

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

大砂土東公民館 ☎684・9226 ㊟687・9901 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
大砂土東	歴史講座「西郷隆盛」	2/15・22(木)全2回 10:00~12:00	西郷隆盛の生涯を学びます。	50人(先着順) 1/16(火)9時から、電話又は直接、同館へ
片柳	スポーツ障害予防教室	2/18(日) 9:30~11:30	ストレッチやクールダウンの方法、 応急対処法について学びます。	50人(先着順) 1/16(火)9時から、電話又は直接、同館へ
片柳	歴史講座 「西郷どんをもう一度学ぶ」	2/20・27(火)全2回 10:00~12:00	西郷隆盛の生涯をもう一度学び、歴 史の理解を深めます。	30人(抽選) 1/18(木)9時~25(木)17時に、電 話または直接、同館へ ※市生涯学習情報シ ステム(ホームページ)でも申し込みめます。
七里	パソコン相談サロン	1/18(木) 9:30~11:30	パソコンに関する相談	当日、11時までに直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン	1/29・2/5(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~未就園児と保護者 時間内の入退室自由
春岡	親子でつくろう太巻き祭り寿司 (親の学習事業)	2/24(土) 9:30~12:30	親子で太巻き祭り寿司作りとお しゃべり	8組(抽選) 1/10(火)9時~13(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 大宮東図書館 ☎688・1434 ㊟687・9744
七里図書館 ☎682・3248 ㊟687・3932 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	おはなし会	① 1/18、2/1(木) 11:00~ ② 1/18、2/1(木) 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		① 1/25(木) 11:00~ ② 1/11・25(木) 15:30~		
七里		① 1/10(水) 11:00~ ② 1/10・24(水) 15:30~		
片柳		① 1/24(水) 11:00~ ② 1/17(水) 15:30~		

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(北区榎引町) ☎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	1/11・25(木) 10:30~11:30	中川自治会館	1/18(木) 10:40~11:30
東大宮 築地公園	13:20~14:00	東新井団地22号棟前	2/1・15(木) 13:20~14:10
砂団地内公園	2/8・22(木) 14:20~15:20		

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
片柳コミュニティセンター ☎686・8666 ㊟686・2999

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
七里	スプリングコンサート	2/25(日) 17:30~18:30	デキシーランドジャズの演奏でひと足 早い春の夕べをお楽しみください。 (協力:さいたまARTS21)	市内在住・在勤・在学の方120人(先着順)。1/15(月) 9時から、電話または直接、同センターへ。入場 無料。乳幼児の同伴可。中学生以下は保護者同伴。
片柳	地域料理講座	2/26(月) 10:00~13:00	災害時における簡易的な食事作りを 学びます。 参加費:800円	市内在住・在勤・在学の18歳以上(高校生除く)の 方20人(抽選) 往復はがき(1人1通のみ)で、1/30(火)必着

児童センター

片柳児童センター ☎・㊟687・4525
春野児童センター ☎・㊟686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	和太鼓を たたいてみよう!	1/21(日) 13:30~15:00	和太鼓体験	はじめて和太鼓をたたく方20人(先着順) 1/9(火)~17(水)に電話又は直接、同センターへ
春野	スペシャルチューズデー	① 1/16(火) 11:00~11:30 ② 1/30(火) 11:00~11:30	①節分工作、②みんなで楽しくダン スタイム、他にも盛りだくさん	未就学児 当日、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 1月28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

1月は個人市県民税の第4期、国民健康保
険税の第7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)	2/24(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4月~7月の方 と夫（パートナー）	1/9(火)9時~
育児学級 ~あそび編~ 定員 20組(先着順)	2/9(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8月~11月生まれの 赤ちゃんと保護者	1/10(水)9時~
離乳食教室 定員 24人(先着順)	2/28(水) 13:30~14:50	離乳食のすすめ方 赤ちゃんのお口のケア	H29年9月・10月生まれの 赤ちゃんの保護者	1/16(火)9時~
むし歯予防教室 定員 12組(先着順)	2/7(水) 9:45~10:30	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	H28年9月~H29年2月生ま れのお子さんと保護者	1/5(金)9時~
公民館育児相談 (予約制)	1/22(月) 9:30~10:30 春岡公民館 1/23(火) 9:30~10:30 七里公民館	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 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
子育て支援センター みぬま 育児相談	1/30(火) 9:30~10:30 子育て支援センターみぬま ※駐車場はありません。	身長・体重測定、保健師による育 児相談やその他心配事の相談 持ち物：母子健康手帳・おむつの替え バスタオル		予約不要

♪ はじめてのママクラス ♪

赤ちゃんのためのママごはん作りや、歯科医師による歯科健診など、妊娠・出産・育児について学びます。

	日時	内容	持ち物
1回目	2月6日(火) 10:00~14:15 (受付9:45~)	・妊娠中の栄養ポイント ・ママごはんの調理体験 ・試食・歯科健診・座談会	・母子健康手帳・筆記用具・エプロン・ふきん ・三角巾・歯ブラシ・タオル・コップ・手鏡 ※エプロン、三角巾は貸出しもしています。
2回目	3月14日(水) 13:30~15:30 (受付13:15~)	・妊娠・出産・育児のお話 ・先輩ママとの交流	・母子健康手帳 ・筆記用具

対象…区内在住の初めてお産をする妊婦で2日間参加できる方（2月1日時点で、妊娠16~32週の妊婦）

定員…20人（先着順）

申込み…1月9日(火)9時から電話又は直接、区保健センターへ

人見知りで参加を迷いましたが、
近所にママ友ができて心強い気持ち
になれました♪



アラフォーからのボディレッスン(全3回)

お正月太り解消！カラダ年齢マイナス5歳をめざします！！

	日時	内容	持ち物	場所
1回目	1月31日(火) 9:30~12:00	・健康ボディレベルチェック（体組成測定） ・簡単ヘルシーごはん術（試食あり） ・囁ん de スマイル！（歯科講義）	裸足になりやすい服装 筆記用具	見沼区役所 保健センター
2回目	2月5日(月) 9:30~12:00	・美脚ウォーキング	動きやすい服装 室内用運動靴	大宮武道館
3回目	2月19日(月) 9:30~12:00	・体幹エクササイズ ・ストレッチポールでリラックス	水分補給の水またはお茶 汗拭きタオル 着替え（必要な方）	NPO法人 さいたまスポーツクラブ クラブハウスSSCあすも

対象…区内在住の64歳までの方（医師から運動制限の指示がない方）

定員…25人（先着順）

申込み…1月11日(水)9時から電話又は直接、区保健センターへ

体組成測定のみ
の受付はしてお
りません。

