

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。

※参加する際は、感染予防の徹底(マスク・検温など)をお願いします。

児童センター

天沼児童センター ☎645・7988 三橋児童センター ☎644・2978

	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
天沼	手作りキャンドルキットでパンダを作ろう	12/17(土) 14:30~15:30	キャンドルの製作	対象/小学生 定員/12人(先着順) 申込みなど/12/5(月)9時から、直接又は電話で、同センターへ。
三橋	卓球タイム	毎週日曜日 ①16:00~16:20 ②16:30~16:50	卓球をやってみよう	対象/小学生とその家族 定員/各4人(先着順) 持ち物/上履き 申込みなど/各回の1週間前の10時から、直接又は電話で、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。☎<https://www.saicity-j.or.jp/>

図書館

大宮図書館 ☎643・3701 ☎648・8460

	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
大宮	にちようびのおはなし会	毎週日曜日 11:00~11:30	おはなしと絵本の読み聞かせ	対象/3歳~小学2年生とその保護者 申込みなど/当日10時45分から、直接、2階おはなしのへやへ。
	あかちゃんおはなし会	毎月第2・4水曜日 11:00~11:30	おはなしと絵本の読み聞かせ	対象/0歳~2歳の子どもとその保護者 定員/8組(先着順) 申込みなど/毎月5日9時から、直接又は電話で、同図書館へ。
	大宮文学散歩 尾崎紅葉「金色夜叉」 ~その魅惑の世界へ~	12/18(日) 14:00~15:30	令和5年、没後120年を迎える尾崎紅葉の代表作の魅力を解説	対象/市内在住、在勤又は在学の18歳以上の方 定員/30人(抽選) 申込みなど/12月9日(金)20時30分までに、大宮図書館ホームページ「イベントお申込みフォーム」より。
	クリスマスおはなし会	12/24(土) 14:00~15:00	クリスマスにちなんだ絵本の読み聞かせや工作	対象/3歳~小学生 定員/15人(先着順) 申込みなど/12月3日(土)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。
	新春謎解きイベント 謎解き×大宮図書館 館長からの挑戦状	1/1(祝)~8(日)	会場でヒントを見つけて謎を解く	会場/児童書コーナー 申込みなど/期間中、直接、会場へ。

※その他の行事は、図書館ホームページをご確認ください。☎<https://www.lib.city.saitama.jp/>

移動図書館

大宮西部図書館 ☎664・4946 ☎667・7715

大宮西部	ステーション名	日時(雨天中止)
	三橋四丁目自治会館	12/13・27(火) 15:00~15:30

老人福祉センター

あすま荘 ☎642・1266

	事業名	日時	内容	対象/定員/申込みなど
あすま荘	健康相談	12/9・23(金) 14:00~	医師による健康に関する相談	対象/60歳以上の方 定員/5人(先着順) 費用/無料(市内64歳以下及び市外の方は入館料有) 持ち物/シルバーカード又は住所記載の証明書など 申込みなど/当日9時から、直接又は電話で、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。☎<https://www.saicity-j.or.jp/>

区役所の休日窓口(支所・市民の窓口を除く)

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・戸籍・国民健康保険・国民年金などの届出や、各種証明書の交付など、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。

問合せ ● さいたまコールセンター(8時~21時) ☎835・3156 ☎827・8656

市税の総合窓口も同日開設しています

場 所 ● 北部市税事務所(大宮区役所5階)
取扱業務 ● 税務証明の発行、市税の納付、原動機付自転車などの登録・廃車

大宮区保健センター からのお知らせ

- ・申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。ファクスの場合は、①事業名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号を記入してください。
- ・各学級の参加は、1人のお子さんに対し1回のみです。
- ・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。

電子申請 申込みはこちらから



- ・事業名を検索してお申込みください。
- ・電子申請での申込みが終了している場合などは電話でお問い合わせください。

申込み・問合せは
大宮区保健センター
TEL 646・3100
FAX 646・3169

母子健康手帳の受け取りは保健センターで

妊娠・出産包括支援センター(保健センター内)では母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。
※日時、持ち物などの詳細はホームページでご確認ください。

大宮区妊娠出産包括支援センター [検索](#)

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時 ※土・日曜日、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か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○をつけ郵送又は電話で、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 パパママ教室 定員 各10組(先着順)	1/21(土) ①9:00~10:30 ②11:20~12:50	育児や親の役割について学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日が令和5年2月20日~6月25日の方とそのパートナー	12/9(金)~ 電子申請
育児学級 定員 各12組(先着順)	1/19(木) ①13:15~14:15 ②15:00~16:00	育児について学び、遊びを通して親子のふれ合いを深める	令和4年10・11月生まれの赤ちゃんとその保護者	12/16(金)~ 電子申請
離乳食教室 定員 各13人(先着順)	1/12(木) ①13:30~14:15 ②15:00~15:45	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	令和4年8・9月生まれの赤ちゃんの保護者	12/8(木)~ 電子申請
むし歯予防教室 定員 各7組(先着順)	1/24(火) ①9:45~10:15 ②11:00~11:30	むし歯予防のために規則的な食生活や歯みがき習慣を学ぶ	令和3年8月~令和4年2月生まれのお子さんとその保護者	12/14(水)~ 電子申請
育児相談(乳児期) 定員 各10人(先着順)	12/19(月) ①9:00 ④13:00 ②10:00 ⑤14:00 ③11:00 ⑥15:00	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による育児相談やその他心配ごとの相談	1歳未満の赤ちゃんとその保護者	12/6(火)から 12/16(金)までに 電話 FAX
育児相談(幼児期) 定員 各10人(先着順)	12/20(火) ①9:00 ②10:00 ③11:00		1歳~就学前のお子さんとその保護者	12/6(火)から 前日までに 電話 FAX

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
成人保健 健康相談(予約制)	月~金曜日(祝・休日を除く) 9:00~16:30	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康に関する相談	区内在住で、健康や食生活、歯・口腔について相談がある方	事前に 電話 FAX

親子でオーレ! 楽しくふれあい運動あそび

日時 ● 1月14日(土) 10時~12時(受付9時45分~)

会場 ● NACK5スタジアム大宮(高鼻町)

内容 ● 親子のできる運動遊び、施設の見学。

対象 ● 区内在住の平成28年4月2日~平成30年4月1日生まれのお子さんとその保護者(親子ペア参加)



定員 ● 12組(先着順)

申込み ● 12月15日(休)から、[電子申請](#)で。

適正飲酒を心がけましょう

飲む量や飲み方に注意して、お酒と上手に付き合ひましょう。

~お酒を飲むときのポイント~

- ・食事と一緒に飲む
- ・強いお酒は薄めて飲む
- ・お水を合間に飲む
- ・週に2日は休肝日を作る
- ・定期的に肝臓などの検査を受ける

1日の適量の目安 ※いずれか一つ

ビール(5%) 500ml	日本酒(15%) 1合(180ml)	酎ハイ(7%) 350ml	ワイン(12%) 200ml
------------------	-----------------------	------------------	-------------------

参考:公益社団法人アルコール健康医学協会「適正飲酒の10か条」

すこやか運動教室

内容 ● 公園に備えてあるすこやか遊具などを使った運動

対象 ● おおむね65歳以上の方(参加無料)

持ち物 ● タオル、帽子、飲み物

参加方法 ● 自宅で検温し、マスクを着用の上、動きやすい服装で、直接、会場へ。

問合せ ● 区高齢介護課 TEL 646・3068 FAX 646・3165

日時	会場
12/8・22(木)	14時~15時30分 山丸公園 (雨天中止)
12/9・16・23(金)	10時~11時30分 大平公園 (雨天中止)
12/13・20・27(火)	14時~15時30分 寿能公園 (雨天時:寿能会館)