

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25日(日) 8時30分～17時15分

主な取扱業務●

- ・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

※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、事前にお問い合わせください。

日曜納税窓口も同時に開設しています

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

問合せ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ☎827・8656

市シルバー人材センター学習教室の冬期無料体験

学習教室では、5人までの個別指導で学校の授業の予習復習を中心に指導しています。下町教室にて無料体験を実施します。お問い合わせください。

学年	教科	時間
小学3・4年生	算数・国語	17:00～18:30
小学5・6年生	算数・国語・英語	
中学生	数学・英語・理科	18:45～20:15

教室●下町教室(下町2-46-2)

定員●各学年各教科5人(先着順)、各教科1人2回まで

期間●12月12日(月)～12月22日(休) ※土・日曜日を除く。

申込み●12月5日(月)10時から、電話で、問合せ先へ。

問合せ●(公社)市シルバー人材センター大宮事務所
☎667・1150 ☎667・0666



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

大宮中部公民館

☎641・8955 ☎641・3929

家庭教育学級

日時●平成29年2月16日(休) 10時～11時30分

内容●市立第二東中学校長による講話
対象●小中学生の保護者又は家庭教育に関心のある方

定員●50人(先着順)

申込み●12月20日(火)10時から、直接又は電話で、同公民館へ。

三橋公民館

☎642・6893 ☎641・3897

歴史講座

日時●平成29年1月30日(月) 10時～11時30分

内容●戦国時代の女性城主「井伊直虎」を学ぶ

対象●市内在住、在勤又は在学の方

定員●50人(先着順)

申込み●平成29年1月4日(火)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

12月生まれのお誕生会

日時●12月13日(火) 11時～11時30分

内容●誕生月児は手形とりと身体測定
対象●未就園児とその保護者

チャレンジランド

日時●12月17日(土)・18日(日) 14時～14時30分

内容●色変えオセロ

対象●4歳以上の幼児(保護者同伴)、小学生

ウィンターフェスティバル

日時●12月22日(休) 14時～16時

内容●冬のおたのしみ会

対象●4歳以上の幼児(保護者同伴)、小学生

持ち物●靴袋

工作ランド

日時●12月24日(土)・25日(日) 14時～16時

内容●正月飾りをつくる

対象●小学生

定員●各12人(先着順)

申込み●12月10日(土)10時から、直接又は電話で、同センターへ。

三橋児童センター

☎・☎644・2978

冬のおたのしみ会(乳幼児の部)

日時●12月15日(休) 10時30分～11時45分

内容●あそびのひろばウィンターバージョン

対象●乳幼児とその保護者

冬のおたのしみ会(小学生の部)

日時●12月22日(休) 14時～16時

内容●ステージ発表、ゲームコーナー、おはなしの部屋

対象●小学生(幼児(保護者同伴)も参加可)

オルゴール工作

日時●12月18日(日) 14時～15時30分

対象●小学生(3年生までは保護者同伴)

定員●15人(先着順)

費用●500円

ドッジボール大会予選会

日時●平成29年2月4日(土)

小学1～3年生 10時～11時30分

小学4～6年生 13時30分～15時

内容●2月25日(土)開催の本大会の予選会

申込み●7～10人でチームをつくり、

12月15日(休)～平成29年1月28日(土)までに、直接又はFAXで、同センターへ。

※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5日(月)から12日(月)まで、資料の特別整理のため、臨時休館します。

おはなし会

日時●毎週水曜日(7日を除く) 15時30分～16時

内容●読み聞かせ、手遊び、素話など

対象●幼児、小学生

サタデーシネマ

日時●12月17日(土) 14時～15時30分

内容●「七つの顔」

対象●中学生以上

定員●94人(当日先着順)

子ども映画会

日時●12月18日(日) 14時～15時30分

内容●「長くつしたのピッピ」

対象●幼児、小学生

定員●94人(当日先着順)

※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	6 20	17 31	15:00～15:30
木	平和台公園	8 22	5 19	14:30～15:30

※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。





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
TEL 646・3100
FAX 646・3169

会場がない事業は、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1カ月くらいまで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
はじめましてババママ教室 定員 23組(先着順)	1/21(土) 9:15~12:00	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29年2/20~6/18の方とそのパートナー	12/14(火)~電話で。
育児学級 定員 28組(先着順)	1/24(火) 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28年10/1~11/15生まれの赤ちゃんとその保護者	12/16(金)~電話で。
離乳食教室 定員 26人(先着順)	1/12(木) 13:30~14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて	平成28年8月・9月生まれの赤ちゃんの保護者	12/7(水)~電話で。
むし歯予防教室 定員 10組(先着順)	1/17(火) 9:45~10:30	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27年8月~平成28年1月生まれのお子さんとその保護者	12/9(金)~電話で。
育児相談(乳児期)	12/19(月) 9:15~10:15 13:15~14:15	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、靴袋
育児相談(幼児期)	12/21(水) 9:15~10:15		1歳~就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	対象	申込み
体組成測定	12/7(水) 10:00~12:00 13:00~15:00	体組成計で筋肉量や筋肉バランス、脂肪量を測定して健康づくりに活用する	18歳以上の方 ※妊娠中の方、ペースメーカーなど体内機器を装着されている方は不可。	当日、直接、会場へ ※素足で測定します(薄手のストッキング可)

男の筋トレ講座 ~目指せ、すっきりボディ~

運動をきっかけに生活を見つめなおし、健康づくりに取り組んでみましょう。

- 日 時**…平成29年1月28日(土) 9時45分~12時(受付9時30分~)
- 内 容**…これから始める男の運動習慣・新体カテスト(体育トレーナーによる実習)
男性のためのデンタルケア(歯科衛生士による講義・実習)
体組成測定でボディバランスチェック
- 会 場**…大宮区役所 南館301会議室
- 対 象**…区内在住で、18~64歳の男性
- 定 員**…20人(先着順)
- 申込み**…12月8日(休)9時から、電話で、区保健センターへ。



お酒を飲む機会が増える時季です

過剰な飲酒は生活習慣病の要因となり、身体的・精神的な健康を損なうことがあります。節度ある飲み方を心掛けましょう。

飲酒を適度に楽しむポイント

- おしゃべりをしながら楽しく飲む
- 食べながらゆっくり飲む
- 週に二日は休肝日をもうける
- 薬を飲んでいるときは飲まない
- 自分のペースを決める
- 定期検査を忘れずに受ける

さいたまファミリー・サポート・センター提供会員募集

子育てのお手伝いをして下さる方を募集しています。応募にあたり、以下のいずれかの入会説明会・講習会に参加してください。

- 日 時**…①12月8日(休) ②平成29年1月17日(火) ③2月15日(水) ④3月7日(火)
13:30~16:30
- 会 場**…①・③ 浦和コミュニティセンター 第13集会室(浦和駅東口・コムナーレ10階)
②・④ 生涯学習総合センター 講座室1(大宮駅西口・シーノ大宮センタープラザ7階)

出前講座を始めました 市内在住で、提供会員希望者が3人以上集まる場合、住まいの近くで説明会を行います。

問合せ…さいたまファミリー・サポート・センター TEL 814・1415 FAX 814・1416