

子育て情報ひろば

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。

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。

📅 12月20日(火)・1月17日(火)、10時～11時半

📍 盛岡バスセンターあそびの広場(中ノ橋通一)

👤 初妊婦

☎ 電話：開催日の前日まで

📞 1002663

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月28日(日)、10時～12時と13時半～15時半

📍 市保健所(神明町)

👤 各18組※5月に出産予定の初妊婦と夫

☎ 電話：1月19日(金)14時から

📞 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。

📅 2月13日(火)10時～11時45分

📍 市保健所(神明町)

👤 20組※令和5年10月生まれの子と初めて子育てしている保護者

☎ 電話：1月9日(火)14時から

📞 1002133

親子向け 一緒に楽しもう

親子でふれあい遊び

とりょう支援センター ☎651-8580

📞 1002663

▶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。

📅 12月21日(火)は西部公民館(南青山町)、1月12日(金)は河南公民館(松尾町)、10時～11時半

👤 0～3歳の子と保護者

▶びびりルーム

親子で遊ぶほか、離乳食や遊びなど子育ての悩みを相談できます。

📅 1月5日(金)10時～11時半

📍 高松地区保健センター(上田字毛無森)

👤 0歳の子と保護者

市立保育園(8園)の一斉開放

とりょう支援センター ☎651-8580

園児と遊んだり、保育園の遊具や園庭で遊びます。

📅 12月26日(火)・1月9日(火)、10時～11時

👤 就学前の子と保護者、妊婦

📞 1002663

つくってあ・そ・ぼ!

都南公民館 ☎637-6611

家で遊べるおもちゃを親子で作ります。

📅 1月17日(火)10時～11時半

📍 同公民館(永井24)

👤 10組※0歳の子と保護者

☎ 電話・窓口：12月20日(火)10時から

📞 1042292

冬の親子キャンプ

区界高原少年自然の家 ☎0193-77-2048

雪像作りやアイスクリーム作り、そり遊びなどをします。申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

📅 1月27日(土)9時半～28日(日)12時10分

📍 同少年自然の家(宮古市)

👤 12組※小・中学生と保護者

👤 1人3500円

📞 1031485

親子で音遊び

西部公民館 ☎643-2288

ピアノや歌の専門家から指導を受けながら、体で音を表現したり、リズム遊びをします。

📅 1月27日(土)10時～11時半

📍 同公民館(南青山町)

👤 10組※3歳～就学前の子と保護者

☎ 電話：1月10日(火)10時から

📞 1046313

キッズ・アート・ワークショップ「[にじみ]でつくる自然の色・わたしの色」

市民文化ホール ☎621-5151

画家の村上紘一さんを講師に、水彩絵の具の「にじみ」を生かした自

然の色合いを作ります。

📅 1月28日(日)、10時～12時と14時～16時

📍 同ホール第2会議室(盛岡駅西通二)

👤 各6組12人※小学生と保護者

👤 各500円

☎ 電話：12月24日(日)10時から

📞 1032959

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。

📅 ①1月10日(火)・17日(火)②1月22日(月)・29日(月)、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カ月～2歳の子と保護者

👤 各2000円

📍 同スポーツクラブのホームページ：①1月3日(火)②1月15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

親子でフリニカルアート(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月24日(火)13時半～14時半

📍 松園地区公民館(東松園二)

👤 8組※首の据わった生後3カ月～3歳の子と保護者

👤 1500円※子ども1人追加で750円加算

📍 同スポーツクラブのホームページ：1月17日(火)16時まで

子ども向け わくわく体験

チャレンジキッズ

市立武道館 ☎654-6801

体操競技の基礎を習得します。

📅 1月9日～3月5日、火曜、全7回、15時～16時※1月16日と2月20日は除く

📍 同武道館(住吉町)

👤 若干名※本年度5・6歳になる子

👤 6190円

☎ 電話：12月18日(月)10時から

📞 1046378

短期幼児水泳教室

総合プール ☎634-0450

📅 1月10日(火)～12日(金)、全3回、15時半～16時半

📍 同プール(本宮五)

👤 30人※本年度4～6歳になる子

👤 2640円

☎ 電話：12月19日(火)10時半から

📞 1039046

モダンダンス・エンジェルキッズ体験教室

都南公民館 ☎637-6611

☎ kouza-kyara@mfca.jp

子ども向けのダンスを体験します。

📅 1月13日(土)・20日(土)、14時～15時15分※両日参加できる人優先

📍 同公民館(永井24)

👤 7人※4歳以上の就学前の子

☎ メール：必要事項と参加希望日を記入し送付。12月19日(火)10時から

📞 1046405

伝統文化体験教室

中央公民館 ☎654-5366

☎ ファクス653-3505

☎ chuo.ph@city.morioka.iwate.jp

①将棋②郷土料理の体験を通して、伝統文化に触れる教室です。

📅 1月14日(日)9時半～12時半

📍 同公民館(愛宕町)

👤 ①30人②20人※小・中学生

☎ 窓口・メール・ファクス・応募フォーム：必要事項と希望する内容を記入し送付。1月9日(火)必着

📞 1041440

スマイルキッズ☆ダンス教室

盛岡体育館 ☎652-8855

☎ moritai-sportsclub@morioka-sport.or.jp

ダンスやストレッチ、ステップなどを楽しみます。

📅 ①1月26日～3月15日、金曜、全6回、10時15分～11時15分②1月31日～3月13日、水曜、全6回、15時15分～16時15分

📍 同体育館(上田三)

👤 各12組※①12月末で2～4歳の子②本年度3～6歳になる子

👤 各4200円

☎ メール：必要事項と生年月日、きょうだい同伴の有無を記入し送付。1月6日(土)必着

📞 1046356

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

14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。

📅 ①1月15日～29日、月曜、全3回②1月10日～31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※本年度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：①1月8日(月)②1月3日(火)、いずれも16時まで

ジュニアスキー教室

市スキー協会の紺野さん ☎090-9036-9427

☎ iss.morioka@gmail.com

スキーの指導員が、丁寧にスキーの基礎を指導します。

📅 1月20日(土)・21日(日)、全2回、10時～15時

📍 網張温泉スキー場(栗石町)

👤 15人※小学生

👤 6000円

☎ メール：必要事項と生年月日、保護者氏名、技術レベルを記入し送付。1月6日(土)必着

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(高松一)

☎661-4343

📞 1040089

■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。

📅 12月23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

📍 上田公民館(上田四)

■おはなしころころ

わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。

📅 1月12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

📍 高松地区保健センター

都南図書館(永井24)

☎637-3636

📞 1000831

■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。

📅 1月10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

■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月7日(日)・21日(日)、11時～11時半

📞 1040414

■わくわく♪おはなし会

おはなしボランティア「おはなしポケット」による絵本の読み聞かせ。

📅 1月13日(土)11時～11時半

📞 1030404

上田公民館(上田四)

☎654-2333

■なかよしおはなし会

紙芝居「おひさま、あけましておめでとう!」の読み聞かせや手遊び、簡単な工作など。

📅 1月10日(火)11時～11時半

👤 幼児と保護者

📞 1000698

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。

📅 1月17日(火)、10時～10時40分

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

📞 1030304

都南公民館(永井)

☎637-6611

■子どもシネマランド(♥)

「ポウさんの雪だるま」「小さなバイキングビッケ ビッケと大あざらし」「おじいさんと不思議なおくりもの」の3本を上映します。

📅 1月14日(日)10時半～11時半

📍 同公民館(永井24)

📞 1037867

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111

■冬休みお楽しみ映画会

「クリスマスのおくりもの」「ぼくのはなさいたけど」「ねずみくんのチョコッキ」の3本を上映します。

📅 12月22日(金)14時～15時

👤 50人

📞 1046128



🏠 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。(3ページ参照)

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。 ※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

📅 17時～翌朝9時※土曜は1