

子育て情報ひろば

親子向け 子育てを応援

離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303

始める前に知っておきたい離乳食の基本についての講話。

㊦ 5月20日(火)10時～11時45分

㊦ 市保健所(神明町)

㊦ 20組※令和7年1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: 4月28日(月)から

㊦ 1002133

パパママ教室

いわて子育てネット事務局 ☎652-2910

出産の準備や赤ちゃんとの生活についての講話、パパの妊婦体験など。

㊦ 5月24日(出)、10時～12時と13時半～15時半

㊦ もりおか子育て応援プラザ ma'mall(大通一)

㊦ 各15組※9月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー

㊦ 応募フォーム: 5月2日(火)12時から

㊦ 1002116

こんにちはママさん講座「とことこコース」

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

手作りおやつを試食、育児についてのアドバイザー、臨床心理士・保健師の講話、母親同士の交流など。

㊦ 6月20日(金)・26日(木)・7月1日(火)、全3回、10時～11時半

㊦ 西部公民館(南青山町)

㊦ 20組※令和5年6月～令和6年5月生まれの子と保護者

㊦ 20人※6月20日を除く

㊦ 200円

㊦ 電話・応募フォーム: 5月12日(月)10時から

㊦ 1002663

親子向け 一緒に楽しもう

市立保育園(7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。

㊦ 4月22日(火)・5月13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25日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、5月9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みます。

㊦ ㊦ 5月8日(火)は河南公民館(松尾町)、5月13日(火)は上堂児童センター(上堂三)、10時～11時半

㊦ 0～3歳の子と保護者

つくってあ・そ・ぼ!

都南公民館 ☎637-6611

身近な素材を使ったおもちゃを親子で作って遊びます。

㊦ 5月7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(金)10時から

㊦ 1051219

赤ちゃんヨガ教室

飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんとのスキンシップをとりながら心と体をヨガでリフレッシュ。

㊦ 5月16日(金)・30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※首の据わった生後3～10カ月の子と保護者

㊦ 144円

㊦ 電話: 4月21日(月)9時から

おやとひろば

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。

㊦ 5月16日(金)10時～11時半

㊦ 同公民館(東松園二)

㊦ 0歳～就園前の子と保護者

㊦ 1050416

親子の楽しいプレイランド

西部公民館 ☎643-2288

①体操②人形劇③おもちゃ遊びなどを楽しめます。

㊦ ①5月27日(火)②6月5日(木)③6月12日(木)、10時半～11時半

㊦ 同公民館(南青山町)

㊦ ①16組②③各12組※幼児と保護者

㊦ 電話: 5月8日(木)10時から

㊦ 1042355



▲人形劇の様子

市立保育園の半日体験

とりょう支援センター ☎651-8580

園児と遊んだり給食を食べたりします。

㊦ 6月24日(火)10時～12時

㊦ 各保育園5組※1歳6カ月～2歳6カ月の子と保護者

㊦ 300円

㊦ 各保育園窓口: 5月13日(火)10時から

㊦ 1002663

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ドンズをします。

㊦ ①5月7日(火)②5月19日(月)・26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

㊦ ①1000円②2000円

㊦ 応募フォーム: ①4月30日(火)②5月12日(月)、いずれも16時まで

㊦ 1051142

親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

食紅絵の具を塗って「にじみ絵」を作ります。

㊦ 5月28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～1歳の子と保護者

㊦ 1500円

㊦ 応募フォーム: 5月21日(火)16時

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。

まで

㊦ 1051141

子ども向け わくわく体験

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

基礎体力・運動能力の向上、各種球技の基本動作やルールを学びます。

㊦ 5月12日～来年3月16日、全31回①月曜、14時半～16時②月曜、16時～17時半③金曜、14時半～16時④金曜、16時～17時半

㊦ ①本年度5歳になる子②小学1年生③本年度6歳になる子④小学2年生

㊦ 各月3500円※初回は4300円

㊦ 電話: 4月18日(金)①③10時から、②④11時から

㊦ 1050527

▶武道館スポーツクラブ

合気道、テコンドー、なぎなたなど。

㊦ 5月16日～来年3月13日、金曜、全32回、17時半～19時※8月は休講

㊦ 小学3年生～6年生

㊦ 各月3300円※初回は4100円

㊦ 電話: 4月18日(金)12時から

㊦ 1034372

▶入学前の体育教室

基本的な体の使い方や鉄棒・マット運動・跳び箱などを学びます。

㊦ 5月27日～7月8日、火曜、全6回、15時半～16時半※6月17日を除く

㊦ 12人※本年度5歳と6歳になる子

㊦ 7400円

㊦ 電話: 4月19日(出)10時から

㊦ 1028033

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎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。

㊦ 5月12日～26日、月曜、全3回、15時～16時

㊦ 高松地区保健センター(上田字毛無森)

㊦ 8人※本年度4～6歳になる子

㊦ 2700円

㊦ 応募フォーム: 5月1日(木)まで

㊦ 1051143

子ども科学館へ行こう!

イベント名	内容(費用)	日時	定員	申し込み
ワークショップ「プラ板キーホルダー」	プラスチック板の熱変形を利用した工作(200円)★	5/6(火)14時半～16時	45人	時間内随時受け付け
サイエンスショー「ロケット!飛ばしましゅー!」	色々なロケットを飛ばします★	5/6(火)と5/11～31の土・日曜、11時～11時20分	なし	不要
ワークショップ「ゲコゲコッパ」	回すとカエルの鳴き声をするおもちゃを作ります(100円)★	5/10～31の土・日曜、14時半～16時	各24人	時間内随時受け付け
「星を見る会」	星座探しと天体望遠鏡を使った天体観察。悪天候時中止※駐車場は予約制20台まで	5/10(出)20時～21時※途中参加不可	なし	電話: 4/18(金)9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す星を楽しめます(4歳～中学生100円、高校生以上300円)	5/24(土)・25(日)、13時半～14時●	各160人	当日9時から入場券を販売

★別途展示室入場料が必要 ◆窓口でも申し込みが可能 ●発券は10分前まで

本とのふれあい

市立図書館(高松一) ☎661-4343

㊦ 1040089

■えほんのへや(♡)

㊦ 4月19日(出)・5月3日(出)、15時半～16時

■かみしばいのへや(♡)

㊦ 4月24日(木)・5月8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。

㊦ ㊦ 4月26日(出)・5月10日(出)、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

■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。

㊦ ㊦ 5月9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

都南図書館(永井24) ☎637-3636

㊦ 1000831

■とことこおはなし会

わらべ歌と絵本の読み聞かせ。

㊦ 5月2日(金)10時半～10時55分

㊦ 4カ月～1歳3カ月の子と保護者

■おはなしの時間

絵本の読み聞かせと手遊びなど。

㊦ 5月14日(火)11時～11時25分

㊦ 0～2歳の子と保護者

■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

浜民図書館(浜民字鶴塚) ☎683-2167

■えほんのへや(♡)

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

5/3(土)～5月9時～16時半

子ども科学館まつり

㊦ 各コーナーの実施・受付時間など詳しくは、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

▶プラ板キーホルダーコーナー

㊦ 各日400人 ㊦ 各200円

▶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

▶てんじつたいけんシート

㊦ 各日300人

子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう

㊦ 無料※別途展示室入場料が必要

▶プラネタリウム「名探偵コナン灼熱の銀河鉄道」

㊦ 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※発券は開始10分前まで

(♡)は幼児～小学生が対象の催しです。

ボランティア「とんがりやま」による読み聞かせ。

㊦ 5月14日(火)15時～15時半

都南公民館(永井24) ☎637-6611

■子どもシネマランド(♡)

「きつねのしっぽ」「アリとキリギリス」「にじのはしがかるとき」の3本を上映。

㊦ 5月11日(日)10時半～11時15分

㊦ 1034716

松園地区公民館(東松園二) ☎661-8111

■春のお楽しみ映画会

「グーフィーのバスケットボール」「10ぴきのかえる」「おにたのぼうし」の3本を上映。

㊦ 4月23日(火)15時～16時

㊦ 小学生中心※保護者も同伴できます

㊦ 1050542

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4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。

㊦ 5月10日(出)11時～11時半

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。

㊦ ㊦ 5月21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



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。(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



■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

㊦ 17時～翌朝9時※土曜は13時～

5月	日	月	火	水	木	金	土
					1 中央	2 中央	3 国立
4 中央	5 日赤	6 中央	7 国立	8 中央	9 日赤	10 国立	11 中央
12 中央	13 日赤	14 中央	15 国立	16 日赤	17 中央	18 中央	19 日赤
20 中央	21 日赤	22 中央	23 国立	24 中央	25 日赤	26 中央	27 国立
28 中央	29 日赤	30 中央	31 国立				

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

広告

地域でも便利! 自宅でも便利!

盛岡駅直結! フェザン1F

エキナカくすり屋さん

盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザンおでんせ1F
▶駅ビル内だから便利! 営業時間▶10:00～20:30
▶在宅医療対応 保険調剤▼
月～金 10:00～18:00
土 10:00～17:00
TEL:019-601-6256

【すべて提携駐車場有】ご利用金額に応じてサービス券を発行いたします

盛岡エリア駐車場有!

むかいなかの調剤薬局

▶在宅医療対応 盛岡市向中野2-54-12
TEL:019-631-3100
営業時間▼
月、火、木、金 9:00～13:00、14:00～18:00
水、土 9:00～13:00
定休日▶日・祝日

県立中央病院西側向い

ファーマ・ラボ薬局上田店

▶在宅医療対応 盛岡市上田1丁目10-36
TEL:019-681-4371
営業時間▼
月～金 9:00～18:00 定休日▶土・日・祝日

青山駅から車で7分

天昌寺薬局

盛岡市天昌寺町3-27
TEL:019-646-7499
▶在宅医療対応 定休日▶日・祝日
営業時間▶月、水、土 9:00～12:00
火、木、金 9:00～13:00、14:00～17:00

エキナカくすり屋さん Pharma+Labo 盛岡市盛岡駅前通り1-44 TEL:019-601-6256

広告

住まいのことなら

LIXILリフォームショップ シリウス

盛岡太田店 ☎0120-881-553 020-0051 盛岡市下太田下川原 78-2

盛岡青山店 ☎0120-223-188 020-0133 盛岡市青山4丁目46-18

予算内で叶える暮らしを向上するリフォーム

したいコトを実現し 不安なコトは解決して 家族みんなが笑顔になれる「コト・リフォーム」をお届けします

シリウスグループは 皆様のおかげで30周年

★株式会社シリウスEHC 盛岡市東安庭二丁目12-15
TEL.019-604-6860
岩手県知事許可(般・第)20634号 岩手県知事(4)2390号

中古住宅 専門店の いはん本舗

施工実績 20,000 件以上の実績

見積無料! 現地調査無料!

イベント情報

キャラホール

☎020-0834 永井24-10
☎637-6611

■ピアノ開放DAY

フルコンサートピアノ2台を演奏できます。

- 🕒 5月4日(日)・5日(月)、10時～20時
- 👤 楽器演奏経験者※18歳未満は保護者同伴
- 💰 1人1時間1000円※1時間単位、1グループ2時間まで
- 📞 窓口・電話：4月23日(火)10時から
- 📍 1034152

姫神ホール

☎028-4132 浜民字鶴塚55
☎683-3526

■森麻季&錦織健デュオ・リサイタル アメイジング・ソングス

- オペラ界で大人気の二人による夢の共演。
- 🕒 7月5日(土)14時～16時
 - 💰 全席指定。一般5000円、U-25チケット2500円※当日各500円増
 - 📅 4月24日(木)から同ホールほか市内プレイガイドで発売
 - 📍 1051167

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■仙台フィルハーモニー管弦楽団オーケストラと遊んじやおうin盛岡

- 指揮者や楽器体験の他、手遊び歌など、0歳からのオーケストラ公演。
- 🕒 7月21日(月)10時半～12時半
 - 💰 全席指定。2200円※3歳から有料。3歳未満でも座席利用の際は要チケット
 - 📅 5月1日(木)から同ホールほか市内プレイガイドで発売
 - 📍 1040071

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

- 🕒 4月18日(金)～27日(木)、火・木・金曜は18時半～20時半、土曜は16時半～18時半、日曜は14時～16時
- 👤 小学生～高校生
- 💰 月4回コース3500円、月8回コ

ース5840円※1回追加は900円

- 📞 窓口・電話：随時受け付け
- 📍 1047366

ムセンコネクト もりおかアリーナ

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■はじめてのピラティス教室

- 🕒 5月9日～30日、金曜、全4回、19時10分～20時10分
- 👤 10人※18歳以上
- 💰 3200円
- 📞 電話：4月18日(金)10時から
- 📍 1051011

■バドミントン教室

- 🕒 5月13日・20日、6月10日・24日、7月8日・29日、8月5日、火曜、全7回、19時半～21時
- 👤 20人※18歳以上。高校生を除く
- 💰 8400円
- 📞 電話：4月25日(金)10時から
- 📍 1051124

■ママのリフレッシュダンスエクササイズ教室

- チャダンスやヒップホップを取り入れたダンスをします。子どもとの参加もできます。
- 🕒 5月29日(木)10時半～11時半
 - 👤 10人※18歳以上の女性
 - 💰 700円
 - 📞 電話：4月22日(火)10時から
 - 📍 1051123

市立武道館

☎020-0882 住吉町3-12
☎654-6801

■武道館ピラティス道場

- しなやかな体づくりを目指します。
- 🕒 5月12日～7月28日、月曜、全10回、9時半～10時45分※6月30日、7月21日を除く
 - 👤 12人※18歳以上
 - 💰 7500円
 - 📞 電話：4月21日(月)11時から
 - 📍 1034373
- エアロビクス
- 運動不足解消と体の不調の改善を目指します。
- 🕒 5月13日～7月8日、火曜、全7回、11時半～12時20分※5月20日、6月17日を除く
 - 👤 15人
 - 💰 5500円
 - 📞 電話：4月20日(日)10時から
 - 📍 1047345

■代謝アップピラティス

- ストレッチポール®などを使用して体を調整します。
- 🕒 5月13日～7月22日、火曜、全8回、10時～11時15分※5月20日、6月17日、7月15日を除く
 - 👤 5人※18歳以上
 - 💰 6000円
 - 📞 電話：4月22日(火)10時から
 - 📍 1031421

きたざんボールパーク

☎020-0834 永井7-16-2
☎613-3080

■姿勢改善ピラティス

- 骨格や筋肉を正しい位置にコントロールし快適な体を作ります。
- 🕒 5月13日(火)・27日(火)、18時40分～19時半
 - 👤 10人
 - 💰 900円
 - 📞 窓口・電話：受け付け中
 - 📍 1047458

松園テニスコート

☎020-0103 西松園三丁目19-4
☎662-8778

■初級テニス教室

- 🕒 5月20日～6月24日、火曜、全6回、10時～11時半
- 👤 8人※高校生を除く18歳以上
- 💰 9000円
- 📞 電話：4月18日(金)9時から
- 📍 1031911

外山森林公園

☎028-2711 藪川字大の平31-1
☎681-5132 ファクス601-6857
✉mori-sotoyama@f-morioka.jp

■初夏の外山公園探鳥会

- 夏鳥の子育て時期に公園内を散策。
- 🕒 5月24日(土)9時半～13時
 - 👤 20人
 - 💰 1500円
 - 📞 はがき・ファクス・メール・応募フォーム：5月9日(金)必着

表 サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員	内容（費用）	申し込み
癒しのリンパコンディショニング	5/9(金) 13時半～15時	10人	アロマオイルでリンパコンディショニングを体験(1000円)	4/18(金) 14時から
おかしなお菓子体験！～かしわもちをつくろう！～	5/16(金)・17(土) 13時半～15時半	各9人	和菓子の「かしわもち」作りを体験します(各1000円)	4/26(土) 14時から
はじめての竖琴	5/19(月) 14時～15時半	6人	小型の「たて琴」の弾き方や演奏体験(800円)	4/21(月) 14時から
楽しくエクササイズ！らくらくエアロビクス	5/30(金) 10時～11時半	8人	軽快な音楽に合わせてエアロビクスを体験(800円)	4/25(金) 10時から

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。

📍 1047025

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0877

👤 15人

📞 電話：4月18日(金)12時から

■大人のあかばやし探検隊

山菜を採ってその場で料理します。

🕒 4月29日(火)10時～14時

■森のトリセツ

つどいの森に生えている珍しい山菜を採取します。

🕒 5月3日(土)10時～12時

サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

表のとおり講座を開催します。

📞 電話

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366 ファクス653-3505
✉chuo.ph@city.morioka.iwate.jp

■すぎまの時間

～大人のためのおはなし会～

おはなしボランティア「おはなしポット」による朗読など。

- 🕒 5月10日(土)14時～14時40分
- 👤 おおむね中学生以上
- 📍 1041433

■茶の湯講座「表千家茶道への誘い」

表千家の心得から茶道の基本動作などを学びます。

- 🕒 5月17日～6月28日、土曜、全6回、9時半～11時半※6月14日を除く
- 👤 15人(高校生以上)
- 💰 5000円※別途懐紙や帛紗、扇子などの用品が必要
- 📞 往復はがき・ファクス・メール・応募フォーム：4月30日(火)必着
- 📍 1051218

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■初心者のための剪定教室

庭木剪定の基本を学び、実際に低木を剪定します。

- 🕒 5月22日(木)・29日(木)、全2回、10時～12時
- 👤 30人
- 💰 530円
- 📞 往復はがき・応募フォーム：5月9日(金)必着



河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258
✉kouza.morikana2258@mfca.jp

■歌でえをみんなで♪

叙情歌や歌謡曲を歌い、二部合唱にも挑戦します。

- 🕒 5月28日～6月25日、水曜、全5回、13時15分～15時15分
- 👤 50人
- 💰 1200円
- 📞 往復はがき・メール：5月14日(火)必着
- 📍 1034715

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■スマホ教室

- ①②スマホの基本とキャッシュレス体験③④スマホの基本と防災アプリ体験。
- 🕒 5月26日(月)①10時～12時②13時～15時、5月27日(火)③10時～12時④13時～15時
 - 👤 各10人
 - 📞 電話：5月7日(火)10時から
 - 📍 1050544

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■児童文学を読む会

中川李枝子作『いいやいやん』（福音館書店）

- 🕒 5月28日(火)10時～12時

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■ゴールデンウィーク!古代体験ひろば

古代風ストラップ、火おこしなどから選んで体験します。

- 🕒 4月29日(火)～5月6日(火)、受付時間は9時半～11時と13時半～15時
- 💰 火おこし体験は50円、その他

は150円※別途入館料が必要

📍 1009440

区界高原少年自然の家

☎028-2631 宮古市区界2-111
☎0193-77-2048

■開所50周年記念源流&山野草探訪

閉伊川の源流探索と兜明神岳周辺の山野草観察。

- 🕒 5月17日(土)9時～15時
- 👤 30人※小学生以上。小・中学生は保護者同伴
- 💰 1500円
- 📞 はがき・応募フォーム：必要事項の他、学校名、学年、交通手段、ホームページなどへの写真掲載同意可否、領収書氏名を記入し送付。5月2日(金)必着※定員を超えた場合は抽選
- 📍 1032188

盛岡競馬開幕

岩手県競馬組合 ☎651-2999

盛岡競馬がスタートします。5月3日(土)～6日(火)はイベントも開催します。

- 🕒 5月3日～11月18日(火)
- 📍 盛岡競馬場（新庄字上八木田）
- 💰 入場料200円※14歳以下は無料、5月3日は無料
- 📍 1043454

環境学習講座

環境企画課 ☎626-3754

■春の区界高原を散策しよう！

- 源流登りや岩神山登山の自然散策。
- 🕒 5月11日(日)9時～14時
 - 👤 20人
 - 💰 28円
 - 📞 電話・応募フォーム：4月18日(金)10時から※定員を超えた場合は抽選
 - 📍 1042492

市民体力テスト

スポーツ推進課 ☎603-8013

■市民体力テスト

- 握力判定や上体起こしなど6種目。
- 🕒 5月17日(土)13時半から
 - 👤 6歳以上79歳以下の人
 - 📞 電話・応募フォーム：5月14日(火)まで



2025啄木祭

石川啄木記念館 ☎683-2315

声優の桑島法子さんによる朗読や、浜民小児童による鼓笛隊の演奏など。詳しくは、同館へお問い合わせください。

- 🕒 6月7日(土)13時半～16時
- 📍 姫神ホール（浜民字鶴塚）
- 👤 600人
- 💰 全席指定。前売り1000円、当日1300円
- 📞 同館のほか、市内プレイガイド

で4月17日(木)から販売

📍 1039472

盛岡芸術祭

文化国際課 ☎613-8465

日頃の芸術文化活動の成果を披露

表2 美術展の日程など

部門	期間	会場・時間	入場料
洋画・彫塑・写真	4/27(日)～5/3(土)	市民文化ホール展示ホール（盛岡駅西通二）	300円
日本画・工芸・書道	5/5(月)～10(土)	10時～17時 いずれも最終日は16時まで	

表3 舞台発表の日程など

部門	日時	会場	入場料
邦舞	4/20(日)11時～	盛岡劇場（松尾町）	1500円
弦楽	4/27(日)14時～	市民文化ホール大ホール	1000円
茶道	4/29(火)9時～	中央公民館（愛宕町）	3500円
ピアノ	4/29(火)13時半～	市民文化ホール小ホール	500円
演劇	5/10(土)①13時～②18時～・11(日)11時半～	盛岡劇場	一般2000円、 22歳以下1800円
能楽	5/11(日)12時～		無料
吹奏楽	5/11(日)14時～	市民文化ホール大ホール	700円
華道	5/17(土)・18(日)10時～	マリオス展望室（盛岡駅西通二）	無料
三曲	5/18(日)13時半～	市民文化ホール大ホール	1000円
管弦楽	5/24(土)18時～	市民文化ホール小ホール	500円
合唱	5/25(日)12時半～	市民文化ホール大ホール	400円
声楽	5/31(土)13時～	市民文化ホール小ホール	無料
民謡	6/1(日)12時～	市民文化ホール大ホール	1000円 ※小学生～高校生は無料
洋舞	6/8(日)14時～		2000円

4月26日(土)12時オープン



新たな観光拠点、防災拠点などの役割を担う盛岡初の道の駅がオープンします。周辺道路の混雑が見込まれることから、4月26日～5月6日(火)のうち土・日曜と祝日は一部交通規制を実施します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。 📍 1051357

いわて盛岡シティマラソン2025 参加ランナー募集中！

同大会の参加者を募集します。コースや申し込み方法など詳しくは、同大会公式ホームページをご覧ください。

- 📞 RUNNETから受け付け中。7月31日(木)まで※先着順
- 📞 スポーツ推進課内、いわて盛岡シティマラソン実行委員会事務局 ☎626-3111
- 📍 1025863

10月18日(土)

【種目】

- ①ジュニアチャレンジラン（500㍓～1.5㍓）※学年によって距離が異なります
- ②親子ラン（500㍓）
- 【参加資格】
- ①各学年男女70人
- ②210組※3歳以上の就学前の子1人と18歳以上の保護者
- 【費用】
- ①1000円②1組2000円

10月19日(日)

【種目】

- ①フルマラソン（42.195㍓）
- ②ファンラン（12.1㍓）
- ③ベアラン（1.3㍓予定）
- 【参加資格】
- ①6000人※高校生を除く18歳以上
- ②2000人※小学生を除く12歳以上
- ③300組※小学生以上の2人（小学生同士を除く）
- 【費用】
- ①1万円②6000円③1組3000円

広告

古くても！
動かなくても！

どんなお車でも原則3万円以上で買取します!!

※抹消手続きなど諸経費は一切かかりません。保管状況等によって買取できない場合もあります。

ケース ドリーム
K's Dream

県内引取・見積等すべて無料!

TEL.090-9745-2336

盛岡店

〒020-0855 岩手県盛岡市上鹿妻田貝7-2

滝沢店

〒020-0731 岩手県滝沢市篠木明法 127-2

岩手県公安委員会許可 古物商許可番号：第211170000454号

TEL:019-601-3070

広告

Audika

『お風呂が沸きました』
あ、この音、届いた。

補聴器 2週間無料体験中!
耳につけても目立たないタイプが人気!

オーディカ

Audika 盛岡店

岩手県盛岡市盛岡駅西通1-11-17

定休日／日曜・月曜・祝日

営業時間／9:00～17:00

●ご予約はお電話またはネットから

☎0120-200-177

TEL019-653-4883



たくさんの思い出をありがとう 生出小学校

生出地域で住民に長く愛され、昭和24年の開校から数えて1716人の卒業生を送り出してきた市立生出小学校（下田字仲平）。多くの人に惜しまれながら、3月31日に閉校しました。

76年の歴史に幕

生出小学校は、昭和24年に渋民村立生出小学校として誕生。清らかな泉「生出湧水」や雄大な岩手山をはじめとする豊かな自然と、地域のたゆまぬ愛情が子どもたちを守り育てました。生出小学校の特色でもある地域学習は、岩手大教育学部の田代高章

教授と学生が24年にわたって支援。子どもたちがふるさとの誇りをもち、これから歩む道を支える礎となりました。令和6年5月には、5年ぶりの生出地区自治会・小学校合同大運動会を開催。校庭いっぱい広がるさんさ太鼓と踊りが、校史の最後を飾りました。



児童へ言葉を贈る天沼正明校長



思い出や感謝の言葉を述べる児童



内館市長へ校旗の降納

地域と学校に感謝を込めて ――

3月15日(土)に開かれた閉校式には、卒業生や地域の住民約170人が出席し、当時の思い出を振り返り、慣れ親しんだ学びやに思いをはせました。天沼正明校長は児童へ「生出小で学んでくれて、ありがとう」と言葉を贈りました。式の終盤では、出席

者が見守る中、児童が登壇。一人一人が学校生活の思い出や感謝の言葉を堂々と発表し、生出小に別れを告げました。最後の卒業生7人は中学校に進学、在校生10人は4月から統合先の渋民小で新しい学校生活を送っています。

健康ひろば

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。

高齢者向け健康づくり

都南老人福祉センター ☎638-1122

おおむね60歳以上の人を対象に、表1の健康教室を開催します。タオルと飲み物持参。※医師からの運動制限がある人は参加できません
☎ 都南老人福祉センター（下飯岡8）
☎ 電話：4月18日(金)11時から

表1 健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
5/1 (木)	10時半～ 11時半	リフレッシュ体操	各20人	各500円※
5/8 (木)		かんたんコロコロつどりん教室		
5/15 (木)		やさしいエアロビクス		
5/23 (金)		ピラティス体操教室		

※初めての人は無料

定期健康相談

健康増進課 ☎603-8306

体組成・血圧測定と生活習慣病予防や健康づくりなどの相談ができます。健診結果の相談の場合は、健診結果が分かるものを持参してください。

表2 定期健康相談の日程など

会場（所在地）	おおむねの開催日	時間
キャラホール（永井24）	5・6・12～来年3月の第2火曜と7・10・11月の第1火曜	10時～11時10分
青山地区活動センター（青山三）	偶数月第3月曜	10時～11時半
松園地区活動センター（西松園二）	偶数月第1木曜	
高松地区保健センター（上田字毛無森）	偶数月第4火曜	
上田老人福祉センター（上田四）	5・11月の第2水曜と8・来年2月の第3水曜	
山岸地区活動センター（山岸四）	奇数月第1水曜（5月は第2水曜）	
本宮地区活動センター（本宮四）	5・11・来年2月の第4金曜と8月の第5金曜	

詳しくは、市ホームページをご覧ください。同課へお問い合わせください。
☎ 表2のとおり ID 1006481

健康生き生きマージャン教室

西部公民館 ☎643-2288

「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的に、健康マージャンを楽しみます。

☎ 5月14日(水)13時半～15時半
☎ 同館（南青山町） ID 16人
☎ 窓口・電話：5月1日(木)10時から
ID 1042077

麻しん及び風しんの定期予防接種の条件付き接種期間延長

指導予防課 ☎603-8307

麻しん風しん混合ワクチンの接種期間を条件付きで延長します。接種を希望する場合は、同課への事前の申請が必要です。対象など詳しくは、同課へ問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。
ID 1051329

人間ドック費用を助成

健康保険課

国保☎626-7527 後期高齢☎613-8439

国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入する人が、表3の指定検査機関で人間ドックを受ける場合、費用の一部を助成します。同年度内に国保特定健診や後期高齢者健診、がん検診を受診した人は対象外です。検査項目や料金など詳しくは、各検査機関へお問い合わせください。
¥ 助成額：2万円※乳がん・子宮がん検診も受診する場合は2万4000円
☎ 指定検査機関へ受診予約後、本人確認書類を持参し同課か各支所窓口で直接申し込み。同課への電話申し込みのほか、国保の場合はマ

イナポータルでも申し込みできます

ID 国保：1003571

後期高齢：1003622

医療用ウィッグ購入費の補助

健康増進課 ☎603-8305

がんの治療に伴う医療用ウィッグの購入費の一部を補助します。申し込み方法など詳しくは、同課へお問い合わせください。

ID がんの治療に伴い医療用ウィッグ（全頭用）が必要な人※令和7年4月1日以降の購入が対象。部分用ウィッグ・毛付き帽子・付属品は対象外
¥ 補助金額：購入費用の2分の1（上限2万円）
ID 1034100

表3 人間ドック費用助成対象の指定検査機関

検査機関名（所在地）	電話	1日コース	1泊2日コース
市立病院（本宮五）	635-0101	○	○
盛岡友愛病院（永井12）	638-2222	○	×
盛岡赤十字病院（三本柳6）	637-3111	○	国保○ 後期×
川久保病院（津志田26）	635-1305	○	×
遠山病院（下ノ橋町）	651-2118	○	×
松園第二病院（西松園三）	662-0100	○	×
県厚生連人間ドックセンター（永井14）	637-1910	○	×
いわて健康管理センター（西仙北一）	635-8850	○	×
盛岡つなぎ温泉病院（繫字尾入野）	689-2101	○	○
県予防医学協会（北飯岡四）	638-7185	○	×
八角病院（好摩字夏間木）	682-0201	○	×

接骨院の休日当番

受付時間：10時～16時

※当番役が変更になることがあるので、事前に電話で確認してから利用してください

実施日	名称	所在地	電話番号
5/4(日)	村上整骨院	青山一丁目2-16	645-2313
5/11(日)	もとみや整骨院	本宮四丁目10-25	601-6778
5/18(日)	コスモ整骨院	緑が丘四丁目1-50アスティ緑が丘205号	681-3328
5/25(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066

地球環境に配慮したインキを使用しています。