

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。  
 ※イベント等に参加する際は、新型コロナウイルス感染予防の徹底をお願いします。

## 岩槻区インフォメーション



### 公民館

#### 岩槻本丸公民館

☎758・3100 FAX758・5101

#### 岩槻北部公民館

☎795・1881 FAX794・6073

#### 岩槻本町公民館

☎757・6043 FAX758・8040

#### 岩槻城址公民館

☎756・7855 FAX758・8039

#### 岩槻南部公民館

☎798・7620 FAX797・0458

|      | 事業名                       | 日時  | 対象・定員                                       | 費用・申込み  |
|------|---------------------------|---|---|---|
| 岩槻本丸 | 防災講演<br>「新しい生活と日ごろの備え」    | 10/24(土) 10:00～11:30                      | どなたでも<br>40人(先着順)                           | 10/5(月)～23(金)に、直接同公民館へ<br>(WEB、FAX可)                                  |
|      | 親の学習事業「親子陶芸教室」            | 11/14(土) 10:00～12:00                      | 市内在住の小学1～3年生とその保護者 8組<br>(抽選)               | 費用：1組2,000円(材料費)<br>10/26(月)～11/3(祝)に、直接同公民館へ<br>(WEB、FAX可)           |
| 岩槻本町 | いちごサロンおはなし会<br>～絵本の読み聞かせ～ | 10/22(木) 11:00～11:30                      | 市内在住の2～5歳の子どもとその保護者<br>5組(先着順)              | 10/9(金)～15(木)に、直接同公民館へ<br>(電話、FAX可)                                   |
|      | 若者向け講座<br>「多肉植物の寄せ植え」     | 11/9(月) 10:30～12:00                       | 市内在住の概ね20～40代の方 8人(抽選)                      | 費用：1,500円<br>10/15(木)～21(水)に、直接同公民館へ<br>(電話、WEB、FAX可)                 |
| 岩槻南部 | 生きがい健康づくり教室<br>「スクエアステップ」 | 11/5(木)・12(木) (全2回)<br>10:00～12:00        | 市内在住又は在勤の65歳以上の方 30人(先着順)                   | 10/15(木)～22(水)に、直接同公民館へ<br>(電話、FAX可)                                  |
|      | 楽しく子育て・ひよこクラブ<br>⑤「親子ヨガ」  | 11/19(木) 10:00～11:30                      | 市内在住又は在勤の保護者と概ね生後6ヵ月～1歳2ヵ月の乳幼児 10組<br>(先着順) | 10/19(月)～11/2(月)(25日除く)に、直接同公民館へ(電話、FAX可)                             |
| 岩槻北部 | ジャズコンサート                  | 11/7(土) 13:00～14:30                       | 市内在住、在勤又は在学の中学生以上の方<br>64人(先着順)             | 10/5(月)～15(木)に、直接同公民館へ<br>(電話、FAX可)                                   |
|      | 料理教室～ヨーロッパ野菜を使った料理を学ぶ～    | 11/9(月) 10:00～13:00                       | 市内在住又は在勤の成人<br>8人(抽選)                       | 費用：1,300円(材料費)<br>10/8(木)～14(水)に、直接同公民館へ<br>(電話、FAX可)                 |
| 岩槻城址 | 第36回 四季のうたごえ              | 11/5(木) 10:00～11:45                       | 市内在住又は在勤の方<br>30人(先着順)                      | 10/15(木)～22(水)に、直接同公民館へ(電話可) ※電話で申込みの方は、申込み期間中に同公民館まで入場券を受け取りに来てください。 |
|      | パソコン活用講座3(年賀状)            | 11/11(水)・12(木)・13(金)<br>(全3回) 13:00～16:00 | 市内在住又は在勤で、パソコンの基本操作と文字入力がスムーズにできる方 12人(抽選)  | 費用：500円<br>10/15(木)～22(水)(必着)に、直接同公民館へ(往復はがき、FAX可)                    |

申込みの詳細は各公民館へお問い合わせください。費用の記載がない場合は、原則無料です。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。

### 図書館

#### 岩槻図書館

☎757・2523 FAX758・5100

#### 岩槻駅東口図書館

☎758・3200 FAX757・8711

#### 岩槻東部図書館

☎756・6665 FAX756・8222

|      | 事業名   | 日時・会場                                       | 対象                         | 申込み                 |
|------|-------|---|----------------------------|---------------------|
| 岩槻東部 | おはなし会 | 10/21(水) 16:00～16:30<br>ふれあいプラザいわつき<br>会議室1 | 2歳以上の幼児・小学生とその保護者 12人(先着順) | 10/14(水)から電話で岩槻図書館へ |

### 児童センター

#### 岩槻児童センター

☎・FAX757・4545

| 事業名              | 日時                          | 対象       |
|------------------|-----------------------------|----------|
| プチタイム<br>「体操手遊び」 | 毎週月・木曜日<br>11:00～<br>※10分程度 | 幼児とその保護者 |

#### 利用方法変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開館時間を二分割し、事前予約制としています。

開館時間 ▶ ①9:00～13:00 ②14:00～18:00 (完全入替制)

予約方法 ▶ 利用日の1週間前の9時から電話で

※詳しくは岩槻児童センターへお問い合わせください。

#### ●移動図書館巡回カレンダー

| 巡回場所      | 巡回時間        | 曜日 | 10月              | 11月        |
|-----------|-------------|----|------------------|------------|
| 浮谷市営住宅    | 10:20～10:50 | 金  |                  |            |
| 和土住宅      | 11:10～11:40 |    | 2日<br>16日<br>30日 | 13日<br>27日 |
| J A南彩川通支店 | 13:20～13:50 |    |                  |            |
| 大戸自治会館    | 14:00～14:30 |    |                  |            |

※交通事情により訪問予定時刻に到着しない場合があります。雨天の場合巡回が中止となります。

※駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください。

詳しくは、大宮西部図書館(☎664・4946 ☎667・7715)へお問い合わせください。

◎図書館ホームページ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。  
 ※イベント等に参加する際は、新型コロナウイルス感染予防の徹底をお願いします。



## 岩槻区保健センターからのお知らせ

- ・各事業の申込みは、各指定日9時から電話又はファクスで受け付けます。  
 区内在住の方が対象です。
- ・母子保健の各学級の参加は、親子1組に対し1回のみ。・相談は電話でも行っています。  
 会場がない事業は、岩槻区保健センター（ワッツ東館4階）が会場です。

岩槻区本町3-2-5  
 申込み・問合せは  
**TEL 790・0222**  
**FAX 790・0259**

| 事業名      | 日時                              | 内容                            | 対象   | 申込み  |
|----------|---------------------------------|-------------------------------|--|--|
| 産婦・新生児訪問 | 随時(土・日曜日、祝・休日を除く)<br>9:00～16:30 | 助産師又は保健師の訪問による赤ちゃんの体重測定及び育児相談 | 生後1か月くらいまでの赤ちゃんとその保護者(里帰り出産で期間内に市内に居住している方も含む) | 母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ郵送、又は電話で区保健センターへ |

| 事業名   | 日時                                 | 内容   | 対象                                     | 申込み                                 |
|---|------------------------------------|--|--|-------------------------------------|
| <b>パパマクラス</b><br>定員 18組(先着順)                                | 11/21(土)<br>9:10～16:55の間に<br>1組55分 | 妊娠・育児に関するお話<br>抱っこ・おむつ交換などの体験  | 初めて出産をする方で、予定日が令和3年3月末日以前の方とその夫(パートナー) | 10/15(木)から                          |
| <b>マタニティクラス</b><br>定員 20人(先着順)                              | 11/10(火) 9:20～11:50                | 妊娠中の生活・食事・お口の健康についてのお話   | 初めて出産をする方で、予定日が令和3年1月～5月の方             | 10/6(火)から                           |
| <b>離乳食教室</b><br>定員 20人(先着順)                                 | 11/13(金) 13:30～14:50               | 離乳食の進め方と赤ちゃんのお口のケア   | 令和2年6・7月生まれの赤ちゃんの保護者                   | 10/7(水)から                           |
| さいたま市ホームページで離乳食教室の動画を公開しています。「さいたま市 離乳食動画」で検索してください。        |                                    |  |  |                                     |
| <b>むし歯予防教室</b><br>定員 12組(先着順)                               | 11/5(木) 10:00～10:35                | むし歯になりにくい食生活と歯みがき方法  | 令和元年6月～12月生まれのお子さんとその保護者               | 10/8(木)から                           |
| さいたま市ホームページで「動画deむし歯予防」の動画を公開しています。「さいたま市 仕上げみがき」で検索してください。 |                                    |  |  |                                     |
| <b>育児相談(乳児期)</b><br>定員 30組(先着順)                             | 10/27(火) 9:15～15:30                | 身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士などによる育児相談やその他の心配事の相談<br>持ち物：母子健康手帳、おむつの替え、 <b>バスタオル</b> | 1歳未満の赤ちゃん                              | 10/13(火)から<br>※感染予防のため事前予約制となっています。 |
| <b>育児相談(幼児期)</b><br>定員 30組(先着順)                             | 10/28(水) 9:15～15:30                |  | 1歳から就学前のお子さん                           |                                     |
| <b>美園東エリア<br/>出張育児相談<br/>(尾ヶ崎新田自治会館)</b><br>定員 12組(先着順)     | 11/11(水) 9:30～11:30                |  | 乳幼児                                    | 10/9(金)から電話又はファクスで区保健センターへ          |

| 事業名              | 日時                          | 内容                         | 申込み         |
|------------------|-----------------------------|----------------------------|-------------|
| <b>健康相談(予約制)</b> | 随時(土・日曜日、祝・休日を除く)9:00～16:30 | 保健師、管理栄養士、歯科衛生士による健康に関する相談 | 事前に区保健センターへ |

## 10月は「朝ごはんを食べよう」強化月間です

朝食をとると一日の生活リズムが整い、体温が上がって基礎代謝が増えるなど脳や体へのメリットがたくさんあります。缶詰やシリアル類は手軽な朝食になるだけでなく、いざという時の非常食にもなります。

### 缶詰で朝ごはん「ツナコーントースト」

材 料 ▶ ツナ缶…20g コーン缶…10g マヨネーズ…小さじ1 食パン…1枚

作り方 ▶ 汁をきったツナ缶とコーン缶、マヨネーズを混ぜて食パンにのせ、トースターで焼く。

ねぎ、大葉、チーズ等のトッピングもおすすめ!

ツナ缶の他にも、さば缶や鮭缶、ささみ缶などでもおいしく作れます。



### ■10月の岩槻医師会休日当番医 問合せ ☎798・6600 ㊟798・6004

4日…岩槻内科胃腸科(内・胃) 本町3-4-18 ☎790・1188

11日…滝本眼科(眼) 西町1-5-31 ☎758・1679

18日…産婦人科 岡田医院 城南5-6-10 ☎798・2511

25日…林整形外科(整・リハ・リウ) 本町3-7-6 ☎756・8555

※受付時間等詳細については、各医療機関に電話でご確認ください。

## 禁煙、始めてみませんか

たばこの煙に含まれる有害物質は副流煙ふくりゅうえんに多く含まれています。周りに喫煙している人がいると、どんなに気を付けても有害物質を体内に取り込んでしまう恐れがあります。(受動喫煙)

喫煙している人は、大切な誰かがたばこの害を受けてしまう前に、禁煙を真剣に考えてみませんか。

たばこの火から立ちのぼる煙を副流煙ふくりゅうえんといいます。

