

見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場に限りがあります。

公民館

大砂土東公民館 ☎684-9226 ㊟687-9901 片柳公民館 ☎684-3492 ㊟687-5585
七里公民館 ☎686-4721 ㊟687-5575 春岡公民館 ☎685-6911 ㊟687-9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
大砂土東	古典文学講座「枕草子」	12/13・20金 10:00～11:30	現代にも通じる女性の生き方論「生ひさきなく、まめやかに」と、ちょっと辛口の人間論「あさましきもの」などを読みます。	市内在住・在勤の成人の方30人(先着順) 11/13(水) 9時～12/11(水) 17時に、電話又は直接、同館へ
片柳	片柳そば打ち教室	12/20金 9:30～13:30	本格的な手打ちそばの打ち方を学びます。 材料費:700円	どなたでも、24人(抽選) 11/5(水) 9時～11/11(月) 17時に、電話、市生涯学習情報システム(ホームページ)又は直接、同館へ
七里	メイク講座&おしゃべりタイム(親の学習事業)	11/28木 10:00～12:00	プロによるメイクを体験し、子育て中の親同士で、おしゃべりを楽しめます。託児付き。	子育て中の保護者15人(先着順) 11/5(水) 9時から、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン	11/18・25・12/2月 10:00～12:00	子育て中の親と子の仲間作り。ふれあい遊びや読み聞かせもあります。	0歳～未就学児と保護者 時間内の入退室自由。当日、直接、同館へ

図書館

春野図書館 ☎687-8301 ㊟687-8306 大宮東図書館 ☎688-1434 ㊟687-9744
七里図書館 ☎682-3248 ㊟687-3932 片柳図書館 ☎682-1222 ㊟682-1444

そのほかの催しは、さいたま市図書館のホームページでお知らせしています。 <https://www.lib.city.saitama.jp/>

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	おはなし会	①11/7・21(木) 11:00～11:30 ②11/7・21(木) 15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手あそびなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0～3歳児と保護者20組(先着順) ②幼児・小学生と保護者 当日、直接、同館へ
大宮東		①11/28(木) 11:00～11:30 ②11/14・28(木) 15:30～16:00		
七里		①11/13(水) 11:00～11:30 ②11/13・27(水) 15:30～16:00		
片柳	古本リサイクル	11/30(土) 10:00～15:00	図書館で不要になった本を自由に選んで持ち帰れるリサイクルイベント	どなたでも 当日、直接、同館へ

※特別整理のため、七里図書館は11月5日(火)～8日(金)の間、休館します。

移動図書館

※雨天の場合は中止します。 ※駐車場はありません。

大宮西部図書館(北区御引町) ☎664-4946 ㊟667-7715

ステーション名	日時	ステーション名	日時
東大宮 藁田島公園	11/14・28(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		中川 自治会館	14:50～15:40
砂団地内公園			

コミュニティセンター

※往復はがきには、事業名、住所(在学・在勤の場合は学校名・事業所名も)、氏名(ふりがな)、電話番号を記入してください。

片柳コミュニティセンター ☎686-8666 ㊟686-2999
七里コミュニティセンター ☎687-3688 ㊟687-3705

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	ハーバリウム講座	11/23(祝) 13:00～15:00	クリスマス用のハーバリウムを作ります。 費用:1,500円	市内在住・在勤の方20人 往復はがき(1人1通のみ)で、11/8(金)必着
七里	七里コミセンまつり	11/23(祝)・24(日) 10:00～16:00(予定)	七里コミュニティセンター利用団体による作品展示と舞台発表を行います。 観覧無料(体験コーナーのみ一部有料)	どなたでも 当日、直接、同センターへ

児童センター

片柳児童センター ☎・㊟687-4525 春野児童センター ☎・㊟686-6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	冬のお楽しみ会	12/12(木) 10:30～11:30	スペシャルゲストと遊ぼう。	1歳以上の未就園児と保護者60組(先着順) 11/21(水) 9時から、電話又は直接、同センターへ
春野	交流ドッジボール大会	11/9(土) ①10:30～11:30 ②13:30～15:30	7人1チームのドッジボール大会。外野あり。	①小学1～3年生 ②小学4～6年生 11/8(金) 17時30分までに、チームごとに、電話又は直接、同センターへ



見沼区保健センター からのお知らせ

母子保健

対象は、区内在住の方です。
育児相談以外の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
育児学級はあそび編、ふれあい編の各1回ずつ参加可能です。

成人保健

健康相談は電話でも行っています。

会場がない事業は、区保健センターが会場です。

申込み・問合せは

TEL 681・6100

FAX 681・6169

見沼区役所 1階

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
両親学級 定員 20組(先着順)	12/7(土) 9:15~12:00	夫婦で取り組む育児の話、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習)、お父さんの妊婦体験	初めてお産する方で出産予定日が令和2年2~5月の方と夫(パートナー)	11/7(木) 9時~
はじめてのママクラス ※原則2日間参加できる方が対象です。 定員 20人(先着順)	1日目 12/4(水) 13:00~15:30 2日目 1/15(水) 10:15~14:35	助産師による妊娠・出産・育児のお話、プレママ・先輩ママ・赤ちゃんとの交流 妊娠中の栄養のポイント、調理実習、歯科医師による歯科健診、ブラッシング実習	初めてお産する方で出産予定日が令和2年2~5月の方	11/7(木) 9時~
育児学級 ~ふれあい編~ 定員 20組(先着順)	12/4(水) 14:00~15:30	気をつけよう!~事故予防~(講義) ママとのふれあいタイム(実技) プレママとの交流会	令和元年6~9月生まれの赤ちゃんと保護者	11/12(水) 9時~
離乳食教室 定員 24人(先着順)	12/6(金) 13:30~14:50	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和元年7・8月生まれの赤ちゃんの保護者	11/14(木) 9時~
むし歯予防教室 定員 12組(先着順)	12/18(水) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング実習	平成30年7~12月生まれのお子さんと保護者	11/18(月) 9時~
育児相談(乳児期)	11/15(金) 9:30~10:30	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歳未満のお子さん	当日、直接、会場へ
公民館育児相談 予約制	11/19(火) 9:30~10:30 七里公民館 11/22(金) 9:30~10:30 春岡公民館		乳幼児	前日まで

親子でぴよん♪なわとび教室

親子で楽しみながら運動不足を解消しましょう!

日時 ● 12月25日(水) 10時~11時50分(受付・計測は9時30分~)

対象・定員 ● 区内在住の小学1~4年生の児童と保護者20組(先着順)

※妊婦・医師から運動制限の指示のある方は参加できません。

※対象学年以外の方の同伴はできません。また、ペースメーカーなどを装着している方の体組成測定はできません。

持ち物 ● ①運動のできる服装、水分補給の水又はお茶、汗拭きタオル、着替え(必要な方)

②子供用なわとび、チャレンジupさいたまパスポート又は手帳(お持ちの方)

※①の持ち物は、親子それぞれ必要です。②の持ち物は、お子さんのみお持ちください。

申込み ● 11月13日(水) 9時から、電話、FAX又は直接、区保健センターへ



※対象事業です。

11月8日は、いい歯の日です

いくつになっても、食事をおいしく味わい、健やかな生活を送るためには、歯と口の健康が欠かせません。むし歯や歯周病などの病気を予防し、しっかりと食べ物を噛むことができる口を維持することは、全身の健康にもつながります。

この機会にご自身の歯や口の状態を確認し、歯みがきや食生活などの習慣を見直してみましよう!

保健センターでは、歯や口の健康に関する相談を受け付けています。ぜひご利用ください。



見沼区ふれあいフェア~保健センターブース~

日時 ● 11月9日(土) 9時30分~15時30分(最終受付15時)

※荒天の場合、10日(日)に順延

場所 ● 見沼区役所1階

● **乳がん自己検診法体験**

乳がんモデルを使って乳がんのしこりを見つける体験を行います。

● **COモニター測定**

喫煙習慣のある方を対象に、一酸化炭素をどのくらい体内に取り込んでいるかを測定します。測定時間や結果説明を含め、5分程度です。

当日は、「健康川柳」も募集します!