

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

電子申請 **申込みはこちらから**

- ・事業名を検索してお申込みください。
- ・電子申請での申込みが終了している場合などは電話でお問合せください。



母子健康手帳の交付 子育て家庭センターちゅうおう(妊娠・出産包括支援担当)では、母子健康手帳の交付や、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。窓口は、区役所別館1階です。
 ※妊娠・出産包括支援センターは、子育て家庭センターちゅうおうに統合されました。



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)	5/16(木) 9:40~11:35	初めて出産をする方で 出産予定日がR6.7/12~ R6.10/31の妊婦	妊娠中の食生活・お口のケア・育児 の話、座談会等	4/10(水) 9:00~	電子申請
両親学級 定員 26組(先着順)	5/26(日) 9:00~12:15	初めて出産をする方で 出産予定日がR6.7/22~ R6.11/10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	4/18(木) 9:00~	
離乳食教室 定員 17人(先着順)	5/15(水) 13:30~14:50	R5.12月・R6.1月生まれの 子どもとその保護者	離乳食の進め方とお口のケア	4/8(月) 9:00~	
むし歯予防教室 定員 15組(先着順)	5/10(金) 10:00~10:50	R4.12月~R5.7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	4/9(火) 9:00~	
育児相談(乳児期)	4/24(水) 受付 9:20~10:30	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 持ち物:母子健康手帳、おむつの替 え、バスタオル ※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。 ※予約制ではなくなるため、待ち時間が生じ ることがあります。予めご了承ください。	当日、受付時 間内に直接保 健センターへ	
育児相談(幼児期)	4/25(木) 受付 9:20~10:30	1歳~未就学児と その保護者			

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・休日を除く) 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	直接又は電話で ※来所の場合は要事前連絡	電話・FAX
産後のボディケア 定員 15組(先着順)	5/30(木) 10:00~11:30	市内在住で6か月以下の 子どもとその保護者	産後の体引き締めトレー ニングと健康についての ミニ講話	4/12(金)から電子申請で	電子申請

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(室内会場は室内用運動靴を持参ください)。
 ※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

会場	日時
与野中央公園	4/1・15(月) 10:00~11:30
与野公園	4/8・22(月) 14:00~15:30
大戸公園	4/3・17・5/1(水) 10:30~12:00
八王子公園	4/12・26(金) 10:30~12:00
さいたま市保健所前公園	4/5(金) 10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	4/19(金) 10:00~11:30

住宅用火災警報器の設置をお願いします

全国では、住宅からの出火により、毎年約950人の方々の尊い命が犠牲になっています。特に、就寝時間帯に発生した火災で多くの方が亡くなっています。住宅火災から大切な命を守るため住宅用火災警報器の設置をお願いします。設置後は、定期的(月1回程度)に点検、清掃をお願いします。

問合せ 中央消防署管理指導課 TEL857・8493 FAX857・8473



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	親子で楽しむおはなしの世界	4/20(土) 11:00~11:30	5歳以上の子どもとその保護者 10組	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場	
	紙芝居の森	4/21(日) 13:30~15:00	どなたでも 50人	当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場	
西分館	おはなし会	4/6(土) 11:00~11:30	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	
	わらべうたの会わらっこ	4/11(木) 10:30~11:00	6か月~3歳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	
与野南	おはなし会	4/10(水) 15:00~15:30	3歳以上の子どもとその保護者 10組	当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	

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	しなやかな身体づくり講座 「美姿勢&腰痛改善ヨガ」	5/16・23の各木曜日 (全2回) 10:00~11:30	市内在住・在勤・在学で 18歳以上の方 18人	費用:200円 4/1(月)~20(土)にWEBで(抽選)	
大戸	介護予防事業「ウクレレ講座」	5/10~31の毎週金曜日 (全4回) 10:00~12:00	65歳以上の方 10人	費用:1,650円 4/2(火)~23(火)に直接、電話又はWEBで(抽選)	
	ガーデニング教室	6/4(火) 10:30~12:00	どなたでも 20人	費用:1,500円 5/6(木)(消印有効)までに往復はがき又はWEBで(抽選)	
与野本町	さいたま市民の日記念事業 与野西中学校生徒作品展	4/26(金)~5/16(木) 8:30~21:30 ※最終日は15:30まで	どなたでも	申込み不要。1階ロビーにて展示	
上落合	さいたま市民の日記念事業 親子でチャレンジまんじゅう作り	5/1(水) 10:00~11:30	小学3年生~中学生と その保護者 8組16人	費用:600円 4/2(火)~17(水)に直接又は電話で(抽選)	
	介護予防事業 さわやか健康体操	5/20~6/3の毎週月曜日 (全3回) 13:30~15:00	市内在住で65歳以上の方 20人	4/3(水)~26(金)に直接、電話又はWEBで(抽選)	
下落合	さいたま市民の日記念事業 与野東中学校「生徒作品展」①	4/27(土)~5/13(月) 9:00~17:00	どなたでも	申込み不要。1階ロビーにて展示	
	親の学習事業 下落合ベビー公民館(春) 「ママとベビーのアロマヨガとおしゃべりタイム」	5/16~30の毎週木曜日 (全3回)①③10:00~11:30 ②10:00~12:00	0歳(首すわり~歩く前) の子どもとその保護者 10組20人	4/8(月)~5/2(木)に窓口、電話又は WEBで(抽選)	

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	
与野本町	ファミリータイム 体操やふれあいあそび、読み聞かせなど親子で楽しみましょう!	4/14・28の各日曜日 11:00~11:20	未就学児とその保護者 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	0才サロン ふれあいあそびや簡単な工作などで楽しみましょう。	4/5~26の毎週金曜日 11:00~11:20	0歳の子どもの その保護者、妊婦の方	当日、直接、児童センターへ	
大戸	おおきくなったかな 身長・体重がはかれます。バスタオルを持参ください。	4/25(木)・26(金) 10:00~12:00	未就学児とその保護者	当日、直接、児童センターへ	