

図書館のイベント

○与野図書館(中央区下落合)

☎853・7816 ☎857・1946

■こども映画会

日時/9月8日(土) 11時～
会場/3階 視聴覚ホール
上映作品/「ぞくぞくむらのオバケたち 雨
ぼうずピッチャン」(20分)
「王さまでかけましよう」(12分)

対象/幼児～小学生

■おはなしこども会

日時/9月12日(水)・26日(水) 16時～

会場/3階 おはなし室

対象/幼児～小学3年生

■赤ちゃんおはなし会

日時/9月26日(水) 10時～

会場/3階 おはなし室

対象/0歳～2歳の子どもとその保護者

定員/先着10組

申込/9月12日(水)から受付(電話可)

■大人のためのおはなしの世界

日時/9月12日(水) 10時～

会場/3階 視聴覚ホール

○与野南図書館(中央区大戸)

☎855・3735 ☎855・6173

■えほんの会

日時/9月19日(水) 15時～15時30分

対象/幼児～小学3年生

○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/9月16日(日) 11時～

内容/①川端康成・作/小布
②山本周五郎・作/金五十両

対象/成人

■小さな子のおはなし会～わらっこ

日時/9月13日(木) 10時30分～

対象/1歳～3歳の子どもとその保護者

定員/先着10組

申込/9月6日(木)から受付(電話可)

■紙芝居ひろば

日時/9月15日(土) 11時～

対象/3歳～小学6年生

※いずれも開始時間までに会場においでください。

○桜図書館(桜区道場)

☎858・9090 ☎858・9091

■「さくらんぼ」のおはなし会

日時/9月1日・15日(土) 14時30分～

会場/2階 イベントルーム

対象/幼児、小学生(大人不可)

■おはなし会

日時/9月5日・12日・19日・26日 各水曜日

15時30分～(約30分)

会場/2階 イベントルーム

内容/すばなし、絵本の読み聞かせなど

対象/3歳以上の幼児、小学生(低学年)

※いずれも開始時間までに2階児童カウン
ター前においでください。

■あかちゃんおはなし会

日時/9月12日(水)・26日(水)

10月10日(水)・24日(水)

10時30分～11時30分

会場/2階 イベントルーム

対象/6ヶ月～3歳未満の乳幼児と保護者

定員/各回15組

申込み/9月5日(水)9時～、電話にて

○桜図書館大久保東分館

(桜区大久保領家)

☎ ☎853・7100

■おはなしの会

日時/9月6日・13日・20日・27日

各木曜日 16時～(約30分)

対象/幼児、小学生、大人も可

※開始時間までに会場においでください。

公民館の催し物

鈴谷公民館 中央区鈴谷7-5-11 ☎859・7322
大戸公民館 中央区大戸3-14-21 ☎832・5495
与野本町公民館 中央区本町西1-14-12 ☎853・6007

上落合公民館 中央区上落合6-9-3 ☎852・3132
下落合公民館 中央区下落合5-4-17 ☎854・3411

	名称	日時	対象・定員	費用	申込み
公民館 鈴谷	陶芸入門 ～マイカップ・ マイディッシュを手捻りで～	11月7日(水)・21日(水)・12月5日(水)・19日(水) 9時30分～11時30分	20人 託児2歳以上5人まで	材料費 2,000円 託児保険料 150円	往復はがきで10月10日(水)(消印有効)まで。応募多数の場合は抽せん。
公民館 大戸	公民館介護予防事業 「シルバースクールおとお」後期	9月25日(水)～11月6日(水) 毎週火曜日 全7回 10時～12時	おおむね60歳以上 20人	1,500円 (申込み時)	9月4日(水)から、 直接同公民館へ。
与野本町公民館	子ども土曜日講座 パート3 「いもほり体験教室」	10月13日(土) 9時30分～12時 予備日10月27日(土)	4歳～小学6年生 30人(親子参加可)	500円 (申込み時)	9月19日(水)から、直接同公民館へ。 ※会場は黒田園芸農園(中央区円阿弥)
	家庭教育講座 「小・中学 生の子を持つ親の教室」	11月13日(水)～12月18日(水) 毎週火曜日 全6回 9時30分～11時30分	小・中学生の子を持つ親20人 保育あり(5か月～.5人)	ポスター・材料費 1,000円 保育保険料1人1回 30円(申込み時)	10月1日(水)から、 直接同公民館へ。
上落合公民館	童謡・唱歌を楽しく歌おう	10月11日(水)～25日(水) 毎週木曜日 全3回 10時～12時	成人一般 40人	無料	9月11日(水)午前9時から 窓口・電話にて(先着順)
	高齢者講座 ヨーガ及び映画(人権)	ヨーガ 10月15日(木)・22日(木) 映画 10月17日(水) 10時～11時30分	おおむね60歳以上 30人	無料	9月25日(水)午前9時から 窓口・電話にて(先着順)
	パソコン講座 ～デジカメ写真を とり入れて、年賀状作りを楽しむ～	10月31日(水)～11月2日(金) 全3回 9時30分～12時 ※会場は鈴谷公民館	成人一般 18人	教材費 100円	往復はがきで10月4日(水)(消印有効)まで。応募多数の場合は抽せん。
下落合公民館	古典文学講座 「万葉集」	9月25日(水)～10月23日(水) 毎週火曜日 全5回 9時30分～11時30分	20人	無料	9月3日(水)から、 直接同公民館へ。
	茶道入門講座	10月3日(水)～10月24日(水) 毎週水曜日 全4回 13時30分～15時30分	15人	2,000円	9月10日(水)から、 直接同公民館へ。
	親子体操教室	10月15日(木)～10月29日(木) 毎週月曜日 全3回 10時～11時30分	2～3歳の幼児と親 15組	無料	9月19日(水)から、 直接同公民館へ。

◆申し込み・問い合わせは各公民館へどうぞ。 ◆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講座につき1通のみ)には講座名、住所、氏名、電話番号を記入してください。

※託児のある講座の場合は、託児希望の有無・有の場合お子様の氏名(ふりがな)、性別、年齢(〇歳〇か月)も記入してください。



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。

中央区本町東4-4-3

申込み・問合せは

TEL 853・5251

FAX 857・8529

会場がない事業は、中央区保健センターが会場です。

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問指導	随時	助産師又は保健師の訪問による育児相談や身長・体重の計測など	生後28日以内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)	母子手帳別冊内「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ投函するか、電話で保健センターへ。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込日
母親学級 定員 33人(先着順)	10/9火・12金・16火・19金 13:30~16:00(16火のみ9:20~13:00)	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	初めてお産する方で出産予定日がH19.11/20~H20.3/17の方	9/10月~
両親学級 定員 20組(先着順)	10/13土 9:15~12:00	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	初めてお産する方で出産予定日がH20.3/17以前の方とその夫	9/25火~
離乳食教室 定員 20人(先着順)	10/22月 13:30~15:00	離乳食について楽しく学ぶ	H19.5・6月生まれの子どもの保護者	9/14金~
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	10/2火 ①9:30~10:15 ②10:45~11:30	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	H18.5月~H18.10月生まれのお子さんとその保護者	9/11火~
育児相談(乳児期)	9/6木・7金 9:00~10:15 10/4木・5金 13:45~15:00	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	1歳未満の赤ちゃん	当日、直接会場へ
育児相談(1歳~2歳未満)	9/6木 13:45~15:00 10/4木 9:00~10:15	※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。	1歳~2歳未満のお子さん	持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
育児相談(2歳~就学前)	9/7金 13:45~15:00 10/5金 9:00~10:15		2歳~就学前のお子さん	

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
成人健康相談	9/27木 10:00~11:00	健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定・尿検査	—	当日、直接会場へ
成人歯科健康相談	9/27木 10:00~11:00	歯や口腔の健康に関する相談と歯みがき指導	20歳以上の方	※お持ちの方は健康手帳を持参してください。
生活と食事健康相談 定員 4人(先着順)	10/25木 13:30~15:00	保健師、管理栄養士による個別の食事・生活相談	生活習慣病でお悩みの方	10/4(木)までに、電話で保健センターへ

生活習慣病予防教室 ファット サル(脂肪去る)クラブ ~目指すゴールはあなた次第~

内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)についての正しい知識を身につけ、生活習慣を見直すための教室です。

期日・内容…10月10日(水)~11月30日(金)の8週間のうち5日間

10/10(水)午後:グループワーク・運動実技
10/17(水)午後:栄養・歯科講義 10/31(水):調理実習・運動実技
11/14(水)午後:運動実技 11/30(金)午後:グループワーク

※実施期間中、保健師や管理栄養士が個別の相談を行います。

対象・定員…区内在住で、さいたま市の健診等を受診し、次の全ての項目に該当する方、またはその家族・20人(先着順)

(1)18歳~64歳の方

(2)健康診査において「要指導」となった方(要医療の方は除く)

(3)「BMI25以上」で下記のいずれかに該当する方

①「中性脂肪150mg/dL以上」または「HDLコレステロール40mg/dL未満」

②「収縮期血圧130mmHg以上」または「拡張期血圧85mmHg以上」

③「空腹時血糖110mg/dL以上」または「HbA1c5.6以上」

申込み・問合せ…9月13日(水)9時から、電話で保健センターへ

お知らせ
児童センターの

大戸児童センター (中央区大戸)

ママと一緒に作りましょう

日時…9月11日(火) 10時20分~10時40分

定員…幼児先着20人

問合せ…大戸児童センター

TEL 831・9536

与野本町児童センター (中央区本町東)

ドッジボールタイム

日時…毎週月~金 16時30分~17時

対象…小学生

問合せ…与野本町児童センター

TEL 855・5655

向原児童センター (中央区下落合)

乳幼児向け うんどうかい

日時…9月27日(木) 10時~12時

対象…乳幼児と保護者

申込み・問合せ…9月3日(月)~向原児童センターへ

TEL 834・6083