

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●11月27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

11月の納期:国民健康保険税 第5期

問合せ●さいたまコールセンター ☎835・3156 ☎827・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
11/10・24(木)	14:00～ 15:30	山丸公園(雨天中止)
11/4・11・18・25(金)		大平公園(雨天時:三橋1丁目自治会館) ※4、18日は雨天中止
11/8・15・22(火)		寿能公園(雨天時:寿能会館)

問合せ●区高齢介護課 ☎646・3068 ☎657・1201



information

大宮区インフォメーション

公民館

大宮中部公民館

☎641・8955 ☎641・3929

料理講座

日時●12月9日(金) 9時30分～11時30分

内容●季節のワンプレートごはんを作る

対象●市内在住又は在勤の方

定員●15人(先着順)

費用●800円

持ち物●エプロン、三角巾、ふきん1枚

申込み●11月18日(金)10時から、直接又は電話で同公民館へ。

児童センター

天沼児童センター

☎・☎645・7988

チビッコ広場

日時●11月12日(土) 10時30分～11時45分

内容●ル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。

ドッジボールタイム

日時●毎週月～金曜日 16時30分～16時50分 ※祝日を除く

対象●小学生

11月生まれのお誕生会

日時●11月22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●未就園児と保護者

三橋児童センター

☎・☎644・2978

冬のおたのしみ会

日時●①乳幼児の部:12月15日(木)

10時30分～11時45分

②小学生の部:12月22日(木) 14時～

16時

対象●①乳幼児とその保護者 ②小学生以上

※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。

内容●①あそびのひろば～ウィンターバージョン～

②ステージ発表、ゲームコーナー、おはなしの部屋

申込み●②ステージ発表者を募集します。希望者は11月20日(日)までに、直接又は電話で同センターへ。

チャレンジ

①将棋

日時●11月10日(木) 16時～16時30分

②かるた

日時●11月17日(木) 16時～16時30分

③ブロックタワー

日時●11月24日(木) 16時～16時30分

④積み木遊び

日時●12月1日(木) 16時～16時30分

《①～④共通》

対象●小学生以上(幼児は保護者同伴のみ可)

ファミリータイム

日時●毎月第1土曜日 11時～11時30分

内容●家族で楽しめるリズムダンスや工作

対象●乳幼児とその保護者

※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●毎週水曜日(23日を除く) 15時30分～16時

内容●絵本の読み聞かせ、素話など

対象●幼児・小学生

秋のおはなし会

日時●11月23日(祝) 11時～11時45分、14時～14時45分

内容●絵本の読み聞かせ、素話など

対象●幼児・小学生

定員●各50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

11月～12月

ステーション名	11月	12月	時間
火 三橋4丁目自治会館	8 22	6 20	15:00～15:30
木 平和台公園	10 24	8 22	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。

桜木図書館臨時休館のお知らせ

資料の特別整理のため、11月7日(月)から10日(木)まで臨時休館します。

高鼻コミュニティセンター

☎644・3360 ☎644・3361

ジャズロビーコンサート

日時●12月2日(金) 12時～13時

内容●ピアノ＆ヴァイオリンによるジャズコンサート

定員●40人(定員を超えた場合は立ち見)

氷川の杜文化館

☎648・1177 ☎648・1311

正倉院・五弦琵琶&中国琵琶演奏会

日時●12月11日(日) 14時～(13時30分開場)

対象●小学生以上

定員●40人(抽選)

費用●1,500円

持ち物●靴下

申込み●11月25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 大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館「正倉院・五弦琵琶&中国琵琶演奏会」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)	12/15(木) 9:30~13:00 12/22(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29年1/13~平成29年6/15の方	11/11(金)~電話で。
はじめましてパパママ教室 定員 23組(先着順)	12/17(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29年1/20~5/18の方とそのパートナー	11/16(水)~電話で。
育児学級 定員 28組(先着順)	12/8(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28年8/16~9/30生まれの赤ちゃんとその保護者	11/9(水)~電話で。
離乳食教室 定員 26人(先着順)	12/6(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7月・8月生まれの赤ちゃんの保護者	11/7(月)~電話で。
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	12/12(月) 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7月~12月生まれのお子さんとその保護者	11/10(木)~電話で。
育児相談(乳児期)	11/17(木) 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、靴袋
育児相談(幼児期)	11/18(金) 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	11/11(金) 10:00~12:00 13:00~15:00	体組成計で筋肉量や筋肉バランス、脂肪量を測定して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)

がん検診を受けましょう

さいたま市では肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮がん・前立腺がん検診、歯科健診などを実施しております。

実施期間は平成29年3月11日(歯科健診は平成29年3月31日)までです。

期間間近になると、混み合いますので早めの受診をおすすめします。

がん検診はがんを早期に発見し、早期治療に結びつけることを目的として実施しています。

~年に一度、ご自身の体を
見つめなおしてみませんか?~

対象者には「がん検診等のご案内」はがきを4月末ごろに送付しています。くわしくは、区保健センターまでお問い合わせください。



乳幼児健康診査・幼児歯科健康診査はお済みですか?

お子さんの健やかな成長・発達のために、乳幼児健康診査・幼児歯科健康診査を行っています。対象のお子さんには個別に通知します。

受診方法...実施医療機関へ電話で申し込みの上、健診票・母子健康手帳などを持参し受診してください。



健康診査	対象
4か月児健康診査	4か月~6か月
10か月児健康診査	10か月~1歳未満
1歳6か月児健康診査	1歳6か月~2歳未満
1歳6か月児歯科健康診査	1歳6か月~2歳未満
3歳児歯科健康診査	3歳~4歳未満
3歳児健康診査	3歳6か月~4歳未満