

# 子育て情報ひろば

## 親向け 子育てを応援

**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。  
 ① 1月7日(火)10時～11時半  
 ② ma\*mall(大通一) ③ 6人※初妊婦  
 ☎ 電話：開催日の前日まで

## マタニティサロン

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  
 出産後の生活についてのアドバイス。  
 ① 1月15日(火)10時～11時半  
 ② とりょう保育園(肴町) ③ 初妊婦  
 ☎ 電話：開催日の前日まで

## リズムで遊ぼう

もりおか子育て応援プラザ  
ma\*mall (マモール) ☎656-8207  
 ① 1月20日(月)10時～10時40分  
 ② ma\*mall (大通一)  
 ③ 15組※1歳半～2歳の子と保護者  
 ④ 300円  
 ☎ 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。  
 ① 1月26日(日)10時～15時  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 36組※来年5月に出産予定の初妊婦と夫  
 ☎ 電話：1月10日(金)14時から  
 ④ 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  
 ① 1月28日(火)10時～12時  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 30組※令和元年9月生まれの子と初めて子育てしている母親  
 ☎ 電話：12月24日(火)14時から  
 ④ 1002133

## 親子向け 一緒に楽しもう

**市立保育園(10園)の一斉開放**  
とりょう支援センター ☎651-8580

園児と触れ合ったり、保育園の遊具や園庭で遊んだりします。  
 ① 12月24日(火)・1月14日(火)、9時半～11時  
 ② 就学前の子と保護者、妊婦

## 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  
 ①ベビーダンス②ママのためのエアロビクスを親子で楽しめます。  
 ① ①1月8日・15日②1月22日・29日、水曜、各全2回、13時半～14時半  
 ② 松園地区公民館(東松園二)  
 ③ 各20組※首の据わった3カ月～24カ月の子と母親 ④ 各2000円  
 ⑤ 同スポーツクラブのホームページ：12月19日(火)から

## 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 10時～11時半 ② 1002663  
 ▶びびよルーム  
 親子での遊びのほか、離乳食や赤ちゃんとの遊び方など子育ての悩みを相談できます。  
 ③ ④ 12月20日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、1月7日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)  
 ⑤ 0歳の子と保護者  
 ▶にこにこルーム  
 保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや体操、絵本などを楽しめます。  
 ③ ④ 1月9日(火)は都南公民館(永井24)、1月16日(火)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五) ⑤ 3歳以下の子と保護者

## 子向け わくわく体験

環境学習講座 ☎626-3754  
 ☎ 電話：12月18日(火)10時から  
 ※集合は都南総合支所(津志田14)か岩手公園地下駐車場(内丸)  
 ■エコキッズ エネルギー出前講座  
 送電施設を見学し、電気役割や家

庭に届くまでの流れを学びます。

① 1月8日(火)9時半～12時  
 ② 東北電力盛岡電力センター(本宮字水門) ③ 15組※小学4年生以上の子と保護者 ④ 28円 ⑤ 1029197  
 ■エコキッズ 森っ子探検隊!  
 森の中での雪遊びや竹を使った工作など。  
 ① 1月25日(土)9時半～12時  
 ② 15組※3歳～小学生の子と保護者 ③ 228円 ④ 1029198

## ボランティアによる

冬休み自由研究サポート企画  
先人記念館 ☎659-3338

①自由研究・宿題のお手伝い②親子で学べるクイズラリー・すごろく。  
 ③ ①1月8日・15日②1月22日・29日、水曜、各全2回、13時半～14時半  
 ④ 松園地区公民館(東松園二)  
 ⑤ 各20組※首の据わった3カ月～24カ月の子と母親 ⑥ 各2000円  
 ⑦ 同スポーツクラブのホームページ：12月19日(火)から

## 冬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・文化に関することを中心に自由研究をサポートします。

## 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)は「休日救急当番医」を、夜間(19時～23時)は「市夜間救急診療所」で受診してください。(3ページ参照)  
 ■症状が重い場合は小児救急入院受入当番医へ  
 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。  
 ③ 17時～翌朝9時※土曜は13時～(祝日の土曜は9時～)

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

① 1月6日(月)～1月10日(金)、10時半～12時と13時～15時 ② 各10人※小学生  
 ☎ 電話：各日の前日まで

## わくわく運動教室

もりおか子育て応援プラザ  
ma\*mall (マモール) ☎656-8207  
 ① 1月10日～31日、金曜、全4回、15時半～16時 ② ma\*mall (大通一)  
 ③ 8人※3～6歳 ④ 2000円  
 ☎ 電話：開催日の前日まで

## まゆ人形を作ろう

先人記念館 ☎659-3338  
 ① 1月10日(金)～12日(日)、9時半～11時半と13時半～15時半  
 ② 各15人※小・中学生。小学3年生以下は保護者同伴 ③ 350円  
 ☎ 電話：12月21日(土)9時から

## ①親子②ジュニアスキー教室

岩山パークスキー場 ☎624-4476  
 ① ①1月11日(土)・18日(土)②1月25日(土)・26日(日)、①各2回②全2回、10時～15時

## 入学前の体育教室

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 1月14日～3月24日、火曜、全7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 ④ 4620円  
 ☎ 電話：12月18日(火)9時から

## すくすくキッズ体操教室

盛岡体育館 ☎652-8855  
 とび箱や鉄棒、縄跳びなどの運動をします。日程や申し込み方法について詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。  
 ☎ 1月5日(日)必着 ④ 1024913

①各20人※初心・初級者の小学生以上の子と保護者②小学生  
 ③ ①各・子2500円、保護者3500円 ②各5000円※①②ともリフト代別途  
 ③ 往復はがき：必要事項の他、生年月日、①は参加を希望する日(2日間も可)と技術レベル、参加する保護者名も明記し、☎020-0803新庄字岩山50岩山パークスキー場へ郵送。①は1月3日(金)必着②は1月14日(火)必着

## 入学前の体育教室

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 1月14日～3月24日、火曜、全7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 ④ 4620円  
 ☎ 電話：12月18日(火)9時から

## すくすくキッズ体操教室

盛岡体育館 ☎652-8855  
 とび箱や鉄棒、縄跳びなどの運動をします。日程や申し込み方法について詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。  
 ☎ 1月5日(日)必着 ④ 1024913

## 子ども科学館で 楽しく学ぼう!

### 冬休み実験工作教室

①お金が消えたように見える「トリック貯金箱」や②回転させると絵が動いているように見える「くるくるアニメーション」を作ります。  
 ③ ①1月6日(月)・8日(火)②7日(火)・9日(水)、10時～11時と13時～14時、15時10分～16時10分 ④ 各20人  
 ⑤ ①800円②1000円  
 ☎ 電話：窓口：12月18日(火)9時から

### その他の1月の各種イベント

イベント名	内容(費用)	日時	定員
スペシャルワークショップ「化石のレプリカ作り」	化石の観察と樹脂粘土を使った化石のレプリカ作り (250円)	1/4(土)・5(日)・11(土)～13(月)、①10時半～②11時半～③14時半～④15時半～	各20人
サイエンスショー「静電気ってな～に？」	静電気を利用したさまざまな実験(展示室入場料が必要)	1/4(土)・11日(土)・13日(月)と毎週日曜、13時～	なし
ナイトミュージアム ①星空みどころ案内 ②星を見る会※悪天・荒天時は中止 ③科学工作 ④プラネタリウム	③ペットボトル空気砲(150円) ④「オーロラウォッチャー」(4歳～中学生200円、高校生以上500円)	1/4(土) ①18時～18時半 ②18時半～20時 ③18時半～20時 ④19時～19時半	①④各160人 ②なし ③30人
ワークショップ「偏光板キーホルダー作り」	スタンドグラスのような模様のキーホルダー作り(300円。展示室入場料が必要)	1/19(日)・26(日)10時半～12時と14時～15時半	各30人

子ども科学館(本宮字蛇屋敷)で、工作や実験などの体験ができるイベントを開催します。身近な物を使って科学を体験できる子ども科学館は不思議がいっぱい! ぜひお越しください。  
 ③ 子ども科学館 ☎634-1171

### たのしい科学技術作品展

市内の小・中学生が作製した自由研究や科学技術作品などを展示します。  
 ③ 中学校部門：1月11日(土)～19日(日)  
 小学校部門：1月25日(土)～2月11日(火)



冬休みもあそびにきてね!

子ども科学館マスコットキャラクター こがぼう

## 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(♥)  
 ③ 12月19日(火)・1月16日(火)、15時半～16時  
 ■冬休み子ども映画会(♥)  
 「ゆきおんな」など3本の上映。  
 ③ 12月21日(土)10時半～11時半  
 ■かみしばいのへや(♥)  
 ③ 12月26日(火)・1月9日(火)、15時半～16時  
 ■おはなしのじかん  
 ③ ④ 12月28日(土)・1月11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  
 ■おはなしころろ  
 ③ ④ 1月10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。  
 ③ 毎週土曜、14時半～15時※12月28日(土)・1月4日(土)は休みます  
 ■だっこのおはなし会  
 わらべうたや手遊び、絵本の読み聞かせ。  
 ③ 12月24日(火)10時45分～11時15分  
 ④ 4カ月～1歳半の子と保護者  
 ■新春 本の福袋2020  
 いろいろな本が入った福袋を、数量限定で貸し出します。  
 ③ 1月4日(土)・5日(日)、9時～17時  
 ■おはなしのじかん  
 ③ 1月8日(火)11時～11時半  
 ④ 幼児と保護者  
 ■冬休み子ども映画会  
 「おしりたんてい」など3本の上映。

### 市民図書館(渋民字鶴塚)

☎683-2167  
 ■えほんのへや(♥)  
 ③ 1月8日(火)15時半～16時

### 上田公民館(上田四)

☎654-2333  
 ■なかよしおはなし会  
 絵本の読み聞かせや手遊びなど。  
 ③ 1月8日(火)10時半～11時  
 ④ 幼児と保護者

### 西部公民館(南青山町)

☎643-2288  
 ■ふたばわらべうた・おはなし会  
 ③ ④ 1月15日(火)、10時～10時40分  
 は1歳3カ月～3歳の子と保護者、10

### 都南公民館(永井24)

☎637-6611  
 ■子どもシネマランド(♥)  
 「年神様とお正月」など3本の上映。  
 ③ 1月11日(土)10時半～11時半

### 松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111  
 ■冬休みお楽しみ映画会  
 「ガリバー旅行記」など3本の上映。  
 ③ 12月26日(火)14時～15時  
 ④ 50人  
 ■おやとこひろば  
 絵本の読み聞かせなど。  
 ③ 1月8日(火)10時～11時半  
 ④ 0歳～就学前の子と保護者

広告  
**土・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。**  
**加賀野** (院長)加藤 隆幸  
 消化器内科・内科クリニック  
 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 ○ ○ ○ ○ ○ △  
 15:00～18:00 ○ ○ ○ ○ ○ △  
 盛岡市東安庭一丁目23-60(ジョイス東安庭店南隣)  
 TEL 019-604-3755  
 休診日 土曜、祝日、第2・第4日曜  
 当院 18台完備

広告  
**創業130余年** あなたの街の **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。  
**エヴァホール** 葬儀・通夜の専門会館  
 盛岡市内に8ヶ所の通夜会館 **材木町・材木町別館・青山・高松・本町・都南・松園・本宮**  
 〒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  
**0120-100784**  
 各種カード支払い可  
 ふじさわなら葬儀費用の総額を各種カードでお支払い出来ます。※但し、お布施除く。