

公民館 岸町公民館 ☎824・0168 ☎825・3230 北浦和公民館 ☎・☎832・3139
 休館日(全公民館):29日(日)~令和2年1月3日(金)

	行事名	日時	内容	対象
岸町	親子おはなし会 「おはなし玉手箱」	12/14(土) 10:00~12:00	絵本の読み聞かせ、折り紙「クリスマスツリー」、手あそび、紙芝居、工作など	未就学児と保護者・小学生
	子育て応援サロン 「千人千色の子ども達」	12/11(水) 10:00~12:00	子どもの成長や発達に不安を持つ方のためのサロン	中学生以下の子どもの保護者
北浦和	公民館のカウンセリンググループ	12/15(日) 10:00~12:00	悩みや話したいことを聴くカウンセリング	どなたでも

図書館 中央図書館 ☎871・2100 ☎884・5500 休館日:2日(月)、16日(月)、29日(日)~令和2年1月4日(土)
 北浦和図書館 ☎832・2321 ☎832・2324 休館日:2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、29日(日)~令和2年1月4日(土)
 ●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	あかちゃんおはなし会	12/4(水)・18(水) 15:00~15:30 12/11(水)、R2.1/8(水) 10:00~10:30	絵本の読み聞かせ、わらべうたなど	2歳以下の子どもと保護者
	3時のおはなし会	12/11(水)・25(水)、R2.1/8(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)
	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	12/17(火)・18(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(各日とも同内容)	1歳以下の子どもと保護者 /各20組(先着順) / 12/4(水)9時から、電話で、同館へ。
	チュウチュウのおはなし会	12/21(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)
	また、科学あそびでマジックショー!	12/25(水) 10:00~11:30	科学あそび、工作、本の紹介など	3歳~小学生(保護者可) /30人(当日先着順)
北浦和	あかちゃんおはなし会	12/12(木)・26(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 /各30組(当日先着順)
	市民映画会	12/20(金) 14:00~ ※整理券配布13:10~	「半落ち」(122分) 監督:佐々部清	70人(当日先着順)
	ふゆのこども会	12/25(水) 10:00~10:30	人形劇など	小学生以下(保護者可)
	知的で素敵なボードゲーム	R2.1/18(土) 13:30~16:30	ボードゲームについての解説やブックトーク、ゲーム体験	中学生以上 / 30人(先着順) /12/16(月)~R2.1/12(日)に、電話又は直接、同館へ。生涯学習情報システムでも申し込みます。
	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)
	えほんのじかん	毎週日曜日(12/29日を除く) 11:00~11:30	本の読み聞かせ、紙芝居など	小学生以下(保護者可)

仲本児童センター ☎762・8405 ☎762・8541 休館日:29日(日)~令和2年1月3日(金)

行事名	日時	内容	対象
ハイハイサロン	12/16(月) 11:00~11:45	工作と保護者の交流タイム 持ち物/バスタオル	0歳児と保護者
プチタイム(お誕生会)	12/18(水) 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
冬のおたのしみ会	12/24(火) 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大歓迎!! (ボランティア希望の方は、電話で、児童センターへ)	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
アクティブラーニング子ども未来塾「SIM埼玉2040」 架空の県の部長になって、最も適切だと思う政策を選択する体験型ゲームに挑戦!	12/15(日) 13:30~16:30 /北浦和公民館体育室(北浦和)	小学5年~中学生 /20人(先着順)	12/3(火)から、電話又はFAXで、行事名、住所、氏名、電話番号、学校名、学年を、問合せ先へ。 /NPO法人Arts&Healthさいたま(菊地) ☎090・4742・6497 ☎831・1974
一万歩クラブ第42弾「与野七福神巡り」 七福神をお祀りしている神社巡り	R2.1/19(日) 9:15~12:30 ※小雨決行 /集合:さいたま新都心駅改札口前 解散:与野本町駅	30人(抽選) /300円	12/20(金) (必着) までに、往復はがき(1通3人まで)で、行事名(与野七福神)、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 コムナーレ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。

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。

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
出産前教室	① R.2.1/15(水) 9:40 ~ 15:15 ② 1/25(土) 9:10 ~ 11:50 ※全2回	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R2.2/20~ R2.6/17)と夫(①は妊 婦、②は妊婦と夫)	12/12(木) 9:00 ~
育児学級	1/22(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	R元.10月生まれの子ど もと保護者	12/16(月) 9:00 ~
離乳食教室	1/24(金) 13:30 ~ 14:50	離乳食の進め方とお口のケアについ て学ぶ	R元.8・9月生まれの子ど もの保護者	12/18(水) 9:00 ~
むし歯予防教室	1/16(木) 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	H30.8月 ~ H31.1月 生 まれの子どもの保護者	12/13(金) 9:00 ~
育児相談	1/28(火) [受付] 13:30 ~ 14:30 【会場】子ども家庭総合センター あいばれっと多目的ホール1(上木崎) ※公共交通機関をご利用ください。 ※申込みは区保健センターへ。	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	12/10(水) 9:00 ~ ※電子申請 でも申し込 めます

事業名	日時	内容	申込み
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。

育児相談の申込み受付には、 便利な電子申請をご利用ください

育児相談の受付が、市の電子申請・届出サービスからできるようになりました。

申込み開始日時は12月10日(火)9時からです。開催日の1週間前まで申し込みができます。



左の二次元コードにアクセスし、
育児相談を検索してお申し込み
ください。

◀電子申請・届出サービスホームページ



妊娠・出産包括支援センター12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(火)・9日(月)・12日(水) 18日(水)・20日(金)・26日(木)	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

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。日頃から予防を心がけましょう。

Point1

手洗いをしよう!

手洗いは手に付着したウイルスを洗い流します。帰宅したらすぐに手を洗いましょう。



Point2

マスクをしよう!

マスクはウイルスの侵入を防ぐだけでなく、周囲の人にウイルスを拡散するのを防止する役があります。



Point3

部屋の湿度を保とう!

空気が乾燥すると、ウイルスに感染しやすくなります。加湿器を使ったり洗濯物を室内に干すなどして、十分な湿度(50~60%)を保ちましょう。

Point4

休養・栄養・適度な運動
規則正しい生活を!

体の免疫力を上げ、
ウイルスに強い身体
作りをしましょう。

