

子育て情報ひろば

親子向け 子育てを応援

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。※グループでの申し込みはお控えください
● 12月8日(火)・22日(火)、10時～11時
● 市保健所(神明町)
● 各10組※令和2年8月生まれの子と初めて子育てしている母親
● 電話：11月24日(火)14時から
● 1002133

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産後の過ごし方などの講話。
● 12月13日(日)10時～12時と13時半～15時半
● 市保健所(神明町)
● 各15組※来年4月に出産予定の初妊婦と夫
● 電話：12月4日(金)14時から
● 1002116

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アドバイスをします。
● 12月16日(木)10時～11時半
● とりょう保育園(肴町)
● 初妊婦
● 電話：開催日の前日まで
● 1002663

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臨床心理士・保健師の講話、母親同士の交流など。
● 来年1月21日～2月4日、木曜、全3回、10時～11時半
● 都南公民館(永井24)
● 20組※平成31年1月～令和元年12月に生まれた子と保護者 ¥ 200円
● 電話：12月17日(木)10時から
● 1002663

親子向け 一緒に楽しもう

親子でふれあい遊び
とりょう支援センター ☎651-8580

● 10時～11時半 ● 1002663
▶**にこにこルーム**
保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや、体操などを楽しみます。
● ● 11月20日(金)は西部公民館(南青山町)、12月10日(木)は都南公民館(永井24)、12月15日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)
● 3歳以下の子と保護者
▶**ぴよぴよルーム**
親子での遊びのほか、離乳食について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。
● ● 11月27日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、12月8日(火)は高松地区保健センター
● 0歳の子と保護者
▶**ウッドイ遊びの広場**
● 12月4日(金)
● 高松地区保健センター
● 2歳以下の子と保護者

市立保育園(10園)の一斉開放
とりょう支援センター ☎651-8580

園児と遊んだり、遊具や園庭で遊びます。
● 11月24日・12月8日・15日、火曜、9時半～11時
● 0歳～就学前の子と保護者、妊婦
● 1002663

赤ちゃんヨガ教室
飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんとしんきんシップを取りながらヨガで心と体をリフレッシュします。
● 11月27日(金)・12月4日(金)、全2回、10時～11時 ● 飯岡農業構造改善センター(下飯岡8)
● 5組※首の据わった3～10カ月の子と保護者 ¥ 144円
● 電話：11月19日(木)9時から

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

ベビーダンスとママのためのエアロビクスを週替わりで開催します。

● 来年1月6日～27日、水曜、全4回、13時半～14時半
● 松園地区公民館(東松園二)
● 8組※首の据わった3～24カ月の子と保護者
● 4000円
● ホームページ：11月26日(木)10時から

パパ パートナーになる！
子育て支援プロジェクト カタリBarの赤澤さん ☎658-8001
n21.akazawa@gmail.com

父親が作るノンアルコールのカクテルを楽しみながら、家族について語り合います。
● 12月13日(日)13時～15時半
● MCL盛岡外语観光&プライダル専門学校(大沢川原三)
● 6組※子育て中の家族
● メール：必要事項の他、食物アレルギーの有無を記入。12月6日(日)まで
● 1032718

子ども向け わくわく体験

子ども科学館へ行こう！
子ども科学館 ☎634-1171

■ワークショップ「混色コマ」
回すと色が混ざったように見えるコマを作ります。
● 12月5日～27日、土・日曜、14時半～16時 ● 各24人
● 各100円※展示室入場料が必要
■ナイトミュージアム「星を見る会」
解説を聞きながら、星座探しと望遠鏡で天体観察をします。※悪天候時は中止
● 12月5日(日)17時半～18時半
● 30人
● 電話：11月18日(木)9時から
■プログラミング講座
学習ソフト「Scratch」を使ってプログラミングを体験します。
● 12月12日(日)10時～12時と13時半～15時半
● 各12人※マウスの操作ができる小学3年生以上
● 電話：11月18日(木)9時から
■科学写真展「電子顕微鏡でみる！」

パイプオルガン子ども講座
市民文化ホール ☎621-5151

地図を持って同ホールを探検しながら、パイプオルガンに関するクイズに挑戦します。詳しくは、お問い合わせください。
● 来年1月9日(日)10時半～12時と13時半～15時
● 各15人※小学3～6年生
● 各1000円 ● 申し込み用紙：12月2日(火)から13日(日)まで受け付け

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

電子顕微鏡で撮影した、驚きがいっぱいのミクロな世界の写真展。
● 12月26日(土)～来年1月17日(日)、9時～16時半
■冬休み実験工作教室
「にじいろ万華鏡」
虹色の模様が見える万華鏡を作ります。申し込み方法について詳しくは、同科学館ホームページをご覧ください。
● 来年1月5日(火)～8日(金)、10時～11時・13時～14時・15時10分～16時10分
● 各6人※小学生以上。1・2年生は1人につき保護者1人が同伴できます
● 各800円
● 往復はがき：12月21日(月)必着

こどもクリスマス会
市立図書館 ☎661-4343

「だるまちゃんてんぐちゃん」などの人形劇を上演します。
● 12月19日(日)10時～10時半と11時半～12時※開始30分前から受け付け ● 各30人
● 電話・窓口：12月1日(火)9時から
● 1032786

舞ったはナシよ!ザ・飛ばしショー
上田公民館 ☎654-2333

紙バンドを使って、飛ばし実験やクリスマスツリー作りをします。
● 12月19日(日)13時半～16時
● 15人※小学生。1・2年生は保護者同伴
● 往復はがき：必要事項を記入し、☎020-0066上田四丁目1-1上田公民館へ郵送。11月26日(木)必着
● 1019649

パイプオルガン子ども講座
市民文化ホール ☎621-5151

地図を持って同ホールを探検しながら、パイプオルガンに関するクイズに挑戦します。詳しくは、お問い合わせください。
● 来年1月9日(日)10時半～12時と13時半～15時
● 各15人※小学3～6年生
● 各1000円 ● 申し込み用紙：12月2日(火)から13日(日)まで受け付け

本とのふれあい

市立図書館(高松一)
☎661-4343

● 各5組
■かみしばいのへや(♥)
● 11月26日(木)・12月10日(木)、15時半～15時50分
■おはなしのじかん
● ● 11月28日(土)・12月12日(土)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時40分～12時は小学2年生以上
■おはなしころこ
● ● 12月11日(金)10時20分～10時40分は1歳3カ月以上の子と保護者、11時～11時20分は1歳2カ月以下の子と保護者



渋民図書館(渋民字鶴塚)
☎683-2167

■えほんのへや(♥)
● 12月9日(火)15時半～16時
都南図書館(永井24)
☎637-3636
● 各5組※開始30分前から、2階おはなしルーム前で受け付け
● 1000831
■おとぎのへや(♥)
● 毎週土曜、14時半～15時
■だっこのおはなし会
● 11月25日(木)10時45分～11時10分
● 4カ月～1歳半の子と保護者
■おはなしのじかん

冬のイベントを親子で楽しもう！

都南公民館
☎637-6611
■気分はパティシエ！
クリスマスケーキ製作教室
クリスマス用のホールケーキをスポンジから作ります。
● 12月13日(日)9時半～12時半と13時半～16時半
● 各6組※小・中学生と保護者
● 2人1組1540円※1人追加ごとに70円追加
● 往復はがき：必要事項と希望時間を記入し、☎020-0834永井24-10-1都南公民館へ郵送。12月1日(火)必着

一キを作ります。
● 12月19日(日)13時半～15時半
● 12人※小学生と保護者 ¥ 830円
● 電話：11月21日(日)9時から

区界高原少年自然の家
☎0193-77-2048
ファクス 0193-77-2124
sizennoie@city.morioka.iwate.jp
■区界土遊塾
区界高原の自然素材を使った工作。
● 12組※3歳～中学生と保護者
● 参加費：1人100円、材料費：1セット300円
● はがきに必要事項の他、学校名と学年、必要セット数、交通手段を記入し、☎028-2631宮古市区界2-111区界高原少年自然の家へ郵送。メールとファクスでも受け付けます。11月27日(金)必着
▶創作活動「森のクリスマス」
木の枝や実でクリスマスオブジェを作ります。
● 12月12日(日)9時半～12時
● 都南公民館(永井24)
▶創作活動「お正月リース」
お正月に飾るリースを作ります。
● 12月13日(日)9時半～12時
● 西部公民館(南青山町)

西部公民館
☎643-2288
■親子で作る冬休み工作教室
牛乳パックで万華鏡を作り、不思議な模様を楽しみます。
● 12月26日(日)9時半～12時
● 10組※小学1～3年生と保護者
● 100円
● 電話：12月9日(火)10時から

渋民公民館
☎683-2354

■親子でチャレンジ!ケーキ作り
絵本「がまん」のケーキに登場するケ

(♥)は幼児～小学生が対象の催しです。

● 12月9日(火)11時～11時半
● 0歳～2歳の子と保護者

上田公民館(上田四)
☎654-2333

■なかよしおはなし会
● 11月25日(木)・12月9日(木)、10時半～11時
● 幼児と保護者 ● 1000698

西部公民館(南青山町)
☎643-2288

■ふたばわらべうた・おはなし会
● ● 12月16日(木)10時～10時40分は1歳3カ月～3歳の子と保護者、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ

月の子と保護者、各先着26人
■ちびっこ広場映画会(♥)
「ドナルドのカメラ大好き」など4本を上映。
● 12月5日(日)10時半～11時40分
● 20人 ● 電話：11月19日(木)11時から
● 1025180

松園地区公民館(東松園二)
☎661-8111

■おやとこひろば
絵本の読み聞かせや軽運動、育児相談など。
● 12月2日(日)10時～11時半
● 0歳～就学前の子と保護者
● 1029794

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「市夜間急患診療所」を受診してください。(5ページ参照)
※受診の際は、医療費とは別に定額負担料金が気になる場合があります

■症状が重い場合は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察していない時間帯に急病の子どもを受け入れます。

● 17時～翌朝9時※土曜は13時～

12月							当番病院一覧	
日	月	火	水	木	金	土	中央	日赤
		1	2	3	4	5	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
6	7	8	9	10	11	12	中央 中央	日赤 日赤
13	14	15	16	17	18	19	日赤 中央	日赤 中央
20	21	22	23	24	25	26	中央 日赤	日赤 日赤
27	28	29	30	31			中央 日赤	日赤

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。



多彩なラインナップであなたのカーライフをサポートする。**もりしんカーライフプラン**
新車の購入から、車検や修理費用、カーポートの設置まで!!
ローンプラザもりしん ☎0120-160-656
盛岡市下ノ橋町2番14号(六日町本部)FAX ☎0120-702-540
【営業時間】月～金曜日(祝日を除く)9:00～17:00
※12月31日～1月3日は休業致します。
エコカー減税対象車の購入には「カーライフプラン・エコ」をご用意しています。詳しくは、「ローンプラザもりしん」または、最寄りの各店までご相談ください。

相続贈与についての悩み・疑問をお聞かせください
相続発生前にできること、相続発後にやるべきことをご提案しあなたの相続を解決へと導きます。
「相続・贈与相談センター」では税理士、弁護士、司法書士、不動産鑑定士等、各種専門家がネットワークを組んで、お客様の相続に関わる問題を解決しています。
相続・贈与相談センター
土曜の高グループ 運営会社：佐藤税理士法人 ☎020-0866 盛岡市本宮二丁目3-30
無料相談会実施中!
ご予約はこちら →
TEL019-656-4600