

# 子育て情報ひろば

## 親子向け 子育てを応援

### パパママ教室

母子健康課 ☎603-8303  
出産の準備や赤ちゃんとの生活についての講話と沐浴見学。  
① 12月24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※来年4月に出産予定の初妊婦と夫  
④ 電話:12月15日(金)14時から  
⑤ 1002116

### 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 来年1月9日(火)10時～11時45分  
② 市保健所(神明町)  
③ 20組※令和5年9月生まれの子と初めて子育てしている保護者  
④ 電話:12月12日(火)14時から  
⑤ 1002133

### こんにちはママさん講座「とことこコース」

とりよう保育園地域子育て支援センター(以下、とりよう支援センター)☎651-8580  
育児についてのアドバイスや臨床心理士・保健師の講話、母親同士の交流など。  
① 来年1月18日～2月1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4年1月～12月生まれの子と保護者 ¥200円  
④ 電話:12月4日(月)10時から  
⑤ 1002663

## 親子向け 一緒に楽しもう

### 親子でふれあい遊び

とりよう支援センター ☎651-8580  
① 高松地区保健センター(上田字毛無森) ② 1002663  
▶**ここにこルーム**  
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。  
① 11月21日(火)10時～11時半  
② 0～3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1日(金)10時～11時半  
② 2歳以下の子と保護者  
▶**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。  
① 12月5日(火)・15日(金)、10時～11時半 ② 0歳の子と保護者

### 市立保育園(8園)の一斉開放

とりよう支援センター ☎651-8580  
園児と遊んだり、保育園の遊具や園庭で遊びます。  
① 11月28日(火)・12月12日(火)、10時～11時  
② 就学前の子と保護者、妊婦  
③ 1002663

### 親子向けワークショップ「消しゴムはんこをつくろう～年賀状編～」

盛岡てがみ館 ☎604-3302  
来年の干支「辰」の消しゴムはんこを作ります。  
① 12月2日(土)13時半～15時半  
② プラザおでって(中ノ橋通一)  
③ 6組※小学生と保護者。1組3人まで ¥1000円  
④ 電話:11月18日(土)10時から  
⑤ 1026079

### 今年は手作りクリスマスケーキ!

上田公民館 ☎654-2333  
親子でクリスマスケーキの「ブッシュ・ド・ノエル」を作ります。  
① 12月17日(日)10時～12時半  
② 同公民館(上田四)  
③ 10組※小学生と保護者。小学生はきょうだいで参加できます ¥2000円  
④ 往復はがき:必要事項と学校名・学年を記入し、☎020-0066上田四丁目1-1上田公民館へ送付。11月30日(木)必着 ⑤ 1041442



### 親子で手作り!クリスマスケーキ教室

都南公民館 ☎637-6611  
☐ kouza-kyara@mfc.jp  
親子でホールケーキをスポンジから手作りします。  
① 12月17日(日)、② 9時半～12時

半②13時半～16時半  
① 同公民館(永井24)  
② 各12組※小・中学生と保護者  
③ 各1540円※3人目から1人追加ごとに19円加算  
④ 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(木)必着※定員を超えた場合は抽選  
⑤ 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ウムを作ります。  
① 12月23日(土)9時半～12時  
② 西部公民館(南青山町6)  
③ 10組※小学1～3年生の子と保護者  
④ 260円※子ども1人追加で230円加算  
⑤ 電話:12月6日(火)10時から  
⑥ 1041016

### 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。

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。

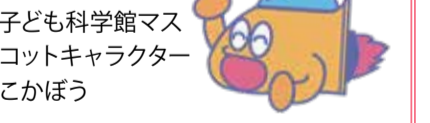
① 12月6日(火)・13日(水)②12月18日(月)・25日(月)、13時半～14時半  
③ ①松園地区公民館(東松園二)②高松地区保健センター(上田字毛無森)  
④ 各8組※首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者  
⑤ 各2000円  
⑥ 同スポーツクラブのホームページ:①11月29日(火)②12月11日(月)、いずれも16時まで

### 親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280  
親子でクリニックアート(臨床美術)を体験し、ラメ入り絵の具でキラキラ輝く色彩を楽しみます。  
① 12月20日(水)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歳の子と保護者  
④ 1500円※子ども1人追加で750円加算  
⑤ 同スポーツクラブのホームページ:12月13日(火)16時まで  
⑥ 1046125

## 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。  
① 子ども科学館☎634-1171  
■**ワークショップ「クリスマスカード」**  
ミラーシートを使ってクリスマスカードを作ります。  
① 12月2日～24日、土・日曜、14時半～16時 ② 各30人  
③ 各200円※別途展示室入場料が必要 ④ 随時受け付け  
■**サイエンスショー「キッチンで科学マジック！」**  
キッチンにあるものを使った科学マジックショー。  
① 12月2日(土)・9日(日)・10日(日)・16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日)、11時～11時20分  
② 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  
① 12月2日(土)17時半～18時半  
② 30人※中学生以下は保護者同伴  
③ 電話・窓口:11月18日(土)9時から  
■**サイエンスな日曜日**  
岩手大の高木浩一教授による①サイエンスショーと②体験コーナー。  
① 12月3日(日)、②11時～11時20分と13時～13時20分③11時20分～11時40分と13時20分～13時40分  
④ 展示室入場料が必要  
■**たのしい科学技術作品展 中学校の部**  
市内の中学生が作製した技術・家庭科作品を公開します。  
① 12月23日(土)～来年1月14日(日)



## 子ども向け わくわく体験

### 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GIRLSによるサイエンスショー(液体窒素の実験など)や都市鉱山※金箔入りキラキラスノードーム作り、空気砲の実験をします。  
※パソコンや携帯電話などの小型家電を、有用な金属を取り出せる鉱山に見立てた呼び方  
① 12月17日(日)10時～11時半  
② 同公民館(西見前13)  
③ 12人※小学生。親子でも参加できます  
④ 電話・窓口:11月25日(土)10時から ⑤ 1046232

### 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 12月4日～25日、月曜、全4回、②12月6日～27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 ¥各3200円  
⑤ 同スポーツクラブのホームページ:①11月27日(月)②11月29日(水)、いずれも16時まで ⑥ 1046126

## 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 ☎661-4343

② 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 11月25日(土)、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  
■**おはなしころろ**  
わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。  
① 12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  
② 高松地区保健センター

### 都南図書館(永井24) ☎637-3636

② 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  
■**おはなしのじかん**  
絵本の読み聞かせと手遊びなど。  
① 12月13日(火)11時～11時25分  
② 0～2歳の子と保護者

### 浜民図書館(浜民字鶴塚) ☎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。

る読み聞かせ。  
① 12月13日(火)15時～15時半  
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3日(日)・17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9日(土)11時～11時半  
② 1030404  
■**子どもクリスマス会♡**  
①アニメ映画「おじいさんとてぶくろのおうち」「クリスマスキャロル」「貧乏神と福の神」の上映と、②おはなしボランティアによるクリスマスにちなんだ絵本の読み聞かせなど。  
① 12月23日(土)、②10時～10時50分③11時～12時  
④ 1046230

### 上田公民館(上田四) ☎654-2333

■**なかよしおはなし会**  
①絵本「しろくまちゃんのほっとけーき」②紙芝居「みつごのこぶたのクリスマス」の読み聞かせや手遊び、簡単な工作など。

### 西部公民館(南青山町) ☎643-2288

■**ちびっ子広場映画会♡**  
「王さまライオンとカエル」「クリスマスのおくりもの」など4本を上映。  
① 12月2日(土)10時半～11時40分  
② 30人  
③ 電話:11月21日(火)10時から  
④ 1025180  
■**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。  
① 12月20日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月～3歳と保護者、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月と保護者、先着13組  
② 1030304

### 松園地区公民館(東松園二) ☎661-8111

■**おやとこひろば**  
絵本の読み聞かせや軽運動、育児相談など。  
① 12月7日(日)10時～11時半  
② 0歳～就学前の子と保護者  
③ 1041831



## 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  
① 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「夜間急患診療所」を受診してください。(5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



生活援助従事者研修 令和5年8月開校!  
**まごのて介護の学校**  
受講生募集  
皆さんの知識と技術を地域で活かしませんか?  
申込方法▶電話またはHPにて受講料▶21,450円(税込)  
場所▶mago's cafe  
定員▶10名 受付▶随時  
次回開催 11月コース  
まごのてに就職希望の方は受講料50%OFF!  
〒020-0106 盛岡市東松園一丁目12-13  
TEL.019-613-4605  
E-mail magonote@gaea.ocn.ne.jp  
有限会社 まごのて  
利用者様 随時受付中!

あなたの「クリエイティブ」に手が届く。  
進化する印刷機と深化するデザインが、お客様の「つくりたい!」という思いを実現します。  
見学随時受付中!  
お気軽にお問い合わせください  
Design & Timely Print  
株式会社 五六堂印刷  
〒020-0021 岩手県盛岡市中央通三丁目16-15  
TEL.019-654-5610 FAX.019-651-2167  
E-mail 56@gorekudo.info  
ほしいときに、ほしいものを、ほしいぶんだけ  
早さ 品質 小ロット  
HPも見てね