



浦和区インフォメーション



岸町公民館(浦和区岸町)

☎824・0168 FAX 825・3230

事業名	日時	内容	対象	申込み
おもちゃの病院	8月18日(土) 10:00～15:00 (受付は14:00まで)	おもちゃドクターによるおもちゃの修理 (テレビゲームは扱いません) ※無料(部品代がかかります)	幼児・小学生と保護者	不要
子育てぶらっとサロン	8月23日(木) 10:00～11:30	保護者同士の情報交換やリフレッシュの場を提供 「みんなで歌おう」	2歳以下の乳幼児と保護者	

針ヶ谷公民館(浦和区針ヶ谷)

☎・FAX 833・4165

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
【若者応援事業】 シェイプボクシングに チャレンジ!	9月1日(土)・8日(土) (全2回) 10:00～11:30	ボクサーが行うシャドーボクシング に音楽を取り入れたエクササイズ	概ね16歳～39歳の方 20人(先着順) 無料	8月6日(月)9時から、直接又は 電話で、針ヶ谷公民館へ。

上木崎公民館(浦和区上木崎)

☎・FAX 831・5342

事業名	日時	内容	対象・定員	申込み
わくわく!夏休みコン サート	8月22日(水) 13:30～15:00	小・中学生向けのコンサート 楽器の面白い話など盛りだくさん!	小学生と中学生(小学1 ～3年生は保護者同伴) 80人(先着順)	8月3日(金)から、直接又は 電話で、上木崎公民館へ。 生涯学習情報システムで も申込みます。
親子で楽しむ人形劇	8月24日(金) 10:30～11:30	「さるかに合戦」 「大きなカブ」	未就学児、小学1～3年 生と保護者 25組(先着順)	

中央図書館(浦和区東高砂町)

☎871・2100 FAX 884・5500

休館日:6日(月)、20日(月)

事業名	日時	内容	対象	申込み
チュウチュウの おはなし会	8月4日(土)・18日(土)、 9月1日(土) 14:00～14:30	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・小学生 (保護者可)	不要
あかちゃんおはなし会	9月5日(水) 15:00～15:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳以下の乳幼児と保護者	

北浦和図書館(浦和区北浦和)

☎832・2321 FAX 832・2324

休館日:6日(月)、13日(月)、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	8月17日(金) 14:00～	「不思議の国のアリス」(73分) 監督:クライド・ジェロニミ	70人(当日先着順) ※13時10分から整理券配布	不要
おはなし会	8月30日(木) 15:30～16:00	絵本の読み聞かせなど	3歳～小学校低学年 (保護者可)	

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

仲本児童センター(浦和区東仲町)

☎762・8405 FAX 762・8541

休館日:11日(祝)

事業名	日時	内容	対象	申込み
ハイハイサロン	8月3日(金) 11:00～11:45	音のでるおもちゃづくり 「高校生と乳幼児のふれあい交流事業」として高 校生が参加 持ち物:バスタオル	0歳児と保護者	不要
日曜プチタイム	8月5日(日) 11:00～11:45	親子で一緒に遊びましょう 「新聞紙遊び」 お父さんの参加も大歓迎!	未就学児と保護者	
おはなしひろば	8月9日(木) 15:00～15:30	ボランティアさんによる小学生向けの読み聞か せ会	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
母子保健	出産前教室	① 9/12(水) 9:40 ~ 15:15 ② 9/22(土) 9:10 ~ 11:50	初めてお産をする方で出産予定日がH30.10/21 ~ H31.2/16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	8/15(水) 9時~
	育児学級	9/19(水) 13:30 ~ 15:30	H30.6月生まれのおちゃんと保護者	8/16(木) 9時~
	離乳食教室	9/7(金) 13:30 ~ 14:50	H30.4・5月生まれのおちゃんの保護者	8/9(木) 9時~
	むし歯予防教室	9/11(火) ① 9:45 ~ 10:30 ② 11:00 ~ 11:45	H29.4月~ H29.9月生まれのおさんと保護者	8/14(火) 9時~
	定員 各12組(先着順)			

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 ※健康手帳をお持ちの方は持参してください。	①保健師による心と体の健康相談、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に関する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。

8月は食品衛生月間です

細菌が原因となる食中毒は夏場に多く発生しています。食中毒は、飲食店だけでなく、家庭でも発生します。次のポイントを守って、家庭での食中毒を予防しましょう。

食中毒予防の3原則

食中毒菌を「つけない、ふやさない、やっつける」

- ①「つけない」
料理を作る前や食事の前には石けんを使い、しっかり手を洗いましょう。
- ②「ふやさない」
生鮮食品はできるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。
- ③「やっつける」
中心までよく加熱しましょう。肉を切ったまな板などは熱湯をかけて殺菌しましょう。

熱中症の応急処置

周囲の人で熱中症が疑われるとき、落ち着いて状況を確認してから対応しましょう。

- チェック① 熱中症を疑う症状がありますか?**
めまい、失神、筋肉痛、筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛、吐き気、おう吐、倦怠感、意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温など。
- チェック② 呼びかけに応えますか?**
応えない場合は救急車を呼びましょう。涼しい場所へ移動し、服を緩めて体を冷やしましょう。
- チェック③ 水分を自力で摂取できますか?**
摂取できない場合は医療機関を受診しましょう。
- チェック④ 症状がよくなりましたか?**
よくならない場合は医療機関を受診しましょう。

ふたごの集い

ふたご以上のお子さんを育てている喜びや悩みを保護者同士で話し合ってみませんか。



- 日時…9月20日(木) 10時~11時
対象…①就園前のふたご以上のおさんと保護者
②ふたご以上を妊娠している方
(保護者のみの参加も可、当日の託児なし。)
持ち物…飲み物、オムツの替えなど外出に必要なもの
申込み…8月17日(金)9時から、電話で、区保健センターへ。

私のための口元からアンチエイジング

健康で魅力的な口元をつくる秘けつを伝授します。その後は、顔ヨガ。10年後の私は私が決める!

- 日時…9月6日(木) 10時~12時
対象…区内在住で18歳以上の女性
内容…①日本歯周病学会専門医による講義
②ヨガインストラクターによる顔ヨガの実技
定員…30人(先着順)
持ち物…筆記用具・タオル・飲み物
申込み…8月8日(水)9時から、電話で、区保健センターへ。

