



※費用の記載が無い場合は、原則無料です。  
 ※申込みの記載が無い場合は、申込み不要です。

**公民館** 岸町公民館 ☎824・0168 ファク825・3230 上木崎公民館 ☎・ファク831・5342 北浦和公民館 ☎・ファク832・3139  
 区内の全公民館は12月29日(土)から平成31年1月3日(木)までお休みです。

	事業名	日時	内容	対象/定員/申込み
岸町	親子おはなし会 「おはなし玉手箱」	12/8(土) 10:00～12:00	絵本の読み聞かせ、折り紙「クリスマス飾り」、手あそび、紙芝居、工作など	幼児と保護者・小学生
上木崎	救急救命講習	H31.1/21(月) 9:00～12:00	救命に必要な応急手当、成人に対する心肺蘇生法、AEDの取扱いなど	市内在住・在勤・在学で、中学生以上の方/30人(先着順) / 12月21日(金)から、直接又は電話で、同館へ。
北浦和	知的で素敵なボードゲーム	1/12(土) 13:30～16:30	ボードゲームの魅力について解説を聞きながら、ゲームを楽しむ	おおむね16～39歳の方/20人(先着順) / 12月4日(火)～平成31年1月7日(月)に、直接又は電話で、同館へ。

**図書館** 中央図書館 ☎871・2100 ファク884・5500 休館日:3日(月)、17日(月)、29日(土)～平成31年1月4日(金)  
 北浦和図書館 ☎832・2321 ファク832・2324 休館日:3日(月)、10日(月)、17日(月)、26日(火)、29日(土)～平成31年1月4日(金)  
 ●図書館のホームページ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

	事業名	日時	内容	対象/定員/申込み
中央	あかちゃんおはなし会	12/5(水)・19(水) 15:00～15:30 12/12(水) 10:00～10:30	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
	0～1歳児の保護者のための絵本とアートの楽しみ方講座	12/18(火)・19(水) 10:00～11:00	0歳からの成長にあわせた抽象絵本の楽しみ方(各回とも同内容)	1歳以下の乳幼児と保護者/各20組(先着順) / 12月5日(火)9時から、電話で、同館へ。
	科学あそびでマジックショー!	12/26(水) 10:00～11:30	科学あそび、工作、本の紹介など	幼児・小学生(保護者可) / 30人(当日先着順)
北浦和	市民映画会	12/21(金) 14:00～ ※13:10～整理券配布	「鉄道員(ぽっぽや)」(112分) 監督:降旗康男	70人(当日先着順)
	ふゆのこども会	12/25(火) 10:00～10:40	人形劇など	幼児・小学生(保護者可)

**仲本児童センター** ☎762・8405 ファク762・8541 休館日:23日(祝)、24日(休)、29日(土)～平成31年1月3日(木)

事業名	日時	内容	対象
プチタイム(お誕生会)	12/14(金) 11:30～11:50	12月生まれのお誕生会 一緒にお祝いしてくれるお友だちも大歓迎	未就園児と保護者
ハイハイサロン	12/17(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 持ち物:バスタオル	0歳児と保護者
冬のおたのしみ会	12/21(金) 14:00～15:00	楽しいゲームで盛り上がりよう! ※中学生、高校生ボランティアも大歓迎!! (ボランティア希望の方は、電話で児童センターまで)	小学生

## 浦和区市民活動ネットワークの催し

浦和区市民活動ネットワーク連絡会  
 ☎<https://urawaku-network.jimdo.com/>  
 (各団体のホームページはこちらからアクセスできます)



行事名	日時/会場	対象/定員/費用	申込み/問合せ
スターチスの音楽とおはなしの会～読みきかせ・歌・手遊び・茶話会～	12月16日(日) 11:00～12:00 /二代目串長(浦和区仲町)	小学生以下の子どもと保護者/20人(当日先着順) / 大人100円、子ども50円(0歳は無料)	当日、直接、会場へ。 /癒しの広場スターチス(担当:関) ☎678・3337
お宝探検隊冬講座「地元の古文書講座1.2.3」(全3回)	平成31年1月17日(木)・24(木)・31(木) 10:00～12:00 /岸町公民館(浦和区岸町)	市内在住・在勤の方/30人(抽選)/1,000円(3回分)	12月25日(火)までに、往復はがきで、講座名、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、性別、年齢、電話番号を、問合せ先へ。 ※団体ホームページでも申し込みます。 /コミュニティキャンパス浦和(担当:磯) 〒330-0055浦和区東高砂町11-1 コムナーレ9階メールボックスB-52 ☎090・4096・9351(月～金曜日の9時～12時※祝・休日を除く)





# 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 H31. 1 /16水	9:40 ~ 15:15	初めてお産をする方で出産予定日がH31.2/20 ~ 6/18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	12/7(金) 9時~
	② 1/26土	9:10 ~ 11:50		
育児学級 定員 30組 (先着順)	1/9水	13:30 ~ 15:30	H30.10月生まれの赤ちゃんと保護者	12/6(木) 9時~
離乳食教室 定員 38人 (先着順)	1/24木	13:30 ~ 14:50	H30.8・9月生まれの赤ちゃんの保護者	12/11(火) 9時~
むし歯予防教室 定員 各12組 (先着順)	1/17木	① 9:45 ~ 10:30 ② 11:00 ~ 11:45	H29.8月~ H30.1月生まれのお子さんと保護者	12/13(木) 9時~
育児相談(乳児期)	12/17月	13:30 ~ 14:30	0歳の赤ちゃんと保護者	当日、直接、会場へ。
育児相談(幼児期)	12/18火	9:30 ~ 10:30	1歳~就学前のお子さんと保護者	

事業名	日時	内容	申込み
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 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。

## 出張育児相談 (乳幼児期)

普段は遠くて保健センターへ来るのが難しいお父さん、お母さん!  
是非、お気軽にご相談ください♪

- 日時**…平成31年1月28日(月)  
13時30分~ 16時 (受付は14時30分まで)
- 会場**…子ども家庭総合センター あいぱれっと (浦和区上木崎)
- 内容**…身長・体重測定  
保健師、管理栄養士、歯科衛生士による相談
- 対象**…区内在住の乳幼児とその保護者
- 定員**…40組 (先着順)
- 持ち物**…母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル
- 申込み**…12月10日(月)~平成31年1月25日(金)の  
9時~ 17時に直接又は電話で、区保健センターへ。



### 子ども家庭総合センター「あいぱれっと」とは

子ども・家庭、地域の子育て機能を総合的に支援する施設です。子どもや家庭に関する相談窓口や、親子で遊べるスペース、屋根付き運動場などを設けています。



あいぱれっと  
ホームページ

## インフルエンザを予防しよう!

寒く乾燥した季節になると、インフルエンザが大流行します。  
日頃から次のことを心がけましょう。

「手洗い」と「うがい」を  
しよう!



マスクをして  
咳エチケットを守ろう!



部屋の湿度を保とう!  
(50%~60%)

適度に部屋の換気を  
しよう! (1時間に1回程度)

休養・栄養・適度な運動  
規則正しい生活を!

