

子育て情報ひろば

☞1ページからの続き

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。

☎ ☎ 6月27日と7月18日は飯岡地区保健センター（下飯岡8）、7月4日は高松地区保健センター（上田字毛無森）、金曜、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。
☎ 7月10日(木)10時～11時半
☎ タカヤアリーナ（本宮五）
☎ 0～3歳の子と保護者

ecoキッズ 森を観察してコケ玉を作ろう

環境企画課 ☎626-3754

外山森林公園内の下草を刈り取って苗木の成長を手伝い、コケで工作します。
☎ 7月6日(日)10時～12時
☎ 同公園（藪川字大の平）
☎ 15組※小学生以下の子と保護者
¥ 30円程度
☎ 電話・応募フォーム：
6月25日(木)まで



赤ちゃんヨガ教室 飯岡地区公民館 ☎637-2270

赤ちゃんとしんしんをとりながらいととをヨガでリフレッシュ。

☎ 7月11日(金)・25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：6月16日(月)9時から

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。

☎ 7月16日(木)10時～11時半
☎ 同公民館（永井24）
☎ 10組※0歳の子と保護者
☎ 電話・窓口：6月26日(木)10時から
☎ 1034470

親子の楽しい体験教室『防災へりとはたらく車を見にいこう』

都南公民館 ☎637-6611
☎ kouza-kyara@mca.jp

☎ 7月26日(土)10時～11時半
☎ 県防災航空センター（花巻市）※現地集合解散
☎ 40人※概ね4歳～小学生と保護者
¥ 1人25円
☎ 往復はがき・メール：必要事項の他、親子の氏名・年齢を記入し、〒020-0834永井24-10-1都南公民館へ送付。7月10日(木)必着※定員を超えた場合は抽選
☎ 1040416

親子でめぐる市場体感ツアー 中央卸売市場 ☎614-1000

売り場の見学や冷凍庫の寒さ体験などのツアーです。申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 7月26日(土)・28日(月)・29日(火)・31日(木)・8月2日(土)・4日(月)・5日(火)・7日(木)、5時40分～7時半（市場食堂での朝食を希望する場合は8時半まで）
☎ 同市場（羽場）
☎ 各30人※小学生と保護者
¥ 1人200円※朝食付きは900円
☎ 応募フォーム：6月23日(月)～7月4日(金)
☎ 1052054

わらべうたで遊ぼう 中央公民館 ☎654-5366

親子でわらべうたに合わせて体を動かして遊びます。

☎ 7月30日(木)10時半～11時半
☎ 同公民館（愛宕町）
☎ 10組※0～1歳半の子と保護者
☎ 応募フォーム：6月19日(木)10時から
☎ 1041438

ハハと子のふれあい遊び 西部公民館 ☎643-2288

触れ合い遊びや歌、踊りなど親子で楽しく遊びます。

☎ 7月26日(土)10時～11時半
☎ 同公民館（南青山町）
☎ 20組※ひとり歩きができる就学前の子と保護者
☎ 電話：7月2日(木)10時から
☎ 1052055

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ダンスをします。

☎ ①7月2日(火)・9日(木)②7月14日(月)・28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
☎ 応募フォーム：①6月25日(木)まで②7月7日(月)まで
☎ 1052038

親子ペイント教室 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

線遊びと色水を使ってはじ絵を描きます。
☎ 7月23日(木)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
☎ 応募フォーム：7月16日(木)まで
☎ 1052035

親子アート教室 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

コルクシートを使ってごっこつした恐竜のコラージュを作ります。
☎ 7月30日(木)13時半～15時半
☎ 松園地区公民館（東松園二）
☎ 8組※4歳～小学6年生までの子と保護者。小学生は保護者の同伴がなくても参加できます
¥ 1500円
☎ 応募フォーム：7月23日(木)まで
☎ 1052034

親子アート教室 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

コルクシートを使ってごっこつした恐竜のコラージュを作ります。

☎ 7月30日(木)13時半～15時半
☎ 松園地区公民館（東松園二）
☎ 8組※4歳～小学6年生までの子と保護者。小学生は保護者の同伴がなくても参加できます
¥ 1500円
☎ 応募フォーム：7月23日(木)まで
☎ 1052034

図書館のお仕事体験 ～司書ってなに？～ 渋民図書館 ☎683-2167

本の貸し出しなどを体験し、司書について学びます。

☎ 7月31日(木)・8月1日(金)、13時半～15時半
☎ 同図書館（渋民字鶴塚）
☎ 各2人※小学4年生～中学3年生
☎ 電話：7月1日(火)9時から
☎ 1000842

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。

☎ 7月14日(月)・28日(月)、15時～16時
☎ 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
¥ 2000円
☎ 応募フォーム：7月7日(月)まで
☎ 1052037

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。

親子でチャレンジ ～夏の親子キャンプ～ 区界高原少年自然の家 ☎0193-77-2048

登山やキャンプファイヤー、水晶探し、野外炊事など自然体験活動しながら家族ごとにテントで泊まります。

☎ 7月26日(土)9時半～27日(日)14時15分
☎ 同少年自然の家（宮古市）
☎ 13組※小・中学生と保護者
¥ 1人3500円

☎ はがき・応募フォーム：必要事項のほか、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。7月13日(日)必着※定員を超えた場合は抽選
☎ 1040192

ちょっとだけ図書室お仕事体験 西部公民館 ☎643-2288

図書室の窓口業務体験やブックスタンドの作成。

☎ 7月29日(火)～8月1日(金)、10時～11時半
☎ 同公民館（南青山町）
☎ 各2人※小学3～6年生
☎ 電話：7月4日(金)10時から
☎ 1052036

図書館のお仕事体験 ～司書ってなに？～ 渋民図書館 ☎683-2167

本の貸し出しなどを体験し、司書について学びます。

☎ 7月31日(木)・8月1日(金)、13時半～15時半
☎ 同図書館（渋民字鶴塚）
☎ 各2人※小学4年生～中学3年生
☎ 電話：7月1日(火)9時から
☎ 1000842

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。

☎ 7月14日(月)・28日(月)、15時～16時
☎ 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
¥ 2000円
☎ 応募フォーム：7月7日(月)まで
☎ 1052037

子ども科学館へ行こう！

■クマはかせになろう！！
クマの生態を知ることができる展示など。

☎ 7月5日(土)・6日(日)、10時～15時半
¥ 展示室入場料が必要
■ワークショップ
「お絵かき万華鏡」

☎ 7月の土・日曜と祝日、14時半～16時
☎ 30人
¥ 200円※展示室入場料が必要
☎ 随時受け付け
■「星を見る会」
星座探しと天体観察。※悪天候時は中止。途中参加はできません

☎ 7月5日(土)20時～21時
☎ 駐車場の利用は予約が必要。20台まで
☎ 電話・窓口：6月18日(火)9時から

■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。
☎ 7月12日～27日の土・日曜と祝日、11時～11時20分
¥ 展示室入場料が必要
■リフレッシュ理科教室
「Ricaカードのナゾをとけ！」
ICカードの原理を学びながら、

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

工作を楽しみます。
☎ 7月26日(土)、9時半～11時と13時半～15時
☎ 各24人※小・中学生。小学1～3年生は保護者同伴
☎ 電話・窓口：7月11日(金)9時から



▲工作する作品

■特別展
「木のからくりおもちゃ展」
からくりで動く木のおもちゃをまわして遊んでみよう。
☎ 7月26日(土)～8月17日(日)10時～16時
☎ 就学前の子は保護者同伴
¥ 100円

みんな、あそびにきてね
子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう

本とのふれあい

市立図書館（高松一） ☎661-4343

☎ 1040089

■かみしばいのへや（♥）
☎ 6月26日(木)・7月10日(木)、15時半～16時

■おはなしのじかん
語りや絵本の読み聞かせ。

☎ ☎ 6月28日(土)・7月12日(土)、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
■夏のちいさなおはなし会

①幼児向けの歌と読み聞かせ②小学生向けの読み聞かせ③大人の読書会

☎ 7月5日(土)、①10時～10時25分②10時半～10時55分③11時～11時50分

■えほんのへや（♥） ☎ 7月5日(土)15時半～16時

■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。

☎ ☎ 7月11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40分は1歳2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。

☎ 7月4日(金)10時半～11時
☎ 生後4カ月～1歳3カ月の子と保護者

（♥）は幼児～小学生が対象の催しです。

■おはなしの時間
絵本の読み聞かせと手遊びなど。

☎ 7月9日(木)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

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。

☎ 7月9日(木)15時～15時半
☎ 1000842



中央公民館（愛宕町） ☎654-5366

■わくわくおはなし会
絵本の読み聞かせやお話の語り。
☎ 7月5日(土)11時～12時
■すみっことおはなし会
☎ 7月6日(日)11時～11時半
☎ 1040414

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。
☎ ☎ 7月16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、先着各26人
☎ 1030304

☎ 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。（5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が必要になる場合があります

7月							当番病院一覧	
日	月	火	水	木	金	土	中央	県立中央病院
		1	2	3	4	5	上田一丁目4-1	☎653-1151
		中央	国立	中央	中央	日赤	日赤	盛岡赤十字病院
		中央	国立	中央	中央	国立	三本柳6-1-1	☎637-3111
6	7	8	9	10	11	12	国立	国立病院機構盛岡医療センター
13	14	15	16	17	18	19	青山一丁目25-1	☎647-2195
20	21	22	23	24	25	26	※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	
日赤	中央	日赤	国立	中央	日赤	国立		
27	28	29	30	31				
中央	中央	日赤	国立	中央				