

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
岸町地区文化祭	10月22日(金)～24日(日) 9:00～16:00(24日は15時)	公民館サークルと地域住民による作品展示会、 芸能発表会、カラオケ大会、各種イベント等	どなたでも・無料	不要
子育てぶらっとサロン	10月14日(木)・28日(木) 10:00～11:30	育児情報の交換やリフレッシュの場の提供 14日 はリズム遊び、28日は絵本よみ・手遊び歌など	2歳までの乳幼児とその 保護者・30組・無料	
親子おはなし会	10月9日(土) 10:00～11:30	絵本の読み聞かせ、紙芝居、おりがみ 工作ほか	幼児・小学生と保護者 20人・無料	

大東公民館(浦和区大東)

☎・☎886・0656

講座名	日時	内容	対象・定員・費用	申込み
子育てサロン ぽっかぽか	10月18日(月) 10:00～12:00	子どもを遊ばせながら、子育ての悩み などを自由に話す	乳幼児とその保護者 30組・無料	不要
ベビーマッサージ	10月25日(月) A10:15～10:45 B11:00～11:30	赤ちゃんへの接し方・喜ばせ方を学び、 親子のふれあいを楽しむ	乳幼児とその保護者 各回15組(先着順)・無料	直接または電話で 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
南筒コスモス祭	10月16日(土)～17日(日)、 22日(金)～24日(日)	サークルによる芸能発表、地域住民によるカ ラオケ発表、サークルおよび地域住民による 作品展示、子どもフェスティバル、模擬店	区内にお住まいの方 無料	不要
団塊の世代講座 ライフプランセミナー	11月2日、16日 (毎回火曜日 全2回) 13:30～15:30	保険の現状、社会保障制度、保障の考え 方、生命保険の基本形、ライフプランに ついて学ぶ	概ね50歳以上の一般成人 40人(先着順)・無料	直接または電話で 公民館へ

中央図書館(浦和区東高砂町) ☎871・2100 ☎884・5500

休館日:10月4日(月)、18日(月)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
おはなし会	10月の毎週水曜日 15:30～	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
あかちゃん おはなし会	10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	
チュウチュウの おはなし会	10月2日(土)・16日(土) 14:00～14:30	すばなし、絵本の読み聞かせほか 語り手/おはなしボランティア「おはなしチュウチュウ」	幼児、小学生(親子可)	
文字・活字文化 の日記念講演会	10月31日(日) 14:00～15:30	「ベナンの村には新聞がない? ～40の 民族、40の文化～」 講師/澤山かおり氏(元海外青年協力隊 村落開発普及員)	中学生以上 70人(先着順)	10月5日(水)9時 から、直接また は電話で図書 館へ。

北浦和図書館(浦和区北浦和) ☎832・2321 ☎832・2324

休館日:10月4日(月)、12日(水)、18日(月)、25日(月)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
講演会	10月16日(土) 14:00～16:00	「屋久島の自然に学ぶ―講演と映像でつづる屋久島賛歌」 講師/佐々木弘氏(NPO法人環境教育推進協 議会監事・環境省環境アドバイザー)	70人(先着順)	10月5日(水)9時から、直接また は電話で図書館へ。
市民映画会	10月22日(金) 14:00～16:10	「レベッカ」 130分	70人(先着順)	不要
おはなし会	10月の毎週木曜日 15:30～	絵本の読み聞かせ、わらべうた、パネルシアター など	幼児、小学生 (親子可)	
えほんのじかん	10月の毎週日曜日 11:00～	絵本・紙芝居の読み聞かせ		
あかちゃん おはなし会	10月21日・28日、11月 11日・18日の各木曜日 10:30～11:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	0歳～2歳児とその保護 者各日20組(先着順) ※4日のうち1日を選 び、申し込みください。	10月6日(水)9時から、直接又は 電話で図書館へ。 ※グループ等での申し込み不 可。
あきの小学生 おたのしみ会	10月29日(金) 15:30～	すばなし、本の紹介、かがく工作(予定)など	小学生	不要

● 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
ふたごっちゃんクラブ (緑区保健センター)	11/19(金) ①13:30～16:00 ②14:00～16:00	ふたご以上の妊娠・出産・育児についての話、交流会	①ふたご以上を妊娠の方(出産予定日がH23.1.29～H23.5.6の方) ②1歳未満のふたご以上の赤ちゃんとその保護者(初めての方を優先)	10/18(月)9時～、 電話で緑区保健センターへ TEL 712・1200
定員 ①妊婦10人(先着順) ②親子8組(先着順)				

事業名	日時	内容	対象	申込み
両親学級	11/27(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H23.4/18以前の方とその夫	10/19(火) 9時～
定員 24組(先着順)				
育児学級	11/9(火) 13:30～15:30	育児について楽しく学び、友達を作る	H22.8月生まれのお子さんとその保護者	10/12(火) 9時～
定員 25組(先着順)				
離乳食教室	11/1(月) 13:30～15:00	離乳食について楽しく学ぶ	H22.6・7月生まれのお子さんの保護者	10/8(金) 9時～
定員 40人(先着順)				
むし歯予防教室	11/17(水) ①13:30～14:15 ②14:45～15:30	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	H21.6～11月生まれのお子さんとその保護者	10/15(金) 9時～
定員 各12組(先着順)	仲町公民館			
育児相談(乳児期)	10/4(月) 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歳未満のお子さん	不要
育児相談(幼児期)	10/5(火) 13:30～14:30		1歳～就学前のお子さん	持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
公民館等育児相談	10/29(金) 13:30～14:30		就学前のお子さん	
	上木崎公民館			

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 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください。	保健師による健康に関する相談、体重・体脂肪率・血圧測定。 管理栄養士による個別の栄養相談。 歯科衛生士による歯や口腔の健康に関する相談と歯みがき指導。	不要 栄養・歯科相談については事前にお問い合わせください。

仲間と一緒に楽しく運動しませんか!!

スポーツの秋です!運動不足が気になるあなたにウォーキング自主グループの浦和ファットサルクラブをご紹介します。

対象者…浦和区民で運動制限のない方

日時…10月7日(休)、10月15日(金)
(以後も毎月2回程度実施)
午前9時30分～11時30分
(雨天中止)

*参加できる日時でのみの参加でも大丈夫です。

集合場所…浦和区役所保健センター
1階ロビー

持ち物…運動できる服装、タオル、飲み物

申込み…不要

問合せ…浦和区役所保健センター

保健センター 掲示板 『こどもの目を守るために』

～10月10日は目の愛護デーです～

子どもの視力は、出生後、成長とともに「物を見る」ということにより発達していき、6歳くらいで完成します。それまでの期間に、斜視や、近視・遠視・乱視の屈折異常があり、「くっきり鮮明に物を見る」ことができなかった場合、視覚の発達が停止します。これが医学的弱視(*1)の状態ですが、8歳くらいまでに治療すれば視力の向上が期待できます。

物に近づいて見る、目を細める、斜めに見るなどの症状がある場合は医学的弱視が疑われます。しかし、片目の弱視の場合は発見されにくく、多くは健診で初めて指摘されます。

3歳になるとランドルト環(*2)の検査が理解出来るようになり、一般的には1.

0の視力が得られるとされています。3歳児健康診査などで視力の検査を行うのはそのためです。年令に応じた視力が発達していない場合や視力に左右差がある場合は、早急に原因を探し、適切な治療を受ける必要があります。

さいたま市では、3歳6か月から4歳未満の期間に3歳児健康診査を実施しています。子どもの目の異常を早期に発見するためにも3歳児健康診査を受けましょう。

*1:治療による視力の回復が期待できない社会的弱視に対して、治療により視力の向上が期待できる弱視をいいます。

*2:黒い丸の一部に切れ目があるC型の視標です。

参考資料:チャイルドヘルス2010.6