

イベントのご案内

ファミリー・バドミントン教室及び大会

日時／10月26日(日) 9時～15時30分 会場／常盤小学校 体育館(浦和区常盤) 内容／バドミントンと違いラリーが長く続き、子供から高齢者まで幅広く楽しめるスポーツです。 対象／小学生以上 定員30人(申し込み多数の場合は、抽せん) 費用／100円(保険代含む)
 主催／市体育指導委員連絡協議会浦和区支部 申込み・問合せ／往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、下記まで送付してください。10月18日必着 〒330-0064 浦和区岸町7-7-23 飯島 稔 ☎822・2533 携帯090・9379・0794

新日本フィルハーモニー交響楽団

日時／10月12日(日) 15時開演 会場／埼玉会館 大ホール(浦和区高砂) 出演／クリストフ・ゲッショルト(指揮) 児玉麻里(ピアノ) 新日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽) 曲目／モーツァルト:歌劇《魔笛》より序曲
 モーツァルト:ピアノ協奏曲第27番 変ロ長調KV595
 チャイコフスキー:交響曲第6番 口短調 作品74「悲愴」
 チケット料金／S席6,000円 A席5,000円 B席4,000円 学生B席2,000円 主催／(財)埼玉県芸術文化振興財団
 申込み・問合せ／同財団チケットセンター ☎858・5511(10時～19時)

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

講座名	日時	内容	対象・定員・費用	申込み
子育てぶらっとサロン	10月1日(水)・15日(水) 10時～11時30分	母親同士の情報交換やリフレッシュの場を提供 1日はストレッチ・ジェンカ。15日はママ手作りサッカーボール	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

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
子育てサロンほっかほか	10月20日(月) 10時～12時	子どもを遊ばせながら、母親同士で子育ての悩みなどを自由に話すことができる場 今月はベビーマッサージあり	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	10月20日(月) 10時～12時	子どもをあそびせながら、育児情報の交換、仲間づくりができる場	乳幼児とその保護者 30組・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:10月6日(月)、20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時30分～16時	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	10月8日(水)、22日(水) 10時～11時	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	8日…0歳～1歳6ヶ月未満の子どもとその保護者 22日…1歳6ヶ月～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:10月6日(月)、14日(火)、20日(月)、27日(月)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
市民映画会	10月18日(土) 14時～	「泥の河」105分	70人(先着順)	不要 直接、図書館へ
あきのおたのしみ会(文字・活字文化の日記念)	10月22日(水) 15時30分～16時30分	すばなし、絵本の読み聞かせ、工作	ひとりで見られる子ども	
おはなし会	10月1日(水)・8日(水)・15日(水)・29日(水) 15時30分～	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時～	絵本・紙芝居の読み聞かせ	幼児、小学生(親子可)	
あかちゃんおはなし会	10月22日・29日、11月12日・19日の各水曜日 10時30分～11時30分 ※4日のうち1日を選んで申し込みください。	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20組(先着順) ※グループ等での申し込みはお受けできません	

● 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。

会場がない事業は、浦和区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)	11/25(火) 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、身長・体重測定、交流会	①ふたご以上を妊娠の方(出産予定日がH21.2/4～H21.5/12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)	10/20(月)9時～、 電話で緑区保健センターへ。 ☎712・1200
定員 ①妊婦10人(先着順) ②親子8組(先着順)				

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
両親学級 定員 24組(先着順)	11/1(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H21.4/18以前の方とその夫	10/9(木) 9時～
育児学級 定員 30組(先着順)	11/5(水) 13:30～15:30	育児について楽しく学び、友達を作る	H20.7月・8月生まれの赤ちゃんとその保護者	10/15(水) 9時～
離乳食教室 定員 24人(先着順)	11/6(木) 13:30～15:00	離乳食について楽しく学ぶ	H20.6月・7月生まれの赤ちゃんの保護者	10/10(金) 9時～
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	11/11(火) 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	H19.6～H19.11月生まれのお子さんとその保護者	10/8(水) 9時～
育児相談(乳児期)	10/7(火) 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)	10/8(水) 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	10/2(木) 13:30～14:30 南菫公民館		0歳～就学前のお子さん	

事業名	日時・会場	内容	申込み
成人保健 健康相談	月～金曜日 受付時間 9:00～16:30 ※祝祭日を除く	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	直接会場へ 栄養・歯科相談については事前にお問い合わせください。 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください。

歯周病予防教室

歯周病を予防するための正しい知識と歯みがき方法を学ぶ教室です。お口は『健康の見える窓』といわれています。お口の臭いなどが気になっても、特に痛まなければつい放っておきがちです。この機会にぜひご参加ください。

日時…11月20日(木) 13時30分～

内容…歯科医師による講演・歯科衛生士によるブラッシング等の実習(当日使用する歯ブラシ・歯間ブラシ・鏡は用意します)

会場…浦和区保健センター

対象…区内にお住まいの方 定員…20人(先着順)

申込み…10月14日(火)9時から、電話で区保健センターへ

シリーズ「グッバイメタボ」⑦『歯周病と生活習慣病の関係!?』

「歯周病が全身に影響する」ということはあまり知られていないと思います。歯周病菌によって発生する毒素が血管の内皮細胞に入り込み、まるでコレステロールのように血管の内部を詰まらせ、心筋梗塞・動脈硬化など重篤な疾患を招く危険性があるのです。

また、糖尿病になると体の抵抗力が下がるため、歯周病に感染しやすくなると言われていますが、歯周病になるとさらに糖尿病が悪化する

ことがわかってきました。歯周病菌によって作られる「サイトカイン」という物質がインシュリンに影響し、血糖値のコントロールを困難にします。糖尿病の患者さんの歯石を取り、歯根面をきれいにし、ブラッシングを徹底すると血糖値が下がってくるというデータも報告されています。

生活習慣病を招かないよう、歯周病を予防するためにも、お口の健康に目を向けてみませんか。(つづく)

今月のブックスタート

日時…①10月2日(木) 14時～15時30分 ②10月19日(日) 10時～11時30分 ③10月21日(火) 10時～11時30分 ※時間はいずれも受付時間

会場…①③浦和区保健センター 5階(浦和区常盤) ②子育て支援センターおおみや(大宮区錦町 JACK大宮6階)

対象…市内在住で、4か月児健康診査の対象となる乳児とその保護者 参加方法…4か月児健康診査通知に同封の引換券を持参し、直接会場へ

問合せ…区支援課 ☎829・6139 子育て支援課 ☎829・1271