

# 子育て情報ひろば

## 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  
 出産後の生活についてアドバイス。  
 ① 10月20日(火)・11月17日(火)、10時～11時半  
 ② とりょう保育園(肴町)  
 ③ 初妊婦  
 ④ 電話:開催日の前日まで  
 ⑤ 1002663

## 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 11月9日(火)・30日(火)、10時～11時  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 各15組\*令和3年7月生まれの子と初めて子育てしている母親  
 ④ 電話:10月26日(火)14時から  
 ⑤ 1002133

## ベビーマッサージ教室

**盛岡体育館 ☎652-8855**  
 オイルを使った、赤ちゃんのマッサージなど。  
 ① 11月12日～26日、金曜、全3回、10時半～12時  
 ② 10組\*生後2カ月からハイハイ前の子と保護者 ¥ 4416円  
 ③ 電話:10月19日(火)10時から  
 ④ 1024916

## パパママ教室

**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 11月28日(日)10時～12時と13時半～15時半  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 各15組\*来年3月に出産予定の初妊婦と夫  
 ④ 電話:11月19日(金)14時から  
 ⑤ 1002116

## こんにちはママさん講座「あんあんコース」

**とりょう支援センター ☎651-8580**  
 育児・離乳食のアドバイスや看護師の講話、母親同士の交流など。  
 ① 12月2日(木)・9日(木)、全2回、10時～11時半  
 ② 都南公民館(永井24)  
 ③ 10組\*令和3年4月1日～6月30日に生まれた子と保護者  
 ④ ¥ 100円  
 ⑤ 電話:10月28日(火)10時から  
 ⑥ 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**  
 ① 1002663  
 ▶**ここにこーるーム**  
 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。  
 ① 10月22日(金)は都南公民館(永井24)、11月16日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、10時～11時半  
 ② 1～3歳の子と保護者



▶**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。  
 ① 10月29日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、11月2日(火)は高松地区保健センター、10時～11時半  
 ② 0歳の子と保護者  
 ▶**ウッドイ遊びの広場**  
 木を使ったおもちゃで遊びます。  
 ① 11月12日(金)10時～11時半  
 ② 高松地区保健センター  
 ③ 2歳以下の子と保護者

## tonan おたのしみパック

**都南図書館 ☎637-3636**  
 同館職員がおすすめする①大人向けの本と②幼児から児童までの子ども向けの絵本を貸し出します。  
 ① 10月30日～11月7日、土・日曜、② 9時～17時③11時～12時  
 ④ 1000831

## 赤ちゃんヨガ教室

**飯岡地区公民館 ☎637-2270**  
 赤ちゃんとスキンシップをとりながら心と体をヨガでリフレッシュ。  
 ① 11月5日(金)・12日(金)、全2回、10時半～11時半  
 ② 飯岡地区保健センター(下飯岡8)  
 ③ 5組\*首の据わった3カ月～10カ月の子と保護者 ¥ 144円  
 ④ 電話:10月21日(火)9時から



## おやこ de ぼうさい講座「防災お菓子ポシェットをつくろう！」

**都南公民館 ☎637-6611**  
 kouza-kyara@mfa.jp  
 災害の避難時に役立つお菓子を入れたポシェットを作りながら、防災について楽しく学びます。  
 ① 11月7日(日)10時～11時半  
 ② 15組\*3歳～小学生の子と保護者 ¥ 500円  
 ③ メール・往復はがき:10月26日(火)必着  
 ④ 1037013



## いっしょにあ・そ・ぼ

**都南公民館 ☎637-6611**  
 家で遊ぶおもちゃを作って親子で遊びます。  
 ① 11月10日(火)10時～11時半  
 ② 6組\*1～2歳の子と保護者  
 ③ 電話・窓口:10月20日(火)10時から  
 ④ 1037014



## 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**  
 ピラティスとベビーダンスをします。  
 ① 11月10日(火)・17日(火)、全2回、13時半～14時半  
 ② 松園地区公民館(東松園二)  
 ③ 8組\*首の据わった3～24カ月の子と母親 ¥ 2000円  
 ④ 同スポーツクラブのホームページ:11月3日(火)から

## 子ども向け わくわく体験

**親子でチャレンジ「落ち葉で遊ぼう」**  
**区界高原少年自然の家 ☎0193-77-2048**  
 sizennoie@city.morioka.iwate.jp  
 落ち葉を使って、お面を作り、森の妖精に変身して遊びます。  
 ① 11月6日(出)9時～12時15分  
 ② 同少年自然の家(宮古市)  
 ③ 8組\*3歳～6歳の子とその家族 ¥ 1人300円  
 ④ メール・はがき:必要事項の他、交通手段を記入の上、送付。10月20日(火)必着。定員を超えた場合は抽選  
 ⑤ 1037007



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

## 本とのふれあい

(♥)は幼児～小学生が対象の催しです。

### 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  
 ■おとぎのへや(♥)  
 ① 毎週土曜、14時半～15時  
 ■だっこのおはなし会  
 ① 10月19日(火)10時45分～11時10分  
 ② 4カ月～1歳半の子と保護者  
 ■おはなしのじかん  
 ① 11月10日(火)11時～11時半  
 ② 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(♥)  
 ① 11月10日(火)15時半～16時  
 ② 1000842

### 中央公民館(愛宕町) ☎654-5366

■わくわく♪おはなし会  
 ① 11月13日(出)11時～11時半  
 ② 1034773

### 上田公民館(上田四) ☎654-2333

■なかよしおはなし会  
 ① 10月27日(火)・11月10日(火)、10時半～11時  
 ② 幼児と保護者  
 ③ 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 11月24日(火)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13組  
 ④ 1030304

### 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。  
 ① 10月27日(火)・11月5日(金)、10時～11時半  
 ② 0歳～就園前の子と保護者  
 ③ 1034107

## 秋だ! 子ども科学館へ行こう

同科学館では、次のとおりイベントを開催します。科学で秋を満喫しませんか。 子ども科学館(本宮字蛇屋敷13-1) ☎634-1171

■星の写真展	■ホリデーサイエンス「空気のチカラ」	■ワークショップ「光るプラ板バッジ」	■ナイトミュージアム「星を見る会」	■部分月食を見る会
県内天文サークル6団体による「星空のめぐり違い」をテーマにした写真展を開催します。 ① 10月31日(日)～11月28日(日)、9時～16時半	空気の力を楽しみながら知ることができます。 ① 11月の土・日曜と祝日 ② 各10人 ③ 当日9時から整理券を配布	プラスチック板の熱変形を利用したバッジ作りをします。 ① 11月の土・日曜と祝日 ② 各24人 ③ 各200円*別途展示室入場料が必要	星座探しと天体望遠鏡を使用した天体観測をします。 *悪天候時は中止 ① 11月6日(出)17時半～18時半 ② 30人 ③ 電話:10月19日(火)9時から	珍しい天体現象「部分月食」の観察をします。 ① 11月19日(金)17時～18時15分 ② 30人 ③ 電話:11月7日(日)9時から

イラスト画像は「部分月食」ではありません。お詫びして訂正いたします。

子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう

## 診療時間外に子どもの具合が悪くなら...

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。

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

17時～翌朝9時\*土曜は13時～

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

## 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、相続発生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、お客様の相続に関する問題を解決しています。

無料相談会 実施中!

ご予約はこちら

TEL019-656-4600

## 中高年のためのパソコン教室 富士通オープンカレッジ盛岡校

パソコンを使って脳のアンチエイジング始めませんか?

### 秋の受講生募集中 秋の教室説明会 参加者募集

初心者歓迎

開催日時 2021年 10/21(木)・22(金)

※各回先着5名です。参加される場合はマスクの着用のご協力をお願いします。  
 ①10:00～12:00 ②13:15～15:15 ③15:45～17:45 ④18:15～20:15

参加料は無料です。教室説明会へ参加希望の方は、電話にてご希望の日時をご連絡ください。

富士通オープンカレッジ 盛岡校  
 ●主催・お問合せ・お申込みは  
**LEADKONAN**  
 株式会社リードコナン  
 〒020-0051 盛岡市下太田沢田 68-40  
**TEL.019-613-3343**  
 受付時間 月～金 10:00～19:00