

図書館からのお知らせ

◆北図書館 / 宮原町1-852-1 ☎669・6111 ㊟669・6115
 ◆宮原図書館 / 吉野町2-195-1 ☎662・5401 ㊟653・8563
 ◆大宮西部図書館 / 榊引町2-499-1 ☎664・4946 ㊟667・7715

..... 北図書館

■おはなし会

●日時 4月13日(水)、20日(水)、27日(水)
16:00~16:30

●会場 イベントルーム

●対象 児童とその保護者

●定員 各30人(当日先着順)

■ノースシネマサロン

●日時 4月23日(土) 14:00~16:00

●会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室

●内容 「父と暮せば」

●定員 60人(当日先着順)



..... 宮原図書館

■①あかちゃんおはなし会

●日時 4月14日(水) 11:00~11:30

●対象 0~2歳児とその保護者

■②おはなし会

●日時 4月28日(水) 15:30~16:00

●対象 3歳以上の児童とその保護者

《①・②共通》

●会場 宮原コミュニティセンター3階第6集会室

●定員 25人(当日先着順)

..... 大宮西部図書館

■おはなし会

●日時 4月6日(水)、13日(水)、20日(水)、
27日(水) 15:30~16:00

●内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●対象 3歳以上で、1人でお話が聞ける子(保護者同伴不可)

■小さい子のおはなし会

●日時 4月6日(水) 11:00~11:30

●内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●対象 2~3歳児とその保護者

■あかちゃんおはなし会

●日時 4月20日(水) 11:00~11:30

●内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●対象 0~2歳児とその保護者

■映写会

●日時 4月6日(水) 14:00~15:00

●内容 「いじめっこ狼とナナちゃん」、
「たのしいムーミン一家 ムーミン谷の春」

●対象 幼児・小学生とその保護者

●定員 117人(当日先着順)

児童センターからのお知らせ

◆宮原児童センター / 宮原町4-66-13 ☎・㊟667・3808
 ◆植竹児童センター / 盆裁町430 ☎・㊟652・3247
 ◆本郷児童センター / 本郷町1065-3 ☎・㊟664・7551

	事業名	日時	対象	備考
宮原	スライムを作ろう!	4月16日(土) 14:00~	幼児・小学生 (幼児は保護者同伴)	みんなで作りに来てね! 持ち物:紙コップ又はプラコップ、割りばし1膳
	児童センター オリエンテーション	4月23日(土) 14:00~	小学生とその保護者	児童センター利用の方法を皆さんに説明します。その後は親子でドッジボールを楽しみます!
植竹	ファミリータイム	4月24日(日) 11:00~11:30	未就学児とその家族	パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなで楽しく遊みましょう!
	一輪車練習会	毎週土曜日・日曜日 (土・日曜日どちらか1日の参加) のれてからコース 10:00~10:30 のれるまでコース 10:40~11:10	幼児(年中児以上)、 小学生以上 (幼児は保護者同伴)	持ち物:上履き ※貸し出しの一輪車は数に限りがありますので、一輪車がある方はお持ちください。のれるまでコースは必ず保護者が同伴してください。
本郷	新1年生 オリエンテーション	4月23日(土) 13:30~	小学1年生と その保護者	児童センター利用の方法を皆さんに説明します。その後は親子でスライム工作を行います!
	お誕生会 身長・体重・手形取り	4月25日(月) 11:00~	未就学児とその保護者	4月生まれのお友達をみんなで祝いましょう!また、身長・体重測定、手形取りを行います。
3館共通	ハイハイサロン	毎週水曜日 11:00~11:40	0歳児とその保護者	<ul style="list-style-type: none"> 各センターで実施します。 年齢に応じた親子のふれあい遊び、リズム体操、季節行事、紙芝居、絵本の読み聞かせなど。 4月20日(水)から開始となります。詳しくは、センター日より(4月号)、ホームページでも確認できます。
	よちよちひろば	毎週木曜日 11:00~11:40	1歳児とその保護者	
	なかよしひろば	毎週金曜日 11:00~11:50	2歳以上の未就園児とその保護者	

☆センターだよりはホームページでも確認できます。 <http://www.saicity-j.or.jp/tayori.html>

コミュニティセンターからのお知らせ

◆日進公園コミュニティセンター / 日進町1-312-2 ☎・㊟664・4078

	事業名	日時	対象・定員	費用	申込み・備考
日進公園	みんなで歌おう! 想い出愛唱歌講座	5月23日~6月6日の 毎週月曜日 14:00~16:00(全3回)	市内在住・在勤の方 25人(抽選)	600円	往復はがき(1人1通)に、講座名、住所(在勤の方は勤務地も)、氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、4月24日(日)必着。 〒331-0823 北区日進町1-312-2 日進公園コミュニティセンター
	いつまでも元気! いきいきシルバー体操講座	5月24日~6月7日の 毎週火曜日 14:00~16:00(全3回)	市内在住・在勤で 65歳以上の方 15人(抽選)	500円	



北区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、北区在住の方です。
 - ・相談は電話でも行っています。
 - ・母子保健の各学級の参加は、1人のお子さんに対し1回のみです。
- ※会場名がない事業は、北区保健センターが会場です。

北区役所 3階
 申込み・問合せは
 TEL 669・6100
 FAX 669・6169

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・新生児訪問	随時 ※土・日・祝休日・年末年始(12/29~1/3)を除く。	助産師又は保健師の訪問による育児相談や身長・体重の測定	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居住している方も含む)	母子健康手帳別冊内の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○印をつけて投かんするか、電話でご連絡ください。

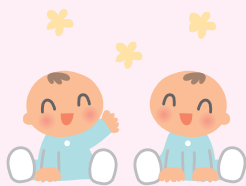
事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
育児学級 定員 35組(先着順)	5/20(金) 9:30~11:20	育児について楽しく学びながら友達をつくる。	平成28年1月・2月生まれの赤ちゃんとその保護者 ※初めてのお子さん優先。第2子以降は4月27日(水)9時から申し込み開始。	4/13(水) 9:00~
離乳食教室 定員 40人(先着順)	5/11(水) 13:30~14:50	離乳食の進め方、作り方、試食、お口のケアについてなど	平成27年12月・平成28年1月生まれの赤ちゃんの保護者 ※初めてのお子さん優先。第2子以降は4月21日(水)9時から申し込み開始。	4/7(水) 9:00~
むし歯予防教室 定員 各12組(先着順)	5/25(水) 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身につける。	平成26年12月から平成27年5月生まれのお子さんとその保護者	4/14(水) 9:00~
育児相談(乳児期)	4/26(水) 9:30~10:30 13:30~14:30	・身長・体重測定 ・保健師・管理栄養士・歯科衛生士などによる育児相談やその他心配ごとの相談 ※乳児期・幼児期のきょうだいがいる方はどちらか都合のよい日をお選びください。	偶数月生まれの1歳未満の赤ちゃんとその保護者 奇数月生まれの1歳未満の赤ちゃんとその保護者	当日、直接、会場へ。 持ち物: 母子健康手帳、替えおむつ、バスタオル
育児相談(幼児期)	4/27(水) 9:30~10:30 13:30~14:30		偶数月生まれの1歳から就学前のお子さんとその保護者	

北区 ふたごの集い

さくらんぼクラブ

ふたごのお子さんとママが自由に交流できる広場です。

- 日時 5月17日(火) 10時15分~11時30分(受付:10時~)
- 対象 北区在住の
①妊娠16~29週のふたご以上を妊娠している方
②就園前で、ふたご以上のお子さんとその保護者
※託児はありません。
- 定員 ①妊婦10人(先着順)
②親子16組(先着順)
- 申込み 4月12日(火)9時から電話で、北区保健センターへ。



歩いてリフレッシュ!

ウォーキングgood!!教室

~ウォーキング教室 初心者編 ~

今までなかなか運動が定着しなかった方大募集!
自分の姿を「見える化」し、カッコいいフォームで歩きましょう!

- 日時 5月16日(月)、31日(火) 13時15分~16時 2日間1コース
- 内容 1日目: 基礎編 ウォーキングの姿勢チェック、歩くポイント指導、グループワークなど
2日目: 実践編 実際に歩いてみよう、ウォーキングに必要な筋トシ、グループワークなど
※歩数計をお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方は貸し出します。
- 対象 北区在住で18~64歳までの方(妊婦、持病などで運動制限のある方はご遠慮ください。) ※託児はありません。
- 定員 15人(先着順)
- 申込み 4月11日(月)9時から電話で、北区保健センターへ。

※11月には「ウォーキング教室 達人編」を実施します。併せてご参加ください!



大切な人のために

自分自身のために

がん検診を受けましょう

詳しくは「さいたま市健康診査のお知らせ」をご確認ください。