

# 子育て情報ひろば

## 親子 子育てを応援

### 離乳食教室

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

- 📅 3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11月生まれの子と初めて子育てしている母親
- ☎️ 電話: 2月22日(火)14時から
- 📞 1002133



離乳食教室の様子

### パパママ教室

妊娠中の健康管理や産後の過ごし方などの講話。

- 📅 3月13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7月に産産予定の初妊婦と夫
- ☎️ 電話: 3月4日(金)14時から
- 📞 1002116

### 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のアドバイス。

- 📅 3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

## 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

📞 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。

- 📅 2月25日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、3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まします。
- 📅 3月17日(木)10時～11時半
- 📍 都南公民館(永井24)
- 👥 1～3歳の子と保護者



ここにこルームの様子

### ▶️ウッドトイ遊びの広場

木で作られたおもちゃの温もりを感じながら遊びます。

- 📅 3月4日(金)10時～11時半
- 👥 親子でピラティスをする様子

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

- 📍 高松地区保健センター
- 👥 2歳以下の子と保護者



### 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

親子で①ピラティスと②ベビーダンスをします。

- 📅 ①3月2日(水)②9日(火)、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カ月の子と保護者
- 💰 2000円
- 📄 同スポーツクラブのホームページ: 2月23日(火)まで



親子でピラティスをする様子

## 本とのふれあい

### 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
- 📞 1000831
- ▶️**おとぎのへや(♡)**
- 絵本の読み聞かせと紙芝居。
- 🕒 毎週土曜、14時半～15時
- ▶️**おはなしのじかん**
- 絵本の読み聞かせと手遊び。
- 🕒 3月9日(木)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(♡)**
- ボランティア「とんがりやま」による読み聞かせ。
- 🕒 3月9日(木)15時半～16時

📞 1000842

### 中央公民館(愛宕町)

☎️654-5366 ファクス 653-3505

- ▶️**食育展示「いのちをいただく」**
- 食べ物などがどのようにして食卓に届いているかが分かる本の展示。
- 🕒 3月12日(土)～26日(土)
- 👥 小学生以下の子と保護者
- 📞 1034652
- ▶️**春休みスペシャル**
- 往復はがき・ファクス・応募フォーム: 必要事項を記入し、☎️020-0013 愛宕町14-1中央公民館へ送付。3月1日(火)必着



絵本の時間の応募フォーム



おはなしの時間の応募フォーム

(♡) は幼児～小学生が対象の催しです。

### ▶️絵本の時間

絵本の読み聞かせをする他、絵本の選び方について学びます。

- 🕒 3月13日(日)11時～12時
- 👥 5組※0歳以上の子と保護者
- ▶️**おはなしの時間**
- ストーリーテリング※の実演の他、昔話の本などを紹介します。
- ※絵本などを使わずに、昔話や物語を話して聞かせる手法
- 🕒 3月13日(日)13時～14時
- 👥 5組※4歳以上の子と保護者

### 上田公民館(上田四)

☎️654-2333

▶️**なかよしおはなし会**

絵本の読み聞かせ、手遊びなど。

- 🕒 2月24日(木)・3月9日(木)、10時半～11時
- 👥 幼児と保護者
- 📞 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**

わらべ歌を歌ったり、絵本の読み聞かせなど。

- 🕒 3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
- 📞 1030304

### 松園地区公民館(東松園二)

☎️661-8111

▶️**おやとこひろば**

読み聞かせや親子遊び、軽運動、保育士による育児相談など。

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

## 友達いっぱい!

# 児童館・児童センター



みんなおいでよ、遊ぼうよ!



児童館・児童センターは、主に小学生が放課後を楽しく安全に過ごすための施設です。読書をしたり、一輪車などの遊具で遊んだり、さまざまな活動ができます。また、安全に過ごせるよう児童厚生員らが見守ります。利用時間や申し込み方法などは次のとおりです。詳しくは、利用したい施設に直接お問い合わせください。

### 利用時間や休館日など

利用時間や休館日などは次のとおりで、費用は無料。利用方法など詳しくは、各施設にお問い合わせください。

#### ●盛岡・都南地域

**【利用時間】**

- 🕒 9時～18時
- ※土曜と夏休み期間などは8時～18時
- ※日曜・祝日は保護者の付き添いが必要

**【休館日】**

年末年始

#### ●玉山地域

**【利用時間】**

- 🕒 平日、10時半～19時
- ※土曜は8時～18時
- ※夏休み期間などは8時～

**【休館日】**

日曜・祝日・年末年始

※生出児童館と巻塚児童館では、就学前の子を有料で預かります。詳しくは、各児童館へお問い合わせください



## 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金が必要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。



かるたで遊ぶ様子

施設名(所在地)	電話番号	施設名(所在地)	電話番号
青山児童センター(青山二)	647-7570	土淵児童センター(上厨川字下川原)	643-1181
上田児童センター(上田四)	623-0092	杜陵児童センター(清水町)	623-0465
加賀野児童センター(加賀野四)	623-0407	仁王児童センター(名須川町)	654-6187
河北児童センター(西下台町)	654-2860	松園児童センター(西松園二)	661-9876
上堂児童センター(上堂三)	643-0330	みたけ児童センター(みたけ四)	641-2998
上米内児童センター(桜台二)	667-1271	緑が丘児童センター(緑が丘三)	661-8236
川目児童センター(東山一)	654-2193	本宮児童センター(本宮四)	635-4595
川目児童センター薬川分室(川目10)	622-0742	山岸児童センター(下米内一)	625-3601
北厨川児童センター(厨川一)	641-3733	乙部児童センター(乙部8)	696-4301
北松園児童センター(北松園四)	661-6657	飯岡児童センター(下飯岡)	638-7131
厨川児童センター(前九年三)	647-1982	手代森児童センター(黒川6)	696-3977
桜城児童センター(大通三)	654-6261	津志田児童センター(津志田中央二)	637-3955
山王児童センター(山王町)	654-6219	永井児童センター(永井18)	637-3755
下太田児童センター(下太田榊)	658-0681	見前児童センター(西見前13)	639-0350
城西児童センター(中屋敷町)	646-5408	湯沢児童センター(湯沢6)	637-7667
仙北児童センター(東仙北一)	635-1190	生出児童館(下田字仲平)	683-2088
大慈寺児童センター(茶畑二)	623-0218	好摩児童館(好摩字野中)	682-0208
大新児童館(南青山町)	646-1992	渋民児童館(渋民字鶴塚)	683-3020
高松児童センター(上田字登坂)	662-0712	日戸児童館(日戸市の坪)	685-2433
月が丘児童センター(月が丘二)	645-1024	巻塚児童館(巻塚字巻塚)	682-0228

## 放課後児童クラブも利用者を募集中!

小学生が放課後を民家や専門の建物などで過ごす放課後児童クラブ。保護者会や民間の法人が運営し、放課後児童支援員が子どもたちを見守ります。費用や開設時間、利用方法など詳しくは、各クラブへ直接お問い合わせください。

☎️ 共働きなどで、日中家に保護者がいない小学生



各クラブの問い合わせ先はこちら▶

### ■特に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～

3月	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
			日赤	国立	中央	日赤	国立
6	7	8	9	10	11	12	
中央	中央	日赤	国立	中央	中央	日赤	
13	14	15	16	17	18	19	
中央	日赤	中央	国立	中央	中央	日赤	
20	21	22	23	24	25	26	
国立	中央	中央	国立	中央	日赤	中央	
27	28	29	30	31			
日赤	中央	中央	国立	中央			

<b>中央</b>	県立中央病院
<b>上田一丁目4-1</b>	☎️653-1151
<b>日赤</b>	盛岡赤十字病院
<b>三本柳6-1-1</b>	☎️637-3111
<b>国立</b>	国立病院機構盛岡医療センター
<b>青山一丁目25-1</b>	☎️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