


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。
 ※5月28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
両親学級 定員 各12組(先着順)	6/25(日) A 9:00~10:40 B 11:00~12:40	初めてお産をする方で 出産予定日がR5/8/4 ~R5/12/10の妊婦と その夫等	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	5/17(水) 9:00~
育児学級 定員 24組(先着順)	6/13(火) 9:35~11:10	R5.2・3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	5/9(火) 9:00~
離乳食教室 定員 17人(先着順)	6/30(金) 13:30~14:50	R5.1・2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	5/19(金) 9:00~
Zoom版 むし歯予防教室 定員 100組(先着順)	6/21(水) 10:00~10:50	R4.1~8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 ※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。	5/15(月) 9:00~
育児相談(乳児期) 定員 44組(先着順)	6/15(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、授乳の準備 ※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。	5/11(木) 9:00~
育児相談(幼児期) 定員 37組(先着順)	6/16(金) 9:20~12:00	1歳~未就学児と その保護者		
ツインメリー ~ふたごの会~ 定員 5組程度(先着順)	6/14(水) 10:30~11:30	①多胎妊婦 ②ふたご以上の未就学 児とその保護者	妊婦、保護者の方の座談会	5/11(木) 9:00~

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
産後のボディケア 定員 12組(先着順)	6/9(金) 10:00~11:30	市内在住で6か月以下の お子さんとその保護者	産後の体を戻すための運動 食育についてのミニ講話	5/10(水)9:00か ら電子申請で

すこやか運動教室

参加
無料

会場の運動遊具などを使用し、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。

会場	日	時
与野中央公園	5/8・15(月)	10:00~11:30
与野公園	5/8・22(月)	14:00~15:30
大戸公園	5/17(水)	10:30~12:00
八王子公園	5/12・26(金)	10:00~11:30
鈴谷公民館多目的ホール	5/19(金)	10:00~11:30

※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 TEL840・6068 FAX840・6167

ますます元気教室

参加
無料

おもりを使った「いきいき百歳体操」の体験や体力測定、認知
症予防・栄養・お口の健康について学ぶ教室です。

日程 6月初旬~8月初旬(全6日間)
会場 区内公民館等
 ※会場ごとの日程は区ホームページをご覧ください。
対象 市内在住で65歳以上の方
定員 各15人~30人(申込多数の場合は抽選)
申込み 区高齢介護課又は各公民館にある参加申込書を
 区高齢介護課又は各公民館へ
問合せ 区高齢介護課 TEL840・6068 FAX840・6167

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	5/10・17・24・31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	①5/16(火) ②6/6(火) 11:00~11:30		0歳の子どもとその保護者 各15組 ①は5/10(火)、②は5/30(火)9時から電話で子育て支援センターよの(TEL 840・1788)へ(先着順)
西分館	おはなし会	①5/6(土) ②6/3(土) 11:00~11:30		3歳以上の子どもとその保護者 4組 当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場
	わらべうたの会わらっこ	①5/11(木) ②6/8(木) 10:30~11:00		6か月~3歳の子どもとその保護者 4組 ①5/4(水)②6/1(木)9時から電話で西分館へ(先着順)
	紙芝居ひろば	5/20(土) 11:00~11:30		3歳以上の子どもとその保護者 4組 当日、直接、集会室へ(先着順) ※開始15分前から開場
与野南	おはなし会	5/10(火) 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	防災講座 「地震対策について学ぼう!」	6/19(月) 10:00~11:30		18歳以上の方 16人 6/14(火)までに直接又は電話で(先着順)
	介護予防事業 アンチエイジング体操	6/8~22の毎週木曜日 (全3回) 14:00~15:30		市内在住で65歳以上の方 20人 5/11(木)(消印有効)までに往復はがきで(抽選)
大戸	介護予防事業 「大戸学び塾」	6/6~27の毎週火曜日 (全4回) 10:00~12:00		市内在住で65歳以上の方 20人 5/22(月)(消印有効)に直接、電話又は往復はがきで(抽選)
	埼玉の城館とその歴史	6/21・28の各水曜日 (全2回) 10:00~12:00		どなたでも 20人 5/15(月)~6/5(月)(消印有効)までに電話、往復はがき又はWEBで(抽選)
与野本町	時短!便利!美味しい! 味噌玉作り	6/2(金) 10:00~12:00		どなたでも 30人 費用:900円 5/9(火)(消印有効)までに直接(官製はがき持参)、往復はがき又はWEBで(抽選)
	本町っ子ひろばPart 1	6/9(金) 10:30~11:30		1歳6か月~3歳の子どもと保護者 12組 5/17(火)~31(水)に直接、電話又はWEBで(先着順)
上落合	わくわく英語リトミック	6/9・16の各金曜日 (全2回) 10:00~11:30		1歳6か月~3歳6か月の子どもとその保護者 8組 5/18(木)までに直接又は電話で(抽選)
下落合	映像から学ぶ人権講座 生誕120年 「童謡詩人 金子みすゞの詩と想い」	6/14(火) 14:00~16:00		18歳以上の方 30人 5/15(月)~6/12(月)に直接、電話又はファクスで(先着順)

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	
本町 与野 向原 大戸	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。	5/27(土) 10:00~		30組	5/20(土)10時から直接又は電話で各児童センターへ(先着順)	
		※雨天決行 ※軍手やスコップ等をお持ちの方はご持参ください。		区内在住の方 (大人ひとりでの参加可) ※未就学児は保護者同伴		20組
				10組		