

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。

# 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。

## 公民館 大久保東 ☎851・6586 ☎851・6597

事業名	日時	内容	対象・定員・費用
大久保東 日本語ボランティア入門講座 日本語ボランティアって何？	2/25(土) 13:30~17:00	日本語ボランティアについて学び、講座の後半では実際にボランティア体験をする。 【申込み】2/7(火)~22(水)に直接、電話、ファクス又は生涯学習情報システムで(先着順)	15人

※田島公民館は、中規模修繕工事のため、3月末(予定)まで休館します。

## 桜図書館 ☎858・9090 ☎858・9091

事業名	日時	内容	対象・定員・費用
0・1・2歳児のおはなし会	3/1(火)・15(水) 10:30~11:00	絵本の読み聞かせ、わらべうた、手あそびなど 【申込み】2/15(水)9時から、直接又は電話で(先着順)	0~2歳の子どもとその保護者 4組
おはなし会	2/1~3/1の毎週水曜日 16:00~16:30	絵本の読み聞かせ、紙芝居、折り紙など 【申込み】当日15時45分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 4組
「さくらんぼ」のおはなし会	2/4(土)・18(土) 14:30~15:00	すばなし、絵本の読み聞かせなど 【申込み】当日14時15分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 4組
大人のための朗読ライブ	2/19(日) 13:30~14:30	文学作品の朗読 【申込み】当日13時15分から、直接、会場へ(先着順)	9人
市民講座 「文書館で学ぶ埼玉」	3/6(月) 10:00~11:30	県立文書館の職員を講師に迎え、昔の文書や地図に描かれた桜区の姿について学ぶ 【申込み】2/7(火)9時から、直接又は電話で(先着順)	20人

## 桜図書館大久保東分館 ☎・☎853・7100

事業名	日時	内容	対象・定員・費用
「えくぼ」のおはなし会	2/2~3/2の各木曜日 15:30~16:00	絵本の読み聞かせ、紙芝居、すばなし、パネルシアターなど 【申込み】当日15時15分から、直接、会場へ(先着順)	幼児~小学生とその保護者 3組

## 大久保東児童センター ☎851・6717 ☎851・6718

事業名	日時	内容	対象・定員・費用
工作タイム	2/12(日) 15:00~16:00	ハートのモビールを作る 【申込み】2/6(月)10時から、直接又は電話で(先着順)	小学生 5人

### 浦和レッズの社会貢献活動

浦和レッズが地域課題の解決を目指して取り組む活動『このゆびとまれっす!』の新たな施策として、赤い羽根とコラボしたマグネットを製作し、ホームゲームで募金活動を行いました。

ファン・サポーターの皆さんからお預りした募金は、グッズ製作費と埼玉県共同募金会への一部寄附を除き『このゆびとまれっす!』の活動に使用させていただきます。

今後も皆様のご協力・ご支援を募りながら、活動の輪を広げていきます。

問合せ 浦和レッドダイヤモンズ  
☎812・1001 ☎812・1212



写真提供:浦和レッズ

### 架空請求詐欺にご注意ください!



パソコンやスマートフォンにウイルス感染の警告が表示され、掲載されている偽のサポートセンターに連絡をすると、修理費として電子マネーカードを購入し、カード番号を教えるよう促す「架空請求詐欺」が発生しています。

このような請求があった場合には、すぐに警察にご相談ください。

問合せ 浦和西警察署生活安全課  
☎854・0110(代表)

※新型コロナウイルスの影響により、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページ又は各問合せへ。

沐浴等の動画公開中!

# 桜区保健センター からのお知らせ



「沐浴」「赤ちゃんの抱っこ」  
「産後のこころ」等の動画を  
市ホームページで公開中です。



電子申請はこちらから事業名  
を入力、検索してお申込み  
ください。

申込み・問合せは  
TEL 856・6200  
FAX 856・6279

**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、子ども1人に対し1回のみ。  
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・祝祭日を除く	助産師又は保健師の 訪問による育児相談	生後1か月くらいまでの乳児と 母親（里帰り出産で期間内に市 内滞在中の方を含む）	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の 訪問希望「有」に○をつけ郵送又は電話で桜 区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込み(先着順)	
母子保健	1回目 13:00~14:45 3/8(水) 15:00~16:45	妊娠中の食生活・お口の ケア・妊娠出産の話・赤 ちゃんとの生活の話、育 児体験	初めて出産する妊婦で、出産予 定日が令和5年4月16日~8月 23日の方とその夫等 ※1回目は妊婦のみ対象	各10組	2/6(月) ~2/22(水)	
						2回目 9:10~10:40 3/11(土) 11:00~12:30
	離乳食教室	3/9(木) 10:00~11:00 13:30~14:30	離乳食のすすめ方	令和4年10・11月生まれの乳児 の保護者	各10人	2/7(水) ~2/28(水)
	むし歯予防教室	3/15(水) 10:00~10:45	むし歯になりにくい食生 活や歯みがき方法	令和3年10月~令和4年4月生 まれの乳幼児とその保護者	10組	2/9(木) ~3/6(月)
	育児相談(乳児期)	3/16(木) 9:30~11:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>身長・体重測定</li> <li>保健師・管理栄養士・歯 科衛生士などによる育 児相談</li> <li>その他心配ごとの相談</li> </ul>	1歳未満の乳児とその保護者	各12組	2/15(水) ~3/2(木)
	育児相談(幼児期)	3/17(金) 9:30~11:20		1歳以上の未就学児とその保護者		
育児相談(乳幼児期)	3/3(金) 9:30~11:20	未就学児とその保護者				

電子申請のみ

事業名	日時	内容	申込み
成人保健 健康相談	月~金曜日 9:00~16:30 ※祝祭日を除く	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、桜区保健センターへ。 ※栄養・歯科相談については事前にお問い合わせください。 ※電話での相談も可能です。

## 妊娠届出と母子健康手帳の受け取りは「妊娠・出産包括支援センター(区保健センター内)」へ

妊娠・出産包括支援センターでは、助産師等の資格を持つ専門の職員が、面談をしながら母子健康手帳や妊産婦健康診査の助成券等を交付します。妊娠・出産・育児に関する情報をお伝えし、様々な疑問・悩み・相談に対応いたします。

事前にご予約をいただくと手続きがスムーズに行えます。また、電子申請での予約も可能です。

詳しくは、市ホームページでご確認ください。

### 【母子健康手帳の交付に必要なもの】

- 本人確認書類(運転免許証やパスポート等)  
※顔写真がないものは2つ以上の書類が必要になります。
- マイナンバーカード又は通知カード



電子申請



## 産後うつ病をご存じですか？

産後うつ病は、出産後に起こる「こころ」の病気です。女性ホルモンバランスの乱れや、こころとからだの疲れ等が要因となって、出産を経験した、100人のうち1~2人が産後うつ病を発症しています。

幸せいっぱいにはずなのに・・・

「赤ちゃんがかわいいと感じられない」  
「疲れを感じているのに眠れない」  
「やる気が出ない」など

育児がつらいと感じたら、頑張りすぎないことが大切です。からだを休め、自分の気持ちを誰かに聞いてもらいましょう。

また、精神科・心療内科の受診が必要なこともあります。早めに治療を受けて軽いうちに治すことが大切です。

