

# 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

- 📅 2月8日(火)・22日(火)、10時～11時半
- 📍市保健所(神明町)
- 👥各15組※令和3年10月生まれの子どもと初めて子育てしている母親
- ☎電話：1月25日(火)14時から
- 📞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。
- 📅 2月16日(水)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

## 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。

- 📅 2月20日(日)、10時～12時と13時半～15時半
- 📍市保健所(神明町)
- 👥各15組※令和4年6月に出産予定の初妊婦と夫
- ☎電話：2月4日(金)14時から
- 📞1002116

## こんにはママさん講座「あんあんコース」

とりょう支援センター ☎651-8580

- 📍育児と離乳食についてのアドバイスや看護師の講話、母親同士の交流など。
- 📅 3月3日(木)・10日(木)、全2回、10時～11時半
- 📍西部公民館(南青山町)
- 👥15組※令和3年7月～9月に生まれた子と保護者
- 📎100円
- ☎電話：2月2日(火)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

📞1002663  
▶びよびよルーム  
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月28日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、2月1日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、10時～11時半
- 👥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みます。

- 📅 2月10日(木)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五)、2月15日(火)は高松地区保健センター、10時～11時半
- 👥1～3歳の子と保護者

## 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、保育園の遊具や園庭で遊びます。

- 📅 2月8日(火)・15日(火)、10時～11時
- 👥就学前の子と保護者、妊婦
- 📞1002663

## 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。
- 📅 2月9日(水)・16日(水)、全2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カ月の子どもと母親
- 📎2000円
- 📍同スポーツクラブのホームページ：2月2日(火)まで

## 親子でチャレンジ!料理教室

浪民公民館 ☎683-2354

- 📍絵本の中の作り方で、南部小麦を使った肉まんとおまんまを作ります。
- 📅 2月12日(土)13時半～15時半
- 👥6組※小学生と保護者

- 📎1人850円
- ☎電話：1月18日(火)9時から
- 📞1033094

## 親子リズム講座

とりょう支援センター ☎651-8580

親子で音楽などに合わせてリズム運動を楽しみます。

- 📅 2月18日(金)10時～11時半
- 📍都南公民館(永井24)
- 👥15組※1歳半～2歳半の子と保護者
- ☎電話：2月4日(金)10時から
- 📞1002663

## 子ども科学館へ行こう!

子ども科学館 ☎634-1171

同館では表のとおりイベントを開催します。



天体望遠鏡を使った天体観測の様子

## 表 子ども科学館のイベント

イベント名	内容(費用)	日時	定員	申し込み
ナイトミュージアム 星を見る会◆	星座探しと、天体望遠鏡を使った天体観測	2/5(土) 18時～19時	30人	1/18(火) 9時～★
ホリデーサイエンス 「風のひみつ」	風を使ったさまざまな実験	2/5(土)～27日(日)※20日を除く 毎週土・日曜と祝日 10時～10時15分 11時15分～11時半	各10人	当日9時から窓口で整理券を配布
ワークショップ 「たいそうふりこ」	ユニークな動きをする振り子人形を作る(100円。別途展示室入場料が必要)	2/5(土)～27日(日) 毎週土・日曜と祝日 14時半～16時	各24人	随時
こぼぼうし似顔絵コンテスト作品展	同コンテストの応募作品を展示(展示室入場料が必要)	2/5(土)～3/27日(日)	なし	なし
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・家庭科の作品展	2/11(金)～20日(日) 9時～16時半	なし	なし
ものづくり体験教室	電子部品の役割を学びながらラジオを作る	2/20日(土) 10時～12時 14時～16時	各12人 ※小学3～6年生	1/20(木) 9時～★
「宇宙の日」記念 全国小・中学生作文絵画コンテスト作品展	同コンテストの応募作品を展示	2/26(土)～3/27日(日) 9時～16時半	なし	なし

◆悪天候時は中止 ★は電話で申し込み

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

## ベビーマッサージ教室

盛岡体育館 ☎652-8855

ベビーマッサージや触れ合い遊び。

- 📅 2月18日～3月4日、金曜、全3回、10時半～12時
- 📍同体育館(上田三)
- 👥10組※生後2カ月からハイハイ前までの子と保護者
- 📎4416円
- ☎電話：1月18日(火)10時から
- 📞1026163

## 子育てファミリー応援講座

上田公民館 ☎654-2333

親子一緒に楽しめる体操をする機会を提供します。

- 📅 2月19日～3月5日、土曜、全3回、10時～12時
- 👥15組※令和元年7月～令和2年6月に生まれた子と保護者※両親一緒に参加できます
- 📎1人1回30円
- 📍往復はがき：必要事項の他、子の名前と生年月日を記入し、☎020-0066上田四丁目1-1上田公民館へ郵送。2月2日(火)必着
- 📞1032320

子育てのヒントになる情報をお届け!

## 家庭教育情報通信 はぐ便り

これまでに 90号 発行!

📞生涯学習課 ☎639-9046 📞1003222

### はぐ便りってなに? どこで読めるの?

学校教育に長年携わっていた教育のプロや子育て奮闘中のママ市職員が、子育てのヒントになる情報を紙面でお知らせしています。4月～2月の15日頃に発行。市役

所都南分庁舎3階の同課やイオンモール盛岡1階中央エレベーター下(前湯四)などに備え付けている他、市ホームページからもご覧になれます。

### こんな人に読んでもらいたい

子育て中のお父さんやお母さんはもちろん、おじいさんやおばあさんなど家族みんなで、ぜひ読んでみてください。また、子育てに興味・関心がある人にもお勧めです!



はぐママ はぐみい はぐパパ はぐ便りに登場するオリジナルキャラクター

### 内容の一部を紹介!

#### 「甘えさせる」ってどういうこと?

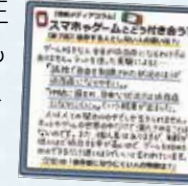
子どもの甘えたいという気持ちに応える時に重要な「甘やかす」と「甘えさせる」の違いを具体例を交えながら説明。これを読めば、お子さんを上手に甘えさせられることができます!

【2021年11月号に掲載】

#### スマホやゲームとどう付き合う?

スマートフォンやゲームが子どもに及ぼすさまざまな影響と解決策を毎号紹介。正しい知識で子どもと一緒に考えることができます。

【同年5月号～連載】



## 🏠 診療時間外に子どもの具合が悪くなったら...

### ■こども救急相談電話にお電話を

子どもの病気やけがのことを、経験豊かな看護師へ電話で相談できます。平日だけでなく、休日も受け付けます。医療機関を受診する前にご利用ください。

- 📞こども救急相談電話 ☎605-9000 または #8000
- 📞19時～23時 ※年中無休

### ■医療機関を受診するときは

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。(8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

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。



## 📖 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(♥)
- 📅毎週土曜、14時半～15時
- だっこのおはなし会
- 📅1月25日(火)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
- 📅2月9日(水)11時～11時半
- 👥0歳～2歳の子と保護者

### 浪民図書館(浪民字鶴塚)

☎683-2167

- えほんのへや(♥)
- 📍ボランティア「とんがりやま」による絵本の読み聞かせ。
- 📅2月9日(水) 15時半～16時



### 中央公民館(愛宕町)

☎654-5366

- わくわく♪おはなし会
- 📍おはなしボランティア「おはなしちゅーみん」による絵本の読み聞かせ。
- 📅2月12日(土)11時～11時半
- 📞1034773
- 食育展示「育てる 食べる」
- 📍野菜を自分で育てて、収穫・調理するまでを学べる本を展示・貸し出し。

### 上田公民館(上田四)

☎654-2333

- 📅2月12日(土)～2月26日(土)
- 👥小学生以下の子と保護者
- 📞1034652
- なかよしおはなし会
- 📅1月26日(水)・2月9日(水)、10時半～11時
- 👥幼児と保護者

### 西部公民館(南青山町)

☎643-2288

- ちびっこ広場映画会
- 📍「つるのおんがえし」や「こびとといもむし」など4本。
- 📅2月5日(土)10時半～11時40分
- 👥20人
- ☎電話：1月19日(水)11時から
- ふたばわらべうた・おはなし会
- 📅2月16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13組

### 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月27日(木)・2月3日(木)、10時～11時半
- 👥0歳～就園前の子と保護者
- 📞1034107

### 📅 17時～翌朝9時 ※土曜は13時～

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

※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

盛岡市勤労福祉会館

〈施設貸出のお問い合わせ〉  
☎019-654-3480

- 大ホール ●研修室兼展示室
- 各会議室 ●トレーニング室 ほか

[休館日]日・祝 [貸出時間]9:00～21:00

高齢社会を豊かにする  
シルバー人材センター

会員募集中!! 盛岡市内にお住まいの、60歳以上で健康で働く意欲のある方

入会説明会 1月28日(金) / 2月10日(木) / 2月21日(月)  
各日 10:00～12:00 ●事前にお電話ください。

公益社団法人 盛岡市シルバー人材センター ☎019-622-3363  
〒020-0885 盛岡市組屋町2番9号 盛岡市勤労福祉会館1階 HPはこちら

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、お客様の相続に関わる問題を解決しています。

相続・贈与相談センター®

無料相談会  
実施中!

ご予約は  
こちら⇒

運営会社: 佐藤税理士法人

TEL019-656-4600

〒020-0866 盛岡市本宮二丁目3-30