

見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場に限りがあります。

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	パステルアート教室	11/13(水) 10:00~12:00	パステルという画材を使って作品を描きます。 材料費:300円	市内在住・在勤の成人の方15人(抽選) 9/25(水) 9時~10/9(水)に、電話又は直接、同館へ
片柳	親の学習事業 「おひるねアート& おしゃべりプログラム」	10/8(火) 10:00~12:00	おひるねアートを楽しみ、親同士で交流します。	生後2か月~1歳半の子どもと保護者10組(先着順) 9/4(水) 9時から、電話、市生涯学習システム(ホームページ)又は直接、同館へ
七里	親の学習事業 「優しいヨガ& おしゃべりタイム」	9/26(木) 10:00~12:00	前半はヨガで体を動かし、後半は親同士でおしゃべりを楽しみます。託児付き	子育て中の保護者15人(先着順) 9/4(水) 9時から、電話又は直接、同館へ
春岡	陶芸教室	10/12・11/30(土) (全2回) 9:30~11:30	マグカップを作り、色付けまでを体験します。 費用:2,000円	市内在住の16歳以上の方20人(先着順) 9/10(火) 9時から、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。 <https://www.lib.city.saitama.jp/>

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	歴史講座	9/28(土) 14:00~15:30	鳥居絡居実譚 ~とりいをめぐろうそとまことのおはなし~	どなたでも20人(先着順) 9/5(木) 9時から、電話又は直接、同館へ
大宮東	おはなし会	①9/26(木) 11:00~11:30 ②9/12・26(木) 15:30~16:00	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 ②幼児・小学生と保護者 当日、直接、同館へ
七里		①9/11(水) 11:00~11:30 ②9/11・25(水) 15:30~16:00		
片柳		①9/4・10/2(水) 11:00~11:30 ②9/4・18・10/2(水) 15:30~16:00		

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	9/5・19(木)	東新井 団地22号棟前	13:30~14:30
東大宮 築地公園		中川 自治会館	14:50~15:40
砂団地内公園			

コミュニティセンター

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	ファミリーコンサート (演奏:大宮吹奏楽団)	10/27(日) 午前の部 11:00~12:00 午後の部 14:00~15:30	子どもから大人まで楽しめるコンサート。指揮者体験コーナーもあります。(無料)	市内在住・在勤・在学の方、各回150人(先着順)。 9/14(土) 9時から、電話又は直接、同センターへ

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	第2期乳幼児事業 ①ハイハイサロン ②ヨチヨチひろば ③わんぱくひろば	①9/10(火) 11:00~11:30 ②9/11(水) 11:00~11:40 ③9/13(金) 10:30~11:30 以降、毎週	簡単な体操や親子でのふれあい遊び、工作など	①0歳児と保護者 ②1歳児と保護者 ③2歳児と保護者 当日、直接、同センターへ
春野	大きくなったかな& ハッピーバースデー	9/18(水) 11:00~12:00	お誕生日会&身体測定 手形、足形とりなど	未就学児と保護者 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 9月29日(日) 8時30分~17時15分

日曜納税窓口も同時に開設します

場所 10区役所(支所・市民の窓口を除く)

9月は国民健康保険税の第3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!

住民異動・戸籍・国民健康保険・国民年金等の届出や、
各種証明書の交付等、区役所の一部業務を取り扱います。
問合せ ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ☎827・8656



見沼区保健センター からのお知らせ

母子保健

対象は、区内在住の方です。
育児相談以外の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
育児学級はあそび編、ふれあい編の各1回ずつ参加可能です。

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**

見沼区役所 1階

会場がない事業は、区保健センターが会場です。

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)	10/19(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令和元年12月~令和2年3月の方と夫(パートナー)	9/20(金) 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 10/29(火) 13:00~15:30	助産師による妊娠・出産・育児のお話、プレママ・先輩ママ・赤ちゃんとの交流	初めてお産する方で出産予定日が令和元年12月~令和2年3月の方	9/20(金) 9時~
	2日目 11/12(火) 10:15~14:35	妊娠中の栄養ポイント、調理実習、歯科医師による歯科健診、ブラッシング実習		
育児学級 ~ふれあい編~ 定員 20組(先着順)	10/29(火) 14:00~15:30	気をつけよう!~事故予防~(講義) ママとのふれあいタイム(実技) プレママとの交流会	平成31年4月~令和元年7月生まれの赤ちゃんと保護者	9/18(水) 9時~
離乳食教室 定員 24人(先着順)	10/11(金) 13:30~14:50	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和元年5・6月生まれの赤ちゃんの保護者	9/11(水) 9時~
むし歯予防教室 定員 12組(先着順)	10/16(水) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	平成30年5~10月生まれのお子さんと保護者	9/12(木) 9時~
育児相談(乳児期)	9/13(金) 9:30~10:30	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士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	1歳未満のお子さん	当日、直接、会場へ
公民館育児相談 予約制	9/24(火) 9:30~10:30 七里公民館 9/25(水) 9:30~10:30 春岡公民館		乳幼児	前日まで

親子でトライ!! らんらん♪ランニング

走るってこんなに楽しかったんだ! 親子でランニングの基本を学んでみよう。

日時	会場	内容	持ち物・服装
10月20日(日) 9時~12時 ※雨天決行	(集合) 大宮武道館 (ランニング) 堀崎公園サッカー場	・体組成測定(保護者) ・親子向けプログラム ・初心者向けの安全で効果的なランニング(講義・実技)	・室内用運動靴 ・水分補給用の水又はお茶 ・着替え(必要な方) ・チャレンジupさいたまパスポート又は手帳(お持ちの方) ・動きやすい服装(保護者の方は裸足になりやすい服装) ・屋外用運動靴 ・タオル ・下足用ビニール袋

対象 ● 区内在住の小学1~4年生の児童と保護者(妊婦・医師から運動制限の指示のある方を除く)

※ペースメーカーなどを装着している方の体組成測定はできません。

また、健康管理は自己責任となります。

※対象学年以外の方の同伴はできません。

定員 ● 40組(先着順)

申込み ● 9月17日(火) 9時から、電話、FAX又は直接、区保健センターへ

※車でお越しの際は、区役所駐車場をご利用ください。



※対象事業です。

ストレッチ&コアエクササイズ

楽しみながら体を動かし、体幹を鍛えます。

日時 ● 10月3日(木) 10時~11時50分(計測・受付9時30分~)

対象 ● 区内にお住まいの20~64歳の方(妊婦・医師から運動制限の指示のある方を除く)

※ペースメーカー等を装着している方の体組成測定はできません。

定員 ● 15人(先着順)

持ち物 ● 水分補給用の水又はお茶、タオル、着替え(必要な方) ※裸足になりやすい服装、運動できる服装でお越しください。

申込み ● 9月5日(日) 9時から、電話、FAX又は直接、区保健センターへ

