

子育て情報ひろば

親向け 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

- 1月12日(火)・26日(火)、10時～11時
- 市保健所(神明町)
- 各10組※令和2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22日(火)14時から
- ID 1002133

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。

- 1月20日(水)10時～11時半
- とりょう保育園(肴町)
- 初妊婦
- 電話：1月19日(火)まで
- ID 1002663

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。

- 1月31日(日)10時～12時と13時半～15時半
- 市保健所(神明町)
- 各15組※5月に産予定の初妊婦と夫
- 電話：1月15日(金)14時から
- ID 1002116

親子 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 ID 1002663
- ▶びよびよルーム

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。

- 12月25日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、1月5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
- ▶ここにこルーム
- 保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや、体操などを楽しめます。
- 1月14日(水)
- 都南公民館(永井24)
- 3歳以下の子と保護者

冬休み親子初心者スケート教室

みちのくココ・コーラボトリングリンク ☎601-5001

親子で楽しみながら、スケートの基礎と滑走技術を学びます。

- 1月7日(水)・8日(金)、全2回、8時半～10時※8日は9時から
- 10組30人※スケート初心者の幼児～小学生と60歳未満の保護者
- 1人につき大人2040円、子ども1020円※貸靴料を含む
- 電話：12月21日(月)10時から
- ID 1025156

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、保育園の遊具や園庭で遊びます。

- 1月12日(水)9時半～11時
- 就学前の子と保護者、妊婦
- ID 1002663

新春!家族でカーリング!

みちのくココ・コーラボトリングリンク ☎601-5001

カーリングの基本動作や用具の使い方、ルールなどを学びます。

- 1月10日(日)・11日(月)・31日(日)、9時～11時と17日(日)12時～14時
- 各8組※カーリング未経験か初心者の小学生以上と保護者

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

● 1人につき1500円

● 電話：12月21日(月)10時から

● ID 1032980

親子スキー教室

岩山パークスキー場 ☎624-4476

- 1月16日(土)10時～15時
- 20人※スキー初心者・初級者の小学生以上と保護者
- 大人3500円、子ども2500円※リフト代・昼食代は別途
- 往復はがき：必要事項の他、それぞれの技術レベルと子どもの学年を記入し、☎020-0803新庄字岩山50岩山パークスキー場へ郵送。1月6日(水)必着
- ID 1024937

子ども向け わくわく体験

冬休みキッズカーリング教室

みちのくココ・コーラボトリングリンク ☎601-5001

カーリングの基本動作や用具の使い方、ルールなどを学びます。

- 1月6日(水)・7日(木)、全2回、小学1～3年生は14時半～16時、小学4～6年生は16時半～18時

- 各8人※カーリング未経験者か初心者の小学生
- 各2500円
- 電話：12月21日(月)10時から
- 小学1～3年生：1031426
- 小学4～6年生：1031425

子ども科学館へ行こう!

子ども科学館 ☎634-1171

「スペシャルワークショップ」
「液体万華鏡」
ゆっくりと模様が変わる万華鏡を作ります。

- 1月9日(土)～11日(月)、10時半～11時と11時半～12時、14時半～15時、15時半～16時

● 各6人※未就学児は保護者1人の付き添いが必須、小学1～2年生は1人まで付き添い可、小学3年生以上は不可 ● 各300円

- 電話：12月18日(金)9時から
- ID 1025523

「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

- 1月9日(土)18時～19時
- 30人
- 電話：12月18日(金)9時から

● ID 1032317

「ワークショップ「パタパタマグネット」」
磁石の性質を利用したおもちゃを作ります。

- 1月16日～31日、土・日曜、14時半～16時

● 各24人
● 各100円※展示室入場料が必要
● 随時受付
● ID 1026275

「たのしい科学技術作品展中学校部門」
市内の中学生が作製した技術・家庭科作品を展示します。

- 1月23日(土)～31日(日)
- ID 1025525

ジュニアスキー教室

岩山パークスキー場 ☎624-4476

● 1月23日(土)・30日(土)、全2回、10時～15時

● 小学生
● 5000円※リフト代・昼食代は別途

● 往復はがき：必要事項の他、子どもの学校名と学年、保護者氏名を記入し、☎020-0803新庄字岩山50岩山パークスキー場へ郵送。1月13日(水)必着

- ID 1024939



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。(3ページ参照) ※受診の際は、医療費とは別に定額負担料が必要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療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・1月						
日	月	火	水	木	金	土
12/27	28	29	30	31	1/1	2
中央	日赤	国立	中央	日赤	中央	中央
3	4	5	6	7	8	9
国立	中央	日赤	国立	中央	中央	日赤
10	11	12	13	14	15	16
中央	中央	日赤	国立	中央	日赤	国立
17	18	19	20	21	22	23
中央	日赤	中央	国立	日赤	中央	中央
24	25	26	27	28	29	30
日赤	中央	国立	中央	日赤	中央	日赤
31						
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
国立	国立病院機構盛岡医療センター
青山一丁目25-1	☎647-2195

※新型コロナウイルス感染症の状況により、当番病院を変更する場合があります。市医師会のホームページを確認した上で受診してください

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

市立図書館(高松一)

☎661-4343

● 各5組
● ■かみしばいのへや(♡)

- 12月24日(水)・1月14日(水)、15時半～15時50分

● ■おはなしのじかん

- 12月26日(土)・1月9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

● ■おはなしところどころ

- 1月8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

● ■冬休み子ども映画会(♡)

- 「金色の足あと」など2本。
- 1月11日(月)10時半～11時半

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

- ID 1000831

● ■おとぎのへや(♡)

- 毎週土曜、14時半～15時※12月26日を除く

● ■だっこのおはなし会

- 12月22日(水)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

- 1月13日(水)11時～11時半
- 0歳～2歳の子と保護者

浜民図書館(浜民字鶴塚)

☎683-2167

● ■えほんのへや(♡)

(♡)は幼児～小学生が対象の催しです。

- 1月20日(水)15時半～16時

中央公民館(愛宕町)

☎683-2167

● ■冬休みクイズ

絵本などに関するクイズに挑戦しよう。正解者には景品をプレゼント。

- 12月18日(金)～1月11日(月)
- 小学生以下の子と保護者

● ■わくわく♪おはなし会

- 絵本の読み聞かせなど。
- 1月16日(土)11時～11時半

上田公民館(上田四)

☎654-2333

● ■なかよしおはなし会

- 1月13日(水)10時半～11時
- 幼児と保護者 ID 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

- 1月20日(水)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

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111

● ■冬休みお楽しみ映画会

- 「冬休みだ。全員集合!」など3本。
- 12月25日(金)14時～15時

● ■おやとこひろば

- 読み聞かせや軽運動、育児相談など。
- 1月13日(水)10時～11時半

● 0歳～就学前の子と保護者

集まれキッズ!! 楽しく体を動かそう!

入学前の体操教室 チャレンジキッズ

● 市立武道館 ☎654-6801
● ID 1026168

マット運動と跳び箱、鉄棒の基本技術を学び、体を動かす楽しさを体験します。

- 表1のとおり
- 16人※平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子

● 4430円

- 電話：12月18日(金)9時から



表1 チャレンジキッズの開催日時(全6回)

月	日	時間
1月	12(火)・26(火)	14時半～15時半
2月	2(火)・9(火)	
3月	2(火)・9(火)	

すくすくキッズ体操教室

● 盛岡体育館 ☎652-8855
● ID 1024186

マットや跳び箱、鉄棒、縄跳びなどの運動をしながら、子どもの社会性を育みます。

- 表2のとおり ● 各17組※①～③の子と保護者

- ①パンダ組：平成27年4月2日～平成29年4月1日生まれ
- ②コアラ組：平成28年4月2日～平成30年4月1日生まれ
- ③きりん組：平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれ

● ①③5940円②3960円

● メール：必要事項の他、生年月日ときょうだいの同伴の有無を記入し、✉moritai-sportsclub@morioka-sports.or.jpへ申し込み。1月3日(日)必着

盛岡体育館へのメールはこちら



表2 すくすくキッズ体操教室の開催日時(各組、全6回)

	①パンダ組	②コアラ組	③きりん組
1月	25(月)	28(木)	29(金)
2月	1(月)・8(月)・22(月)	4(木)・18(木)・25(木)	5(金)・12(金)・26(金)
3月	1(月)・8(月)	4(木)・11(木)	5(金)・12(金)
時間	14時半～16時	10時～11時	14時半～16時

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。



年末は12月31日まで
年始は1月4日から診療いたします。

クレジットカード、医療ローンにも対応しております。



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/>

ホテルメトロ
ポッタツ盛岡

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	○	○	○	○	○	○	○

TEL 019-604-3755 www.chida-clinic.com