

# 大宮区

# インフォメーション

※費用の表示がないものは無料です。  
 ※参加する際は、感染予防対策にご協力をお願いします。

## 公民館

桜木公民館 ☎643・5652 ☎641・6308

事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
介護予防事業/ 江戸・武蔵・埼玉の仏様めぐり	6/13・20・27火 (全3回) 10:00~12:00	関東を中心に様々な仏様の歴史などについて学ぶ	対象/市内在住、在勤、在学の65歳以上の方 定員/24人(抽選) 申込みなど/6/6(火)までに、直接、電話又はファクスで、同公民館へ。

## 児童センター

天沼児童センター ☎・☎645・7988 三橋児童センター ☎・☎644・2978

事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
お父さんもあそぼう	6/17(土) 10:00~12:00	レールをつなげて電車あそび	対象/幼児とその保護者、小・中学生 定員/18人(先着順) 持ち物/持っている方は電車 ※記名してください。 申込みなど/6/5(月)10時から、直接又は電話で、同センターへ。
工作タイム	6/17(土) 14:30~15:30	ハーバリウムを作る	対象/小学生 定員/15人(先着順) 申込みなど/6/10(土)10時から、直接又は電話で、同センターへ。

※その他の行事は、社会福祉事業団のホームページをご確認ください。☎<https://www.saicity-j.or.jp/>

## 臨時休館のお知らせ

**天沼児童センター** 天沼児童センター及び同センター併設の老人憩いの家は、大規模改修工事のため休館します。

期 間●令和5年7月1日(土)~令和6年3月31日(日)

問合せ●児童センター 子ども政策課 ☎829・1716 ☎829・1960、老人憩いの家 高齢福祉課 ☎829・1259 ☎829・1981

## 図書館

大宮図書館 ☎643・3701 ☎648・8460

事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
育児コンシェルジュ	毎月第1・3水曜日 10:00~13:00	保育の専門スタッフによる絵本の読み聞かせ、子育てに関する本の紹介	申込みなど/当日10時から、直接、2階児童書コーナーへ。
はじめての盆栽教室	6/18(日) 14:00~16:00	鑑賞のポイントや育て方のレクチャー後、盆栽を作る	対象/市内在住、在勤、在学の18歳以上の方 定員/15人(抽選) 申込みなど/6/8(木)15時までに、大宮図書館ホームページ「イベントお申込みフォーム」より。
調べる学習 おたすけ講座(B日程)	7/1・8(土)(全2回) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00	「図書館を使った調べる学習コンクール」の普及啓発と、調べ方・まとめ方の講座	対象/①小学1年生~3年生とその保護者1人 ②小学4年生~6年生 ※両日参加が可能な方 定員/①15組(先着順)②30人(先着順) 申込みなど/6/15(木)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

※その他の行事は、図書館ホームページをご確認ください。☎<https://www.lib.city.saitama.jp/>

## 移動図書館

大宮西部図書館 ☎664・4946 ☎667・7715

大宮西部	ステーション名	日時(雨天中止)
	三橋四丁目自治会館	6/13・27(火) 15:00~15:30

## 老人福祉センター

あすま荘 ☎・☎642・1266

事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
健康相談	6/9・23(金) 14:00~	医師による健康に関する相談	対象/60歳以上の方 定員/5人(先着順) 費用/無料(市内64歳以下及び市外の方は入館料有) 持ち物/シルバーカード又は住所記載の証明書など 申込みなど/当日9時から、直接又は電話で、同センターへ。
eスポーツ	6/9(金) 10:00~11:00 6/13(火) 14:00~15:00	テレビゲームを使って脳機能の活性化を図る	対象/60歳以上の方 定員/8人(先着順) 費用/無料(市内64歳以下及び市外の方は入館料有) 持ち物/シルバーカード又は住所記載の証明書など 申込みなど/当日9時から、直接又は電話で、同センターへ。

※その他の行事は、社会福祉事業団のホームページをご確認ください。☎<https://www.saicity-j.or.jp/>

## 区役所の休日窓口(支所・市民の窓口を除く)

日 時●6月25日(日) 8時30分~17時15分

主な取扱業務●住民異動・戸籍・国民健康保険・国民年金などの届出や、各種証明書の交付など、区役所の一部業務を取り扱います。

※手続きにより、必要な書類があるもの、取り扱いできないもの、当日完了しないものがありますので、事前にお問い合わせください。

問合せ●さいたまコールセンター(8時~21時) ☎835・3156 ☎827・8656

市税の総合窓口も同日開設しています

場 所●北部市税事務所(大宮区役所5階)

取扱業務●税務証明の発行、市税の納付、原動機付自転車などの登録・廃車

# 大宮区保健センターからのお知らせ

- ・申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。ファクスの場合は、①事業名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号を記入してください。
- ・各教室の参加は、1人のお子さんに対し1回のみです。
- ・相談は電話でも行っています。
- ・会場がない事業は、大宮区保健センターが会場です。

## 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。

申込み・問合せは

大宮区保健センター  
TEL 646・3100  
FAX 646・3169

## 母子健康手帳の交付



妊娠・出産包括支援センター(区保健センター内)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。日時、持ち物などの詳細はホームページでご確認ください。

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時 ※土・日曜日、祝・休日、年末年始(12/29～1/3)は除く	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後1～2か月くらいまでの赤ちゃんとその母親(里帰り出産で期間内に市内に居住している方も含む)	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ郵送又は電話で、区保健センターへ。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
はじめまして パパママ教室 定員 各12組(先着順)	7/22土 ①9:00～10:45 ②11:15～13:00	育児や親の役割について学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日が令和5年8月20日～12月23日の方とそのパートナー	6/16(金)～ 電子申請
育児学級 定員 各12組(先着順)	7/20木 ①13:15～14:15 ②15:00～16:00	育児について学び、遊びを通して親子のふれ合いを深める	令和5年4・5月生まれの赤ちゃんとその保護者	6/19(月)～ 電子申請
離乳食教室 定員 各13人(先着順)	7/13木 ①13:15～14:15 ②15:00～16:00	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	令和5年2・3月生まれの赤ちゃんの保護者	6/13(火)～ 電子申請
むし歯予防教室 定員 各7組(先着順)	7/21金 ①9:30～10:15 ②11:00～11:45	むし歯予防のために規則的な食生活や歯みがき習慣を学ぶ	令和4年2～8月生まれのお子さんとその保護者	6/14(水)～ 電子申請
育児相談(乳児期) 定員 各10人(先着順)	6/27火 ①9:00 ②10:00 ③11:00	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やその他心配ごとの相談	1歳未満の赤ちゃんとその保護者	6/12(月)～ 前日までに 電話 FAX
育児相談(幼児期) 定員 各10人(先着順)	6/28水 ①9:00 ②10:00 ③11:00		1歳～就学前のお子さんとその保護者	

事業名	日時	内容	対象	申込み
成人保健 健康相談(予約制)	月～金曜日(祝・休日を除く) 9:00～16:30	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康に関する相談	区内在住で、健康や食生活、歯・口腔について相談がある方	事前に 電話 FAX

## 6月は食育月間 毎月19日は食育の日です

今年度の重点目標は「三食しっかり食べる」です。

市民調査では、15歳以上の4人に1人は、朝食を食べないことがあるという結果が出ています。朝食を食べると、寝ている間に低下した体温が上昇し、体が一日の活動の準備を整えることができます。三食しっかり食べて、健康な体をつくりましょう。



## 6月4～10日は歯と口の健康週間です

### 《歯と口を守る健康習慣》

- 規則正しく、栄養バランスのよい食事を、よく噛んで食べる
- 丁寧に歯みがきをする
- 禁煙をする
- 疲労やストレスをためない
- 定期的に歯科健診を受ける



## すこやか運動教室

内容 ●公園に備えてあるすこやか遊具などを使った運動

対象 ●おおむね65歳以上の方(参加無料)

持ち物 ●タオル、帽子、飲み物、マスク着用(推奨)

参加方法 ●自宅で検温の上、動きやすい服装で、直接、会場へ。

問合せ ●区高齢介護課 TEL 646・3068 FAX 646・3165

日時		会場
6/8・22(木)	14時～15時30分	山丸公園(雨天中止)
6/9・16・23(金)	10時～11時30分	大平公園(雨天中止)
6/13・20・27(火)	14時～15時30分	寿能公園(雨天時:寿能会館)