

# 子育て情報ひろば

## 親向け 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。  
● 4月15日(休)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・応募フォーム: 4月14日(休)まで  
ID 1002663

## 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とパパの妊婦体験など。  
● 4月18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12組※8月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー  
☎ 応募フォーム: 4月3日(休)12時から  
ID 1002116

## 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。  
● 4月21日(休)10時～11時45分

市保健所(神明町)  
● 20組※令和7年12月生まれの子どもと初めて子育てしている保護者  
☎ 応募フォーム: 3月31日(休)から  
ID 1002133

## こんにちはあかちゃん講座「あんあんコース」

とりょう支援センター ☎651-8580  
育児・離乳食のアドバイスや看護師の講話、母親同士の交流など。  
● 5月22日(休)・28日(休)、全2回、10時～11時半  
☎ 都南公民館(永井24)  
● 20組※令和7年10月～12月に生まれた子どもと保護者  
¥ 150円  
☎ 電話・応募フォーム: 4月6日(月)10時から  
ID 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  
ID 1002663  
▶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。  
● 3月19日(休)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、4月9日(休)は都南公民館(永井24)、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。  
● 3月24日(休)・4月17日(休)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、4月7日(休)は高松地区保健センター、10時～11時半  
● 0歳の子と保護者  
▶ウッドイ遊びの広場  
木でできたおもちゃの温もりを感じながら遊びます。  
● 4月3日(休)10時～11時半  
☎ 高松地区保健センター  
● 2歳以下の子と保護者

## ベビママふいっとねす教室(ピラティス)

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。  
● 4月7日(休)・13日(月)・20日(月)、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  
¥ 3000円  
☎ 電話: 3月20日(休)10時から  
ID 1055625

## 図書室子ども向け行事 春休みクイズ

中央公民館 ☎654-5366  
図書室にちなんだクイズに正解すると、景品がもらえます。  
● 3月20日(休)～4月5日(日)、9時～17時  
☎ 同公民館(愛宕町)  
● 小学生以下の子と保護者  
ID 1055734

## 試合で「動ける体」を作る 栄養セミナー

きたぎんボールパーク ☎613-3080  
野球の試合に臨むための体づくり

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。

に必要な栄養を学びます。  
● 3月28日(出)10時半～12時  
☎ きたぎんボールパーク(永井7)  
● 中学生と保護者  
☎ ホームページ: 受け付け中  
ID 1055635

## ベビママふいっとねす教室(ピラティス)

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。  
● 4月7日(休)・13日(月)・20日(月)、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  
¥ 3000円  
☎ 電話: 3月20日(休)10時から  
ID 1055625

## おやとこひろば

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。  
● 4月15日(休)10時～11時半  
☎ 同公民館(東松園二)  
● 0歳～就園前の子と保護者  
ID 1055560

## 春の親子ふれあいベビーヨガ教室

中央公民館 ☎654-5366  
親子でヨガを楽しみながら、心身をリラックスさせます。

● 4月16日(休)・23日(休)、10時～11時半  
☎ 同公民館(愛宕町)  
● 各10組※首の据わった3カ月～11カ月の子と保護者  
● 各30円  
☎ 応募フォーム: 3月18日(休)10時から※先着順



## 子育て支援の有償ボランティア説明会

市ファミリーサポートセンター ☎625-5810  
子どもの一時預かりなどをするボランティア活動の説明会を開催します。  
● 4月10日(休)・15日(休)・5月11日(月)、10時～12時・13時半～15時半  
☎ 市総合福祉センター(若園町)  
☎ 電話: 3月18日(休)9時から  
ID 1002527

## 本とのふれあい

市立図書館(高松一) ☎661-4343  
ID 1040089  
■かみしばいのへや(♥)  
紙芝居と絵本の読み聞かせ。  
● 3月26日(休)・4月9日(休)、15時半～16時  
■おはなしのじかん  
うれし野こども図書室の皆さんによる語りや絵本の読み聞かせ。  
● 3月28日(出)・4月11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  
■えほんのへや(♥)  
● 4月4日(出)15時半～16時  
■おはなしどころ  
わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。  
● 4月10日(休)、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  
ID 1000831  
■とことこおはなし会  
わらべ歌と絵本の読み聞かせ。  
● 4月3日(休)10時半～11時  
● 4カ月～1歳3カ月の子と保護者  
■おはなしのじかん  
絵本の読み聞かせと手遊びなど。  
● 4月15日(休)10時半～10時55分  
● 0～2歳の子と保護者

## 子どもの予防接種は忘れずに!

☎ 指導予防課 ☎603-8307 ID 1002154  
予防接種を受けることで、病気の発症や重症化を予防することができます。効果や目的、副反応などをよく理解し、医師と相談して接種しましょう。

## 予防接種の受け方

予防接種予約票(赤ちゃん手帳や学校を通して配布済み)、母子健康手帳、マイナンバーカードなど(氏名・住所・生年月日の分かるもの)を持参し指定医療機関を受診してください。事前に予約が必要な場合がありますので接種する医療機関にお問い合わせください。紛失や転入により予約票がない人は同課へお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。  
次の予約票は、学校を通じて配布します。  
▶日本脳炎(第2期): 小学4年生  
▶二種混合(ジフテリア・破傷風)第2期: 小学6年生  
▶ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症(女子のみ): 小学6年生



(♥) は幼児～小学生が対象の催しです。

■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。  
● 4月15日(休)15時～15時半  
ID 1000842  
中央公民館(愛宕町) ☎654-5366  
■すみっことおはなし会  
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。  
● 4月5日(日)11時～11時半  
ID 1040414  
■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。  
● 4月11日(出)11時～11時半  
ID 1030404  
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。  
● 4月15日(休)、10時～10時40分は1歳未満の子と保護者、10時50分～11時20分は1歳～4歳未満の子と保護者、先着各10組  
ID 1055698

## 子ども科学館へ行こう!

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

子ども科学館マスコットキャラクター こかぼう

■星を見る会  
天体望遠鏡を使って星空観察と星座探しをします。※悪天候時は中止。途中参加はできません  
● 4月4日(出)19時～20時  
● 駐車場の利用は予約が必要。20台まで  
☎ 電話・窓口: 3月21日(出)9時から  
■ワークショップ  
「プラコップキーホルダー」  
プラスチックコップを使ってオリジナルキーホルダーを作ります。  
● 4月4日～29日の土・日曜と祝日、14時半～16時※所要時間 20分程度  
● 各回30人  
● 100円※別途展示室入場料が必要

19日(日)・25日(出)・26日(日)・29日(休)、11時～11時20分  
● 展示室入場料が必要

■科学技術週間イベント  
「高木先生のカメラ実験」  
岩手大の高木浩一教授による①サイエンスショーと②体験コーナー。  
● 4月12日(日)①11時～11時20分と②11時20分～11時40分と③13時20分～13時40分  
● 展示室入場料が必要

■科学技術週間特別展示  
県内企業の特許・実用新案例など展示や、令和7年度発明クラブ作品展示。また、岩手山の形に着目した展示。段ボールの迷

広告

日本糖尿病学会認定糖尿病専門医 日本眼科学会認定眼科専門医  
院長 長澤 幹 副院長 長澤 真奈

4月に開院いたしました

糖尿病内科・一般内科  
診療時間 月・火・木・金/9:00～12:00 14:00～18:00  
土・水・土/9:00～12:30

眼科  
診療時間 月・火・木・金/9:00～12:00 14:00～17:30  
土・水・土/9:00～12:30(水曜検査のみ)  
休診日/水・土午後・日・祝・第4土曜 ※受付は終了30分前まで

皮膚科・美容皮膚科  
日本皮膚科学会認定皮膚科専門医  
院長 馬場 俊右 副院長 馬場 由香

診療時間 月 火 水 木 金  
9:00～12:30 ● ● ● ● ●  
14:30～18:00 ● ● ● ● ●

休診日 \* 受付は診療終了30分前まで、美容皮膚科は完全予約制です。  
土・日・祝 \* 受付早期終了や臨時休診の場合があります。  
\* 最新情報はホームページか電話でご確認ください

盛岡市津志田15地割50-1 ☎019-656-6825

広告

一人ひとりの幸せを応援(yell)するクリニック

エールクリニック盛岡  
院長 菊地 大輝

診療時間 木 金 土  
9:30～13:00 - ● ▲  
14:30～18:00 ● ● ●

休診日 月～水曜 木曜午前 日曜 祝日  
▲ 土曜不定休診

Tel 019-658-8282 盛岡市中ノ橋通1丁目4-20 水晶堂ビル5階

広告

わたなべ 脳神経内科 クリニック

脳神経内科・内科 リハビリテーション科・脳神経外科・整形外科

診療時間 月 火 水 木 金 土 休診日/日曜、祝日  
午前 9:00～12:30 ● ● ● ● ● ●  
午後 2:00～6:00 ● ● ● ● ● ●

TEL 019-605-1117 www.clinic-watanabe.com