

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。

① 6月13日(火)②27日(火)、10時～11時半

市保健所(神明町)

各10組※令和5年2月生まれの子と初めて子育てしている保護者

☎ 電話: ①5月23日(火)②6月13日(火)、いずれも14時から

ID 1002133

新米ママの子育て講座

都南公民館 ☎637-6611
kouza-kyara@mfa.jp

親子での遊びや絵本選び、離乳食などについて学びます。

① 6月22日～7月20日、木曜、全5回、10時～11時半

同公民館(永井24)

10組※6月8日時点で第1子が生後8カ月～2歳未満の子と母親

¥ 300円

メール・往復はがき: 必要事項のほか、親の年齢と子の生年月日、子の性別を記入し、〒020-0834 永井24-10-1 都南公民館へ送付。

6月8日(木)必着※定員を超えた場合は抽選

ID 1030787

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 6月25日(日)、10時～12時と13時半～15時半

市保健所(神明町)

各18組※10月に出産予定の初妊婦と夫

☎ 電話: 6月16日(金)14時から

ID 1002116

親子向け 一緒に楽しもう

親子でふれあい遊び

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

ID 1002663

▶[ここにこるーム](#)

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 5月23日(火)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五)、30日(火)は上堂児童センター(上堂三)、6月9日(金)は都南公民館(永井24)、14日(火)は西部公民館(南青山町)、10時～11時半

1～3歳の子と保護者

▶[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 5月26日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、6月6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

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、ヨガで心と体をリフレッシュします。

① 6月2日(金)・9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)

8組※首の据わった3～10カ月の子と保護者

¥ 144円

☎ 電話: 5月23日(火)9時から

市立保育園(8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。

① 6月13日(火)10時～11時

就学前の子と保護者、妊婦

ID 1002663

子育てファミリー応援講座

上田公民館 ☎654-2333

親子で一緒にできる体操をしながら楽しく触れ合い、心と体をリフレッシュします。

① 7月4日(火)・25日(火)、全2回、10時半～12時

同公民館(上田四)

10組※満2歳の子と保護者

¥ 120円

往復はがき: 必要事項のほか、子どもの生年月日を記入し、☎020-0066 上田四丁目1-1 上田公民館へ送付。6月6日(火)必着

ID 1032320

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。

ベビママふいっとねず教室(ピラティス)

盛岡タカヤアリーナ ☎658-1212

産後の体力回復のため、ピラティスを通して親子で交流しながら疲れた体をリフレッシュします。

① 6月5日・12日・26日、月曜、全3回、10時～11時

盛岡タカヤアリーナ(本宮五)

15組※3歳以下の子と保護者

¥ 2700円

☎ 電話: 5月18日(火)11時から

ID 1042509

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 6月7日(火)・14日(火)②6月19日(月)・26日(月)、いずれも全2回、13時半～14時半

① 松園地区公民館(東松園二) ②高松地区保健センター(上田字毛無森)

各8組※首の据わった3～24カ月の子と保護者 ¥ 各2000円

同スポーツクラブのホームページ: ①5月31日(火)②6月12日(月)、いずれも16時まで※先着順

☎ 電話: 5月23日(火)9時から

ID 1002663

子ども向け わくわく体験

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。

※148種類を超えるボールゲームを通してさまざまな体の動きを体験する運動

① 6月5日～26日、月曜②6月7日～28日、水曜、いずれも全4回、15時～16時

① 高松地区保健センター(上田字毛無森) ②松園地区公民館(東松園二)

各8人※令和5年度に4～6歳になる子

各3200円

同スポーツクラブのホームページ: 5月29日(月)16時まで※先着順

☎ 電話: 5月23日(火)9時から

ID 1002663

募集

高校生体験保育

とりょう支援センター ☎651-8580

子どもたちと一緒に遊んだり、お世話を体験する高校生を募集します。

① 7月26日(火)・27日(火)②8月2日(火)・3日(水)③8月8日(月)・9日(火)、いずれも9時～12時半

市立保育園8園と私立保育園18園

各100人

往復はがき: 必要事項のほか、学校名と学年、参加希望日、希望保育園を記入し、☎020-0878着町2-8 盛岡市立とりょう保育園地域子育て支援センター「高校生体験保育」係へ送付。6月23日(金)必着

ID 1002663

第2期予防接種を受けましょう

母子健康手帳と予診票(接種券)を持参の上、指定医療機関で無料で接種が受けられます。予診票は、赤ちゃん手帳または学校を通じて配布済みです。☎ 指導予防課 ☎603-8307

麻しん風しん

① 来年3月31日(日)まで
② 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの子
ID 1029747

①日本脳炎②ジフテリア・破傷風

① 13歳の誕生日前日まで
② ①小学4年生②小学6年生 ID 1002158

本とのふれあい

市立図書館(上田四) ※上田公民館内

☎604-1515

■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 5月27日(土)10時～10時50分は4歳～小学1年生、11時～11時30分は小学2年生以上

■おはなしころろ
わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。

① 6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

② 高松地区保健センター(上田字毛無森)

■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 6月14日(火)15時～15時半
ID 1000842

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。

① 6月3日(土)11時～11時半

■すぎまの時間
～おとなのためのおはなし会～
おはなしボランティア「おはなしポット」による詩やエッセイ、文学作品などの朗読や、楽器の弾き語り、民話の語りなど。

① 6月3日(土)14時～14時40分

② おおむね中学生以上

■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 6月4日(日)・18日(日)、11時～11時半

(♥)は幼児～小学生が対象の催しです。

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 5月24日(火)・6月14日(火)、11時～11時半

② 幼児と保護者

ID 1000698

都南図書館(永井24)

☎637-3636

ID 1000831

■おとぎのへや(♥)
絵本の読み聞かせと紙芝居など。

① 毎週土曜、11時～11時半

② 6月7日(火)11時～11時25分

③ 0～2歳の子と保護者

西部公民館(南青山町)

☎643-2288

■ちびっこ広場映画会(♥)
「ミッキーの大演奏会」「ひこ星

とおり姫」「こぎつねの交通安全」「おしりたんてい」の4本を上映。

① 6月3日(土)10時半～11時40分

② 30人

☎ 電話: 5月18日(火)10時から

ID 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 6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、先着13組

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111

■おやとこひろば
読み聞かせや親子遊び、軽運動、保育士による育児相談など。

① 6月7日(火)10時～11時半

② 0歳～就園前の子と保護者

ID 1041831

子ども科学館へ行こう!

同館(本宮字蛇屋敷)では次のとおりイベントを開催します。
☎ 子ども科学館 ☎634-1171

■ナイトミュージアム「星を見る会」 星探検と、天体望遠鏡を使った天体観察をします。※悪天候時は中止 ① 6月3日(土)20時～21時 ② 30人 ☎ 電話・窓口: 5月18日(火)9時から	■ホリデーサイエンス「もえるヒミツ」 身近な物を使ってきれいな火の実験をします。 ① 6月の土・日曜、10時～10時15分と11時～11時15分 ② 各5組※1組4人まで。小学生以下は保護者同伴 ☎ 当日の9時から整理券を配布	■光るブラ板キーホルダー プラスチック板の熱変形を利用してキーホルダーを作ります。 ① 6月の土・日曜、14時半～16時 ② 各30人 ③ ¥ 150円 ☎ 随時受け付け	■太陽を見る会 太陽投影版と遮光プレートを使って太陽の黒点を観察します。悪天候時は、太陽の画像を見ながら解説します。 ① 6月24日(土)・25日(日)、13時～15時
--	---	--	--

子ども科学館マスコットキャラクターこがぼう

診療時間外に子どもの具合が悪くになったら…

■看護師に電話で相談できます(年中無休)
病気への対処や受診の相談について、経験豊富な看護師に相談できる窓口です。
☎ ☎605-9000または #8000
① 19時～23時・・・こども救急相談電話(県内の看護師が対応)
② 23時～翌日8時・・・こども夜間ケアダイヤル(県外の看護師が対応)

■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



日曜診療・往診・訪問診療

医療法人 **ちだ内科・外科クリニック** [院長] 千田 明紀

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	△
15:00～17:30	○	○	○	○	○	○	△

休診日: 金曜午後、土曜、祝日、第2・4・5日曜

TEL 019-604-3755 www.chida-clinic.com

土・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。

加賀野

消化器内科・内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30	●	●	●	●	●	●	●
16:00～20:00	●	●	●	●	●	●	●

年末年始、GWを含む 祝日も通常診療!

TEL 019-604-1123