

# 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

### ベビママふいっとねす教室

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だ、表の施設を無料開放します。

施設名	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
- 👥 ①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

#### ■みんなであつろろモグリの本の森

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
- 👥 ①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
- 👥 ①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
- 👥 ①おはなしのじかん
- 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

### 都南公民館(永井24)

☎637-6611

#### ■子どもシネマランド(♥)

「みんな友だち」「子犬と子ねこの冒険

旅行「七夕さま」の3本を上映します。

- 🕒 5月12日(日)10時半～11時15分

### 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

5/3(金)～5日(日) 9時～16時半

## 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

### 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します。(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

## 🏠 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「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

広告

## ここに内科・甲状腺クリニック

院長 小谷 康慈

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:30	●	●	●	—	●	●
15:30～18:00	●	●	★	—	●	—

★15:30～20:00 休診日：木曜・土曜午後・日曜祝日

内科 / 内分泌内科

〒020-0143 盛岡市上野川字横長根76-3 TEL019-681-8818

国道4号沿いに新築移転しました

## たかしクリニック

内科 外科 整形外科 皮膚科 形成外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿
午後 1:30～5:30	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿

〔院長〕黒田 敬 ■休診日・水・日・祝日 ■駐車場有

盛岡市東仙北二丁目4-28 TEL019-681-6731 たかしクリニック 検索 🔍

広告

## 土・日を含む全診療日、加賀野

夜8時まで受付します。消化器内科・内科クリニック

【院長】加藤 隆雄

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30	●	●	●	●	●		