

【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

区内には、12館の公民館があり、地域での生涯学習活動やコミュニティ活動の拠点となっています。
地域の方を対象とした様々な講座や催しを開催しており、また、施設は学習、文化・芸術、スポーツ・レクリエーション、ボランティア、趣味などを目的とする団体・サークルの活動にもご利用いただけます。詳細は各公民館へお問い合わせください。

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

図書館 中央図書館 ☎871・2100 ㊟884・5500 休館日:1日(月)・15日(月)
北浦和図書館 ☎832・2321 ㊟832・2324 休館日:1日(月)・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
中央	あかちゃんおはなし会	6/3水・7/1水 15:00～15:30 6/10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
	チュウチュウのおはなし会	6/6土・20土、7/4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)
	3時のおはなし会	6/10水・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)
北浦和	あかちゃんおはなし会	6/11木・25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	6/19金 14:00～ ※整理券配布13:10～	「七つの顔」(81分) 監督:松田定次	70人(当日先着順)
	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 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 ☎762・8405 ㊟762・8541

行事名	日時	内容	対象
土曜・日曜プチタイム	6/6土・14日 11:00～11:45	6日は工作、14日はミニアスレチック	未就学児と保護者
ハイハイサロン	6/8月・22月 11:00～11:45	8日は工作、22日はレクあそび 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
卓球タイム	毎週火・金曜日 15:00～17:30 毎週日曜日 13:15～18:00	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～高校生世代

守れていますか? 自転車の交通ルールとマナー

車両の運転手としての責任を自覚し、事故のないように気を付けましょう!

●自転車は、**車道の左側**が原則、歩道は例外

●交差点での信号遵守と一時停止・安全運転

●飲酒運転禁止!

●傘さし・イヤホン・スマートフォンなどの「ながら運転」禁止!

歩道はあくまで例外です。歩行者の安全を考え、必要な場合は押し歩きを!



自転車も、必ず止まって!!



問合せ/区くらし応援室 ☎829・6049 ㊟829・6231

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
むし歯予防教室 定員 各12組(先着順)	7/7(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	H31.2月~ R元.8月生まれの子どもと保護者	6/9(火) 9:00 ~
離乳食教室 定員 38人(先着順)	7/16(木) 13:30 ~ 14:50	離乳食の進め方とお口のケアについて学ぶ	R2.2月・3月生まれの子どもの保護者	6/15(月) 9:00 ~
母親学級 定員 30人(先着順)	7/8(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R2.8/20~R2.12/23)	6/12(金) 9:00 ~
両親学級 定員 32組(先着順)	7/18(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R2.8/20~R2.12/23)と夫	6/12(金) 9:00 ~
育児学級 定員 36組(先着順)	7/22(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	R2.4月生まれの子どもと保護者	6/18(木) 9:00 ~
育児相談 定員 30組(先着順)	6/23(火) [受付]10:00 ~ 11:00 ※身体計測のみの場合は11:30まで(申込不要) 【会場】仲本児童センター 2F(東仲町) ※駐車場はありません。 ※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	6/8(月) 9:00 ~
育児相談 定員 40組(先着順)	7/14(火) [受付]9:30 ~ 10:30 【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	6/22(月) 9:00 ~

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。

6月4日~10日は 歯と口の健康週間です

~咲かそうよ 笑顔の花を 歯みがきで~
 歯と口には、食べる、話す、表情をつくる、身体のバランスを保つなど、健康で豊かな毎日を支える機能があります。むし歯や歯周病から歯を守るために、正しい生活習慣を心がけましょう。

<歯と口を守る健康習慣>

- ・栄養バランスのよい食事を規則正しく、よくかんで食べる
- ・食後、丁寧に歯みがきをする
- ・疲労やストレスをためない
- ・禁煙をする
- ・定期的に歯科健診を受ける



妊娠の届出と母子健康手帳の受け取りは「妊娠・出産包括支援センター」(区保健センター内)へ

妊娠の届出をした方に、母子健康手帳や妊産婦健康診査の助成券等を交付します。また、母子保健相談員(保健師・助産師)が「妊娠・出産・育児のサポート」をします。

「初めての妊娠で不安」「産後の手伝いがない」などの不安や疑問、悩みをお気軽にご相談ください。

☆母子健康手帳の交付に必要なもの

- ①本人確認書類(運転免許証等)
- ②マイナンバーカード又は通知カード

6月の出張窓口

浦和駅市民の窓口で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(水)、9日(火)、18日(木)、26日(金)	11:00~19:00 (受付は18:30まで)