

区役所の休日窓口をご利用ください

(支所を除く)

日時●8月25日(日) 8時30分～17時15分

主な取扱い業務●

- ・住民異動届、戸籍の届出、国民健康保険・国民年金などの届出
- ・住民票の写し、印鑑登録証明などの各種証明書の交付
- ・市税、国民健康保険税の納付と納税相談

8月の納期:市民税・県民税 第2期、国民健康保険税 第2期

※区役所の一部業務を取り扱います。

※手続きにより、必要な書類があるもの、取り扱いできないもの、当日完了しないものがありますので、事前にさいたまコールセンター(☎835・3156、FAX827・8656)へお問い合わせください。

問合せ●開設に関すること

区総務課 ☎646・3012 FAX646・3160

取扱い業務に関すること 各担当課へ

募集! 統計調査員

工業統計調査(12月実施予定)や国勢調査など、統計調査に従事いただける方を募集しています。

統計調査員の仕事●各世帯や事業所に訪問し、調査票の配布・回収・審査等を行います。統計調査ごとに定められた報酬を支払います。

統計調査員の身分●調査期間中(約2か月程度)は、非常勤公務員として従事していただきます。

主な登録要件●

- (1)責任を持って調査活動に従事できる20歳以上の方
- (2)調査上知り得た事項を他に漏らさないなど信頼のおける方
- (3)税務、警察及び選挙に直接関係のない方

問合せ●区総務課 選挙・統計係

☎646・3014 FAX646・3160



information

大宮区インフォメーション

※費用の表示がないものは無料です。 ※事業は中止・変更になる場合があります。

児童センター

天沼児童センター

☎・FAX 645・7988

8月生まれのお誕生会

日時●8月27日(火) 11時～11時30分
内容●誕生月児は手形とりと身体測定

対象●未就園児とその保護者

体育室の幼児さん専用タイム

日時●～8月30日(金)(土日を除く)
11時～13時

内容●センター内体育室が幼児親子専用タイムになり、コンビカーやボールで遊ぶことができます。



三橋児童センター

☎・FAX 644・2978

夏休み映画会

日時●8月1日～8月31日の毎週木曜日(全5回) 14時～

内容●小学生向け映画の上映

対象●小学生、幼児(保護者同伴)

ウォーターサバイバル

日時●8月6日(火)・21日(水)・30日(金)
14時～15時(雨天中止)

内容●水鉄砲を使ったサバイバルゲーム

対象●小学生、幼児(保護者同伴)

持ち物●水鉄砲、着替え、サンダル、バスタオル

※その他の行事は、社会福祉事業団のホームページをご確認ください。

<http://www.saicity-j.or.jp/>

対象●小学生(保護者同伴可)

定員●15人(先着順)

申込み●8月6日(火)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

※その他の行事は、図書館のホームページをご確認ください。

<http://www.lib.city.saitama.jp/>

移動図書館カレンダー

8月～9月

ステーション名	8月	9月	時間
火 三橋4丁目自治会館	20	3/17	15:00～15:30
木 平和台公園	22	5/19	14:40～15:30

※雨天の場合は中止します。詳しくは、大宮西部図書館(☎664-4946 FAX667-7715)へ。

図書館

大宮図書館

☎643・3701 FAX648・8460

おはなし会

日時●毎週水曜日 15時30分～

対象●幼児から

図書館まつり人形劇

日時●8月7日(水) 10時～11時

内容●二ひきのよくばりこぐま など

対象●幼児、小学生(保護者同伴可)

定員●50人(当日先着順)

図書館まつりおりがみ教室

日時●8月21日(水) 10時～11時30分

対象●小学生(保護者同伴可)

定員●15人(先着順)

申込み●8月6日(火)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

図書館まつり

作って飛ばそう平成竹とんぼ

日時●8月28日(水) 10時～12時

内容●ナイフを使わない竹とんぼ工作

高鼻コミュニティセンター

☎644・3360 FAX644・3361

はじめての水彩画講座

日時●9月3日～9月24日の毎週火曜日(全4回) 13時30分～15時30分

対象・定員●市内在住又は在勤の方 15名(抽せん)

費用●1,100円

申込み●8月14日(水)(必着)までに、往復はがき(1人1通のみ)で、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を、〒330-0803 大宮区高鼻町2-292-1 高鼻コミュニティセンターへ。



大宮区保健センター からのお知らせ

母子保健

申込みは、各指定日9時からで、区内在住の方が対象です。各学級の参加は、1人のお子さんに1回のみです。

成人保健

健康相談は電話でも行っています。

大宮区役所 2F

申込み・問合せは

☎646・3100

FAX 646・3169

会場がない事業は、大宮区保健センターが会場です。

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)は除きます。	助産師又は保健師の訪問による育児相談	生後28日以内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)	母子健康手帳別冊に添付の「出生連絡票」の訪問希望「有」に○をつけ郵送するか、電話で、区保健センターへ。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母親学級 定員 26人(先着順)	9/3・10・17(火) 13:30~16:00(9/10は9:30~13:15)	妊娠・出産・育児などについて友達づくりをしながら楽しく学ぶ	初めてお産をする方で、出産予定日が平成25年10/21~平成26年2/16の方	8/9(金)~ 電話で
両親学級 定員 18組(先着順)	9/21(土) 9:15~12:00	親の役割などの話や赤ちゃんのおぶりの入れ方を実習する	初めてお産をする方で、出産予定日が平成26年2/16以前の方とその夫	8/19(月)~ 電話で
育児学級 定員 24組(先着順)	9/5(木) 13:30~15:20	育児について、友達づくりをしながら楽しく学ぶ	平成25年5/16~6/30生まれの赤ちゃんとその保護者	8/5(月)~ 電話で
離乳食教室 定員 24人(先着順)	9/25(水) 13:30~14:50	離乳食について楽しく学ぶ	平成25年4月・5月生まれの赤ちゃんの保護者	8/8(木)~ 電話で
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	9/20(金) ①11:00~11:45 ②14:00~14:45	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24年4月~9月生まれのお子さんとその保護者	8/20(火)~ 電話で
育児相談(乳児期)	8/21(水) 9:30~10:30	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	1歳未満の赤ちゃん	当日、直接、会場へ。 持ち物: 母子健康手帳 おむつの替え バスタオル
育児相談(幼児期)	8/22(木) 9:30~10:30		1歳~就学前のお子さん	

事業名	日時	内容	申込み
健康相談	月~金曜日 9:00~16:30 ※祝休日を除く	保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別の健康相談	直接、区保健センターへ。 栄養・歯科相談は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。

家庭でできる食中毒予防のポイント

~8月は食品衛生月間です~

食中毒予防の三原則「つけない・増やさない・やっつける」

★つけない★

- 調理や食事の前には手を洗う。
- 調理器具やふきんなどは熱湯や漂白剤で消毒して清潔を保つ。



★増やさない★

- 買い物から帰ったら冷蔵冷凍食品はすぐに冷蔵庫へ!
- 調理後はすぐに飲食し長時間常温に放置しない。



★やっつける★

- 食品は十分に加熱する。
- 温めなおす際にもしっかりと再加熱する。



男の健康厨房

はじめてクッキング ~上手な塩加減を極める~

調理実習を通して食生活を見直すための教室です。

日時...9月27日(金) 10時~13時(受付 9時45分~)

会場...桜木公民館 調理実習室(シーノ大宮6階)

対象・定員...区内在住の男性 20人(初心者優先・先着順)

持ち物...エプロン、三角巾、ふきん、手拭いたオル、筆記用具

申込み...初めての方 8月7日(水)9時から、
参加経験のある方 8月14日(水)9時から、
電話で、区保健センターへ。

初心者
大歓迎!

すっきりカラダ工房 ~ウエスト3cmダウンプラン~

日時...9月4日(火) 10時~12時(受付9時45分~)

内容...イケメン先生が教える運動のコツ!

知っておきたい健康ミニ情報(内容はお楽しみに♪)

対象・定員...区内在住で、次の①又は②に該当する方 16人(先着順)

①さいたま市国民健康保険特定健康診査を受診し、「積極的支援」に該当された方

②メタボ予防に関心がある18~64歳の方

申込み...8月6日(水)9時から、電話で、区保健センターへ。



ぶちやせにtry!!



写真は5月開催時の様子です