
対象/初めて出産し子育て中の方又は浦和区に転入して間もない親子 ※子どもは2歳以下



日時	会場	申込み/問合せ
1/20(火) 10:15~11:45	あいぱれっと(上木崎)	12/12(金)~26(金)9時~20時に、直接又は電話で、問合せ先へ TEL 829・7043 FAX 832・0127