

# 子育て情報ひろば

## 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

- ① 8月20日・27日・9月10日・17日、火曜、9時半～11時
- ② 0歳～就学前の子と保護者、妊婦 ▶半日体験
- ③ 10月8日(火)10時～12時
- ④ 各園5組※1歳半～2歳半の子と保護者 ¥ 300円
- ⑤ 窓口：希望する園に費用を添えて申し込み。9月10日(火)10時から

## マタニティサロン とりょう支援センター ☎651-8580

出産後の生活についてのアドバイス。  
① 8月21日・9月18日、水曜、10時～11時半  
② とりょう保育園(肴町) ③ 初妊婦  
④ 同支援センターへ電話予約

## ブレママサロン 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。  
① 9月3日(火)10時～11時半  
② ma\*mall (大通一)  
③ 6人※初妊婦  
④ 電話：開催日の前日まで

## 子育てママのリフレッシュ講座 西部公民館 ☎643-2288

① ゆるやかにヒップホップダンス② 子どもも喜ぶ短時間料理を楽しみましょう。  
③ ①9月10日(火)②19日(水)、全2回、10時～11時半 ④ 同公民館(南青山町)  
⑤ ⑥ 16人※乳幼児～小学生の母親 ¥ 1000円  
⑦ 電話：8月21日(火)10時から  
⑧ 1027242

## マタニティ教室～平日コース～ 母子健康課 ☎603-8303

妊娠中の栄養管理やママと赤ちゃんの歯の健康についての講話と調理実習。  
① 9月19日(木)10時～13時半  
② 市保健所(神明町)

③ 30人※参加時点でおおむね妊娠5～8カ月の初妊婦  
④ 電話：9月6日(金)14時から

## 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えください  
① 9月24日(火)10時～12時  
② 市保健所(神明町)  
③ 30組※令和元年5月生まれの子と初めて子育てしている母親  
④ 電話：8月27日(火)14時から  
⑤ 1002133

## こんにちはママさん講座 「とことこコース」 とりょう支援センター ☎651-8580

育児についてのアドバイスや保健師、スクールカウンセラーの講話など。  
① 9月26日～10月10日、木曜、全3回、10時～11時半  
② 西部公民館(南青山町)  
③ 20組※平成29年9月～30年8月に生まれた子と保護者 ¥ 200円  
④ 電話：8月21日(火)10時から

## 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をお風呂に入れる方法を学びます。  
① 9月29日(日)10時～15時  
② 市保健所(神明町)  
③ 36組※来年1月に出産予定の初妊婦と夫  
④ 電話：9月13日(金)14時から  
⑤ 1002116

## 親子向け 一緒に楽しもう

## 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

① いずれも10時～11時半  
② 1002663  
▶ここにこルーム  
③ ④ 8月20日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、27日(火)と9月10日(火)は上堂児童センター(上堂三)、9月12日(木)は西部公民館(南青山町)、

13日(金)はタカヤアリーナ(本宮五)  
⑤ 0～3歳の子と保護者  
▶びびよルーム  
⑥ ⑦ 8月23日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、9月3日(火)は高松地区保健センター  
⑧ 0歳の子と保護者

## 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。  
① 9月4日～25日、水曜、全4回、13時15分～14時半  
② 松園地区公民館(東松園二)  
③ 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  
④ 市公式ホームページ応募フォームで8月19日(月)10時から受け付け  
⑤ 1024624

## 親子リズム講座 とりょう支援センター ☎651-8580

親子で音楽などに合わせてリズム運動を楽しみます。  
① 9月6日(金)10時～11時半  
② 都南公民館(永井24)  
③ 20組※1歳半～2歳半の子と保護者  
④ 電話：8月28日(火)10時から

## 親子ふれあい講座 絵本あそび ～影絵をみよう～ 河南公民館 ☎622-2258

絵本「ほげちゃん」や昔話、あそびうたの影絵を鑑賞します。  
① 9月7日(土)11時～12時  
② 同館(松尾町)  
③ 60人※小学生以下の子と保護者  
④ 電話・窓口：8月21日(火)10時から  
⑤ 1027214

## ママとキッスの交流広場たんたん 子育てサロンたんたん事務局 ☎623-0465

① ママとベビーのヨガ体験② 絵本の読み聞かせやわらべうたなど。  
③ 9月11日(火)①10時半～11時15分②11時半～12時  
④ 杜陵児童センター(清水町)  
⑤ ①10組※0～1歳の子と母親

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

## 親子の休日～カヌー体験～ 渋民公民館 ☎683-2354

親子で2人乗りカヌーに乗って楽しめます。  
① 9月15日(日)9時半～14時  
② 御所湖広域公園漕艇場(繋字除キ)※集合は同館  
③ 8組※小学生と保護者 ¥ 1組750円  
④ 電話：8月24日(土)9時から  
⑤ 1027215

## 「赤ちゃんヨガ」教室 飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんと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します。  
① 9月20日(金)・27日(金)、全2回、10時～11時  
② 飯岡農業構造改善センター(下飯岡8)  
③ 10組※首の据わった3～10カ月の子と保護者 ¥ 144円  
④ 電話：8月26日(月)9時から

## アウトドア・イン区界 秋の巻 区界高原少年自然の家 ☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124 info@accommon.jp

秋の山野草とときのこの観察や水晶探し、兜明神岳登山など。  
① 9月28日(土)9時半～29日(日)11時半(1泊2日)  
② 同自然の家(宮古市)  
③ 40人※小・中学生と保護者 ¥ 1人3500円  
④ はがきに必要事項と学校名・学年、交通手段、アレルギーの有無を記入し、☎028-2631宮古市区界2-111区界高原少年自然の家へ郵送。ファクス、メールでも受け付けます。9月12日(木)必着。定員を超えた場合は抽選

## つどいの広場「にこっこ」が肴町アーケード内にオープン つどいの広場にこっこ ☎681-9722

親子で自由に遊べる無料スペース、「にこっこ」が7月20日に移転オープンしました。ぜひご利用ください。  
① 開館時間：10時～17時  
② 肴町ビル1階(肴町)※ミスタードー

ナツ盛岡肴町ショッピング ⑩ 1002505

## 子向け わくわく体験

## 入学前の体育教室 チャレンジキッズ 市立武道館 ☎654-6801

マット運動や鉄棒などの体操技術を習得します。  
① 9月3日～12月3日、火曜、全10回、14時半～15時半 ② 同館(住吉町)  
③ 16人※平成25年4月2日～27年4月1日生まれの子 ¥ 6480円  
④ 電話：8月21日(火)9時から  
⑤ 1028033

## 災害時の防災ハックを学ぼう！ ～災害時の連絡の取り方～ accommon (アコモン) ☎656-7067 info@accommon.jp

いざというときに役立つ知識や技術(防災ハック)を防災士から学びます。  
① 9月23日(月)14時～16時半  
② アイーナ6階団体活動室1(盛岡駅西通一)  
③ 10組※未就学～高校生で集団行動が苦手な子と保護者。保護者のみの参加も ¥ 1人500円  
④ 電話・メール：8月19日(月)10時から

## 100キロ歩いて海を見よう！ 盛岡世代にける橋内、100キロ歩いて海を見よう実行委員会 ☎623-2030

盛岡から浄土ヶ浜(宮古)までの100\*。を、仲間と3日間かけ踏破します。  
① 10月12日(土)9時～14日(月)18時  
② 60人※小学5年生～高校生(保護者の同意が必要)  
③ 1万円  
④ はがきに必要事項と学校名・学年を記入し、☎020-0884神明町2-2盛岡世代にける橋内「100キロ歩いて海を見よう！」実行委員会へ郵送。ホームページの応募フォームでも受け付けます。9月13日(金)必着

## 子ども科学館へ行こう！ 子ども科学館 ☎634-1171

中秋の名月を観察するお月見会を開催します。また、ナイトミュージアムでは、星を見る会やプラネタリウム「ジャニー・トゥ・スターズ」を行います。その他、さまざまなワークショップや空気のちからを知ることができるサイエンスショーなど、楽しいイベントが盛りだくさん。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。時間外を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。

9月							当番病院一覧	
日	月	火	水	木	金	土	中央	日赤
1	2	3	4	5	6	7	中央	日赤
8	9	10	11	12	13	14	中央	日赤
15	16	17	18	19	20	21	中央	日赤
22	23	24	25	26	27	28	中央	日赤
29	30						中央	日赤

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  
日赤※ 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  
※岩手医科大学附属病院は9月21日(土)以降、移転後の同病院(矢巾町医大通二丁目1-1)で受け入れます

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

■おはなしのじかん  
① ② 8月24日(土)・9月14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  
■かみしばいのへや(♥)  
① 8月22日(木)・9月12日(木)、15時半～16時  
② えほんのへや(♥)  
③ 8月29日(木)・9月5日(木)、15時半～16時  
■おはなしこころ  
④ ⑤ 9月13日(金)10時20分～11時は1歳3カ月以上の子と保護者、11時10分～11時半は1歳2カ月以下の子と保護者

## 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。  
① 毎週土曜、14時半～15時  
■だっこのおはなし会  
② 8月27日(火)10時45分～11時15分  
③ 4カ月～1歳半の子と保護者  
■おはなしの時間  
④ 8月28日(火)11時～11時半  
⑤ 幼児と保護者

## 上田公民館(上田四) ☎654-2333

■なかよしおはなし会  
① 8月21日(火)・9月11日(火)、10時半～11時 ② 幼児と保護者

## 渋民図書館(渋民字鶴塚) ☎683-2167

■えほんのへや(♥)  
① 9月11日(火)15時半～16時  
都南公民館(永井24) ☎637-6611  
■子どもシネマランド(♥)  
「お月さまとうさぎ」など3本の上映。  
① 9月14日(土)10時半～11時半

## 松園地区公民館(東松園二) ☎661-8111

■おやとこひろば  
絵本の読み聞かせなど。  
① 9月4日(火)10時～11時半  
② 0歳～就学前の子と保護者



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  
HP <http://sakura-keisei.jp/>  
盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F  
バス路線: 盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F

広告  
**正社員・パート・アルバイト求人情報サイト** おしごと発見 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>