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

### 母子健康課 ☎603-8303

妊娠中の健康管理や産後の過ごし方 などについての講話。

- 母 段 昼 表 1 のとおり
- ਜ਼ 市保健所(神明町)
- **D** 1002116

8/29(日)

9/26(日)

### 子育てママのリフレッシュ講座

### 西部公民館 ☎643-2288

ラベンダーの香りの抗菌アロマジェ ルと癒しの風合いを持つコケ玉を作 ります。

表1 パパママ教室の日時や対象など

Ⅰ0時~12時

13時半~15時半

- 9月9日(木)·16日(木)、全2回、10時 ~11時40分
- ਜ਼ 同公民館(南青山町)
- ⋒ 16人※子育て中の母親
- **D** 1002133

申し込み

時から

時から

10人

### ¥ 1400円

■ 電話:8月26日休10時から

**D** 1017356

### 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

● 9月14日以·28日以、10時~11時

令和3年12月に出産予定の電話:8/20億14

令和4年1月に出産予定の電話:9/17金14

★ 市保健所(神明町)

対象

初妊婦と夫

初妊婦と夫

### 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

⋒ 各15組※令和3年5月生まれの子

と初めて子育てしている母親

■ 電話:8月24日以14時から

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。

- 9月15日例10時~11時半
- 🔝 初妊婦
- 電話:開催日の前日 まで
- **D** 1002663



# こんにちはママさん講座

### 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 理士と保健師の講話、母親同士の交

### 流など。

- 9月30日休·10月7日休·15日金、
- 全3回、10時~11時半
- → 西部公民館(南青山町)
- ₿ 20組※令和元年10月~令和2年 9月に生まれた子と保護者
- ¥ 200円
- 電話:8月25日例10時から
- **D** 1002663

### はじめよう子どもの発育講座

### とりょう支援センター ☎651-8580

「子どもの心とからだを作る大切な こと」と題した、食生活コンサルタン トの下田田美子さんによる講座。

- 10月19日以10時~11時半
- → 西部公民館(南青山町)
- ₩ 40人※1歳~就学前の子の母親 と妊婦
- ⑥ 25人※1歳以上
- **¥** 50⊞
- 電話:9月8日例10時から
- **D** 1002663

# ■本とのふれあい

各15組

(♥) 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

### ■えほんのへや(♥)

❷ 8月19日休·9月16日休、15時半 ~15時50分

### ■かみしばいのへや (♥)

❷ 8月26日休·9月9日休、15時半 ~15時50分

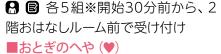
### ■おはなしのじかん

❷ 8月28日出·9月11日出、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

□ 8 9月10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



都南図書館(永井24)

**☎**637-3636

### ④ 毎週土曜、14時半~15時

- ■だっこのおはなし会
- 8月24日以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
- 9月8日例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 (♥)

● 9月8日例15時半~ 16時



### 中央公民館(愛宕町)

### **☎**654-5366

- **D** 1034773

### 上田公民館(上田四)

### **2**3654-2333

- ₩ 幼児と保護者
- **D** 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

⑤ ❸ 9月15日 ※ 10時40分

### ■わくわく♪おはなし会

絵本の読み聞かせなど。

- ❷ 9月4日(土)11時~11時半

### ■なかよしおはなし会

- 8月25日似・9月8日似、10時半 ~11時

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13組

**D** 1030304

### 都南公民館(永井24)

### **2**3637-6611

### ■子どもシネマランド(♥)

「からすのパンやさん」 ほか2本を上 映します。

- 9月12日(日)10時半~11時半
- **船** 60人

### 松園地区公民館(東松園二) **☎**661-8111

### ■おやとこひろば

読み聞かせや軽運動、育児相談など。 ● 8月26日休・9月3日金、10時~

- 11時半 ₩ 0歳~就園前の子と保護者
- **1**034107

### 親子でふれあい遊び お子さんと一緒 ヨガ教室 ワンコイン体験会 とりょう支援センター ☎651-8580

¥ 144円

シュします。

¥ 500円

**D** 1036121

■ 電話:8月24日以9時から

盛岡タカヤアリーナ ☎658-1212

産後の体力回復のために、親子で交

流しながら心と体をヨガでリフレッ

▶ 9月7日以10時~11時

₩ 20組※就学前の子と保護者

■ 電話:8月18日似10時から

🔐 同アリーナ (本宮五)

### **D** 1002663

### ▶ぴよぴよルーム

親子で遊ぶほか、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。

- 6 8月20日 金と9月7日 火は高 松地区保健センター(上田字毛無森)、 9月17日 金は飯岡地区保健センター (下飯岡8)、10時~11時半
- ₩ 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ふれあい遊び や体操などを楽しみます。

- ● 8月27日 金は都南公民館(永 井24)、9月9日休は盛岡タカヤアリ ーナ(本宮五)、10時~11時半
- ₩ 1~3歳の子と保護者

### 赤ちゃんとヨガ教室

### 飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんとスキンシップを取りながら、

- 心と体をヨガでリフレッシュ。 ● 9月3日金·10日金、全2回、10 時半~11時半
- 飯岡地区保健センター(下飯岡8)
- ⋒ 5組※首の据わった3~10カ月の 子と保護者

# は公民館まつりのステージで発表し

- □ 局表2のとおり
- ¥ 580円
- 電話・窓口:8月28日出10時から

初めてのキッズダンス教室

都南公民館 25637-6611

ヒップホップのステップを中心に、体

を動かすことを楽しみます。最終回

**D** 1036137

### ガルフのセッブがソフ数党の口吐込が合わじ

夜2 初めてのキッ人ダン人教室の口時や対象など							
組名期日		時間	定員	対象			
Aクラス	※10/1/はA・Bクラ ス合同発表	15時〜15時50分 ※10/5・12は15時半〜16 時半、10/17は10時〜12時	6人	年長~小学1年生			
		16時~17時	10人	小学2~3年生			

### 診療時間外に具合が悪くなったら

### ■症状が比較的軽い場合は「初期救急医療機関」へ

名称	所在地・電話番号	受付時間		診療科目	
	神明町 3 -29 (市保健所 2 階) ☎654-1080	19時~23	3時※年中無休	内科・小児科	
市夜間急患 診療所		新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前に電話をしてから来所してください。また、新型コロナウイルス・インフルエンザなどの検査は実施していません			
 市立病院	本宮五丁目15-1 <b>☎</b> 635-0101	平日	17時15分~★	内科または外科	
川业納坑		土・日曜、祝日	8 時半~21時半★	内科・外科	
休日救急 当番医	休日救急当番医・ 薬局のとおり	9時~17時 ※歯科は15時まで ※薬局は17時半まで		内科・外科 小児科・歯科 薬局	

★ 7月1日から、平日の17時15分以降および土・日曜、祝日の21時半以降は内科または外科医 師のみの1人体制となっています。また、8時半~21時半の間でも、内科または外科医師のみ の場合がありますので、来院前に市立病院へお問い合わせください

内科 M 外科·整形外科

# ※往診はできません

休日救急当番医・薬局

小 小児科 歯 歯科 薬 薬局 電話番号 606-6611 もりおか胃腸科内科クリニック 中ノ橋通二丁目3-2 おいかわ内科クリニック 上田一丁目18-46 622-7400 遠山病院 下ノ橋町6-14 651-2111 ₩ みうら小児科 中野一丁目16-10 622-9591 8/22 🖮 栃内歯科医院 神明町10-35 625-1588 中ノ橋通二丁目 2-13 まごころ薬局 606-1231 あおば薬局上田店 上田一丁目18-50 622-0370 下ノ橋町7-31 下ノ橋薬局 604-0234 なかのユニオン薬局 中野一丁目21-1 652-6587 鈴木内科医院 八幡町 2-17 623-3038 ☑ 三愛病院 月が丘一丁目29-15 641-6633 好摩字夏間木70-190 682-0201 八角病院 鈴木整形外科 本宮字石仏20-1 658-0202 ⚠ | 西島こどもクリニック 上田一丁目19-11 651-1369 🗑 島津歯科医院 夕顔瀬町 7-14 651-1531 (日) 八幡町3-22 604-7770 八幡町薬局 月が丘一丁目29-7 月が丘薬局 648-3939 翼 みずほ薬局月が丘 月が丘一丁目29-16 601-8211 肴町6-2 623-1211 村源薬局 あおば薬局桜小路店 上田一丁目20-1 656-1250

※8月15日回分の休日救急当番医・薬局は8月1日号に掲載しました

### ■入院が必要と思われる場合と初期救急医療機関が 診療していない時間は「2次救急医療機関」へ

▶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。

に問い合わせるか、市医師会のホームページをご覧ください。

関の受入診療科 ▶各病院で、その日の当直診療科が異なります。事前に各医療機関



はこちら

# 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。

※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。

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。



南大橋■●岩手自動車学校

### 2 | 3 10 8 9 中央 国立 中央 日赤 中央 13 14 15 16 17 中央 中央 国立 中央 日赤 22 23 24 19 20 21 国立 中央 27 30

● 17時~翌朝9時※土曜は13時~

## 国立 中央 国立 日赤 |中央 | 日赤 中央 25 日赤 │ 国立 │ 中央 │ 日赤 │ 中央 28 29 日赤 | 中央 | 中央 | 国立 | 中央

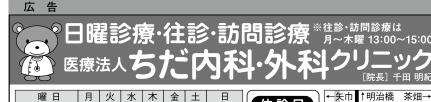
県立中央病院 上田一丁目 4-1 2653-1151 日赤 盛岡赤十字病院

> 三本柳6-1-1 2637-3111 国立 国立病院機構盛岡医療 センター

上で受診してください

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

# 広告 がお持ちの住宅を一瞬時に査定



| ○ | ○ | ○ | ○ | 「午前のみ | 診療 第2·第4日曜 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** www.chida-clinic.com 単院 (18台)

土曜、祝日、

<u>| 木 | 金 | 土 | 日 |</u> 年末年始、GWを含む 岩大附属小 ■<sup>至国道4号</sup> ┃● | ● | 祝日も通常診療! 13:30 盛岡市天神町11-8 16:00~ 20:00 ホームページ http://kaganoclinic.jp.

PC・スマホ上で完結。お問い合わせ・ご来店不要!! 簡単&手軽な不動産査定をぜひお試しくだざい!

2 広報もりおか 3.8.15

広報もりおか 3.8.15 3