

広報 もりおか MORIOKA

2018 (平成30) 年 5月15日号 (No.1481)

お知らせ版

目次	
1・8	子育て情報広場
2~3	健康ひろば
4~5	イベント情報
6~7	イベント情報

発行：盛岡市
 ☎020-8530盛岡市内丸12-2
 ☎019-651-4111 (代表)
 ファクス：019-622-6211
 発行部数：14万3490部
 編集：市長公室広聴広報課
 ☎019-613-8369 (直通)
 info@city.morioka.iwate.jp
 記事の無断転載を禁じます。

子育て情報ひろば

<マークの見方>

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 定員、対象
- 💰 費用
- 📄 申し込み
- 📠 ファクス
- 📞 問い合わせ
- 🆔 広報ID
- 📞 託児

※特に記載がない場合は無料 ※記載されている申込開始日時から先着順に電話受け付け

子育てを楽しく

子育て支援センター ☎651-8580

次のとおり子育て支援の場を開設します。時間はいずれも10時~11時半。当日会場へどうぞ。

▶**ここにこルーム**：🕒 5月18日(金)と6月8日(金)は都南公民館(永井24)、5月29日(火)は上堂児童センター(上堂三)、6月5日(火)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五)

👤 0歳~3歳の子と保護者

▶**ぴよぴよルーム**：🕒 5月25日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、6月12日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)

👤 0歳の子と保護者

市立保育園の一斉開放

🕒 5月22日(火)・6月12日(火)、9時半~11時

👤 0歳~就学前の子と保護者や妊婦

マタニティサロン

出産後の生活についてアドバイス。

🕒 6月6日(火)10時~11時半

📍 とりょう保育園(肴町)

📞 同支援センターへ電話予約

👤 初妊婦

保育園の半日体験

🕒 6月26日(火)10時~12時

📍 市立保育園11園

👤 各園5組※1歳6カ月~2歳6カ月の子と保護者

💰 300円

📞 直接：5月22日(火)10時から各園で

👤 20組※首の据わった3~24カ月の子と保護者

💰 4320円

📞 電話：5月18日(金)13時から

🆔 1022721

広場で遊ぼう!

渋民公民館 ☎683-2354

親子で季節ごとの自然体験をする。

🕒 6月3日、8月19日、10月21日、来年2月3日、日曜、全4回、10時~13時

👤 10組※3歳~小学3年生と保護者

💰 3000円

📞 電話：5月19日(土)9時から

🆔 1022800

家庭教育支援・あそびの広場

松園地区公民館 ☎637-6611

遊びながら言葉や運動の基礎を身につける。

🕒 6月6日(火)10時~12時

👤 就学前の子と保護者

🆔 1022662

新米ママの子育て講座

都南公民館 ☎637-6611

親子遊びやおやつ作り、ヨガなど。

🕒 6月28日~7月26日、木曜、全5回、10時~11時半

👤 15組※第1子が8カ月~2歳未満の子と保護者

📅 当日(2~5回目のみ)

📄 往復はがき：住所と親子の氏名、電話、保護者の年齢、子の生年月日を記入し、☎020-0834永井24-10-1都南公民館まで。6月13日(火)必着

🆔 1022792

赤ちゃんに触れ合おう

盛岡体育館 ☎652-8855

■ベビーマッサージ教室

🕒 6月1日~15日、金曜、全3回、10時半~12時

👤 10組※生後2カ月~ハイハイ前の子と保護者

💰 4320円

📞 電話：5月18日(金)9時から

🆔 1022746

■ファーストサイン教室

🕒 6月29日~7月13日、金曜、全3回、10時半~12時

👤 10組※首の据わった4~18カ月の子と保護者

💰 4320円

📞 電話：5月18日(金)9時から

🆔 1022742

市保健所で開催の教室

①②③母子健康課 ☎603-8303

④健康増進課 ☎603-8305

①マタニティ教室~平日コース~

ママと赤ちゃんの歯や妊娠中の栄

養管理などの講話と調理実習

🕒 6月19日(火)10時~13時半

👤 30人※参加時点でおおむね5~8カ月の初妊婦

📞 電話：6月1日(金)14時から

②パパママ教室~日曜コース~

妊娠中の健康管理や赤ちゃんのお風呂の入れ方を学ぶ

🕒 6月24日(日)10時~15時

👤 36組※10月に出産予定の初妊婦と夫

📞 電話：6月8日(金)14時から

③離乳食教室

初めての離乳食への不安を解消する講話と試食※グループでの申し込みはお控えください

🕒 6月26日(火)10時~12時

👤 30組※30年2月生まれの乳児と初めて子育てをする母親

📞 電話：5月22日(火)14時から

🆔 1002133

④MORIOKA☆ユース食堂

~ファミリーコース~

食育の話と家族でフッキング。参加者にはMORIO-Jポイントが付きます。

🕒 6月30日(土)10時半~13時半

👤 35人※おおむね20~30代を含む家族(1家族6人まで、妊産婦を除く)

📞 電話：6月1日(金)10時から

📞 電話：10人※1~4歳の子

「赤ちゃんヨガ」教室

飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんとのスキンシップをとりながら心と体をヨガでリフレッシュ。

🕒 5月25日(金)・6月1日(金)、10時~11時

📍 飯岡地区農業構造センター(下飯岡8)

👤 6組※首の据わった3~10カ月の子と保護者

💰 144円

📞 電話：5月18日(金)9時から

ベビードダンス教室

盛岡タカヤアリーナ ☎658-1212

赤ちゃんを抱っこしながらダンスと手遊び歌で遊ぶ。

🕒 5月30日~6月20日の水曜と6月28日(木)、10時~11時半

もりおか子育て応援プラザ

ma*mall

大通一丁目9-12第8大通ビル3階

☎656-8207

開館時間：9時半~17時

休館日：水曜日、祝日、お盆、年末年始

子育て情報 pick up

室内遊び場やリラックスメールーム、セミナーールームなどを備えた施設です。読み聞かせやリズム遊びなど幼児から就学前までのお子さんが楽しめるイベントのほか、マタニティヨガや0歳児のママサロンなどママ自身も楽しめるイベントを多数開催しています。また、お子さんの一時預かりもしています。スタッフもみんな気さくで、子育ての相談にも応じます。ここに来れば、子ども同士、ママ同士仲良くなること間違いなし! 皆さんも、ぜひ遊びに来てみませんか。

※各種イベントや一時預かりの料金などの詳細はお問合せください



「わくわく運動教室」の1コマ 毎週金曜の15時半~16時に開催しています

健康ひろば



こころの健康相談

保健予防課 ☎603-8309
心の病気の予防と受診の相談。場所はいつでも市保健所(神明町)。
▶**保健師による相談**
☎ 月～金曜、9時～16時※祝日を除く
☎ 電話相談は同課へ直接どうぞ。面接相談は事前予約が必要
▶**精神科医による面接相談**
☎ 毎月1回(要予約)。詳しくは同課にお問い合わせください
☎ 1000585・1000587

健康づくり! マッサージ教室

長寿社会課 ☎603-8003
マッサージ師による健康講話と体のケアのアドバイス。タオル持参。
☎ ☎ 表1のとおり
☎ 各15～25人※60歳以上
☎ 当日、開始10分前から先着順
☎ 1003805

つどいの森で健康づくり

都南老人福祉センター ☎638-1122
都南つどいの森でさまざまな健康教室を開催。
☎ 都南老人福祉センター(湯沢1)
☎ 電話:5月18日(金)10時～

表1 マッサージ指導教室の日程

実施日	時間	会場
5/21(月)・6/18(月)	10時～12時	津志田老人福祉センター(津志田西二)
5/26(土)・6/5(火) 6/16(土)	10時15分～12時15分	愛宕山老人福祉センター(愛宕下)
6/1(金)	10時～12時	西青山老人憩いの家(西青山三)
6/14(木)	10時～12時	山王老人福祉センター(山王町)

元気はなまる筋力アップ教室の日程

実施日	時間	会場	定員
6/4(月)	10時～11時半	本宮老人福祉センター(本宮四)	20人
6/5(火)	10時～11時半	仙北老人福祉センター(東仙北一)	20人
6/7(木)	10時～11時半	中野地区活動センター(東家庭字小森)	20人
6/11(月)	10時～11時半	仁王老人福祉センター(名須川町)	20人
6/12(火)	10時～12時	西部公民館(南青山町)	40人
6/12(火)	10時～11時半	イオンスーパーセンター-浜民店(浜民字鶴飼)	15人
6/13(水)	10時～11時半	緑が丘老人福祉センター(緑が丘三)	20人
6/14(木)	13時半～15時	みたけ地区活動センター(みたけ四)	20人
6/19(火)	10時～11時半	就業改善センター(好摩字野中)	20人
6/19(火)	10時～11時半	加賀野老人福祉センター(加賀野四)	20人
6/20(水)	13時半～15時半	都南公民館(永井24)	40人
6/21(木)	13時半～15時半	カワトク(菜園一)	40人
6/25(月)	10時～11時半	桜城老人福祉センター(大通三)	20人
6/26(火)	10時～11時半	ユートランド姫神(下田字生出)	20人
6/27(水)	13時半～15時	山岸地区活動センター(山岸四)	20人
6/28(木)	10時～11時半	北厨川老人福祉センター(厨川一)	20人

リフレッシュ体操教室

脳トレやストレッチなどをして介護や認知症予防に役立てる。
☎ 5月24日(休)10時半～11時半
☎ 20人
▶**笑って健康講座**
脳を活性化させるゲームで、認知症予防
☎ 5月25日(金)10時～11時
☎ 30人
▶**青竹シニア体操教室**
青竹を使った体操で、足裏のツボ刺激し、内臓の血流を良くする
☎ 6月2日(出)10時半～11時半
☎ 20人※60歳以上 ¥ 500円

ピラテス体操教室

体幹を鍛え、しなやかな体作りを目指す。
☎ 6月7日(休)10時半～11時半
☎ 20人※60歳以上 ¥ 500円
▶**ヨガ教室**
ヨガで呼吸と姿勢を意識し、柔軟性を高める
☎ 6月14日(休)10時半～11時半
☎ 20人※60歳以上 ¥ 500円

元気はなまる筋力アップ教室

長寿社会課 ☎613-8144
足腰を丈夫に保つための筋力アップ

ア体操と講話。上履きとタオル、飲み物を持参。

☎ ☎ ☎ 表2のとおり※65歳以上
¥ 無料※会場により傷害保険料がかかる場合があります
☎ 1003803

足腰を元気にする運動教室

健康保険課 ☎613-8436
腰痛や膝痛など、高齢者の身体機能や認知機能の低下を予防する運動。
☎ 5月29日～6月26日、火曜、全

休日救急当番医・薬局

※往診はできません

月日	区分	名称	所在地	電話番号
5/20(日)	内	金子胃腸科内科	乙部13-135-3	696-2012
		大屋内科胃腸科クリニック	西青山一丁目16-43	647-3255
		秋浜内科クリニック	浜民字駅103	683-2333
	外	鈴木整形外科	本宮字石仏20-1	658-0202
	小	西島子どもクリニック	上田一丁目19-11	651-1369
	歯	横藤歯科医院	志家町12和光ホームビル1階	653-5577
	薬	オトベ薬局	乙部13-135-1	675-1151
		薬局ボラリス	青山二丁目24-3	656-8500
		たくぼく薬局	浜民字駅104	669-5800
		あおば薬局桜小路店	上田一丁目20-1	656-1250
5/27(日)	内	川久保病院	津志田26-30-1	635-1305
		澤田内科医院	上田一丁目6-11	654-1007
	外	くろだ脳神経・頭痛クリニック	神明町10-38	653-3522
	小	白井循環器呼吸器内科・小児科	松園二丁目2-10	662-9845
	歯	横矢歯科医院	南大通二丁目4-17	626-9200
	薬	オーロラ薬局	南仙北三丁目2-30	635-1233
		上田薬局	上田一丁目6-9	625-5612
		あすなる薬局	中ノ橋通一丁目14-9	623-8880
		レミディ薬局	中ノ橋通一丁目14-8	652-1300
	6/3(日)	内	ささき医院	松園二丁目3-3
おおひら内科・循環器科クリニック			中野一丁目27-10	653-0230
外		菊池整形外科・形成外科クリニック	梨木町2-2	606-3765
小		吉田小児科	清水町5-22	606-5100
歯		吉田歯科医院	梨木町2-13	652-1861
		中ノ橋通一丁目4-22	622-4407	
薬		コスモ調剤薬局	中ノ橋106ビル3階	653-6133
		清水町調剤薬局	中野一丁目30-3	653-6133
べんごん薬局	清水町5-18	654-7253		
梨木町2-14	652-3345			

接骨院の休日当番

※当番院が変更になることがあるので、事前に電話で確認してから利用してください

月日	名称	所在地	電話番号
6/3(日)	さとう接骨院	月が丘一丁目26-22	641-7586
6/10(日)	小山田接骨院	東松園二丁目2-2	663-2574
6/17(日)	ひかり接骨院	高松二丁目2-50アビタシオン高松1階	663-7515
6/24(日)	小笠原接骨院	好摩字上山13-20	682-0106

青空ウォーキング

健康増進課 ☎603-8305
健康運動指導士と新緑の高松の池周辺を歩く。参加者にはMORIO-Jポイントが付きます。
☎ 6月19日(火)10時～12時

内 内科 外 外科・整形外科

小 小児科 歯 歯科 薬 薬局
時間は9時から17時まで。ただし歯科は15時、薬局は17時半まで。

広告

土・日を含む全診療日、加賀野
夜8時まで受付します。消化器内科・内科クリニック

9:30～13:30
16:00～20:00

年末年始、GWを含む祝日も通常診療!

盛岡市天神町11-8
TEL 019-604-1123

ホームページ <http://kaganoclinic.jp/>

広告

日曜診療・往診・訪問診療 ※往診・訪問診療は月～木曜 13:00～15:00

医療法人 **ちだ内科・外科クリニック** [院長] 千田 明紀

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	△ 第13・5 午前のみ 診療
15:00～18:00	○	○	○	○	○	○	△ 第2・4日曜

休診日 土曜、祝日、第2・4日曜

TEL 019-604-3755 www.chida-clinic.com

申し込みが必要なイベントについて

☎ 高松地区保健センター(上田宇毛無森)に集合 ☎ 25人
☎ 電話:5月29日(火)10時から
☎ 1022801

すてきなキッチン♪ 栄養教室

健康増進課 ☎603-8305
適塩生活で高血圧を予防するポイントを実習と講話で学ぶ。参加者にはMORIO-Jポイントが付きます。
☎ 6月22日(金)10時～13時
☎ 市保健所(神明町) ☎ 30人
☎ 電話:5月21日(月)10時から

第2期予防接種を受けましょう

保健予防課 ☎603-8307
乳幼児期に受けた予防接種の追加接種を行います。接種券の配布や接種できる医療機関などは学校を通じてお知らせします。
▶**ジフテリアと破傷風**
☎ 小学6年生
▶**日本脳炎**
☎ 小学4年生

匿名・無料で検査できます

保健予防課 ☎603-8308
▶**梅毒・性器クラミジア検査**
☎ 毎週木曜、10時～11時※祝日を除く
☎ 市保健所(神明町)
☎ 前日までに電話予約

梅毒の感染が急増中!

早めに検査を受けましょう。
▶**休日エイズ検査**
☎ 6月9日(出)10時～12時
☎ 市保健所(神明町)

シリーズ「食育」～第1回～

食は命の源!

「食べること」について考えよう

健康で生き生きと暮らすためには、毎日の食事が大切。食についての正しい知識を身に付けて、バランスの取れた豊かな食生活に取り組みませんか。

食べたいものをいつでも買える便利な世の中になりました。しかし朝食を抜く、食べ過ぎ、栄養バランスの偏りなどが原因で生活習慣病が増えて、生き生きと暮らすためには、毎日の「食」が何より大切です。



健康増進課 谷口史恵栄養士

まずは1週間、禁煙してみませんか?

タバコ1本で5分30秒寿命が短くなる?

タバコを1日20本吸った場合、1日で110分、1年で28日寿命が短くなるという報告もあります。出典:英国王立内科医学会

毎日朝食を食べる人(28年度まちづくり評価アンケート)

	男性	女性
20代	50.0%	66.7%
30代	71.9%	82.6%
40代	78.5%	81.1%

男女とも、20代が最も少ないんだね

【問】健康増進課 ☎603-8305

「受動喫煙のない社会」を目指して

～たばこの煙から子ども達を守ろう～

喫煙が健康に及ぼす害は、吸う本人だけでなく周りの人にも影響します。あなたも禁煙に取り組んでみませんか。

まずは1週間、禁煙してみませんか?

禁煙を始めた当初のイライラやだるさはタバコの禁断症状。約1週間のヤマ場が過ぎれば、徐々に苦しさは和らぎます。逆に1週間後の「1本くらい大丈夫」という考えが禁煙失敗につながることも。

【問】健康増進課 ☎603-8305

まずは朝食を食べることを心掛けよう!

朝食のメリットは・・・
☎ 寝ている間に下がった体温が上がり、体が活動する準備が整うので、勉強や仕事の効率もアップ!
☎ 昼食やおやつ食べ過ぎを防ぎ、肥満予防にも!
☎ 規則正しい生活につながり、生活のリズムも整うので、体調や体力もアップ!

どんな朝食がいいの?

主食 脳や体のエネルギー源となる糖質を。ご飯やパンなど!

主菜 体を作るために必要な卵や納豆などのたんぱく源をプラス!

副菜 野菜や果物を足して、栄養バランスアップ!

卵や野菜などを入れた具だくさんのみそ汁やスープでもOK!

広告

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

[診療科目] 美容皮膚科・美容外科・形成外科
美容に関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

院長 田崎 治子

0120-777-392

[診療時間] 10:00～19:00 [定休日] 不定休 〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F

HP <http://sakura-keisei.jp/>

ホテルメトロポリタン NEW WING 盛岡駅前
当院(2F)
東横イン 同 盛岡駅前
岩手銀行 ローン 同 盛岡駅前
ペリカンパーク 同 盛岡駅前
セラッタ 同 盛岡駅前

ホテルメトロポリタン盛岡・フェザン・盛岡駅

イベント情報

マークの
見方

- 🕒 日時
- 📍 会場
- 👤 定員、対象
- 💰 費用
- 📅 申し込み
- 🗨️ 問い合わせ
- 📄 広報ID
- 👤 託児

※特に記載がない場合、費用は無料

申し込みが必要なイベントについて

電話：記載されている申込開始日時から先着順に受け付け
はがき：往復はがきに①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、申込期限必着で郵送。定員を超えた場合は抽選

ファクス：左記①～⑥とのファクス番号を記入し、ファクスで申し込み。申込開始日時から先着順に受け付け。
※定員があって特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

盛岡体育館

☎020-0066上田三丁目17-60
☎652-8855

■**ヨガ教室**
ヨガの基礎を学ぶ。
🕒 6月5日～7月10日、火曜、全6回、19時～20時
👤 15人※高校生以上
💰 4320円
📞 電話：5月18日(金)9時から
📄 ID 1022747

■**パワーヨガ教室**
筋力トレーニングを取り入れたヨガを学ぶ。
🕒 6月7日～7月12日、木曜、全6回、19時～20時
👤 20人※高校生以上
💰 4320円
📞 電話：5月18日(金)9時から
📄 ID 1022745

みちのくコカ・コーラ ボトリングリンク

☎020-0866本宮五丁目3-3
☎601-5001

■**カーリング教室**
コースは①シニア②ステップUP③平日の3コースがあります。
🕒 ①5月28日～6月18日、月曜、全4回、13時～14時半
②6月1日～22日、全4回、金曜19時～21時
③5月23日～6月13日、水曜、全4回、13時～14時半
👤 ①8人※50歳以上②8名※小学5年生以上の経験者③8人※18歳以上
💰 ①③4000円②高校生以下4000円、一般6000円
📞 電話：5月19日(出)10時から
📄 ID ①1022719②1022718③1022720

都南体育館

☎020-0835津志田14-19-1
☎637-2219

■**そうだ!今日から運動をはじめよう!**
有酸素運動やストレッチなど。
🕒 6月7日～6月21日、木曜、全3回、13時半～15時
👤 20人
💰 1200円
📞 電話：5月18日(金)9時から
📄 ID 1022722

渋民運動公園総合体育館

☎028-4135川崎字川崎1-1
☎683-1636

■**フラダンス教室**
はじめてでも安心、楽しくフラダンスを体験。
🕒 ①体験レッスンは5月27日(日)10時～11時②入門レッスンは6月29日(金)・7月27日(金)、19時～20時半、7月8日(日)・22日(日)、10時～11時半、全4回
👤 各10人※小学生以上
💰 ①500円②4100円
📞 窓口・電話：5月18日(金)9時から
📄 ID ①1022717②1022715

もりおか女性センター

☎020-0871中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■**男女共同参画週間**
▶**もりおか展2018**
パネルの展示やビデオ上映など。
🕒 6月15日(金)～21日(木)9時～21時半
※土・日曜は17時、21日は15時まで
📍 プラザおでって(中ノ橋通り)
📄 ID 1001889

▶**講演会「頑張りすぎない男の介護～息子が親を看るとき～」**
🕒 6月15日(金)13時半～15時半
👤 100人
📄 1人500円※先着5人
📞 5月21日(月)10時から

▶**パネル展**
🕒 ①6月6日(火)～19日(火)、市役所本館1階エレベーターホール
②6月21日(火)～7月10日(火)、都南図書館(永井24) ☎626-7525

■**男女共同参画基礎講座もりおか女性塾**
男女共同参画に関する学び。
🕒 6月7日～7月12日、木曜、全6回13時半～16時
📍 プラザおでって(中ノ橋通り)
👤 15人※女性
📄 1人500円※先着5人
📞 電話：5月18日(金)10時から
📄 ID 1001882

■**芽でるネット・パソコンミニセミナー**
①ワード入門・表のある文書を作成
②エクセルで簡単に家計簿を作成
🕒 ①6月19日(火)13時～15時

🕒 ②6月26日(火)10時～12時半
👤 各8人※起業、就労を目指す女性
💰 各300円
📞 電話：5月18日(金)10時から、芽でるネット ☎624-3583
📄 ID 1021926

盛岡劇場

☎020-0873松尾町3-1
☎622-2258

■**八時の芝居小屋「ちゃんぽん」**
初演からロングラン公演を続ける韓国人気作品を盛岡で初上演。
🕒 5月30日(火)～6月1日(金)、20時～21時
💰 前売1000円、当日1200円
📄 ID 1023043

都南老人福祉センター

☎020-0842湯沢1-1-39
☎638-1122

■**初心者陶芸教室**
陶芸の基礎を学び、茶碗などを作る。
🕒 6月～8月の第2・4木曜、全6回
👤 10人※60歳以上
💰 2000円
📞 電話：5月18日(金)10時から

盛岡市動物公園

☎020-0803新庄字下八木田60-18
☎654-8266

動物公園に遊びに行こう。
■**春のお花を見に行こう!**
🕒 5月26日(土)・27日(日)、12時～12時40分
👤 各30人
📞 当日11時50分前から野遊び教室(同園内)で受け付け

■**草木染めしよう!**
🕒 5月27日(日)13時半～14時半
👤 先着30人
📞 当日の開始10分前から動物資料館前で受け付け

■**コケ玉を作ろう**
🕒 6月10日(日)13時半～15時
👤 先着30人
📞 開始10分前から動物資料館前で受け付け

■**ダチョウの目玉焼き**
🕒 6月10日(日)11時～12時

上田公民館

☎020-0066上田四丁目1-1
☎654-2333 ファクス654-2335

📄 ID 1000701※共通

■**小さなガーデニング教室**
花のバスケットの製作やオープンガーデンの見学など。
🕒 6月1日(金)10時～12時と22日(金)、全2回、9時～16時半
📍 1日は同公民館、22日はサラダファーム(八幡平市)など
👤 16人
💰 3000円
📞 往復はがき：5月21日(月)必着

■**エンジョイ!生き生きライフ**
高松の池ウオーキングや和菓子作り、八幡平自然散策など。
🕒 6月21日・7月19日・8月23日・9月20日、木曜、全4回※各日で時間は異なります
👤 40人
💰 2000円
📞 はがき：6月4日(月)必着

■**能の世界にふれる。能楽入門講座**
能の歴史と基礎を学ぶ。
🕒 6月22日～7月6日、金曜、全3回、10時～12時。*7月6日は9時～16時
📍 7月6日は伝統芸能伝承館(宮城県登米市)
👤 16人
💰 1500円
📞 往復はがき：6月11日(月)必着

西部公民館

☎020-0134南青山町6-1
☎643-2288

■**はじめて学ぶパソコン教室**
🕒 5月24日(木)・25日(金)、10時～16時
👤 各16人
💰 各4620円
📞 電話：5月18日(金)10時から

■**パソコン・タブレットお助け相談**
基本操作やスマートフォンなどの相談。
🕒 5月30日(火)、10時～12時と、13時～15時
💰 500円 📄 ID 1018979

■**かんたんワード&エクセル**
ワードとエクセルの基本操作を学ぶ。
🕒 6月5日(火)～7日(木)、全3回、10時～15時
👤 各16名
💰 各4620円
📞 電話：5月24日(木)10時から

■**じっくり学ぶパソコン教室**
▶**ワードを始めよう!**
🕒 6月13日(火)～15日(金)、全3回、9時

半～12時半
👤 16名
💰 4400円
📞 電話：5月31日(木)10時から

▶**ネットで作る写真アルバム**
🕒 6月9日(出)10時～15時
👤 16名
💰 2500円
📞 電話：6月1日(金)10時から

松園地区公民館

☎020-0106東松園二丁目5-3
☎661-8111

■**初級英語講座～Oh!もてなし英会話**
盛岡を紹介する英語力を身につける。
🕒 6月26日～7月17日、火曜、全4回10時～12時
👤 20人
💰 2500円
📞 はがき：6月8日(金)必着
📄 ID 1022709

■**季節食材でヘルシークッキング**
🕒 6月19日(火)10時～12時半
👤 15人
💰 600円
📞 はがき：6月11日(月)必着
📄 ID 1022665

乙部地区公民館

☎020-0403乙部6-79-1
☎696-2081

■**絵画体験講座「簡単な静物画」**
🕒 6月1日(金)10時～12時
👤 20人
📞 電話：5月22日(火)9時から
📄 ID 1022777

■**体験講座「はじめてのギター」**
🕒 6月16日(出)13時半～15時半
📍 乙部農業構造改善センター(乙部6)
👤 20人※ギター貸し出しあり
📞 電話：5月30日(火)9時から
📄 ID 1022781

■**初めてでも安心!らくらくスマホ教室**
🕒 6月14日(木)・21日(木)、全2回、14時～15時半
👤 12人※スマートフォン貸し出しあり
📞 電話：5月28日(月)9時から
📄 ID 1022785

河南公民館

☎020-0873松尾町3-1
☎622-2258

■**河南のよる活!学んで楽しむ!筋膜**

リリース
気軽にできる体のケア方法を実践。
🕒 6月6日～20日、水曜、全3回、19時～20時半
👤 15人※18歳以上
💰 650円
📞 窓口・電話：5月18日(金)10時から
📄 ID 1022794

■**ぶちょうほまんじゅうってなんだらう?**
地域の文化を学び、郷土菓子を作る。
🕒 6月16日(出)9時～11時半
👤 15人※小学生以上、小学3年生以下は保護者同伴
💰 500円
📞 往復はがき：6月10日(日)必着
📄 ID 1022793

■**建設中の築川ダムを見学しよう!**
ダムの役割と防災について学ぶ。
🕒 6月23日(出)8時半～11時
👤 15人
💰 100円
📞 窓口・電話：5月22日(火)10時から
📄 ID 1022795

遺跡の学び館

☎020-0866本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■**粘土を使って縄文土器をつくろう!**
🕒 6月3日(日)9時半～12時
👤 25人※小学生以上。小学生は保護者同伴
💰 300円
📞 電話：5月18日(金)10時から
📄 ID 1009440

もりおか歴史文化館

☎020-0023内丸1-50
☎681-2100

■**志士の書一幕末・明治群雄像一**
幕末から明治期にかけて活躍した人々の書道作品を展示。
🕒 5月16日(火)～7月16日(月)、9時～17時
📄 ID 1022780

▶**学芸員によるギャラリートーク**
🕒 5月20日(日)13時半～14時
👤 20人
💰 入館料が必要

■**リーディングカフェ**
南部家殿様の手紙をアルパ演奏にあわせて、館長が朗読します!
🕒 6月24日(日)14時～15時
👤 15人
💰 1000円
📞 電話：5月20日(日)11時から
📄 ID 1020024

石川啄木記念館

☎028-4132渋民字渋民9
☎683-2315

■**企画展「啄木と若山牧水」**
啄木と歌人若山牧水の交流を紹介。
🕒 5月22日(火)～9月17日(月)、9時～17時
📄 ID 1022778

▶**ギャラリートーク**
🕒 5月22日(火)・6月23日(出)・7月29日(日)・8月26日(日)、14時～14時半
💰 入館料が必要

▶**講演会「啄木と牧水・牧水と岩手」**
啄木と牧水の交友について館長が解説。
🕒 5月27日(日)13時半～15時半
📍 渋民公民館(渋民字鶴塚)
👤 50人
📄 ID 1022779

▶**啄木を訪ねる道ウォーク**
市内中心部の啄木ゆかりの地を館長の解説付きで訪ねる。
🕒 7月1日(日)9時～15時
👤 20人
💰 1500円※昼食含む
📞 往復はがき：6月23日(出)必着※1人1枚まで
📄 ID 1020031

サンライフ盛岡

☎020-0861仙北二丁目4-12
☎635-9600

■**見つめよう自分のココロ～女性のための心理学講座～**
🕒 6月2日(出)13時半～15時半
👤 15人※女性
💰 1500円
📞 電話：5月19日(出)10時から

■**火曜の夜のやさしいピラティス**
🕒 6月5日(火)19時～20時半
👤 20人※女性
💰 500円
📞 電話：5月21日(月)14時から

■**骨盤リセットエクササイズ**
🕒 6月6日(火)10時～11時半
👤 20人※女性
💰 500円
📞 電話：5月22日(火)10時から

市民体力テスト

スポーツ推進課 ☎603-8013

握力測定など6種の測定。
🕒 5月26日(出)13時半～16時
👤 100人※6歳～79歳
📞 電話：5月24日(火)まで
📄 ID 1022731

盛岡芸妓お座敷講座

盛岡観光コンベンション協会
☎621-8800

盛岡町家でお座敷遊びを体験
🕒 ①5月26日(出)②6月23日(出)③11月24日(出)、12時～13時半
📍 もりおか町家物語館(鉈屋町)
👤 ①20名②③各30名
💰 5400円(料亭のお弁当付き)
📞 詳しくはお問い合わせください

環境学習講座

環境企画課 ☎626-3754

①もりおか近郊自然歩道を散策しよう②生木の魅力を発見しよう!③もりおかエネルギーパークツアー
🕒 ①6月6日(火)9時～13時②6月13日(火)9時半～14時③6月19日(火)9時～15時
📍 ①岩山散策路②ユートランド女神(下田字生田)ほか③中央卸売市場(羽場10)ほか
👤 各20人
💰 ①②28円③528円
📞 電話：5月18日(金)10時から
📄 ID ①②③1022738～1022740

チャグチャグ馬コてくてくツアー

盛岡観光コンベンション協会
☎604-3305

市内の馬具店やチャグチャグ馬コのパレードを、ふるさとガイドが案内。
🕒 6月9日(出)11時半～14時
📍 盛岡駅渚の広場～中津川
👤 30人
💰 1000円
📞 申込方法など詳しくはお問い合わせください。6月6日(火)16時まで

初級韓国語講座

盛岡国際交流協会 ☎626-7524

🕒 6月21日～7月12日、木曜、全4回18時半～20時
📍 プラザおでって(中ノ橋通り)
👤 20人
💰 3000円
📞 電話：5月21日(月)10時から

市青年団体ソフトバレー大会

生涯学習課 ☎639-9046

🕒 6月10日(日)9時半～17時
📍 盛岡体育館(上田四)
👤 16チーム
💰 1チーム3000円
📞 電話：5月18日(金)9時から
📄 ID 1007661

広告

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト T-SITE

求人広告募集中!

年間定額制 **60,000**円(税別)

年間何度使っても**60,000**円、掲載もスピーディーに対応します。
TSUTAYAやTポイント等を展開する、カルチャアコンビニエンスクラブグループ(CCC)のネット総合サイト「T-SITE」の圧倒的な集客力を生かして、貴社の求人をお手伝いします。
<http://job.tsite.jp>

お問い合わせ・お申し込みは
Natural Com.
ナチュラルコム株式会社
岩手県盛岡市盛岡駅前通13-23阿部ビル4F
TEL 019-652-9190 FAX 019-652-9130
E-mail:office@naturalcom.jp URL:http://www.natural.com

広告

三田記念病院

一般財団法人 岩手済生会
こころのホスピタル

当院ではストレス、うつ、不安、もの忘れ等、心に関する治療を行っております。
認知症病棟の他、5階病棟には個室もあります。

- 受付時間/8時30分～11時
- 診療時間/8時30分～17時15分(第1・3土曜日8時30分～12時30分)
- 休診日/日曜・祝日
- 創立記念日 6月18日
- 年末年始 12月29日～1月3日

●林休日/日曜・祝日 第2・4・5土曜日

Tel 019-624-3251
盛岡市加賀野三丁目14-1 三田記念病院 検索
(一財)岩手済生会 盛岡市長町24-7 ☎019-622-7327

マークの
見方

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 対象、定員
- 💰 費用
- 📄 申し込み
- 🗨️ 問い合わせ
- 📍 広報ID

※特に記載がない場合、費用は無料

■市の推計人口（4月1日現在）
29万3996人（男：13万9269人、女：15万4727人）
【対前月比】1064人減 【世帯数】13万1388世帯
📍1019915 📞企画調整課613-8397

募集

市の一般事務職など

職員課 ☎626-7505
31年度採用の市職員を募集します。募集する職種や人数、受験資格は表1のとおりです。

- 🕒 試験日7月22日(日)
- 📍 厨川中または上田中（受験票と一緒に通知）
- 📄 受験案内と申込用紙は、5月16日(木)から同課や各支所などに備え付けます。郵送を希望する場合は、返信先を記入し120円分の切手（速達での返信を希望する場合は400円分の切手）を貼った返信用角2封筒を同封し「受験案内請求」と明記の上、6月14日(木)までに☎020-8530（住所不要）市役所職員課へ送付してください。応募用紙に必要事項を記入し、同課へ郵送または持参。受付期間は5月16日(木)～6月20日(木)。郵送は6月20日消印有効。持参は同日17時半まで

男女共同参画推進懇談会委員

男女共同参画施策推進についての意見を聞くため、一般公募枠を2人募集します。任期は、7月1日(日)から2年間で。📍 ①市内に1年以上住んでいる②平成10年7月1日以前生まれ③市の他の審議会の委員などを務めていない④平日の日中に行われる会議（年2回程度）に出席できる——の全てに該当する人

表1 募集する職種や受験資格など

職種	区分	人員	受験資格
一般事務職		20人程度	次のいずれかに該当する人 ①平成元年4月2日～平成9年4月1日生まれ ②平成9年4月2日以降に生まれ、平成31年3月までに大学卒業見込み
一般事務職(福祉職)	大学卒程度	1人	次のいずれかに該当し、社会福祉主事の任用資格を有する、または社会福祉士の資格を有する人 ①平成元年4月2日～平成9年4月1日生まれ ②平成9年4月2日以降に生まれ、平成31年3月までに大学卒業見込み
土木技術職		数人	
建築技術職			
電気技術職		各1人	次のいずれかに該当する人 ①昭和59年4月2日～平成9年4月1日生まれ ②平成9年4月2日以降に生まれ、平成31年3月までに大学卒業見込み
化学技術職			

りおか女性センターなどに備え付け、または市公式ホームページに掲載している応募用紙に必要事項を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所男女共同参画推進室へ郵送または持参。募集期間は5月16日(木)～6月1日(金)。6月1日必着。持参は同日17時まで

介護保険運営協議会委員

介護保険事業について意見を聞くため、委員を3人募集します。任期は、7月1日(日)から3年間で。📍 ①市内に1年以上住んでいる②昭和53年7月1日以前生まれ③平日の日中に開く年2回程度の会議に出席できる④同委員を務めたことがない⑤市の他の審議会などの委員を務めていない——の全てに該当する人

自殺対策推進計画策定委員

自殺対策推進計画策定委員を1人募集します。任期は、7月から来年3月までです。📍 ①市内に1年以上住んでいる②満20歳以上③市の他の委員などを務めていない④平日の日中に開かれる会議

に出席できる——の全てに該当する人

お知らせ

親元就農給付金の申請受け付け

農政課 ☎613-8458
親の農業経営を継ぐ人に給付金を支給します。予算の範囲内で、1人当たり年額60万円が基本（上限2年）。📍 市内に住所を有し、30年度内に新たに就農しようとする55歳以下の人。市内に親（三親等内の親族を含む）が所有する農地を農業委員会の許可を受けて取得するほか、事前に就農計画の審査が必要です。国の農業次世代人材投資資金との重複受給はできません。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください

私道整備に補助

道路管理課 ☎613-8542
私道などを整備する場合、補助金の交付と砂利の支給を行っています。条件など詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

差し押さえ物件の公売

納税課 ☎613-8466
市が差し押さえした不動産などをYahoo!官公庁オークションで公売します。詳しくは、市公式ホームページなどをご覧ください。

子どもの未来応援プランを策定

子ども青少年課 ☎613-8356
市は子どもの貧困対策を推進するために、31年度までを計画期間とする「盛岡市子どもの未来応援プラン」を策定しました。📍1022423

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
休日納付相談	5/27(日) 9時～16時	納税課（市役所本庁舎別館2階）と健康保険課（同1階）	☎613-8462
福祉まるごと相談会	6/16(土) 13時～17時	市総合福祉センター（若園町）	盛岡市社会福祉協議会 ☎651-1000

25日(月)13時
📍5月25日(金)13時～6月11日(月)23時
📍1010803

食のボランティア養成教室

健康増進課 ☎603-8305
食生活や健康づくりに関する知識を学び、食生活改善推進員として地域でボランティア活動をしませんか。📍 ①市に住民票のある人②全7回のうち5回以上出席できる人——の全てに該当する人。盛岡会場は30人、玉山会場は20人

📍1800円程度
📍📍▶盛岡会場：6月6日(木)・7月11日(木)・8月8日(木)・9月12日(木)・10月17日(木)・11月14日(木)・12月3日(月)、10時～14時、市保健所（神明町）▶玉山会場：6月8日(金)・7月13日(金)・8月10日(金)・9月14日(金)・10月17日(木)・11月14日(木)・12月3日(月)、10時～14時、玉山総合福祉センター（渋民字泉田）※10月～12月は盛岡会場で実施

家庭の大型・不燃ごみの収集を業者に依頼できます

盛岡・紫波地区環境施設組合 清掃センター ☎697-3835
都南地域の家庭から出される大型・不燃ごみの収集を、一般廃棄物処理業者に依頼できるようになりました。収集できるごみの種類など、詳しくは、同組合ホームページをご覧ください。

盛岡市文化財シリーズ新刊販売

歴史文化課 ☎639-9067 ファクス639-9047
毎年9月14日から3日間行われる山車行事について解説した入門書「盛岡八幡宮祭りの山車行事」を刊行しました。📍販売場所：同課窓口、遺跡の学び館（本宮字荒屋）、もりおか歴史文化館（内丸）。郵便やファクスでも申し込みできます。📍500円 📍1009378

観光ポスターなどを差し上げます

観光交流課 ☎626-7539
観光客をおもてなしすることを目的に作成した印刷物を同課窓口で差し上げます。対象は「物語るまちいわて盛岡」の岩手銀行赤レンガ館ともりおか町家物語館のポスター2種類（A3縦）と、「盛岡外国人観光客おもてなし便利帳」です。※なくなり次第終了 📍1022788

まちづくり懇談会

広聴広報課 ☎626-7517
市長や市の担当部長らと直接意見交換ができるまちづくり懇談会を表2のとおり開催します。地域のありたい姿や今後のまちづくりについて一緒に考えてみませんか。参加希望の人は当日会場へどうぞ。

表2 30年度まちづくり懇談会開催日程（日程・会場は変更になることがあります）

日時	会場
5月22日(火)18時半～20時半	土淵地区活動センター（前湯四）
6月26日(火)18時半～20時半	築川老人福祉センター（川目10）
7月3日(火)18時半～20時半	仁王老人福祉センター（名須川町）
7月5日(木)18時半～20時半	巻堀地区コミュニティーセンター（巻堀字巻堀）
7月12日(木)16時～18時	上田公民館（上田四）
7月13日(金)18時半～20時半	北厨川老人福祉センター（厨川一）
7月17日(火)18時半～20時半	大慈寺老人福祉センター（茶畑二）
7月20日(金)18時～20時	桜城老人福祉センター（大通三）
7月23日(月)18時半～20時半	みたけ地区活動センター（みたけ四）
7月24日(火)18時半～20時半	渋民公民館（渋民字鶴塚）
7月30日(月)18時半～20時半	西厨川老人福祉センター（北天昌寺町）
8月31日(金)18時半～20時半	西部公民館（南青山町）
9月27日(木)18時半～20時半	緑が丘地区活動センター（黒石野二）
10月2日(火)18時半～20時半	松園地区公民館（東松園二）
10月4日(木)18時半～20時半	つなぎ地区活動センター（繋字堂ヶ沢）

地価公示価格の閲覧

企画調整課 ☎613-8394
平成30年1月1日現在の地価公示価格が国から発表されました。閲覧は、市役所別館8階の企画調整課と玉山総合事務所2階の建設課、都南分庁舎1階市民ホール、各支所、各図書館へどうぞ。 📍1001719

農作業事故に注意

農政課 ☎613-8457
農繁期の季節です。不注意や農業機械の誤操作による事故を防ぐため、ゆとりを持った安全な農作業を心掛けましょう。 📍1008165

クマに注意

農政課 ☎613-8457
クマの活動が活発になる季節です。山菜採りなどで山に入るときや、山間地に近い農地での農作業中は十分な対策をとり、被害を防止しましょう。 📍1001651

寄付をいただきました

地域福祉課 ☎626-7509
福祉チャリティー愛の募金箱実行委員会（川村徳夫会長）10万円。地域福祉のために。

<訂正>
4月15日号3ページに掲載した「盛岡芸術祭」について、表4の管弦楽の入場料を「500円」に、華道の日時を「5/26(土)・27(日)、10時～」に訂正します。



参加団体説明会

行事内容と参加申し込み手続きについて説明します。参加を希望する団体の代表者は必ず出席してください。出席者は1団体につき2人まで。📍5月24日(木)14時～16時 📍盛岡商工会議所（清水町）※車で来場はご遠慮ください 📍1007943

さんさ踊り笛・唄教室

📍▶笛教室：6月5日(火)・7日(木)・11日(月)・13日(水)・15日(金)・19日(火)、18時半～20時
▶唄教室：6月4日(月)・6日(水)・8日(金)・12日(火)・14日(木)・18日(月)、18時半～20時
📍盛岡商工会議所※車で来場はご遠慮ください
📍無料。笛教室に参加する人は笛を持参
📍1019524



盛岡さんさ踊り実行委員会は、8月の盛岡さんさ踊り開催に向けて説明会と教室を開催します。また、パレードの観覧席や競演会の入場券を販売します。
【問】同実行委員会事務局 ☎624-5880
http://www.sansaodori.jp/

有料観覧席の販売

盛岡さんさ踊りのパレードをじっくりと堪能できる観覧席を、内丸緑地などに設けます。
📍販売開始：6月5日(火)10時から
📍2500円（1人9枚まで）※盛岡商工会議所、セブンイレブンで販売
📍1007887
※雨天中止になった場合は、市民文化ホール（盛岡駅西通二）で開催する代替イベントに利用できます

伝統さんさ踊り競演会の入場券を販売

8月1日(火)～4日(土)の13時～16時、市民文化ホールで開催する伝統さんさ踊り競演会の入場券を販売します。各地区の団体が、伝統的な演舞を披露。ミスさんさ踊りとさんさ太鼓連も出演します。
📍販売開始：6月5日(火)10時から
📍盛岡商工会議所、市役所別館7階観光交流課、プラザおでって2階観光文化情報プラザ、市民文化ホール3階総合窓口、セブンイレブンで販売
📍1日券500円、4日間セット1000円
📍1007888



広告

お売りください！
まるごとリサイクル 厨房機器 オフィス家具 お売りください

新品・リサイクル・アフリット・ディスプレイ販売

ABC SHOP

事務机・脇机・椅子・書庫・ロッカー・会議テーブル・パーテーション・折り畳み椅子・業務用冷蔵庫・冷凍庫・製氷機・フライヤー・ガスコンロ・ゆで麺器・串焼き器・かき氷器・コールドテーブル・冷蔵ショーケース・業務用シンク・作業台等

高価買取致します。まずはお気軽にお問合せください。出張無料 見積無料

買取強化店!! UR http://www.re-abcshop.com

厨川店 ☎0120-73-9123 津志田横丁店 ☎019-656-0200

盛岡市厨川三丁目11-11 盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM9:00～PM7:00 盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM10:00～PM7:00

広告

創業130余年 あなたの街の エヴァホール 家族葬

いつでも事前相談を承っております。お気軽にご相談ください。

盛岡市内に8ヶ所の通夜会場 材木町・材木町別館・青山・高松・本町・都南・松園・本宮

葬儀・通夜の専門会場 (株)ふりさわエヴァホール

〒020-0063 盛岡市材木町3-15(永祥院前) TEL019-624-1000

年中無休 24時間受付 フリーダイヤル ☎0120-100784

診療時間外に子どもの具合が悪くなったら…

■日曜・祝日の日中（9時～17時）

休日救急当番医（2ページ参照）へ

日中の診療時間に受診できる人は、日中の時間内に受診しましょう。時間外の受診が小児救急入院受入当番病院に集中すると、重症な子どもの治療に支障を来す恐れがあります。まずは市夜間急患診療所を受診しましょう。

■症状が軽い場合（19時～23時）

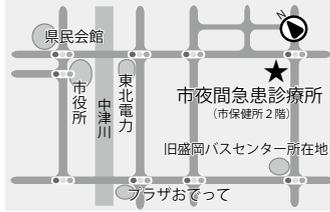
市夜間急患診療所へ

神明町3-29（市保健所2階）
☎654-1080、小児科・内科、年中無休

■症状が重い場合

小児救急入院受入当番病院へ

症状が重く入院が必要と思われる子どもと、休日救急当番医や市夜間急患診療所が診療していない時間帯に急病の子どもを受け入れます。夜間は17時から翌朝9時までです。※なお、土曜の13時（祝日の土曜は9時）から17時まで、もりおかこども病院を受診してください



6月						
日	月	火	水	木	金	土
					1 中央	2 こども/医大
3 医大	4 中央	5 川久保	6 医大	7 中央	8 医大	9 こども/中央
10 医大	11 医大	12 川久保	13 日赤	14 医大	15 中央	16 こども/医大
17 中央	18 中央	19 川久保	20 医大	21 中央	22 医大	23 こども/日赤
24 中央	25 医大	26 中央	27 医大	28 中央	29 医大	30 こども/中央

当番病院一覧	
中央	県立中央病院 上田一丁目4-1 ☎653-1151
日赤	盛岡赤十字病院 三本柳6-1-1 ☎637-3111
医大	岩手医科大学附属病院 内丸19-1 ☎651-5111
川久保	川久保病院 津志田26-30-1 ☎635-1305
こども	もりおかこども病院 上田字松屋敷11-14 ☎662-5656

市医師会ホームページでは、子どもの症状からみた医療機関の受診の仕方や、盛岡の子どもの救急についての情報を掲載しています。



目より info

【問】母子健康課 ☎603-8303

● 出産後の健診費用を助成します

産後2週間と1カ月健診の費用を助成します。

- ☎ 6月1日以降に出産する人
- ¥ 助成額：各健診上限5000円

健診では、出産後の母体の回復や授乳状況を問診するほか、自分でも気付かないうちに産後うつになっていないかなどを質問票で確認し、病院などと連携してサポートします。



● 家庭訪問により助産師が産後ケアします

産後に家族などから家事・育児の十分な支援が受けられないお母さんの心身ケアや育児をサポートをします。

☎ 次の全てに当てはまる人

- ① 6月1日以降に出産し、産後4カ月未満の子をもつ人
- ② 家族の十分な支援が受けられず、体調不良や育児不安がある人

☎ 事前申し込みが必要。詳しくは、母子健康課にお問い合わせください



乳房ケアや授乳方法、産後の体調、赤ちゃんのお世話の仕方など、気軽にご相談ください

本とのふれあい

(♥) は 幼児～小学生が対象の催しです。

市立図書館（高松一） ☎661-4343

■ 児童文学を読む会

バーバラ・オコーナ作「スモーキー山脈からの手紙」（評論社）

☎ 5月23日(水)10時～12時

■ かしらばいのへや (♥)

☎ 5月24日(木)・6月14日(木)、15時半～16時

■ おはなしのじかん

☎ 5月26日(土)・6月9日(土)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時半～12時は小学2年生以上

■ えほんのへや (♥)

☎ 5月31日(木)・6月7日(木)、15時半～16時

■ おはなしどころ

☎ ☎ 6月8日(金)10時20分～11時は1歳3カ月以上、11時10分～11時半は1歳2カ月以下

都南図書館（永井24） ☎637-3636

■ おとぎのへや (♥)

絵本と紙芝居の読み聞かせ

☎ 毎週土曜、14時半～15時

■ だっこのおはなし会

☎ 5月22日(水)10時45分～11時15分

☎ 4カ月～1歳半

■ おはなしのじかん

☎ 6月13日(水)11時～11時半

☎ 幼児

上田公民館（上田四） ☎654-2333

■ なかよしおはなし会

☎ 5月23日(水)、6月13日(水)、10時半～11時 ☎ 幼児

西部公民館（南青山町） ☎643-2288

■ ちびっこ広場映画会 (♥)

「からすのパンやさん」など4本

☎ 6月2日(土)10時半～11時40分

■ ふたばおはなし会

☎ ☎ 6月13日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月～3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月以下

■ 親と子の楽しいプレイランド

親子体操や人形劇などを楽しむ

☎ 5月30日・6月6日・20日、水曜、全3回、10時～11時半

☎ 15組※幼児と保護者

☎ 5月18日(金)11時から先着順に電話受付

☎ 1022774



イベント PICK UP

小学生スポーツ教室

バスケットやサッカーなどさまざまな競技で体力アップしよう！

☎ 6月8日(金)～8月26日(日)、全12回、18時半～20時※種目により日程や時間が異なります

☎ 渋民運動公園総合体育館（川崎字川崎）など

☎ 25人※小学1～4年生

¥ 6800円

☎ 窓口・電話：5月18日(金)9時から同体育館 ☎683-1636で先着順に受け付け ☎ 1022789

もりおか★先人てくてくさんぽ～盛岡駅かいわい～

盛岡駅周辺を歩いて、歴史に触れる場所を巡ろう。お昼はわんこそば体験！

☎ 6月10日(日)9時半～13時半

☎ 10組※小学生と保護者

¥ 1800円（昼食代・保険料含む）

☎ 電話：5月26日(土)9時から先人記念館 ☎659-3338で先着順

に受け付け ☎ 1019281

親子でめぐる

市場体感ツアー2018

模擬せりやマイナス25度の冷凍庫見学など親子で市場を体感しよう！

☎ 7月27日(金)～8月4日(土)、5時40分～8時半※7月29日(日)を除く

☎ 中央卸売市場（羽場10）

☎ 小学生と保護者、子ども会など、各日35人※小学生のみや大人のみの参加はできません

¥ 1人100円※朝食は別途550円

☎ はがき：①住所②代表者名（団体名）③電話番号④参加人数（大人・小学生別）⑤参加希望日（第3希望まで）⑥朝食希望人数を記入し、☎020-8567（住所不要）中央卸売市場業務課へ。6月8日(金)必着。※参加申し込み多数日は抽選。定員に満たない場合は、7月10日(火)まで受け付けます。詳しくはお問い合わせください

☎ 同市場業務課 ☎614-1000 ☎ 1019747

広報もりおかへのご意見をお待ちしています

アンケート専用フォームから、各記事への意見をお寄せください。あなたの意見が広報もりおかを育てます。



地球環境に配慮し、ベジタブルインキを使用しています。