

# 見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場に限りがあります。

## 公民館

大砂土東公民館 ☎684・9226 ㉠687・9901 片柳公民館 ☎684・3492 ㉠687・5585  
七里公民館 ☎686・4721 ㉠687・5575 春岡公民館 ☎685・6911 ㉠687・9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
大砂土東	ハワイアンリトミック ～親の学習事業～	10/31、11/7㉠ (全2回) 10:00～12:00	親子でハワイアンの音楽に合わせて運動やゲームを楽しみ、子育てについて情報交換をします。	市内在住で、6か月～おおむね3歳のお子さんと保護者10組(抽選) 9/26㉠ 9時～10/6㉠17時に、電話、市生涯学習情報システム(ホームページ)又は直接、同館へ
片柳	子育てサロン 「ちゃっと」	10/6㉠ 10:00～12:00	子育て中の保護者がお子さんと気軽に参加できる交流の場です。	未就学児と保護者 時間内の入退室自由。当日、直接、同館へ
七里	郷土史講座 「仏像・美の世界」	9/28、10/5・12㉠ (全3回) 10:00～11:30	仏像鑑賞の基礎知識や埼玉県の仏像の歴史と特色を学ぶとともに市内に多くの仏・神像を遺した円空の実像に迫ります。	市内在住の方30人(抽選) 9/1㉠ 9時～9/15㉠17時に、電話、市生涯学習情報システム(ホームページ)又は直接、同館へ
春岡	親の学習事業 「みつろうラップ作り &おしゃべりタイム」	10/5㉠ 10:00～12:00	天然素材のみつろうと布で環境にも身体にも安全安心なみつろうラップ作り。子育てのあれこれをおしゃべりします。材料費:1,200円	市内在住で、子育て中の方8人(先着順) 9/5㉠ 9時～9/9㉠17時に、電話、市生涯学習情報システム(ホームページ)又は直接、同館へ

## 図書館

春野図書館 ☎687・8301 ㉠687・8306 大宮東図書館 ☎688・1434 ㉠687・9744  
七里図書館 ☎682・3248 ㉠687・3932 片柳図書館 ☎682・1222 ㉠682・1444

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	見沼区学講座	9/22㉠ 13:30～15:00	「見沼の古道と道標」 講師:山田 貴和 氏(見沼歴史倶楽部)	どなたでも20人(先着順) 9/5㉠ 9時から、電話・FAX又は直接、同館へ
大宮東	おはなし会	①9/21㉠ 11:00～11:30 ②9/21㉠ 15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手あそびなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0～3歳児と保護者4組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者8人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日9時から、電話又は直接、同館へ
七里		①9/28㉠ 11:00～11:30 ②9/14・28㉠ 15:30～16:00		①0～3歳児と保護者5組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者10人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日(開催日が土曜日の場合は前週の金曜日)9時から、電話又は直接、同館へ
片柳		①9/13㉠ 11:00～11:30		
		②9/16㉠ 11:00～11:30		

このほかの催しはさいたま市図書館のホームページでお知らせしています。 <https://www.lib.city.saitama.jp/>

※春野図書館は、特別整理のため、9月25日(月)～29日(金)の間、休館します。

## 移動図書館

※雨天の場合は中止します。 ※駐車場はありません。

大宮西部図書館(北区榎引町) ☎664・4946 ㉠667・7715

ステーション名	日時	ステーション名	日時	
東大宮 藁田島公園	9/14・28㉠	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30	
東大宮 築地公園				9/7・21㉠
砂団地内公園				
		中川 自治会館	14:50～15:40	

## 児童センター

片柳児童センター ☎・㉠687・4525 春野児童センター ☎・㉠686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	助産師さんとお話し会	9/19㉠ 11:00～11:30	子育てについてお話し会を行います。聞いてみたいこと、相談したいことなど、気軽にお話しできます。	0歳児と保護者12組(先着順) 9/12㉠ 9時から、電話又は直接、同センターへ
	おはなし箱	9/21㉠ 11:00～11:30	ボランティアによる絵本の読み聞かせやわらべ歌に合わせたふれあい遊び、絵本の紹介があります。	1歳児と保護者15組(先着順) 9/14㉠ 9時から、電話又は直接、同センターへ
春野	ハイハイサロン	9/8・22㉠ 11:00～11:45	親子のふれあいあそび、季節のあそびなど	0歳児と保護者 当日、直接、同センターへ
	ハッピーバースデー& 大きくなったかな	9/20㉠ 11:00～11:45	お誕生会、身体測定、手形とり	未就学児と保護者 当日、直接、同センターへ

今月のコミュニティセンターの情報は、3ページに掲載しています。

# 見沼区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、区内在住の方です。
- ・各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
- ・相談は電話でもお受けしています。
- ・会場名がない事業は、区保健センターが会場です。

## 電子申請は



事業名を入力し検索してお申し込みください

問合せは

**TEL 681・6100**

**FAX 681・6169**

見沼区役所 1階

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
はじめてのママクラス 定員 15人(先着順)	1日目 10/17(火) 13:15~15:10	座談会 妊娠・出産・育児について(助産師講義)	初めての出産で、予定日が令和5年12月~令和6年3月の方 ※原則2日間参加できる方	9/6(水) 9時~
	2日目 10/24(火) 13:15~14:45	妊娠中の栄養のポイント 妊娠中と乳幼児のお口のケア		
育児学級 ~ふれあい編~ 定員 20組(先着順)	10/6(金) 14:00~14:50	気をつけよう!~事故予防~(講義) 赤ちゃんとのふれあいタイム(実技) 座談会	令和5年4~7月生まれのお子さんと保護者	9/5(水) 9時~
離乳食教室 定員 18人(先着順)	10/31(火) 13:30~14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和5年5・6月生まれのお子さんの保護者	
市ホームページで離乳食教室の参考動画を公開しています。「さいたま市 離乳食教室 動画」で検索してください。				
むし歯予防教室 定員 10組(先着順)	10/20(金) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	令和4年5~11月生まれのお子さんと保護者	9/20(水) 9時~
市ホームページで仕上げみがきについての動画を公開しています。「さいたま市 むし歯予防 動画」で検索してください。				
育児相談(乳児期) ※時間予約制 定員 24組(先着順)	10/11(水) 9:30~11:30	保健師・栄養士・歯科衛生士による 発育・発達などの育児相談やその他 心配ごとの相談	1歳未満のお子さんと保護者	9/20(水) 9時~
育児相談(幼児期) ※時間予約制 定員 24組(先着順)	10/12(木) 9:30~11:30	持ち物: 母子健康手帳 バスタオル おむつの替え	1歳~未就学児と保護者	
区保健センターでは「計測コーナー」を設置しており、お子さんの身長や体重を測定することができます。ご自由にご利用ください。				

電子申請

## きらきら☆おやこキッチン

年間約60種類の野菜を作っている地元農家の方から、おいしい野菜について教わります。



**日時** ●10月28日(土) 14時~15時30分  
(受付:13時45分~)

**会場** ●見沼区役所 1階 保健センター 指導講座室

**対象・定員** ●区内在住の小学1~4年生と保護者12組  
(先着順)

※対象学年以外のお子さんの同伴はできません。

**内容** ●野菜クイズ、農家の方のお話、冬野菜レシピデモンストレーション

**持ち物** ●筆記用具、水分補給用の飲み物、チャレンジup  
さいたまパスポート又は手帳(お持ちの方)

**申込み** ●9月8日(金) 9時から、電話又はFAXで、区保健センターへ TEL681・6100 FAX681・6169

## 燃やせ!!内臓脂肪 ~ボクシングエクササイズ~

脂肪を減らすのに必要なのはしっかり「燃焼」させること。ボクシングエクササイズで楽しく汗を流し、脂肪を燃やしましょう。



**日時** ●10月27日(金) 10時~11時50分  
(受付・計測:9時30分~)

**会場** ●見沼区役所 2階 大会議室

**対象・定員** ●区内在住の20~64歳の方15人(先着順)  
※妊婦、医師から運動制限指示のある方を除く。  
※託児あり(1歳~未就学のお子さん)

**持ち物** ●水分補給用の飲み物、フェイスタオル、着替え(必要な方)

**申込み** ●9月12日(水) 9時から、電話又はFAXで、区保健センターへ TEL681・6100 FAX681・6169

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
成人保健 食生活改善推進員 養成講座 定員 30人(先着順)	10/25、11/1・8・22・29、12/6 (水)(全6回) 時間・会場(大宮区役所など) は回によって異なります。	食生活や健康づくりに関する 講義・演習・運動実技 ※2~5回目までに地区活動 体験をしていただきます。	見沼・西・北・大宮・岩槻 区に在住で、食生活改善 推進員となってボラン ティア活動ができる 方	9/7(木) 9時から、電話又はFAX で、区保健センターへ TEL681・ 6100 FAX681・6169 電子申請システム(ページ上部 の二次元コード)からも申し込み できます。

## 9月は健康増進普及月間です