

お知らせ版

目次
1・8 子育て情報広場
2〜3 健康ひろば
4〜6 イベント情報
7 もりおかインフォ

※「30年度版検診だより」を折り込んでいます

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：14万3400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

ママとキッズの交流広場 たんたん

杜陵児童センター ☎623-0465

親子で遊んだり、子育てについて学んだりする場です。

☎ 電話：6月18日(月)10時から

①リズム体操

🕒 6月27日(水)10時半〜12時

👤 15組※1歳10カ月〜未就園の子と母親

💰 1組300円

②ママのためのアンガーマネジメント講座

怒りのコントロールについて学ぶ。

🕒 7月9日(月)10時半〜12時

👤 10組※妊娠中または子育て中の母親

📞 先着15人。無料

③施設開放と読み聞かせ広場

🕒 7月18日(水)10時半〜12時

👤 0歳〜就学前の子と保護者

子育てを楽しく

子育て支援センター ☎651-8580

赤ちゃんとの遊びや読み聞かせなど、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。

▶ぴよぴよルーム

🕒📍 6月29日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、7月10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

▶にこにこルーム

🕒📍 7月3日(火)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五)、7月13日(金)は上堂児童センター(上堂三)、7月17日(火)は高松地区保健センター

👤 0歳〜3歳の子と保護者

■市立保育園の一斉開放

🕒 6月19日(火)・26日(火)・7月10日(火)・17日(火)、9時半〜11時

👤 0歳〜就学前の子と保護者や妊婦

■ウッドトイ遊びの広場

🕒 7月6日(金)10時〜11時半

📍 高松地区保健センター

👤 0歳〜2歳の子と保護者

■マタニティサロン

出産後の生活についてアドバイス。

🕒 7月18日(水)10時〜11時半

📍 とりよう保育園(肴町)

👤 初妊婦

📞 同支援センターへ電話予約

ママとベビーのハッピータイム♪

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

週替わりでベビーダンスやベビーマッサージなど。

🕒 7月4日〜25日、水曜、全4回、13時15分〜14時半

📍 松園地区公民館(東松園二)

👤 20組※首の据わった3〜24カ月の子と保護者

💰 4000円。個別参加は1250円

📞 電話：6月19日(火)10時から

🆔 1023239

すくすくキッズ体操教室

盛岡体育館 ☎652-8855

とび箱や鉄棒、縄跳びなどの運動。

🕒💰 表のとおり

👤 各17組。対象は表のとおり

📞 往復はがき：住所と子の氏名・ふりがな・生年月日・年齢・性別、電話番号、申し込み組名、きょう

だい同伴の有無を記入し、☎020-0066上田三丁目17-60盛岡体育館へ。7月8日(日)必着

🆔 1023241

市保健所で開催の教室

母子健康課 ☎603-8303

■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

🕒 7月24日(水)10時〜12時

👤 30組※30年3月生まれの乳児と初めて子育てをする母親

📞 電話：6月26日(火)14時から

🆔 1002133

■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。

🕒 7月29日(日)10時〜15時

👤 36組※11月に出産予定の初妊婦と夫

📞 電話：7月13日(金)14時から

🆔 1002116



▶パパママ教室で、お風呂の入れ方を学ぶ夫婦

表 すくすくキッズ体操教室の日時や対象など

Table with 3 columns: 組名, 日時, 対象(費用). Rows include Panda group, Usagi group, Coara group, and Kiririn group.

子ども未来ステーション

神明町3-29 市保健所1階

開所時間：月〜金曜 (土日祝日・年末年始除く) 8時半〜17時半

子育て情報 pick up

妊娠から出産、子育て期には、多くの不安や悩みが生じます。同ステーションは、そんな子育て世帯などに、保健福祉や心理などの資格を持つ職員がさまざまな支援を行う総合相談窓口です。



同ステーションの窓口の様子。キッズスペースもあります



「子どもとどう接したらいいかわからない」「ついカッと子どもに厳しく当たってしまう」など、子育ての困りごとを何でもご相談ください!

子ども未来ステーションの利用案内

★子育て世代包括支援センター ☎613-2696

- 母子健康手帳の交付と面談・相談
○保健師や助産師、社会福祉士による妊娠・出産・子育てに関する相談・支援
○妊婦世帯などへの訪問や支援
○妊娠期から子育て期に受けられる支援をまとめた「すこやか応援プラン」の配布

★子ども家庭総合支援センター ☎601-2414

- おおむね18歳までの子どもや家庭に関する相談・児童虐待に関する相談
※電話相談のほか、家庭訪問、学校や児童センターなどへ出向いての面接相談も可能。内容に応じた専門窓口の紹介もします
○子どものショートステイの申請

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（3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）

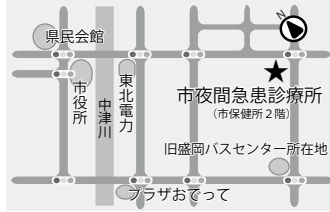
市夜間急患診療所へ

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

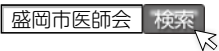
症状が重く入院が必要と思われる子どもと、休日救急当番医や市夜間急患診療所が診療していない時間帯に急病の子どもを受け入れます。夜間は17時から翌朝9時までです。※なお、土曜の13時（祝日の土曜は9時）から17時まで、もりおかこども病院を受診してください



7月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
医大	中央	川久保	医大	中央	医大	こども/中央
8	9	10	11	12	13	14
日赤	医大	川久保	医大	医大	中央	こども/中央
15	16	17	18	19	20	21
医大	中央	川久保	日赤	中央	医大	こども/中央
22	23	24	25	26	27	28
医大	中央	医大	中央	医大	中央	こども/医大
29	30	31				
中央	医大	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。



イベント PICK UP

盛岡市動物公園のイベント

☎020-0803 新庄字下八木田60-18
☎654-8266 ファクス654-8913

動物に詳しくなる催しを開催。

■アリジゴクのちょっと怖い世界

🕒 6月30日(土)・7月1日(日)、12時～12時半

■樹液に集まる虫たち

🕒 7月7日(土)・8日(日)、12時～12時半

👤 各30人

📄 当日の開始5分前から芝生広場で受け付け

■ホテルの夕べ

🕒 7月13日(金)～15日(日)、19時～21時※駐車・入園とも無料

■サマースクール

飼育係の仕事体験し、動物や自然について学ぶ。

🕒 8月6日(月)～10日(金)※8日(水)を除く

👤 小学2年生以下は各日15人、小学3年～中学生は各日35人

📄 郵送・ファクス：7月1日(日)必着。定員を超えた場合は抽選。申込用紙は電話請求、または同公園ホームページからダウンロードできます

子ども科学館のイベント

☎020-0866 本宮字蛇屋敷13-1
☎634-1171

■ワークショップ「クロマトうちわ」

物質が分離する仕組みを利用して、うちわに模様を付ける。

🕒 7月1日～29日の日曜と16日(月)、10時半～12時と14時～15時半

👤 各先着30人 📄 各200円

■サイエンスショー「水のマジック」

🕒 7月1日～29日の日曜と16日(月)、13時～13時15分

■ナイトミュージアム

🕒 7月7日(土)①19時～19時半は星空みどころ案内②19時半～21時は星を見る会③20時～20時40分は銀河鉄道の夜④19時半～21時は偏光板キーホルダー

👤 ①③各160人④30人

📄 ③④歳～中学生は100円、高校生以上は300円④300円

📄 ③は当日18時半から受付でチケットを販売

■特別展「飛ぶ」

VRゴーグルを着けての疑似飛行体験や飛ぶおもちゃでの遊びなど

🕒 7月25日(水)～8月19日(日)、9時～16時半

📄 疑似飛行体験のみ300円

親子の休日(カヌー体験)

親子で2人乗りカヌーに乗る。

🕒 7月8日(日)9時半～14時

📄 御所湖広域公園漕艇場(繋字除

キ)※市民公民館(渋民字鶴塚)に集合し、バスで移動

👤 8組※小学生と保護者

📄 1組750円

☎ 電話：6月23日(土)9時から渋民公民館☎683-2354で先着順に受け付け

アウトドア・イン区界～夏の巻～

水晶探しやキャンプファイヤー、テント泊、兜明神岳登山など。

🕒 7月14日(土)13時半～15日(日)15時(1泊2日)

📄 区界高原少年自然の家(宮古市)

👤 15組※小中学生と保護者

📄 1人3000円

📄 はがきまたはファクス：①住所②氏名(ふりがな)③性別・年齢④学校名・学年⑤電話番号⑥交通手段⑦アレルギーの有無を記入し、☎028-2631宮古市区界2-111(ファクス0193-77-2124)、区界高原少年自然の家へ。6月28日(土)必着。定員を超えた場合は抽選

📄 同自然の家☎0193-77-2048

📄 1000876

📄 1000876

野草と虫を調べる会

①植物コースと②昆虫コースに分かれ、採集と標本作りをする。

🕒 7月21日(土)①8時45分～11時半②9時15分～14時半

📄 高松公園と市立図書館(いずれも高松一)

👤 各8組※小学2年生以上と保護者

📄 各100円

📄 窓口・電話：7月4日(水)10時から同館☎661-4343で先着順に受け付け 📄 1023270

親子ホテル観察講座

自然についての講話とホテル観察。

🕒 7月21日(土)・26日(水)、18時半～21時

📄 都南公民館(永井24)と大ケ生地域内(ホテルの里)※同館に集合し、バスで移動

👤 各20人※小学生と保護者

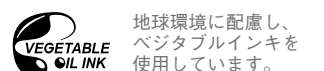
📄 保険料別途

📄 往復はがき：①住所②氏名③学校名・学年・年齢④電話番号(あればファクス番号も)⑤参加希望日を記入し、☎020-0834永井24-10-1都南公民館へ。定員を超えた場合は抽選。7月6日(金)必着。

📄 同館☎637-6611 📄 1023145

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。

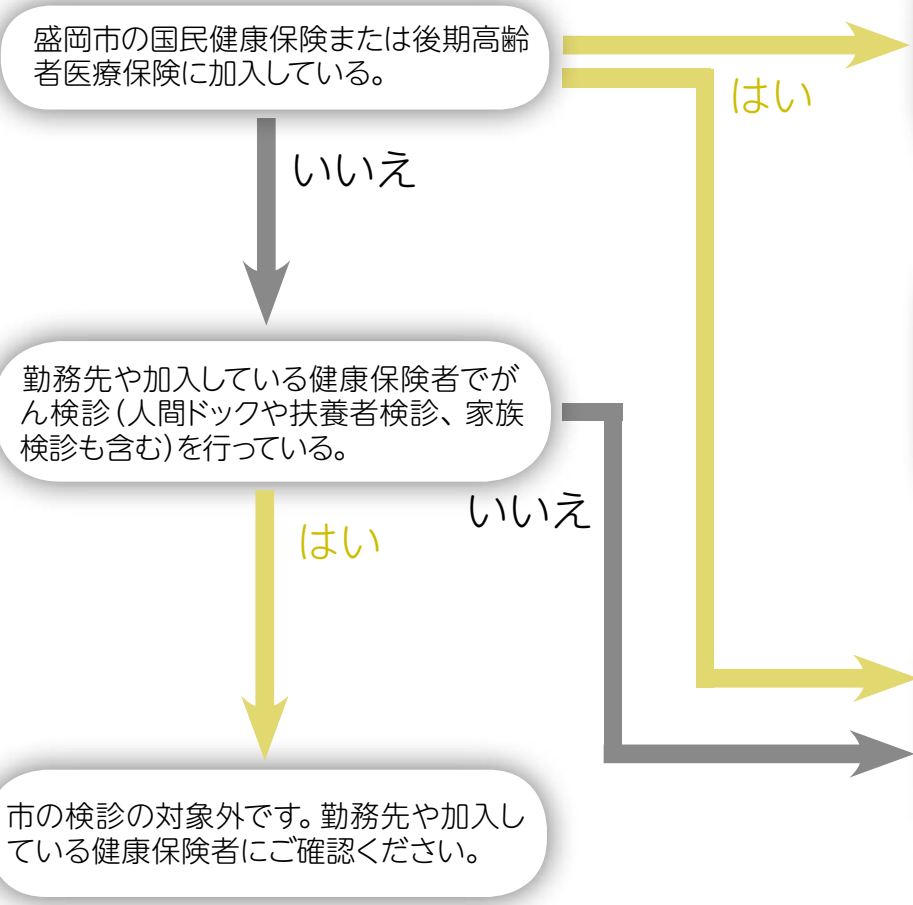


乳がん・子宮頸がん検診
(6月25日(月)～来年3月15日(金))

検診の実施期間
(6月25日(月)～10月31日(水))

30年度 盛岡市 検診だより

何の検診が受けられるの？



● 国保の特定健診
【内容】 メタボリックシンドロームの早期発見
【対象】 40～74歳の市の国民健康保険加入者
【費用】 無料
【問】 健康保険課 ☎626-7527
 (詳しくは2ページ)

● 後期高齢者健診
【内容】 生活習慣病を見つける
【対象】 75歳以上の人と65歳以上で後期高齢者医療制度の加入者 (すでに生活習慣病で服薬中の人は受診不要)
【費用】 無料
【問】 健康保険課 ☎613-8439

● 成人検診
【内容】 各種がん検診など
【費用】 3ページ参照
【問】 市保健所健康増進課 ☎603-8306
 玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

受診を希望する人へ

■ 受診券がお手元へ

本年度の各検診の受診券は、6月22日(金)ごろに対象者の自宅に届きます。6月25日(月)になっても受診券が届かないときや、紛失したときは、各検診の担当課へお問い合わせください。

■ 受診時の持ち物

- 受診する検診の受診券
- 健康保険被保険者証
- 健康手帳など (持っている人)
- 受診料 (成人検診のみ必要。詳しくは、3ページをご覧ください)

■ 他市町村へ転出した場合

他の市町村へ転出した場合は、盛岡市の検診は受けられません。転出先の市町村にご確認ください。

■ 検診は1年度に1回

受診は、各検診とも年度(4～3月)に1人1回(乳がん検診は2年度に1回)。医療機関を変えても年度内は再受診できません。また、人間ドックを受けた人は同じ年度の検診を受診できません。なお、人間ドックを受ける前に検診を受けた人は、同じ年度に人間ドックの助成を受けることはできません。

■ 自覚症状がある人へ

自覚症状がある人は、検診を待たずに、保険証を持参し、早めに医療機関を受診してください。

■ 検診後について

精密検査が必要になった場合は速やかに受診しましょう。がん以外でも精密検査が必要となる場合があります。受診料は有料です。

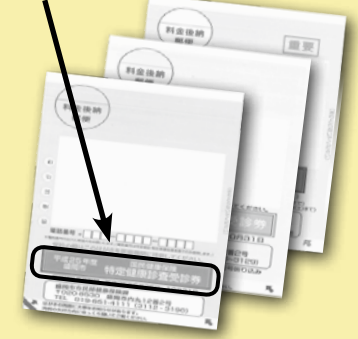
※健康手帳は今後、検診手帳に切り替わります。検診手帳は、受診した医療機関から交付されるか、市公式ホームページからダウンロードできます【広報ID】1006533

各検診の受診方法

市(玉山地域を除く)の検診は胃がん集団検診を除いて個別検診です。

- ① 郵送される各検診の「平成30年度受診券」を用意する
- ② 検診だより4ページの指定医療機関一覧から医療機関を選んで予約する
- ③ 予約した医療機関で検診する
- ④ 受診した医療機関から結果説明を受ける
- ⑤ 必要時、精密検査や生活習慣改善に取り組む (特定健診の事後指導の詳細は2ページへ)

ここの色を確認!



下部の四角い囲みの色で検診の種類をご確認ください
 青色：国保の特定健診
 茶色：後期高齢者健診
 桃色：成人検診

無料クーポン券の対象

検診が始まる年代の人へ受診のきっかけづくりとして、右記の生年月日の人に無料クーポンを送付します。発送は6月中旬。4月20日以降に転入した該当年齢の人はご連絡ください。
 ※勤務先やご加入の健康保険で右記の検診が受けられる人は対象外です
【問】 健康増進課 ☎603-8306

■ 乳がん検診

有効期間：6月25日(月)～12月21日(金)

40歳	(昭和52年4月2日～53年4月1日生まれ)
-----	------------------------

■ 子宮頸がん検診

有効期間：6月25日(月)～12月21日(金)

20歳	(平成9年4月2日～10年4月1日生まれ)
-----	-----------------------

■ 肝炎ウイルス検診

有効期間：6月25日(月)～10月31日(水)

40歳	(昭和52年4月2日～53年4月1日生まれ)
45歳	(昭和47年4月2日～48年4月1日生まれ)
50歳	(昭和42年4月2日～43年4月1日生まれ)
55歳	(昭和37年4月2日～38年4月1日生まれ)
60歳	(昭和32年4月2日～33年4月1日生まれ)

