



インフォメーション



※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 ☎825・3230

行事名	日時	内容	対象
岸町 子育てぶらっとサロン	3/7(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 子育てトーク	2歳以下の乳幼児と保護者

図書館 中央図書館 ☎871・2100 ☎884・5500 休館日:4日月、18日月 北浦和図書館 ☎832・2321 ☎832・2324 休館日:4日月～8日金、11日月、18日月、25日月 ●図書館のホームページ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

行事名	日時	内容	対象/定員	
中央	あかちゃん おはなし会	3/6水・20水、4/3水 15:00～15:30 3/13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
	3時のおはなし会	3/13水・27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 浦和子どもの本連絡会	幼児・小学生(保護者可)
	ロケットを作って飛 ぼう!～わごむの 力をつけて～	3/27水 10:00～11:00	絵本の読み聞かせ、本の紹介、新聞口 ケットの工作	自分で工作ができる小学生以下 のお子さん(保護者可)(当日先 着順) / 30人
	はるやすみ 子ども人形劇	3/29金 10:00～11:00	人形劇団「モナリ座」による人形劇 「おおかみと七ひきの子やぎ」ほか	幼児・小学生(保護者可)
北浦和	あかちゃん おはなし会	3/14木・28木 10:30～11:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど (各回とも同内容)	2歳以下の乳幼児と保護者 / 各 30組(当日先着順)
	おはなし会	3/14木・28木 15:30～16:00	絵本の読み聞かせなど	3歳～小学生(保護者可)
	市民映画会	3/15金 14:00～ ※整理券配布13:10～	「黄昏」(112分) 監督:ウィリアム・ワイラー	70人(当日先着順)
	えほんのじかん	毎週日曜日 11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、紙芝居など	幼児・小学生(保護者可)

仲本児童センター ☎762・8405 ☎762・8541 休館日:21日祝

行事名	日時	内容	対象
おまごとしよう	3/12(火) 10:00～15:00	おまごとのお部屋で楽しく遊びましょう	未就園児と保護者
ハイハイサロン	3/18(月) 11:00～11:45	足形とりと保護者の交流タイム お友達の輪を広げましょう 持ち物:バスタオル	0歳児と保護者
卓球タイム	毎週火・金曜日 15:00～ 毎週日曜日 13:15～	みんなで卓球をしよう! (卓球台は2台で交代制です)	小学生以上

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
第17回浦和北公園ふれあいま つり～浦和おどり・玉すだれ・バ ザー・演奏・交通安全教室等～	3月31日(日) 10:00～15:00 /浦和北公園広場 (浦和区常盤)	どなたでも	北浦和ふれあいま実行委員会 ☎090・4593・2682
一万歩クラブ第39弾 別所沼から田島・鴨川堤桜通り公園 (予定コース) 秋ヶ瀬緑道、田島ヶ原サクラ ゾウ自生地ほか ※プラザウエスト(桜区道場) で解散	4月7日(日) 9:30～12:30 ※小雨決行 /別所沼公園内 公 園事務所前(南区別 所)(9:15集合)	30人(抽選) /300円	3月25日(月)(必着)までに、往復はがき(1通3人まで 可)で、行事名(田島・鴨川堤桜通り公園)、住所、 氏名(参加者全員)、年齢、電話番号を、問合せ先へ。 /浦和ガイド会 〒330-0055浦和区東高砂町11-1 コーナー9階メールボックスC-02 ☎080・6538・1054(月～土曜日 13:30～15:30) ☎647・0126((公社)さいたま観光国際協会)





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。**

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	申込み	
母子保健	出産前教室 定員 28組 (先着順)	① 4/17(水) 9:40 ~ 15:15 ② 4/27(土) 9:10 ~ 11:50 ※全2回	初めてお産をする方(出産予定日H31.5/21 ~ 9/16)と夫(①は妊婦、②は妊婦と夫) ※妊婦のみの参加も可能	3/12(水) 9:00 ~
	育児学級 定員 30組 (先着順)	4/24(水) 13:30 ~ 15:30	H31.1月生まれの子と保護者	3/5(水) 9:00 ~
	離乳食教室 定員 38人 (先着順)	4/12(金) 13:30 ~ 14:50	H30.11・12月生まれの子の保護者	3/8(金) 9:00 ~
	むし歯予防教室 定員 各12組 (先着順)	4/18(木) ① 9:45 ~ 10:30 ② 11:00 ~ 11:45	H29.11月 ~ H30.4月生まれのお子さんと保護者	3/6(水) 9:00 ~

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。

災害に備えて準備しておきましょう! ~赤ちゃんのために~

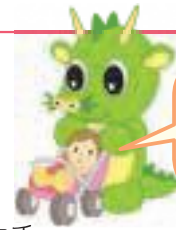
持ち出すものをリュックに常備して、すぐ手の届く場所に置いておきましょう。非常用持ち出し品以外にも、災害復旧までの間生活できるように、水・食糧・生活用品など最低3日分の備えが必要です。また、日頃から家族で集合場所などを確認し、話し合っておくことが大切です。

非常用持ち出し品 チェックリスト (赤ちゃん用)



- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 粉ミルク | <input type="checkbox"/> おやつ | <input type="checkbox"/> 着替え |
| <input type="checkbox"/> 哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> おもちゃ | <input type="checkbox"/> おしりふき |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 紙おむつ | <input type="checkbox"/> バスタオル |
| <input type="checkbox"/> ベビーフード | <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 | <input type="checkbox"/> 抱っこひも |
| <input type="checkbox"/> 離乳食用スプーン | <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> ガーゼやハンカチ |

※これらは一例です。月齢等に応じて用意しましょう。



ママやパパの
分も準備して
おいてね。

(参考)
さいたま市母子健康手帳別冊

お口の機能健康診査を受けましょう

高齢期における歯や口の機能維持は、食べる楽しみ、低栄養・脱水予防、誤嚥・窒息予防、社会参加などに繋がります。

今年度の実施期間は、**3月31日(日)まで**です。

対象…昭和17年4月1日以前生まれの方、
昭和17年4月2日~昭和18年4月1日生まれで
後期高齢者医療被保険者でない方

検診項目…問診、口腔内検査、口腔機能評価

受診場所…市内実施医療機関

持ち物…「がん検診等のご案内」のはがき、
市内在住者であることが分かるもの

※成人歯科健康診査、訪問歯科健康診査の実施期間も、3月31日(日)までです。



3月のすこやか運動教室

会場内の遊具を使った運動です。

会場	期日	時間
針ヶ谷小学校 (浦和区領家)	14日(木)・28日(木)	14:00 ~ 15:30
鹿島台公園 (浦和区仲町)	20日(水)	
調公園 (浦和区岸町)	7日(木)・14日(木)・28日(木)	

※鹿島台公園のみ雨天中止

対象 / おおむね65歳以上の方 **費用** / 無料

問合せ / 区高齢介護課

TEL 829・6153 FAX 829・6238