

【新型コロナウイルスの影響により、事業内容が変更になる場合があります。詳しくは、市ホームページや各問合せ先へ。】

# うらわ 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。

## 区内公民館一覧

●公民館の催しは、生涯学習情報システム (<https://gakushu.city.saitama.jp/>)でもご覧いただくことができます。

岸町公民館(岸町)	TEL 824・0168 FAX 825・3230	針ヶ谷公民館(針ヶ谷)	TEL・FAX 833・4165
領家公民館(領家)	TEL・FAX 831・2265	本太公民館(本太)	TEL・FAX 887・4933
浦和南公民館(神明)	TEL・FAX 822・1088	仲町公民館(常盤)	TEL・FAX 822・8425
上木崎公民館(上木崎)	TEL・FAX 831・5342	常盤公民館(常盤)	TEL・FAX 832・1841
大東公民館(大東)	TEL・FAX 886・0656	北浦和公民館(北浦和)	TEL・FAX 832・3139
仲本公民館(本太)	TEL・FAX 882・4695	南筒公民館(領家)	TEL・FAX 882・1721

■針ヶ谷公民館休館のお知らせ 改修工事のため、次の期間休館します。期間(予定):8月1日(出)~令和3年2月28日(日)

**図書館** 中央図書館 TEL 871・2100 FAX 884・5500 休館日:6日(月)・20日(月)  
北浦和図書館 TEL 832・2321 FAX 832・2324 休館日:6日(月)・13日(月)・20日(月)・27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/申込み
中央	チュウチュウのおはなし会	7/4(土)・18(土)、8/1(土) 14:00 ~ 14:30	絵本の読み聞かせ、おはなしなど	3歳~小学生(保護者可)
	あかちゃんおはなし会	7/8(水) 10:00 ~ 10:30 7/15(水) 15:00 ~ 15:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳以下の子どもと保護者
	3時のおはなし会	7/8(水) 15:00 ~ 15:30	絵本の読み聞かせ、おはなしなど	3歳~小学生(保護者可)
北浦和	おはなし会	7/2 ~ 16の毎週木曜日 15:30 ~ 16:00	絵本の読み聞かせなど	3歳~小学生(保護者可)
	あかちゃんおはなし会	7/9(木) 10:30 ~ 11:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど 各日とも同内容	2歳以下の子どもと保護者 / 30組(当日先着順)
	えほんのじかん	毎週日曜日 11:00 ~ 11:30	絵本の読み聞かせなど	小学生以下の子ども(保護者可)

**仲本児童センター** TEL 762・8405 FAX 762・8541 休館日:23日(祝)・24日(祝)

	行事名	日時	内容	対象
	土曜・日曜プチタイム	7/4(土)・12(日) 11:00 ~ 11:45	4日は工作、12日はお祭りごっこ	未就学児と保護者
	ハイハイサロン	7/6(月)・20(月) 11:00 ~ 11:45	6日は工作、20日は助産師による親子ふれあいあそび 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
	夏のおたのしみ会	7/20(月) 14:00 ~ 15:00	この日だけの特別なゲームで盛り上がりよう! 持ち物:くつを入れる袋	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  
TEL <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
ハンドセラピー養成講座 手のひらの温もりを通した癒しのケア [A:首と肩、B:手と腕]	7/26(日) A:9:30~12:00 B:13:30~16:00 /浦和コミュニティセンター 第14集会室(浦和駅東口・コ ムナーレ10階)	18歳以上の方 /各20人(先着順) /各2,000円	7/4(出)から、電話又はFAXで、住所、氏名、電話番号を、 問合せ先へ。 /NPO法人ハンドセラピー・彩(押元) TEL 090-4521-6949 FAX 651-3801



**区役所の休日窓口** (支所・市民の窓口を除く)

問合せ さいたまコールセンター(8時~21時)  
TEL 835・3156 FAX 827・8656

日時 **7月26日(日)** 8時30分~17時15分

主な取扱業務 住民異動届、戸籍・国民健康保険・年金などの届出業務、  
各種証明書の交付など、区役所の一部の業務

※マイナンバーカードに関する手続きはできません。

**市税の総合窓口も同日開設しています**

場所/南都市税事務所(ときわ会館2階)  
取扱業務/税務証明の発行、市税の納付、原動機付自転車等の登録・廃車



# 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。  
 申込先の記載がない事業は、浦和区保健センターへお申し込みください。

## 電子申請はこちらから



- ・事業名を検索してお申し込みください。
- ・電子申請での申込みが終了している場合は電話でお問い合わせください。

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○をつけて郵送、又は電話で、区保健センターへ。

事業名	日時	内容	対象	申込み	
母子保健	むし歯予防教室	8/4(火) 9:45～10:30 11:00～11:45	むし歯予防のために規則的な食生活や正しい歯みがき習慣を学ぶ	H31.3月～R元.9月生まれの子どもと保護者	7/9(木) 9:00～
	離乳食教室	8/25(火) 13:30～14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	R2.3月・4月生まれの子どもの保護者	7/14(火) 9:00～
	母親学級	8/5(水) 9:40～15:15	初めてお母さんになる方が、妊娠中の栄養と歯の健康をお話や実習をとおして楽しく学ぶ	初めてお産をする方(出産予定日R2.9/20～R3.1/23)	7/10(金) 9:00～
	両親学級	8/22(土) 9:10～11:50	初めてお父さんお母さんになる方が、出産前に妊娠・出産・育児等について、お話や実習をとおして楽しく学ぶ	初めてお産をする方(出産予定日R2.9/20～R3.1/23)と夫	7/10(金) 9:00～
	育児学級	8/26(水) 13:30～15:30	育児について楽しく学び、遊びをとおして親子のふれあいを深める	R2.5月生まれの子どもと保護者	7/15(火) 9:00～

## 食生活改善推進員養成講座 ～私たちの健康は私たちの手で～

対象／市内在住で、食生活改善推進員となってボランティア活動ができる方  
 定員／70人(先着順)  
 費用／無料(ただし、会員研修への参加には食材費等の実費がかかります)  
 申込み／7月7日(火)9時から、電話で、区保健センターへ  
 1コース 4日間(時間は変更になる場合があります)  
 ※1日目と2日目の間に、会員研修に参加していただきます。

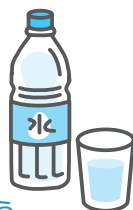
日時	会場	内容
①8/20(木) 9:50～15:05	大宮区役所(大宮区吉敷町)	講義
②11/5(木) 10:00～15:10	浦和区役所保健センター	講義
③11/12(木) 9:50～11:40	与野本町コミュニティセンター(中央区本町東)	講義・運動実技
④11/19(木) 9:50～14:40	大宮区役所(大宮区吉敷町)	講義・グループワーク

## 7月は熱中症予防強化月間です

熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。特に乳幼児や高齢者は注意が必要です。また、熱中症は屋内でも発生し、マスク着用中は、より暑さを感じやすいため注意しましょう。正しい知識をもち、熱中症を予防しましょう。

### 【熱中症予防のポイント】

- こまめに水分をとりましょう
- 上手にエアコン・扇風機を使いましょう
- 暑い日、湿度の高い日は特に注意しましょう
- 栄養と休養をとりましょう
- 周りの人にも気を配り、声をかけ合いましょう



## 妊娠・出産包括支援センター 7月の出張窓口

浦和駅市民の窓口に母子保健相談員が出張します。母子健康手帳を受け取る際は是非以下の時間帯をご利用ください。  
 ※不在になる時間帯があります。

期日	時間
3日(金)・13日(月)・21日(火)・29日(水)	11:00～19:00 (受付は18:30まで)

持ち物／①本人確認書類  
 ②マイナンバーカード又は通知カード