


# 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  
**TEL 840・6111**  
**FAX 840・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
<b>母親学級</b> 定員24人(先着順)	11/16(木) 9:40~11:35	初めて出産をする方で 出産予定日がR6/1/12 ~R6/5/2の妊婦	妊娠中の食生活・お口のケア・育児 の話、座談会等	10/12(木) 9:00~ <b>A</b>
<b>両親学級</b> 定員 各12組(先着順)	11/26(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R6/1/22~ R6/5/12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	10/20(金) 9:00~ <b>A</b>
<b>離乳食教室</b> 定員 17人(先着順)	11/17(金) 13:30~14:50	R5.6・7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	10/11(水) 9:00~ <b>A</b>
<b>むし歯予防教室</b> 定員 各10組(先着順)	11/10(金) ①10:00~10:50 ②14:00~14:50	R4.6~R5.1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	10/6(金) 9:00~ <b>A</b>
<b>育児相談(乳児期)</b> 定員 44組(先着順)	11/14(水) 9:20~12:00	0歳の子どもと 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	10/16(月) 9:00~ <b>B</b>
<b>育児相談(幼児)</b> 定員 20組(先着順)	11/15(水) 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
<b>健康相談 (予約制)</b>	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
<b>おとなのための 歯の教室</b> 定員 20人(先着順)	11/8(水) 10:00~11:30	市内在住で18歳~64歳 の方	歯周病予防について(講義) 口腔ケアグッズの使い方について(講義)	10/10(水) 9:00~ <b>A</b>

## 中央区ローズリボンキャンペーン (ピンクリボン運動)

### 乳がん早期発見について知ろう!

乳がんは女性がかかるがんの第1位といわれており、  
 早期発見・早期治療がとても大切です。  
 正しい知識を学び、乳房を意識する生活  
 習慣を身に付けましょう。



**日時** 10月17日(火)~31日(火)  
**会場** 区役所本館 1階ロビー  
**内容** 乳がんに関するパネル展示、資料の配布  
**【1日限定】**10月17日(火) 9時~16時  
 乳がんモデルによるセルフチェック体験を実施します。  
 (申込み不要)

## すこやか運動教室

参加  
無料

会場の運動遊具などを使用し、簡単な運動を行う教室です。帽子、タオル、  
 飲み物を持参のうえ、動きやすい服装で、直接会場へお越しください。

会場	日時	
与野中央公園	10/16(月)	10:00~11:30
与野公園	10/23(月)	14:00~15:30
大戸公園	10/4・18(水) 11/1(水)	10:30~12:00
八王子公園	10/13・27(金)	10:00~11:30
さいたま市保健所前公園	10/6(金)	10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	10/20(金)	10:00~11:30


※雨天の場合は、会場変更や中止になる場合があります。  
**対象** おおむね65歳以上の方  
**問合せ** 区高齢介護課 TEL840・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 ☎857・1946	与野図書館西分館 ☎854・8636 ☎854・8694	与野南図書館 ☎855・3735 ☎855・6173	
	事業名	日時	対象・定員	申込み・その他	
与野	おはなし会	10/4・18・25・11/1の各水曜日 16:00~16:30	3歳以上の子どもとその保護者 各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	①10/17(火) ②11/7(火) 11:00~11:30	0~2歳の子どもとその保護者 各15組	①は10/11(火)、②は10/31(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	10/7(土) 11:00~11:30	3歳以上の子どもとその保護者 4組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	
	わらべうたの会わらっこ	10/12(木) 10:30~11:00	6か月~3歳の子どもとその保護者 4組	10/5(木)9時から電話で西分館へ(先着順)	
	紙芝居ひろば	10/21(土) 11:00~11:30	3歳以上の子どもとその保護者 4組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	
与野南	おはなし会	10/11(水) 15:00~15:30	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	
	ハロウィンおはなし会	10/25(水) 16:00~16:30	3歳~小学生 30人 保護者同伴可	10/4(水)~11(水)にWEBで(抽選)	

公民館		鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 ☎859-7322 ☎859-7323	大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 ☎832-5495 ☎824-3308	与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 ☎・☎853-6007	
	事業名	日時	対象・定員	費用・申込み	
鈴谷	パソコンとスマホで作成&保存ができる「コンテンツ操作で素敵な“わが家の記念日カレンダー”を作ろう！」	11/22・29の各水曜日(全2回) 13:30~16:00	18歳以上の方 16人	費用:700円 10/2(月)~20(金)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)	
	介護予防事業 貯筋体操	11/13~27の毎週月曜日(全3回) 14:00~15:30	市内在住で65歳以上の方 20人	10/2(月)~16(月)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)	
大戸	指あみ教室	11/29(水) 10:00~12:00	どなたでも 10人	費用:800円 10/2(月)~11/1(水)(消印有効)に往復はがき又はWEBで(抽選)	
与野本町	第34回与野本町公民館まつり	10/21(土) 12:00~15:30展示 10/22(日) 9:30~16:00展示・発表	どなたでも	当日、直接公民館へ	
	七福神の謎	11/10(金) 14:00~16:00	どなたでも 34人	10/4(水)~15(日)(消印有効)に直接(官製はがき持参)、往復はがき又はWEBで(抽選)	
上落合	親の学習事業 手形アート&おしゃべりタイム	10/29(日) 10:00~12:00	3か月~2歳の子どもとその保護者 10組20人	10/2(月)~18(水)に直接、電話又はWEBで(抽選)	
	オータムコンサート (ぼかぼかひろばスペシャル)	11/20(月) ①10:30~11:00 ②11:30~12:00	未就学児とその保護者 各10組20人	10/23(月)~11/7(火)に①か②を選んで、直接、電話又はWEBで(抽選) ※①と②は同内容	
下落合	親の学習事業 「段ボールde編織づくりとおしゃべりプログラム」	11/19(日) 10:00~12:00	小学生とその保護者 10組	10/6(金)~27(金)にWEBで(先着順)	

児童センター		与野本町児童センター ☎855-5655 ☎855-5669	向原児童センター ☎・☎834-6083	大戸児童センター ☎・☎831-9536	
	事業名・内容	日時	対象・定員	申込み・その他	
本与野	ヨチヨチペンギン 親子でふれあいあそびなど楽しみましょう!	10/2・23の各月曜日 11:00~11:20	歩き始めた1歳~2歳以下の子どもとその保護者 各10組	開催日の1週間前9時から直接又は電話で(先着順)	
向原	発達相談 児童発達支援事業所「杉の子園」の職員が来館し、子育ての不安、悩みなど相談できます。	10/24(火) 10:30~12:00	2歳以上の子どもとその保護者 4組	10/17(火)10時から直接又は電話で(先着順)	
大戸	ハイハイサロン 親子の仲間づくりと情報交換、お家でもできる触れ合いあそび等を行います。	10/5~19の毎週木曜日 10:30~11:00	0歳の子どもとその保護者	当日、直接センターへ	