



information

大宮区インフォメーション

※費用の表示がないものは無料です。

児童センター

天沼児童センター ☎・FAX 645・7988

夏休み工作

| | 内容 | 開催日時 | 対象 | 定員 | 費用 | 申込受付開始 |
|---|------------------|-----------------|---------|-------|------|---------|
| ① | スーパーボール作り | 8/6(水) 14時、15時 | 小学生※ | 各回10人 | 200円 | 受付中 |
| ② | もこもこキーホルダー作り | 8/8(金) 14時 | 小学生※ | 20人 | 80円 | 受付中 |
| ③ | マイエコバック作り | 8/17(日) 14時 | 小学生と保護者 | 20組 | 70円 | 8/7(木) |
| ④ | マーブリング | 8/20(水) 14時 | 小学生 | 15人 | 無料 | 8/10(日) |
| ⑤ | 花のプローチ作り(エコクラフト) | 8/22(金) 14時 | 小学生と保護者 | 10組 | 100円 | 8/12(火) |
| ⑥ | 革細工のペアストラップ作り | 8/24(日) 14時、15時 | 小学生と保護者 | 各回10組 | 200円 | 8/14(木) |
| ⑦ | キラキラ万華鏡作り | 8/27(水) 14時 | 小学生※ | 20人 | 200円 | 8/17(日) |
| ⑧ | 紙粘土フォトフレーム作り | 8/29(金) 14時 | 小学生 | 20人 | 無料 | 8/19(火) |

三橋児童センター

☎・FAX 644・2978

囲碁・将棋道場

① 囲碁道場

日時●8月1日、8日(いずれも金曜日)
10時30分～11時30分

集合●10時10分に同児童センターに集合

② 将棋道場

日時●8月2日、9日(いずれも土曜日)
14時～15時

集合●13時40分に同児童センターに集合
(上記①・②共通)

会場●三橋老人憩いの家分館

内容●普段、憩いの家で囲碁将棋を楽しんでいる高齢者の方に囲碁・将棋の遊び方を指導いただきます。

対象●小学生

パパとあそぼう!びちゃびちゃ水あそび

日時●8月9日(土)、24日(日)
11時～11時45分

内容●児童センターの庭にビニールプールを出します!

対象●幼児

持ち物●水着又は濡れてもよい服、着替え、タオル、帽子、飲み物

図書館

大宮図書館

☎ 643・3701 FAX 648・8460

夏休み親子できくおはなし会

「昔ながらの素話を楽しむ」

日時●8月19日(火) 11時～12時
14時～15時

対象●幼児・児童とその保護者

定員●各50人(先着順)

語り手●大宮おはなし箱会員ほか

夏休み工作教室

① リサイクル工作

日時●8月21日(木) 10時～12時
対象・定員●年中児から小学生低学年
35人(但し未就学児は保護者同伴)

② マジック工作

日時●8月22日(金) 10時～12時
対象・定員●小学生 35人
講師●森山寛幸氏(県立岩槻養護学校
教諭)

(上記①・②共通)

申込み・問合せ●8月1日(金)9時より直接
こども室又は電話で。

持ち物●はさみ・ボンド又はのり・セロ
テープ・サインペン(黒)

映画会

① サタデーシネマ

日時●8月23日(土) 14時～16時10分
上映作品●『にごりえ』(1953年・日本)

② こども映画会

日時●8月24日(日) 14時～15時10分
上映作品●『トム・ソーヤの冒険』『ハイジ』(アニメ・カラー)

(上記①・②共通)

会場●大宮図書館視聴覚ホール

定員●96人(当日先着順)

大宮西部図書館

☎ 664・4946 FAX 667・7715

親子講座「親子で楽しむわらべうた」

日時●9月11・18・25日・10月9日
(木曜日・全4回)

① 10時～10時40分

② 11時～11時40分

左表の対象欄※印の1年生は保護者同伴申込みは、直接又は電話で(申込初日のみ電話不可)9時～17時に。

その他の行事は、社会福祉事業団のHPからご覧ください。

<http://www.saicity-j.or.jp>

お誕生会 ※自由参加

日時●8月19日(火) 11時～

内容●お誕生日のお友だちも、そうではないお友達も集まれ!!

一緒にお祝いしましょう。誕生月のお友達は身体測定もできますよ。

対象●幼児とその保護者



講師●森島瑛子氏(わらべうた研究者)

対象●① 2～3歳の幼児とその保護者
② 4か月～1歳未満の乳児とその保護者

定員●各15組(応募多数の場合は抽せん)

申込み●往復はがきに住所、親子の氏名、年齢(月齢)電話番号を記入し、〒331-0825 北区櫛引町2-499-1 大宮西部図書館へ。8月29日(金)必着。

移動図書館「宝くじ号」カレンダー

8月～9月

| ステーション名 | 8月 | 9月 | 時間 |
|-------------|---------|---------|-------------|
| 火 三橋4丁目自治会館 | 5 19 | 2 | 15:00～15:30 |
| 木 平和台公園 | 7 21 | 4 18 | 14:40～15:30 |

※雨天の場合は中止します。
詳しくは、大宮西部図書館(☎664-4946)へ。

大宮工房館

☎ 645・3838 FAX 645・3881

① 刺しゅう講座

日時●9月26日・10月3日・10日
(金曜日・全3回)
13時30分～15時30分

内容●刺しゅうの基礎を学びながら、ポケットティッシュ入れとエコバッグをつくる

対象・定員●市内在住又は在勤で全回出席できる方12人(先着順)

費用●1,300円(教材費)

申込み●9月1日(月)11時より直接費用を添えて同館へ。

その他の行事は公立施設管理公社のHPからご覧ください。

<http://www.kanri-kousya.or.jp/>





大宮区保健センター からのお知らせ

母子保健

申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。各学級の参加は、お一人のお子さんに1回のみです。

成人保健

健康相談は電話でも行っています。

会場名がない事業は、大宮区保健センターが会場です。

大宮区役所 2F

申込み・問合せは

☎646・3100

FAX 646・3169

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|-----------------------------------|---|--|---|--|
| ふたごっちクラブ (会場:見沼区保健センター) | 9/30(火) ①13:30~16:00 ②14:00~16:00 | ①ふたご以上の妊娠・出産・育児についての講義、座談会 ②交流会、座談会 | ①ふたご以上を妊娠中の妊婦(出産予定日が平成20年12/10~平成21年3/17の方) ②1歳未満のふたご以上の親子(初めての参加を優先させていただきます) | 8/18(月)9時から電話で 見沼区保健センターへ ☎681・6100 |

| 事業名・定員 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|--------------------------------|---|---|---|--|
| 母親学級 定員 26人(先着順) | 9/3(水)・10(水)・17(水) 13:30~16:00(9/10(水)は9:30~13:15) | 妊娠・出産・育児などについて友達づくりをしながら楽しく学ぶ | 初めてお産をする方で、出産予定日が平成20年10/21~平成21年2/16の方 | 8/8(金)~電話で。 |
| 両親学級 定員 各15組(先着順) | 9/20(土) ① 9:15~12:00 ②14:00~16:45 | 安心して育児ができるような話や、赤ちゃんのおふろの入れ方を実習 | 初めてお産をする方で出産予定日が平成21年2/16以前の方とその夫 | 8/15(金)~電話で。 |
| 育児学級 定員 22組(先着順) | 9/16(火) 9:30~11:20 | 育児について、お友達づくりをしながら楽しく学ぶ | 平成20年5・6月生まれの赤ちゃんとその保護者 | 8/13(水)~電話で。 |
| 離乳食教室 定員 20人(先着順) | 9/24(水) 13:30~14:50 | 離乳食について楽しく学ぶ | 平成20年4・5月生まれの赤ちゃんの保護者 | 8/19(火)~電話で。 |
| むし歯予防教室 定員 各10組(先着順) | 9/9(火) ①11:00~11:45 ②14:00~14:45 | むし歯予防のために規則的な食生活や正しい歯みがき習慣を身につける | 平成19年4月~9月生まれのお子さんとその保護者 | 8/11(月)~電話で。 |
| 育児相談(乳児期) | 8/26(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。 持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル |
| 育児相談(幼児期) | 8/27(水) 9:30~10:30 | | 1歳~就学前のお子さん | |

| 事業名 | 日時 | 内容 | 申込み |
|---------------------|----------------------------------|---------------------------|--|
| 成人保健 健康相談 | 月曜日~金曜日 9:00~16:30 ※祝休日を除く | 保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談 | 直接、保健センターへ。 栄養・歯科相談については事前にお問い合わせください。 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください。 |

メタボ予防の食事教室 ~夕食のカロリーダウンでヘルシーに!

今回の食事教室は夜間の開催です!お仕事帰りにいかがですか?

対象…区内にお住まいで、

- ①さいたま市国民健康保険特定健康診査を受診し積極的支援に該当された方
- ②メタボ予防に関心がある18~74歳の方

日時…9月5日(金) 19時~20時45分

定員…①②合わせて16人(先着順)

持ち物…エプロン・三角巾・食器用ふきん・手拭用タオル・筆記用具
※簡単な実習と試食があります。

申込み…8月15日(金)9時~、電話で大宮区保健センターへ



熱中症に気をつけて!

熱中症は、気温が高い・湿度が高い・風が弱い・日差しが強いとき、暑くなり始めの梅雨明けに起こりやすくなります!

日常生活での注意事項

- ①日傘・帽子などで暑さを避ける。
- ②襟元をゆるめて通気したり、黒色の服は避けるなど服装に工夫を!
- ③のどが渇く前に、こまめに水分補給を!
- ④体調管理をしましょう!
寝不足やカゼなどの体調不良時は要注意です!

参加者募集 大宮区西部圏域の「健康体操教室」

日時…9月10日(水) 10時30分~11時30分

会場…特別養護老人ホーム「はるばてお」1階

内容…地域住民の健康増進を目的とした「健康体操」を体験していただく教室です。

対象…子どもからお年寄りまで参加できます。

定員…40人

申込み・問合せ…大宮区西部圏域地域包括支援センター春陽苑 ☎661・8611

男の健康厨房 ~減塩力をつける~

調理実習を通して、食生活を見直すための料理教室です。

日時…9月25日(水) 10時~13時(受付時間 9時45分~10時)

対象・定員…区内にお住まいの男性 20人(先着順)

会場…桜木公民館 6階 調理実習室(シーノ大宮センタープラザ6階)

持ち物…エプロン・三角巾・食器用ふきん・手拭用タオル・筆記用具

費用…無料

申込み…8月18日(月)9時~電話にて大宮区保健センターへ