

## 図書館の催し

### ●与野図書館(中央区下落合5-11-11)● ☎853・7816 ファク857・1946

#### ■こども映画会

日時●8月11日(土・祝) 11時～  
上映作品●「アミーゴ 友だち」15分  
「とべないホテル」20分

対象●3歳～小学生とその保護者

#### ■夏休み小学生クラブ(工作教室)

日時●8月17日(金)10時～12時  
内容●科学工作～ペットボトル空気砲!～  
対象●小学生

定員●15人(先着順)

申込●8月7日(木)の9時から、直接又は  
電話にて与野図書館まで

#### ■名作映画のつどい

与野16ミリサークル30周年記念上映会です。

日時●8月26日(日) 13時～  
(12時30分開場)

上映作品●「ローマの休日」  
監督:ウィリアム・ワイラー  
主演:オードリー・ヘプバーン  
グレゴリー・ペック

定員●50人

### ●与野図書館西分館(中央区桜丘2-6-28)● ☎854・8636 ファク854・8694

#### ■おはなし会

日時●8月4日(土) 11時～  
9月1日(土) 11時～

対象●2歳～小学生とその保護者

#### ■紙芝居ひろば

日時●8月18日(土) 11時～

対象●3歳～小学生とその保護者

### ●与野南図書館(中央区大戸6-28-16)● ☎855・3735 ファク855・6173

#### ■与野南図書館開館40周年記念 こども映画会

日時●8月3日(金) 14時～  
上映作品●「からすのパンやさん」20分  
「がんばれスイミー」26分

対象●3歳～小学生とその保護者

#### ■夏休みこども工作教室

日時●8月22日(水) 10時～12時  
内容●科学工作～ペットボトル空気砲!～

対象●小学生

定員●15人(先着順)

申込●8月8日(水)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●8月15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 ファク859・7323

### 上落合公民館

〒338-0001 上落合6-9-3  
☎852・3132 ファク852・3147

### 大戸公民館

〒338-0012 大戸3-14-21  
☎832・5495 ファク824・3308

### 下落合公民館

〒338-0002 下落合5-4-17  
☎・ファク854・3411

### 与野本町公民館

〒338-0004 本町西1-14-12  
☎・ファク853・6007

	名称	日時	対象・定員	費用・申込み
鈴谷	～美しいハーモニーを奏でる～ 「合唱講座」	9/12～26の毎週水曜日 (全3回) 10:00～11:30	20歳以上の方・30人	8/18(土)までに直接又は電話で(抽選)
	介護予防事業 身体が喜ぶ「ストレッチ体操」	9/13～27の毎週木曜日 (全3回) 14:00～15:30	65歳以上の方・30人	8/16(木)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
大戸	人権講座 真夏の戸寄席(真打登場)	8/30(木) 9:30～12:00	どなたでも・70人	8/22(水)までに直接、電話又はファクスで(抽選)
	古典文学講座「中世説話の世界」	9/4～18の毎週火曜日 (全3回) 10:00～12:00	20歳以上の方・20人	8/21(水)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
与野本町	若者支援事業 6面完成させて自慢しよう 「ルービックキューブ」	9/8(土) 10:00～12:00	中学・高校・ 大学生～30代の方・20人	8/20(月)までに直接、電話又はWEBで(抽選)
	親の学習事業 「親子プログラミング教室」 ～オリジナルゲームを作ろう～	9/22(土) 10:00～12:00 ※前半、保護者は子育て について情報交換	小学生1人と その保護者・15組	費用:300円(タブレット使用料) 8/20(月)ま でに直接、電話又はWEBで(抽選)
上落合	介護予防事業「歴史講座」	9/12～10/3の毎週水曜日 (全4回) 10:00～12:00	65歳以上の方・30人	8/31(金)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
	子育てサロン「ぼかぼかひろば」	8/20(月) 10:00～11:30	0～6歳の子どもと その保護者・30組	当日直接同館へ
下落合	親の学習事業② とことこ「おやこでのびのびヨガ」	9/6～20の毎週木曜日 (全3回) 10:00～11:30	1歳～1歳6か月の子ども とその保護者・15組	8/20(月)までに往復はがき又はWEBで(抽選)
	外国語入門① 「韓国語にチャレンジ」	9/7・14の各金曜日 (全2回) 19:00～20:30	20歳以上の方・20人	8/20(月)までに往復はがき又はWEBで(抽選)

- 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」のことです。
- 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行事につき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(小学生は学年)をご記入ください。子どもと一緒に参加の講座については⑦子ども名(ふりがな)・⑧性別・⑨月齢(○歳○か月)もご記入ください。
- 費用の記載が無い場合は無料です。
- 応募者多数の場合は抽選、申込み期間終了後、定員に満たない場合は、先着順で電話での受付も行います。
- 【往復はがき】124円のものをお使いください。

## 今月の交通安全標語 ～平成29年度交通安全標語コンクール入賞作品～

入賞 **ハンドルを にぎったその手 せおった命** 大戸小学校 高木 花梨さんの作品

問合せ さいたま市交通安全保護者の会(母の会)中央支部事務局(区くらし応援室内) ☎840・6027 ファク840・6162



# 中央区保健センター からのお知らせ

**母子保健** 申込みは、区内在住の方が対象。  
各学級の参加は、子ども一人に対して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。

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

※会場がない事業は、中央区保健センターが会場です。

母子健康手帳の受取りは保健センターで 妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)では、母子健康手帳の発行の他  
妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み	
母子保健	<b>育児学級</b> 定員 45組(先着順)	9/25(火) 9:30~11:30	H30年5・6月生まれの 子どもとその保護者	育児について友達づくりをしながら 楽しく学ぶ	8/9(木) 9:00~
	<b>離乳食教室</b> 定員 27人(先着順)	9/19(水) 13:30~14:50	H30年4・5月生まれの 子どもの保護者	離乳食の進め方とお口のケア	8/7(火) 9:00~
	<b>むし歯予防教室</b> 定員 各10組(先着順)	9/5(水) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	H29年4月~9月生まれの 子どもとその保護者	むし歯予防の話と歯みがき方法	8/6(月) 9:00~
	<b>育児相談 (乳児期)</b>	8/28(火) 9:30~10:30	1歳未満の子ども	身長・体重測定、保健師・助産師・ 管理栄養士・歯科衛生士による育児や その他心配事の相談など ※乳児期と幼児期のごきょうだいの方は、 どちらの日時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>	8/29(水) 9:30~10:30	1歳~未就学児		

事業名	日時	内容	申込み
成人保健 <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 連絡をお願いします。

## パパとヘルシークッキング

父子で楽しく調理実習と歯みがき実習を行い、栄養バランス  
のよい食事や歯の健康について学びます。

**日時** ■ 9月29日(土) 10時~13時

**対象** ■ 区内在住の3歳~未就学児と  
その父親(母親同伴可)

**定員** ■ 12組(先着順)

**申込み・問合せ** ■ 8月10日(金)9時から、  
区保健センターへ



## 産婦健康診査

さいたま市では、産婦健康診査費用の  
一部助成を行っています。医療機関  
によって助成の受け方が異なります。  
詳細は、市ホームページをご確認ください。  
さい。



**HP▶** [さいたま市 産婦健康診査](#) [検索](#)

## 朝ごはん健康づくり パート2

朝ごはんを食べることで、  
1日の生活リズムが整います。  
朝ごはんを食べると、胃腸  
の働きが活発になり排便を  
促してくれます。朝ごはん  
をしっかり食べて、出かける  
前にトイレを済ませること  
で、1日気分よく過ごせま  
す。また、便秘の解消につながります。



二次元コード

**HP▶** [さいたま市 食育ナビ](#) [検索](#)

## むし歯予防のために フッ化物(フッ素)入り歯みがき剤を使いましょう

フッ化物入り歯みがき剤(フッ化物配合  
歯磨剤)は、幼児から高齢者まで利用でき  
ます。日常的に適量のフッ化物入り歯  
みがき剤を使って歯みがきをすること  
により、口腔内にフッ化物を供給し、むし歯を  
予防します。歯みがき後のうがいは、口  
の中を含んだフッ化物が全て吐き出され  
ないように、少量の水で1回うがいをし、  
その後1~2時間は飲食を控えます。特に、  
就寝前に使うと効果的です。

