

# 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。

- 5月15日(木)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

### 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。

- 5月26日(日)、10時～12時と13時半～15時半 ☎ 市保健所(神明町)
- ☎ 各18組※9月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー
- ☎ 電話:5月10日(金)14時から
- 📍 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。

- 6月11日(火)10時～11時45分
- ☎ 市保健所(神明町)
- ☎ 20組※令和6年2月生まれの子と初めて子育てしている保護者
- ☎ 応募フォーム:5月14日(火)14時から
- 📍 1002133

### こんにちはママさん講座

「とことこコース」

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臨床心理士・保健師の講話、母親同士の交流など。

- 6月20日～7月4日、木曜、全3回、10時～11時半
- ☎ 上田公民館(上田四)
- ☎ 20組※令和4年6月～令和5年5月生まれの子と保護者 ¥ 200円
- ☎ 電話:5月13日(月)10時から
- 📍 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

📍 1002663

### ▶ここにこルーム

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月19日(金)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、5月9日(木)は河南公民館(松尾町)、10時～11時半 ☎ 0～3歳の子と保護者

### ▶びびよルーム

親子で遊ぶほか、離乳食など子育ての悩みを相談できます。

- 4月26日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、5月10日(金)は高松地区保健センター、10時～11時半 ☎ 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。

- 4月23日(火)・5月14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

家で遊ぶおもちゃを親子で作ります。

- 5月8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:4月18日(木)10時から
- 📍 1042292

### 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。

- ①5月8日(火)・15日(火)②5月20日(月)・27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:①5月1日(火)②5月13日(月)、いずれも16時まで

### 子育てファミリー応援講座

上田公民館 ☎654-2333

親子で一緒に楽しめる体操を通して親子の触れ合いを深めます。

- 5月30日(木)・6月6日(木)、全2回、10時半～12時

### ● 10組※開催時2歳の子と保護者

- 120円
- ☎ 往復はがき・応募フォーム:必要事項を記入し、☎020-0066上田四丁目1-1上田公民館に送付。5月7日(火)必着 📍 1032320

### ベビママふいとねす教室

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。

- 6月3日～24日、月曜、全3回、10時～11時
- ☎ 盛岡タカヤアリーナ(本宮五)
- ☎ 15組※3歳以下の子と保護者
- 2700円
- ☎ 電話:4月22日(月)10時から
- 📍 1047363

### 市立保育園の半日体験

とりょう支援センター ☎651-8580

保育園と同じ年齢の子どもと遊んだり給食を食べたりします。

- 6月25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
- ☎ 各園窓口:5月14日(火)10時から
- 📍 1002663

### 子ども向け わくわく体験

### 児童福祉週間

①子ども青少年課 ☎691-6418

②市社会福祉協議会 ☎651-1000

①施設の無料開放

5月5日の子どもの日にちなんで、表の施設を無料開放します。

表 5月5日の施設無料開放

施設名
みちのくココ・コーラボトリングリンク(本宮五) ※無料開放は13時～18時
ゆびあす・プール(上田字小鳥沢) もりおか歴史文化館(内丸)
先人記念館(本宮字蛇屋敷)
原歌記念館(本宮四)
子ども科学館(本宮字蛇屋敷) ※プラネタリウムを除く
遺跡の学び館(本宮字荒屋)

### ②歩け歩け運動

高松の池(高松一)から愛宕山展望台(愛宕町)まで、オリエンテーリングをします。詳しくは、同協議会までお問い合わせください。

- 5月5日(日)9時～12時※雨天決行
- ☎ 集合は高松の池(市立図書館側)

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。

### ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

初めてのボール遊びを楽しみます。

- ①5月8日・15日・29日、水曜、全3回②5月13日～27日、月曜、全3回、いずれも15時～16時
- ☎ 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人※本年度4～6歳になる子
- 各2700円
- ☎ 同スポーツクラブのホームページ:5月1日(火)16時まで

### 体育教室・スポーツクラブ

市立武道館 ☎654-6801

同館(住吉町) 内容や料金、定員など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

### ▶レインボーキッズ

- 5月10日～来年3月17日、全35回、月曜①14時半～16時②16時～17時半、金曜③14時半～16時④16時～17時半

☎ ①本年度6歳になる子②小学2年生③本年度5歳になる子④小学1年生 📍 1047337

### ▶チャレンジキッズ

- 5月14日～7月9日、火曜、全7回、15時～16時※5月21日・6月18日を除く

☎ 16人※本年度5・6歳になる子 📍 1028033

### ▶武道館スポーツクラブ

- 5月17日～来年3月14日、金曜、全37回、17時半～19時
- ☎ 20人※小学3～6年生
- 📍 1047336

### 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。

- 5月15日～7月3日、水曜、全6回、①14時半～15時半②15時半～16時半

☎ 同体育館(上田三)

☎ 各12組※①4月末で2歳6カ月～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。4月30日(火)必着

📍 1047377

## 本とのふれあい

### 市立図書館(高松一)

☎661-4343

### ■えほんのへや(♥)

● 4月18日(木)・5月2日(木)、15時半～16時

### ■かみしばいのへや(♥)

● 4月25日(木)・5月9日(木)、15時半～16時

### ■おはなしところ

わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。

● 5月10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

### ■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。

● 5月11日(土)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時半～12時は小学2年生以上

### 都南図書館(永井24)

☎637-3636

### ■みんなでつくろうモグリの本の森

子どもたちが児童書・絵本の書評を書き、展示します。

● 4月23日(火)～5月6日(月)

☎ 小学生以下※幼児は大人の代筆も可能

### ■となんこどもシネマ

①「ASTRO BOY 鉄腕アトム」 「はたらく細胞 特別編」②「岬のマイイガ」を上映します。

● 4月27日(土)①10時～11時②14時～15時50分

### ■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。

● 5月8日(火)11時～11時25分

☎ 0～2歳の子と保護者

### ■とことこおはなし会

わらべうたと絵本の読み聞かせ。

● 5月10日(金)10時半～10時55分

☎ 4カ月～1歳3カ月の子と保護者

### 渋民図書館(渋民字鶴塚)

☎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。

● 5月8日(火)15時～15時半

### 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。

● 5月5日・19日、日曜、11時～11時半

■わくわく♪おはなし会

おはなしボランティア「おはなしポケット」による絵本の読み聞かせ。

● 5月11日(土)11時～11時半

### 上田公民館(上田四)

☎654-2333

### ■お花の絵本展(♥)

花の絵本の展示と簡単な工作など。

● 4月20日(土)～5月11日(土)

### ■なかよしおはなし会

絵本の読み聞かせと手遊び、簡単な工作など。

● 4月24日(火)・5月22日(火)、11時～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

(♥)は幼児～小学生が対象の催しです。

わらべうたや読み聞かせなど。

● 5月15日(火)、10時～10時40分

☎ 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

### 都南公民館(永井24)

☎637-6611

### ■子どもシネマランド(♥)

「みんな友達」 「子犬と子ねこの冒険

### 春のお楽しみ映画会

松園地区公民館 ☎661-8111

「ちびねこちょび」 「がんばれスイミー」 「マイロ」の3本を上映。

● 4月24日(火)15時～16時

☎ 同公民館(東松園二)

☎ 50人 📍 1047413

### 子ども科学館まつり

📍 子ども科学館 ☎634-1171

● 詳しくは子ども科学館ホームページをご覧ください

▶スライムコーナー

☎ 各日400人 ● 各100円

☎ 随時受け付け

▶プラ板パズルコーナー

☎ 各日400人 ● 各200円

☎ 随時受け付け

▶サイエンスショー

● 無料※別途展示室入場料が必要

▶ジャポン玉コーナー

▶でんじつ体験シート

☎ 各日300人

● 無料※別途展示室入場料が必要

▶プラネタリウム「プラネタリウムでちこちゃんに叱られる!」

☎ 各160人※各日5回

● 中学生以下100円、高校生以上300円

☎ 当日9時から入場券を販売※開始10分前まで

### 他の日のイベントもお楽しみに!

イベント名	内容(費用)	日時	定員	申し込み
サイエンスショー「ひかりのいろいろ」	光の色々な実験。	5/6～26、土・日曜、11時～11時15分	なし	不要
ワークショップ「プラ板パズ」	プラスチック板の熱変形を利用したパズ作り。(200円)	5/6(月)14時半～16時	90人	随時
「星を見る会」★	星座探しと天体望遠鏡を使った天体観察。	5/11(土)19時半～20時半	30人	電話:4/18(火)9時～17時
ワークショップ「カラフルキーホルダー」	プラスチック粘土を使った、カラフルなキーホルダー作り。(200円。展示室入場料が必要)	5/11～26、土・日曜、14時半～16時	各24人	随時
クマはかせになろう!!	クマについて知ることができます。	5/25(土)・26日(日)、10時～15時半	なし	随時
ベビープラネタリウム	かわいいイラストと楽しい雰囲気で見学を楽しみます。(4歳～中学生100円、高校生以上300円)	5/25(土)13時半～14時	160人	不要

★悪天候時は中止

### ■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13時～

5月							当番病院一覧			
日	月	火	水	木	金	土	中央	日赤	国立	青
			1	2	3	4	県立中央病院 上田一丁目4-1 ☎653-1151	盛岡赤十字病院 三本柳6-1-1 ☎637-3111	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

### 🏠 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

● 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。(8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

### 士・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。加賀野

消化器内科・内科クリニック

診療時間
------