

子育て情報ひろば

親子向け 子育てを応援

子育てママのリフレッシュ講座
西部公民館 ☎643-2288

造花を使ってクリスマス飾りを作ります。
 ① 12月1日(休)10時～11時40分
 ② 同公民館(南青山町)
 ③ 12人※主に子育て中の母親
 ④ 8人 ¥ 1000円
 ⑤ 電話:11月18日(休)10時から
 ⑥ 1041012



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。
 ① 12月13日(火)・20日(火)、10時～11時半
 ② 市保健所(神明町)
 ③ 各10組※令和4年8月生まれの子と初めて子育てしている母親
 ④ 電話:11月22日(火)14時から
 ⑤ 1002133

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と沐浴見学。
 ① 12月25日(日)、10時～12時と13時半～15時半
 ② 市保健所(神明町)
 ③ 各13組※来年4月に出産予定の初妊婦と夫
 ④ 電話:12月16日(金)14時から
 ⑤ 1002116

こんにちはママさん講座「とことこコース」

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
 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。
 ① 来年1月19日～2月2日、木曜、全3回、10時～11時半
 ② 都南公民館(永井24)
 ③ 15組※令和3年1月～12月に生まれた子と保護者
 ④ 200円
 ⑤ 電話:12月7日(火)10時から
 ⑥ 1002663

親子向け 一緒に楽しむ

親子でふれあい遊び
とりょう支援センター ☎651-8580

① 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 ② 11月25日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、12月6日(火)は高松地区保健センター(上田宇毛無森)、10時～11時半
 ③ 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触れ合い遊びや体操などを楽しみます。
 ① 11月29日(火)10時～11時半
 ② 盛岡タカヤアリーナ(本宮5)
 ③ 1～3歳の子と保護者
 ▶ウッドイ遊びの広場
 木で作られたおもちゃのぬくもりを感じながら遊びます。
 ① 12月2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

親子のためのマナーセミナー

都南公民館 ☎637-6611
 ☎kouza-kyara@mfc.jp
 親子で「お屋さんごっこ」をしながら、お金について大切なことを楽しく学びます。
 ① 12月4日(日)10時～12時
 ② 同公民館(永井24)
 ③ 15組※4～10歳の子と保護者
 ④ メール・往復はがき:必要事項を記入し、☎020-0834永井24-10-1都南公民館へ送付。11月22日(火)必着※定員を超えた場合は抽選
 ⑤ 1033984

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
 親子でピラティスとベビードダンスをします。
 ① ①12月7日(火)・14日(火)、全2回、13時半～14時半②12月19日(月)・26日(月)、全2回、13時半～14時半
 ③ ①松園地区公民館(東松園二)②高松地区保健センター(上田宇毛無森)
 ④ 各8組※首の据わった3～24か月の子と保護者 ¥ 各2000円

① 同スポーツクラブのホームページ:①11月30日(火)16時まで②12月12日(月)16時まで※先着順



親子クリスマスケーキ教室

都南公民館 ☎637-6611
 ☎kouza-kyara@mfc.jp
 クリスマス用のホールケーキをスポンジから手作ります。
 ① 12月18日(日)・①9時半～12時半②13時半～16時半
 ② 同公民館(永井24)
 ③ 各6組※小・中学生と保護者
 ④ 各1540円※3人目から1人追加ごとに20円追加
 ⑤ メール・往復はがき:必要事項と学校名・学年、希望回を記入し、☎020-0834永井24-10-1都南公民館へ送付。11月30日(火)必着※定員を超えた場合は抽選
 ⑥ 1037336

親子で作る冬休み工作教室

西部公民館 ☎643-2288
 牛乳パックを使って5色に輝くミニプラネタリアムを作ります。
 ① 12月24日(日)9時半～12時
 ② 同公民館(南青山町)
 ③ 10組※小学1～3年生と保護者
 ④ ¥ 1人230円
 ⑤ 電話:12月1日(休)10時から
 ⑥ 1041016

子ども向け わくわく体験

区界ファミリーデー

区界高原少年自然の家
 ☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124
 ☎sizennoie@city.morioka.iwate.jp
 区界高原の自然素材を生かした創作活動をします。
 ① 12組※3歳～中学生と保護者
 ② 参加費1人200円、材料費1セット300円
 ③ メール・ファクス・はがき:必要事項と学校名・学年、交通手段、セット数を記入し、☎028-2631宮古市区界2-111区界高原少年自然の家へ送付。12月2日(金)必着※定員を超えた場合は抽選
 ④ 1027017
 ▶森のクリスマス
 クリスマスオブジェを作ります。

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。

① 12月17日(出)9時半～12時
 ② 西部公民館(南青山町)
 ▶お正月リース
 お正月に飾るリースを作ります。
 ① 12月18日(日)9時半～12時
 ② 上田公民館(上田四)

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
 ドイツ発祥で、誰でも参加できるボール運動のバルシューレを楽しみます。
 ① ①12月5日～26日、月曜、全4回、15時～16時②12月7日～28日、水曜、全4回、15時～16時
 ③ ①高松地区保健センター(上田宇毛無森)②松園地区公民館(東松園二)
 ④ 各8人※令和4年度に4～6歳になる子 ¥ 各3000円
 ⑤ 同スポーツクラブのホームページ:11月30日(火)16時まで※先着順



冬のチャレンジ体験日

見前南地区公民館 ☎601-6735
 岩手大学工学部GIRLSによるサイエンスショーや紙コップスピーカー作り、空気砲の実験をします。
 ① 12月18日(日)10時～11時半
 ② 同公民館(西見前13)
 ③ 12人※小学生 ¥ 300円
 ④ 電話・窓口:11月19日(出)10時から
 ⑤ 1037339

子ども科学館へ行こう!

子ども科学館 ☎634-1171
 次のとおりイベントを開催します。
 ■ホリデーサイエンス「さわる」
 触ること起こる不思議な実験を体験します。
 ① 12月3日～25日、土・日曜、10時10分～10時25分と11時～11時15分
 ② 各5組※1組3人まで。就学前の子は保護者同伴
 ③ 当日の9時から整理券を配布
 ■ワークショップ「紙コップター」
 紙コップでよく飛ぶプロペラのおもちゃを作ります。
 ① 12月3日～18日、土・日曜、14時半～16時 ②各24人
 ③ 各100円※別途展示室の入館料が必要
 ④ 開催時間内で随時受け付け

■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察。※悪天候時は中止
 ① 12月3日(出)17時半～18時半
 ② 30人※中学生以下は保護者同伴
 ③ 電話:11月18日(金)9時から
 ■太陽を見る会

太陽投影板と遮光プレートを使った太陽の観察。※悪天候時は中止
 ① 12月17日(出)・18日(日)、13時～15時 ¥ 展示室の入館料が必要
 ■こかぼう似顔絵コンテスト作品募集

マスコットキャラクターのこかぼうの似顔絵を募集します。入賞作品はプラネタリアムで紹介しします。
 ① 募集期間:12月17日(出)～来年1月15日(日) ②小学生以下
 ③ 同館に備え付け、またはホームページからダウンロードした応募用紙に記入し、☎020-0866本宮宇蛇屋敷13-1盛岡市子ども科学館へ郵送または持参
 ■科学写真展「まるで怪獣!?電子顕微鏡で見た生き物の姿」
 電子顕微鏡で撮影した生き物の写真を展示します。いったい何を撮影したのか一緒に考えてみましょう。
 ① 12月20日(火)～来年1月15日(日)
 ■スペシャルワークショップ「化石のレプリカ」

化石の観察とレプリカ作り。
 ① 12月24日(出)・25日(日)、9時半～10時・10時半～11時・14時半～15時・15時半～16時
 ② 各9人※中学生以下は保護者同伴。参加者1人につき1人まで
 ③ 各250円
 ④ 当日の9時から整理券を配布

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(上田四)※上田公民館内

☎604-1515
 ① 1040089
 ■おはなしのじかん
 うれし野こども図書室の皆さんによる語りと絵本の読み聞かせ。
 ① ② 11月26日(出)11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時25分～11時55分は小学2年生以上
 ■冬のちいさなおはなし会
 ①幼児向けの歌と読み聞かせ②小学生向けのストーリーテリング③大人の読書会
 ① 12月3日(出)、①10時～10時20分②10時半～10時50分③11時～11時50分
 ■おはなしところ
 わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。
 ① ② 12月9日(金)10時20分～11時は1歳3カ月以上の子と保護者、11時10分～11時半は1歳2カ月以下の子と保護者
 ③ 高松地区保健センター(上田宇毛無森)

都南図書館(永井24)

☎637-3636
 ① 開始20分前から各会場で受け付け
 ② 1000831
 ■おとぎのへや(♥)
 ① 毎週土曜、14時半～15時
 ② 5組※幼児～小学生と保護者

■だっこのおはなし会
 ① 11月22日(火)10時45分～11時10分
 ② 10組※4カ月～1歳半の子と保護者
 ■おはなしのじかん
 ① 12月14日(火)11時～11時25分
 ② 5組※0～2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。
 ① 12月14日(火)15時半～16時
 ② 1000842

中央公民館(愛宕町)

☎654-5366
 ■すみっこおはなし会
 おはなしボランティア「おはなしすみっこ」による絵本の読み聞かせ。
 ① 12月4日(日)・18日(日)、11時～11時半
 ② 1040414
 ■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。
 ① 12月10日(出)11時～11時半
 ② 1030404

西部公民館(南青山町)

☎643-2288
 ■ちびっ子広場映画会(♥)
 「ドナルドのダンス大好き」など4

本を上映します。
 ① 12月3日(出)10時半～11時40分
 ② 20人
 ③ 電話:11月22日(火)10時から
 ④ 1025180
 ■ふたばわらべうた・おはなし会
 わらべ歌や絵本の読み聞かせなど。
 ① ② 12月21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
 ③ 1030304

上田公民館(上田四)

☎654-2333
 ■なかよしおはなし会
 絵本の読み聞かせや手遊びなど。
 ① 11月24日(火)・12月14日(火)、10時半～11時
 ② 幼児と保護者
 ③ 事前に電話で申し込み
 ④ 1000698

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。
 ① 12月8日(休)10時～11時半
 ② 0歳～就園前の子と保護者
 ③ 1038915



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
 ① 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。(7ページ参照)
 ※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



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

■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。

① 17時～翌朝9時※土曜は13時～

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

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

広告

AIがお持ちの住宅を 瞬時に査定

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さい!

株式会社 北日本土地 盛岡店 tel:019-681-8822

〒020-0866 盛岡市本宮3丁目49-46
 ■営業時間/9時30分～18時00分 ■定休日/水曜日

岩手県知事免許(10)第1473号 (一社)岩手県地建物取引業協会会員
 東北地区不動産公正取引協議会加盟 (公社)全国地建物取引業保証協会会員
<https://www.kitatochi.com/> e-mail:info@kitatochi.com

広告

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

[診療科目]美容皮膚科・美容外科・形成外科
 美容に関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

院長 田崎 治子

☎0120-777-392
 [診療時間]10:00～19:00 [定休日]不定休
 〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F
 HP <http://sakura-keisei.jp/>