

さくらインフォメーション

※来館の際は、徒歩又は自転車・バスをご利用ください。
 ※申込みの記載のないものは、申込み不要です。
 ※対象の記載のないものは、どなたでも参加できます。
 ※費用の記載のないものは、無料です。

事業名	日時	内容	対象・定員・費用
公民館	田島公民館 ☎・FAX 863・0400 [12日(金)・29日(月)] 大久保公民館 ☎・FAX 854・8441 [休館日なし] 大久保東公民館 ☎851・6586、FAX 851・6597 [9日(火)]	土合公民館 ☎・FAX 862・5135 [19日(金)] 栄和公民館 ☎・FAX 857・1127 [24日(火)]	[]内は休館日
土合	地域の自然と歴史を学ぶ講座(後期) ①9/17(水) ②10/1(水) ③10/15(水) (全3回) 13:30~15:30	①自然との調和で築いた豊かな社会～さいたま市・埼玉県の文化 ②道の今昔物語 ③鴻沼・荒川流域の神社と伝承 【申込み】直接又は電話で(先着順)	各回50人
	なかよし文庫サロン「なかよしひろば」	9/25(水) 10:30~12:00	絵本の読み聞かせ、工作など
大久保東	パパ・ママ スマイル!! "子育てタイム" ①ひよっこ体操 ②子育てほっとタイム 10/21(火)・28(火) ①10:00~11:15 ②11:15~12:15	①親子で簡単な体操をします。 ②おもちゃの貸し借りに伴うトラブルや、子育てで大切にしたいことについて話し合います。 【申込み】9/17(水)9時から直接又は電話で(先着順) ※②は託児あり(要予約)	2歳以上の未就学児と保護者(父親歓迎) ※②は、子育てに関心のある方の参加も可 20組

桜図書館 ☎858・9090 FAX 858・9091 [休館1日(月)・8日(月)・17日(水)・22日(月)・29日(月)]			
おはなし会	9/3(水)・10(水)・24(水)・10/1(水) 15:30~16:00	絵本の読み聞かせ、本の紹介、工作など	3歳~小学生(低学年)と保護者
あかちゃんおはなし会	9/3(水)・24(水) 10:30~11:30	絵本の読み聞かせ、わらべうた、手あそびなど	2歳未満の乳幼児と保護者
2・3歳児のおはなし会	9/10(水) 10:30~11:30	絵本の読み聞かせ、わらべうた、手あそびなど	2・3歳児と保護者
「さくらんぼ」のおはなし会	9/6(土)・20(土) 14:30~15:00	すばなし、絵本の読み聞かせなど	幼児~小学生と保護者
大人のための朗読ライブ	9/21(日) 13:30~	浅田次郎「 ^{うのたま} 角苦にて」ほか	——

桜図書館大久保東分館 ☎・FAX 853・7100 [休館2日(火)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火)]			
「えくぼ」のおはなし会	9/4~10/2の毎週木曜日 16:00~16:30	絵本の読み聞かせ、紙芝居、すばなし、エプロンシアターなど	幼児~小学生と保護者

大久保東児童センター ☎851・6717 FAX 851・6718 [9日(火)13時~・23日(祝)]			
パパとあそぼう	9/20(土) 10:30~11:30	パパと一緒にミニ運動会、サイのたまちゃん(ゆるキャラ)と記念撮影会 【申込み】直接又は電話で(先着順)	乳幼児と保護者 25組
防犯教室	9/26(金) 10:30~11:30	埼玉県警察防犯指導班「ひまわり」による、楽しくてわかりやすい親子向け防犯教室 【申込み】9/3(水)10時から直接又は電話で(先着順)	乳幼児と保護者 40組

プラザウエスト (公財)さいたま市文化振興事業団 ☎858・9080 FAX 858・9020 [休館8日(月)・22日(月)]			
音楽の絵本 ~ロマネスク~	11/30(日) 14:00~ プラザウエスト さくらホール	本格的なクラシックから、映画音楽に童謡まで、動物たちが奏でる多彩な音楽の世界をお届けします。 【申込み】9/6(土)10時からSaCLaインフォメーションセンター(☎866・4600)で発売	402人(全席指定) 1,500円 ※3歳未満膝上無料
気軽にクラシックvol.19 清塚信也ピアノ・リサイタル	12/13(土) 14:00~ プラザウエスト さくらホール	クラシックピアノの英才教育を受け、日本や世界各国のコンクールで数多くの賞を受賞している清塚信也氏による才気あふれる演奏をお届けします。 【申込み】9/13(土)10時からSaCLaインフォメーションセンター(☎866・4600)で発売	402人(全席指定) 3,000円 ※未就学児不可

子育て支援講演会

子育てで大切にしたいこと ~父親の、母親の役割ってなに？

子育て、家事、そして仕事に追われる日々。しかし、すべてが自分の生活の大切な一部です。親としての経験を大事にしなが、一緒に心地よい生き方を探してみませんか？

日時 10月4日(土) 10時~11時30分
会場 田島公民館 2階視聴覚室
講師 埼玉大学教育学部 田代美江子教授

定員 50人 **託児** 8人(6か月以上の未就学児・先着順)
申込み・問合せ 9月5日(金)から直接又は電話で、田島公民館へ(先着順)。
 ☎・FAX 863・0400



桜区保健センター からのお知らせ

母子保健

申込みは、各申込日9時からで、区内在住の方が対象。
各学級の参加は、お1人のお子さんに対し1回のみ。

成人保健

健康相談は電話でも行っています。

申込み・問合せは

TEL 856・6200

FAX 856・6279

会場名がない事業は、桜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・祝休日を除く	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後28日以内の乳児と母親（里帰り出産で期間内に市内在住の方を含む）	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問の希望「有」に○をつけて投かんするか、電話で保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込み	
母子保健	マタニティクラス（母親学級）	10/20(月) 13:15～16:15 10/24(金) 9:15～13:10（全2回）	妊娠・出産・育児についての話、育児体験、調理実習、歯科健診等（ホームページ参照）	初めて出産する妊婦で、出産予定日が平成26年11月20日～平成27年3月18日の方（夫の参加も可）	25人	9/17(水)から電話で（先着順）
	離乳食教室	10/10(金) 13:15～14:35	離乳食のはじめ方	平成26年5・6月生まれの乳児の保護者	20人	9/12(金)から電話で（先着順）
	むし歯予防教室	10/1(水) 10:00～10:45	むし歯になりにくい食生活や歯みがき方法	平成25年5～10月生まれの乳幼児と保護者	10組	9/8(月)から電話で（先着順）

事業名	日時	内容	申込み・問合せ
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。 ※健康手帳がある方はお持ちください。

産後ママのための
カラダメンテナンス
～頑張るワタシにご褒美を！～

託児付（先着10人）

日時 9月25日(木) 13時25分～15時45分

内容

- ・歯科医師によるお口のチェック（歯科健診）
- ・若さの秘訣は口元にあり（ミニ講義と実習）
- ・産前ボディに戻そう！（骨盤エクササイズ）

対象・定員 区内在住の産後3か月以上2年未満の方 20人
※医師による運動制限のない方に限ります。

申込み 9月10日(水)9時から、電話で桜区保健センターへ（先着順）。
※動きやすい服装でご参加ください。（更衣室はありません）

イケてるPAPAのむし歯予防教室

わが子のむし歯は父が許さない!

日時 9月20日(土) 10時～11時15分

内容

- ・パパも一緒にむし歯予防（講義）
- ・汚れ具合を見てみよう（実習）

対象・定員 区内在住のおおむね2歳から3歳未満の幼児と父親 10組 ※母親も参加できます。

申込み 9月9日(火)9時から、電話で桜区保健センターへ（先着順）。

食生活改善推進員養成講座

日時 10月21日～11月18日の毎週火曜日（全5回）

会場 浦和区保健センター、大宮区役所等（各回異なります）

内容 食生活改善推進員となってボランティア活動をするための各種講座

定員 80人

申込み 9月5日(金)9時から、電話で桜区保健センターへ（先着順）。
※詳細は市ホームページをご覧ください。

がん検診を受診しましょう!

がんを早期発見し適切な治療につなげるため、**がん検診を受診しましょう!**

市がん検診は、平成27年3月7日(土)までです。
※対象者には「がん検診等のご案内のはがき」を4月末に送付しています。

2か月連続 健康クイズ 正解発表 (歯科編)

むし歯も歯周病も生活習慣病です。予防のために、日頃からの丁寧な歯みがきと、かかりつけ医による定期的な健診が必要です。

【第1問】

むし歯の原因は4つあります。食べ物(糖分)、歯の質、時間、あと1つは何でしょう？

答え「むし歯菌」

【第2問】

タバコを吸うことで歯周病になりやすくなりますが、ヘビースモーカー(1日20本以上)は吸わない人に比べて**何倍以上**歯周病になりやすいのでしょうか？

① 約2倍 ② 約5倍 ③ 約10倍 **答え「② 約5倍」**

たくさんのご応募ありがとうございました。10月号からは「栄養編」が始まります。