

見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場が限られています。ご了承ください。

公民館

片柳公民館 ☎684・3492 ☎687・5585 七里公民館 ☎686・4721 ☎687・5575
春岡公民館 ☎685・6911 ☎687・9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	片柳そば打ち教室	12/20(水) 9:30~13:30	本格的な手打ちそばの打ち方を学びます。 材料費:1人600円	24人(抽選)。11/8(水)9時~11/15(水)17時に、電話又は直接、同館へ。※市生涯学習情報システム(ホームページ)でも申し込みます。
七里	師走クラシックコンサート	12/13(水) 13:30~15:00	ヴァイオリンなどによるクラシックコンサート	20歳以上の方80人(抽選) 11/10(金)9時~11/27(月)に、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン	11/6・27、12/4(月) 10:00~12:00	子育て中の親と子の仲間作り。ふれあい遊びや読み聞かせもあります。	0歳児~未就園児と保護者 時間内の入退室自由
	親の学習事業「親子でつくるおいしいお菓子」	12/25(月) 9:30~12:30	親子でおいしいお菓子作りとおしゃべりをします。 材料費:1組1,000円	4歳児~小学生の児童と保護者8組(抽選) 11/27(月)9時~12/2(土)17時に、電話又は直接、同館へ

図書館

春野図書館 ☎687・8301 ☎687・8306 七里図書館 ☎682・3248 ☎687・3932
大宮東図書館 ☎688・1434 ☎687・9744 片柳図書館 ☎682・1222 ☎682・1444

そのほかの催しは、さいたま市図書館のホームページでお知らせしています。http://www.lib.city.saitama.jp/

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	春野図書館♥ママパパ図書館HP活用講座	12/5(火) 10:30~11:30	子育て中のママやパパにこそ使ってほしい、図書館ホームページの便利な活用方法をお教えます。	保護者(子ども可)15組(先着順) 11月16日(休)の9時から、電話又は直接、同館へ
七里	おはなし会	①11/8(水) 11:00~ ②11/8・22(水) 15:30~	①絵本の読み聞かせ・手遊びなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0~3歳児と保護者20組(当日先着順) ②幼児・小学生と保護者
大宮東		11/9(木) 15:30~	絵本の読み聞かせ・紙芝居など	幼児・小学生と保護者
片柳	古本リサイクル	12/2(土) 9:00~15:00	図書館で不要になった本を自由に選んで持ち帰ることができるリサイクルイベント	一般・児童

大宮東図書館は11月28日(火)から12月1日(金)まで特別整理のため休館します。

片柳図書館は11月7日(火)から11月10日(金)まで特別整理のため休館します。

移動図書館

※雨天の場合は中止します。 ※駐車場はありません。

大宮西部図書館(北区櫛引町) ☎664・4946 ☎667・7715

ステーション名	日時	ステーション名	日時
東大宮 藁田島公園	11/2・30(木) 12/14・28(木)	中川自治会館	11/9(木) 10:40~11:30
東大宮 築地公園		東新井 団地22号棟前	12/7・21(木) 13:20~14:10
砂団地内公園			

コミュニティセンター

※往復はがきには、事業名・住所・氏名・電話番号をご記入ください。

七里コミュニティセンター ☎687・3688 ☎687・3705

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
七里	冬の親子スイーツ講座	①12/23(祝) 10:00~12:00 ②12/24(日) 10:00~12:00	親子でクリスマスケーキを作ります。 参加費:1,800円	市内在住・在学の4歳以上の子どもと保護者各10組20人 11/26(日)までに、往復はがきで、希望日を記入の上、同センターへ

児童センター

春野児童センター ☎・☎686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	小学生交流 ドッジボール大会	11/18(土) ①13:30~14:30 ②15:00~16:00	①小学1~3年生、②小学4~6年生 外野あり。持ち物:うわばき、水筒、タオル	7人1組のチームをつくり、11/9(木)17:00までに、電話又は直接、同センターへ
	歯みがき指導	11/14(火) 10:30~11:30	歯科衛生士による講話と指導	未就学児と保護者20組(先着順) 電話または直接、同センターへ

区役所の休日窓口をご利用ください

日時 11月26日(日) 8時30分~17時15分 ※区役所の一部業務を取扱います。

場所 10区役所(支所・市民の窓口を除く)

日曜納税窓口も同時に開設します

問合せ ●さいたまコールセンター
☎835・3156 ☎827・8656

11月は国民健康保険税の第5期の納期です。
納期限までに納めてください。
納税は、便利な口座振替で!



見沼区保健センター からのお知らせ

**母子
保健**

申し込みは、区内在住の方が対象
各学級の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみ
育児学級はあそび編、ふれあい編の各1回ずつ参加可能

**成人
保健**

健康相談は電話でも
行っています。

申込み・問合せは

TEL 681・6100

FAX 681・6169

見沼区堀崎町12-36

会場がない事業は、見沼区保健センターが会場です。

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、区保健センターへ

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
両親学級 定員 20組(先着順)	12/16(土) 9:15~12:00	夫婦で取り組む育児の話、赤 ちゃんのお風呂の入れ方（実 習）、お父さんの妊婦体験	初めてお産する方で出産予 定日がH30年2月~5月の方 と夫（パートナー）	11/8(水)9時~
はじめてのママクラス ※原則2日間参加できる方 が対象です。 定員 20人(先着順)	1日目 12/8(金) 10:00~14:15	妊娠中からのママ友づくりと 歯科医師による歯科健診、栄 養士のお話・調理体験	初めてお産する方で出産予定 日がH30年2月~5月の方	11/8(水)9時~
	2日目 1/17(水) 13:30~15:30	妊娠・出産・育児のお話 先輩ママ・赤ちゃんとの交流		
育児学級 ~あそび編~ 定員 20組(先着順)	12/1(金) 9:45~11:20	ゆったり子育てのすすめ（講 義）、心と体を育てる遊び（実 技）、座談会	H29年6月~9月生まれの赤 ちゃんと保護者	11/6(月)9時~
離乳食教室 定員 24人(先着順)	12/15(金) 13:30~14:50	離乳食のすすめ方 赤ちゃんのお口のケア	H29年7月・8月 生まれの 赤 ちゃんの保護者	11/14(水)9時~
むし歯予防教室 定員 12組(先着順)	12/22(金) 9:45~10:30	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	H28年7月~12月生まれのお 子さんと保護者	11/13(月)9時~
育児相談(乳児期)	11/7(火) 9:30~10:30	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	1歳未満の赤ちゃん	当日、直接、 会場へ
公民館育児相談 (予約制)	11/20(月) 9:30~10:30 春岡公民館	持ち物：母子健康手帳・おむつの替え バスタオル	乳幼児	前日までに、区保 健センターへ
	11/21(火) 9:30~10:30 七里公民館			

見沼区ふれあいフェア ~保健センターブースのお知らせ~

~乳がん自己検診法体験&COモニターで測定をしてみませんか?~

日 時…11月11日(土) 9時30分~15時30分(最終受付15時) ※荒天の場合12日(日)に順延
場 所…見沼区役所1階

●乳がん自己検診法体験

乳がんモデルを使って乳がんのしこりを見つける体験を行います。
体験することで、早期発見につながるセルフチェックをマスターしませんか?

●COモニターで測定

喫煙習慣のある方を対象に、一酸化炭素*をどのくらい体内に取り込んでいるかを測定します。
測定時間や結果説明を含め5分程度です。気になるスモーカー一度、見える化してみませんか?

*一酸化炭素…たばこの煙に含まれる、200種類ほどの有害物質の中の1つです。



乳がん自己検診法体験



COモニター

11月8日は、いい歯の日です。

いくつになっても、食事をおいしく味わい、健やかな生活を送るためには歯と口の健康が欠かせません。むし歯や歯周病などの病気を予防し、食べ物をしっかりと噛むことができる口を維持することは、全身の健康にもつながります。この機会にご自身の歯や口の状態を確認し、歯みがきや食生活などの習慣を見直してみましょう!



産婦健康診査費用の一部助成を開始しています

対 象…10月1日以降に受診する産後2か月以内の産婦健康診査

助 成 額…1回上限5,000円

健診内容…「基本的な健診」及び「こころの健康チェック」

※健診内容によっては、助成の対象にならない場合があります。

助成券の受け取り方法など、詳しくは『さいたま市ホームページ「産婦健康診査」』をご覧ください。