

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●7月31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

7月の納期:固定資産税・都市計画税 第2期
国民健康保険税 第1期

問合せ●さいたまコールセンター
☎835・3156 ☎827・8656



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

大成公民館

☎663・4927 ☎651・4082

おやこサロン

日時●7月14日(木) 10時～12時

内容●手形・足形とり

対象●未就園児とその保護者

持ち物●お手拭き

※汚れても良い服で参加してください。

児童センター

天沼児童センター

☎・☎645・7988

本の読み聞かせ

日時●7月6日(木)・13日(木) 16時～16時30分

対象●幼児とその保護者、小学生

サマブレ～夏のおたのしみ会～

日時●7月20日(木) 14時～16時

内容●工作やゲームなど

対象●小学生

持ち物●靴を入れる袋

工作ランド

日時●7月23日(土)・24日(日) 14時～16時

内容●UVビーズのストラップづくり

対象●小学生

定員●各12名(先着順)

費用●50円

申込み●7月10日(日)10時から、直接又は電話で同センターへ。

7月生まれのお誕生会

日時●7月26日(火) 11時～11時30分

内容●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

☎・☎644・2978

夏のおたのしみ会

①幼児の部

日時●7月15日(金) 10時30分～11時45分

内容●あそびのひろばのサマーバーション、トランポリン遊びなど

対象●乳幼児とその保護者

②児童の部

日時●7月20日(木) 13時30分～16時

内容●ステージ発表、ゲームコーナー、お話の部屋、トランポリン遊びなど

対象●小学生以上

ウォーターサバイバル

日時●7月29日(金)・8月4日(木)

14時～15時

内容●水鉄砲で相手の的を狙うゲーム

対象●小学生以上

持ち物●水鉄砲(小さいもの)、タオル、着替え、濡れても良い靴、飲みもの
※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 ☎648・8460

おはなし会

日時●7月6日(木)・13日(木)

15時30分～16時

対象●幼児(保護者同伴可)、小学生

図書館まつり夏のおはなし会

日時●7月27日(木) 11時～11時45分、

14時～14時45分

内容●絵本の読み聞かせ、手遊び、素話などを楽しむ

対象●幼児・小学生(保護者同伴可)

定員●各50人(当日先着順)

図書館まつり折り紙教室

日時●8月3日(木) 10時～11時

対象●幼児・小学生(保護者同伴可)

定員●10組(先着順)

申込み●7月12日(火)9時から、直接又は電話で同図書館へ。

桜木図書館

☎649・5871 ☎649・5875

図書館まつり夏のおはなし会

日時●8月4日(木) 10時～10時45分

内容●絵本の読み聞かせ、手遊び、素話などを楽しむ

対象●幼児・小学生(保護者同伴可)

会場●桜木公民館

定員●30人(当日先着順)

※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

7月～8月

	ステーション名	7月	8月	時間
火	三橋4丁目自治会館	5 19	2 30	15:00～15:30
木	平和台公園	7 21	4	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。

高鼻コミュニティセンター

☎644・3360 ☎644・3361

夏休み宿題お助け隊！小学生絵画講座

日時●7月27日(木)・28日(金) 14時～16時

対象●市内在住又は在学の小学3～6年生

定員●14人(抽選)

費用●1,000円

持ち物●宿題制作のための画材一式

申込み●7月8日(金) (必着) までに、往復はがき(1人1通のみ)で、講座名、住所、氏名(ふりがな)、学年、電話番号を、〒330-0803 高鼻町2-292-1 高鼻コミュニティセンターへ。

大宮工房館

☎645・3838 ☎645・3881

くらしのなかのアートたち～篆刻講座B

日時●9月12日(月)・26日(月)、10月17日(月)・24日(月)・31日(月)(全5回)

14時～16時

内容●自分だけの印をつくる

対象●市内在住又は在勤の方

定員●10人(先着順)

費用●2,800円

申込み●8月1日(月)10時から、直接、同館へ。

氷川の杜文化館

☎648・1177 ☎648・1311

尺八入門講座

日時●9月17日(土)・24日(土)、10月1日(土)・8日(土)・16日(日)(全5回)

14時～16時

対象●小学生以上

定員●20人(抽選)

費用●1,000円(尺八をお持ちでない方は、別途3,000円)

申込み●7月29日(金) (必着) までに、往復はがき(1人1通のみ)で、住所・氏名・年齢・電話番号を 〒330-0803 高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館「尺八入門講座」係へ。





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
はじめましてババママ教室 定員 23組(先着順)	8/20(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9/20~平成29年1/16の方とそのパートナー	7/14(木)~ 電話で
離乳食教室 定員 26人(先着順)	8/10(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3月・4月生まれの赤ちゃんの保護者	7/8(金)~ 電話で
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	8/16(火) 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3月~8月生まれのお子さんとその保護者	7/13(水)~ 電話で
育児相談(乳児期)	7/19(火) 9:15~10:15	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)	7/20(水) 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	7/15(金) 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)

ご存じですか? ~がんとがん検診~

◆生涯でがんに罹患する確率は、男性62%、女性46%(おおよそ2人に1人)です。

※国立がん研究センター情報

「元気だから」「症状がないから」といって
「検診を受けない」ということは
ありませんか?

ご自身の体をがんから守るためには、**早期発見・早期治療が重要**です。

がん検診実施期間…平成28年4月27日から
平成29年3月11日まで

月別の受診状況からみると、5月から9月ごろが比較的受診者が少ないようです。

早目に受診しましょう。



食生活改善推進員養成講座を開催します

食生活を見直し、健康づくりの輪を広げる、食生活改善推進員の養成講座を開催します。

対象…市内在住で、食生活改善推進員となってボランティア活動ができる方

定員…80人(先着順)

費用…無料(ただし、会員研修への参加には食材費等の実費がかかります)

申込み…7月5日(火) 9時から、電話でお住まいの区の保健センターへ

日程・会場など…下表のとおり

1コース 4日間(※2日目以降は入会者のみ受講となります。)

	日時	会場	内容
1日目	8月17日(火) 9:50~15:05	浦和区役所 保健センター	講義
会員研修参加期間			
2日目	11月2日(火) 10:00~15:10	浦和区役所 保健センター	講義
3日目	11月9日(火) 9:50~11:40	与野本町 コミュニティセンター	講義・運動実技
4日目	11月16日(火) 9:50~14:45	大宮区役所	講義・グループワーク

※時間は変更となる可能性があります。

※1日目と2日目の間に開催する会員研修へ参加する必要があります。