

～市民との会話を大切にしていける施設の紹介～

地域に広がるボランティアの輪

上木崎公民館は昭和28年に開館し、一昨年で創立50周年を経過した歴史のある公民館です。

地域の皆さんが公民館を拠点として、地域ボランティアに活躍しています。その中には、赤ちゃんからお年寄りまでの健康を考える「保健愛育会」、小・中学生を見守る「青少年育成会」、ふれあい会食を行っている「杉の木ボランティア」、蕎麦打ちサークル「遊登里」、地域の福祉を守る「民生委員会」などがあります。

公民館登録サークル（現在80団体）には、子育ての仲間づくりを目的とした「子育てサークル」や運動不足の方にお勧めの「3B体操」、「フラダンス」など

色々あります。

また、公民館主催の親子公民館（囲碁、将棋、卓球、折り紙、料理）・夏休み体験講座に公民館サ

ークル会員が参加し、子どもたちに教えながら触れ合いをしています。

公民館では主催講座として「高齢者学級」、「女性講座」、「男性料理教室」、「歴史講座」、「足裏健康法」などを実施しておりますので、ぜひ気軽にご来館ください。



〒330-0071

浦和区上木崎3-2-14

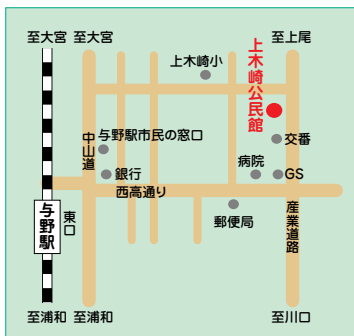
☎831・5342

☎831・5342

Eメール

kamikizaki-pub-01@city.saitama.lg.jp

与野駅東口から産業道路に向かって徒歩10分。
上木崎4丁目交差点を左に曲がり交番の隣にあります。
与野駅、北浦和駅、さいたま新都心駅からバスでお越しの際は西高入口で下車3分です



図書館からのお知らせ



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

北浦和図書館（浦和区北浦和）

☎832・2321 ☎832・2324

* 休館日：2月7日(月)、14日(月)～28日(月)（特別整理休館）

■市民映画会

●日時／2月4日(金) 14時～ ●上映作品／「雪豹」（ドキュメンタリー・80分） ●対象・定員／中学生以上・70人（先着順）

■おはなし会

●日時／2月2日(水)、9日(水) 15時～ ●内容／絵本の紹介、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／2月6日(日)、13日(日) 11時～ ●内容／絵本・紙芝居の読み聞かせ ●対象／幼児（親子可）

北浦和図書館東高砂分館（浦和区東高砂町）

☎885・9983 ☎885・9984

* 休館日：2月7日(月)、11日(金)、14日(月)～28日(月)（特別整理休館）

■おはなしかい

●日時／2月3日(木)、10日(木) 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

■プチおはなしかい

●日時／2月5日(土)、12日(土) 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

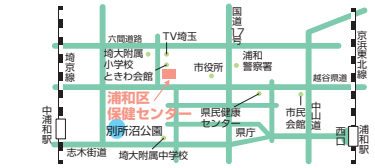




浦和区役所保健センター (浦和区常盤6-4-18) ☎824・3971 FAX 825・7405

からのお知らせ

- 西区保健センター**
(西区指扇3743)
☎620・2700
FAX 620・2769
- 北区保健センター**
(北区東大成町2-107)
☎652・8611
FAX 652・8121
- 大宮区保健センター**
(大宮区大門町3-1)
☎646・3100
FAX 646・3169
- 見沼区保健センター**
(見沼区堀崎町12-36)
☎681・6100
FAX 681・6169
- 中央区保健センター**
(中央区本町東4-4-3)
☎853・5251
FAX 857・8529
- 桜区保健センター**
(桜区道場4-3-1)
☎856・6200
FAX 856・6279



- 南区保健センター**
(南区別所7-6-1)
☎844・7200
FAX 844・7279
- 緑区保健センター**
(緑区中尾975-1)
☎712・1200
FAX 712・1279

*ご利用については区在住の方を対象としていますが、応募状況などにより、ほかの区の方の参加も可能です。詳しくは、各区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込み・問合せ
産婦・新生児訪問指導 要申込	随時	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後28日以内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、早めに各区保健センターへ。
ふたごっくクラブ (会場 西区保健センター) 要申込	3/15(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ふたご以上を妊娠中の方(分べん予定日が平成17年5月4日~8月16日の方) ②1歳未満のふたご以上の赤ちゃんと保護者(初回参加者を優先させていただきます)	①妊婦10人(先着順) ②親子8組(先着順)	2/22(火)の9時から、電話で、西区保健センターへ。

母子保健

- 下表事業の会場は浦和区保健センターです(公民館等での相談は、日時の欄の会場)。
- 各学級の参加は、お一人のお子さんに対して1回のみとなります。
- 申し込みは、各指定の申込日の9時から、電話で、浦和区保健センターへ(☎ 824・3971)。
- 区内在住の方が対象です。

事業名	日時	内容	対象	定員	申込日	
教室・学級	離乳食教室 要申込	3/23(水) 13:30~15:00	離乳食について楽しく学ぶ。	平成16年10月・11月生まれの赤ちゃんをもつ保護者	24人(先着順)	2/9(水)
	母親学級 要申込	3/7(月)・11(金)・16(水)・18(金) 13:30~16:00 (3/16は9:20~13:00)	妊娠・出産・育児などについて友達作りをしながら楽しく学ぶ。	初めてお産をする方で、分べん予定日が平成17年4月20日から平成17年8月16日までの方	30人(先着順)	2/14(月)
	両親学級 要申込	3/12(土) 9:15~12:00	安心して育児ができるような話や、赤ちゃんのおふろ実習。	初めてお産をする方で、分べん予定日が平成17年8月16日以前の方とその夫	24組(先着順)	2/15(火)
指導・相談	フッ素塗布と歯みがき指導 要申込	3/3(木) ①14:00~15:00 ②15:00~16:00	フッ素塗布・歯みがき指導を行い、むし歯を予防するための教室。	3歳児歯科健診を受けた3歳のお子さんとその保護者 ※実施日3か月以内にフッ素塗布をうけた方は除く	各25組(先着順)	2/18(金)
	育児相談(乳児期)	2/23(水) 13:30~14:30	—	1歳未満の赤ちゃん	—	当日、直接、会場へ。
	育児相談(幼児期)	2/25(金) 13:30~14:30	身長・体重測定、保健師などによる育児相談やその他心配ごとの相談。	1歳から就学前のお子さん	—	当日、直接、会場へ。
	公民館等育児相談(乳児期)	2/28(月) 13:30~14:30 針ヶ谷公民館	—	1歳未満の赤ちゃん	—	当日、直接、会場へ。

成人保健

- 健康相談は電話でも行っています。詳しくは浦和区保健センターへ(☎ 824・3971)。

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み・問合せ
女性のヘルスセミナー 要申込	3/17(木) 13:00~16:00	女性特有の病気についての正しい知識を身につけ、運動の実際を体験し、生活習慣を見直すための教室。	区内在住の18歳~39歳の女性で、健康づくりに関心のある方20人(先着順)	2/10(木)の9時から電話で、同保健センターへ。 ※託児あり(申込み時に伝えてください)
成人健康相談 介護家族健康相談 成人歯科健康相談	3/1(火) 13:30~15:00	健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定、尿検査など	—	当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。
生活と食事健康相談 要申込	3/1(火) 時間はお問合せください	保健師、栄養士による個別の食事・生活相談など	生活習慣病でお悩みの方6人(先着順)	2/8(火)までに、電話で、同保健センターへ。
公民館等健康相談	2/15(火) 領家公民館 2/22(火) 仲本公民館 3/3(木) 北浦和公民館・岸町公民館 2/18(金) 南箇公民館 2/28(月) 針ヶ谷公民館 3/2(水) 上木崎公民館 10:00~11:30	健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定、尿検査	—	当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。