



# 浦和区インフォメーション



## 岸町公民館(浦和区岸町)

☎824・0168 ☎825・3230

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
親子おはなし会 「おはなし玉手箱」	3月4日(土) 10:00～12:00	絵本「あいうえおにぎり」「すみれとあり」、折り紙 「おひなさま」ほか	幼児と保護者・小学生 20人(当日先着順)	不要
子育てぶらっとサロン	3月9日(木) 10:00～11:30	親同士の情報交換やリフレッシュの場の提供 腹話術や手話ダンスなど	おおむね2歳までの乳幼児 と保護者 30組(当日先着順)	

## 南筒公民館(浦和区領家)

☎・☎882・1721

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
コスモス文庫	3月1日・15日・22日の各 水曜日 15:30～17:00	本の貸し出し、読み聞かせなど	幼児・小学生と保護者 20人(当日先着順)	不要

## 中央図書館(浦和区東高砂町)

☎871・2100 ☎884・5500

休館日:6日(月)、22日(水)

事業名	日時	内容	対象	申込み
あかちゃん おはなし会	3月8日(水) 10:00～10:30 3月15日(水) 15:00～15:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳までの乳幼児と 保護者	不要
3時のおはなし会	3月8日(水) 15:00～15:30	絵本の読み聞かせ、おはなしなど 語り手/おはなしチュウチュウ	幼児(保護者可)	
かみコプターを つくろう!	3月29日(水) 15:00～15:45	紙コップを使ったヘリコプターの工作	小学生(保護者可)	

## 北浦和図書館(浦和区北浦和)

☎832・2321 ☎832・2324

休館日:6日(月)、13日(月)、22日(水)、27日(月)

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
おはなし会	3月2日・9日・16日・23日 の各木曜日 15:30～16:00	絵本の読み聞かせなど	3歳～小学校低学年まで (保護者可)	不要
市民映画会	3月17日(金) 14:00～	「緑園の天使」 128分(DVD)	どなたでも 70人(当日先着順)	
はるの小学生おたのしみ会	3月30日(木) 14:30～15:30	本の紹介、工作など	小学生(保護者可)	

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

## 仲本児童センター(浦和区東仲町)

☎762・8405 ☎762・8541

休館日:20日(祝)

事業名	日時	内容	対象	申込み
ハイハイサロン	3月6日(月)・13日(月) 11:00～11:45	親子ふれあいあそびと保護者の交流タイム お友だちの輪を広げましょう	0歳児と保護者	不要
土曜・日曜 プチタイム	3月11日(土)・19日(日) 11:00～11:45	親子で一緒に遊びましょう お父さんの参加も大歓迎!	未就学児と保護者	
カブラであそぼう	3月27日(月) 16:00～17:00	カブラ(つみ木)を使って、楽しい作品づくりに チャレンジ!!	小学生	





# 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。
  - ・母子保健の各事業の参加は、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。  
市役所駐車場の縮小に伴い、車での来場はご遠慮ください。

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 (土・日曜日、祝休日、 年末年始を除く)	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 と母親(里帰り出産で期間内 に市内にお住まいの方も含む)	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、早めに区保健センターへ

事業名	日時	内容	対象	申込み
出産前教室 定員 28組 (先着順)	① 4/19水	9:40 ~ 15:15	初めてお産をする方で出産予定日がH29.5/21 ~ H29.9/16の方と夫(①は妊婦、②は妊婦と夫) ※妊婦のみの参加も可能 ※全2日間の教室	3/9(木) 9時~
	② 4/22土	9:10 ~ 11:50		
育児学級 定員 30組 (先着順)	4/26水	13:30 ~ 15:30	H29.1月生まれの赤ちゃんと保護者	3/7(火) 9時~
離乳食教室 定員 35人 (先着順)	4/20木	13:30 ~ 14:50	H28.11・12月生まれの赤ちゃんの保護者	3/6(月) 9時~
むし歯予防教室 定員 各12組 (先着順)	4/12水	① 9:45 ~ 10:30 ② 11:00 ~ 11:45	H27.11 ~ H28.4月生まれのお子さんと保護者	3/14(火) 9時~
育児相談(乳児期)	3/22水	13:30 ~ 14:30	1歳未満の赤ちゃんと保護者	当日直接、会場へ
育児相談(幼児期)	3/23木	13:30 ~ 14:30	1歳~就学前のお子さんと保護者	

事業名	日時	内容	申込み
健康相談	月~金曜日 9:00 ~ 16:30 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください	①保健師による健康相談、体重・血圧測定 ②管理栄養士による栄養相談 ③歯科衛生士による歯や口腔相談と歯みがき指導	①については当日直接、 会場へ ②③については事前 にお問い合わせください

## いざというとき、大事な家族を守るために~災害時の備えとして、日頃から持ち出すものをお考えおきましょう~

地震や水害などの災害に備え、日頃から家族で集合場所などを確認し、話し合っておきましょう。

### 非常用持ち出し品チェックリスト(例) (参考)さいたま市母子健康手帳別冊

**赤ちゃん用** ※月齢等に応じて、各家庭に必要なものを用意  
(いつものお出かけバッグに常備してすぐ手の届くところに)

- 粉ミルク(3日間)
- 飲料水(1日分)
- 離乳食用スプーン
- おやつ
- ベビーフード(容器入りのレトルトタイプが便利)
- おしりふき(ウェットティッシュ)
- バスタオル
- ベビー用の着替え(1日分)
- 母子健康手帳・健康保険証
- 哺乳瓶
- 紙オムツ(3日分)
- 抱っこひも
- おもちゃ



**保護者用** (リュックに常備して持ち出しやすいところに)

- 非常食
- 現金(小銭も)
- 健康保険証
- 着替え(1日分)
- マスク
- 懐中電灯(予備の電池も)
- 常備薬・救急用品(消毒液・絆創膏など)
- おりものシート・生理用品
- 携帯電話と充電器(電池式)
- 筆記用具(ボールペン・マジック)
- 飲料水
- 通帳
- 印鑑
- 靴など履きもの
- ビニール袋
- 携帯ラジオ(予備の電池も)



上記以外にも、災害復旧までの間、生活できるように備蓄品として、水・食糧・生活用品など最低3日分の備えをしましょう。

## 早期発見のために乳がんセルフチェックを行いましょ

乳がんは、女性に発症するがんの中で一番多く、成人女性なら誰でもなりうる病気です。特に、40歳代後半に最も多く発症すると言われてい

ます。乳がんは自分で発見できる唯一のがんです。早期発見できれば、9割以上の方が治ると言われています。大切な命を守るため、定期的に乳がん検診を受診してください。

また、早期発見の鍵となるセルフチェックを毎月1回、心がけましょ。

