



公民館

指扇公民館 ☎622-4424 ☎623-3014 〒331-0078 西大宮2-13-1
馬宮公民館 ☎623-1904 ☎623-3106 内野公民館 ☎623-5735 ☎623-5755

	事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
指扇	「ボクシングエクササイズ」講座	3/9・16・23(木) (全3回) 13:30~15:00	音楽に合わせたボクシングのレッスンを楽しく学ぶ 初心者歓迎	65歳以上の方 無料	2/21(火)必着で、WEB※1又は往復はがき(①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢(生年月日)⑤性別⑥電話番号)で同館へ
	定員 30人(抽選)				
馬宮	からふる子育てクラブ&親の学習事業~親子で作る簡単防災グッズ~	3/11(土) 10:00~12:00	防災グッズを親子で手作りしたり、地域や家庭内で何ができるか考えたりすることで、災害に対する意識を高める	小学生とその保護者 無料	2/2(火)~16(木)に、電話、WEB※1、FAX(①講座名②住所③参加者の氏名(ふりがな)④電話・FAX番号⑤学校名・学年)又は直接同館へ
	定員 15組(抽選)				
内野	介護予防事業 プラチナ倶楽部 「スプリングコンサート」	3/1(水) 10:30~11:45	第1部 懐かしの卒業ソングや春の歌をみんなで歌う 第2部 ジャズピアノコンサート	市内在住・在勤の65歳以上の方 無料	2/8(水)9時から、電話、WEB※1、FAX(①講座名②氏名(ふりがな)③電話・FAX番号④年齢)又は直接同館へ
	定員 30人(先着順)				
	春の和菓子づくり教室	3/2(木) 10:00~12:00	見て楽しい! 食べて美味しい! 手のひらで春の訪れを感じられる3種類の練り切りを作る 初心者歓迎	市内在住・在勤の方 1,000円	2/3(金)~12(日)に、電話、WEB※1、FAX(①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話・FAX番号)又は直接同館へ
	定員 8人(抽選)				

児童センター

馬宮児童センター ☎・☎625-8826 植水児童センター ☎・☎625-1908

	事業名	日時	内容	対象・費用	申込み
馬宮	卓球タイム	毎日 午後	遊戯室の半面で卓球を行う	小学生以上の方 無料	当日事務室へ
植水	ちびっこタイム	毎日 9:00~13:00	すべり台やトランポリン、コンビカーなどで遊ぶ	幼児とその保護者 無料	一週間前の9時から、電話又は直接同センターへ

コミュニティセンター

西部文化センター ☎625-3851 ☎625-2881

	事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
西部文化	太鼓まつり	2/19(日) 開演 13:30~	当館で活動している複数の太鼓団体の演奏を鑑賞する	どなたでも 無料	当日直接同センターへ
	定員 200人(先着順)				

図書館

大宮西部図書館 ☎664-4946 ☎667-7715 馬宮図書館 ☎625-8831 ☎625-8833
大宮西部図書館三橋分館 ☎・☎625-4319

	事業名・定員	日時	内容	対象・費用	申込み
大宮西部	あかちゃんおはなし会	3/1~22の 毎週水曜日 11:00~11:30	絵本の読み聞かせ、手あそび、わらべうたなど ※各日も同じ内容です。	0~2歳児とその保護者 無料	2/15(水)9時から、電話で同館へ
	定員 各日3組(先着順)				
	春のおはなし会	3/29(水) ①11:00~11:40 ②14:00~14:40	すばなしが中心のおはなし会	3歳~小学生とその保護者 無料	3/1(水)9時から、電話又は直接同館の児童カウンターへ
	定員 各15組(先着順)				

移動図書館カレンダー

ステーション名	2月	3月	時間
西大宮3丁目第二公園	7日・21日(火)	7日(火)	10:40~11:40
西楽園★			13:20~13:50
加茂川団地	9日(木)	9日・23日(木)	10:20~11:20

★工事のため「宝来グラウンド・ゴルフ場 駐車場(宝来125-1)」に場所を変更しています。
※雨天の場合は中止します。
※車での来場はご遠慮ください。
詳しくは、大宮西部図書館へ
◎図書館ホームページ
<https://www.lib.city.saitama.jp/>



西区保健センター INFORMATION

- ・対象は原則西区在住の方です
- ・相談は電話でも行っています
- ・会場名がない事業は西区保健センターが会場です
- ・母子保健の各教室の参加は、お一人のお子さんに対し1回のみです

申込み・問合せは
西区保健センター
TEL 620・2700
FAX 620・2769

母子保健

申込みはこちらから

- ・事業名を入力、検索してお申込みください
- ・電子申請での申込みが終了している場合等はお問い合わせください



母子健康手帳の交付



妊娠・出産包括支援センター(西区保健センター内)では母子健康手帳の交付、妊娠・出産・育児の相談をお受けしています。
 母子健康手帳の受け取り・面談のご予約は、電子申請でお申込みできます。
 二次元コードを読み取り、「母子健康手帳」と入力して検索してください。

事業名	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	助産師又は保健師の訪問による身体測定・育児相談	生後1か月くらいまでの赤ちゃんとその母親(里帰り出産で期間内に市内に滞在している方も含む)	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ郵送、又は電話で西区保健センターへ

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み	
母子保健	離乳食教室※ 定員 各回8人(先着順)	3/14火 ①10:00~11:00 ②13:30~14:30	離乳食の基本について学ぶ	R4年10月・11月生まれの赤ちゃんの保護者	2/14火 9:00~
	むし歯予防教室※ 定員 各回6人(先着順)	3/8水 ① 9:45~10:25 ②11:00~11:40	むし歯予防の話と歯みがき方法について学ぶ	R3年10月~R4年4月生まれのお子さんの保護者	2/8水 9:00~
	育児相談(乳児)	3/15水 9:30以降での時間予約制	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やその他心配ごとの相談 持ち物: 母子健康手帳、おむつの替え、バスタオル	1歳未満の赤ちゃん	2/15水 9:00~
	育児相談(幼児)	3/16木 9:30以降での時間予約制		1歳~就学前のお子さん	

電子申請

※①、②どちらかの時間を選択できます。

事業名	内容	申込み
成人保健 健康相談	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による個別の健康相談	西区保健センターへ事前にお問い合わせください ※健康手帳がある方はお持ちください。



「健康!ほっとステーション」をご利用ください

西区役所1階の保健センター窓口となりに「健康!ほっとステーション」を常設し、毎月“ほっと”な健康情報を発信しています。
 2月のテーマは「気になるお腹~まさかメタボ!?!~」です。

第2回「健康クイズラリー」を実施します♪

ご参加いただいた先着50名様には健康グッズのプレゼントがあります。ぜひ、お越しください!
実施期間●2月6日(月)~28日(火)



▲自動血圧計もあっています

「がん検診」「特定健康診査」「歯科健康診査」の終了が迫っています!

定期的な健康診査が大切なあなたの健康(健康)を守ります。
 期間終了近くなると予約が込み合いますので、早めに受診しましょう。
 さいたま市国民健康保険にご加入の40歳以上の方は、特定健康診査(のびのび健診)も、お忘れなく!

がん検診・特定健康診査	成人歯科健康診査・お口の機能健康診査
令和5年3月11日(土)まで	令和5年3月31日(金)まで

