

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
片柳	第41回片柳公民館文化祭	10/15(土)・16(日) 9:00～16:00	利用団体による作品展示・芸能発表。日頃の活動の成果を発表し、地域の方との交流の場として開催します。	どなたでも 当日、直接、同館へ
七里	地域めぐり 「城下町岩槻を散策しよう」	11/17(木) 10:00～12:30	ボランティア団体「語り部会」の案内により、岩槻駅東口周辺を散策します。 費用:1,000円(お土産代)	20歳以上の方15人(先着順) 10/27(木) 9時～11/7(月)17時に、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおかおやこサロン	10/24(月) 10:00～11:30	お子さんと保護者が一緒に遊びながら、おしゃべりや情報交換をします。ふれあい遊びや絵本の読み聞かせもあります。	未就学児と保護者10組(先着順) 時間内の入退室自由。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

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	紙芝居「大宮の伝説」 展示会	11/1(火)～14(月) (休館日を除く) 9:00～17:00	大宮郷土史研究会より寄贈された紙芝居「大宮の伝説」を関連資料とともに展示します。	どなたでも 期間中に、直接、同館へ
大宮東	おはなし会	①10/27(木) 11:00～11:30 ②10/27、11/10(水) 15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手あそびなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0～3歳児と保護者4組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者8人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日(祝日の場合はその前日) 9時から、電話又は直接、同館へ
七里		①10/26、11/9(水) 11:00～11:30		①0～3歳児と保護者5組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者10人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可
片柳		②10/15(土) 11:00～11:30		各開催日前週の同じ曜日(開催日が土曜日の場合は前週の金曜日) 9時から、電話又は直接、同館へ

こ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/>

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	10/13・27(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			

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	ヨチヨチひろば (歯科衛生士講話)	10/12(水) 11:00～11:20	歯科衛生士による、歯磨きや虫歯予防のお話を聞きます。	1歳児と保護者10組(先着順) 10/5(水) 9時から、電話又は直接、同センターへ
片柳	ハイハイサロン (助産師さんとお話しよう)	10/18(火) 11:00～11:20	助産師と一緒に、赤ちゃんや子育てについてお話をします。	0歳児と保護者6組(先着順) 10/11(火) 9時から、電話又は直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	10/5・12・26(水) 11:00～11:30	親子のふれあいあそびなど	未就学児と保護者(予約制)
春野	ハッピーバースデイ& 大きくなったかな	10/19(水) 11:00～11:45	お誕生会、身体測定、手形とり	10/4(火) 9時から、電話又は直接、同センターへ

見沼区子育てはじめましてサロン

子育てに関する情報提供や保護者同士の交流をします。

日時 ●10月18日(火) 10時～11時30分 会場 ●子育て支援センターみぬま 定員 ●5組

対象 ●①妊娠中の方、②初めての赤ちゃんのいる方、③子育て支援センター及び児童センターを利用したことがない未就園児と保護者、④区内に転入された未就園児と保護者

申込み・問合せ ●10月4日(火)～17日(月)(10月13日(木)、土曜日、祝日は除く) 9～16時に、電話で、子育て支援センターみぬまへ ☎・㊟747・4531

所管 ●区支援課 ☎681・6061 ㊟681・6166



見沼区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、区内在住の方です。・相談は電話でも行っています。
- ・各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
- ・公民館育児相談以外の事業は、区保健センターが会場です。



◀保健センター事業の実施状況はこちら

申込み・問合せは
TEL 681-6100
FAX 681-6169
見沼区役所 1階

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子健康手帳交付 (休日) ※時間予約制 定員 6人(先着順)	10/30日 9:00~15:00 (12:00~13:00を除く)	母子健康手帳の交付・面談	医療機関にて妊娠判定を受けた方	10/28(金)までに 電子申請 (予約手続き) 又は電話
両親学級 定員 各12組(先着順)	11/5(土) ① 9:00~10:50 ② 11:20~13:10	夫婦で取り組む育児の話 赤ちゃんのお風呂の入れ方、 抱っこ、着替え体験(実習)	初めての出産で、予定日が令和4年12月~令和5年3月の方と夫(パートナー)	10/7(金) 9時~
育児学級 ~あそび編~ 定員 20組(先着順)	11/25(金) 9:45~10:45	ゆったり子育てのすすめ(講義) 赤ちゃんの心と体を育てる遊び(実技) 座談会	令和4年5~8月生まれのお子さんと保護者	10/20(木) 9時~
離乳食教室 定員 各12人(先着順)	11/24(木) ① 10:00~11:00 ② 13:30~14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和4年6・7月生まれのお子さんの保護者	10/18(火) 9時~
市ホームページで離乳食教室の参考動画を公開しています。「さいたま市 離乳食教室 動画」で検索してください。				
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	11/17(木) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング指導	令和3年6~12月生まれのお子さん と保護者	10/13(木) 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。				
育児相談(乳児) ※時間予約制 (相談のある方のみ) 定員 12組(先着順)	10/27(木) 9:30~11:00	身長・体重測定、保健師・栄養士・ 歯科衛生士による発育・発達などの 育児相談やその他心配ごとの相談 持ち物: 母子健康手帳 バスタオル おむつの替え	1歳未満のお子さんと保護者	10/5(水) 9時~
育児相談(幼児) ※時間予約制 (相談のある方のみ) 定員 12組(先着順)	10/28(金) 9:30~11:00		1歳以上の未就学児と保護者	
公民館育児相談 ※時間予約制 (相談のある方のみ) 定員 各12組(先着順)	11/10(木) 9:30~11:00 七里公民館 11/4(金) 9:30~11:00 春岡公民館		未就学児と保護者	
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。				

電子申請システム
で申込み
(事業名を入力し検索して
お申し込みください)



10月は「朝ごはんを食べよう」強化月間です

朝ごはん、食べていますか？実は、朝ごはんを食べる事にはたくさんのメリットがあります。
食べていない人は、何か一口でも食べる事からはじめましょう！

〈朝ごはんを食べる事のメリット〉

- 脳や体が目覚め、生活リズムが整う。
- 活動や成長に必要なエネルギーや栄養素、水分を補給できる。
- 胃や腸が動き、便が出やすくなる。
- 体温が上がり、脂肪や糖を燃やしやすくなる。

朝ごはんを食べて、
心も体も元気に
一日をスタートしよう♪



食べている人は、主食・主菜・副菜をそろえて、不足しがちな野菜類を取り入れるなど、バランスを意識しましょう。

〈主食・主菜・副菜の例〉

- 【主食】** ごはん、パン、めん類、シリアル
- 【主菜】** 肉、魚、卵、納豆・豆腐などの大豆製品
- 【副菜】** 野菜、海藻、きのこ、いも類



10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン」月間です！

日本人の死因の第1位は「がん」です。がん検診を受けて、がんの早期発見や早期治療につなげましょう。