

## 図書館の催し

### ●与野図書館(中央区下落合5-11-11)●

☎853・7816 ㊟857・1946

#### ■かがくあそび『錯視～目の錯覚実験と工作を楽しもう!～』

日時●11月13日(日) 10時～

対象●小学生

定員●20名(先着順)

申込み●11月4日(金)の9時から、直接又は電話にて与野図書館まで

#### ■あかちゃんおはなし会

日時●11月16日(水) 10時～

11月30日(水) 10時～

対象●6か月～2歳11か月の子どもとその保護者

定員●10組(先着順)

申込み●11月9日(水)の9時から、直接又は電話にて与野図書館まで

#### ■小さい子向けおはなし会

日時●11月9日(水) 10時～

11月30日(水) 15時30分～

対象●2～4歳の子どもとその保護者

#### ■おはなしこども会

日時●11月9日(水) 16時～

11月30日(水) 16時～

対象●5歳～小学生とその保護者

#### ■こども映画会

日時●11月12日(土) 11時～

上映作品●「にらめっくらの鬼瓦」11分  
「しあわせの王子」19分

対象●4歳～小学生とその保護者

### ●与野図書館西分館(中央区桜丘2-6-28)●

☎854・8636 ㊟854・8694

#### ■小さな子のためのおはなし会-わらっこ

日時●11月10日(木) 10時30分～

対象●1～3歳の子どもとその保護者

定員●10組(先着順)

申込み●11月7日(月)の9時から、直接又は電話にて与野図書館西分館まで

#### ■紙芝居ひろば

日時●11月19日(日) 11時～

対象●3歳～小学生とその保護者

#### ■おはなし会

日時●11月5日(土) 11時～

12月3日(土) 11時～

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6-28-16)●

☎855・3735 ㊟855・6173

#### ■あかちゃんおはなし会

日時●11月9日(水) 10時30分～

対象●6か月～2歳11か月の子どもとその保護者

定員●10組(先着順)

申込み●11月4日(金)の9時から、直接又は電話にて与野南図書館まで

#### ■えほんの会

日時●11月16日(水) 15時～

対象●2歳～小学生とその保護者

## 公民館の講座

### 鈴谷公民館

〒338-0013 鈴谷7-5-11

☎859・7322 ㊟859・7323

### 上落合公民館

〒338-0001 上落合6-9-3

☎852・3132 ㊟852・3147

### 大戸公民館

〒338-0012 大戸3-14-21

☎832・5495 ㊟824・3308

### 下落合公民館

〒338-0002 下落合5-4-17

☎・㊟854・3411

### 与野本町公民館

〒338-0004 本町西1-14-12

☎・㊟853・6007

	名称	日時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷	子育てサロンりんりん	11/10(木) 10:00～11:30	3歳までの乳幼児とその保護者・30組	当日直接同館へ
大戸	子育てサロン「ポップコーン2」	12/1(木) 10:00～11:00	1～3歳児とその保護者・20組	11/4(金)～22(水)まで、直接、電話又はファクスで(抽選)
	介護予防事業「お正月の寄せ植え教室」	12/6(火) 13:30～15:30	65歳以上の方・16人	費用:1,000円 往復はがきで、11/15(水)(消印有効)まで(抽選)
与野本町	介護予防事業古典文学講座「源氏物語 桐壺」	11/21・12/5～19の毎週月曜日(全4回) 10:00～11:30	65歳以上の方・30人	往復はがきで、11/7(月)(消印有効)まで(抽選)
	本町っ子ひろば PartⅢ(親子体操・ふれあい遊び・クリスマス工作・お話の時間)	12/15(木) 10:30～11:30	1～3歳児とその保護者・20組	11/1(火)～18(金)まで、直接、電話又はWebで(抽選)
上落合	家庭教育学級「子どもの教育を考える」	12/7(水) 10:00～12:00	小学生の保護者・50人	11/15(火)～29(水)まで、直接、電話又はファクスで(抽選)
	歴史講座「歴史を楽しく学ぼう」	12/5(月)・12(月) 13:00～15:00 12/20(水)館外 10:00～12:00(全3回)	20歳以上の方・20人	往復はがきで、11/16(水)(消印有効)まで(抽選)
下落合	作ってみよう花寿司	11/30(水) 10:00～13:00	20歳以上の方・16人	費用:1,000円 往復はがきで11/12(土)(消印有効)まで(抽選)
	ジャズの魅力にふれる(ジャズライブ)	12/12(月) 10:00～11:30	65歳以上の方・50人	11/28(月)の9時から 直接又は電話で(先着順)

※Webとは、さいたま市Webサイト「さいたま市生涯学習情報システム」のことで、

●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のホームページでお知らせしています。

●往復はがき(1講座につき1人1通のみ)には①講座名・②住所・③氏名(ふりがな)・④性別・⑤電話番号・⑥年齢を記入してください。お子さんと一緒に参加の場合は⑦お子さんの氏名(ふりがな)・⑧性別・⑨年齢と学年も記入してください。

●費用額が無い場合は無料です。

## 中央区絵画展を開催しています

中央区の魅力テーマにした地域と関連のある作品を展示していますので、ぜひお立ち寄りください。

【日時】 10月31日(月)～12月22日(木) ※土・日曜日、祝日を除く 8時30分～10時30分、13時15分～17時15分

【会場】 中央区役所食堂棟 【主催】 さいたま市中央区・さいたま市中央区美術家協会

【問合せ】 区総務課 ☎840・6013 ㊟840・6160



# 中央区保健センター からのお知らせ

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

**母子保健** 申し込みは、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。  
 ※育児相談の時間は受付時間です。

**成人保健** 健康相談は電話でも行っています。

※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・定員	日時	対象	内容	申込み
<b>出産前教室</b> 定員 30組(先着順)	①12/22(木) 9:50~15:30 ② 1/14(土) 9:15~12:40 ※全2日間の教室	初めてお産する方で出産予定日がH29.2/19~5/18の方とその夫(①は妊婦、②は妊婦と夫)	①妊娠・出産・育児についての話、調理実習、歯科健診等 ②安心して育児ができるような話や、赤ちゃんの抱っこ、おむつ交換の実習	11/14(月)~
	<b>離乳食教室</b> 定員 27人(先着順)	12/12(月) 13:30~14:50	H28年7・8月生まれのお子さんの保護者	離乳食の進め方とお口のケア
<b>むし歯予防教室</b> 定員 各10組(先着順)	12/7(水) ① 9:45~10:30 ②11:00~11:45	H27年7月~12月生まれのお子さんとその保護者	むし歯予防の話と歯みがき方法	11/8(火)~
<b>育児相談(乳児期)</b>	11/30(水) 9:30~10:30	1歳未満の赤ちゃん	身長・体重測定、保健師・助産師・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 ※乳児と幼児のごきょうだいの方は、乳児期・幼児期どちらでもお越しいただけます。	当日、直接会場へ持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
<b>育児相談(幼児期)</b>	12/1(木) 9:30~10:30	1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	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の相談	事前に必ず電話で連絡をお願いします。

## 高齢者インフルエンザ定期予防接種が始まりました

**対象** ■ 市内在住65歳以上の方  
 ※60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫等に極度の障害を有する方も対象(厚生労働省令の定めによる)  
**個人負担金** ■ 1,620円  
**接種期限** ■ 12/31(土)まで(市内医療機関)  
 次の(1)~(3)のいずれかに該当する方は、個人負担金が無料になります。  
 (1)市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)の方  
 ①②のいずれかが必要です。  
 ①今年度の介護保険料決定通知書(市内実施医療機関のみ) 市民税課税区分欄が「世帯 非課税」となっているもの  
 ※保健センターでの事前申請の必要がありません。  
 ②保健センターで発行する無料券  
 ※保健センターで交付します。事前申請が必要です。申請時には保険証等本人確認できるものと印鑑をお持ちください。  
 (2)生活保護世帯の方・・・生活保護受給証  
 (3)中国残留邦人等支援給付制度の受給者・・・本人確認証

## ヘルシー栄養教室

脱メタボをめざし、食事のコツを調理実習を通して身につける  
**日時** ■ 12月8日(木) 9時45分~12時30分  
**対象** ■ 区内在住の18歳~74歳の方  
**定員** ■ 15人(先着順)  
**会場** ■ 区保健センター  
**申込み** ■ 11月10日(木)の9時から電話で区保健センターへ



## 11月8日はいい歯の日

いつまでもおいしく、楽しく食事ができて、元気に過ごすために、口の中を健康に保ちましょう。かかりつけの歯医者さんで定期的に健診を受け、はみがき方法などをチェックしてもらいましょう。

## ふたごの会~ツインメリー~

**日時** ■ 12月9日(金) 10時30分~11時30分  
**会場** ■ 子育て支援センターよの(中央区下落合)  
**内容** ■ ふたご以上のお子さんとその保護者の方・妊婦さんの交流会・座談会  
**対象** ■ 市内在住の  
 ①就学前のふたご以上のお子さんとその保護者  
 ②ふたご以上を妊娠されている方(妊娠16週~29週)  
**定員** ■ 8組程度(先着順)  
**申込み・問合せ** ■ 11月7日(月)の9時から、電話で区保健センターまたは子育て支援センターよの(TEL 840・1788)へ



## 11月のうんどう教室(介護予防事業)

公園の運動器具などを使用し、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。参加費は無料です。

日程	時間	会場
7日(月)・14日(月)・21日(月)	10:00~11:30	与野中央公園
14日(月)・28日(月)	14:00~15:30	与野公園
2日(水)・16日(水)	10:30~12:00	大戸公園
11日(金)	10:00~11:30	八王子公園

※雨天の場合は、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 TEL 840・6068 FAX 840・6167