

子育て情報ひろば

親子向け 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のアドバイス。
 ① 6月21日(休)10時～11時半
 ② 盛岡バスセンター内あそびの広場(中ノ橋通一) ③ 初妊婦
 ④ 電話:開催日の前日まで
 ⑤ 1002663

子育てママのリフレッシュ講座

西部公民館 ☎643-2288
ピラティスでリフレッシュします。
 ① 7月5日(休)10時～11時40分
 ② 同公民館(南青山町)
 ③ 16人※主に子育て中の母親
 ④ 8人
 ⑤ 電話:6月21日(休)10時から
 ⑥ 1017356

離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303
離乳食の不安を解消するための講話。
 ① 7月11日(休)②25日(休)、10時～11時半 ③ 市保健所(神明町)
 ④ 各10組※令和5年3月生まれの子どもと初めて子育てしている保護者
 ⑤ 電話:①6月27日(休)②7月11日(休)、いずれも14時から ⑥ 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 7月30日(日)、10時～12時と13時半～15時半 ② 市保健所(神明町)
 ③ 各18組※11月に出産予定の初妊婦と夫
 ④ 電話:7月21日(休)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。
 ① 8月24日(休)・31日(休)、全2回、10時～11時半
 ② 西部公民館(南青山町)
 ③ 20組※令和5年1月～3月生まれの子どもと保護者 ④ 100円
 ⑤ 電話:7月3日(休)10時から

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

▶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 ② 6月20日(休)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、7月11日(休)は盛岡タカヤアリーナ(本宮五)、10時～11時半
 ③ 0～3歳の子どもと保護者

▶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 ② 6月23日(休)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、7月4日(休)は高松地区保健センター、10時～11時半 ③ 0歳の子どもと保護者

市立保育園(8園)の一斉開放

とりょう支援センター ☎651-8580
園庭で遊びます。
 ① 6月27日(休)・7月11日(休)、10時～11時
 ② 就学前の子どもと保護者、妊婦

環境学習講座 ecoキッズ

環境企画課 ☎626-3754
 ① 7月2日(日)10時～12時
 ② 外山森林公園(藪川字大の平)
 ③ 20組※4～12歳の子どもと保護者
 ④ 1人700円
 ⑤ 窓口・電話・メール:必要事項のほか、子どもの学年を記入し送付。
 ⑥ 7月9日(日)21時半まで※定員を超えた場合は抽選
 ⑦ 7月8日(出)9時～11時
 ⑧ エコアス広場(上田字上堤頭)
 ⑨ 20組※3～12歳の子どもと保護者

ベビママふいっとねず教室

盛岡タカヤアリーナ ☎658-1212
ベビーマッサージやストレッチをします。
 ① 7月3日(月)・10日(月)・19日(休)、全3回、10時～11時半
 ② 同アリーナ(本宮五)
 ③ 20組※生後3カ月～2歳の子どもと保護者 ④ 3000円

☎ 電話:受け付け中
⑥ 1042709

ベビーマッサージ教室

盛岡体育館 ☎652-8855
オイルを使ったベビーマッサージや触れ合い遊び。
 ① 7月7日～21日、金曜、全3回、10時半～12時 ② 同体育館(上田三)
 ③ 10組※生後2カ月～1歳未満の子どもと保護者 ④ 5175円
 ⑤ 電話:6月20日(休)10時から
 ⑥ 1042992

親子で作ろう! こねこねんどでパンマグネット

中央公民館 ☎654-5366 ファクス653-3505
 ☎chuo.ph@city.morioka.iwate.jp
粘土でパンの形のマグネット作りと絵本の読み聞かせ。
 ① 7月17日(月)、10時～11時と13時～14時 ② 同公民館(愛宕町)
 ③ 各6組※3歳～おおむね小学校低学年の子どもと保護者 ④ 各500円
 ⑤ メール・ファクス・応募フォーム:必要事項のほか、メールアドレスと希望時間を記入し送付。6月30日(金)まで ⑥ 1037977

わたしもピカソ? カランコ織で絵をかこう

河南公民館 ☎622-2258
 ☎kouza.morikana2258@mfc.jp
 ① 同公民館(松尾町)
 ② 1031945
 ③ 工作体験
 参加者と通所者の作品を展示。
 ④ 7月29日(出)9時～8月12日(出)15時

親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
親子でクリニカルアート(臨床美術)を体験します。

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 6月28日(休)13時半～14時半
 ② 松園地区公民館(東松園二)
 ③ 8組※首の据わった生後3カ月～3歳の子どもと保護者 ④ 1500円
 ⑤ 同スポーツクラブのホームページ:6月25日(日)16時まで※先着順

ママとベビーマッサージのハッピータイム

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
ピラティスとベビーマッサージをします。
 ① 7月5日(休)・12日(休)②7月24日(月)・31日(月)、いずれも全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(上田字毛無森)
 ④ 各8組※首の据わった生後3カ月～2歳の子どもと保護者 ⑤ 各2000円
 ⑥ 同スポーツクラブのホームページ:①6月28日(休)②7月17日(月)、いずれも16時まで※先着順

子ども向け わくわく体験

子ども科学館に行こう!
子ども科学館 ☎634-1171

次のとおりイベントを開催します。
サイエンスショー
 「空気砲であそびまショー!」
 ① 7月の土・日曜と祝日、11時～11時20分※9日(日)を除く
 ② 展示室入場料が必要
光るプラ板キーホルダー
 ① 7月1日～17日、土・日曜と祝日、14時半～16時 ② 各30人
 ③ 各150円※別途展示室入場料が必要 ④ 随時受け付け
ナイトミュージアム「星を見る会」
 星座探しと天体観察。
 ① 7月1日(出)20時～21時
 ② 30人
 ③ 電話・窓口:6月18日(日)9時から
クマはかせになろう!!
 クマに関する展示やクイズラリーなど。
 ① 7月9日(日)10時～15時半
 ② 展示室入場料が必要
 ③ 随時受け付け

トランポリン&バトン教室

都南体育館 ☎637-2219
エアートランポリンとバトントワリ

ングを体験します。
 ① 7月8日(出)10時半～11時半
 ② 同体育館(津志田14)
 ③ 30人※3歳～小学生
 ④ 1200円
 ⑤ 窓口・電話:6月15日(休)9時から
 ⑥ 1042707

日帰り林間学校

西部公民館 ☎643-2288
樹木探索や水晶探しをします。
 ① 7月15日(出)8時40分～16時
 ② 区界高原少年自然の家(宮古市)※集合は同公民館
 ③ 13人※小学3～6年生
 ④ 30円
 ⑤ 電話:6月27日(休)10時から
 ⑥ 1043031

夏休み!子ども大作戦

浪民公民館 ☎683-2354
 ☎kouza-himekami@mfc.jp
昆虫を観察し、自然を体感します。
 ① 7月27日(休)9時～12時半
 ② 外山森林公園(藪川字大の平)

※集合は同公民館
 ③ 15人※小学生 ④ 30円
 ⑤ メール・往復はがき:必要事項を記入し、☎028-4132浪民字鶴塚55浪民公民館へ送付。7月5日(休)必着※定員を超えた場合は抽選
 ⑥ 1035474

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
148種類以上のボールゲームを通してさまざまな体の動きを体験する、ドイツ発祥のボール運動をします。
 ① 7月3日・10日・31日、月曜、全3回②7月5日～26日、水曜、全4回、いずれも15時～16時
 ③ 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)
 ④ 各8人※令和5年度に4～6歳になる子
 ⑤ ①2700円②3200円
 ⑥ 同スポーツクラブのホームページ:6月29日(休)16時まで※先着順

新型コロナワクチン情報

令和5年春開始接種(小児追加接種)について

5歳から11歳の基礎疾患がある人で、令和5年3月8日～5月7日にオミクロン株対応二価ワクチンを接種し、前回接種から3カ月が経過した人は、オミクロン株対応二価ワクチンをさらに1回追加で接種できます。対象の基礎疾患など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 市新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-220-489 ※土・日曜を除く9時～18時 ⑥ 1039086

【接種券】接種券の発行申請が必要です。市ホームページまたはコールセンターから申請してください。

【接種方法】医療機関での個別接種を実施します。予約方法や医療機関などは市ホームページをご覧ください。

診療時間外に子どもの具合が悪くなったら...

■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:子ども救急相談電話(県内の看護師が対応)
 ② 23時～翌日8時:子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。(7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

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
■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 6月24日(出)10時半～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
■夏のちいさなおはなし会
 ①幼児向けの歌と読み聞かせ②小学生向けの読み聞かせ③大人の読書会
 ④ 7月1日(出)、①10時～10時25分②10時半～10時55分③11時～11時45分
■おはなしどころ
 わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。
 ④ 7月14日(出)10時20分～11時は1歳3カ月以上の子どもと保護者、11時10分～11時半は1歳2カ月以下の子どもと保護者
 ⑤ 高松地区保健センター(上田字毛無森)

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 7月2日(日)・16日(日)、11時～11時半
■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 7月8日(出)、10時半～12時と13時～14時15分

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 6月28日(休)・7月12日(休)、11時～11時半
 ② 幼児と保護者

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 7月6日(休)10時～11時半
 ② 0歳～就園前の子と保護者

都南図書館(永井24) ☎637-3636

■おとぎのへや(♥)

■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～

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

信頼と安心

メガネの水晶堂

岩手銀行中ノ橋支店 駐車場 盛岡バスセンター
 中ノ橋 中ノ橋通 南大通
 水晶堂ビル2階 方角 徒歩5分

補聴器相談会開催 6月15日(木)～30日(金)

リチウムイオン充電式の最新補聴器
 ワイデックスの「モーメント」が1週間無料試聴できます。
 補聴器のご相談ご予約も承ります!

当店は「認定補聴器専門店」です。「聞こえ」でお悩みのみなさま、ぜひご来場ください。
 ※認定補聴器専門店とは公益財団法人テクノエイド協会が認定した店舗です。
 TEL.019-653-3435
 http://suishodo-megane.co.jp 盛岡市中ノ橋通一丁目4-20

広告

小林眼科

白内障・日帰り手術応需 保険医療機関 労災保険指定診療所
 院長:小林 秀樹

診療時間(受付時間)	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30 (9:00～12:00)	○	○	○	○	○	○
14:00～18:00 (14:00～17:30)	○	○	○	×	○	×

盛岡迎賓館 ワークマン盛岡中野店 コパコン 茶畑交差点 盛岡典礼会館

当院 日・祝日休診

020-0816 盛岡市中野1-9-12
Tel.019-624-2611