

毎月最終日曜日 区役所の休日窓口をご利用ください(支所を除く)

日時 ● 6月26日(日) 8時30分～17時15分

主な取扱業務 ●

- ・住民異動届、戸籍の届出、国民健康保険や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

※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、事前にお問い合わせください。

日曜納税窓口も同時に開設しています

6月の納税期:個人市民税・県民税 第1期

問合せ ● さいたまコールセンター ☎835・3156 FAX827・8656

高齢者うんどう教室

うんどう遊具を使い、腰痛や肩こり、転倒などを予防する運動です。タオル、帽子、飲み物を持参のうえ、動きやすい服装で、直接、会場へお越しください。

| 日程 | 時間 | 会場 |
|-------------------|-------------|------------------------------------|
| 6/2・9・16・23・30(木) | 14:00～15:30 | 山丸公園(雨天時:下町明美会館) ※9、23、30日は雨天中止 |
| 6/3・10・17・24(金) | | 大平公園(雨天時:三橋1丁目自治会館) ※3、17日は雨天中止 |
| 6/14・21・28(火) | | 寿能公園(雨天時:寿能会館) |

問合せ ● 区高齢介護課 ☎646・3068 FAX657・1201

6月1日から駐車監視員活動エリアが変わります

駐車監視員は、あらかじめ決められた地域、路線、時間帯を重点的に巡回し、放置車両の確認をしています。詳しくは、[埼玉県警察ホームページ](#)をご覧ください。

問合せ ● 大宮警察署 交通課 ☎663・0110

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。

公民館

大宮中部公民館

☎641・8955 FAX641・3929

ふれあいコンサート

日時 ● 7月23日(土) 13時30分～15時

内容 ● 歌とピアノによるコンサート

対象 ● 市内在住又は在勤の方

定員 ● 50名(先着順)

申込み ● 6月15日(火)10時から、直接又は電話で、同公民館へ。

大宮北公民館

☎641・3747 FAX641・3985

ひまわり学級

日時 ● 6月23日(木) 13時30分～15時

内容 ● みんなで歌おう懐かしい歌

対象 ● 65歳以上の方

大成公民館

☎663・4927 FAX651・4082

おやこサロン

日時 ● 6月23日(木) 10時～12時

内容 ● 七夕飾りづくり

対象 ● 未就園児とその保護者

持ち物 ● のり、はさみ、セロハンテープ、クレヨン

児童センター

天沼児童センター

☎・FAX645・7988

チビッコ広場

日時 ● 6月11日(土)

10時30分～11時45分

内容 ● レールをつなげて電車あそび

対象 ● 幼児とその保護者

持ち物 ● 持っている方は電池が入っている電車(記名してください)

チャレンジランド

日時 ● 6月18日(土)、19日(日)

14時～14時30分

内容 ● ディアボロ(空中ゴマ)

対象 ● 小学生

6月生まれのお誕生会

日時 ● 6月28日(火) 11時～11時30分

内容 ● スキンシップ遊び、誕生月児

は手形とり・身体測定

対象 ● 未就園児とその保護者

三橋児童センター

☎・FAX644・2978

おはなしの部屋

日時 ● 毎月第2木曜日(8月を除く)

11時～11時45分

内容 ● 読み聞かせ、手遊び

対象 ● 乳幼児とその保護者

ちびっこタイム

日時 ● 毎月第1・3木曜日

11時～11時45分

内容 ● リズムダンス、手遊び

対象 ● 乳幼児とその保護者

ドッジボールタイム

日時 ● 毎週月・水曜日

低学年 16時～16時30分

高学年 16時30分～17時

対象 ● 小学生

※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/>

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～

内容 ● 絵本の読み聞かせやわらべうたなど

対象 ● 幼児(保護者同伴可)、小学生

あかちゃんおはなし会

日時 ● 6月29日(火)、30日(木)

10時～11時

内容 ● 絵本の読み聞かせやわらべうたなど

対象 ● 0～2歳児とその保護者

定員 ● 15組(先着順)

申込み ● 6月7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

6月～7月

| | ステーション名 | 6月 | 7月 | 時間 |
|---|-----------|---------|---------|-------------|
| 火 | 三橋4丁目自治会館 | 7 21 | 5 19 | 15:00～15:30 |
| 木 | 平和台公園 | 9 23 | 7 21 | 14:30～15:30 |

※雨天の場合は中止します。詳しくは、大宮西部図書館(☎664-4946 ☎667-7715)へ。

大宮工房館

☎645・3838 FAX645・3881

はにわ作り講座

日時 ● 7月29日(金) 10時～12時

内容 ● 市立博物館学芸員から、はにわについて学び、はにわをつくる

対象 ● 市内在住又は在学の小・中学生

定員 ● 16人(先着順)

費用 ● 800円

申込み ● 6月24日(金)10時から、直接、同館へ。



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

会場名がない事業は、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)は除く | 助産師又は保健師の訪問による育児相談 | 生後1カ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 28人(先着順) | 7/21(木) 9:30~13:00 7/28(木) 13:30~16:00 | 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28年8/13~平成29年1/13の方 | 6/16(木)~ 電話で |
| はじめましてパパママ教室 定員 23組(先着順) | 7/9(土) 9:15~12:00 | 妊娠・出産・親の役割の話と、赤ちゃんのおふろの入れ方などを体験する | 初めてお産をする方で、出産予定日が平成28年8/20~12/16の方とそのパートナー | 6/8(水)~ 電話で |
| 育児学級 定員 28組(先着順) | 7/26(水) 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28年4/1~5/15生まれの赤ちゃんとその保護者 | 6/20(月)~ 電話で |
| 離乳食教室 定員 26人(先着順) | 7/12(水) 13:30~14:50 | 離乳食の進め方とお口のケアについて | 平成28年2月・3月生まれの赤ちゃんの保護者 | 6/10(金)~ 電話で |
| むし歯予防教室 定員 各10組(先着順) | 7/15(金) ① 9:45~10:30 ② 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27年2月~7月生まれのお子さんとその保護者 | 6/15(水)~ 電話で |
| 育児相談(乳児期) | 6/29(水) ① 9:15~10:15 ② 13:15~14:15 | 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) | 6/30(木) 9:15~10:15 | | 1歳~就学前のお子さん | |

| 事業名 | 日時 | 内容 | 対象 | 申込み |
|----------------------|------------------------------------|-----------------------------------|--|------------------------------------|
| 成人保健 体組成測定 | 6/27(月) 10:00~12:00 13:00~15:00 | 体組成計で筋肉量や筋肉バランス、脂肪量を測定し健康づくりに活用する | 18歳以上の方 ※妊娠中の方、ペースメーカーなど体内機器を装着されている方は不可。 | 当日、直接、会場へ ※素足で測定します(薄手のストッキング可) |

健活チームおおみや ~レベルアップ講座~

運動を始めたい方、運動習慣をレベルアップしたい方、健康づくりのコツを教えます。

日 時...7月5日(火) 9時30分~12時(受付9時15分)

対象・定員...区内在住で、18歳~64歳の方・15名(先着順)

申込み...6月6日(月)9時から電話で区保健センターへ。

持ち物...筆記用具、水分補給の水・お茶、動きやすい服装・靴



6月4日~10日は歯と口の健康週間です ~健康も 楽しい食事も いい歯から~

健康な歯を維持するには、幼少期からのむし歯予防と、若い頃からの歯周病予防が欠かせません。むし歯と歯周病はどちらも生活習慣病で、予防には日頃のケアが決め手です。歯科医院で定期的なチェックと歯みがき指導を受けましょう。

◆睡眠中は唾液の分泌量が減り、口腔内細菌の活動が活発になるので、特に就寝前は念入りに歯をみがきましょう。

区民のページ

第24回 8020よい歯のコンクール

80歳で20本以上の歯がある方のコンクールを行います。

日 時 ●6月30日(木) 受付・審査 13時30分~14時
表彰式 14時~

会 場 ●大宮歯科医師会 1階ホール(下町3-47)

対 象 ●次の①②を満たす方

①平成28年4月1日現在80歳以上の方

②自分の歯が20本以上ある健康な方で、過去に受賞していない方

申込み ●6月9日(木)までに、電話又はファクスで、大宮歯科医師会へ。☎644・8324 FAX648・0249