

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	生きがい健康づくり教室「骨盤体操ヨガ」	1/15・22・29、2/12・19 金(全5回) 14:00~15:30	椅子を使った骨盤体操ヨガで無理なく体をほぐしていきます。	原則5回参加できる、市内在住の65歳以上の方20人(抽選) 12/10(木)~12/17(木) 9時~17時に、電話又は直接、同館へ
七里	新春講談教室	1/20(水) 13:30~15:30	名調子にふれて、講談の世界を楽しみます。	市内在住の20歳以上の方30人(抽選) 12/15(水)~12/28(月) 9時~17時に、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン	12/7・21(月) 10:00~10:30	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。	乳幼児と保護者 当日、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	おはなし会	12/17(木) 15:30~16:00	絵本の読み聞かせ、紙芝居など	幼児・小学生と保護者10人(先着順) 12/10(木) 9時から、電話又は直接、同館へ
大宮東		12/24(木) 15:30~16:00		幼児・小学生と保護者10人(先着順) 12/17(木) 9時から、電話又は直接、同館へ
片柳		12/16(水) 15:30~16:00		幼児・小学生と保護者16人(先着順) 12/9(水) 9時から、電話又は直接、同館へ

※七里図書館は、施設修繕のため、令和3年3月下旬(予定)まで休館します。

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	12/10・24(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			

クリスマスに親子で読むのにぴったりの絵本を紹介します

『まどからおくりもの』(五味太郎/作・絵 偕成社)

クリスマスの夜、サンタさんがみんなの家にプレゼントを届けます。サンタさんは窓からのぞいて、その子に合ったプレゼントを選んでいきますが…。あわてんぼうなサンタさんの勘違いが面白いお話です。窓の部分が穴開きになっている工夫も楽しい仕掛け絵本です。

問合せ●春野図書館 ☎687・8301 ㊟687・8306



コミュニティセンター

※往復はがきには、事業名・住所(市内在勤・在学の場合は事業所名・学校名も)・氏名(ふりがな)・電話番号をご記入ください。

片柳コミュニティセンター ☎686・8666 ㊟686・2999
〒337-0026 染谷3-147-1

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	地元農家の寒仕込み味噌づくり講座	1/21(木) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	地元農家の方から習う寒仕込み味噌づくり講座を開催します。 参加費:1,500円	市内在住・在勤の方各回10人(抽選) 12/21(月)(必着)までに、参加希望時間も明記のうえ、往復はがきで、同センターへ
	キッズチアダンス講座	1/23(土) 10:00~12:00	大宮東高校ソングリーディング部によるチアダンス講座を開催します。 参加費:無料	市内在住・在学の小学生と保護者10組20人(抽選) 12/21(月)(必着)までに、児童の氏名・学年も明記のうえ、往復はがきで、同センターへ

区役所の休日窓口をご利用ください

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、市税の納付、原動機付自転車
等の登録・廃車等、一部の業務を取り扱います。

日時●12月27日(日) 8時30分~17時15分

場所●10区役所(支所・市民の窓口を除く)

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**

育児相談は電話でも行っています。
対象は、区内在住の方です。
各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
育児学級はあそび編、ふれあい編のいずれか1回のみ参加可能です。

**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

◀保健センター事業の実施の有無はこちら

会場は全て区保健センターです。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子保健 育児学級 ～あそび編～ 定員 10組(先着順)	1/29(金) 9:45～10:50	ゆったり子育てのすすめ(講義) 心と体を育てる遊び(実技)	令和2年7～10月生まれの 赤ちゃんと保護者	12/17(木) 9時～
	1/28(木) ①10:00～11:00 ②13:30～14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和2年8・9月生まれの 赤ちゃんの保護者	12/10(木) 9時～
市ホームページで離乳食教室の動画を公開しています。「さいたま市 離乳食教室」で検索してください。				
母子保健 むし歯予防教室 定員 10組(先着順)	1/14(木) ① 9:45～10:30 ②11:00～11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	令和元年8月～令和2年2月 生まれのお子さんと保護者	12/8(火) 9時～
	市ホームページで仕上げみがきについての動画を公開しています。「さいたま市 むし歯予防 動画」で検索してください。 区保健センターでは「計測コーナー」を設置しており、お子さんの身長や体重を測定することができます。ご自由にご利用ください。			

甘党さんのヘルシーレッスン

甘いものと上手に付き合いながら、健康で輝くボディでいるためのポイントを、講義やウォーキングを交えながら楽しく学びます。

日時	内容	服装、持ち物
1/26(火) 9:30～12:00 (受付・計測 9:00～9:30)	・体組成測定 ・甘党さんの健康ライフ ・甘党さんの食ライフ ・噛んで歯ッピーライフ ・運動実技(ウォーキング)	筆記用具 裸足になりやすい服装 運動できる服装・靴、水分補給 の飲み物、汗拭きタオル、着替え(必要な方)



対象・定員 ●区内在住の30～74歳の方15人(先着順)

※妊婦、医師から運動制限指示のある方を除く

申込み ●12月9日(水) 9時から、電話又はFAX

体組成測定会 **要予約**

体組成計で基礎代謝量・体脂肪量・筋肉量・筋肉のつき方のバランスなどがチェックできます。裸足になりやすい服装でお越しください。

日時 ●1月12日(火) 9時～11時30分

対象 ●18歳以上の方(妊婦、ペースメーカーなど医療機器を使用している方はご利用できません)

定員 ●30人(時間予約制)

申込み ●12月16日(水) 9時から、電話又はFAX



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	移動相談	1/5(火) 14:00～15:00	見沼区家庭児童相談員が、子育てに関する悩み の解決を手助けします。	小学生以上のお子さんがある保護者で、子育て に関するお悩みのある方5組(先着順) 12/7(月) 9時から、電話又は直接、同センターへ
	赤ちゃんルーム	毎週木曜日 9:00～13:00	保護者同士のコミュニケーションや、ゆっくり 過ごせる場としてお部屋を開放します。 持ち物:バスタオル、飲み物、保護者はマスク	10か月くらいまでの乳児と保護者 当日、直接、会場へ ※来場者が多い場合は入場制限をします。
春野	ハッピーバースデー& 大きくなったかな	12/16(水) 11:00～12:00	お誕生会、身体測定、手形・足形とりなど ※育児相談もあります。	未就学児と保護者(予約制) 12/3(木) 9時から、電話又は直接、同センターへ