

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。

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)	① 1/19(木) 9:10~12:20	初めてお産をする方で 出産予定日がR5.3/17 ~R5.7/6 ①は妊婦、②は妊婦と その夫等	①妊娠中の食生活、お口のケアの 話、質疑応答、座談会等 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によるオンライン開催、 ②は集合開催 ※②は3グループに分かれて実施します。	12/12(月) 9:00~
	② 1/29(日) 9:00~9:55 ・10:15~11:10 ・11:30~12:25			
育児学級 Aグループ 定員 17組(先着順)	1/10(火) 9:35~11:10	R4.9・10月生まれの 子どもとその保護者	育児について楽しく学び、遊びを 通して親子のふれ合いを深める ※A・Bグループは同様の内容です。	12/6(火) 9:00~
育児学級 Bグループ 定員 7組(先着順)	1/10(火) 10:05~11:40			
離乳食教室 定員 17人(先着順)	1/27(金) 13:30~14:50	R4.8・9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	12/20(火) 9:00~
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	1/26(木) ①10:00~10:40 ②14:00~14:40	R3.8月~R4.2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	12/19(月) 9:00~
育児相談(乳児期) 定員 40組(先着順)	1/12(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。	12/12(月) 9:00~
育児相談(幼児期) 定員 35組(先着順)	1/13(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
口元美人教室 ~自信をもってマスクを 外せる準備をしよう~ 定員20人(先着順)	1/18(水) 13:30~15:30	市内在住で、 18歳~64歳の方	歯科医師による「口元のケアや筋 肉」についての話 歯科衛生士による「老け顔・たるみ 予防」についての話	12/7(水)9:00から 電子申請で

中央区防犯講演会を市公式YouTube(saitamacitypr)で配信中です

不審者・犯罪者といった「人」ではなく、犯罪が起きる「場所」に注目し、危険な場所を避けるこ
 とで犯罪を回避しようという「犯罪機会論」を学べる動画です。子ども向けの全編アニメーショ
 ン動画と、保護者向けの解説動画(それぞれ10分程度)を配信中です。是非親子でご覧ください。
 問合せ 区総務課 TEL840・6013 FAX840・6160



区民ギャラリー 今月も先月に引き続き、中央区美術家協会による「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 12月1日(木)~23日(金) ※12月5日(月)に展示作品入れ替えあり
 ※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 TEL 853・7816 FAX 857・1946	与野図書館西分館 TEL 854・8636 FAX 854・8694	与野南図書館 TEL 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	12/7・14・21・28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	①12/8(木) ②15(木) 11:00~11:30		①0歳の子ども ②1・2歳の子ども とその保護者 各15組		①は12/1(木)、②は12/8(木)9時から電話で子育て支援センターよの(TEL840・1788)へ(先着順)
	子ども映画会 1:「きせつ」ってなあに(10分) 2:「イヨのおたんじょう日」(28分) ※1・2とも「くまのプーさん」シリーズ ※参加者で希望する場合は、イベント終了後に行われる「16ミリ映写機見学会」(約20分)に参加可能です。	12/10(土) 11:00~		3歳~小学生と その保護者 20人		当日、直接、視聴覚ホールへ(先着順) ※開始30分前から開場
	冬の読書キャンペーン クリスマス子ども会	12/23(金) ①14:30~15:00 ②15:30~16:00		3歳~小学生と その保護者 各6組		12/1(木)~14(木)までにWEBで(抽選)
南与野	おはなし会	12/14(木) 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

公民館		鈴谷公民館 〒338-0013 鈴谷7-5-11 TEL 859・7322 FAX 859・7323	大戸公民館 〒338-0012 大戸3-14-21 TEL 832・5495 FAX 824・3308	与野本町公民館 〒338-0004 本町西1-14-12 TEL・FAX 853・6007		
事業名	日時	対象・定員		費用・申込み		
鈴谷	さいたま市地域ICT活用支援事業 「スマホで初めてのインターネット教室」	1/12・19・26の各木曜日 (全3回) 10:00~12:00		18歳以上でスマホ初心者の方(スマートフォンをお持ちの方) 10人		12/20(木)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
大戸	親の学習事業 「手形アート体験」	1/15(日) 10:00~12:00		0~2歳の子どもと その保護者 6組		12/1(木)~26(月)(消印有効)に電話、往復はがき又はWEBで(抽選)
	障害者支援講座 「初めての手話講座」	2/1・8の各水曜日 (全2回) 10:00~12:00		どなたでも 20人		12/19(月)~1/20(金)(消印有効)に電話、往復はがき又はファクスで(抽選)
本町与野	介護予防事業「新春落語会」	1/12(木) 10:00~11:30		65歳以上の方 30人		12/5(月)~15(木)(消印有効)に往復はがきで(抽選)
上落合	冬休み子どもチャレンジ書初め教室	12/24(土) 13:00~14:30		小学3~6年生 15人		12/9(金)(必着)までに往復はがきで(抽選)
	介護予防事業 埼玉の城館とその歴史	1/20・27の各金曜日 (全2回) 10:00~12:00		65歳以上の方 20人		12/12(月)~1/13(金)に直接又は電話で(先着順)
下落合	与野高校書道部による「書き初め教室」	12/24(土) 13:30~15:00		小学3~6年生 12人		12/1(木)~12(月)(必着)に往復はがきで(抽選)
	和食でおもてなし 「恵方巻とイワシのつみれ汁」	1/28(土) 10:00~12:00		中学生~39歳の方 8人		費用:1,500円 12/1(木)~1/11(木)(必着)に往復はがき又はWEBで(抽選)

児童センター		与野本町児童センター TEL 855・5655 FAX 855・5669	向原児童センター TEL・FAX 834・6083	大戸児童センター TEL・FAX 831・9536		
事業名・内容	日時	対象・定員		申込み・その他		
与野本町	ファミリータイム 体操やふれあいあそび、読み聞かせなど親子で楽しみましょう!	12/3(土)・10(土)・25(日) 11:00~11:20		未就学児とその保護者 各8組		開催日の1週間前9時から直接又は電話で(先着順)
向原	工作のへや 箱や段ボールを使う自由工作	12/24(土)~26(月)の毎日 14:00~16:00		小学生以上 各4人		当日、直接(先着順)※持ち物不要

※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。