

# 図書館イベント

## ..... 北図書館 .....

☎669-6111 ㊟669-6115

- おはなし会
- 日時 10月1日(水)、8日(水)、22日(水)、29日(水) 16:00~16:30
  - 会場 イベントルーム
  - 対象 児童とその保護者
  - 定員 30人(当日先着順)
- 映写会
- ※施設にて市展開催のため、10月の映写会の開催はございません。
- 「おうちで楽しく読み聞かせ～応援ガイドンス～」講座
- 日時 11月18日(火) 10:30~11:30
  - 会場 プラザノース映写室
  - 内容 家庭での読み聞かせが楽しくなるヒントを実演を交えて紹介する
  - 対象 0~2歳児の保護者(あかちゃん同伴も可)
  - 定員 60人(先着順)
  - 申込み 10月31日(金)の9時から、直接又は電話にて受付

## ..... 宮原図書館 .....

☎662-5401 ㊟653-8563

- ①えほんの会
- 日時 10月9日(水) 11:00~11:30
- ②おはなし会
- 日時 10月23日(水) 15:30~16:00
- 《①・②共通》
- 会場 宮原コミュニティセンター3階第6集会室
  - 対象 児童とその保護者
  - 定員 25人(当日先着順)

■臨時休館のお知らせ  
10月7日(火)から10日(金)まで、蔵書点検のため、宮原図書館は臨時休館いたします。

## ..... 大宮西部図書館 .....

☎664-4946 ㊟667-7715

- あかちゃんおはなし会
- 日時 10月22日(水) 11:00~11:30
  - 内容 絵本の読み聞かせ、てあそびなど
  - 対象 0~2歳児とその保護者

- おはなし会
- 日時 10月1日(水)、8日(水)、22日(水) 15:30~16:00
  - 内容 絵本の読み聞かせ、てあそびなど
  - 対象 3歳児以上で、一人でおはなしが聞ける子(保護者同伴不可)
- 小さい子のおはなし会
- 日時 10月8日(水) 11:00~11:30
  - 内容 絵本の読み聞かせ、てあそびなど
  - 対象 2~3歳児とその保護者
- 秋のおはなし会
- 日時 10月29日(水) 15:30~16:00
  - 内容 すばなし、絵本の読み聞かせなど
  - 対象 幼児~小学生とその保護者
- 映写会
- 日時 10月24日(金) 14:00~15:30
  - 上映作品 「自転車泥棒」
  - 対象 成人
  - 定員 117人(当日先着順)
- ※なお、イベントは状況により中止・変更となる場合があります。

# 児童センター 行事のご案内

- ◆宮原児童センター / 宮原町4-66-13 ☎・㊟667-3808
- ◆植竹児童センター / 盆裁町430 ☎・㊟652-3247
- ◆本郷児童センター / 本郷町1065-3 ☎・㊟664-7551

	事業名	日時	対象	備考
宮原	よちにこスペシャル	10月18日(土) 11:00~11:40	1歳以上の幼児と保護者	ママだけでなく、パパやおじいちゃん、おばあちゃんもぜひご参加ください。
	一輪車	毎週日曜日 10:00~12:00	小学生以上	持ち物：上履き(靴下着用) クラス分けしてありますのでお問い合わせください。
	工作 ウルトラボール	10月25日(土) 14:00~15:00	幼児・小学生 (幼児は保護者同伴)	持ち物：新聞紙3枚、ガムテープ
植竹	食育 お好み焼き	10月12日(日) 14:00~	小学5年生以上	持ち物：エプロン、三角巾、タオル、水筒 定員：10人(先着順) 費用：150円 申込期間：10月1日(水)~10日(金)
	おはなし会	10月20日(月) 11:00~11:30	乳幼児	ボランティアさんによるおはなし会です。 毎月第3月曜日11:00~11:30に開催しています。
	ハロウィン工作	10月26日(日) 14:00~	小学生以上	定員：15人(先着順) 申込期間：10月11日(土)~22日(水) みんなでハロウィンを楽しみましょう！
本郷	離乳食講座	10月8日(水) 11:00~12:00	0歳児と保護者	管理栄養士さんによる食育に関する講話を行います。
	パパとあそぼう	10月18日(土) 11:00~12:00	未就学児と保護者	ママやおじいちゃん、おばあちゃんとの参加もできます。みんなで一緒に遊みましょう！
	工作 にじいろコマ	10月18日(土) 14:00~15:00	小学生以上	持ち物：不要なCD又はDVD 1枚

☆センターだよりはホームページでも閲覧できます。 <http://www.saicity-j.or.jp/tayori.html>

# 公民館からのお知らせ

- ◆大砂土公民館 / 本郷町284 ☎666-3593 ㊟651-4043
- ◆宮原公民館 / 宮原町4-66-4 ☎667-0621 ㊟651-4089

公民館名	事業名	日時	対象	申込み・備考
大砂土	コケダマ教室	11月15日(土) 13:30~15:30	成人	10月1日(水)から材料費1,000円を添えて直接公民館へ 定員：25人(先着順)
宮原	介護予防事業いきいき楽習(後期) 健康講座「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)について」	11月5日(水) 14:00~15:30	65歳以上	10月2日(水)から電話又は直接公民館へ 定員：30人(先着順)
	介護予防事業いきいき楽習(後期) 「日本人と忠臣蔵」	11月12日(水) 13:30~15:30	65歳以上	10月2日(水)から電話又は直接公民館へ 定員：30人(先着順)
	古典文学講座 「徒然草を楽しむ」	11月19日(水)・26日(水) 10:00~11:30(全2回)	成人	10月15日(水)から電話又は直接公民館へ 定員：80人(先着順)



# 北区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、区内在住の方です。
- ・相談は電話でも行っています。
- ・母子保健の各学級の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです。
- ※会場名がない事業は、北区保健センターが会場です。

北区役所 3階  
 申込み・問合せは  
**TEL 669・6100**  
**FAX 669・6169**

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時 ※土・日・祝休日・年末年始(12/29~1/3)を除く	助産師又は保健師の訪問による育児相談や身長・体重の計測	生後28日以内の赤ちゃんとその母親(里帰り出産で期間内に市内に居住している方も含む)	母子健康手帳別冊内の「出生連絡票」を訪問希望「有」に○印をつけて投函するか、電話でご連絡ください。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
育児学級 定員 35組(先着順)	11/18(火) 9:30~11:20	育児について楽しく学びながら友達をつくる	平成26年7月・8月生まれの赤ちゃんとその保護者 ※初めてのお子さん優先 第2子以降は10/22(水)9時から申込み開始	10/8(水) 9:00~
むし歯予防教室 定員 各12組(先着順)	11/19(水) ①9:45~10:30 ②11:00~11:45 ③13:30~14:15	むし歯予防のために規則的な食生活や正しい歯みがき習慣を身につける	平成25年6月~11月生まれの お子さんとその保護者	10/14(火) 9:00~
育児相談(乳児期)	10/9(木) ①9:30~10:30	・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心配ごとの相談。 ※乳児期・幼児期にきょうだいのいる方はどちらかご都合のよい日をお選びください。	偶数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者  奇数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者	当日、直接、会場へ  持ち物: 母子健康手帳、 替えおむつ、 バスタオル
	10/9(木) ②13:30~14:30			
育児相談(幼児期)	10/29(水) ①9:30~10:30 ②13:30~14:30		偶数月生まれの1歳~就学前の お子さんとその保護者	

小さく生まれたお子さんの集い

## たんぽぽクラブ

保護者の方向士が、情報交換やお友達づくりができる広場です!!

日時 11月25日(火) 10時~11時30分  
 内容 座談会・手遊びなど  
 対象 平成23年4月以降に1700g未満で出生したお子さんとその保護者  
 ※きょうだいの託児はご相談ください。

申込み 10月10日(金)9時から電話で、北区保健センターへ

## かみあわせ & ゆがみ チェック de ストレッチ

2日間 1コース

かみあわせと体のゆがみの関係を知り、体のゆがみ予防の運動を実践します。

日時 11月7日(金)、21日(金) 13時~16時 (全2回)  
 内容 11月7日(金): 歯周病とかみあわせチェック、フェイストレーニング  
 11月21日(金): 体のゆがみチェックとストレッチ、足裏測定  
 対象 歯の健康や運動に関心のある18~69歳の方(妊婦・持病などで運動制限のある方はご遠慮ください)  
 定員 15人(先着順)  
 申込み 10月6日(月)9時から電話で、北区保健センターへ  
 ※託児はご相談ください。

## タバコを吸っているアナタへ

### 息の中の有害物質を測ってみませんか?

息の中にタバコの有害物質がどれくらい含まれるのか、測定することができます。

※タバコの有害物質は動脈硬化の原因となり、心筋梗塞や脳卒中のリスクを増大させます。

20秒で簡単!

測定希望の方は北区保健センター窓口でお声掛けください。

## 10月の高齢者うんどう教室

うんどう遊具などを使った運動を行います。タオルや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。

期日	会場	時間
★3日(金)・17日(金)	領家中央公園 (雨天時:中止)	10時30分~12時
★6日(月)・20日(月)	稲荷第2公園 (雨天時:大成四丁目自治会館)	
▲20日(月)・27日(月)	本郷第6公園 (雨天時:大砂土ふれあいの里) ▲の日は中止	参加費無料 申込み不要

(★:地域の自主活動 ▲:大砂土地区社会福祉協議会主催)  
 問合せ 北区高齢介護課 TEL 669・6067 FAX 669・6167