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

親向け 子育てを応援

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

出産後の生活や子育てについて、保育士がアドバイスをします。
- 4月21日㈫10時～11時半
- とりょう保育園（肴町）
- 初妊婦
- 電話：4月20日㈫まで

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
- 5月11日㈫・25日㈫、10時～11時
- 市保健所（神明町）
- 各15組※令和3年1月生まれの子と初めて子育てしている母親
- 電話：4月27日㈫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赤ちゃんのお風呂の入れ方を学びます。
- 5月23日㈰、10時～12時と13時半～15時半
- 市保健所（神明町）
- 各15組※令和3年9月に出産予定の初妊婦と夫
- 電話：5月14日㈮14時から
- 1002116

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。
- 6月17日～7月1日、木曜、全3回、10時～11時半
- 上田公民館（上田四）
- 20組※令和元年6月～令和2年5月に生まれた子と保護者
- 200円
- 電話：5月12日㈬10時から

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　ID 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。
- 4月20日㈫は高松地区保健センター（上田字毛無森）、5月7日㈮は盛岡タカヤアリーナ（本宮五）、14日㈮は西部公民館（南青山町）、18日㈫は上堂児童センター（上堂三）
- 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。
- 4月23日㈮は飯岡地区保健センター（下飯岡8）、5月11日㈫は高松地区保健センター
- 0歳の子と保護者

盛岡タカヤアリーナのイベント
盛岡タカヤアリーナ　☎658-1212

■ベビーダンス教室

赤ちゃんを抱っこしながらのダンスと手遊び歌をします。
- 5月6日㈭・11日㈫・17日㈪・25日㈫・31日㈪、全5回、10時～11時半
- 同アリーナ（本宮五）
- 20組※首の据わった3～24カ月の子と保護者
- 4400円
- 電話：4月19日㈪10時から

■お子様連れOK♪ストレッチ教室
- 5月7日㈮・13日㈭・20日㈭・27日㈭・6月4日㈮、全5回、10時～11時
- 同アリーナ（本宮五）
- 20組※首の据わった子～就学前の子と保護者
- 3300円
- 電話：4月22日㈭10時から

いっしょにあ・そ・ぼ！
都南公民館　☎637-6611

家で遊べるおもちゃを作って親子で遊びます。
- 5月12日㈬10時～11時半
- 同公民館（永井24）
- 10組※1～2歳の子と保護者
- 電話・窓口：4月21日㈫10時から
- 1034470

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

ベビーダンスやピラティスなどを実施。申し込み方法について詳しくは、同クラブのホームページをご覧ください。
- 5月12日㈬・19日㈬、全2回、13時半～14時半
- 松園地区公民館（東松園二）
- 10組※首の据わった3～24カ月の子と保護者
- 2000円
- 4月19日㈪10時～5月5日㈬17時
- 1024624

ベビーマッサージ教室
盛岡体育館　☎652-8855

- 5月14日～28日、金曜、全3回、10時半～12時
- 盛岡体育館（上田三）
- 10組※2カ月～ハイハイ前の子と保護者　4416円
- 電話：4月20日㈬10時から
- 1024916

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。
- 4月27日・5月11日・18日、火曜、9時半～11時
- 就学前の子と保護者、妊婦
- 1002663

市立保育園の半日体験
とりょう支援センター　☎651-8580

保育園で同じ年齢の子どもと遊んだり給食を食べたりします。
- 6月22日㈫9時半～12時
- 市立保育園10園
- 各5組※1歳6カ月～2歳6カ月の子と保護者　300円
- 各園窓口：5月11日㈫10時から
- 1002663

子ども向け わくわく体験

母の日「にがおえ」ぼしゅう！
ゆびあす　☎662-1414

おかあさんの似顔絵を描いた人に、母の日のプレゼント（先着150人）を差し上げます。
- **募集期間**：4月20日㈫～5月9日㈰
- **展示期間**：5月16日㈰まで
- ゆびあす（上田字小鳥沢）
- 窓口：似顔絵の用紙を窓口で受け取るか、ゆびあすのホームページからダウンロードし、提出　ID 1034512

作って遊ぼう！からくり玩具～伝承遊びを楽しもう～
市立図書館　☎661-4343

身近な材料で、江戸時代から伝わるからくりおもちゃを作って遊びます。
- 4月29日㈭14時～16時
- 市立図書館（高松一）
- 6人※小学生
- 電話・窓口：4月18日㈰10時から

市立武道館の各体育教室など
市立武道館　☎654-6801

球技や体操などの基本動作・技術などを学びます。
- 同館（住吉町）

▶レインボーキッズ
- 5月10日～来年3月14日、月曜、全36回、14時半～16時
- 16人※平成28年4月2日～29年4月1日生まれの子
- 月3060円※保険料別途800円
- 電話：4月19日㈪10時から

▶チャレンジキッズ
- 5月11日～7月6日、火曜、全7回、15時～16時※5月18日・6月15日は除く
- 16人※平成27年4月2日～29年4月1日生まれの子
- 6545円※保険料別途800円
- 電話：4月21日㈬9時から

▶武道館スポーツクラブ
- 5月14日～来年3月11日、金曜、全36回、17時半～19時
- 20人※小学3年～6年生
- 月2880円※保険料別途800円
- 電話：4月19日㈪14時から

子ども科学館へ行こう！

子ども科学館は、毎月、楽しいイベントが盛りだくさんです。

子ども科学館☎634-1171

子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう

■5月のイベント　①と③は電話で申し込み

イベント名	内容（費用）	日時	定員	申し込み
①ナイトミュージアム 星を見る会※	星座探しと、天体望遠鏡を使って天体観測	5/1㈯～4㈫ 19時半～20時半	各30人	4/18㈰ 9時～
②ワークショップ「カラフルキーホルダー」	プラスチック粘土を使った、カラフルなキーホルダー作り（150円。展示室入場料が必要）	5月の毎週土・日曜（5/1・2除く） 14時半～16時	各24人	随時
③皆既月食を見る会※	皆既月食を観察して、その仕組みを学ぶ	5/26㈬ 19時半～20時45分	30人	5/8㈯ 9時～

※悪天候時は中止

5/1㈯～5㈬ 9時～16時半　ゴールデンウィークスペシャル

■実験コーナー「音ってな～に？」
- 9時20分～・10時20分～・11時20分～・13時20分～・14時20分～・15時20分～※所要時間30分程度　各回10人
- 電話：4月20日㈫9時から

■工作コーナー「ふわふわスライム」
- 10時～・11時～・13時～・14時～・15時～※所要時間30分程度
- 各200円　各10人
- 電話：4月21日㈬9時から

■中庭コーナー

特製シャボン液で作ったシャボン玉で遊びます。※悪天候時は中止
- 9時～16時に随時

■てんじたいけんシート

館内の展示を体験しながら、キーワードを集めます。参加者全員に同館オリジナルのスマートフォン壁紙をプレゼント。
- 9時～16時半に自由参加
- 展示室入場料が必要

■プラネタリウム

名探偵コナン～探偵たちの星月夜（スターリーナイト）～
- 10時～・12時～・14時～・16時～（各30分程度）　各50人
- 4歳～中学生は各100円、高校生以上は各300円※9時から各回のチケットを1階受け付けで販売

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。（7ページ参照）
※受診の際は、医療費とは別に定額負担料金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～

5月

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

（♥）は幼児～小学生が対象の催しです。

市立図書館（高松一）
☎661-4343

- 各5組

■かみしばいのへや（♥）
- 4月22日㈭・5月13日㈭、15時半～15時50分

■この本おもしろかったよ

利用者お薦めの児童書を展示・貸し出しをします。
- 4月21日㈬～5月20日㈭

■おはなしのじかん
- 4月24日㈯・5月8日㈯、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

■おはなしころころ
- 5月14日㈮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

■えほんのへや（♥）
- 5月20日㈭15時半～15時50分

都南図書館（永井24）
☎637-3636

- ①②④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　③5人※電話・窓口：4月20日㈬10時から

①おとぎのへや（♥）
- 毎週土曜、14時半～15時

②だっこのおはなし会
- 4月27日㈬10時45分～11時10分
- 4カ月～1歳半の子と保護者

③ぬいぐるみおとまりかい

ぬいぐるみと一緒におはなし会へ参加し、ぬいぐるみだけが同館へお泊まり。翌日、お泊まり会の様子をアルバムにしてプレゼントします。
- 5月8日㈯14時半～15時と5月9日㈰14時～16時　3歳～小学生

④おはなしのじかん
- 5月12日㈬11時～11時半
- 0歳～2歳の子と保護者

渋民図書館（渋民字鶴塚）
☎683-2167

■えほんのへや（♥）
- 5月12日㈬15時半～16時

中央公民館（愛宕町）
☎654-5366

■どくしょスタンプラリー

本を借りて、期間中にスタンプラリーを完成させた人に、オリジナル読書ノートをプレゼント。
- 4月23日㈮～5月16日㈰
- 0歳以上の子と保護者

■見て 知って 作って 本から学ぶ食育

お菓子をテーマにした食育の本を展示します。
- 5月12日㈬～26日㈬

上田公民館（上田四）
☎654-2333

■なかよしおはなし会
- 4月28日㈬10時半～11時
- 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
- 5月19日㈬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

■春のお楽しみ映画会

「金の小鳥」など3本。
- 4月26日㈪15時～16時
- 50人※小学生と保護者

■おやとこひろば

読み聞かせや軽運動、育児相談など。
- 5月12日㈬10時～11時半
- 0歳～就園前の子と保護者

広　告

糖尿病専門医として地域の皆様の支えでいたい
（日本糖尿病学会認定専門医）
いしい内科・糖尿病クリニック
内科、糖尿病内科、消化器内科、整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30～13:00	●	●	●	●	●	●	休
14:00～17:30	●	●	休	●	●	休	休
備考	ただし、土曜日は午前9:00～12:00						

※整形外科の診療は火曜日～土曜日の午前中です。

電話でのご予約お問い合わせ 019 601-2277
月～土 9:30～13:00
月・火・木・金 14:00～17:30

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通1-4-20
水晶堂ビル4階

広　告

医療法人 葵会
もりおか往診ホームケアクリニック
内科／外科／消化器内科／内視鏡内科／循環器内科／神経内科

外来診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時～12時	●	●	●	●	●	／
午後2時～5時	●	△	●	●	●	／

△ 第1・3火曜 午後休診
休診日／土・日・祝・年末年始
盛岡市北飯岡三丁目20-3

外来診療部 TEL 019-613-6555
もりおかリハビリテーションセンター 葵 TEL 019-613-6770

広　告

一般財団法人 岩手済生医会
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、こころに関する治療を行っております。
認知症病棟の他、5階病棟には個室も用意しております。

●受付時間／8時30分～11時
●診療時間／8時30分～17時15分
●休診日／土曜・日曜・祝日
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）岩手済生医会 盛岡市長田町24-7 ☎019-622-7327