

お知らせコーナー

・申込みの記載のないものは、申込み不要です

・費用の記載がない場合は無料です

図書館

東浦和図書館 ☎875・9977 ㊟875・9687  
美園図書館 ☎764・9610 ㊟764・9622

※2月の休館日 東浦和図書館：3月、10月、17月、26㊟

美園図書館：3月、10月、17月、特別整理休館25㊟～28㊟

	事業名	日時	内容	対象・定員・会場・申込み
東浦和	浦和博物館・東浦和図書館連携講座「大宮県と浦和県～明治新政府最初の地方制度～」	2/21㊟ 14:30～16:00	明治新政府が設置し、廃藩置県前まで存在した大宮県・浦和県について考察する。 講師：雨宮正人氏(浦和博物館学芸員)	中学生以上30人(先着順) 会場：図書館イベントルーム 申込み：2/4㊟9時から電話または直接図書館へ
	2月のおはなし会	2/13㊟、27㊟ ①15:30～16:00 ②16:00～16:30	①絵本の読み聞かせ、紙芝居など ②絵本の読み聞かせ、本の紹介、簡単工作など	①2歳以上の幼児と保護者 ②小学生(保護者をご遠慮ください) 会場：図書館イベントルーム
	どんぐりおはなし会	2/8㊟、22㊟ 11:00～11:30	すばなし、手あそび、絵本の読み聞かせなど 語り手：おはなしグループどんぐり	小学生(保護者も入れます) 会場：図書館児童室
美園	おはなし会	2/20㊟ 11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど 協力：保育ボランティアひまわり	2・3歳児と保護者 会場：美園コミュニティセンター 2階 第1・2集会室

移動図書館

ステーション名	2月	時間
井沼方公園	4日㊟ 18日㊟	11:00～11:40
原前公園		14:40～15:30

大宮西部図書館 ☎664・4946 ㊟667・7715

※雨天の場合は巡回が中止となります。  
※駐車場はありませんので、車での来場はご遠慮ください。  
☎<https://www.lib.city.saitama.jp/>

公民館

大古里公民館 ☎810・4155 ㊟810・4156 三室公民館 ☎・㊟873・2594  
尾間木公民館 ☎873・4993 ㊟873・4998 原山公民館 ☎・㊟882・8321  
美園公民館 ☎・㊟878・0515

	事業名	日時	内容	対象
大古里	おぶさとわくわくサロン	2/20㊟ 10:00～11:30	ピアノ演奏でリトミックあそび	乳幼児と保護者
三室	子育てサロン「みむろっこ はっぴい」	2/7㊟ 10:00～11:30	出入り自由の気軽な交流スペース。2月のイベントは「育児相談」と「おもちゃ診療所」です。	乳幼児と保護者
原山	親と子のおしゃべり広場	2/26㊟ 10:00～11:30	親子で楽しむ絵本の読み聞かせと手遊び	3歳までの乳幼児と保護者
尾間木	ひだまり文庫	2/6㊟、20㊟ 14:30～16:30	絵本・児童書の「読み聴かせ」と貸し出し、紙芝居などを行います。 ※2/20㊟は「ひな祭り」イベントを行います。	小学生、乳幼児と保護者

コミュニティセンター

美園コミュニティセンター ☎764・8810 ㊟764・9310  
〒336-0967 緑区美園4-19-1

	事業名	日時	内容	申込み
美園	地域を巡る作品展	2/1㊟～2/27㊟ 美園コミュニティセンター 8:30～21:30 浦和美園駅 5:10～23:55 イオンモール浦和美園 9:00～10:00 ※2/9㊟、2/18㊟は展示作品の入れ替え、2/27㊟は最終日のため16:00までで展示終了となります。	近隣の小学校(美園小学校、大門小学校、野田小学校)と美園教育相談室による児童の絵画作品を美園コミュニティセンター、浦和美園駅、イオンモール浦和美園の各会場で展示を行います。	開催期間中、直接、各会場へ(入場自由) ※約1週間ごとに各会場で展示作品が入れ替わります。詳細は美園コミュニティセンターまでお問合せください。

児童センター

尾間木児童センター ☎711・4182 ㊟711・4183  
〒336-0923 緑区大間木472

※2月の休館日：11㊟、23㊟、24㊟、27㊟

	事業名	日時	内容	対象
尾間木	ちびっこひろば	2/7㊟ 10:30～11:30	季節の工作 発達相談 ※療育の専門職員が来館します。	2～4歳児と保護者
	エンジョイ!親子あそび	2/8㊟ 10:30～11:30	「パラバルーン」 大きな布を使ってみんなであそびましょう。	未就学児と保護者





# 緑区保健センター

**母子保健** 各事業は区内在住の方が対象。  
各学級の参加は、一人のお子さんに対し1回のみ。

**成人保健** 健康相談は電話でも  
行っています。

会場の記載がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。  
申込みは、**申込日9時から**です。電話以外の申込みについては、**事前にお問合せください。**

緑区役所 3階  
申込み・問合せは  
TEL **712・1200**  
FAX **712・1279**

事業名	日時	内容	対象	申込み
妊娠・出産包括支援センター	平日(月曜～金曜) 8:30～17:15	・母子健康手帳の交付	・妊娠している方とその家族	直接窓口へ
美園地区妊娠・出産包括支援センター出張窓口	2/4、18、25 (いずれも火曜日) 9:30～16:30 (受付16時まで)	・母子保健相談員(助産師)等による妊娠・出産・育児の疑問や悩みなどの相談等	・1歳未満の赤ちゃんを持つ保護者	直接美園コミュニティセンター2階集会室へ 母子健康手帳の交付は事前申込みを保健センターへ
産婦・新生児訪問	随時	助産師または保健師の訪問による育児相談	生後1か月くらいまでの赤ちゃんと母親(里帰り出産で期間内に区内に滞在中の方も含む)	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、早めに保健センターへ

事業名・定員	日時	内容	対象	申込日
<b>パパママ教室</b> 定員 24組(先着順)	3/7(出) 9:15～12:30	妊娠・出産・育児について学ぶ	出産予定日が令和2年8月16日以前の初産婦と夫	2/7(金)～
<b>離乳食教室</b> 定員 24人(先着順)	3/3(水) 13:30～15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和元年10・11月生まれの赤ちゃんの保護者	2/12(水)～
<b>むし歯予防教室</b> 定員 各12組(先着順)	3/2(月) ① 9:45～10:30 ② 11:00～11:45	むし歯予防のために、規則的な食生活や歯みがき習慣を学ぶ	平成30年10月～平成31年3月生まれのお子さんと保護者	2/6(木)～
<b>育児相談(乳児期)</b>	2/14(金) 13:30～14:30	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士等による育児相談やその他心配ごとの相談	1歳未満の赤ちゃん	持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル 当日、直接会場へ
<b>育児相談(幼児期)</b>	2/17(月) 9:30～10:30		1歳～就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	申込み
<b>成人保健 健康相談</b>	平日(月曜～金曜) 9:00～16:00	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談	直接お越しください。 栄養、歯科相談は、事前にお問い合わせください。 ※健康手帳がある方はお持ちください。

## 赤ちゃんの泣きにお困りの方へ

皆さん、赤ちゃんの泣きに困ったことはありませんか？  
赤ちゃんにとって、泣くことは仕事の一つです。  
無理して泣き止ませようとする必要はありません。  
困ったとき・不安な時は、一人で悩まず  
家族・友達・保健センターなどに相談しましょう。



## ★体組成測定を行います!★

日時/2月12日(水) 14時～16時(受付14時から)  
定員/70人(先着順)  
費用/無料  
服装/裸足になりやすい服装  
申込み/事前申込みは必要ありません。  
直接会場にお越しください。  
※18歳未満、妊婦、ペースメーカーをご使用の方は測定できません。



## お酒と上手に付き合おう

身体に負担がかかりにくいアルコール量を知っていますか？

厚生労働省では適度な飲酒量を、1日平均純アルコールで約20g程度としています。

約20gとはおよそ「ビール(アルコール度数5%) 500ml 1本」「日本酒(アルコール度数15%) 160ml(1合弱)」「チューハイ(アルコール度数7%) 350ml 缶 1本」「ウイスキーダブル(アルコール度数43%) 60ml 1杯」などに相当します。女性や高齢者、飲酒後に顔が赤くなる方はこれより飲酒量を少なくすることを勧めています。

適量を知って、楽しくお酒とつきあいたいですね。

