

生活自立・仕事相談センター大宮をご利用ください

失業などで生活にお困りの方のための相談窓口（無料）です。お気軽にご相談ください。

●対象者

区内在住で、経済的な問題で生活にお困りの方（生活保護受給者は除く）

●支援内容

- お困りの内容に応じた、制度やサービスの案内・紹介
- ハローワークなどと連携した求職活動の支援
- 職場体験を通じた訓練など就労に向けた準備のための支援
- 家計の収支バランス改善に向けた支援

●問合せ

生活自立・仕事相談センター大宮
東町1-49-1雄飛ビル1階 ☎783・5030
9時～12時、13時～17時（土日祝日、年末年始は除く）

毎月最終日曜日 区役所の休日窓口をご利用ください（支所を除く）

日時●12月28日（日） 8時30分～17時15分

主な取扱い業務●

- 住民異動届、戸籍の届出、国民健康保険や国民年金などの届出
- 住民票の写し、印鑑登録証明などの各種証明書の交付
- 市税、国民健康保険税の納付と納税相談

12月の納期：固定資産税・都市計画税 第3期、国民健康保険税 第6期
※区役所の一部業務を取り扱います。

※手続きにより、必要な書類があるもの、取り扱いできないもの、当日完了しないものがありますので、事前にさいたまコールセンター（☎835・3156、☎827・8656）へお問い合わせください。

問合せ●開設に関すること 区総務課
☎646・3012 ☎646・3160
取扱い業務に関すること 各担当課へ

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。 ※事業は中止・変更になる場合があります。

公民館

桜木公民館

☎643・5652 ☎641・6308

消費生活講座

日時●平成27年1月23日（金）

14時～15時30分

内容●金融犯罪の手口と対策

対象●市内在住又は在勤の方

定員●30人（先着順）

申込み●12月5日（金）9時から、直接又は電話で、同公民館へ。

大宮中部公民館

☎641・8955 ☎641・3929

国語講座

日時●平成27年1月20日（火）・27日（火）・2月3日（火）（全3回） 10時～11時30分

内容●漢字と日本語

対象●市内在住の方

定員●30人（先着順）

申込み●12月16日（火）9時から、直接又は電話で、同公民館へ。

三橋公民館

☎642・6893 ☎641・3897

みはし健康体操（後期）

日時●平成27年1月20日～2月24日の毎週火曜日（全6回） 10時～11時30分

内容●健康づくり体操

対象●65歳以上の高齢者

定員●40人（先着順）

申込み●12月24日（水）9時から、直接又は電話で、同公民館へ。

児童センター

天沼児童センター

☎・☎645・7988

冬のおたのしみ会

～ウィンターフェスティバル～

日時●12月20日（土） 13時30分～16時
（受付終了14時45分）

内容●工作、ゲーム、ビンゴ大会

対象●小学生

持ち物●靴を入れる袋

12月生まれのお誕生会

日時●12月15日（月） 11時～11時30分

内容●誕生月見は手形とりと身体測定

対象●未就園児とその保護者

三橋児童センター

☎・☎644・2978

冬のおたのしみ会（幼児の部）

日時●12月19日（金） 10時30分～12時

内容●ひろば拡大版、ゲームコーナーなど

対象●乳幼児とその保護者

冬のおたのしみ会（児童の部）

日時●12月22日（月） 13時30分～16時

内容●ステージ発表、ゲームコーナーなど

対象●小学生

※その他の行事は、社会福祉事業団のホームページをご確認ください。

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

図書館

大宮図書館

☎643・3701 ☎648・8460

12月8日（月）から12日（金）まで、特別整理のため休館します。休館中の資料の返却はブックポストをご利用ください。

サタデーシネマ

日時●12月20日（土） 14時～16時30分

内容●「わが愛の譜 滝廉太郎物語」

定員●96人（当日先着順）

子ども映画会

日時●12月21日（日） 11時～12時

内容●「すてきなクリスマス」
「クリスマス ひかりのメルヘン」
「笠じぞう」

対象●幼児・小学生（保護者同伴可）

定員●96人（当日先着順）

おはなし会

日時●毎週水曜日（12月10日・31日を除く）
15時30分～

対象●幼児から（保護者同伴可）

※その他の行事は、図書館のホームページをご確認ください。

<http://www.lib.city.saitama.jp/>

移動図書館カレンダー

12月～1月

ステーション名	12月	1月	時間
火 三橋4丁目自治会館	9	6 20	15:00～15:30
木 平和台公園	11 25	8 22	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 ☎667・7715）へ。

氷川の杜文化館

☎648・1177 ☎648・1311

尺八と二胡の調べ

日時●平成27年1月12日（祝） 14時～

対象●小学生以上

定員●40人（抽選）

費用●1,500円

申込み●12月19日（金）（必着）までに、往復はがき（1人1通のみ）で、住所、氏名（ふりがな）、年齢（学年）、電話番号を、〒330-0803 大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館「尺八と二胡の調べ」係へ。



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、1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。

大宮区役所 2F

申込み・問合せは

☎646・3100

FAX 646・3169

会場名がない事業は、大宮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 ※土・日・祝休日・年末年始(12/29~1/3)は除く	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後28日以内の赤ちゃんとその母親(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○をつけ郵送するか、電話で、区保健センターへ。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
プレママスクール ~クッキングクラス~ 定員 28人(先着順)	1/21(水) 9:30~13:15	妊娠中の食生活や赤ちゃんの栄養の話と調理実習	初めてお産をする方で、出産予定日が平成27年2/20~6/18の方	12/18(木)~ 電話で
はじめまして パパママ教室 定員 20組(先着順)	1/17(土) 9:00~12:00	妊娠・出産・親の役割の話と、赤ちゃんのおふろの入れ方などを体験する	初めてお産をする方で、出産予定日が平成27年2/20~6/18の方とそのパートナー1名	12/15(月)~ 電話で
育児学級 定員 28組(先着順)	1/22(木) 13:30~15:20	育児について、友達づくりをしながら楽しく学ぶ	平成26年10/1~11/15生まれの赤ちゃんとその保護者	12/22(月)~ 電話で
離乳食教室 定員 26人(先着順)	1/8(木) 13:30~14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて	平成26年8月・9月生まれの赤ちゃんの保護者	12/9(火)~ 電話で
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	1/13(火) 10:30~11:15	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25年8月~平成26年1月生まれのお子さんとその保護者	12/12(金)~ 電話で
育児相談(乳児期)	12/24(水) 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)	12/25(木) 9:30~10:30		1歳~就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	申込み
健康相談	月~金曜日 9:00~16:30 ※祝休日は除く	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、区保健センターへ。 栄養・歯科相談は事前にお問い合わせください。 ※健康手帳がある方はお持ちください。

女性のためのボディシェイプレッスン

~ 10年後の自分をイメージできますか?今からできること~

日 時...1月20日(火)・28日(水)(全2回)
9時30分~12時

内 容...1日目 「若くみせる口角アップ!」表情筋を鍛える(講義)

会 場...桜木公民館

対象・定員...区内在住で30歳~59歳の女性
15人(先着順) ※初参加の方

2日目 女性のための栄養学、女性の健康について(講義)

申込み...12月11日(木) 9時から、電話で、
区保健センターへ。

運動効果のあがるラジオ体操ほか(運動実技)

介護者サロン

介護をしている方同士で日ごろの悩みや不安を語り合い、情報交換や気分転換をしませんか。

日 時...12月10日(水) 13時30分~15時

会 場...大成公民館 第3会議室

問合せ...西部圏域 シニアサポートセンター 春陽苑
☎661・8611 FAX654・9212



日 時...12月18日(木)・平成27年1月22日(木) 10時~11時30分

会 場...白菊苑

問合せ...東部圏域 シニアサポートセンター 白菊苑
☎658・5588 FAX648・5582

申込みは、開催日前日までに、電話又はファクスで、各問合せ先へ。

認知症カフェ

認知症の心配がある方、介護をしている方が日ごろの悩みを語り合ったり、情報交換をしたりできる場です。介護の専門家もいるので、お気軽にご参加ください。



日 時...12月18日(木)・平成27年1月15日(木)

会 場...みんなの家・大宮上小町

申込み・問合せ...開催日前日までに、電話又はファクスで、春陽苑(☎661・8611 FAX654・9212)へ。