

広報 もりおか

2018 (平成30) 年 8月15日号 (No.1487)

お知らせ版

目次	
1・8	子育て情報広場
2〜3	健康ひろば
4〜5	イベント情報
6〜7	もりおかインフォ

発行：盛岡市
 ☎020-8530盛岡市内丸12-2
 ☎019-651-4111 (代表)
 ファクス：019-622-6211
 発行部数：14万3360部
 編集：市長公室広聴広報課
 ☎019-613-8369 (直通)
 info@city.morioka.iwate.jp
 記事の無断転載を禁じます。

子育て情報ひろば

<マークの見方>

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 定員、対象
- 💰 費用
- 📧 申し込み
- 📠 ファクス
- 📞 問い合わせ
- 🆔 広報ID
- 👶 託児

※特に記載がない場合は無料 ※記載されている申込開始日時から先着順に受け付け

子育てを楽しむ とりょう保育園子育て支援センター

☎651-8580

赤ちゃんとの遊びや読み聞かせなど、子育て支援の場を開設します。時間はいずれも10時〜11時半。当日会場へどうぞ。🆔 1002663

▶にこにこルーム

🕒 8月21日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、8月28日(火)・9月11日(火)は上堂児童センター(上堂三)、9月13日(水)はタカヤアリーナ(本宮五)

👤 0歳〜3歳の子と保護者

▶ぴよぴよルーム

🕒 8月31日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、9月4日(火)は高松地区保健センター

👤 0歳の子と保護者

■市立保育園の一斉園開放

🕒 8月21日・28日・9月11日、火曜、9時半〜11時

👤 0歳〜就学前の子と保護者や妊婦

■マタニティサロン

出産後の生活についてアドバイス。

🕒 8月29日・9月19日、水曜

📍 とりょう保育園(肴町)

👤 初妊婦

📞 同支援センターへ電話予約

■親子リズム講座

色々なリズムに合わせて遊ぶ。

🕒 9月7日(金)10時〜11時半

📍 都南公民館(永井24)

👤 20組※1歳半〜2歳半の子と保護者

📞 電話：8月21日(火)14時から(とりょう保育園 ☎624-4103または、同支援センターで受け付けます)

■市立保育園の半日体験

🕒 10月16日(火)10時〜12時

📍 市立保育園11園

👤 各園5組※1歳6か月〜2歳半の子と保護者

💰 300円

📞 直接：9月11日(火)10時から各園

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

①ベビーダンス②ベビーマッサージ③ファーストサイン④ママのためのエアロビクス※週変わり

🕒 9月5日〜26日、水曜、全4回、13時15分〜14時半

📍 松園地区公民館(東松園二)

👤 各20組※首の据わった3〜24カ月の子と母親

💰 4000円。1回のみは1250円

📞 電話：8月20日(月)10時から

🆔 1022749

子育てママのリフレッシュ講座

西部公民館 ☎643-2288

①初心者でも楽しくミュージックベルに挑戦②お花で心癒やされるすてきな空間を演出

🕒 ①9月6日(水)②9月13日(水)、10時〜11時45分

👤 各16組※育児中の母親

📍 制限なし

💰 2000円

📞 電話：8月22日(水)10時から

ママとキッズの交流広場 たんたん

杜陵児童センター ☎623-0465

📞 電話：8月20日(月)10時から

①音楽療法士を講師に、歌ったり楽器を鳴らしたり音楽遊びについて学ぶ

🕒 9月14日(金)10時半〜12時

👤 15組※0歳〜未就学の子と母親

💰 1組300円

②助産師による、赤ちゃん・子育て相談

🕒 9月19日(水)10時半〜12時

👤 妊娠中・子育て中の母親

ファーストサイン教室

盛岡体育館 ☎652-8855

赤ちゃんとおふれあい遊びをしながら親子のコミュニケーションをとる。

🕒 9月21日〜10月5日、金曜、全3回、10時半〜12時

👤 10組※首の据わった4か月〜18カ月の子と保護者

💰 4320円

📞 電話：8月18日(土)9時から

🆔 1023962

市保健所で開催の教室

母子健康課 ☎603-8303

■マタニティ教室〜平日コース〜

妊娠中の栄養管理やママと赤ちゃんの歯の健康についての講話と調理実習。

🕒 9月18日(火)10時〜13時半

👤 30人※参加時点でおおむね妊

娠5か月〜8か月の初妊婦

📞 電話：9月7日(金)14時から

■離乳食教室

初めての離乳食の不安を解消するための講話と試食。※グループでの申し込みはお控えください

🕒 9月25日(火)10時〜12時

👤 30組※30年5月生まれの子と初めて子育てをする母親

📞 電話：8月28日(火)14時から

🆔 1002133

■パパママ教室〜日曜コース〜

妊娠中の健康管理や赤ちゃんのお風呂の入れ方を学ぶ。

🕒 9月30日(日)10時〜15時

👤 36組※来年1月に出産予定の初妊婦と夫

📞 電話：9月14日(金)14時から

🆔 1002116

ベビーマッサージ体験

中央通勤労青少年ホーム

☎623-2701

🕒 9月29日(土)13時半〜15時半

👤 10組※首の据わった3か月〜12カ月の子と保護者

📞 電話・窓口：8月20日(月)12時から

子育て情報 pick up

お得な「もりパス」が皆さんの子育てを応援します！

📞 子ども青少年課

☎613-8356

🆔 1002171

「もりおか子育て応援パスポート(もりパス)」を提示すると、市内の協賛店(330店舗)で、割引やドリンクサービスなどの特典を受けられます。対象は、市内に住んでいて18歳未満の子どもがいる世帯と、母子手帳の発行を受けた妊娠中の人がいる世帯。もりパスは、カード型とモバイル型の2種類があり、カード型は世帯に1枚限りですが、モバイル型も併用して持つことができます。(母親がカード型、父親がモバイル型など)申請方法や特典について詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。携帯電話・スマートフォンはこちらからご覧ください。➔



もりパスカード

募集しています！

もりパスで子育て世代に各種特典などの子育て支援サービスを提供する協賛企業・店舗を随時募集しています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

📞 盛岡商工会議所 ☎624-5880

健康ひろば



健康づくり!マッサージ等指導教室 長寿社会課 ☎603-8003

マッサージ師による健康講話と体のケアのアドバイス。タオル持参。

- 表1のとおり
- 各15～25人※60歳以上
- 当日、開始10分前から先着順
- 1003805

結核レントゲン集団検診 保健予防課 ☎603-8308

結核レントゲンの集団検診を実施しています。9月の日程は表2のとおりです。6月に発送した受診券(成人検診と同一)に記入し、都合の良い会場へお越しください。肺がん検診を受

表1 マッサージ等指導教室の日程

実施日	時間	会場
8/20(月)・9/10(月)	10時～12時	津志田老人福祉センター(津志田西二)
8/25(土)・9/4(火)	10時15分～12時15分	愛宕山老人福祉センター(愛宕下)
9/7(金)	10時～12時	西青山老人憩いの家(西青山三)
9/13(木)	10時～12時	山王老人福祉センター(山王町)

表2 結核レントゲン集団検診の日程

期日	会場	所在地	時間
9/2(日)・3(月)	玉山総合福祉センター	洪民字泉田	9:30～11:30
9/4(火)	東安庭公民館	東安庭二	9:30～9:50
	ジョイス東安庭店	東安庭一	10:10～10:40
	中野小	中野二	11:10～11:30
	ユニバース中野店	中野一	13:00～13:40
	川目児童センター	東山一	14:00～14:20
9/7(金)	沢田公民館	東中野字片岡	14:40～15:00
	大慈寺児童センター	茶畑二	9:30～10:00
	住吉神社	住吉町	10:20～10:50
	岩手大教育学部付属中	加賀野三	11:10～11:40
	山岸老人憩いの家	山岸六	13:00～13:30
9/11(火)	いわて生協ベルフ山岸	山岸二	13:50～14:50
	高松の池入口広場	高松一	9:30～10:10
	高松老人憩いの家	高松三	10:30～10:50
	緑が丘公民館	緑が丘三	11:10～11:40
	松園地区活動センター	西松園二	13:10～13:50
9/13(木)	ユニバースサンタウン松園店	北松園二	14:20～15:10
	いわて生協ベルフ青山	青山四	9:30～10:30
	県青少年会館	みたけ三	11:00～11:30
	市屋内ゲートボール場	前九年三	13:00～13:20
	城西児童センター	中屋敷町	13:40～14:00
9/14(金)	稲荷神社	稲荷町	14:20～14:40
	Aコープ湯沢店	湯沢東一	9:30～9:50
	津志田小	津志田中央一	10:30～10:50
	ジョイス見前店	西見前14	11:10～11:30
	都南図書館	永井24	13:00～13:30
9/18(火)	いわて生協ベルフ仙北	仙北三	14:10～14:50
	仁王小体育館前	本町通二	9:10～9:30
	ザ・ダイソー盛岡梨木店	梨木町	9:50～10:10
	本宮小	本宮二	10:40～11:00
	下太田老人福祉センター	下太田榊	11:40～12:00
9/21(金)	ユニバース中野店	中野一	13:30～14:10
	盛岡八幡宮駐車場	八幡町	14:30～14:50

※9月20日(木)と最終日21日(金)の日程は、9月15日号に掲載します

診する人は受ける必要がありません。
●昭和29年4月1日以前に生まれた人
●1006625

各種健康教室

都南老人福祉センター ☎638-1122

60歳以上の人を対象に各種健康教室を開催します。★は定員20人
●電話:8月18日(土)10時から

リフレッシュ体操教室★

●8月23日(木)10時半～11時半

そばうち体験

●8月30日(木)10時半～12時

ピラテス体操教室★

●9月6日(木)10時半～11時半

●500円

ヨガ教室★

●9月13日(木)10時半～11時半

●500円

禁煙チャレンジャー2018を募集 健康増進課 ☎603-8305

薬局で薬剤師からの禁煙指導後、禁煙補助剤を活用しながら3カ月禁煙に取り組みます。協力薬局など詳しくは、同課に問い合わせるか市公式ホームページをご覧ください。

●実施期間:9月～12月

●50人※経過報告に協力できる人

●電話:8月20日(月)10時から先着順。市内26カ所の協力薬局の窓口でも受け付けます。8月30日(木)17時締め切り

●1023615

ひきこもりに関する公開講演会 保健予防課 ☎603-8308

家族相談士で、それをみた会代表の阿部直樹さんが「ひきこもりの理解と家族の対応」と題して講演。

●8月29日(木)13時半～15時

●勤務福祉会館(紺屋町) ●80人

●電話:8月20日(月)10時から先着順。8月24日(金)16時締め切り

統合失調症の家族講座 保健予防課 ☎603-8309

統合失調症患者の家族を対象に表3のとおり講座を開催。時間はいつでも13時半～15時半です。

●市保健所(神明町)

●各30人※9月1日は定員なし

●電話:8月22日(火)10時から先着順※9月1日のみの場合は不要

青空ウオーキング～さわやか早秋編 健康増進課 ☎603-8305

健康運動指導士と盛岡城跡公園(内丸)を歩く。参加者にはMORIO-Jポイ

表3 統合失調症の家族講座の開催日と内容

期日	内容
9/1(土)	未来の風せいわ病院の田嶋宣行院長が「統合失調症を理解しよう～症状・治療・再発防止について」と題して講話
9/13(木)	「回復力を高める家族のコミュニケーション」と題した講話と事例への対処方法の演習
9/21(金)	のびやか丸サービス管理責任者の松永和代さんが「社会参加に向けて～暮らしに役立つ社会資源～」と題して講話

ントが付きます。※雨天時は室内運動

●9月20日(木)10時～12時

●25人※運動制限のない人

●電話:9月3日(月)10時から先着順

●1022801

後縦韧带骨化症～難病医療講演会 保健予防課 ☎603-8309

岩手医科大付属病院整形外科の山部大輔助教が「後縦韧带骨化症～最近の話題と療養生活のポイント～」と題して講演。講演後に患者交流会と個別相談あり。

●9月25日(火)13時半～16時

●盛岡地区合同庁舎(内丸)

●40人※患者と家族、介護サービス支援関係者など

●電話:9月18日(火)17時締め切り※個別相談(3組)を希望する人は、申し込み時にお話しください

もりおか健康フェスタ2018 健康増進課 ☎603-8305

健康づくりに関するさまざまなイベントを開催。

●9月27日(木)10時～15時半

●イオンモール盛岡(前潟四)

●電話:8月22日(火)10時から先着順

●1023818

医師講演会

岩手医科大付属病院産婦人科の若動ちず子医師が「女性の健康セミナー～女性のがんホルモンの変化～」と題して講演。先着30人に乳がん触診グローブをプレゼント。

●11時～12時半 ●80人

ラジオ体操活用術

●13時～14時 ●25人

薬剤師講演会

漢方やサプリメントの飲み方についての講演。

●14時15分～15時15分 ●50人

体験コーナー(申し込み不要)

減塩メニューの試食や薬剤師の禁煙相談、乳がん触診グローブ体験など。

申し込みが必要なイベントについて

電話:記載されている申込開始日時から先着順に受け付けはがき/往復はがき:①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、申込期限必着で郵送。定員を超えた場合は抽選

ファクス:左記①～⑥と⑦ファクス番号を記入し、ファクスで申し込み。申込開始日時から先着順に受け付け。※定員があつて特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

休日救急当番医・薬局 ※往診はできません

月日	区分	名称	所在地	電話番号
8/19(日)	内	いしい内科・糖尿病クリニック	中ノ橋通一丁目4-20水晶堂ビル4階	601-2277
	小	久保田医院	大館町26-3	646-9090
	外	細井外科医院	大沢川原一丁目1-2	624-2715
	小	もりおかこども病院	上田字松屋敷11-14	662-5656
	小	内田歯科クリニック	大通三丁目7-20	622-0888
	小	中ノ橋薬局	中ノ橋通一丁目7-15	624-2823
	薬	さんべい薬局	大館町26-2	641-0335
8/26(日)	薬	つくし薬局下の橋店	大沢川原一丁目1-3	624-8730
	小	こなん薬局	上田字松屋敷23-3	664-1115
	内	工藤内科ハートクリニック	中ノ橋通一丁目7-13	653-6811
	内	池田内科	上太田弘法清水10-3	659-0310
	外	双木整形外科医院	月が丘二丁目5-23	646-3855
	小	西島こどもクリニック	上田一丁目19-11	651-1369
	小	遠藤歯科医院	上厨川字横長根76-3	648-2010
	小	中ノ橋薬局	中ノ橋通一丁目7-15	624-2823
	薬	上太田薬局	上太田弘法清水1	658-1055
	薬	エイシン薬局	月が丘二丁目5-21	641-0454
9/2(日)	薬	あおば薬局桜小路店	上田一丁目20-1	656-1250
	内	大澤脳神経・内科・歯科クリニック	茶畑二丁目8-3	652-0038
	小	松園第二病院	西松園三丁目22-3	662-0100
	外	遠山病院	下ノ橋町6-14	651-2111
	小	よしだクリニック	西仙北一丁目30-50	635-8341
	小	大浦内科・歯科クリニック	津志田西二丁目13-3	639-3317
	薬	茶畑薬局	茶畑二丁目6-14	622-1800
	薬	そよ風薬局松園店	西松園三丁目20-12	664-0397
	薬	下ノ橋薬局	下ノ橋町7-31	604-0234
	薬	ひばり薬局	西仙北一丁目30-51	635-9797

接骨院の休日当番 受付時間:9時～17時

月日	名称	所在地	電話番号
9/2(日)	小笠原整骨院	好摩字上山13-20	682-0106
9/9(日)	あきもと接骨院	北飯岡二丁目23-17	681-3186
9/16(日)	村上整骨院	青山一丁目2-16	645-2313
9/23(日)	ひかり整骨院中ノ橋	中ノ橋通一丁目7-1エスビル4階	651-0480
9/30(日)	みかわ接骨院	西仙北一丁目31-34フラットキュー1階-A	681-2577

※当番院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

シリーズ「食育」～第4回～

【問】健康増進課 ☎603-8305

「健康で生き生きと暮らすための食育」 について考えよう

乳幼児期から、さまざまな食品や料理を味わい、体験していくことが、偏食や生活習慣病などの予防につながります。次のような食に触れる機会を増やしましょう。

保育園の食育の取り組み

- ・岩手の食材を使った地産地消メニュー
- ・野菜や果物の栽培と収穫体験
- ・配膳や片付けなど家庭の食事につながる手伝いの体験
- ・カレーやピザ、芋の汁などの調理体験
- ・地域の人たちと一緒に伝統食の調理の体験
- ・食に関する絵本の読み聞かせ
- ・子どもの食に関する保護者からの相談に対応
- ・保護者への食育に関する情報提供 など



学んで防ごう!糖尿病～第2回～

【問】健康保険課

☎613-8436

若くても、元気で、健診は必要! ～透析患者からのメッセージ～

皆さんは、もう職場や市の健診はお済みですか? 健診の大切さを知ってもらうため、今回は、透析患者から皆さんへのメッセージをお届けします。

40代 男性

20代の頃は食生活や就寝時間が不規則な生活でした。会社の健康診断でタンパク尿が出ている事が分かり受診するよう言われましたが、自覚症状もなく若いから大丈夫と決めつけ、病院にも行かず…。30代になり、体調を崩して、病院に運ばれました。検査の結果、腎機能が低下しており、透析をするしかないと言われました。現在は透析15年目。今は生活の一部となり受け入れていますが、今思うと自分の体の事をもっと真剣に考えていれば、透析を受けることもなく生活できたかもしれません。健診や予防(規則正しい生活や食生活)は非常に大事です。腎臓病や生活習慣病に関心を持ってください。

30代 男性

透析を始めて5年になります。週に3回、4時間透析を受けているため、仕事との両立が大変です。身体的にも精神的にも負担です。今は1人暮らしなので、体調が悪くなったとき、気付いてくれる人や面倒を見てくれる人がいないことが不安。しかし、頑張つて生活しています。

糖尿病と透析

透析とは、血液中の有害物質を取り除く腎臓の働きの一部を、人工的に補う治療です。透析を導入する原因の第1位は糖尿病性腎症。糖尿病になると、臓臓から出るインスリンというホルモンが減ることなどにより、血糖値(血液中のブドウ糖濃度)を下げられなくなり、腎臓のろ過機能を妨げます。重症化すると、透析が必要になります。



家庭で取り組みたい幼児期の食育

- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- ・よく噛んで食べる
- ・食材にさわる(野菜を洗う、トウモロコシの皮をむく、レタスをちぎるなど)
- ・岩手の食材を選んでいることを知ってもらう
- ・料理や食材をテーマにした絵本を読み聞かせる
- ・プランターなどで野菜を育てる



こんぽにたくさん枝豆が採れたよ!



- ・3歳頃からは、箸を並べる、食器を運ぶなどの手伝いをする
- ・5歳頃からは、調理(包丁で切る、米を研ぐ、食材を混ぜる、盛り付けるなど)の手伝いをする

食に関心を持つことで
ご飯がもっとおいしくなるよ



広告

きたぎん ローンも、保険も、土日でも相談できる!

盛岡南ローン・ほけんプラザ

ローンプラザ ☎0120-710-968 | ほけんの窓口 @北日本銀行 | ほけんプラザ ☎0120-711-968

※各電話番号対応時間、営業時間に準じます Web 予約も受け付けております。

広告

土・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。加賀野 消化器内科・内科クリニック

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:30	●	●	●	●	●	●	●
16:00~20:00	●	●	●	●	●	●	●

年末年始、GWを含む 岩大附属小 至国道4号 祝日も通常診療! 盛岡市天神町11-8 (TEL)019-604-1123 花月堂 ● 当院 ● 城南小 至天満宮

ホームページ <http://kaganoclinic.jp/>

広告

日曜診療・往診・訪問診療 ※往診・訪問診療は 月～木曜 13:00～15:00

医療法人 ちだ内科・外科クリニック

院長 千田 明紀

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日 土曜、祝日、第1・3・5 午前のみ診療

TEL 019-604-3755 www.chida-clinic.com

イベント情報

マークの
見方

- 🕒 日時
- 📍 会場
- 👤 定員、対象
- 💰 費用
- 📅 申し込み
- 🗨️ 問い合わせ
- 📄 広報ID
- 👤 託児

※特に記載がない場合、費用は無料

申し込みが必要な
イベントについて

電話：記載されている申込開始日時から先着順に受け付け
はがき/往復はがき：①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話
番号を記入し、申込期限必着で郵送。定員を超えた場合は抽選

ファクス：左記①～⑥とのファクス番号を記入し、ファクスで申
し込み。申込開始日時から先着順に受け付け。
※定員があつて特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりけきライブ
東日本大震災と平成30年7月の西日本豪雨の復興支援チャリティーライブ。
🕒 8月22日(水)19時～21時
💰 500円※小学生以下無料
👤 1024062
■イキイキライブ応援講座
笑いヨガやそば打ち体験など。
🕒 9月6日(水)・13日(水)、13時半～15時半
🕒 20日(水)9時～15時、全3回
👤 15人※概ね50歳以上
💰 2300円(保険料別途)
📅 往復はがき：8月26日(日)必着
👤 1023899

■シニア向けスマホ講座
🕒 9月12日(水)13時半～15時半
👤 20人※概ね50歳以上のスマートフォンを持っていない人または初心者
📅 往復はがき：8月29日(水)必着
👤 1023901
■エチュードワークショップ
2日で分かる!芝居の魅力
エチュード(即興劇)について学ぶ。
🕒 9月16日(日)13時～17時と17日(月)10時～17時、全2回
👤 10人※高校生以上 💰 500円
👤 1024065
📅 電話・直接：8月19日(日)10時から
■防災公開講座「避難生活で命と健康、本当に守れますか!？」
高齢者や女性などの視点から地域における防災への備えを学ぶ。
🕒 9月22日(土)13時半～15時半
👤 50人 🕒 1人500円※先着5人(要予約)。生後6カ月～未就学の子
📅 電話：8月21日(水)10時から
👤 1023900

キャラホール・都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■ズーラシアンプラス
音楽の絵本ジャイブ
大人気の動物たちがジブリメドレーなどをにぎやかにお届けします。
🕒 9月8日(土)15時～17時

💰 一般2500円、中学生以下1000円
📅 発売中 📄 1024067
■市民のための環境セミナー
自然保護についての講話や公園散策、そば打ち体験など。
🕒 10月2日(水)13時半～15時と10日(水)9時15分～14時45分、全2回
📍 10日は外山森林公園(鮫川字大の平)
👤 20人 💰 1500円(保険料別途)
📅 電話・直接：8月18日(土)10時から
👤 1023975
■秋のハンギングバスケット製作教室
🕒 10月4日(水)10時～12時
👤 10人 💰 1000円
📅 往復はがき：9月20日(水)必着
👤 1023776
■三浦一馬キンテート2018
ガーシュウィン&ピアノソラ

キンテート(バンドネオン五重奏)で名曲の数々を贈る。
🕒 11月20日(水)、19時～21時
💰 一般3000円、U-25チケット1500円
📅 発売中 📄 1024066

姫神ホール

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-3526

■IBCラジオ公開録音 歌って!笑って!!民謡まわり舞台in姫神ホール
🕒 10月13日(土)13時半～16時
📅 同ホールやIBC岩手放送(志家町)などで9月4日(水)9時から整理券を配布※1人2枚まで
👤 1024068
■姫神寄席「春風亭一朝 古今亭志ん輔 二人会」
🕒 11月18日(日)、14時～16時
💰 一般3500円、U-25チケット1500円
📅 発売中 📄 1024069

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■芽でるネット・パソコンミニセミナー
①ワードでチラシを作りましょう
②ビジネス文書の作り方
🕒 ①9月13日(水)13時～15時半②9月27日(水)13時～15時
👤 各8人※起業や就労を目指してい

る女性 💰 各300円
📅 電話：8月21日(水)10時から芽でるネット☎624-3583で受け付け
👤 1021926

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■市民体カテスト&ファミリー体力測定会
握力や上体起こしなど6種目を測定します。
🕒 9月2日(日)、13時半～16時
👤 100人※6歳～79歳
📅 電話：スポーツ推進課☎603-8013
🕒 8月29日(水)17時まで受け付け
👤 1021189

乙部体育館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2129

■ハワイアンフラ体験教室
🕒 9月5日～19日、水曜、全3回、19時～20時半
📍 乙部農業構造改善センター(乙部6)
👤 25人 💰 72円
📅 電話・直接：8月20日(月)10時から

ゆぴあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

ヨガやダンスなどの各フロア教室と水泳教室を開催します。申し込み開始日時は8月18日(土)10時または19日(日)10時からで、教室によって異なります。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。 📄 1007597

中央通勤労青少年ホーム

☎020-0021 中央通三丁目11-15
☎623-2701

35歳未満の働く人(求職中を含む)を対象に初心者向けの料理や生け花などの各講座を開催します。詳しくは、同ホームのホームページをご覧ください。
📅 電話：8月20日(月)12時から



サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

■骨盤リセットエクササイズ
🕒 9月5日(水)10時～11時半
👤 20人※女性 💰 500円
📅 電話：8月21日(水)10時から
■火曜の夜のやさしいピラティス
🕒 9月11日(水)19時～20時半
👤 20人※女性 💰 500円
📅 電話：8月22日(水)10時から
■ここちよい音の世界 はじめてのオカリナ体験
🕒 9月19日(水)14時～15時半
👤 15人 💰 500円
📅 電話：8月23日(水)10時から

市観光文化交流センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
プラザおでって☎621-8800

■おでって芸能館 倉沢人形歌舞伎
東和町倉沢に伝わる県指定無形民俗文化財の人形芝居公演。
🕒 9月30日(日)14時～15時半
💰 前売り1500円、当日2000円
👤 1023949

もりおか町家物語館

☎020-0827 鉦屋町10-8
☎654-2911
メール☎machiya@iwate-arts.jp

■語る奏でるJAZZ
ジャズピアニストの北島貞紀さんによるトーク&JAZZライブ。
🕒 9月21日(金)19時～20時
👤 80人
💰 前売り1800円、当日2000円
📅 電話・メール：8月20日(月)10時から。同館や市内プレイガイドでも販売します 📄 1023970

上田公民館

☎020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

■パティシエがナイショで教えるお菓子!
特別な日に食べたいお菓子の作り方をパティシエ・亀山弘能さんから学ぶ。

🕒 9月7日(金)・14日(金)、全2回、13時～16時
👤 20人 💰 3100円
📅 往復はがき：8月25日(土)必着
👤 1020032

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■じっくり学ぶパソコン教室
▶タブレット端末で楽しもう!
🕒 8月25日(土)10時～15時
👤 10人 💰 2700円
📅 電話：8月18日(土)10時から
▶ワード実践編
🕒 8月28日(水)～30日(金)、全3回、9時半～12時半
👤 16人 💰 4400円
📅 電話：8月21日(水)10時から
▶デジカメ取り込み・整理・加工
🕒 9月5日(水)・6日(木)、全2回、10時～12時
👤 16人 💰 2500円
📅 電話：8月23日(水)10時から
▶エクセル実践編
🕒 9月19日(水)～21日(金)、全3回、9時半～12時半
👤 16人 💰 4400円
📅 電話：9月5日(水)10時から
■自然環境講座

ダムの水を利用した再生可能エネルギーについて学ぶ。
🕒 8月30日(水)9時～15時
📍 四十四田ダムなど。同館に集合し、バスで移動
👤 16人 💰 保険料・昼食代別途
📅 電話：8月18日(土)13時から
■パソコン・タブレットお助け相談
基本操作やスマートフォンなどの相談。
🕒 8月31日(金)、10時～12時と13時～15時 💰 500円

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■ミニ置作製教室
人形などを置けるミニ置を作る。
🕒 9月13日(水)10時～12時
👤 12人 💰 500円
📅 電話：8月28日(水)10時から
👤 1023928

■朝島山へ行こう!
🕒 9月28日(金)9時～12時
📍 同館に集合し、バスで移動
👤 15人 💰 24円
📅 電話：8月31日(金)10時から
👤 1023918

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■ヘルシークッキング(秋)
🕒 9月19日(水)10時～12時半
👤 15人 💰 600円
📅 往復はがき：9月11日(水)必着
👤 1023893
■軽登山・環境トレッキング(秋)
🕒 9月27日(水)9時15分～15時半
📍 岩神山(新庄字中津川)。同館に集合し、バスで移動
👤 20人※登山経験のある20歳以上
💰 300円
📅 往復はがき：9月14日(金)必着
👤 1023898

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■科学談話会
岩手大農学部の井良沢道也教授が「住民との協力で防ご土砂災害」と題して講演。
🕒 8月21日(水)18時半～20時
👤 1023929
■児童文学を読む会
佐野洋子作「シズコさん」(新潮社)。
🕒 8月29日(水)10時～12時
👤 1023927

原敬記念館

☎020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■原敬日記を読む
同館の木村幸治元館長と学芸員による原敬日記についての講義と輪読会。
🕒 9月8日(土)13時半～15時半と9月9日(日)10時～15時半、全2回
👤 20人 💰 200円
📅 電話：8月25日(土)10時から
👤 1020417

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■歴史探訪「未来への遺産 金石の歴史とゆかりの先人たち」
世界遺産の橋野高炉跡などを巡り、近代製鉄の父・大島高任について学ぶ。
🕒 9月13日(水)8時～18時20分
📍 釜石市。盛岡駅または同館に集合し、バスで移動 📍 40人 💰 5000円
📅 電話：8月21日(水)10時からトラベル・リンク(株)☎658-8644で受け付け。申し込みは、1回の電話につき2人まで 📄 1023890

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■学芸講座「繁・川目遺跡のヒスイ」
同遺跡から出土したヒスイを通じ、縄文時代の交易について解説
🕒 8月26日(日)13時半～15時
👤 80人 📄 1009440

盛岡てがみ館

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3302

■てがみシアター
米内光政が娘・和子に送った手紙などを朗読家のMa.juさんが朗読。
🕒 8月25日(土)14時～15時
💰 入館料が必要 📄 1020251

区界少年自然の家

☎028-2631 宮古市区界2-111
☎0193-77-2048
ファクス0193-77-2124

■アウト・ドア・イン区界
秋の山野草観察や兜明神岳登山など。
🕒 9月22日(土)9時半～23日(日)11時半(1泊2日)
👤 40人※小・中学生と保護者
💰 1人3300円
📅 はがき・ファクス：9月6日(水)必着
※交通手段とアレルギーの有無も記載すること
👤 1000876

市青年団体ソフトボール大会

生涯学習課 ☎639-9046

🕒 9月9日(日)9時～15時
📍 松園小(松園三)
👤 16チーム 💰 1チーム3000円
📅 電話：8月20日(月)9時から
👤 1016408

けやき祭

市立けやき荘 ☎659-1452

さんさ踊りの披露や打ち上げ花火など。
🕒 8月20日(月)19時～20時半

素敵なまちの映画会

経済企画課 ☎613-8389

アニメ「字のないはがき」(2002年)などを上映。
🕒 8月29日(水)13時半～15時
📍 リリオ(大通一)
▶受付ボランティア募集
映画会の会場受け付けを手伝うボランティアを5人程度募集します。協力してくれた人に500ポイント入りのMORI O-Jカードをプレゼント。

幸せのお手伝いしませんか

日本結婚支援協会 ☎613-5100

結婚支援ボランティアを募集しています。当日は先輩ボランティアの情報交流会(マッチング)の様子を見学できます。
🕒 9月1日(土)・15日(土)、9時半～11時半
📍 市総合福祉センター(若園町)
📅 同協会に事前申し込みが必要

被災者が伝える東日本大震災の記憶

もりおか復興支援ネットワーク ☎654-3523

陸前高田市、大槌町で活動する人がそれぞれ復興への取り組みを語る。
🕒 9月9日(日)10時半～11時半と13時～14時 📍 市総合福祉センター(若園町)

歴史と文化の香りが漂う

ビクトリアロードを歩こう
盛岡観光コンベンション協会 ☎604-3305 ファクス653-4422

盛岡ふるさとガイドの解説を聞きながら散策する。
🕒 10月2日(水)10時～11時45分
👤 30人
📅 電話・ファクス：9月1日(土)10時から
👤 1023977

広告

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

[診療科目]美容皮膚科・美容外科・形成外科
美容に関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

院長 田崎 治子

☎0120-777-392

[診療時間] 10:00～19:00 [定休日] 不定休
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F
HP http://sakura-keisei.jp/

盛岡ニューシティホテル 当院(2F)
メトロポリタン NEW WING 東横イン 同ヘリコプター
岩手銀行 ローソン 同ヒラタヤ
ホテルメトロポリタン盛岡 フェザン 盛岡駅

広告

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト 出しごと発見 T-SITE

求人広告募集中!

年間定額制 60,000円(税別)

年間何度使っても60,000円、掲載もスピーディーに対応します。TSUTAYAやTポイント等を展開する、カルチャコンビエンスクラブグループ(CCC)のネット総合サイト「T-SITE」の圧倒的な集客力を生かして、貴社の求人をお手伝いします。
<http://job.tsite.jp>

お問い合わせ・お申し込みは

Natural Com.
ナチュラルコム株式会社
岩手県盛岡市盛岡駅前通13-23阿部ビル4F
TEL 019-652-9190 FAX 019-652-9130
E-mail:office@naturalcom.jp URL:http://www.natural.com

もいおかインフォ

マークの
見方

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 対象、定員
- 💰 費用
- 📝 申し込み
- 🗨️ 問い合わせ
- 📢 広報ID

■市の推計人口(7月1日現在)
29万4180人(男:13万9457人、女:15万4723人)
【対前月比】30人減 【世帯数】13万2218世帯
📞1019915 🗨️企画調整課613-8397

募集

「劇団モリオカ市民」 公演キャスト・スタッフ募集

来年3月公演の「若手公園」をテーマにした演劇で、盛岡の歴史の一幕と一緒に表現するキャストとスタッフを募集。
👤 高校生以上※11月上旬から始まる稽古に参加できる人
💰 高校生3000円、大学生以上5000円
📞 電話・窓口:8月18日(土)10時から
📞 1024071

テレワーク人材育成事業の 受講生

子ども青少年課 ☎613-8356
パソコンを使って、テレワーク※に必要な知識や技術の習得をする研修の受講生を募集します。研修内容や受講場所など詳しくは、同課までお問い合わせください。
※時間や場所に縛られない柔軟な働き方
📅 9月～来年2月
👤 10人程度※ひとり親世帯の母または父など
📞 電話:8月31日(金)まで(事前面接あり)
📞 1024084

卸売市場開放デー 青果せり見学ツアー参加者

中央卸売市場業務課 ☎614-1000 ファクス614-1020
青果のせり・市場施設の見学や市場流通の仕組みを紹介するツアーの参加者を募集します。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。
📅 9月8日(土)6時半～9時
👤 35人 💰 550円※朝食代
📞 はがき・ファクス:住所と名前、年齢、電話番号を記入し、☎020-8567(住所不要)盛岡市中央卸売市場業務課へ送付。8月29日(水)必着。応募多数の場合は抽選 📞 1017256



同ツアーの様子

盛岡テクノミュージアムの 登録事業者

ものづくり推進課 ☎626-7538
地元企業への理解を深め、企業の人材確保や定住促進につながる同事業の登録業者を募集。登録すると、事業所内に自社の製品を展示する場合の経費を一部補助するほか、大学などの教育機関や学生などに企業情報をPRできます。事業内容など詳しくは、同課へお問い合わせください。
👤 市内で製造業や情報サービス業を営んでいる事業所など※個人・法人を問わない
📞 同課に備え付け、または市公式ホームページからダウンロードした申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて☎020-8530(住所不要)ものづくり推進課へ郵送または持参
📞 1023945

赤ちゃんの駅DAKKO(だっこ)の 協力事業者

子ども青少年課 ☎613-8356
外出先での授乳やオムツ替えのために、施設内のスペースやサービスを提供できる事業者を募集します。内容など詳しくは、同課へお問い合わせください。
👤 ①授乳できる場所がある②オムツ替えの場所がある③ミルク用のお湯の提供ができる設備がある — ①②を満たし③は可能であれば、希望者が無料で利用できる施設
📞 同課に備え付け、または市公式ホームページからダウンロードした申請書に必要事項を記入し、☎020-0884(住所不要)子ども青少年課へ郵送または持参 📞 1002512

お知らせ

木造住宅の耐震診断と耐震改修 補助の受け付けを延長

建築指導課 ☎639-9054
昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅を対象に、耐震診断を受ける費用を補助します。また、すでに耐震診断を受けた人が耐震改修する場合、工事費用の一部を補助します。

📅 募集期間:耐震診断は12月28日(金)まで。耐震改修は11月30日(金)まで
🕒 受付時間:9時～17時(土・祝日を除く)
💰 耐震診断補助額は2万7772円(自己負担額3085円)、耐震改修補助金額は経費の2分の1(上限61万7千円) ※募集戸数は耐震診断8戸、耐震改修2戸
📞 要件や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
📞 耐震診断:1024054
耐震改修:1024056

建築物防災週間

建築指導課 ☎639-9054
8月30日(木)から9月5日(水)までは建築物防災週間。市は消防署と協力して、不特定多数の人が利用する建築物の立ち入り査察と改善指導をします。
▶防災相談所の開設
木造住宅の地震対策などについての相談
📅 期間中(土・日曜除く)9時～17時
📞 同課(津志田14) 📞 1016380

市動物公園再生事業検討会議 (株)オガール ☎080-3334-1256 公園みどり課 ☎639-9057

市動物公園の再生について有識者が集まり議論します。傍聴には事前申し込みが必要です。
📅 8月23日(木)10時～11時半
📍 プラザおでって(中ノ橋通一)
👤 50人
📞 メール・ファクス:名前(ふりがな)と電話番号を記入し、(株)オガールのメール☐morioka.zoo.zoo.project@gmail.comかファクス601-5222へ送信。8月21日(火)必着
📞 1010552

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
休日納付相談	8/26(日)9時～16時	納税課(市役所本庁舎別館2階)と健康保険課(同1階)	納税課 ☎613-8462
くらしの法律相談★	9/3・10月曜、10時～15時	広聴広報課(市役所本庁舎別館6階)	広聴広報課の予約専用ダイヤル ☎626-7557
無料法律相談★	9/5・12・19・26水曜、10時～15時		岩手弁護士会 ☎623-5005

★相談希望日の前週の9時から受け付け

差し押さえ物件の公売

納税課 ☎613-8466
市が差し押さえた不動産や動産をYahoo!官公庁オークションで公売します。
📅 ▶せり売り:9月10日(月)13時～9月12日(水)23時▶入札:9月10日(月)13時～9月18日(火)13時
📅 8月16日(木)13時～9月3日(月)23時
📞 1010803

成人のつどい

生涯学習課 ☎639-9046
来年1月13日(日)にタカヤアリーナ(本宮五)で成人のつどいを開催。対象は平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの人です。
📅 11月中旬に送る入場券を当日持参 ※市外在住で帰省先が市内にある参加希望者は、往復はがきに帰省先の住所と名前、生年月日を記入し、☎020-8532(住所不要)生涯学習課へ郵送。12月21日(金)必着 📞 1003281

工場拡充奨励・雇用奨励金制度

ものづくり推進課 ☎626-7538
市内で工場などを新增設する場合や、新たに従業員を雇用する場合は支援制度を活用できます。各制度の内容など詳しくは、同課までお問い合わせください。
👤 製造業やソフトウェア業、卸売業、貨物運送業、情報サービス業、産業用設備洗浄業、デザイン業、機械設計業、エンジニアリング業など
📞 1008041

いわて就職面接会

ふるさといわて定住財団 ☎653-8976
県内に就職場所がある企業との面談や就職相談などを行います。費用は

無料。当日、会場へどうぞ。
📅 8月22日(火)13時～16時半
📍 アピオ(滝沢市)
👤 平成31年3月卒業・修了予定の大学院と大学、短大、高専、専修学生、既卒者(第2新卒を含む)、一般求職者
📞 1023875

指定管理者の聞き取り審査

資産経営課 ☎603-8007
30年度に指定管理者を指定する施設の聞き取り審査を公開します。傍聴を希望する場合は各担当課にお問い合わせください。
①公募により指定管理者を指定する施設についての聞き取り審査:表1
②公募によらず特定の団体を指定する施設についての聞き取り審査:表2
👤 傍聴を希望する人※先着順
📞 1011448

ファシリテーター養成講座

いわてNPOフォーラム21 ☎605-8271
いちのせき市民活動センター長の小野寺浩樹さんによるまちづくりの概論やファシリテーション※の基礎などの講義。
※会議やミーティングなどで参加者の発言を促すなど、議論を活性化させるための能力
📅 ①8月25日・②9月8日・22日、土曜、全3回、13時半～16時半

①県公会堂(内丸) ②プラザおでって(中ノ橋通一)
👤 15人※まちづくりに興味がある人
📞 電話:8月18日(土)9時から先着順

小規模介護事業所による 合同就職面談会

県福祉人材センター ☎601-7062
📅 9月11日(火)13時～16時
📍 ふれあいランド岩手(三本柳8)
👤 介護の仕事に就職・転職を希望、関心のある人
📞 電話またはホームページで随時受け付け。当日参加可
📞 1023981

クラウドファンディング入門セミナー

市産業支援センター ☎606-6700
クラウドファンディング※の仕組みや活用方法を学ぶ。内容など詳しくは同支援センターホームページをご覧ください。
※いろいろな計画などを実現したい起案者が、インターネットを通じて共感した人から活動資金を募る方法
📅 9月25日(火)18時半～20時
📍 同支援センター(大通三)
👤 10人※起業家や、これから起業予定の人、経営者など
📞 ホームページ:8月18日(土)10時から先着順


表1 公募により指定管理者を指定する施設についての聞き取り審査日程

開催日・場所	施設名(所在地)	担当課
8/28(火)内丸分庁舎401会議室	市営野球場(東新庄一)・太田橋野球場(下厨川字稲荷向)・盛岡体育館(上田三)生出入スキー場(下田字生田)・玉山運動場(日戸字鷹高)・波民運動公園(川崎字川崎)屋内ゲートボール場(前九年三)武道館(住吉町)・弓道場(加賀野四)太田テニスコート(上太田六口)松園テニスコート(西松園三)網取スポーツセンター(浅岸字網取)盛岡南公園球技場(永井8)	スポーツ推進課 ☎603-8006
9/3(月)都南分庁舎特別会議室	岩手公園地下駐車場(内丸)マリオス立体駐車場(盛岡駅西通二)盛岡駅西口地区駐車場(盛岡駅西通一)	都市計画課 ☎639-9051
9/5(水)都南分庁舎3階研修室	環境学習広場(上田字上堤頭)高松公園(高松一)高松多目的広場(上田字黒石野平)	公園みどり課 ☎639-9057
9/6(木)遺跡の学び館研修室	もりおか歴史文化館(内丸)	歴史文化課 ☎639-9067
9/6(木)都南分庁舎特別会議室	子ども科学館(本宮字蛇屋敷)	生涯学習課 ☎639-9046

いわて産業人材 奨学金返還支援制度

県ものづくり自動車産業振興室 ☎629-5551
岩手で暮らし、働きたい若者の奨学金返還を支援します。応募方法など詳しくは、同室にお問い合わせるかホームページをご覧ください。
👤 50人程度
📞 ホームページ:10月15日(月)まで募集

寄付をいただきました

有限会社佐々木教材社
佐々木義人代表取締役社長
交通安全のぼり旗とポール168セット。通学路の交通安全啓発に役立つため。


芸術を楽しむ!

市民文化ホール(盛岡駅西通二)ではさまざまなイベントが開催されます。内容など詳しくは、同ホールへお問い合わせください。📞 同ホール ☎621-5100

- 小山実稚恵ピアノリサイタル
📅 9月15日(土)15時～17時
💰 全席指定。S席4500円、A席3500円、U-25チケット1500円★
📞 1024085
- 喜多流 能楽公演
📅 11月17日(土)13時半～17時10分
💰 全席指定。SS席9000円、S席7000円、A席5000円、B席2000円★
📞 1024086
- スペシャル・ガラ・コンサート
📅 11月11日(日)14時半～17時半
💰 全席自由。3000円、U-25チケット1500円※9月1日(土)から同ホールほか市内プレイガイドで発売
📞 1024087
- バッハ・コレギウム・ジャパン「メサイア」
📅 12月16日(日)14時～16時半
💰 全席指定。S席9000円、A席8000円、B席7000円、U-25チケットB席3000円★
📞 1024088

★同ホールほか市内プレイガイドでチケット発売中

表2 公募によらず指定管理者を指定する施設についての聞き取り審査日程

開催日・場所	施設名(所在地)	担当課
8/29(水)玉山総合事務所301会議室	波民ふれあい広場(下田字陣場)好摩ふれあい広場(好摩字上山)巻堀地区コミュニティセンター(巻堀字巻堀)松内地区コミュニティセンター(松内字松内)下田川崎地区コミュニティセンター(下田字上下田)永井地区コミュニティセンター(玉山永井字永井沢)芋田地区コミュニティセンター(芋田字下芋田)城内地区コミュニティセンター(玉山字城内)好摩東地区コミュニティセンター(好摩字上山)山谷川目地区コミュニティセンター(玉山字糠森)	玉山総合事務所総務課 ☎683-2116
8/29(水)玉山総合事務所302会議室	岩洞湖家族旅行村休憩施設 岩洞湖家族旅行村テニスコート(薮川字亀橋)岩洞活性化センター(薮川字外山)総合交流ターミナル(下田字生田)	産業振興課 ☎683-3852
8/30(木)本庁舎別館403会議室	盛岡劇場・河南公民館(松尾町)都南文化会館・都南公民館(永井24)市民文化ホール(盛岡駅西通二)波民文化会館・波民公民館(波民字鶴塚)	文化国際室 ☎626-7524
8/30(木)玉山総合事務所301会議室	農民研修センター(下田字仲平)姫神地区振興センター(玉山馬場字葛巻)岩洞生活改善センター(薮川字町村)高木牧野(玉山馬場字前田)	産業振興課 ☎683-3852

広告

旅する南部塾(第6回)

南部藩発祥の地を、岩手県立博物館学芸員佐々木康裕氏とともに巡ります
南部氏のルーツに迫る学びの旅

2018年
📅 出発日 11月10日(土)1泊2日
最少催行 15名 募集定員 40名 旅行代金 おとな 77,700円
お一人様

案内人 佐々木康裕氏
●含まれるもの/宿泊代(1泊2食付)・食事代・入場料・拝観料・2日分の昼食代・鉄道運賃/バス代(男女別相部屋料金)
●添乗員/全行程同行 ●食事/朝1食2夕1食 ●詳しい書面をご用意しております。ご確認の上、お申し込みください。

お問い合わせ先 銀河鉄道観光 ☎019-601-9991
FAX: 019-601-9996
Email: gingakankou@igr.jp
(営業時間 9:30～17:30/土・日・祝日・年末年始定休)

行程表
1日 (内丸)バス・鉄道/バス(西東京観光バス)ノバス 徒歩
7:30盛岡駅北口集合・盛岡駅発8:01+(はやぶさ8)+10:32
東京駅10:56+(とちぎ649)+12:06新富士・星食(善兵衛
新富士駅前店・駿河路の郷土料理)=14:30南部町内船【南部
氏ゆかりの地を巡る散策】=17:00宿泊地(十枝荘温泉)
2日
宿泊地出発8:00=8:30身延山久遠寺11:00・昼食(小作甲府
駅前店・甲府名物南瓜ほうとうと馬刺し)・フータイム=14:09甲府
駅発++(スーパーズ18)+15:33新宿15:44+(埼京線)+
+16:17大宮16:46++(はやぶさ31)+18:33盛岡駅着解散

申込締切:10月12日(金)
※但し、定員になり次第締切

IGR 盛岡市青山二丁目2-8 http://igr-t.jp/

広告

全国親子クッキングコンテスト

おいしい&楽しいクッキングに親子で挑戦!!
火の調理で五感を研ぎ澄ませます

ご応募いただいた方には もれなく クオカード(500円券)をプレゼント!

2018年9月20日(日) 応募締切

●応募資格/岩手県在住の親(保護者)と子(小学1～6年生)の2名1組(ただし、子1人に対し、1回の応募となります)
●応募方法/所定の応募用紙を応募先までお送りください。
※応募用紙については、盛岡ガスのホームページからダウンロードが出来ます。

TEL.019-653-1241
〒020.0066盛岡市上田二丁目19-56
盛岡ガス株式会社
クッキングスタジオ「フランメ」担当
詳しくは「盛岡ガス」検索

応募者の中から書類選考を通過した6組が岩手県大会(実技選考)へ

診療時間外に子どもの具合が悪くなったら…

■日曜・祝日の日中（9時～17時）
休日救急当番医（3ページ参照）へ

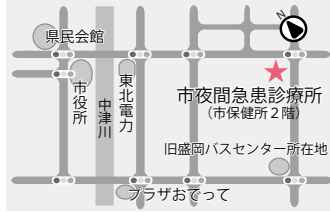
日中の診療時間に受診できる人は、日中の時間内に受診しましょう。時間外に受診が小児救急入院受入当番病院に集中すると、重症な子どもの治療に支障を来す恐れがあります。まずは市夜間急患診療所を受診しましょう。

■症状が軽い場合（19時～23時）
市夜間急患診療所へ

神明町 3-29（市保健所 2階）
☎ 654-1080、小児科・内科、年中無休

■症状が重い場合
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。夜間は17時から翌朝9時までです。※なお、土曜の13時（祝日の土曜は9時）から17時まででは、もりおかこども病院を受診してください



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

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
医大	岩手医科大学附属病院 内丸19-1 ☎651-5111
川久保	川久保病院 津志田26-30-1 ☎635-1305
こども	もりおかこども病院 上田字松屋敷11-14 ☎662-5656

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。

盛岡市医師会 検索

イベント PICK UP

親子で乗馬にチャレンジ

- ☎ 9月8日(土)9時半～12時
- 📍 岩手大馬術部馬場(上田三)
- 👤 15組※小学生と保護者
- 💰 1人30円※人參1本を持参
- 📄 往復はがき：復信に自宅の郵便番号と住所、氏名、往信に講座名と児童名(学校・学年、性別)、参加保護者名(年齢・性別)、住所、電話番号を記入し、☎020-0066 上田四丁目1-1上田公民館へ郵送。8月29日(水)必着。定員を超えた場合は抽選
- 📍 同公民館 ☎654-2333
- 📞 1016146

盛岡市動物公園のイベント

☎020-0803 新庄字下八木田60-18 ☎654-8266

動物に詳しくなる催しを開催。

■クモの世界を探ろう

- ☎ 8月25日(土)・26日(日)、12時～12時半
- 👤 各日30人
- 📄 当日11時50分から子供動物園前で先着順

■ヤゴを捕まえよう

- ☎ 9月1日(土)・2日(日)、12時～12時40分 📍 30人
- 📄 当日11時50分から子供動物園前で先着順

■ゾウのマオのおけいこを見てみよう

- ☎ 9月8日(土)12時～12時20分
- ☎ 9月9日(日)11時30分～12時30分

子ども科学館のイベント

📍 本宮字蛇屋敷13-1 ☎634-1171

子ども科学館で表のとおりイベントを開催します。



理科作品展示会



プラネタリウム

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)
☎661-4343

■かみしばいのへや(♡)

- ☎ 8月23日(木)・9月13日(木)、15時半～16時

■おはなしのじかん

- ☎ 8月25日(土)・9月8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

■えほんのへや(♡)

- ☎ 8月30日(木)・9月6日(木)、15時半～16時

■おはなしどころ

- ☎ 9月14日(金)10時20分～11時は1歳3カ月以上、11時10分～11時半は1歳2カ月以下

都南図書館(永井24)
☎637-3636

■おとぎのへや(♡)

紙芝居と絵本の読み聞かせ

- ☎ 毎週土曜、14時半～15時

■おはなしのじかん

- ☎ 8月22日(水)・9月12日(水)、11時～11時半 📍 幼児と保護者

■だっこのおはなし会

- ☎ 8月28日(火)10時45分～11時15分
- 📍 4カ月～1歳半の子と保護者

都南公民館(永井24)
☎637-6611

■子どもシネマランド(♡)

- 「いつすんぼうし」ほか2本
- ☎ 9月1日(土)10時半～11時半



表 子ども科学館の各種イベント

イベント名	内容(費用)	日時	定員
小学校児童理科作品展示研究発表会	①理科作品展示会 ②研究発表会(無料)	①9/1(土)・2(日)、9時～16時半 ②9/1(土)10時45分～12時15分	①なし ②160人
ナイトミュージアム ①星空みどころ案内 ②星を見る会 ③科学工作 ④プラネタリウム	③エアロケットを作る ④「賢治の星座早見～星のものがたり～」 (①②無料③100円④4歳～中学生200円、高校生以上500円)	9/1(土) ①18時～18時半 ②18時半～20時 ③18時半～20時 ④19時～19時半	①④160人 ②なし ③30人
ワークショップ 「たねコプター」	くるくる回りながら落ちる種の模型を作る(100円)	9/2～30の日曜と祝日、10時半～12時と14時～15時半	各回30人
水のマジック	水や色水を使ったサイエンスショー(展示室入場料が必要)	9/2～30の日曜と祝日、13時～13時15分	なし
「宇宙の日」記念全国小・中学生作文絵画コンテスト作品展	作文・絵画作品の展示(無料)	9/8(土)～10/8(月)9時～16時半	なし

※研究発表会のため、9/1(土)10時半と11時半のプラネタリウム放映は休止します



水のマジック

広報もりおかへのご意見をお待ちしています

アンケート専用フォームから、各記事への意見をお寄せください。あなたの意見が広報もりおかを育てます。

