

魅力あるまちづくりグループ

⑥ 上木崎・大原グリーンコミュニティ

～浦和区コミュニティ会議～

私たちの団体は、昨年8月末に浦和区から認定を受けましたコミュニティ会議です。

私たちは、与野駅東口駅前広場の環境美化を目的に、地域の子どもたちにも参加してもらい、花の種から苗を育て、広場のフラワーポットに植え、水や肥料を与えるなどの手入れをしています。

このことにより世代を超えた交流が情操教育を育むとともに、駅を利用する方に潤いを与え、加えて放置自転車の抑止を図り、通行の安全を確保できればと考えています。

花を育てることが好きな方又は活動に興味を抱いた方は、ぜひ参加していただければと思います。ご連絡をお待ちしています！



上木崎・大原グリーンコミュニティ

代表 ● 村山祐子

問合せ ● 831・2446

「うんどう教室」に参加しませんか！

体力に自信のない方、運動の苦手な方、どなたでも参加できる教室です。



申込みは必要ありません。直接会場へお越しください。(雨天中止)

教室名	実施日		実施時間
	2月	3月	
針ヶ谷小学校	8日(休)	8日(休)	14時～15時30分
鹿島台公園	15日(休)	15日(休)	14時～15時30分
調公園	22日(休)	22日(休)	14時～15時30分

(1月の開催予定はありません)

問合せ／区高齢介護課 ☎829・6152

古い写真を探しています

常盤中学校は今年(平成19年)創立60周年を迎えます。記念誌編集にあたり常盤中学校に関する古い写真を探しています。ご協力いただける方はご連絡下さい。併せて、常盤中学校出身の著名人をご存知の方はお知らせ下さい。(式典11月17日挙行)

問合せ／常盤中学校60周年記念事業実行委員会 記念誌委員会 平井文人
☎831・1739 FAX833・7227

浦和南公民館 休館のお知らせ

アスベスト(石綿)撤去工事を行うため、下記期間中、休館となる予定です。

●休館予定期間／1月12日(金)～3月10日(土)
※詳しくは、公民館だよりでお知らせします。
問合せ／浦和南公民館 ☎822・1088



図書館からのお知らせ



◆ 図書館ホームページ <http://www.lib.city.saitama.jp/>

北浦和図書館(浦和区北浦和)

☎832・2321 FAX832・2324

* 休館日: 平成18年12月28日(木)～平成19年1月4日(木)、9日(火)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)

☆北浦和図書館の特別整理休館のお知らせ☆

平成19年12月開館予定の「(仮称)さいたま市立中央図書館」準備のため、下記の日程を特別整理休館とさせていただきます。

2月26日(月)～3月9日(金)

■ふゆのおたのしみ会

日時／1月10日(水) 15時30分～
内容／すばなし・カルタとりなど

対象／5歳位からの幼児・小学生

■おはなし会

日時／1月17日(水)、24日(水)15時～
内容／絵本の読み聞かせ、わらべうた、パネルシアターなど
対象／幼児(親子可)

■えほんのじかん

日時／1月の毎週日曜日 11時～
内容／絵本・紙芝居の読み聞かせ
対象／幼児(親子可)

※市民映画会・市民図書館講座につきましては、「(仮称)さいたま市立中央図書館」準備のため、当分の間、お休みとなります。ご了承ください。

北浦和図書館東高砂分館(浦和区東高砂町)

☎885・9983 FAX885・9984

* 休館日: 平成18年12月28日(木)～平成19年1月4日(木)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)

■おはなし会

日時／1月の毎週木曜日 16時～
内容／絵本・紙芝居の読み聞かせ、パネルシアター、工作ほか
対象／幼児(親子可)、小学生

■プチおはなし会

日時／1月の毎週土曜日 11時～
内容／絵本・紙芝居の読み聞かせ
対象／幼児(親子可)、小学生



浦和区保健センター からのお知らせ

・申込みは、各指定日 9 時からで、区内在住の方が対象。 ・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。

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
ふたごっちクラブ (桜区保健センター)	2/15木 ①13:15～15:45 ②13:45～15:45	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(分べん予定日がH19.4/27～H19.8/2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)	1/12(金)9時から、電話で、桜区保健センターへ。 TEL 856・6200
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	申込日
両親学級 定員 24組(先着順)	2/22木 13:15～16:00	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分べん予定日がH19.7/19以前の方とその夫	1/16(火)～
離乳食教室 定員 24人(先着順)	2/21水 13:30～15:00	離乳食について楽しく学ぶ	H18.9・10月生まれの赤ちゃんの保護者	1/22(月)～
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	2/14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	H17.9～H18.2月生まれのお子さんとその保護者	1/9(火)～
育児相談(乳児期)	1/24水 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)	1/25木 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	1/12(金) 13:30～14:30 領家公民館		0歳～就学前のお子さん	

事業名	日時・会場	内容	申込み
公民館等健康相談	1/12(金) 10:00～11:30…南箇公民館 1/15(月) 10:00～11:30…大東公民館 2/1(木) 10:00～11:30…本太公民館	健康に関する相談、体重・体脂肪率・血圧測定・尿検査	当日、直接、会場へ。
成人健康相談 成人歯科健康相談	1/11(木) 13:30～15:00	健康に関する相談、体重・体脂肪率・血圧測定・尿検査 歯や口腔の健康に関する相談と歯みがき指導	※健康手帳をお持ちの方は持参してください。
生活と食事健康相談 定員 3人(先着順)	2/13(火) 時間はお問い合わせください	保健師・管理栄養士による個別の食事・生活相談	1/23(火)までに電話で、保健センターへ。

生活習慣病予防教室 ファット サル(脂肪去る)クラブ

内臓脂肪型の肥満に、健診結果の「やや高め」がいくつか重なると、「動脈硬化」が進み、**心臓病や脳卒中などの命にかかわる病気を発症するリスクが高まります。この機会に、健康によい生活習慣へ変えてみませんか。**

日時・内容…1日目のみの参加でも可。(要相談)
 <1日目>2/10(土) 9:30～12:30 講義(保健師・管理栄養士)・運動実技
 <2日目>2/16(金) 9:30～12:00 運動実技
 <3日目>2/23(金) 10:00～13:00 講義・調理実習(管理栄養士)
 <4日目>個別相談(お一人30分程度、予約制)
 <5日目>3/22(木) 9:30～12:00 運動実技・グループワーク
対象者…浦和区在住で、右記(1)～(3)のすべてに該当する方、またはその家族。

- 年齢が18歳～64歳
- 医療機関で治療を受けていない方
- 健診結果が「BMI 25以上」で下記のいずれかに該当する方
 A: 「中性脂肪150mg/dl以上」または「HDLコレステロール 40mg/dl未満」
 B: 「収縮期血圧130mmHg以上」または「拡張期血圧 85 mmHg以上」
 C: 「空腹時血糖110 mg/dl以上」または「HbA1c 5.6以上」

定員…30人(先着順) **費用**…無料

会場…区保健センター

申込み…1/18(木) 9:00から、電話で区保健センターへ。



両親のための講演会

日時…2/3(土) 14:00～16:00
会場…市民会館うらわ(浦和区仲町)
内容…小児科医による親の心構えや赤ちゃんの健康についての講話と、心身のリラクソのための演奏会。

対象…市内在住の初めてお産をする方とその夫
定員…150組(先着順)

申込み…1/10(水) 9:00から、電話で区保健センターへ。

