

【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。

**図書館** 中央図書館 ☎871・2100 ㊟884・5500 休館日：1日(月)～4日(木)・15日(月)  
北浦和図書館 ☎832・2321 ㊟832・2324 休館日：1日(月)～4日(木)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29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	3/20(祝)・4/3(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) / 各15組(先着順) / 3/11(休)9時から、電話で、同館へ
	3時のおはなし会	3/24(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) / 15組(先着順) / 3/11(休)9時から、電話で、同館へ
	あかちゃんおはなし会	4/7(水)・21(水) 15:00～15:30 4/14(水)・28(水) 10:00～10:30	絵本の読み聞かせ、わらべ歌など 各日とも同内容	2歳以下の子どもと保護者 / 各5組(先着順) / 3/17(休)9時から、電話で、同館へ ※原則、1組1回のみ申込み
北浦和	おはなし会	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) / 各20人(先着順) / 各回1週間前の木曜日16時から、電話又は直接、同館へ

## 仲本児童センター ☎762・8405 ㊟762・8541 休館日：20日(祝)

行事名	日時	内容	対象/定員	申込み
わいわいタイム	3/18(木) 10:00～10:30 11:00～11:30	手遊び、ふれあい遊びなど 親子で遊びましょう	1歳以上の未就園児と保護者 / 各8組(抽選)	3/5(金)～10(水)に、 電話(10:00～16:00)又は 直接(9:00～18:00)、同センターへ
日曜プチタイム	3/21(日) 10:00～10:30	詳細は、同センターへ	未就学児と保護者 / 8組(抽選)	
ハイハイサロン	3/21(日) 11:00～11:30 3/22(月) 10:00～10:30 11:00～11:30	※申込みは、1家族につき 1行事でお願いします	0歳児と保護者 / 各8組(抽選)	

## 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.jimdofree.com/>  
(各団体のホームページはご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	持ち物/申込み/問合せ
ママやパパとベビーのための音楽セラピー 音楽療法士によるリトミック、音楽を使ったゲーム、絵本の読み聞かせなど	3/10(水) 10:30～11:30 /With Youさいたま4階 和室 (中央区新都心)	8か月～2歳未満の子どもと保護者 / 8組(先着順) / 1,000円	3/3(休)9時から、Eメールで、件名に行事名(3/10音楽セラピー申込み)、本文に住所、氏名(参加者全員)、子どもの月齢、電話番号、託児希望の有無を、問合せ先へ ※団体ホームページでも申し込みます /NPO法人Art Beat Heart(白梨) ☎080-9342-4617 ㊟団体ホームページに掲載
キッズボンボンダンス かわいいボンボンを持って、楽しく踊りましょう	3/13(土)・20(祝)・27(土) 9:30～10:30 /北浦和公民館 体育室(北浦和)	小学生 / 各15人(当日先着順) / 各500円	運動のできる服装、上履き、タオル、飲み物 / 当日、直接、会場へ /ふれあいプレイランド(秋山) ☎090-4593-2682
浦和ユースオーケストラ練習体験会 オーケストラで演奏してみたい方のための公開練習及び体験会	3/14(日) 10:00～12:00 /市文化センター(南区根岸)	小学生～大学生 / 20人(先着順)	3/10(休)までに、Eメール又はFAXで、住所、氏名、学年、電話番号、演奏楽器名を、問い合わせ先へ ※団体ホームページでも申し込みます /浦和ユースオーケストラ ☎080-3721-1200 ㊟627-6616 ㊟manag@urawayouth.com
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]	3/29(月) A:9:30～12:00 B:13:30～16:00 /浦和コミュニティセンター (浦和駅東口・コムナーレ10階)	18歳以上の方 / 各10人(先着順) / 各2,000円	3/4(休)から、電話又はFAXで、住所、氏名、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 /NPO法人ハンドセラピー・彩(押元) ☎090-4521-6949 ㊟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](https://www.city.saitama.go.jp/) (8時～21時)  
☎835・3156 ㊟827・8656

日時 **3月27日(土)・28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

### 市税の総合窓口も同日開設しています

場所 / 南部市税事務所(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

●マイナンバーカード交付専用窓口を3月14日(日)に開設します。詳しくは、全市版P15をご覧ください。



# 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。

## 母子保健 申込みはこちらから



- ・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。

問合せ /  
浦和区常盤6-4-18  
☎824・3971  
FAX 825・7405

### 妊娠・出産包括支援センター出張窓口

浦和駅市民の窓口にて母子健康相談員が出張します。母子健康手帳を受け取る際はぜひご利用ください。  
 3月の出張日: 3日(水)、12日(金)、22日(月)、31日(水) 時間: 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

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
むし歯予防教室 定員 各18人(先着順)	4/13(火) ・ 9:45~10:15 ・ 11:00~11:30	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	R元.11月~R2.5月生まれ の子どもの保護者	3/8(月) 9:00~
離乳食教室 定員 各20人(先着順)	4/14(水) ・ 10:15~11:15 ・ 13:30~14:30	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	R2.11月・12月生まれの子 どもの保護者	3/9(火) 9:00~
両親学級 定員 各18組(先着順)	4/24(土) ・ 9:10~11:10 ・ 10:20~12:25	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R3.5/21~ 9/23)と夫	3/12(金) 9:00~
育児学級 定員 各12組(先着順)	4/21(水) ・ 13:00~14:10 ・ 14:30~15:40	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	R3.1月生まれの子 どもと保護者	3/19(金) 9:00~
育児相談 定員 各10組(先着順)	3/18(木) [受付] 9:30~10:00 10:00~10:30 【会場】あいばれっと(上木崎) ※申込みは区保健センターへ ※会場を変更する場合があります	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士による育児相談 持ち物/母子健康手帳、おむつの替え、 バスタオル ※歯科相談希望の方は、お使い の歯ブラシ	未就学児と保護者	3/5(金) 9:00~

## 災害に備えて準備しておきましょう！～赤ちゃんのために～

いざという時のために、各家庭で必要なものを用意しておきましょう。また、日頃から家族で、災害時の連絡方法や集合場所、自宅近くの避難場所を確認しておきましょう。  
 非常用持ち出し品は、下記以外にも、最低3日分の水・食糧・生活用品などを用意しておきましょう。

### 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 |
- (参考)さいたま市母子健康手帳別冊

ママやパパの  
分も準備して  
おいてね。



## 定期的に歯科健康診査を受けましょう

歯と口の健康は、心臓病、糖尿病、肺炎、認知症や体のバランスなどに影響するといわれています。いつまでも健康な歯と口を保つため、定期的に歯科健康診査を受診し、毎日自分にあった適切なセルフケアを心がけましょう。市の成人歯科健康診査、お口の機能健康診査がお済みでない方は、実施医療機関に直接予約をして受診してください。

詳しくは、市ホームページ「がん検診等のご案内」でお知らせしています。

今年度の実施期間は  
**3月31日(水)**までです。



## 育児でお困りのことは ありませんか？

- ・育てにくい
  - ・歩き始めが遅い
  - ・落ち着きがない
  - ・ことばが遅い
- など、お子さんの成長や発達で気になることや、心配なことはありませんか?保健センターでは、お子さんや保護者の方の相談をお受けしています。お気軽にお問い合わせください。

