

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。
 ④ 4月17日(木)10時～11時半
 ⑤ 盛岡バスセンターあそびの広場
 (中ノ橋通一) ⑥ 初妊婦
 ⑦ 電話：開催日の前日まで
 ⑧ 1002663

ババママ教室

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。
 ④ 4月28日(日)、10時～12時と13時半～15時半
 ⑤ 市保健所(神明町)
 ⑥ 各18組※8月に出産予定の初妊婦と夫
 ⑦ 電話：4月5日(金)14時から
 ⑧ 1002116

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。
 ④ 5月14日(木)10時～11時45分

④ 市保健所(神明町)
 ⑤ 20組※1月生まれの子と初めて子育てしている保護者
 ⑥ 応募フォーム：4月16日(木)14時から
 ⑧ 1002133

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
 育児や離乳食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。
 ④ 5月16日(木)・23日(木)、全2回、10時～11時半
 ⑤ 都南公民館(永井24)
 ⑥ 20組※令和5年10月～12月に生まれた子と保護者 ⑦ 100円
 ⑧ 電話：4月8日(月)10時から
 ⑨ 1002663

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
 ⑧ 1002663
 ▶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。

④ 4月5日(金)10時～11時半
 ⑤ 高松地区保健センター(上田字毛無森) ⑥ 2歳以下の子と保護者
 ▶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。
 ④ 3月22日(金)・4月11日(木)、10時～11時半 ⑤ 都南公民館(永井24)
 ⑥ 0～3歳の子と保護者

ママとベビーのハッピータイム

まつそのスポーツクラブ ☎663-9280
 ピラティスとベビーダンスをします。
 ④ ①4月3日(木)・10日(木)②4月15日(月)・22日(月)、13時半～14時半
 ⑤ 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)
 ⑥ 各8組※首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者 ⑦ 各2000円
 ⑧ 同スポーツクラブのホームページ：①3月27日(木)②4月8日(月)、いずれも16時まで

おやとこひろば

松園地区公民館 ☎661-8111
 読み聞かせや親子の触れ合い遊びなどのほか、育児相談ができます。
 ④ 4月11日(木)10時～11時半
 ⑤ 松園地区公民館(東松園二)
 ⑥ 就学前の子と保護者
 ⑧ 1047115

ベビママふいっとねす教室(ピラティス)

盛岡タカヤアリーナ ☎658-1212
 親子がピラティスで交流しながらリフレッシュします。

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。

④ 4月15日(月)・22日(月)・30日(火)、全3回、10時～11時
 ⑤ 盛岡タカヤアリーナ(本宮五)
 ⑥ 15組※3歳以下の子と保護者
 ⑦ 2700円
 ⑧ 電話：3月20日(木)10時から
 ⑨ 1047109

ママとベビーのハッピータイム

まつそのスポーツクラブ ☎663-9280
 ピラティスとベビーダンスをします。
 ④ ①4月3日(木)・10日(木)②4月15日(月)・22日(月)、13時半～14時半
 ⑤ 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)
 ⑥ 各8組※首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者 ⑦ 各2000円
 ⑧ 同スポーツクラブのホームページ：①3月27日(木)②4月8日(月)、いずれも16時まで

子ども向け わくわく体験

南公園サッカークラブ
 いわぎんスタジアム ☎632-3344
 基本的な技術を習得し、楽しくサッカーを学びます。日程や場所、

費用など詳しくは、お問い合わせください。
 ④ ⑤ 4月3日(木)～来年3月27日(木)、幼児は15時半～16時半、小学1・2年生は16時45分～17時45分、小学3～6年生は16時45分～18時15分
 ⑥ 電話・窓口：3月21日(木)11時から
 ⑧ 1047112

キャラホール少年少女合唱教室

都南公民館 ☎637-6611
 syouunen-syoujyo@mfc.jp
 歌うことが大好きな子が集まって合唱を練習し、ステージ発表をします。
 ④ 4月13日(出)～12月21日(出)、全30回、低学年クラス(小学3・4年生)は14時～14時50分、高学年クラス(小学5年～中学3年生)は15時～16時半
 ⑤ 都南公民館(永井24)
 ⑥ 各40人

子育てと家事支援の有償ボランティア説明会

☎ 市ファミリーサポートセンター ☎625-5810
 子どもの一時預かりなどをするボランティア活動の説明会を開催します。
 ④ 4月10日(木)・15日(月)・5月10日(金)、10時～12時・13時半～15時半※いずれか一回のみ参加
 ⑤ 市総合福祉センター(若園町)
 ⑥ 電話：3月21日(木)9時から



⑦ 各クラス2500円※別途親の会活動費1000円程度が必要
 ⑧ 電話・窓口・メール：3月16日(出)10時から
 ⑨ 1034193

ボール遊び教室

まつそのスポーツクラブ ☎663-9280
 ボールゲームを通してさまざまな体の動きを体験します。
 ④ ①4月8日～22日、月曜、全3回②4月3日～24日、水曜、全4回、15時～16時
 ⑤ 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)
 ⑥ 各8人※令和6年度に4～6歳になる子
 ⑦ ①2700円②3200円
 ⑧ 同スポーツクラブのホームページ：①3月25日(月)②3月27日(木)、いずれも16時まで



子どもの予防接種は忘れずに!

☎ 指導予防課 ☎603-8307 ⑧ 1002154
 予防接種は子どもが健康に過ごすために大切です。効果や目的、副反応などをよく理解し、医師と相談して接種しましょう。

予防接種の受け方

市が赤ちゃん手帳などで配布する予診票(予防接種券)に必要な事項を記入して母子健康手帳と共に持参し、市内の予防接種実施医療機関を受診してください。事前に予約が必要な場合があります。予診票がない人は、次のいずれかに母子健康手帳を持参し、ご相談ください。
 ⑤ 指導予防課(市保健所6階)・医療助成年金課(市役所本庁舎2階)・母子健康課分室(都南分庁舎1階)・健康福祉課(玉山総合事務所1階)
 次の予診票は、学校を通じて配布します。
 ▶日本脳炎(第2期)：小学4年生
 ▶ジフテリア・破傷風(第2期)：小学6年生
 ▶HPV(女子のみ)：小学6年生



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
 ④ 4月13日(出)～21日(日)
 ■科学技術週間イベント「高木先生のカメラリアル」
 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。
 ④ 4月21日(日)①11時～11時20分と13時～13時20分、②11時20分～11時40分と13時20分～13時40分
 ■科学技術週間「特別展示」
 県内企業の特許・実用新案例などの製品や技術例の展示と、令和5年度発明クラブアイデア作品の展示。
 ④ 4月13日(出)～21日(日)
 ■サイエンスショー「ひかりのいろいろ」
 ④ 4月7日～29日の土・日曜と祝日、11時～11時15分※21日(日)を除く
 ⑤ 展示室入館料が必要
 ⑥ 随時受け付け
 ■科学技術週間「特別展示」
 県内企業の特許・実用新案例などの製品や技術例の展示と、令和5年度発明クラブアイデア作品の展示。
 ④ 4月の土・日曜と祝日、14時半～16時 ⑥ 各30人



本とのふれあい

市立図書館(高松一)

☎661-4343
 ⑧ 1040089
 ※4月2日(火)以降の催しは、リニューアルオープンした市立図書館内で開催します
 ■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。

都南図書館(永井24)

☎637-3636
 ⑧ 1000831
 ■おとぎのへや(♥)
 絵本の読み聞かせと紙芝居など。
 ④ 毎週土曜、11時～11時半
 ■とことこおはなし会
 わらべうたと絵本の読み聞かせ。
 ④ 4月5日(金)10時～10時55分
 ⑥ 4カ月～1歳3カ月の子と保護者
 ■おはなしのじかん

④ 4月11日(木)15時半～16時
 ■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。水分補給できるものをお持ちください。
 ④ ⑤ 4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

都南図書館(永井24)

☎637-3636
 ⑧ 1000831
 ■おとぎのへや(♥)
 絵本の読み聞かせと紙芝居など。
 ④ 毎週土曜、11時～11時半
 ■とことこおはなし会
 わらべうたと絵本の読み聞かせ。
 ④ 4月5日(金)10時～10時55分
 ⑥ 4カ月～1歳3カ月の子と保護者
 ■おはなしのじかん

(♥) は幼児～小学生が対象の催しです。

絵本の読み聞かせと手遊びなど。
 ④ 4月10日(木)11時～11時25分
 ⑥ 0～2歳の子と保護者

済民図書館(済民字鶴塚)

☎683-2167
 ■えほんのへや(♥)
 ポランティア「とんがりやま」による読み聞かせ。
 ④ 4月10日(木)15時～15時半
 ⑧ 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。
 ④ 4月13日(出)11時～11時半
 ⑧ 1030404
 ■すみっこおはなし会
 おはなしボランティア「おはなしす

みつこ」による絵本の読み聞かせ。
 ④ 4月21日(日)、11時～11時半

上田公民館(上田四)

☎654-2333
 ■なかよしおはなし会
 絵本と紙芝居の読み聞かせや手遊び、簡単な工作など。
 ④ 3月27日(木)・4月10日(木)、11時～11時半
 ⑥ 幼児と保護者 ⑧ 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。
 ④ ⑤ 4月17日(木)、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
 ⑧ 1030304

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
 ④ 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。(6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金が必要になる場合があります

④ 17時～翌朝9時※土曜は13時～

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

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
 株式会社 五木堂印刷
 〒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

うちの子「結婚」しないのかしら?
 独身のお子様の結婚相談承ります
 「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
 お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします
 まずはお気軽にご相談下さい ☎019-613-5013 結婚相談所ムスベル
 ムスベル株式会社 盛岡店 盛岡市茶畑1-7-10 きんざくら7階