

中央区保健センターからのお知らせ

- ・申込みは、原則区内在住の方です。
- ・相談は電話でも受け付けます。
- ・会場名の記載がない事業は、区保健センターが会場です。
- ・母子保健の各教室の参加は子ども1人に対し1回のみです。

申込み・問合せは
☎840・6111
FAX840・6115
 中央区役所 別館1階

母子健康手帳の受取りは 妊娠・出産包括支援センターで

妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)では、母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。

詳細はこちらから▶



申込み

事業名を入力して検索し、お申し込みください。

電子申請・届出サービス **A**



電子申請・届出サービス **B**

(さいたま市 汎用予約サービス)



事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
母親学級 定員 24人(先着順)	9/14(木) 9:40~11:35	初めて出産をする方で 出産予定日がR5.11/10~ R6.2/29の妊婦	妊娠中の食生活・お口のケア・育児 の話、座談会等	8/9(水) 9:00~ A
両親学級 定員 各12組(先着順)	9/24(日) A 9:00~10:40 B 11:00~12:40	初めて出産をする方で 出産予定日がR5.11/20~ R6.3/10の妊婦とその夫等	妊娠・出産・育児の話、赤ちゃんの 抱っこ・おむつの交換の実習	8/18(金) 9:00~ A
離乳食教室 定員 17人(先着順)	9/29(金) 13:30~14:50	R5.4・5月生まれの子 どもの保護者	離乳食の進め方とお口のケア	8/17(木) 9:00~ A
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	9/8(金) A 10:00~10:50 B 14:00~14:50	R4.4~11月生まれの子 どもとその保護者	むし歯予防の話と歯みがき方法	8/8(火) 9:00~ A
育児相談(乳児期) 定員 44組(先着順)	9/12(水) 9:20~12:00	1歳未満の子どもと その保護者	身長・体重測定、保健師・管理栄養 士・歯科衛生士による育児やその 他心配事の相談など	8/7(月) 9:00~ B
育児相談(幼児) 定員 20組(先着順)	9/13(木) 9:20~11:00	1歳~未就学児と その保護者	持ち物:母子健康手帳、おむつの替 え、バスタオル、授乳の準備 ※乳児期と幼児期のきょうだいの方は どちらの日時でも参加可能です。	

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
健康相談 (予約制)	月~金曜日(祝日を除く) 9:00~16:30	区内在住で、健康や食 生活、歯・口腔について 相談がある方	保健師・管理栄養士・歯科衛生士に よる個別の相談	事前申込み
体組成測定会 定員 40人(先着順)	9/28(木) 10:00~15:30 のうち、1時間程度 ※時間は申込時にお伝えします	市内在住で18歳以上の方 ※ペースメーカー装着者は 測定不可	体組成測定結果の見方・フレイル 予防についての講義	8/10(木) 9:00~

いきいきサポーター養成講座 受講者募集

参加
無料

介護予防に効果のある「いきいき百歳体操」や、ボランティア活動について学ぶ講座です。

日時 9月13日~11月1日の毎週水曜日(全8回)
10時~12時

会場 区役所3階 301会議室

対象 市内在住で、介護予防のボランティア活動に興味のある方

定員 20人(申込多数の場合は抽選)

申込み 9月1日(金)までに、参加申込書を高齢介護課へ

問合せ 区高齢介護課 ☎840・6068 FAX840・6167



ますます元気教室

参加
無料

おもりを使った「いきいき百歳体操」の体験や体力測定、認知症予防・栄養・口の健康について学ぶ教室です。

日程 9月末~11月末(全6日間)

会場 区内公民館等

(会場ごとの日程は区ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。)

対象 市内在住で65歳以上の方

定員 各20人~30人(申込多数の場合は抽選)

申込み 区高齢介護課又は各公民館にある参加申込書を区高齢介護課又は各公民館へ

問合せ 区高齢介護課 ☎840・6068 FAX840・6167

中央区 インフォメーション

- ・費用の記載が無い場合は無料です。
- ・WEBとは、「さいたま市生涯学習情報システム」です。
- ・往復はがき(1行事につき1人1通のみ)の場合は、①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤電話番号⑥年齢(小学生は学年)、保護者参加の場合⑦保護者の氏名(ふりがな)も記入してください。
- ・その他のイベント等については、市ホームページ又は各問合せ先へお問い合わせください。

図書館			
与野図書館 ☎853・7816 FAX857・1946		与野図書館西分館 ☎854・8636 FAX854・8694	
		与野南図書館 ☎855・3735 FAX855・6173	
事業名	日時	対象・定員	申込み・その他
与野	おはなし会	3歳以上の子どもとその保護者 6組	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場
	あかちゃんおはなし会 ※会場:子育て支援センターよの	0・1・2歳の子どもとその保護者 各15組	①は8/9(木)、②は8/29(火)9時から電話で子育て支援センターよの(☎840・1788)へ(先着順)
西分館	おはなし会	3歳以上の子どもとその保護者 各4組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場
	紙芝居ひろば		
与野南	おはなし会	3歳以上の子どもとその保護者 6組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場
	夏休み小学生クラブ よのみなみ夏のこども映画会	小学生 20人	8/4(金)~16(水)にWEBで(抽選)



公民館			
鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 ☎859・7322 FAX859・7323		大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 ☎832・5495 FAX824・3308	
		与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 ☎・FAX853・6007	
事業名	日時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷	大人の塗り絵教室 ~秋の果物編~	18歳以上の方 12人	費用:300円 8/1(木)~9/5(火)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)
	身体が喜ぶストレッチ体操	市内在住で65歳以上の方 20人	8/17(木)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
大戸	青少年・若者支援講座 「アロマスプレー作り」	中学生~39歳の方 20人	費用:700円 8/14(月)~9/4(月)(消印有効)に電話、往復はがき又はWEBで(抽選)
	介護予防事業 「スマホ教室」	市内在住で65歳以上の方 20人	8/14(月)~9/1(金)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)
本町与野	本町っ子ひろばPart 2	1歳6か月~3歳の子どもとその保護者 12組	8/21(月)~9/1(金)に直接、電話又はWEBで(先着順)
上落合	介護予防事業 腰掛貯筋体操	市内在住で65歳以上の方 25人	8/7(月)~25(金)に直接又は電話で(抽選)
	青少年・若者支援事業 アロマグッズ作りにチャレンジ	中学生~39歳の方 14人	費用:700円 8/16(水)~9/4(月)に直接、電話又はWEBで(抽選)
下落合	知っておきたい防災知識 「いのちを守る@防災アイテム」	市内在住の方 40人	8/7(月)~31(木)に直接又は電話で(先着順)
	介護予防事業 健康維持 ~身体を動かすことを体験しよう~ 太極拳①②、パドル体操①②	市内在住で65歳以上の方 16人	8/21(月)~9/11(月)(必着)に往復はがきで(抽選)



児童センター			
与野本町児童センター ☎855・5655 FAX855・5669		向原児童センター ☎・FAX834・6083	
		大戸児童センター ☎・FAX831・9536	
事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他
本町与野	夏休み工作タイム 4日間いろいろな工作が楽しめます!	小学生 各6人	開催日の1週間前10時から直接又は電話で(先着順)
	夏の工作タイム	小学生以上 各4人	当日、直接、窓口へ(先着順)
大戸	夏休みシネマウィーク 4日間色々な映画が楽しめます!	17歳以下の子ども(未就学児は保護者同伴)	当日、直接、児童センターへ

