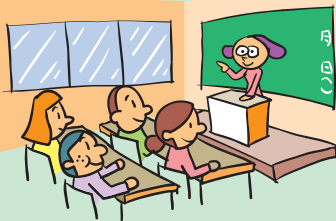


大宮区ウィークエンドスクールプラザ 始まっています！



今年度も大宮小、桜木小のスクールプラザを主な会場に、理科実験、パソコン教室、サッカー講座などを予定しています。また今後施設見学会など新しい試みも行う予定です。ぜひご参加ください。詳細は、お近くの公民館へお問合せください。

みんなで知ろう、楽しく正しく食すること！ 食べ物にまつわる市民講座を開催します。

日時●12月4日(土)
13時(12時30分開場)～16時30分
場所●市民会館おおみや小ホール
内容●第1部:食に関する講演会
①「みんなで考えよう子供たちの食生活」
講師:金子俊氏(文教大学教育学部教授)
②「新商品開発に注ぐ熱い情熱～ヒット商品開発秘話～」
講師:荒生均氏(株)ロッテ商品開発部室長
第2部:クイズラリー(参加賞あり)、おもしろ体験コーナーほか
定員・費用●270人(先着順)・無料
問合せ●保健所 環境衛生課
☎648・2083 ☎648・2229



区民のページ



「親子で楽しむレクリエーション」

日時●12月11日(土)10時～11時30分
場所●生涯学習総合センター多目的室ホール
内容●ママはボールエクササイズ
子どもはクリスマスカード作り
一緒に聴くピアノ生演奏
対象・定員●市内在住の親子20家族(お子さんは小学校低学年以下)
費用●一家族900円
託児●あり(0歳～未就学児)※事前申込み
申込み●12月7日(火)までに、電話またはメールで、住所、氏名、お子さんの年齢、電話番号を連絡(応募多数の場合は抽せん)
問合せ●レクリエーション倶楽部ぶくぶくらぎ(坂本)
☎080・5424・9200
Eメール:adviser@jcom.home.ne.jp



information

大宮区インフォメーション

国民年金保険料納付窓口を開設いたします

普段は、区役所の窓口で納められますので、是非ご利用ください。
開設日時●12月24日(金)13時～16時
場所●大宮区役所 2階201会議室
持ち物●納付案内書、年金手帳など
問合せ●
大宮区保険年金課 ☎646・3074
大宮社会保険事務所 ☎652・4711

公民館

桜木公民館

☎643・5652 ☎641・6308

親子かるた大会

日時●1月15日(土)14時～16時
場所●桜木公民館6階レクリエーションホール
内容●「さいたま郷土かるた」を使った団体戦・個人戦
対象・定員●小学生から一般・30人(先着順)
申込み・問合せ●12月10日(金)から直接又は電話で同公民館へ。(9時～17時受付)

大成公民館

☎663・4927 ☎651・4082

親子料理教室「クリスマス料理をつくろう」

日時●12月18日(土)9時30分～13時30分
内容●メニューは「鶏肉のガーリックパン粉焼き・カリフラワーのポタージュ・ブルーベリーのクランブルケーキ」です。
講師●柏木美幸氏(国際クッキングスクール講師)
対象●小学生とその保護者
定員●15組(先着順)
費用●一人500円(材料費)
申込み・問合せ●12月13日(月)17時までに材料費を添えて直接同公民館へ。

大宮北公民館

☎641・3747 ☎641・3985

クリスマスコンサート

日時●12月23日(祝)10時～11時30分
内容●ハープ演奏と女性コーラスグループによるアカペラ
出演●ハープ 浜田久実氏
アカペラ トロワザミ・エ・ブリュ
指導 須藤和子氏
定員・費用●一般100人・無料
問合せ●同公民館へ。

児童センター

天沼児童センター

☎・☎645・7988

ウィンターフェスティバル

日時●12月24日(金)13時30分～
内容●一輪車ダンスの発表・工作コーナー・チャレンジコーナー等
対象●幼児・児童とその保護者
問合せ●同児童センターへ。

三橋児童センター

☎・☎644・2978

冬のおたのしみ会

日時●12月18日(土)
10時～12時 幼児対象:あんばんまん・ばいきんまんが来るよ。
13時～16時 小学生対象:携帯ストラップづくり・クイズ大会など
問合せ●同児童センターへ。



図書館

大宮図書館

☎643・3701 ☎648・8460

クリスマスおりがみ教室

日時●12月18日(土)10時～12時
対象・定員●小学生・35人
講師●森山寛幸氏(県立浦和養護学校教諭)

持ち物●ハサミ・ボンド又はのり・サインペン(黒)

申込み●12月8日(水)9時から直接又は電話で同図書館こども室へ。

サタデーシネマ

日時●12月18日(土)14時～15時16分
上映作品●「ロビンソン・クルーソー」(1932年アメリカ)

こども映画会

日時●12月25日(土)14時～14時27分
上映作品●「すてきなクリスマス」・「手紙」(アニメ)

〈上記共通〉

定員・費用●96人(当日先着順)・無料

大宮西部図書館

☎664・4946 ☎667・7715

映写会

日時●12月11日(土)10時～11時15分
上映作品●「ムーミン落ちてきた星の子」(アニメ)・「走れ!ほくの小さな友だち」(児童劇)

冬休みおりがみ教室「楽しいクリスマス」

日時●12月21日(火)14時30分～16時
対象・定員●小学生以上の児童・40人
申込み●12月7日(火)13時30分から直接、同図書館児童カウンターへ。
※電話申込み不可

移動図書館「ほたる号」カレンダー

12月～1月

| | ステーション名 | 12月 | 1月 | 時間 |
|---|-----------|-----|----------|-------------|
| 火 | 三橋4丁目自治会館 | 14 | 11 25 | 13:20～14:20 |
| 木 | 平和台公園 | 9 | 6 20 | 14:50～16:00 |

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

【年末年始のお知らせ】区役所及び支所は12月29日(水)から平成17年1月3日(月)までの間、閉庁します。ごみの収集は地区により最終日・開始日が異なりますが、平成17年1月1日(土)から3日(月)の間はお休みします。よろしくお祈りします。



大宮区役所保健センター からのお知らせ

(大宮区役所2階)
TEL 646・3100
FAX 646・3169

| | | | |
|--|---|---|--|
| 西区保健センター (西区指扇3743) TEL 620・2700 FAX 620・2769 | 見沼区保健センター (見沼区堀崎町12-36) TEL 681・6100 FAX 681・6169 | 桜区保健センター (桜区道場4-3-1) TEL 856・6200 FAX 856・6279 | 南区保健センター (南区別所7-6-1) TEL 844・7200 FAX 844・7279 |
| 北区保健センター (北区東大成町2-107) TEL 652・8611 FAX 652・8121 | 中央区保健センター (中央区本町東4-4-3) TEL 853・5251 FAX 857・8529 | 浦和区保健センター (浦和区常盤6-4-18) TEL 824・3971 FAX 825・7405 | 緑区保健センター (緑区中尾975-1) TEL 712・1200 FAX 712・1279 |

※ご利用については区在住の方を対象としていますが、応募状況などにより、ほかの区の方の参加も可能です。詳しくは、各区保健センターへ。

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 定員 | 申込・問合せ |
|----------------------------|---------------------|----------------------------|---|--------------|--|
| 両親のための講演会 (会場 北区保健センター) | 1/15(土) 14:00~15:00 | 親の心構えや赤ちゃんの健康について小児科医師からの話 | 市内在住の初めてお産をする方とその夫 | 40組 (先着順) | 12/17(金)の9時から、電話で、北区保健センターへ。 |
| 産婦・新生児訪問指導 | 随時 | 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、早めに各区保健センターへ。 |

● 下表事業の会場は大宮区保健センターです(公民館等での相談は、日時の欄の会場)。
● 各学級の参加は、お一人のお子さんに対して1回のみとなります。
● 申し込みは、各指定の申込日の9時から、電話で、大宮区保健センターへ(TEL 646・3100)。

● 区内在住の方が対象です。

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 定員 | 申込日 |
|----------------------|---------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|----------|------------|
| 母子保健 離乳食教室 | 1/26(水) 13:30~15:00 | 離乳食について楽しく学ぶ。 | 平成16年8・9月生まれの赤ちゃんの保護者 | 20人(先着順) | 12/8(水) |
| 育児学級(乳児期) | 1/12(水) 13:30~15:20 | 育児について楽しく学び、友達を作る。 | 平成16年9・10月生まれの赤ちゃんとその保護者 | 20組(先着順) | 12/13(月) |
| むし歯予防教室 | 1/21(金) 10:00~11:15 | 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。 | 1歳~1歳5か月のお子さんとその保護者 | 15組(先着順) | 12/10(金) |
| 両親学級 | 1/15(土) 9:15~12:00 | 安心して育児ができるような話や、赤ちゃんのおふろ実習。 | 初めてお産をする方で、分娩予定日が平成17年6月18日以前の方とその夫 | 15組(先着順) | 12/16(木) |
| 育児相談(乳児期) | 1/6(木) 9:30~10:30 | 身長・体重測定、保健師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。 |
| 育児相談(幼児期) | 12/17(金) 9:30~10:30 | | 1歳から就学前のお子さん | — | 当日、直接、会場へ。 |

成人保健

● 健康相談は電話でも行っています。詳しくは大宮区保健センターへ(TEL 646・3100)。

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象・定員 | 申込・問合せ |
|---------------------------|--|--------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------|
| 血液サラサラ(高脂血症予防)教室(1コース3日間) | 1/13(木)13:15~16:00 19(水)10:00~13:00 27(木)13:15~15:40 | 高脂血症について正しい知識を身につけ、生活習慣や食生活を見直すための教室 | 区内在住で高脂血症予防に関心のある方20人(先着順) | 12/14(火)9時から電話で、同保健センターへ。 |
| 成人健康相談 | 12/14(火) 13:30~15:00 | 健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定、尿検査 | — | 当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。 |
| 生活と食事健康相談 | 1/18(火) 13:30~15:00 | 保健師、管理栄養士による個別の食事・生活相談 | 生活習慣病でお悩みの方4人(先着順) | 12/24(金)までに電話で、同保健センターへ。 |
| 介護家族健康相談 | 12/14(火) 13:30~15:00 | 介護者のための健康に関する相談 | 介護している方 | 当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。 |
| 公民館等健康相談 | 12/22(水) 13:30~14:30 1/ 5(水) 13:30~14:30 | 健康に関する相談、体重・体脂肪・血圧測定、尿検査 | — | 当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。 |
| 成人歯科健康相談 | 12/14(火) 13:30~15:00 | 歯や口腔の健康に関する相談と歯みがき指導 | 20歳以上の方 | 当日、直接、会場へ。 ※お持ちの方は健康手帳を持参してください。 |

リハビリ教室(北区・大宮区・見沼区共同開催)

リハビリ体操や歌・創作活動等のレクリエーションを行い、心身機能の維持を図るための教室です。

● 対象…区内在住の40歳以上の方で疾患・障害および加齢により心身機能の低下が認められる方で次に該当する方

- ①介護保険の給付を受けていない方
- ②主治医の指示が得られる方
- ③医療終了後も継続した訓練が必要で、現在医療機関等で訓練を受けていない方
- ④自力で通所が可能な方。または家族による送迎が可能な方

● 日程…月2回(13:30~15:30)

● 会場・申込み・問合せ…大宮区役所保健センター

介護家族教室「絵手紙でつづる介護の気持ち」

● 日時…1月12日(水) 10時~12時

● 場所…大宮区役所保健センター

● 内容…絵手紙の作成・体操・ワンポイント健康講話

● 講師…岡田正子氏

● 対象…大宮区在住の介護をしている家族

● 定員・費用…15人(先着順)・無料

● 申込み・問合せ…12月1日から電話で大宮在宅介護支援センター(TEL 645・7470)へ