


# 緑区保健センターからのお知らせ (申込み・問合せ: ☎712・1200 FAX 712・1279)

- ・対象は、原則緑区内在住の方です。
- ・各母子保健教室の参加は、お子さん一人に対し1回のみです。
- ・会場名がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。

**電子申請** 申込はこちらから



- ・事業名を検索してお申し込みください。
- ・電子申請受付終了後は電話でお問い合わせください。


**区HP**



◀事業の最新状況はこちらからご確認ください。

**妊娠・出産包括支援担当**

母子保健相談員(保健師・助産師など)が母子健康手帳の交付や面接を行います。予約方法や持ち物などの詳細は、ホームページでご確認ください。

ホームページ▶ 

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時	助産師又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	申込み
<b>パパママ教室</b> 24組(先着順)	5/19日 9:15 ~ 11:50	妊娠・出産・育児について学ぶ	出産予定日が令和6年6月23日~10月20日の初産婦とパートナーなど	4/5(金) 9:00 ~ 当日、直接会場へ
<b>育児学級</b> 24組(先着順)	5/10(金) 13:30 ~ 14:55	育児について、お友達作りをしながら楽しく学ぶ	令和5年12月~令和6年2月生まれの赤ちゃんの保護者	
<b>離乳食教室</b> 24人(先着順)	5/24(金) 13:30 ~ 15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和5年12月・令和6年1月生まれの赤ちゃんの保護者	
<b>むし歯予防教室</b> 各12組(先着順)	5/14(火) 10:15 ~ 11:00	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	令和4年12月~令和5年7月生まれのお子さんと保護者	
	5/29(水) 10:15 ~ 11:00 会場:美園コミュニティセンター(美園)			
<b>育児相談</b>	4/26(金) 13:30 ~ 14:30	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士などによる相談	0歳~1歳未満の赤ちゃんの保護者	

電子申請届出サービス

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。

## 令和6年度の緑区保健センターの事業をお知らせします!

令和6年度に開催する、妊娠・出産・育児や大人の健康づくりについての教室をまとめた事業案内を作成しました。

区保健センターに配架しているほか、各教室でも配布しています。

区ホームページでも事業予定をご確認いただけますので、併せてご覧ください。



区ホームページ▶

## 美姿勢トレーニング

美しい姿勢は、見た目だけでなく生活習慣病予防にもつながります!保健師・歯科衛生士・健康運動指導士と一緒に、美姿勢メソッドを学んで、トレーニングをしてみませんか?

**日時** / 5月27日(月) 9時45分~11時50分

**会場** / 美園コミュニティセンター(美園)

**対象** / 区内在住の18歳~64歳の方

**定員** / 20人(先着順)

- 内容** / ①「美姿勢の秘訣」のお話  
②「かみ合わせと体の関係」のお話  
③「美姿勢トレーニング」の運動実技

**申込み** / 4月5日(金)の9時~ 電話で



## 赤ちゃんの体重・身長が測れます!

保健センターの計測コーナーには、乳児用の体重計・身長計があり、お子さんの体重や身長を測定することができます。予約は必要ありませんので、ご自由にご利用ください。

また、測定の際にお手伝いが必要なときは、保健センターの職員へ気軽にお声がけください。



※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先へ。

## 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。
- ・費用の記載のないものは、無料です。

## 図書館

※4月の休館日：1月、8月、15月、22月

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

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
東浦和	おはなし会	4/11(木) 16:00～16:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど	対象：幼児と保護者 定員：5組(先着順) 申込み：当日開始15分前～直接同館へ
	どんぐりおはなし会	4/13(土)・27(土) 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) ※各日の内容は同じです。	対象：幼児と保護者、小学生 定員：各5組(先着順) 申込み：当日開始15分前～直接同館へ
	あかちゃんおはなし会	4/16(火) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど ※各回の内容は同じです。	対象：0～2歳児と保護者 定員：各5組(先着順) 申込み：4/9(火)の9時～電話で受付
美園	あかちゃんおはなし会	4/18(木) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど(語り手/保育ボランティアひまわり) ※各回の内容は同じです。	対象：0～2歳児と保護者 定員：各7組(先着順) 申込み：4/11(水)の9時～電話で受付

## 移動図書館

ステーション名	4月	時間
井沼方公園(東浦和)	9日(火) 23日(火)	11:00～11:40
原前公園(三室)		14:40～15:30

大宮西部図書館 ☎664-4946 ㊟667-7715

- ※雨天の場合は中止となります。
- ※駐車場はありません。

市図書館ホームページ▶



## 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	その他
大古里	さいたま市民の日記念事業「大人のぬりえ」	5/10(金)・24(金)(全2回) 13:30～15:00	さいたま市にまつわるデザインのぬりえを楽しむ	対象：18歳以上の方 定員：20人(先着順) 申込み：4/10(水)～電話、WEB又は直接同館へ
尾間木	浦和おもちゃの病院「おまぎ」	4/21(日) 受付10:00～12:00 引渡し15:00まで ※引き渡しは後日になる場合もあります。	家庭にあるこわれたおもちゃの修理 ※おもちゃの持ち込みは、ひとり2個までです。なお、電子機器、ゲーム機は取り扱いません。	費用：無料 ※電池・部品代は実費です。
	ひだまり文庫	4/27(土) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15	絵本・児童書の「読み聴かせ」と貸し出し、紙芝居など ※各回の内容は異なります。両方に参加できます。	対象：乳幼児と保護者、小学生
美園	わくわく昔あそび	5/1(水) 10:00～12:00	ペーゴマやゴムでっぼう、竹馬などの昔あそび体験 ※時間内出入り自由です。	対象：小学生以下の方 申込み：当日、直接会場へ

## 児童センター

※4月の休館日：29祝、30火

尾間木児童センター ☎711-4182 ㊟711-4183

	事業名	日時	内容	対象
尾間木	プチタイム	4/12(金)・19(金)・26(金) 11:00～11:15 ※19日のみ誕生会のため11:20まで	体操、手あそび、見る活動など ※19日の誕生会では、誕生カード配布、手形とり、身長体重測定なども行います。	未就学児と保護者

## 春の見沼の寺社めぐり

東浦和駅よりバスで総持院バス停まで行き、鷲神社、総持院、國昌寺そして氷川女體神社を巡ります。春の見沼を楽しんでみませんか。

日時／4月29日(祝) 9時30分～12時30分(集合：9時15分) ※小雨決行

集合場所／東浦和駅(東浦和)

費用／300円(当日集金) ※交通費は別途かかります。

定員／30人(抽選) ※結果は全員にお知らせします。

申込み／4月1日(月)～19日(金)に浦和ガイド会ホームページから

問合せ／浦和ガイド会(浦和区市民活動ネットワーク登録団体)

☎080-6538-1054(月～土曜日の13時30分～15時30分)



▶浦和ガイド会ホームページ



総持院の牡丹