

## あなたも「うんどう遊園地域指導員」になりませんか

運動遊具を使用した運動を指導する「うんどう遊園地域指導員」の養成講座を開講します。

受講生募集!



▲高齢者向けの運動遊具を設置した「うんどう遊園」

期間…9月16日～12月9日の毎週金曜日(9月23日を除く) 全12回 ※10時から2時間程度

会場…実技指導:与野中央公園(中央区新中里)、大戸公園(中央区大戸)

講義:中央区役所(中央区下落合)

対象・定員…区内在住60歳以上の健康な方・5人(応募多数の場合は選考)

※講座修了生は、うんどう遊園地域指導員として登録され、市の指導員派遣事業や自主グループ活動の支援、介護予防「うんどう教室」の指導員等として活動をしていただきます。

申込み…電話又はファクスで住所、氏名、年齢、電話番号、応募理由を8月5日(金)までに区高齢介護課へ ☎840・6067 ☎840・6167

## 図書館の催し (節電対策のため、中止する場合があります)

### ○与野図書館(中央区下落合)

☎853・7816 ☎857・1946

#### ■親子で楽しむおはなしの世界

日時/7月2日(土) 10時30分～

対象/幼児～大人

#### ■こども映画会

日時/7月9日(土) 11時～

上映作品/「勇氣あるホテルととべないホテル」(17分)  
「オバケちゃん」(25分)

対象/幼児～小学生

#### ■おはなし子ども会

日時/7月13日(水)・27日(水) 16時～

対象/幼児～小学生

#### ■小さい子向けおはなし会

日時/7月13日(水) 10時～

27日(水) 15時30分～

対象/2～4歳の子どものとその保護者

#### ■赤ちゃんおはなし会

日時/7月20日(水)・27日(水) 10時～

対象/0～2歳の子どものとその保護者

定員/各10組(先着順)

申込み/7月6日(水)の9時から、直接又は電話で与野図書館へ

#### ■本の紹介

日時/7月23日(土) 10時～

対象/小学生

内容/読書感想文や自由研究におすすめの本を紹介しします。

### ○与野図書館西分館(中央区桜丘)

☎854・8636 ☎854・8694

#### ■朗読ライブ ザ 西分館

日時/7月3日(日) 11時～

内容/藤沢 周平作 「初つばめ」  
芥川 龍之介作 「尾生の信」

対象/20歳以上

#### ■小さな子のためのおはなし会—わらっこ

日時/7月14日(水) 10時30分～

対象/1～3歳の子どものとその保護者

定員/10組(先着順)

申込み/7月7日(木)の9時から、直接又は電話で与野図書館へ

#### ■紙芝居ひろば

日時/7月16日(土) 11時～

対象/3歳～小学生

#### ■おはなし会

日時/7月28日(水) 10時30分～

対象/2歳以上の子どもとその保護者

### ○与野南図書館(中央区大戸)

☎855・3735 ☎855・6173

#### ■こども映画会

日時/7月16日(土) 14時～

上映作品/「おばけうんどうかい」(25分)  
「10びきのかえるのなつまつり」(20分)

対象/幼児～小学生

#### ■えほんの会

日時/7月20日(水) 15時～

対象/幼児～小学生

## 公民館の催し物

### 鈴谷公民館

鈴谷7-5-11  
☎859・7322  
☎859・7323

### 大戸公民館

大戸3-14-21  
☎832・5495  
☎824・3308

### 与野本町公民館

本町西1-14-12  
☎853・6007  
☎853・6007

### 上落合公民館

上落合6-9-3  
☎852・3132  
☎852・3147

### 下落合公民館

下落合5-4-17  
☎854・3411  
☎854・3411

	名称	日時	対象・定員	費用	申込み
大戸	夏休み子ども教室 「チャレンジ!そろばん」	7/21(木)・22(金) 全2回 ①9:30～10:30 ②11:00～12:00	①小学1・2年生・15人 ②小学3・4年生・15人	教材費 100円	往復はがきで7/8(金)(消印有効)まで 応募多数の場合は抽せん
	介護予防事業 「シルバースクールおとおと」 ～健やかに 心豊かに～	8/24～9/21の毎週水曜日 全5回 10:00～12:00 (8/24は11:15まで)	おおむね60歳以上 の方・20人	材料費 400円	7/20(水)の9時から、費用を持参し 直接同公民館へ(先着順)
本与野	子ども土曜講座 パート2 「マイナス162度の世界」	9/10(土) 9:30～11:30	小学生・20人 (3年生以下は保護者同伴)	無 料	往復はがきで7/29(金)(消印有効)まで 応募多数の場合は抽せん
上落合	サマーキッズ ①工作教室 ②絵画教室 ③英語で楽しく	①8/2(火) 13:30～15:30 ②8/3(水)・4(木) 全2回 13:30～15:30 ③8/17(水)・18(木)・19(金) 全3回 10:00～12:00	①小学1～3年生・20人 ②小学4～6年生・20人 ③小学生・20人	無 料	①・②往復はがきで7/15(金)(必着)まで 応募多数の場合は抽せん ③7/15(金)の9時から、直接又は 電話で同公民館へ(先着順)
	介護予防事業 「リズム体操」	9/7～10/26の毎週水曜日 全8回 13:30～15:30	おおむね60歳以上 の方・30人	無 料	7/20(水)の9時から、直接又は電話で 同公民館へ(先着順)
下落合	介護予防事業 「かさもり学級」後期	9/5～10/31の毎週月曜日 (9/19、10/10を除く) 9:30～11:30 11/8(火) 10:00～11:30 全8回	おおむね60歳以上 の方・20人	材料費 500円	往復はがきで7/29(金)(消印有効)まで 応募多数の場合は抽せん
	スクラップブック教室	9/8(水)・15(水) 全2回 10:00～12:00	20歳以上の方・15人	材料費 1,600円	7/25(月)の9時から、費用を持参し 直接同公民館へ

◆そのほかの各公民館の学級・講座については公民館だより及びさいたま市ホームページでお知らせしています。

◆直接申し込みの場合、9時の時点で申し込み多数の場合は抽せんとなります。

◆往復はがき(1人1通のみ)には講座名、希望日時、住所、氏名(ふりがな)、お子さんの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入してください。





# 中央区保健センター からのお知らせ

**母子保健** 申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象。  
各学級の参加は、お一人のお子さんに対して1回のみ。

**成人保健** 健康相談は電話でも行っています。

会場名がない事業は、中央区保健センターが会場です。

中央区本町東4-4-3  
申込み・問合せは  
**TEL 853・5251**  
**FAX 857・8529**

事業名	日時	対象	内容	申込み
親子食育講座 元気になるお弁当 ★ヌゥ&うなこのおにぎり作り★	8/4(木) 10:30~12:00 浦和区役所保健センター (浦和区常盤)	H17.4.2~H20.4.1生まれ のお子さんとその保護者・ 12人(先着順)	元気になるお弁当のお 話しとヌゥ&うなこの おにぎり作りの実習	7/6(水)の9時から、電話で 浦和区保健センターへ TEL 824・3971 TEL 825・7405

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
<b>母親学級</b> 定員 33人(先着順)	8/2(火)・11(木)・18(木) 13:30~16:00(11(木)のみ9:45~13:00)	初めてお産する方で出産予定日が H23.9/20~H24.1/16の方	妊娠・出産・育児などについて友達を 作りながら楽しく学ぶ	7/8(金)~
<b>両親学級</b> 定員 20組(先着順)	8/15(月) 13:15~16:00	初めてお産する方で出産予定日が H24.1/16以前の方とその夫	安心して育児ができるような話や、 赤ちゃんのおふろの実習	7/12(火)~
<b>離乳食教室</b> 定員 27人(先着順)	8/25(木) 13:30~14:50	H23年3・4月生まれの 赤ちゃんの保護者	離乳食について楽しく学ぶ	7/13(水)~
<b>むし歯予防教室</b> 定員 各10組(先着順)	8/9(火) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H22年3月~H22年8月生まれの お子さんとその保護者	むし歯予防のために規則的な食生活 や正しい歯みがき習慣を身につける	7/11(月)~
<b>育児相談 (乳児期)</b>	7/1(金) ① 13:30~14:30 ② 9:30~10:30	①偶数月生まれの1歳未満の赤ちゃん ②奇数月生まれの1歳未満の赤ちゃん	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士等による育児相談やその 他心配ごとの相談など	当日、 直接会場へ
	8/5(金) ① 9:30~10:30 ② 13:30~14:30			
<b>育児相談 (1歳~2歳未満)</b>	7/4(月) 13:30~14:30	奇数月生まれの1歳~2歳未満のお子さん	※乳児期・幼児期にごきょうだいの いる方は、乳児期・幼児期どちらの 日程にお越しいただいてもかまいま せん。	持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
	8/8(月) 9:30~10:30	偶数月生まれの1歳~2歳未満のお子さん		
<b>育児相談 (2歳~就学前)</b>	7/4(月) 9:30~10:30	奇数月生まれの2歳~就学前のお子さん		
	8/8(月) 13:30~14:30	偶数月生まれの2歳~就学前のお子さん		

事業名	日時	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	健康に関する相談・体重・体脂肪・血圧測定 歯や口腔の健康に関する 相談と歯みがき指導 保健師、管理栄養士による個別の食事・生活相談	事前に必ず電話で 連絡をお願いします

## 親子deクッキング

~パパ・ママとパンについて知ろう!~

親子で楽しく料理をつくりながら  
食生活を見直し、朝食の大切さを  
学ぶ教室

日時...8月19日(金) 10時~13時

対象・定員...区内在住の小学生と  
その保護者・12組(先着順)

申込み...7月15日(金)~8月12日(金)までに電話又はファクス  
で区保健センターへ



## 出生連絡票をお出してください

保健センターでは、お子さんやお母さんの健康に関するこ  
とや子育ての相談を行っています。お子さんの誕生後、産婦・  
新生児訪問をご希望の方は母子健  
康手帳別冊に添付の「出生連絡票」  
に記入をし、できるだけ早くポ  
ストに投函してください。また、訪  
問希望のない方もお子さんの状況  
などをお知らせください。



## ブックスタート実施中

単独型子育て支援センターで実施しています

時間...月~土曜日(祝・休日、年末年始を除く) 9:00~12:00、13:00~16:00

実施場所...子育て支援センターよの(中央区下落合6-10-3) TEL 840・1788

※他の区のセンターでも実施しています。



さいたま子育て

検索

4か月児健康診査の通知  
に同封された引換券を持  
参してください。

