

# 子育て情報ひろば

マークの見方と詳しい申し込み方法は、  
表紙をご覧ください

## 親子向け 子育てを応援

市立保育園(10園)の一斉園開放  
とりょう保育園地域子育て支援センター  
(以下、とりょう支援センター) ☎651-8580

㊦ 7月23日・8月13日、火曜、9時半～11時  
㊦ 0歳～就学前の子と保護者、妊婦

## プレママサロン

もりおか子育て応援プラザ  
ma\*mall (マモール) ☎656-8207

出産後の赤ちゃんとの生活や0歳児の発達の話、保育所の入所相談など。  
㊦ 8月6日(火)10時～11時半  
㊦ ma\*mall(大通一) ㊦ 6人※妊婦  
☎ 電話：開催日の前日まで

## パパママ教室～日曜コース～

母子健康課 ☎603-8303

妊娠中の健康管理や赤ちゃんのお風呂の入れ方を学びます。  
㊦ 8月25日(日)10時～15時  
㊦ 市保健所(神明町)  
㊦ 36組※12月に出産予定の初妊婦と夫  
☎ 電話：8月9日(金)14時から  
ID 1002116

## 離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303

初めての離乳食の不安を解消するための講話と試食。※グループでの申し込みはお控ください  
㊦ 8月27日(火)10時～12時  
㊦ 市保健所(神明町)  
㊦ 30組※平成31年4月生まれの子と初めて子育てしている母親  
☎ 電話：7月23日(火)14時から  
ID 1002133

## はく講座

生涯学習課 ☎639-9046

子どもが自らやる気を出し、能力を伸ばす親子のコミュニケーションをはびままカレッジの山田まゆみ代表から学びます。  
㊦ 9月3日(火)10時半～12時  
㊦ 都南公民館(永井24) ㊦ 40人  
㊦ 10人 ㊦ 200円  
☎ 電話：市公式ホームページの応募フォーム：7月18日(木)10時から

ID 1024347

## マタニティー・産後ヨガ

県助産師会 ☎681-4103  
七ばんめのぼっけ ☎090-8783-6480

お産に向けての体作りと子育て・家事の疲れを軽くする呼吸法を学びます。  
㊦ 7月27日(出)13時～15時  
㊦ プラザおでって(中ノ橋通一)  
㊦ 10人※妊娠20週以降の妊婦と産後2カ月以降の母親  
☎ 電話：開催前日まで。※受付時間：同会は平日の10時～15時、七ばんめのぼっけは第2・4土曜の9時半～16時

## 親子向け 一緒に楽しもう

ボランティアによる「先人を知ろう！」  
先人記念館 ☎659-3338

①自由研究の手伝い②親子で学べるクイズラリー・すごろく。  
㊦ 7月26日(金)～28日(日)、①10時～12時②13時～15時  
㊦ 同館(本宮宇蛇屋敷)  
㊦ 小・中学生 ㊦ 入館料が必要  
ID 1023604

## 親子そば打ち体験 外山森林公園の夏を満喫!

上田公民館 ☎654-2333

地元産そば粉でのそば打ち体験や外山森林公園の散策。  
㊦ 8月2日(金)9時～13時半  
㊦ 外山森林公園(藪川字大の平)※同館に集合しバス移動  
㊦ 12組※小学生と保護者  
㊦ 1組2500円、保険料1人30円  
☎ 往復はがき：必要事項のほか、学校名・学年と保護者の名前、年齢、性別を明記し、☎020-0066上田四丁目1-1上田公民館へ郵送。7月22日(必着) ID 1019648

## 親子で楽しむ星空観察

乙部地区公民館 ☎696-2081

㊦ 8月2日(金)19時～21時  
㊦ 同館(乙部6)  
㊦ 15組※小学生と保護者  
☎ 電話：7月18日(木)10時から  
ID 1023540

## 環境学習講座 森つ子探検隊!

環境企画課 ☎626-3754

森の中での遊び体験や工作など。  
㊦ 8月4日(日)10時～14時  
㊦ 都南つどいの森(湯沢1)  
㊦ 15組※小学生以下の子と保護者  
㊦ 328円 ㊦ 7月18日(木)10時から  
ID 1027041

## パステルアート教室

松園地区公民館 ☎661-8111

パステルアートの基礎知識を学び、作品を作ります。  
㊦ 8月5日(月)10時～12時  
㊦ 同館(東松園二)  
㊦ 30人※小・中学生と保護者。子どもみの参加もできます ㊦ 100円  
☎ 往復はがき：☎020-0106東松園二丁目5-3松園地区公民館へ郵送。7月26日(必着) ID 1026904

## 親子でふれあい遊びや読み聞かせ

とりょう支援センター ☎651-8580

㊦ いずれも10時～11時半  
ID 1002663  
▶びびよルーム  
㊦ 8月6日(火) ㊦ 高松地区保健センター(上田宇毛無森)  
㊦ 0歳の子と保護者  
▶にこにこルーム  
㊦ ㊦ 7月30日(火)は高松地区保健センター、8月9日(金)は都南公民館(永井24) ㊦ 0～3歳の子と保護者

## リズムで遊ぼう!

もりおか子育て応援プラザma\*mall ☎656-8207

㊦ 8月19日(月)10時～10時40分  
㊦ ma\*mall(大通一)  
㊦ 15組※1歳半～2歳の子と保護者  
㊦ 300円 ㊦ 電話：開催日の前日まで

## キャラホール子育て応援「いっしょにあ・そ・ほ！」

都南公民館 ☎637-6611

男性保育士連チームファンタジスタと一緒に手遊びやダンスなどをします。  
㊦ 8月25日(日)10時～11時半  
㊦ 同館(永井24) ㊦ 40人  
☎ 電話：7月25日(木)10時から  
ID 1026972

## 親子ふれあい講座

河南公民館 ☎622-2258

フェルトで絵本[ぼげちゃん]のキャラクターづくりと影絵鑑賞。  
㊦ 8月28日(木)9時半～11時半と9月7日(出)11時～12時、全2回  
㊦ 同館(松尾町)  
㊦ ㊦ 10組※6カ月～就学前の子の保護者 ㊦ 600円  
☎ 往復はがき：☎020-0873松尾町3-1河南公民館へ郵送。託児を希望する場合は、子の名前と性別、生年月日、アレルギーの有無も明記。8月9日(必着) ID 1026974

## パパと一緒に簡単クッキング!

もりおか女性センター ☎604-3303

㊦ 9月7日(出)10時～12時半  
㊦ 同センター(中ノ橋通一)  
㊦ 8組※共働き家庭の6歳～小学1年生と父親 ㊦ 1組500円  
☎ 電話：7月18日(木)12時から  
ID 1001890

## 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

週替わりでベビードダンスやベビーマッサージなど。  
㊦ 8月7日～28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  
☎ 応募フォーム：7月18日(木)10時から同クラブの公式ホームページで受け付け

## Waの日～森あそび～

Waのまちもりおか「絆の輪」プロジェクト事務局 ☎623-6509

森あそびと森の素材でクラフト制作など。  
㊦ 8月8日(木)9時15分～15時半  
㊦ 外山森林公園(藪川字大の平)※上ノ橋観光バス専用駐車場に集合しバス移動  
㊦ 先着30人※小学生と保護者  
㊦ 1500円(昼食代込み)  
☎ 往復はがき：必要事項と参加者全員の名前と性別、年齢、バス利用の有

無を明記し、☎020-0884神明町1-24 工房夢繭・花内ハートフルワークいわてへ送付。7月29日(月)必着  
ID 1023520

## 子向け わくわく体験

夏休み自由研究相談室  
もりおか歴史文化館 ☎681-2100

盛岡の歴史・文化を中心に相談できます。  
㊦ 8月4日(日)～11日(日)、10時半～12時と13時～15時  
㊦ 同館(内丸)  
㊦ 各回10人※小学生  
☎ 電話：希望日の前日まで  
ID 1020249

## 工学ガールズから学ぶ夏休みの自由研究大実験!

もりおか女性センター ☎604-3303

岩手大理工学部の学生と一緒に、ソーラーカー作りなど3つのテーマで楽しい実験をします。  
㊦ 8月10日(出)10時～12時  
㊦ 同センター(中ノ橋通一)  
㊦ 15人※小学4～6年生 ㊦ 500円  
☎ 電話：7月19日(金)10時～31日(木)17時※定員を超えたときは抽選  
ID 1024609

## 生家で寺子屋

原敬記念館 ☎636-1192

①習字②自由研究サポート  
㊦ 8月10日(出)①10時～11時②13時半～16時 ㊦ 同館(本宮四)  
㊦ ①10人※小学生②小・中学生。小学1・2年生は保護者同伴  
☎ ①電話：7月27日(出)10時から②当日会場へどうぞ  
ID 1020030

## わくわく運動教室!

もりおか子育て応援プラザma\*mall ☎656-8207

㊦ 8月2日(金)・9日(金)は鉄棒編、23日(金)・30日(金)は跳び箱編、15時半～16時  
㊦ ma\*mall(大通一)  
㊦ 各8人※3～6歳の子 ㊦ 各500円  
☎ 電話：開催日の前日まで

## 子ども科学館へ行こう!

子ども科学館 ☎634-1171

夏休みは、特別展「ダンボールパーク」など楽しいイベント盛りだくさん! 岩手大理工学部の高木浩一教授による楽しい実験工作教室も開催します。詳しくは、同館ホームページをご覧ください。

## 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。

■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。※土曜は13時(祝日の土曜は9時)から受け入れます。

8月							当番病院一覧	
日	月	火	水	木	金	土	中央	日赤
				1 日赤	2 中央	3 医大	中央	中央
4	5	6	7	8	9	10	上田一丁目4-1 ☎653-1151	日赤
中央	医大	川久保	医大	中央	日赤	医大	三本柳6-1-1 ☎637-3111	日赤
11	12	13	14	15	16	17	医大	医大
中央	医大	川久保	中央	医大	中央	日赤	岩手医科大学附属病院 内丸19-1 ☎651-5111	日赤
18	19	20	21	22	23	24	川久保	医大
医大	中央	川久保	医大	中央	日赤	医大	川久保病院	医大
25	26	27	28	29	30	31	津志田26-30-1 ☎635-1305	
中央	医大	中央	医大	中央	医大	中央		

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。[盛岡市医師会](#) [検索](#)

## 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

■えほんのへや(♥)  
㊦ 7月18日・8月1日・15日、木曜、15時半～16時  
■かみしばいのへや(♥)  
㊦ 7月25日(木)・8月8日(木)、15時半～16時  
■おはなしのじかん  
㊦ ㊦ 7月27日(出)・8月10日(出)、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  
■夏休みこども映画会  
「きもだめしのぼん」など3本の上映。  
㊦ 7月31日(木)10時半～12時  
㊦ 幼児～小学生と保護者

### 都南図書館(永井24)

☎637-3636

■おとぎのへや(♥)  
紙芝居と絵本の読み聞かせ。  
㊦ 毎週土曜、14時半～15時  
■だっこのおはなし会  
㊦ 7月23日(火)10時45分～11時15分  
㊦ 4カ月～1歳半の子と保護者  
■夏休み子ども映画会(♥)  
アニメ映画6本の上映。  
㊦ 7月28日(日)14時～15時  
■真夏のこわいおはなし会  
㊦ 8月8日(木)14時～15時  
㊦ 5歳～小学生と保護者

### 浜民図書館(浜民字鶴塚)

☎683-2167

■えほんのへや(♥)  
㊦ 8月14日(木)15時半～16時

### 上田公民館(上田四)

☎654-2333

■なかよしおはなし会  
読み聞かせや手遊びなど。  
㊦ 7月24日(木)・8月7日(木)、10時半～11時  
㊦ 幼児と保護者

### 西部公民館(南青山町)

☎643-2288

■ちびっこ広場映画会  
「うらしまたろう」など4本の上映。

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/>

盛岡ニューシティホテル NEW WING  
ホテルメトロポリタン  
盛岡ニューシティホテル  
ダイヤパーク  
岩手銀行  
盛岡ニューシティホテル  
回ダイヤパーク  
東横イン  
回ペリカソパーク  
回ローソン  
回ヒラトヤ  
ホテルメトロポリタン盛岡  
フェザン  
盛岡駅

広告

一般財団法人 岩手済生会  
こころのホスピタル

## 三田記念病院

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  
●休診日/土曜・日曜・祝日  
●診療時間/8時30分～17時15分

●創立記念日 6月18日  
●年末年始 12月29日～1月3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