

中央区保健センターからのお知らせ

- ・申込みは、原則区内在住の方です。
- ・相談は電話でも受け付けます。
- ・会場名の記載がない事業は、区保健センターが会場です。
- ・母子保健の各教室の参加は子ども1人に対し1回のみです。

申込み・問合せは
TEL 840-6111
FAX 840-6115
 中央区役所 別館1階

電子申請システムを
 ご利用ください



母子健康手帳の受け取りは 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、母子健康手帳の交付の他、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。
 ※11月27日(日)の休日窓口にあわせて妊娠・出産包括支援センターを開設しています。(予約優先)

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
出産前教室 定員 24組(先着順)	①12/15(木) 9:10~12:20 ②12/25(日) 9:00~9:55 ・10:15~11:10 ・11:30~12:25	初めてお産をする方で 出産予定日がR5.2/10 ~R5.6/1 ①は妊婦、②は妊婦と その夫等	①妊娠中の食生活、お口のケア、座 談会、質疑応答等 ②妊娠・出産・育児の話、赤ちゃん の抱っこ・おむつの交換の実習 ※①はZoomを利用したオンライン開催、 ②は集合開催 ※②は3グループに分かれて実施します。	11/9(水) 9:00~
離乳食教室 定員 17人(先着順)	12/23(金) 13:30~14:50	R4.7・8月生まれの子 どもとその保護者	離乳食の進め方とお口のケア	11/16(水) 9:00~
むし歯予防教室 定員 10組(先着順)	12/22(木) 10:00~10:40	R3.7~R4.1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 ※Zoom版むし歯予防教室はこれまでに 「むし歯予防教室」に参加された方でも 参加可能です。	11/15(火) 9:00~
Zoom版 むし歯予防教室 定員 100組(先着順)	12/22(木) 14:00~14:40			
育児相談(乳児期) 定員 40組(先着順)	12/8(木) 9:20~12:00	1歳未満の子どもと その保護者	身長・体重測定、保健師・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 持ち物:母子健康手帳、おむつの替 え、バスタオル ※乳児期と幼児期のきょうだいの方は どちらの日時でも参加可能です。	11/14(月) 9:00~
育児相談(幼児期) 定員 35組(先着順)	12/9(金) 9:20~12:00	1歳~未就学児とその 保護者		

事業名・定員	日時	対象	内容	申込み
健康相談 (予約制)	月~金曜日(祝日を除く) 9:00~16:30	区内在住で、健康や食 生活、歯・口腔について 相談がある方	保健師・管理栄養士・歯科衛生士に よる個別の相談	直接又は電話で ※来所の場合は要事 前連絡
~自宅でゆったり~ 免疫力UP!ピラ ティス 定員 100人(先着順)	12/16(金) 10:00~11:30	市内在住で18歳~64歳 の方	・ピラティスの実技 ・感染症予防とお口のケアについての話 ・体を温める食事のコツについての話 ※Zoomによるオンライン開催	11/7(月)9:00から 電子申請で

子宮頸がんを予防しよう 11月は「子宮頸がん予防啓発強化月間」です。

子宮の入り口付近にできる子宮頸がんは、発症するまでに何年もかかるので、早期発見が重要です。近年、特に20代後半から40代の若い世代で増加傾向にあります。定期的ながん検診を受けることで、がんになる前の段階で発見することができ、子宮頸がんを予防することができます。また、子宮頸がんの発生と関連のあるHPV(ヒトパピローマウイルス)感染を予防するワクチンもあります。本市のがん検診は20歳~39歳の方は毎年、40歳以上の方は2年に1回受診が可能です。今年度のがん検診はお済みですか?ご自身とご家族の大切な未来のため、この機会にがん検診を受診してください。

区民ギャラリー 今月は先月に引き続き、中央区美術家協会の皆様による「第9回中央区美術展」です。この機会に「芸術のまち中央区」を感じてみませんか。

日時 11月1日(火)~11日(金) 写真展 11月14日(月)~30日(水) 絵画展
 ※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 区役所食堂棟(下落合) 問合せ 区総務課 TEL840-6013 FAX840-6160



中央区 インフォメーション

- ・費用の記載が無い場合は無料です。
- ・WEBとは、「さいたま市生涯学習情報システム」です。
- ・往復はがき(1行事につき1人1通のみ)の場合は、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)、保護者参加の場合⑦保護者の氏名(ふりがな)も記入してください。
- ・その他のイベント等については、市ホームページ又は各問合せ先へお問い合わせください。

図書館		与野図書館 ☎853・7816 FAX 857・1946	与野図書館西分館 ☎854・8636 FAX 854・8694	与野南図書館 ☎855・3735 FAX 855・6173	
事業名	日時	対象・定員		申込み・その他	
与野	おはなし会	11/2・9・16・30の各水曜日 16:00~16:30		3歳以上の子どもとその保護者 各6組 当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始15分前から開場	
	あかちゃんおはなし会 ※会場:子育て支援センターよの	①11/10(木) ②17(木) 11:00~11:30		①1・2歳の子ども ②0歳の子どもとその保護者 各15組 ①は11/4(金)、②は11/10(木)9時から電話で子育て支援センターよの(☎840・1788)へ(先着順)	
与野南	おはなし会	11/9(水) 15:00~15:30		3歳以上の子どもとその保護者 6組 当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場	
	あかちゃんおはなし会	11/9(水) 10:30~11:00		6か月~2歳の子どもとその保護者 6組 11/2(水)9時から電話で(先着順)	
	読書で楽しむ! アニメーションー再び!!ー	12/22(木) 14:00~16:00		小学3~6年生 15人 11/24(木)9時から直接又は電話で(先着順)	

公民館		鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 ☎859・7322 FAX 859・7323	大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 ☎832・5495 FAX 824・3308	与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 ☎・FAX 853・6007	
事業名	日時	対象・定員		費用・申込み	
鈴谷	~持って帰っておうちde楽しもう~ 『クリスマスケーキ作り』	12/19(月) 9:30~12:30		18歳以上の方 8人 費用:1,000円 11/16(水)(消印有効)までに往復はがき又はWEBで(抽選)	
大戸	大人の塗り絵教室	12/6・13・20の各火曜日 (全3回) 10:00~12:00		20歳以上の方 20人 費用:300円 11/20(日)(消印有効)までに往復はがき又はWEBで(抽選)	
	親の学習事業 「最先端!脳科学×運動~ライフキネティックを体験しよう」	12/18(日) 10:00~12:00		小学2~6年生とその保護者 6組 11/24(木)(消印有効)までに電話、往復はがき又はWEBで(抽選)	
与野本町	クリスマス ファミリーコンサート	12/3(土) 13:30~15:00		どなたでも 30人 11/7(月)~17(木)(消印有効)に直接(官製はがき持参)、往復はがき又はWEBで(抽選)	
	クリスマススワッグ作り ~フレッシュグリーンを楽しもう~	12/6(水) 10:00~12:00		16~39歳の方 15人 費用:1,800円(受付完了後~25日までに窓口へ) 11/14(月)~25(金)に直接、電話又はWEBで(申込順)	
上落合	親子で楽しむオータムコンサート (ほかほかひろばスペシャル)	11/21(月) ①10:00~10:30 ②10:45~11:15		未就学児とその保護者 各10組20人 11/14(月)までに①か②を選んで、直接、電話又はWEBで(抽選) ※①と②は同様の内容です。	
	介護予防事業 コーヒー教室 ~美味しいコーヒーの淹れ方~	12/6(水) 13:30~15:00		65歳以上の方 8人 費用:500円 11/1(水)~22(水)(消印有効)に往復はがきで(抽選)	
下落合	介護予防事業 映像を楽しもう『日本人と忠臣蔵』	12/1・8の各木曜日 (全2回) 14:00~16:00		65歳以上の方 30人 11/15(水)~29(水)に直接又は電話で(申込順)	
	介護予防事業『相続の話』	12/15・22の各木曜日 (全2回) 10:00~12:00		65歳以上の方 30人 11/21(月)~12/6(水)(必着)に往復はがきで(抽選)	

児童センター		与野本町児童センター ☎855・5655 FAX 855・5669	向原児童センター ☎・FAX 834・6083	大戸児童センター ☎・FAX 831・9536	
事業名・内容	日時	対象・定員		申込み・その他	
本町 与野	花de植花夢まちづくり事業「児童センターde花づくり」 児童センターの敷地及びプランター等に花苗を植えます。 ※軍手やスコップ等をお持ちの方はご持参ください。	11/26(土) 10:00~ ※雨天決行		区内在住の方 30組 ※未就学児は保護者同伴	
	消防署へ行こう。	11/17(木) 10:30~11:40		区内在住の方 20組 ※未就学児は保護者同伴 未就学児とその保護者 10組	

※大戸児童センターは、施設修繕のため、令和5年3月31日(金)まで休館します。