

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。

- 🕒 8月23日(木)10時～11時半
- 📍 盛岡バスセンター内あそびの広場(中ノ橋通一) 🧑 初妊婦
- 📞 電話：開催日の前日まで
- 📍 1002663

子育てママのリフレッシュ講座

西部公民館 ☎643-2288

和のインテリアとして人気のこけ

- 🕒 9月7日(木)10時～11時40分
- 📍 同公民館(南青山町)
- 🧑 12人※子育て中の母親
- 👤 8人 📄 600円
- 📞 電話：8月18日(金)10時から
- 📍 1043288

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。

- 🕒 ①9月12日(火)②10月10日(火)、10時～11時45分
- 📍 市保健所(神明町)
- 🧑 各20組※①令和5年5月生まれ②令和5年6月生まれの子と初めて子育てしている保護者
- 📞 電話：①受け付け中②9月12日14時から 📍 1002133

市家庭教育研修会「はく講座」

生涯学習課 ☎639-9046

日本アンガーマネジメント協会の関村和絵さんから、感情のコントロールの仕方を学びます。

- 🕒 9月14日(木)10時～12時
- 📍 都南公民館(永井24)
- 🧑 30人※子育てしている人、子育てに関わっている人
- 📞 電話：8月24日(木)10時から

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。

- 🕒 9月24日(日)、10時～12時と13時半～15時半
- 📍 市保健所(神明町)
- 🧑 各18組※来年1月に出産予定

親子向け 子育てを応援

子どもの発育講座

とりょう支援センター ☎651-8580

食生活コンサルタントの下田由美子

- 📖 さんによる「子どもの心とからだを作る大切なこと」と題した講演
- 🕒 10月17日(火)10時～11時半
- 📍 西部公民館(南青山町)
- 🧑 40人※妊婦、1歳～就学前の子の保護者
- 👤 25人※1歳から 📄 50円
- 📞 電話：9月4日(月)10時から
- 📍 1002663

親子向け 一緒に楽しもう

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。

- 🕒 8月22日(火)・9月12日(火)、10時～11時
- 🧑 就学前の子と保護者、妊婦
- 📍 1002663

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ふれあい遊びや体操などを楽しみます。

- 🕒 8月29日(火)は上堂児童センター(上堂三)、9月1日(金)は都南公民館(永井24)、9月14日(木)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、10時～11時半
- 🧑 0～3歳の子と保護者
- ▶びびよルーム
- 親子で遊ぶほか、離乳食や遊び方など子育ての悩みを相談できます。
- 🕒 9月5日(火)10時～11時半
- 📍 高松地区保健センター
- 🧑 0歳の子と保護者

親子リズム講座

とりょう支援センター ☎651-8580

親子でリズム運動を楽しみます。

- 🕒 9月6日(火)10時～11時半
- 📍 都南公民館(永井24)
- 🧑 20組※1歳半～2歳半の子と保護者
- 📞 電話：8月21日(月)10時から

親子向け 子育てを応援

ベビママふいっとねす教室

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

- 📖 など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。
- 🕒 ①9月7日(木)・14日(木)・25日(月)、全3回、10時～11時半②10月2日(月)・10日(火)・16日(月)、全3回、10時～11時
- 📍 同アリーナ(本宮五)
- 🧑 ①20組②15組※いずれも3歳以下の子と保護者
- 📄 ①3000円②2700円
- 📞 電話：①8月18日(金)②25日(金)、いずれも10時から
- 📍 1043576・1043577

つくってあ・そ・ほ!

都南公民館 ☎637-6611

家で遊ぶおもちゃを親子で作ります。

- 🕒 9月13日(火)10時～11時半
- 📍 同公民館(永井24)
- 🧑 10組※1～2歳の子と保護者
- 📞 電話・窓口：8月23日(火)10時から
- 📍 1042292

パパとおしゃれレッスン

浪民公民館 ☎683-2354

盛岡ヘアメイク専門学校

- 📖 の教員から、子どもの髪とヘアスタイリングについて学びます。
- 🕒 10月1日(日)、10時半～12時と13時～14時半
- 📍 同公民館(浪民字鶴塚)
- 🧑 各3組※3歳～小学4年生の子と男性の保護者 📄 60円
- 📞 往復はがき・メール：必要事項親子で遊ぶほか、離乳食や遊び方など子育ての悩みを相談できます。
- 🕒 9月5日(火)10時～11時半
- 📍 高松地区保健センター
- 🧑 0歳の子と保護者

市立保育園の半日体験

とりょう支援センター ☎651-8580

保育園で同じ年齢の子とも遊んだり給食を食べたりします。

- 🕒 10月24日(火)10時～12時
- 📍 市立保育園8園
- 🧑 各5組※1歳6カ月～2歳6カ月の子と保護者 📄 300円

親子向け 子育てを応援

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。
- 🕒 ①9月4日・11日・25日、月曜、全3回②9月6日～27日、水曜、全4回、いずれも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 📄 ①2700円②3200円
- 📞 同スポーツクラブのホームページ：8月28日(月)16時まで

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。

- 🕒 ①9月6日(火)・13日(火)②9月11日(月)・25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※首の据わった生後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：①8月30日(火)②9月4日(月)、いずれも16時まで

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

- ①見晴山②兜明神岳③岩神山に登ります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- 🕒 9月23日(出)、①9時半～12時半②9時半～14時③9時半～15時半
- 🧑 各6組※小・中学生と保護者
- 📞 応募フォーム・メール・ファクス：はがき：9月8日(金)まで 📍 1034835

親子イベント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

親子でクニカルアート(臨床美術)を体験します。

- 🕒 9月27日(火)13時半～14時半
- 📍 松園地区公民館(東松園二)

親子向け 子育てを応援

子ども向け わくわく体験

もりおか史跡・遺跡めぐり

遺跡の学び館 ☎635-6600

石垣修復現場の見学などをします。

- 🕒 9月2日(出)10時～12時
- 📍 盛岡城跡公園(内丸)
- 🧑 20人※小・中学生。小学生は保護者同伴
- 📄 28円
- 📞 電話：8月18日(金)10時から
- 📍 1009440

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館の皆さんによる語りと絵本の読み聞かせ。
- 🕒 8月26日(出)、10時半～10時50分は4歳～小学1年生、11時～11時半は小学2年生以上
- 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。
- 🕒 9月8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

都南図書館(永井24)

☎637-3636

■おとぎのへや(♡)

- 絵本の読み聞かせと紙芝居など。
- 🕒 毎週土曜、11時～11時半
- おはなしのじかん
- 絵本の読み聞かせと手遊びなど。
- 🕒 9月13日(火)11時～11時25分
- 🧑 0～2歳の子と保護者

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「おはなしポット」による絵本の読み聞かせ。
- 🕒 9月9日(出)11時～11時半
- すみっこおはなし会

子ども科学館へ行こう!

■ワークショップ「偏光板キーホルダー」

ステンドグラスのような模様のキーホルダーを作ります。

- 🕒 8月26日(出)、27日(日)、9月の土・日曜と祝日、14時半～16時
- 🧑 各30人
- 📄 各300円
- 📞 随時受け付け

■サイエンスショー「空気砲であそびまショー!」

空気砲を使ったショー。

- 🕒 9月の土・日曜と祝日、11時～11時20分
- 📄 展示室入場料が必要

■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

- 🕒 9月2日(出)19時～20時
- 🧑 30人※中学生以下は保護者同伴
- 📞 電話・窓口：8月18日(金)9時から

■お月見会

中秋の名月を望遠鏡で見ます。※悪天候時は中止

- 🕒 9月29日(金)19時～20時
- 🧑 30人※中学生以下は保護者同伴
- 📞 電話・窓口：9月15日(金)9時から

■小学校児童理科作品展示研究発表会

①夏休みに行った研究の発表会②理科工作と自由研究の公開

- 🕒 ①9月16日(出)9時半～11時②9月16日～18日(月)、9時～16時半
- 🧑 ①160人

子ども科学館マスコットキャラクターこぼろ

みんな遊びに来てね!

- 🕒 10時50分～11時10分は0～1歳3カ月と保護者、先着13組

上田公民館(上田四)

☎654-2333

■おはなしのじかん

- 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。
- 🕒 9月17日(日)11時～11時半

都南公民館(永井24)

☎637-6611

■子どもシネマランド(♡)

- 「ももたろう」「王様ライオンとカエル」「すもうおばけ」の3本。
- 🕒 9月10日(日)10時半～11時半
- 🧑 幼児と保護者

西部公民館(南青山町)

☎643-2288

■ふたばわらべうた・おはなし会

- わらべうたや読み聞かせなど。
- 🕒 8月23日(火)・9月13日(火)、11時～11時半
- 🧑 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

- 読み聞かせや軽運動、育児相談など。
- 🕒 8月24日(木)・9月5日(火)、10時～11時半
- 🧑 0歳～就園前の子と保護者

🏥 診療時間外に子どもの具合が悪くなら...

■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
🕒 19時～23時：こども救急相談電話(県内の看護師が対応) 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。(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



🕒 17時～翌朝9時※土曜は13時～

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

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

相続税・贈与税についての悩み・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、盛岡で45年以上相続・贈与を取り扱ってきた税理士が、弁護士・司法書士・行政書士等各種専門家と連携してサポートします。

☎ 019-656-4600

TEL 019-656-4600

IMG INAMURA MEDICAL GROUP 人生がもっと楽しくなる。新しい生活拠点。

住宅型・介護付有料老人ホーム

アンビシャスシティ志家

権利形態：利用権方式
入居時要件：入居時自立・要支援・要介護 / 年齢：65歳以上

詳しくはこちら → アンビシャスシティ志家 検索

お問合わせ TEL.019-604-6101 運営 株式会社アンビシャス

〒020-0871岩手県盛岡市中ノ橋通二丁目7-38 IBC若手放送隣、1Fスーパーマルイチ