

地域の身近な相談役

民生委員・児童委員の活動を

ご紹介します

区では、地区ごとに民生委員・児童委員、主任児童委員がいます。

●どんな活動をしていますか？

担当の地区で高齢の方の見守りや子どもたちへの声

かけなどを行っています。また、医療・介護・子育て・生活上の心配事など、様々な相談に応じ、必要な支援が受けられるよう、関係機関への橋渡しを行っています。

●相談に費用はかかりますか？

費用は一切かかりません。また、法律により守秘義務が課されていますので、安心してご相談ください。

問合せ●区福祉課 ☎646・3053 ☎646・3165



大宮区民生委員・児童委員協議会各地区会長



防災コラム 災害に備えよう！ 17

“がまんできない事”に備える～トイレの備え～

トイレの“がまん”、中でもトイレを気にして水分補給を“がまん”すると水分不足となり様々なトラブルの原因^(※注)となります。

発災時にトイレが使えない状況でも、今までに紹介した、①トイレが使えない時の為に準備するもの、②簡易トイレ、③悪臭対策を参考に、“がまん”しないトイレの備えをして、十分水分を取るよう心がけましょう。

(※注 水分不足による不調:脱水症・低体温症・心筋梗塞・便秘・脳梗塞・ぼうこう炎・エコノミークラス症候群)

〔東京都発行「東京くらし防災」P.53～P55・P142より引用〕

(文責:さいたま市防災アドバイザー大宮区連絡会)

税理士による公開税務相談会(予約制)

日時●9月5日(休)、10月8日(休)、11月20日(休) 15時～17時

会場●大同生命大宮ビル 4階会議室(古敷町1-23-1)

内容●経理、税務、相続などに関する相談会

定員●各日4組(先着順)

費用●無料

申込み●8月5日(月)9時から、電話で、(公社)大宮法人会事務局(☎642・3121)へ。

問合せ●市民生活安全課 ☎829・1214 ☎829・1969



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

☎・☎645・7988

夏のおたのしみ会

日時●8月23日(金) 14時～16時

対象●小学生以上

持ち物●靴を入れる袋

三橋児童センター

☎・☎644・2978

おおきくなったかな

日時●8月22日(木) 11時～11時45分

内容●手形・足形取りと身体測定

対象●乳幼児とその保護者

秋のドッジボール大会

日時●10月12日(土) ①13時30分～15時30分 ②15時30分～17時

対象●①小学1～3年生 ②小学4～6年生

申込み●7～10人でチームを作り、申し込み用紙に必要事項を記入のうえ、9月2日(月)10時～30日(月)までに、直接又はファクスで、同センターへ。

※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

にちようびのおはなし会

日時●毎週日曜日 11時～11時30分

内容●おはなしとえほんの読み聞かせ

対象●3歳～小学2年生(保護者同伴可)

会場●おはなしのへや

あかちゃんおはなし会

日時●8月14日(水)・28日(水) 11時～11時30分

内容●わらべうたや絵本の読み聞かせなど。終了後に交流タイムあり。

対象●0～2歳児とその保護者

定員●15組(先着順)

申込み●8月5日(月)9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

夏休みの宿題レスキュー隊!

日時●8月17日(土)

理科の実験講座 10時～12時

読書感想文講座 13時～15時

内容●講師による理科の実験と読書感想文講座

対象●小学1～6年生

定員●各回16人(先着順)

申込み●8月5日(月)13時から、直接又は電話で、同図書館へ。

おはしの知育教室

日時●8月24日(日) 13時30分～16時

内容●自分に合ったお箸について学び、手に合った箸を作る

対象●年長～小学3年生とその保護者

定員●15組(抽選)

費用●1組3,500円(材料費・保険料込み)

持ち物●筆記用具、いつも使っているお箸

申込み●8月10日(土)20時30分までに、大宮図書館ホームページ「イベントお申込みフォーム」より

桜木図書館

☎649・5871 ☎649・5875

夏のおはなし会

日時●8月7日(水) 10時～10時45分

会場●桜木公民館 6階和室

内容●絵本の読み聞かせ・素ばなしなど

対象●幼児・小学生とその保護者

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。

<https://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	27	10 24	15:00～15:30

※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人のお子さんに対し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 4階
申込み・問合せは
TEL 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
はじめまして パパママ教室 定員 23組(先着順)	9/14(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 日が令和元年10月21日~令和2 年2月23日の方とそのパートナー	8/7(水)~ 電話又はファクスで。
母親学級 定員 28人(先着順)	9/3(火) 9:30~13:00 9/11(水) 13:30~16:00 (全2回)	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 定日が令和元年10月14日~令 和2年3月15日の方	8/6(火)~ 電話又はファクスで。
育児学級 定員 24組(先着順)	9/19(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	令和元年6・7月生まれの 赤ちゃんとその保護者	8/9(金)~ 電話又はファクスで。
離乳食教室 定員 26人(先着順)	9/12(木) 13:30~14:50	離乳食の進め方とお口のケア について	平成31年4月・令和元年5月生ま れの赤ちゃんの保護者	8/8(木)~ 電話又はファクスで。
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	9/20(金) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のために規則的な 食生活や歯みがき習慣を学ぶ	平成30年4~9月生まれの お子さんとその保護者	8/20(火)~ 電話又はファクスで。
育児相談(乳児期)	8/22(木) 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)	8/23(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
体組成測定	8/27(火) 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。

Happyファミリークラス

夫婦でコミュニケーションをはかりながら、パパママの健康
について楽しく学びます。

日時…9月1日(日) 9時30分~12時(受付9時15分~)

内容…「ドクターに聞く!歯周病と全身の健康~妊娠・生活習慣
病~」(歯科医師講義)

「赤ちゃん誕生前に知っておきたいお口のケア」(歯科
衛生士実習)

「2人でできるストレッチ・マッサージ」(体育トレー
ナーによる運動実技)

「体組成測定でボディバランスチェック」(パートナ
ーのみ実施)

対象…妊婦(出産予定日が令和元年10月27日~令和2年2月
16日)とそのパートナー

定員…20組(先着順)

申込み…8月5日(月)9時から、電話
又はファクスで、区保健
センターへ。



親子で♪もぐシャカレッスン

調理実習と歯みがき実習を行い、バランスのとれた食事や歯
の健康について学びます。

日時…9月28日(土) 10時~12時15分

対象…区内在住の4~6歳児(平成25年4月2日~平成27年4月
1日生まれ)とその保護者

定員…12組(先着順)

持ち物…筆記用具

○親子それぞれお持ちいただくもの
エプロン、三角巾、ふきん、手拭き用タオル

○お子様用にお持ちいただくもの
普段使用しているお弁当箱、現在使用している歯ブ
ラシ、うがい用コップ、口拭き用タオル

申込み…8月16日(金)9時から、電話又はファクスで、区保健セ
ンターへ。

