

広報 もりおか

2018 (平成30) 年 11月15日号 (No.1493)

お知らせ版

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

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：14万3400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
🗨️ 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

とりょう保育園地域子育て
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

🕒 📍 11月22日(木)はタカヤアリーナ(本宮五)、12月11日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、12月14日(金)は都南公民館(永井24)

👤 0歳～3歳の子と保護者

▶ぴよぴよルーム

🕒 📍 11月30日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、12月4日(火)は高松地区保健センター

👤 0歳の子と保護者

▶こんにちはママさん講座 「とことこコース」

育児のアドバイスや保健師の講話、母親同士の交流など。

🕒 来年1月24日～2月14日、木曜、全4回、10時～11時半

📍 都南公民館(永井24)

👤 20組※28年7月～29年12月生まれの子と保護者 💰 250円

📞 電話：12月11日(火)14時から。
☎624-4103でも受け付け

■市立保育園の一斉開放

🕒 11月20日・27日・12月11日、火曜、9時半～11時

👤 0歳～就学前の子と保護者や妊婦

■ウッドトイ遊びの広場

🕒 12月7日(金)

📍 高松地区保健センター

👤 0歳～2歳の子と保護者

■マタニティサロン

出産後の生活についてアドバイス。

🕒 12月19日(火)

📍 とりょう保育園(肴町)

👤 初妊婦

📞 同支援センターへ電話予約

子育てフォーラム

市児童センター保護者会連絡協議会
☎618-4446

子どもの身近に潜む危険から身を守る術を学ぶ。当日会場へどうぞ。

🕒 11月20日(火)10時～11時半

📍 上田公民館(上田四)

👤 60人

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

■施設の無料開放と読み聞かせ

🕒 11月21日(水)10時半～12時※読み聞かせは11時から

■アンガーマネジメント講座

アンガーマネジメントいわての高橋昭三代表が「教えて？ 子育てにイラっとしないコツ」と題して講演。

🕒 12月12日(水)10時半～12時

👤 10組※妊婦・子育て中の母親

📞 10人

📞 電話：11月26日(月)10時から

あそびの広場

松園地区公民館 ☎661-8111

子ども向けのゲームや体操などで遊ぶ。当日会場へどうぞ。

🕒 12月5日(火)10時～11時半

👤 0歳～未就学児と保護者

🆔 1024143

🕒 子育て情報
pick up

みんなで子育て応援中です！

盛岡市ファミリーサポートセンターでは、急な用事などで一時的に子どもを預けたい人(おねがい会員)と、子どもを預かる人(まかせて会員)をつなぐ活動をしています。市もこの取り組みを支援中。現在、おねがい会員は約1700人、まかせて会員は約160人が登録し、学童・保育園への送り迎えや、冠婚葬祭など突発的に親が不在になる時の子どもの世話を同センターなどでしています。現在、どちらの会員も募集中！
詳しい内容や料金などは同センターへお問い合わせください。 預かり：👤 0歳～小学生



おねがい会員の声

■どうしても仕事が休めない時など、急な依頼にも快く子どもを預かってくれて本当に助かりました！

NPO法人盛岡市ファミリーサポートセンター

📍 若園町2-2 (市総合福祉センター2階)
☎625-5810 月～金曜は8時半～18時
土曜は8時半～12時半

まかせて会員の声

■困ってる人の力になれて、やりがいを感じています！
■子どもの成長を見守れるのがうれしいです！ いつも元気をもらっています。



活動の様子

健康ひろば



エイズ・性感染症検査 保健予防課 ☎603-8308

12月1日の世界エイズデーに合わせて、エイズ・梅毒・性器クラミジア検査を匿名で実施します。

🕒 12月1日(出)10時～12時

📍市保健所(神明町)

📞 1006616

心の健康講演会 「The坐禅(ZAZEN)心のチカラ」 保健予防課 ☎603-8309 ファクス654-5665

喜雲寺の佐々木秀吾副住職による坐禅指導と心が楽になる生き方のヒントなどの講話。

🕒 12月1日(出)13時半～15時半

📍上田公民館(上田四) 📞 50人

☎ 電話・ファクス:11月19日(月)10時から。ファクスは催し名と氏名、電話番号を明記

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マッサージを受けられます。タオル持参。

🕒 📍 表1のとおり

📞 各15～25人※60歳以上

📞 1003805

骨を元気に保つ食生活 健康増進課 ☎603-8305

「いつの間にか骨折」や骨折連鎖の

原因となる骨粗しょう症を予防するための講話と調理実習。

🕒 12月6日(休)10時～13時

📍市保健所(神明町) 📞 25人

☎ 電話:11月19日(月)10時から

すてきなキッチン♪栄養教室 健康増進課 ☎603-8305

腸内環境を整えるために取り入れる食材や食べ方の工夫についての講話と調理実習。参加者にはMORIO-「J」ポイントがつかます。

🕒 12月14日(金)10時～13時

📍市保健所(神明町) 📞 30人

☎ 電話:11月28日(火)10時から

血管いきいきごはん 健康保険課 ☎613-8436

糖尿病などの生活習慣病予防のための料理を栄養士と作り、保健師の講話を聞く。

🕒 12月18日(火)10時～13時

📍上田公民館(上田四)

📞 15人※74歳以下の国保加入者

☎ 電話:11月19日(月)9時から

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ピラティス体操や青竹シニア体操などの各種教室を開催します。詳しくは同センターへお問い合わせください。

☎ 電話:11月18日(日)10時から

盛岡大学の公開講座 盛岡大学・盛岡大学短期大学部 地域連携センター ☎601-2615

同大の久保木眞教授による「加齢や疾患により筋肉量の減少が起る

新たな疾患「サルコペニア」とは？」と題した講演など全3講演。

🕒 11月18日(日) 13時～16時半

📍 ホテルメトロポリタン盛岡NEW WING(盛岡駅前北通) 📞 100人

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
11/23 (金)	内	川久保病院	津志田26-30-1	635-1305
		かねこ内科クリニック	月が丘一丁目1-63	647-3333
	外	むろおか骨粗鬆症・整形外科クリニック	菜園一丁目11-1エスビル菜園4階	613-2760
	小	よしだクリニック	西仙北一丁目30-50	635-8341
	歯	かめだ歯科医院	本宮三丁目46-31	634-0777
		オーロラ薬局	南仙北三丁目2-30	635-1233
11/25 (日)	薬	みつばち薬局	月が丘一丁目1-63	647-3888
		ひばり薬局	西仙北一丁目30-51	635-9797
	内	盛岡南病院	津志田13-18-4	638-2020
		藤島内科医院	愛宕町4-18	622-4453
	外	向中野クリニック	向中野五丁目29-1	613-2227
	小	吉田小児科	梨木町2-13	652-1861
12/2 (日)	歯	中ノ橋歯科クリニック	中ノ橋通一丁目11-20	653-5233
	薬	あたご薬局	愛宕町2-38	621-8411
		調剤薬局ソルハドック盛岡向中野店	向中野五丁目29-38	656-5260
		べんごん薬局	梨木町2-14	652-3345
	内	盛岡友愛病院	永井12-10	638-2222
		二宮内科クリニック	愛宕町2-47	621-8181
12/2 (日)	外	八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	ヒロバランスクリニック	松園二丁目37-10	664-6037
	小	菅野小児科医院	山岸二丁目11-36	622-4448
	歯	駅西通りおばら歯科医院	盛岡駅西通一丁目5-3	652-2928
		かつら薬局	永井13-17-3	614-2061
	薬	あたご薬局	愛宕町2-38	621-8411
		マリーナ薬局	松園二丁目37-8	664-0566
		アップル薬局山岸	山岸二丁目9-24	623-6633

接骨院の休日当番 受付時間:9時～17時

※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

月日	名称	所在地	電話番号
12/2(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
12/9(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
12/16(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
12/23(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066
12/30(日)	ふくしま整骨院	下飯岡11-129-3	639-7557

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	○	○	○	○	○	△	第13・5年前のみ診療
15:00～18:00	○	○	○	○	○	△	第13・5年前のみ診療

盛岡市東安庭一丁目23-60(ジョイス東安庭店南隣)

TEL 019-604-3755

www.chida-clinic.com

休診日

土曜、祝日、第2・第4日曜

矢市

↑明治橋

茶畑→

↓

南大橋

●岩手自動車学校

北

上

●ジョイス東安庭店

●駐車場 18台完備

当院

もりおかインフォ

募集



認知症サポーター養成講座 長寿社会課 ☎613-8144

認知症の基礎知識などを学びます。受講者にはオレンジリング(認知症サポーターの証し)を配布。当日、会場へどうぞ。

🕒 12月11日(火)14時～15時半

📍 渋民公民館(渋民字鶴塚)

📞 1024672

潜在保育士の保育体験 子育てあんしん課 ☎613-8347

🕒 ①事前オリエンテーション:12月6日(木)か7日(金)のいずれか、10時～11時②保育体験:12月10日(月)～14日(金)で連続する2日間、9時半～14時

📍 ①市保健所(神明町)②市内の保育所

📞 保育士資格があるが、現在保育所などで働いていない人(潜在保育士)

💰 200円

☎ 電話:11月21日(火)9時から

もりおか健康21 プランシリーズ

【問】健康増進課☎603-8305

プラス10の習慣で こころとからだの メンテナンス

普段の生活で体を動かすことが足りないため、生活習慣病などの病気になり、日本で年間5万2500人の人が亡くなっているといわれています。病気の予防や心の健康のため、毎日の生活で、今より10分多く体を動かしてみませんか？

1 プラス10分の活動で3つの効果

からだ	こころ	よぼう
・脳の働きの活性化や老化の予防 ・筋力や体の機能の維持	・睡眠の質を高める ・気分転換やストレス発散	・乳がんや大腸がんのリスクを下げる ・生活習慣病の予防

2 毎日の運動や活動の目安

18歳～64歳	歩行以上に心拍数が上がる活動や運動を合計で60分
65歳以上	心拍数の増減を問わず、家事や趣味などの体を動かす活動を合計で40分

3 できることから始めよう！

通勤時にバス停1～2カ所分を歩く、階段を使う、歩いて買い物に行くなど、体を動かす機会は身の周りにたくさんあります。また、市では、ラジオ体操やウォーキング教室、栄養教室などの健康づくり教室を開催しています。皆さんの運動を始めるきっかけとして、参加してみませんか。

市内のおすすめウォーキングコースはこちら！



広告

ガスファンヒータープラン 暖房割とは

しっかり暖かく、給油の手間も要らない！安全機能で安心に使えるモリガス暖房をお得にご利用いただける暖房期限定の割安プランです。

だから快適！モリガス暖房

点火時・消火時のイヤなおいが気にならずお部屋を快適に暖めます。

簡単

お得

速暖

●燃料補給の手間はかかりません。

●灯油よりもランニングがおトク！

●スイッチONから5秒でポカポカ温風。

※ガスファンヒーター等を専用住宅または併用住宅の居住部分ならびに事務所において使用するものに限りま。

ます。当日は、見合いに関する情報交換や結婚の相談などを行います。

🕒 ①12月15日(出)②12月22日(出)、9時半～11時

📍 ①プラザおでつて(中ノ橋通一)

②市総合福祉センター(若園町)

📞 独身の子の結婚を望む親や結婚を希望する独身者、同ボランティアに興味のある人

☎ 電話:開催日の前日まで

市立病院の電力供給事業者 市立病院総務課 ☎635-0101

市立病院の電力供給事業者を募集します。応募方法など詳しくは、市立病院のホームページをご覧ください。

お知らせ

市動物公園再生に関する説明会 公園みどり課 ☎639-9057

同公園の再生に関する説明会を開催し、皆さんから意見を聞きます。当日、会場へどうぞ。

🕒 11月21日(火)10時～11時半

📍 都南分庁舎3階研修室(津志田14)

📞 1024613

水道の解凍の仕方講習会 給排水課 ☎623-1423

水道の凍結防止と安全な解凍方法の説明と実演。当日、会場へどうぞ。

🕒 11月28日(火)14時～16時

📍 キャラホール(永井24)

都市計画公園・都市計画道路 変更案の縦覧と説明会

公園みどり課 ☎639-9057
市街地整備課 ☎639-9056

盛岡広域都市計画公園(中央公園)の

各種相談

内容	日時	場所など	問い合わせ
休日納付相談	11/25(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★	12/3・17 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★	12月の毎週水曜 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 ※要事前申し込み

区域や都市計画道路(下太田新田本宮線)の幅員を見直すため、変更案を縦覧し、説明会を開催します。

🕒 ▶縦覧:12月6日(休)～20日(休)、9時～17時(土・日曜を除く)▶説明会:12月6日(休)18時半から

📍 ▶縦覧:公園は公園みどり課、道路は市街地整備課(いずれも都南分庁舎2階)▶説明会:タカヤアリーナ(本宮五)

☎ 変更案に意見がある人は、任意の様式に住所と氏名、意見を記入し、公園は☎020-8532(住所不要)公園みどり課、道路は市街地整備課へ提出。12月20日(休)必着。詳しくは市公式ホームページをご覧ください

📞 1010483(公園)、1024552(道路)

都市景観賞が決定 景観政策課 ☎601-5541

本年度の都市景観賞は「みうら産婦人科医院」(上鹿妻田貝)「浅岸個人住宅」(浅岸三)「鹿島精一記念展望台」(川目19)に決定しました。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。 📞 1024771

住生活総合調査 国土交通省住宅局住宅政策課 ☎03-5253-8111

住生活の安定や向上に関する総合的な計画に必要な基礎資料を作成する目的で、全国で調査が行われます。対象者には11月下旬に調査票を送付するので回答をお願いします。

寄付をいただきました ㈱安藤・間盛岡営業所(安積清所長)

書籍「トンネルのひみつ」10冊。市内小学生に土木工事に興味を持ってもらうために。

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303 ファクス:050-2003-5778
mederunet@sankaku-npo.jp

■芽でるネット・パソコンミニセミナー
仕事で使えるエクセル関数を学ぶ。

🕒 12月8日(出)10時～12時
👤 8人※起業や就労を目指している
女性 💰 300円
📧 電話：11月20日(出)10時から芽で
るネット☎624-3583で受け付け
ID 1021926

■IT活用講座

「目指せ!MOS試験Excel2016」
エクセルの資格取得を目指す。

🕒 来年1月16日～31日、火～金曜、全
10回、18時半～20時半

👤 10人※エクセルの基本操作がで
きる就業中または就労を目指してい
る女性

👤 5人※生後6カ月～小学4年生、1
人につき500円、要予約 💰 3660円

📧 ファクス・メール・郵送：同センタ
ーに備え付け、または芽でるネット
のホームページからダウンロードし
た申込書に必要事項を記入し提出。
12月7日(出)17時必着。郵送は同日必
着。定員を超えた場合は選考
ID 1017597

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■レオナルド・ダ・ヴィンチ もう一
つの遺産展～知られざるルネサ
ンスの科学技術者～

手書き原稿をできるだけ忠実に再現
した複製や、発明品を再現した大型模
型などを展示。

🕒 12月1日(出)～来年1月20日(出)、10
時～17時(入場は16時半まで) ※月
曜と年末年始を除く(12月24日(出)と
来年1月14日(出)は開館)

💰 前売り：高校生以下500円、大学
生・一般1000円、当日：高校生以下
800円、大学生・一般1200円
※未就学児は無料
📧 同ホールと各プレイガイドで発売中
ID 1024747

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■ドライランド教室

上半身のトレーニングやストレッチなど。
🕒 12月6日・13日・20日、木曜、全3
回、19時～20時
👤 20人※18歳以上 💰 1994円
📧 電話・窓口：11月20日(出)10時か
ら ID 1024625

■①フィットネス教室&②水泳教室
内容や日時、費用などは教室によっ
て異なります。詳しくは、市公式ホー
ムページか市体育協会のホームペー
ジをご覧ください。

🕒 来年1月16日(出)から
📧 電話：12月9日(出)①14時から②15
時半から

ID ①1024631②1024634

■スポーツ英会話キッズクラス

🕒 来年1月18日～3月15日、金曜、全
9回、16時15分～17時
👤 8人※5歳～小学1年生
💰 1万4580円
📧 電話：12月9日(出)15時から
ID 1024633

都南老人福祉センター

☎020-0842 湯沢1-1-39
☎638-1122

■郷土料理「餅粉で作る豆餅(黒豆)
大福」作り教室

🕒 11月27日(出)10時～12時
👤 15人※60歳以上 💰 300円
📧 電話：11月18日(出)10時から

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-39
☎638-2270

■クリスマスリース作り教室

🕒 11月22日(出)～24日(出)、9時半～
15時 📍 各4人※中学生以上
💰 各1000円
📧 電話：11月18日
(出)9時から
ID 1024669



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(求職中含む)を対
象に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：11月19日(出)12時
から



サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

■和モダンな正月しめ飾りアレンジ
プリザーブドフラワーや造花を使っ
てしめ飾りを制作する。

🕒 12月8日(出)10時～11時45分
👤 11人 💰 3000円

📧 電話：11月19日(出)14時から
■ステキ!マールアート
～ツリーオーナメントをつくろう!～

🕒 12月15日(出)13時半～16時
👤 15人 💰 2500円
📧 電話：11月20日(出)10時から

■香る リンパケア ヨガ
アロマオイルを使ってリンパの滞りを
解消するヨガを体験。
🕒 12月12日(出)14時～15時半
👤 16人 💰 1000円
📧 電話：11月22日(出)10時から

市産業支援センター

☎020-0022 大通三丁目6-12
☎606-6700

公認会計士・税理士の花館達さんを
講師に、事業経営において必要とな
る会計のいろハを学ぶ。

🕒 12月13日(出)18時半～20時
👤 10人 📍 同センターの
ホームページ：11月19日(出)
10時から



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

▶ワードで作る年賀状

🕒 11月27日(出)10時～15時

👤 16人 💰 2000円

📧 電話：11月20日(出)10時から

▶パソコン・タブレットお助け相談会

🕒 11月29日(出)10時～12時と13時
～15時 💰 各500円

▶Googleアプリで楽しもう!

🕒 12月4日(出)10時～15時

👤 16人 💰 2500円

📧 電話：11月27日(出)10時から

▶Windows10基本操作

🕒 12月13日(出)・14日(出)、全2回、10
時～12時

👤 16人 💰 2600円

📧 電話：12月4日(出)10時から

■子育てママのリフレッシュ講座
アロマヨガと韓国料理の調理実習。

🕒 11月29日・12月6日、木曜、全2
回、10時～11時45分

👤 16人※子育て中の母親
👤 就学前の子

💰 1300円

📧 電話：11月20日(出)11時から

■これでばっちり!

①ワード応用②エクセル応用

🕒 ①12月1日(出)・2日(出)②12月19日
(出)・20日(出)※いずれも全2回、10時
～16時

👤 各16人 💰 各4933円

📧 電話：①11月22日(出)10時から②
12月11日(出)10時から

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354

■災害から身を守る

市防災マップの使い方と防災(地震
災害)について学ぶ。

始日時は11月24日(出)10時または25
日(出)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。

ID 1024680

🕒 12月7日(出)13時半～15時半
👤 20人
📧 電話：11月20日(出)9時から
ID 1024683

■男の料理教室

ちゃんちゃん焼きと焼きおにぎりの
作り方を学び会食する。

🕒 12月16日(出)10時～13時

👤 20人※18歳以上の男性(高校生
を除く) 💰 830円

📧 電話：11月23日(出)9時から

ID 1024684

河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■ボーダレスアートのXmasメッセー
ジ～さとるさん・たかしさんとクリ
スマスカードづくり&おはなし～

自閉症と知的障がいがあるアーティ
ストのさとるさんとアートディレクタ
ーのたかしさんから、生い立ちや作品
について話を聞いた後、オリジナル文
字を使ってメッセージカードを作る。

🕒 12月8日(出)10時～11時半

👤 12組※小学生と保護者

💰 1組800円

📧 電話・窓口：11月18日(出)10時から

ID 1024682

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■冬休み作品づくり

「パステルアート教室」

パステルアートの基礎を学び、思い思
いの作品を作る。

🕒 来年1月10日(出)10時～12時

👤 30人※小・中学生と保護者

💰 1人100円

📧 往復はがき：12月27日(出)必着

ID 1024568

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■年越し!手打ちそば教室

🕒 12月6日・13日、木曜、全2回、10

時～12時

📍 乙部農業構造改造センター(乙部6)

👤 12人 💰 1000円

📧 電話：11月19日(出)10時から

ID 1024573

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■児童文学を読む会

中脇初枝作「神に守られた島」(講談社)。

🕒 11月28日(出)10時～12時

ID 1024658

もりおか歴史文化館

☎020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■歴史館リーディングカフェ

末盛千枝子さんをゲストに招き、著書
「根っこと翼・皇后美智子さまに見る
喜びの源」を畑中美耶子館長が朗読。

🕒 12月23日(出)14時～15時

👤 15人 💰 1000円

📧 電話：11月18日(出)11時から

石川啄木記念館

☎028-4132 渋民字渋民9
☎683-2315

■ワークショップ「おうちをつくろ!」

啄木の詩「家」をモチーフに、家型の
メモスタンドを作る。

🕒 12月15日(出)・16日(出)、10時～12時

👤 各10人 💰 各500円

📧 電話：11月18日(出)10時から

ID 1024623

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■つるを編んでみよう

アケビのつるを使って、小物入れやリ
ースを作る。

🕒 12月2日(出)9時半

～12時

👤 10組※小学生と保護者

💰 1組1500円 📧 電話：11月18日

(出)10時から ID 1009440



玉山地域づくり大会
玉山総合事務所総務課 ☎683-2116

地域活性化・まちづくりコンサルタン
トの水津陽子さんが「魅力ある自治会づ
くりと活動の活性化」と題して講演。

🕒 11月23日(出)14時～15時45分

📍 渋民公民館(渋民字鶴塚)

ID 1021156

Waのまもりもりおか リースフェスティバル

Waのまもりもりおか「絆の輪」
プロジェクト事務局 ☎623-6509

▶Waのまちなか展示

大通と肴町周辺を中心に、森の素材
を使ったリースで冬のまち並みを彩る。

🕒 11月26日(出)～12月25日(出)

▶Waのまもりもりおかリース展

公募したリースや過去の入賞作品な
どを展示。

🕒 11月27日(出)～12月1日(出)、10時～
18時※1日は17時まで

📍 プラザおでつて(中ノ橋通一)

ID 1024423

▶年の暮れからお正月の暮らしを彩
る森のリース作り

🕒 12月16日(出)10時～12時

📍 ユートランド姫神(下田字生出)

👤 20人 💰 1000円

📧 電話：11月19日(出)10時から

ID 1024773

異文化に触れよう! 国際交流deクリケット

盛岡国際交流協会 ☎626-7524

バングラデシュ出身の講師らと、ク
リケットをしながら異文化交流。

🕒 12月2日(出)9時半～11時半

📍 盛岡体育館(上田三)

👤 20人

📧 電話：11月20日(出)10時から

ID 1024666

環境学習講座 森の素材でクリスマスリース作り

環境企画課 ☎626-3754

🕒 12月14日(出)19時～21時と15日(出)
10時～12時

📍 高松地区保健センター(上田字毛

無森)

👤 各20人 💰 各528円

Ana D'Apuzzuo展 岩手未来機構 ☎613-7781

スイスのアーティスト、アナ・ダブ
ツォ氏による3D技術を使った現代
的なアート作品とドレスの展示。

🕒 11月23日(出)～25日(出)、10時～20
時※23日14時からはアーティスト
ークを開催

📍 クロステラス
盛岡(大通三)

ID 1024748



アナ・ダ
ブツ
ォ氏

成年後見市民フォーラム ～全ての人が安心して暮らせる 社会を作るために～

成年後見センターもりおか ☎626-6112

新潟大学法学部の上山泰教授による「成
年後見の利用促進の動向について～
国の基本計画を中心に～」と題した講
演とシンポジウム。

🕒 12月1日(出)13時半～16時半

📍 プラザおでつて(中ノ橋通一)

👤 200人

ID 1024773

ID 1024773

起業家塾@もりおか ものづくり推進課立地創業支援室 ☎626-7551 ファクス:604-1717

事業を立ち上げるまでの手順や成功
させるための具体策などを学ぶ。

🕒 ▶前期:12月4日(出)～20日(出)、全
6回、18時半～20時半▶後期:来年1
月17日(出)～2月14日(出)、全6回、18
時半～20時半

📍 市産業支援センター(大通三)

👤 各15人※盛岡市近郊に住んでいる
か、勤務先がある人

💰 3000円

📍 市公式ホームページからダウンロ
ードした申込用紙に必要事項を記入
し、郵送またはファクス。前期は11
月29日(出)必着。後期は来年1月11日
(出)必着。ファクスは17時必着。定員
を超えた場合は抽選

ID 1017559

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。



SNS各種はじめました。



院長
田崎 治子

☎0120-777-392

[診療時間]10:00～19:00 [定休日]不定休
〒020-



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（2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
の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、もりおか子ども病院を受診してください



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

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	もりおか子ども病院 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](#)



本とのふれあい

(♥) は 幼児～小学生、(♦) は幼児が対象の催しです。

市立図書館（高松一）

☎661-4343

■かみしばいのへや (♥)

🕒 11月22日(木)・12月13日(木)、15時半～16時

■おはなしのじかん

🕒 11月24日(土)・12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 (♥)

🕒 11月29日(木)・12月6日(木)、15時半～16時

■冬のちいさなおはなし会

🕒 12月1日(土)10時～10時半は幼児、10時半～11時10分は小学生、11時10分～11時50分はどなたでも

■おはなしころころ

🕒 12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

■こどもクリスマス会

団体「こ☆しえる」による「さるかにがっせん」などの人形劇。

🕒 12月16日(日)10時半～11時半

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

■だっこのおはなし会

🕒 11月27日(火)10時45分～11時15分

👤 4カ月～1歳半の子と保護者

■クリスマスおはなしのじかん (♦)

🕒 12月12日(水)11時～11時半

渋民図書館（渋民字鶴塚）

☎683-2167

11月20日(火)～28日(水)は蔵書点検のため休館します。

■えほんのへや (♥)

🕒 12月12日(水)15時半～16時

上田公民館（上田四）

☎654-2333

■なかよしおはなし会 (♦)

読み聞かせや手遊びなど。

🕒 11月28日(水)・12月12日(水)、10時半～11時

西部公民館（南青山町）

☎643-2288

■ちびっこ広場映画会 (♥)

「うぐいす姫」など3本を上映。

🕒 12月1日(土)10時半～11時40分

■ふたばわらべうた・おはなし会

🕒 12月12日(水)10時～10時40分は1歳3カ月～3歳の幼児と保護者。10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月の乳幼児と保護者

イベント PICK UP

動物公園に行ってみよう

📍 同園（新庄字下八木田）

☎ 654-8266

■勤労感謝の日

動物たちに感謝を込めて、おもちゃのプレゼント。

🕒 11月23日(金)11時～15時

■無料開園・ちょっと早いクリスマス

冬季閉園を前に、園の無料開園とクリスマスにちなんだ工作会などを開催。 🕒 12月2日(日)

《お知らせ》

動物公園は12月3日(月)から来年3月14日(木)まで閉園します。冬の臨時開園は、来年2月9日(土)～11日(月)と16日(土)、17日(日)です

黒猫舎公演「宮沢賢治 童話館」

子どもから大人まで楽しめる朗読。

🕒 12月2日(日)11時～12時は都南図書館、12月9日(日)14時～15時は市立図書館

工学ガールズと冬休みの自由研究

岩手大工学部の女子学生と一緒に何でも凍らせることのできる液体の謎やレモンでの電池作りなど3つのテーマで実験を楽しむ。

🕒 12月22日(土)10時～12時

📍 もりおか女性センター（中ノ橋通一）

👤 15人※小学4年～6年生

☎ 電話：11月20日(火)10時から同センター☎604-3303で先着順。保護者が見学する場合は要予約

親子の休日（料理教室）

イギリス風スコーンとジャム、クロテッドクリームを作ります。

🕒 12月22日(土)14時～16時

📍 渋民公民館（渋民字鶴塚）

👤 20人※小学生と保護者

¥ 1人630円

☎ 電話：12月1日(土)9時から同館

☎ 683-2354で先着順

子ども科学館に行ってみよう

表のとおりイベントを開催。

表 子ども科学館（本宮字蛇屋敷）の各種イベント ☎634-1171

イベント名	内容（費用）	日時	定員
岩手県中学生創造アイデアロボットコンテスト大会	県内の中学生が設計・製作したロボットによる競技（無料）	12/1(土)10時～12時	なし
サイエンスな日曜日「石けんで汚れを落とす日曜日」	岩手大教育学部の天木桂子教授によるサイエンスショーとさまざまな体験（展示室入場料が必要）	12/2(日)サイエンスショーは11時～11時20分と14時～14時20分、体験コーナーは10時半～11時と11時20分～12時、13時～14時	なし
手づくり乾電池教室★	乾電池についての学習と製作体験（無料）	12/22(土)10時～12時	24人※小・中学生

★電話か窓口で申し込みが必要。11/23(金)9時から12/9(日)まで先着順に受け付け

広 告

広告に関するお問い合わせはナチュラルコム（株） ☎019-652-9190へどうぞ

お使いみち自由なスマートローン！

詳しくは、「ローンプラザもりしん」または、最寄りの各店までご相談ください。

消費資金・事業性資金全般に…

フリーローン

自由

と

カードローン

しんきん

きやつする

好評
取扱い中!!

ローンプラザもりしん

☎ 0120-160-656 土曜日も営業

盛岡市下ノ橋町2番14号(六日町本部)FAX ☎0120-702-540
【営業時間】月～土曜日(祝日を除く)9:00～17:00
※12月30日～1月3日は休業致します。

“あなたのそばに もっと身近に”

<http://www.morishin.co.jp/>



おかげさまで115周年

盛岡信用金庫

盛岡市中ノ橋通一丁目4番6号 ☎019-623-2221



地球環境に配慮し、
ベジタブルインキを
使用しています。