

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。
🕒 11月13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)
👤 3人※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。
🕒 11月24日(日)10時～12時と13時半～15時半
📍 市保健所 (神明町)
👤 各18組※来年3月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー
☎ 応募フォーム:11月1日(金)正午から
📞 1002116

子育てママのリフレッシュ講座

西部公民館 ☎643-2288
クリスマスリースを作ります。
🕒 11月28日(木)10時～11時40分
📍 同公民館 (南青山町)
👤 12人※主に子育て中の母親
👤 7人
☎ 電話：11月6日(木)10時から
📞 1047790

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。
🕒 12月5日(木)・12日(木)、全2回、10時～11時半
📍 都南公民館 (永井24)
👤 20組※令和6年4月～6月生まれの子と保護者 ☎ 100円
☎ 電話：10月28日(月)10時から
📞 1002663

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。
🕒 12月10日(木)10時～11時45分
📍 市保健所 (神明町)
👤 20組※令和6年8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：11月12日(木)14時から
📞 1002133

親子向け 一緒に楽しもう

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んだりします。
🕒 10月22日(火)・11月12日(火)、10時～11時
👤 就学前の子と保護者、妊婦

📞 1002663

親子でふれあい遊び

とりょう支援センター ☎651-8580
📞 1002663
▶びよびよルーム
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。
🕒 10月25日(金)は飯岡地区保健センター (下飯岡8)、11月8日(金)は高松地区保健センター (上田字毛無森)、10時～11時半
👤 0歳の子と保護者
▶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めます。
🕒 10月31日(木)は河南公民館 (松尾町)、11月14日(木)は都南公民館 (永井24)、10時～11時半
👤 0～3歳の子と保護者

なぞなぞ探検

スポーツ推進課 ☎603-8013
高松の池を一周して7つのチェックポイントを回るウォークラリー。
🕒 11月2日(出)13時～14時
📍 高松の池 (高松一) ※受け付けは市立図書館 (高松一)
👤 30組※小学生以下の子と保護者
☎ 応募フォーム：10月15日(火)9時から※定員を超えた場合は抽選

赤ちゃんヨガ教室

飯岡地区公民館 ☎637-2270
赤ちゃんとしんきんぷをとりながら心と体をヨガでリフレッシュ。
🕒 11月8日(金)・15日(金)、全2回、10時半～11時半

📍 飯岡地区保健センター (下飯岡8)
👤 8組※首の据わった3～10カ月の子と保護者 ☎ 144円
☎ 電話：10月21日(月)9時から

ママとベビートのハッピータイム

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。
🕒 ①11月6日(火)・13日(火)②11月18日(月)・25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10組※首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者 ☎ 各2000円
☎ 電話：①10月30日(火)②11月12日(火)、いずれも16時まで
📞 1049402

親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
お皿にカラフルな絵の具を塗ってオリジナル作品を作ります。
🕒 11月27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
☎ 電話：11月20日(火)16時まで
📞 1044287

親子サバイバルキャンプ

区界高原少年自然の家 ☎0193-77-2048
火おこしや野外炊事などをします。
🕒 11月9日(出)9時～15時
📍 同少年自然の家 (宮古市)
👤 10家族30人※小・中学生とその保護者 ☎ 1人900円
☎ はがき・応募フォーム：必要時

項のほか、学校名と学年、交通手段、アレルギーの有無などを記入し、☎028-2631宮古市区界2-111区界高原少年自然の家へ送付。10月25日(金)必着※定員を超えた場合は抽選

子ども向け わくわく体験

小学生スポーツ教室

渋民運動公園総合体育館 ☎683-1636
①サッカーや②タグラグビーを体験し、体力や運動能力の向上を図ります。
🕒 ①11月8日(金)・13日(火)・15日(金)、18時半～19時半と②11月19日(火)・20日(火)・22日(金)、18時半～20時
📍 同体育館 (川崎字川崎)
👤 25人※小学1～4年生
¥ 6200円
☎ 電話：10月22日(火)9時から
📞 1044291

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
ボールを使ったさまざまなゲームで、遊びながら体の動かし方を学びます。
🕒 ①11月11日～25日、月曜、全3回②11月27日(火)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②1200円
☎ 電話：①10月29日(火)②10月30日(火)、いずれも16時まで

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)

📞 1040089
■えほんのへや (♡)
🕒 10月17日(木)・11月7日(木)、15時半～16時
■かみしばいのへや (♡)
🕒 10月24日(木)・11月14日(木)、15時半～16時
■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や絵本の読み聞かせ。
🕒 10月17日(木)・11月9日(出)、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
■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。
🕒 11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3カ月以下の子と保護者



▲おはなしころろの様子

都南図書館 (永井24)

📞 1000831
■とことこおはなし会
わらべ歌と絵本の読み聞かせ。

🕒 11月1日(金)10時半～10時55分
👤 4か月～1歳3カ月の子と保護者
■おとぎのへや (♡)
絵本の読み聞かせと紙芝居など。
🕒 毎週土曜日11時～11時半※11月2日(出)以降
■おはなしの時間
絵本の読み聞かせと手遊びなど。
🕒 11月13日(火)11時～11時25分
👤 0～2歳の子と保護者

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。
🕒 11月13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。
🕒 11月3日(日)・17日(日)、11時～11時半
■わくわく♪おはなし会
絵本の読み聞かせやさまざまな語り。
🕒 11月9日(出)11時～11時半

上田公民館 (上田四)

☎654-2333
■なかよしおはなし会
絵本の読み聞かせや手遊び、簡単な工作など。
🕒 10月23日(火)・11月13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。
🕒 11月20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26人
📞 1030304

都南公民館 (永井24)

☎637-6611
■子どもシネマランド (♡)
「神様がくれたクリスマスツリー」「一人ぼっちの狼と7匹の子やぎ」「年神様とお正月」の3本を上映。
🕒 11月10日(日)10時半～11時15分

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。
🕒 10月24日(木)・11月15日(金)、10時～11時半
👤 0歳～就園前の子と保護者
📞 1047115



子ども科学館へ行こう！

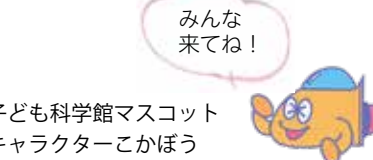
■星の写真展
県内の天文サークル6団体による天体写真の展示。
🕒 10月27日(日)～11月24日(日)
■ワークショップ
「タネコプター」
くるくる回りながら落ちる種の模型を作ります。
🕒 11月の土・日曜と祝日、14時半～16時 📍 各30人
¥ 各100円※別途展示室入場料が必要
☎ 随時受け付け
■「星を見る会」

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
🕒 11月2日(出)17時半～18時半
👤 30人※中学生以下は保護者同伴
☎ 電話・窓口：10月18日(金)9時から
■中高生による科学実験ショー
盛岡第二高と盛岡第三高の生徒による実験。
🕒 11月3日(日)、10時～10時20分・11時～11時20分・13時～13時20分・14時～14時20分
¥ 展示室入場料が必要

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 ☎ kokabou@goto.co.jp

■サイエンスショー
「まわるのヒミツ」
まわっているモノの不思議なヒミツを知って遊びます。
🕒 11月4日(月)・9日(出)・16日(出)・23日(出)・30日(出)、11時～11時15分
¥ 展示室入場料が必要
■サイエンスな日曜日
岩手大と八戸工業高等専門学校
の先生による①体験コーナーと②サイエンスショー。
🕒 11月10日～12月1日、日曜、全4回、①9時半～11時と11時

20分～12時②11時～11時20分
¥ 展示室入場料が必要
■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
で星空を楽しめます。0歳～2歳
の子に特におすすめです。
🕒 11月23日(出)13時半～14時
👤 160人
¥ プラネタリウム入場料が必要



子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう

🏥 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。(7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



LEADKONAN
株式会社リードコナン
〒020-0051 盛岡市下太田沢田 68-40
TEL.019-656-3600
●制作実績・お問合せ
リードコナン ウェブラボ 検索
https://www.leadkonan.co.jp/web

ホームページ制作 承ります！
新規作成・リニューアル・EC サイト 等々
ウinstoppで対応いたします。
運用でお困りのことなど、お気軽にご相談ください！

地域に根差しおかげさまで55周年!!
長期医療保険 終身
加入キャンペーン中
< 2024年11月末まで >
資料請求された方全員に「反射LEDライト」プレゼント！
資料請求はHPから⇒お気軽にどうぞ
ハビネス共済会
保障は必要な分だけ。だから家計にも安心。
満71歳までの健康な方がご加入いただけます！
もしも...に備えて、ず～っと安心！
0120-41-3816

お金の悩みホットライン
お金に関わる様々なお悩みに専門の相談員がお話を伺います。
ひとりでも悩まず、ご相談ください
フリーダイヤル 0120-979-874
受付時間 9:00～18:00 [月～金]
消費者信用生活協同組合
詳しくは (信用生協) 検索