



今月のうんどう教室



うんどう遊具を使った、誰にでもできる楽しい運動教室です。
動きやすい服装で、お気軽にご参加ください。

会場	7月	時間
針ヶ谷小学校	お休み	14:00
鹿島台公園		15:30
調公園	14日(木)	

対象/60歳以上の方で、体力に自信のない方、運動の苦手な方(参加無料)

問合せ/区高齢介護課 ☎829・6153 ☎824・5069

うんどう遊園指導員養成講座の受講生募集

開講期日 9月～12月(全12回、各2時間程度)

会場 与野中央公園及び大戸公園

対象 区内在住の60歳以上の健康な方

募集人員 5人(応募多数の場合は選考による)

応募方法 8月5日(金)までに、電話又はFAXで住所、氏名、年齢、電話番号、応募理由を、区高齢介護課へ

問合せ 区高齢介護課

☎829・6153 ☎824・5069

公民館・図書館からのお知らせ

岸町公民館(浦和区岸町)

☎824・0168 ☎825・3230

講座名	日時	内容	対象・定員・費用	申込み
国際交流 「浦和おどり講習会」	7月9日(土) 14:00～16:00 7月14日(木) 10:00～12:00 18:30～20:30	浦和まつりへの参加を目指して浦和おどりの練習をする	どなたでも 40人・無料	不要 直接公民館へ
子育てぶらっとサロン	7月14日(木)・28日(木) 10:00～11:30	母親同士の情報交換やリフレッシュの場を提供 14日はベビーマッサージ、28日は乳児のための救命救急講座	2歳までの乳幼児とその保護者・30組 無料	不要 直接公民館へ

本太公民館(浦和区本太)

☎・☎887・4933

講座名	日時	内容	対象・定員・費用	申込み
子育てサロン 「すくすく広場」	7月25日(月) 10:00～12:00	歯科衛生士による歯磨き指導	乳幼児とその保護者 40組・無料	不要 直接公民館へ

南筒公民館(浦和区領家)

☎・☎882・1721

講座名	日時	内容	対象・定員・費用	申込み
たなばたまつり	7月2日(土) 10:00～12:00	たなばたまつりの伝承と折り紙、たんざくづくりを行う	幼児、小学生とその保護者 100人・無料	不要 直接公民館へ

中央図書館(浦和区東高砂町) ☎871・2100 ☎884・5500

休館日:4日(月)、19日(火)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
おはなし会	7月の毎週水曜日 16:00～16:30	すばなし、絵本の読み聞かせ、パネルシアターほか	幼児、小学生(親子可)	不要 直接図書館へ
あかちゃんおはなし会	7月13日(水)・27日(水) 10:00～10:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	13日…0歳～1歳6か月未満の子どもとその保護者 27日…1歳6か月～3歳未満の子どもとその保護者	

北浦和図書館(浦和区北浦和) ☎832・2321 ☎832・2324

休館日:4日(月)、11日(月)、19日(火)、25日(月)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
市民映画会	7月15日(金) 14:00～	「ロープ」 80分(DVD)	どなたでも 70人(先着順)	不要 直接図書館へ
なつの小学生おたのしみ会	8月4日(木) 【午前の部】10:30～11:30 【午後の部】14:30～15:30	工作、本の紹介など	【午前の部】小学1・2年生 30人(先着順) 【午後の部】小学3年生以上 30人(先着順)	7月13日(水)9時から、直接または電話で図書館へ

●図書館のホームページ <http://www.lib.city.saitama.jp/>





浦和区保健センター からのお知らせ

- ・対象は区内在住の方です。
- ・相談は電話でも行っています。
- ・母子保健の各学級の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです。

会場名がない事業は、浦和区役所保健センターが会場です。

浦和区常盤6-4-18

申込み・問合せは

TEL 824・3971

FAX 825・7405

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時	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、早めに保健センターへ

事業名	日時	内容	対象	申込み
両親学級 定員 24組(先着順)	8/20(土) 9:15 ~ 12:00	安心して育児ができるような話や赤ちゃんのおふろの実習	初めてお産をする方で出産予定日がH24.1/16以前の方とその夫	7/14(木) 9時~
育児学級 定員 25組(先着順)	8/3(水) 13:30 ~ 15:30	育児について楽しく学び、友達を作る	H23.5月生まれの赤ちゃんとその保護者	7/12(火) 9時~
離乳食教室 定員 40人(先着順)	8/5(金) 13:30 ~ 14:50	離乳食について楽しく学ぶ	H23.3・4月生まれの赤ちゃんの保護者	7/11(月) 9時~
むし歯予防教室 定員 各12組(先着順)	8/9(水) ①9:45 ~ 10:30 ②11:00 ~ 11:45 ※保健事業案内と時間が異なります	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	H22.3 ~ H22.8月生まれのお子さんとその保護者	7/8(金) 9時~
育児相談(乳児期)	7/8(金) 13:30 ~ 14:30	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など	1歳未満の赤ちゃん	当日 直接、会場へ
育児相談(幼児期)	7/11(月) 13:30 ~ 14:30		1歳~就学前のお子さん	
公民館等育児相談	7/25(月) 13:30 ~ 14:30 会場: 大東公民館	持ち物: 母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル	就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	対象	申込み
うらわメタ防クラブ 定員 15人(先着順)	8/27(土) 9:30 ~ 12:00	シティマラソンに挑戦! 「ゆっくりジョギング」 ※今回の会場は浦和区保健センターとなります。	運動制限のない65歳未満の方	7/13(水) 9時~

歯ミニング教室

親子「口のおもしろ発見」教室
~お口の中をのぞいてみよう~
(後援 浦和区PTA連合会)



お口に対する興味と理解を深めていただく教室です。
噛む力、お口のばい菌、適切な歯磨きの方法についてのお話や、実際に歯の中のばい菌を顕微鏡でのぞいてみたり、お口の汚れチェックをしたりします。結果はすべて、記録用の冊子にまとめます。

夏休みの自由研究としていかがですか?

日時...8月4日(木) 13時30分~ 15時30分(受付:13時~)

対象...区内にお住まいの、小学校3・4年生とその保護者

定員...24組(先着順)

費用...無料

持ち物...筆記用具・タオル・歯ブラシ・自分発見パスポート

申込み...7月7日(木)9時~ 電話で区保健センターへ

※「自分発見!」チャレンジさいたま対象事業です

親子食育講座

夏休みに参加しよう!

「元気になるお弁当★ヌゥ&うなこのおにぎり作り★」

日時...8月4日(木) 10時30分~ 12時

対象・定員...市内にお住まいのH17.4.2 ~ H20.4.1生まれのお子さんとその保護者12組(先着順)

内容...元気になるお弁当(お話し)、ヌゥとうなこのおにぎり作り(実習)

持ち物...筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、ふきん、普段使用しているお子さん用のお弁当箱

申込み...7月6日(水)9時~

電話で区保健センターへ



今月の浦和ファットサルクラブ(自主ウォーキンググループ)

日 時...毎週木曜日 9時30分~ 11時

※第1、3木曜日はウォーキング後の茶話会も実施しています。

集合場所...浦和区保健センター 1階ロビー