

子育て情報ひろば

親子向け 子育てを応援

子育てママのリフレッシュ講座
西部公民館 ☎643-2288
体がリフレッシュするピラティスと自分だけのネックレス作り。
🕒 7月2日(金)・9日(金)、全2回、10時～11時40分 📍 同公民館(南青山町)
👤 16人※子育て中の母親
👤 10人 📄 1500円
☎ 電話：6月18日(金)10時から
📞 1017356

パパママ教室

母子健康課 ☎603-8303
妊娠中の健康管理や産後の過ごし方などについての講話。
🕒 7月11日(日)、10時～12時と13時半～15時半
📍 市保健所(神明町)
👤 各15組※令和3年11月に出産予定の初妊婦と夫
☎ 電話：7月2日(金)14時から
📞 1002116

離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303
初めての離乳食の不安を解消するための講話。※グループでの申し込みはお控えください
🕒 7月13日(火)・27日(火)、10時～11時
📍 市保健所(神明町)
👤 各15組※令和3年3月生まれの子と初めて子育てしている母親
☎ 電話：6月22日(火)14時から
📞 1002133

家庭教育研修会「はぐ講座」

生涯学習課 ☎639-9046
日本アンガーマネジメント協会の関村和絵さんから、子育て中のイライラとの上手な付き合い方を学びます。
🕒 7月29日(木)10時半～12時
📍 都南公民館(永井24)
👤 20人※子育て中の人
👤 5人
☎ 電話・応募フォーム：6月23日(火)10時から
📞 1024347

こんにちはママさん講座「あんあんコース」

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
育児についてのアドバイスや看護師の講話、母親同士の交流など。
🕒 8月19日(木)・26日(木)、全2回、10時～11時半
📍 西部公民館(南青山町)
👤 10組※令和3年1月～令和3年3月に生まれた子と保護者 📄 100円
☎ 電話：7月7日(火)10時から
📞 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
▶びよびよルーム
親子での遊びのほか、離乳食や赤ちゃんとの遊び方など子育ての悩みを相談できます。
🕒 7月6日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、7月16日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、10時～11時半
👤 0歳の子と保護者 📞 1002663

いっしょにあ・そ・ぼ！

都南公民館 ☎637-6611
身近にあるもので家で遊べるおもちゃを作って、親子で遊びます。
🕒 7月15日(木)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：6月24日(木)10時から
📞 1034470

親子ホタル観察講座

都南公民館 ☎637-6611
☎ kouza-kyara@mfc.jp
ホタルの生態を観察します。
🕒 7月16日(金)・20日(火)、18時半～21時
📍 都南公民館(永井24)とホタルの里(大ケ生地域内) ※集合は同公民館 📄 各16人※小学生と保護者
📄 保険料別途
☎ 往復はがき・メール：必要事項と希望日、学校名・学年を記入し、☎020-

0834永井24-10-1都南公民館へ送付。7月1日(木)必着※応募多数の場合は抽選 📞 1035473

親子でチャレンジ～目指す山を登り切ろう～

区界高原少年自然の家
☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124
☎ sizennioie@city.morioka.iwate.jp
見晴山・兜明神岳・若神山の3コースから選んで登山します。
🕒 7月17日(土)9時半～15時
📍 同自然の家集合(宮古市)
👤 各15人程度※小・中学生と保護者 📄 1人300円
☎ はがき・ファクス・メール：必要事項とコース名、学校名・学年、交通手段、アレルギーの有無を記入し、☎028-2631宮古市区界2-111区界高原少年自然の家へ送付。6月30日(火)必着 📞 1032188

すくすくキッズ体操教室

盛岡体育館 ☎652-8855
☎ moritai-sportsclub@morioka-sport.or.jp
マットやとび箱、縄跳びなどで運動します。
🕒 表のとおり
☎ メール：必要事項の他、生年月日ときょうだいの同伴の有無を記入し、送付。7月4日(日)必着
📞 1024913

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
ベビーダンスとママのためのピラティスを交替わりで開催します。
🕒 ①6月30日②7月7日・14日、水曜、全2回、いずれも13時半～14時半
📍 ①高松地区保健センター(上田字毛無森)②松園地区公民館(東松園二)
👤 ①8組②10組※首の据わった3～24カ月の子と保護者

表 すくすくキッズ体操教室の日時や対象など

組名	日時	定員	対象(費用)
パンダ組	7/26～9/13、月曜全6回、14時半～16時	各17組	平成28年4月2日～30年4月1日生まれの子と保護者(1組5940円)
コアラ組	7/29～9/9、木曜全6回、10時～11時		平成29年4月2日～30年12月31日生まれの子と保護者(1組3960円)
きりん組	7/30～9/10、金曜全6回、14時半～16時		平成27年4月2日～29年4月1日生まれの子と保護者(1組5940円)

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

📄 ①1000円②2000円
📄 ホームページ：6月18日(金)10時から

子ども向け わくわく体験

放課後カーリングクラブ 初心者コース
みちのくコカ・コーラボトリングリンク ☎601-5001

カーリングのルールや動きを学びます。
🕒 6月30日～7月21日、水曜、全4回、16時半～18時 📍 同リンク(本宮五)
👤 8人※小学生 📄 4400円
☎ 電話：6月18日(金)10時から

子ども科学館のイベント

子ども科学館 ☎634-1171
■ナイトミュージアム「星を見る会」
星座探しと、天体望遠鏡を使用した天体観察をします。※悪天候時は中止
🕒 7月3日(土)20時～21時 📄 30人
☎ 電話：6月18日(金)9時から
📞 1032317
■ワークショップ「マープリングうちわ」
マープリング模様のオリジナルうちわを作ります。
🕒 7月3日～31日の土・日曜・祝日、14時半～16時 📄 各24人
📄 各200円※別途展示室の入場料が必要

夏休み！子ども大作戦

渋民公民館 ☎683-2354
森の中でイワナのつかみ取りと流しそうめんを体験します。
🕒 7月22日(木)9時～15時半
📍 都南つどいの森(湯沢1) ※集合は同公民館(渋民字鶴塚)
👤 20人※小学生
📄 1080円
☎ 電話・窓口：6月26日(土)9時から

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
👤 ①～④各5組
■①かみしばいのへや(♥)
🕒 6月24日(木)・7月8日(木)、15時半～15時50分
■②おはなしのじかん
🕒 6月26日(土)・7月10日(土)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時40分～12時は小学2年生以上
■夏のちいさなおはなし会
🕒 7月3日(土)10時～10時20分は幼児と保護者、10時40分～11時は小学生と保護者、各先着6組
■③おはなしころろ
🕒 7月9日(金)10時20分～10時40分は1歳3カ月以上の子と保護者、11時～11時20分は1歳2カ月以下の子と保護者
■④えほんのへや(♥)
🕒 7月15日(木)15時半～15時50分

中央公民館(愛宕町)

☎654-5366
■わくわく♪おはなし会
絵本の読み聞かせなど。
🕒 7月10日(土)11時～11時半

上田公民館(上田四)

☎654-2333
■なかよしおはなし会
🕒 6月23日(火)・7月14日(火)、10時半～11時 📄 幼児と保護者

西部公民館(南青山町)

☎643-2288
■ふたばわらべうた・おはなし会
🕒 7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歳3カ月の子と保護者、各先着13組

都南公民館(永井24)

☎637-6611
■子どもシネマランド(♥)
「三匹の子ぶた」ほか2本。
🕒 7月11日(日)10時半～11時半

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111
■おやとこひろば
読み聞かせや軽運動、育児相談など。
🕒 7月2日(金)10時～11時半
👤 0歳～就園前の子と保護者
📞 1034107

■おはなしのじかん
🕒 7月14日(火)11時～11時半
👤 0歳～2歳の子と保護者

中央公民館(愛宕町)

☎654-5366
■わくわく♪おはなし会
絵本の読み聞かせなど。
🕒 7月10日(土)11時～11時半

上田公民館(上田四)

☎654-2333
■なかよしおはなし会
🕒 6月23日(火)・7月14日(火)、10時半～11時 📄 幼児と保護者

西部公民館(南青山町)

☎643-2288
■ふたばわらべうた・おはなし会
🕒 7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歳3カ月の子と保護者、各先着13組

都南公民館(永井24)

☎637-6611
■子どもシネマランド(♥)
「三匹の子ぶた」ほか2本。
🕒 7月11日(日)10時半～11時半

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111
■おやとこひろば
読み聞かせや軽運動、育児相談など。
🕒 7月2日(金)10時～11時半
👤 0歳～就園前の子と保護者
📞 1034107

診療時間外に具合が悪くなったら

■症状が比較的に軽い場合は「初期救急医療機関」へ

名称	所在地・電話番号	受付時間	診療科目
市夜間急患診療所	神明町3-29(市保健所2階) ☎654-1080	19時～23時※年中無休	内科・小児科
		新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前に電話をしてから来所してください。また、新型コロナウイルス・インフルエンザなどの検査は実施していません	
市立病院	本宮五丁目15-1 ☎635-0101	平日 17時15分～21時半★ 土・日曜、祝日 8時半～21時半★	内科・外科
休日救急当番医	休日救急当番医・薬局のとおり	9時～17時 ※歯科は15時まで ※薬局は17時半まで	内科・外科 小児科・歯科 薬局

★21時半以降は内科または外科医師のみとなります。事前に市立病院へお問い合わせください

休日救急当番医・薬局

※往診はできません

内

内科

外

外科・整形外科

小

小児科

歯

歯科

薬

薬局

日	区分	名称	所在地	電話番号
6/20 (日)	内	小坂内科消化器科クリニック	永井19-258-1	605-6050
		大屋内科胃腸科クリニック	西青山一丁目16-43	647-3255
		八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	見前ファミリークリニック	三本柳12-20-1	632-6300
		よしだクリニック	西仙北一丁目30-50	635-8341
6/27 (日)	歯	内丸歯科クリニック	内丸17-30トーカンジェネラス内丸1階	656-0900
	薬	永井中央薬局	永井19-253-1	605-7050
		西青山薬局	西青山二丁目4-17	601-4141
		ミルマエ調剤薬局	三本柳12-21-4	614-0071
		ひばり薬局	西仙北一丁目30-51	635-9797
	内	おおどり鎌田内科クリニック	大通二丁目7-23	606-5161
		澤田内科医院	上田一丁目6-11	654-1007
	外	くわた脳神経外科クリニック	北飯岡一丁目2-68	656-5636
		小	吉田小児科	梨木町2-13
	6/27 (日)	歯	ただしデンタルオフィス	みたけ二丁目9-60
大通よつば薬局			大通二丁目7-20	681-4091
薬		上田薬局	上田一丁目6-9	625-5612
		本宮センター薬局	北飯岡一丁目2-71	656-5867
		ぺんぎん薬局	梨木町2-14	652-3345

■入院が必要と思われる場合と初期救急医療機関が診療していない時間は「2次救急医療機関」へ

▶受診の際は、医療費とは別に定額負担金が必要になる場合があります。
▶各病院で、その日の当直診療料が異なります。事前に各医療機関に問い合わせるか、市医師会のホームページをご覧ください。
2次救急医療機関の受入診療料はこちら

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)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。
※受診の際は、医療費とは別に定額負担金が必要になる場合があります

■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。

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。



広告

AI

がお持ちの住宅を

瞬時に査定

PC・スマホ上で完結。お問い合わせ・ご来店不要！！ 簡単＆手軽な不動産査定をぜひお試しください！

不動産本舗

株式会社 北日本土地 盛岡店

tel:019-681-8822

〒020-0866 盛岡市本宮3丁目49-46
■営業時間／9時30分～18時00分 ■定休日／水曜日

岩手県知事免許(10)第1473号 (一社)岩手県宅地建物取引業協会会員
東北地区不動産公正取引協議会加盟 (公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
https://www.kitatochi.com/ e-mail:info@kitatochi.com

QRコード

FUDOSANHOPO HOLDINGS

↑↑↑今すぐAI査定を体験する

広告

たかしクリニック

内科 外科
皮膚科 形成外科 整形外科

診療時間
午前 9:00～12:30
午後 2:00～6:00
[院長] 黒田 敬 ■休診日/日曜・祝日 ■駐車場有

↑至明治橋
仙北中
ネクスズ
南大橋
当院

盛岡市東仙北一丁目3-7 TEL019-635-5110 たかしクリニック 検索

糖尿病専門医として地域の皆様の支えていたい

いいい内科・糖尿病クリニック

内科、糖尿病内科、消化器内科、整形外科

診療時間
9:30～13:00
14:00～17:30
備考 ただし、土曜日は午前9:00～12:00

電話でのご予約
お問い合わせ
019 601-2277
月～土 9:30～13:00
月・火・金 14:00～17:30

岩手銀行
中ノ橋支店
中の橋
水晶堂ビル4階

盛岡バス
センター線
中ノ橋通
なまはなビル
南大橋

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通1-4-20
水晶堂ビル4階

イベント情報

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■おうち性教育はじめませんか？

子に対する性の不安を解消するため、性教育の先駆者・村瀬幸浩さんから家庭での性教育の必要性をオンラインで学びます。

📅 配信期間：7月29日(木)10時～8月6日(金)15時

👤 50人※テーマに関心のある人

📍 応募フォーム：6月18

日(金)12時から

📞 1035162



市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5151

■キッズ・アート・ワークショップ

マイ「うちわ」deアート！

絵の具やリボンなどの小物を使って、うちわ作りに挑戦します。

📅 7月17日(土)・18日(日)、10時～12時

👤 各12人※小学生とその保護者

💰 各500円

📍 電話：6月20日(日)10時から

📞 1028422

■パイプオルガン

プロムナードコンサート

演奏を気軽に楽しめる入場無料のミニコンサート。

📅 7月21日(木)19時～19時半

👤 350人

💰 全席指定。整理券が必要

📍 7月2日(金)9時から同ホールの他、盛岡劇場(松尾町)、キャラホール(永井24)、姫神ホール(浪民字鶴塚)で

整理券を配布※1人4枚まで

📞 1032277

■パイプオルガン演奏体験講座

好きな曲を自由に演奏したり、オルガニストのレッスンを体験できます。

📅 7月28日(木)13時半～19時50分と29日(金)11時～19時20分

👤 20組※小学3年生以上の鍵盤楽器経験者

💰 演奏体験1000円、レッスン体験1500円※1組20分

📍 同ホールや各公民館などに備え

付けの申込用紙に必要事項を記入し、

6月18日(金)から7月4日(日)までに提出※応募多数の場合は抽選

📞 1031270

■原田智子 小林道夫「ウィーンのリ～巨匠たちが生きたウィーン」

盛岡市出身のバイオリニスト・原田智子と鍵盤楽器に精通した小林道夫によるリサイタル。

📅 9月14日(火)19時～21時

💰 全席指定。S席4000円、A席3000円、U-25チケット1500円

📍 6月24日(木)から同ホールの他、市内プレイガイドで販売

📞 1035468

キャラホール・都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

✉kouza-kyara@mfc.jp

■はたらく女性応援講座

～イチから学ぶマネーセミナー～

働く女性ならではの、お金の悩みや将来の不安を減らすヒントを学びます。

📅 7月18日(日)10時～12時

👤 20人※働いている女性

✉ メール：6月19日(土)10時から

📞 1035512

■新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う中止のお知らせ

7月4日(日)に開催を予定していたキャラホール合唱祭は中止します。

📞 1034717

姫神ホール

☎028-4132 浪民字鶴塚55
☎683-3526

■姫神寄席「立川談春 独演会」

古典落語を中心とした、毎年人気の姫神寄席。今や押しも押されぬ人気落語家の立川談春が出演します。

📅 9月25日(土)14時～16時

💰 全席指定。一般3800円、U-25チケット2000円

📍 6月19日(土)から同ホールの他、市内プレイガイドで販売

📞 1035470

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■ナイトピラティス教室

姿勢を改善し、体のゆがみを補正するエクササイズ。

📅 7月12日～8月2日、月曜、全3回、19時～20時

👤 10人※18歳以上

💰 2211円

📍 電話：6月18日(金)10時から

📞 1031922

■コンディショニング&ピラティス

ストレッチポールなどを使ったコンディショニングとピラティスの基礎を学びます。

📅 7月13日～8月31日、火曜、全5回、14時半～15時半

👤 12人※女性

💰 2750円

📍 電話：6月18日(金)10時から

📞 1032849

もりおか町家物語館

☎020-0827 鉦屋町10-8
☎654-2911

■浜藤古本市

公募で集まった出店者が古本や手作りの読書グッズを販売します。

📅 7月18日(日)10時～12時

📍 6月26日(土)・27日(日)、10時半～15時

📞 1023430

サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

■はじめての古典ヨガ

初心者向けの古典ヨガで、呼吸や姿勢、動きなどの基礎を学びます。

📅 7月13日(火)13時半～15時

👤 10人

💰 500円

📍 電話：6月22日(火)10時から

■プリザーブドフラワーでつくるボトルフラワーアレンジ

📅 7月17日(土)10時～11時45分

👤 10人

💰 3000円

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

📍 電話：6月19日(土)10時から

■マーブルアートdeアクセサリ

マーブルアートの技法でペンダントとマスクチャームを作ります。

📅 7月24日(土)13時半～16時半

👤 10人

💰 2000円

📍 電話：6月26日(土)10時から

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-88
☎638-2270

■木製・組市松紋 オリ・パラバズル作り教室

組市松紋を使用した東京2020オリンピック・パラリンピックエンブレムのパズルを作ります。

📅 6月24日(木)～26日(土)、9時半～15時

👤 各2人※中学生以上

💰 各2500円

📍 電話：6月18日(金)9時から

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366

■図書展示

「ねばねば納豆～本で食育～」

納豆に関する本の展示と貸し出し。

📅 7月13日(火)～25日(日)

📞 1034652

■はじめての絵画教室

絵を描くことの楽しさやコツを学びます。

📅 8月7日・28日・10月2日・9日・23日、土曜、全5回、13時半～15時半

👤 15人※中学生以上

💰 1500円

📍 往復はがき：7月20日(火)必着

📞 1035181

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■名作映画会

「紅い罌～富岡製糸場物語～」を上映します。

📅 7月3日(土)10時～12時

👤 15人

📞 20人

📍 電話：6月18日(金)11時から

📞 1026623

■土日で学ぶワード応用

基本操作の復習をし、文字の書式や体裁の整え方などを学びます。

📅 7月10日(土)・11日(日)、全2回、10時～16時

👤 10人

💰 4969円

📍 電話：6月23日(火)10時から

📞 1035285

■初心者のための川柳教室

川柳の基礎を学び、日本の伝統文化の良さを味わいます。

📅 7月13日(火)・20日(火)、全2回、10時～12時

👤 14人 💰 400円

📍 電話：6月18日(金)14時から

📞 1034836

■岩手の伝統・文化講座

三陸の津波被害の歴史や防災学習の取り組みなどを学びます。

📅 7月15日(木)8時半～16時10分

📍 いのちをつなぐ未来館(釜石市) ※集合は同公民館

👤 15人 💰 500円

📍 往復はがき：6月30日(火)必着

📞 1026956

■近世・近代史講座

南部藩の教育方針や、戊辰戦争後の岩手県の誕生の経緯を学びます。

📅 7月24日(土)・8月7日(土)、全2回、10時～12時

👤 50人 💰 500円

📍 往復はがき：7月9日(金)必着

📞 1026569

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■絵画体験講座「簡単な静物画」

コップやマグカップを鉛筆で立体的に描くコツを学びます。

📅 7月16日(金)10時～12時

👤 10人

📍 電話：6月18日(金)10時から

■体験講座「はじめてのギター」

ギターの基本的な弾き方を学びます。ギターがない人には無料で貸し出します。

📅 7月17日(土)14時～16時

📍 乙部農業構造改善センター(乙部6)

👤 15人

📍 電話：6月21日(月)10時から

先人記念館

☎020-0866 本宮蛇屋敷2-2
☎659-3338

■企画展「金田一勝定～盛岡財界の巨頭～」

岩手の経済発展に貢献した金田一勝定に関する資料などを展示します。

📅 6月26日(土)～8月29日(日)

💰 入館料が必要

📞 1023452

▶展示資料の解説

学芸員が企画展の見どころを紹介。

📅 7月18日(日)・8月8日(日)、13時半～14時 👤 各40人

▶学芸員講座「金田一勝定について」学芸員が金田一勝定の生涯と業績を分かりやすく解説します。

📅 7月31日(土)13時半～14時半

👤 40人

📍 電話：7月17日(土)9時から

📞 1024210

▶シリーズ講座

「岩手軽便鉄道と花巻」

花巻市博物館の学芸員による、岩手軽便鉄道と花巻についての講話。

📅 8月21日(土)13時半～15時

👤 40人

📍 電話：7月17日(土)9時から

📞 1024209

■館長講座「没後50年盛岡市名誉市民 金田一京助」

金田一京助のアイヌ語研究に関わった人々などについて解説します。

📅 7月3日(土)13時半～15時

👤 40人

📍 電話：6月19日(土)9時から

📞 1023244

■そめをしよう

藍染めハンカチを作ります。

📅 7月24日(土)9時半～11時半と13時半～15時半

👤 各6人※小学4年生～中学生

💰 500円

📍 往復はがき：必要事項と学年・保護者の名前・参加できる時間を希望順に記入し送付。7月7日(火)必着

📞 1023451

明日のビジネスを担う

女性たちの交流会 in 盛岡

男女共同参画推進室 ☎626-7525

女性社員のキャリアアップをテーマにした講演とパネルディスカッションをオンラインで開催します。

📅 8月27日(金)13時半～15時15分

👤 100人

📍 応募フォーム：6月21日

(月)10時から



環境学習講座

「もりおか歴史自然めぐり」

環境企画課 ☎626-3754

盛岡城跡や中津川周辺を歩いて巡り、歴史や自然に触れます。

📅 7月10日(土)9時半～12時

👤 20人 💰 28円

📍 電話：応募フォーム：6

月30日(火)まで



注文を間違えるカフェ

テイクアウトバージョン

飯岡・永井地域包括支援センター

☎656-7710

認知症の人と学生が、キッチンカーでカフェメニューを販売します。



市民登山 in 岩手山

市山岳協会の三浦さん
☎090-2988-5362

山岳ガイドと一緒に、豊かな自然に触れながら登山を楽しみます。

📅 7月17日(土)6時～17時

📍 岩手山※集合は馬返し登山口(滝沢市)

👤 30人※体力に自信のある小学4年生～70歳

💰 2700円

📍 電話：6月21日(月)

9時から

📞 1031039

参加者募集！

世界一の川下り大会

第45回 盛岡・北上川ゴムボート川下り大会

📍 同大会運営事務局 ☎613-2542

📞 1019841

盛岡・北上川ゴムボート川下り大会の参加者を募集しています。コースは四十四田ダムから南大橋までの約11*。急流を漕ぎ分けるスリルや北上川から望む緑豊かな自然や街並みを満喫してみませんか。新型コロナウイルス感染症対策を講じて開催します。詳しくは、大会ホームページをご覧ください。

大会ホームページはこちら👉

表 参加部門と参加料	
参加部門	参加料
タイムレース	男性の部
	女性の部
	混合の部(男女のペア)
	親子の部(小学5年～

募集

公共施設保有最適化・長寿命化
中期計画改訂案への意見

資産経営課
☎603-8007 ファクス622-6211

市が保有する建物の複合化や転用、長寿命化などを定めた同計画の改訂案への意見を募集します。同案は市役所本庁舎本館6階の同課や1階の窓口案内所、各支所などに備え付けるほか、市ホームページにも掲載します。

☎ 任意の用紙に住所と氏名、意見を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所資産経営課へ郵送または持参。ファクスと市ホームページでも受け付けます。郵送は6月30日(木)消印有効。その他は同日17時半まで

ID 1035348

日頃、感じていることを言葉にしてみませんか

長寿社会課内、盛岡ゆうづう大学事務局
☎603-8003

12月23日(木)に市民文化ホール（盛岡駅西通二）で開催する「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」で発表する作品を募集します。テーマは①私の生きがい・特技②私の夢・希望③若者に伝えたいこと④私たちの役割⑤地域活動に参加して⑥体験から学んだこと⑦その他自由主題のいずれか一つで、2000字以内の自作未発表のもの。なお、作品の著作権は市に帰属し、原稿は返却しません。

📅 募集期間：6月21日(月)～10月28日(木)

👤 市内在住の60歳以上

📝 作品に必要な事項と題名、職業を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所長寿社会課へ郵送または持参。郵送は10月28日(木)消印有効。持参は同日17時半まで

ID 1006426

遺跡の学び館サポーター
遺跡の学び館 ☎635-6600

同館の行事運営を支援するボランティアを募集します。

👤 若干名※遺跡に興味があり、日

曜・祝日などの行事に参加できる人

☎ 電話：12月26日(日)まで

ID 1009440

お知らせ

盛岡広域都市計画地区計画の
変更原案の縦覧と説明会

①交通政策課 ☎613-8538
②都市計画課 ☎639-9051

①前潟地区と②武道地区の地区計画変更原案の縦覧と説明会をします。土地所有者などの利害関係者で意見がある場合は、市長に意見書を提出できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

ID ①1035471②1035372

▶縦覧

📅 6月18日(金)～7月2日(金)、9時～17時

📍 ①市役所本庁舎本館7階交通政策課②市役所都南分庁舎2階都市計画課

説明会

📅 ①6月21日(月)②18日(金)、いずれも18時半～

📍 ①土淵地区活動センター（前潟四）②浜民公民館（浜民字鶴塚）

▶意見書提出

📝 任意の用紙に住所と氏名、意見を記入し、①☎020-8530（住所不要）市役所交通政策課②☎020-8532（住所不要）市役所都市計画課へそれぞれ郵送または持参。郵送は7月9日(金)必着。持参は同日17時まで

総合プール内サブプールの開設

総合プール ☎634-0450

📅 開設期間：7月1日(木)～9月3日(金)、10時～17時 ID 1023443

■全施設利用制限

7月3日(土)～25日(日)は大会などのため利用できません。 ID 1035304

明かりを減らして
地球温暖化について考えよう

環境月間の6月と環境問題をテーマとした主要国首脳会議（G8）が日本で開催された7月に、市内一斉にライ

トダウンに取り組みます。明かりを普段より減らし、地球の未来と私たちの暮らしについて考えてみませんか。

📅 6月21日(月)と7月7日(木)、20時～22時 ID 1020178

少年指導員養成講座

中央公民館
☎654-5366 ファクス653-3505

地域の子供会の組織づくりや活動の支援者を養成します。開催時間や申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

📅 7月14日(木)～9月25日(土)、主に水曜または土曜、全13回

📍 同館（愛宕町）と区界高原少年自然の家（宮古市）

👤 15人※20歳以上で過去に同講座を修了した人を除く

📝 保険料や野外活動費など別途

📝 往復はがき・ファクス・応募フォーム：6月30日(木)必着 ID 1030999

交通災害共済に加入を
くらしの安全課 ☎603-8008

交通事故によるけがなどに備え、同共済に加入しませんか。詳しくは、同時配布したチラシや市ホームページをご覧ください。

📅 共済期間：8月1日(日)から1年間

📝 1人400円

📝 指定金融機関での受け付けは9月30日(木)まで。市役所本庁舎本館6階の同課と玉山総合事務所税務住民課、都南総合支所、各支所、玉山地域の各出張所では随時受け付け

ID 1001119

情報公開と個人情報保護

総務課 ☎626-7513

■情報公開：市政をより理解してもらうため、情報公開制度を設け、市役所本庁舎本館6階の情報公開室で随時、開示請求や行政資料の閲覧などを受け付けています

▶開示請求：請求書は、同室に備え付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。郵送での請求も受け付けます ID 1015584

▶文書目録の公開：市が作成した行政文書の目録を市ホームページで公

市・県民税

📅 納期限：6月30日(木)※口座振替を利用している人は、預貯金残高を確認してください

📅 納税課 ☎613-8464 ID 1034399

開しています ID 1020268

▶交際費と食糧費の公開：市長と議長の交際費、市の食糧費の内容を公開しています

ID 市長交際費：1008890
議長交際費：1014672
食糧費：1011799

▶審議会などの会議の公開：市政について意見を聴く審議会などを公開。会議録は同室で閲覧できます

ID 1011635

■個人情報保護：市は、個人情報保護条例を定め、個人情報を適正に管理し、自分の個人情報を開示請求する権利などを保障。請求時に本人確認が必要です ID 1011825

自転車の交通ルールを守ろう

①くらしの安全課 ☎603-8008
②交通政策課 ☎613-8538

暖かくなり、自転車に乗るのが心地よい季節になりました。走行するときは、ルールを守り、歩行者に十分気をつけましょう。

▶車道を走行するときは、必ず左側を走りましょう。自転車の走行ができる歩道でも左側の歩道进行するなど盛岡マナー※を心掛けましょう。

▶夜間はライトを点灯しましょう。※歩行者と自転車の危険な交錯を避けるために取り組んでいる市独自のマナー

ID ①1001111②1025665

鍵かけで無施錠被害をなくそう

くらしの安全課 ☎603-8008

無施錠を狙った侵入・窃盗の被害が、市内で多数発生しています。自宅の鍵かけはもちろん、短時間でも車や自転車の施錠を心掛け、大事な財産を守りましょう。 ID 1001100

盛岡競馬が開幕

県競馬組合 ☎651-2999

盛岡競馬が開幕します。初日は開場25周年を記念して、来場者プレゼントなどがあります。無料の優待バス（盛岡駅～同競馬場）も運行します。詳しくは同競馬組合ホームページをご覧ください。

📅 開催期間：6月27日(日)～11月23日(木)

■市の推計人口（5月1日現在）
28万9639人（男：13万7205人、女：15万2434人）

【対前月比】240人増 【世帯数】13万4514世帯

📅 企画調整課 ☎613-8397 ID 1019915

📍 盛岡競馬場（新庄字八木田）

📝 入場料200円※14歳以下は無料。6月27日(日)は無料



家屋の全戸調査を実施

資産税課 ☎613-8403

固定資産税を適正に課税するため、身分証を携帯した調査員が、固定資産税が課税されている家屋を外観から確認します。

ID 1000524

クマにご注意ください！

農政課 ☎613-8457

クマの活動が活発になる季節となりました。近年は、人里周辺への出没が増えています。山間地での作業に加え、山間地に近い農地での作業などでも十分気をつけましょう。

▶主な対策：①山に入る時は2人以上で行動し、鈴やラジオなどで大きな音を出す②子グマを見たときは静かに立ち去る③ごみや廃棄農作物は、屋外に置かないなど適切に処分する

ID 1001651

狩猟免許取得経費の補助

農政課 ☎613-8457

狩猟の担い手育成などのため、同経費の一部を補助します。

👤 市内在住で、狩猟者登録（盛岡猟友会に加入）することが見込まれる人

📝 補助額：対象経費の2分の1以内 ※上限5200円

ID 1019525

表 アメリカシロヒトリ駆除の薬剤と器具の配置場所			
施設名	電話番号	施設名	電話番号
松園地区活動センター	661-8231	大慈寺老人福祉センター	623-0218
緑が丘児童・老人福祉センター	661-8236	加賀野児童・老人福祉センター	623-0407
上田公民館	654-2333	仙北地区活動センター	635-9356
青山地区活動センター	646-1593	本宮老人福祉センター	635-4595
厨川老人福祉センター	647-1982	中野地区活動センター	652-3288
上堂老人福祉センター	643-0330	みたけ地区活動センター	641-7817
西厨川老人福祉センター	647-2446	太田地区活動センター	658-1330
桜城児童・老人福祉センター	653-6211	土淵地区活動センター	645-1630
山岸地区活動センター	663-2505	上米内老人福祉センター	667-1271
仁王老人福祉センター	654-6187	都南分庁舎 2 階公園みどり課	639-9057
山王老人福祉センター	654-6269	玉山総合事務所 1 階税務住民課	683-3805
杜陵老人福祉センター	654-9155		

森林の伐採には
事前の届け出が必要です

盛岡・都南地域：林政課 ☎626-7541
玉山地域：産業振興課 ☎683-3853

森林整備計画に沿って森林を適切に保全するため、森林の立木を伐採するときは、30日前までに事前の届け出が必要です。また、伐採を業者などに依頼する場合は、所有者と伐採者の連名による届け出が必要です。対象や条件など詳しくは、お問い合わせください。 ID 1008275

土砂災害に注意しましょう！

盛岡広域振興局土木部 ☎629-6630

梅雨の季節を控え、大雨や長雨に伴う土砂災害の発生に備えましょう。キャッチフレーズは、「避難の声かけ、安全の確認」です。あらかじめ自宅周辺の危険性や避難情報の入手方法などを確認しましょう。また、避難するときは、周りの人と声を掛け合い、明るいうちに避難しましょう。

アメリカシロヒトリの駆除に
協力を

公園みどり課 ☎639-9057

アメリカシロヒトリは白い小型のガで、特に落葉広葉樹の葉を食害し、枯らせてしまいます。駆除には早期発見が大切です。市は、表の施設に薬剤と器具を配置しますので、庭木などに発生した場合は活用してください。市道や公園の樹木は、市が委託した業者が駆除します。作業時は事前にチラシなどで近隣の皆さんにお知らせします。

ID 1030334

労働保険の年度更新は
お済みですか

岩手労働局 ☎604-3001
盛岡労働基準監督署 ☎604-2530

本年度の労働保険の年度更新期間を迎えています。保険料の申告・納付は同労働局、同監督署、金融機関でお願いします。なお、労働保険の手続きは電子申請が便利です。

📅 申告・納付期限：7月12日(月)まで

ID 1035263

国民年金保険料の追納を

盛岡年金事務所 ☎623-6211
ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004

国民年金保険料の免除や納付猶予、学生納付特例を受けた期間があると、

その期間に応じて将来受け取る老齢基礎年金額が少なくなります。免除などを受けてから10年以内であれば追納することができますので、ぜひこの制度をご利用ください。詳しくは同年金事務所か同ダイヤルにお問い合わせください。

ID 免除・猶予：1000980
学生納付特例：1003605

寄付をいただきました

■岩手大学 名越利幸名誉教授
ダジャック・アース一式（半球バルーン、プロアー、ノズル、ノートパソコン、プロジェクター）。理科教育の振興のために。

リニューアルオープンしました！

もりおか町家物語館

《大正蔵》

歴史的な景観と調和した保存建造物の同館（鉈屋町）にある大正蔵は、大正時代に築造された酒蔵で、4月28日(木)にリニューアルオープンしました。盛岡の特産品を販売する他、盛岡産のアロニアを使ったジェラートが好評です。2階の展示室では市出身のデザイナー、中村誠さんのポスター展を9月26日(日)（6月28日(月)～7月1日(木)を除く）まで開催中です。ぜひお立ち寄りください。

📍 もりおか町家物語館 ☎654-2911

ID 1006837



2階展示室



ジェラートショップ

各種相談			
内容	日時	場所	問い合わせ
休日納付相談	6/27(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
市民無料法律相談★	7/12(月)・26(月) 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★	7/7～28、毎週水曜、10時～15時		岩手弁護士会 ☎623-5005
ひとり親家庭等特別相談	7/12(月) 10時～15時	県福祉総合相談センター（本町通三）	市ひとり親家庭等 就業・自立支援センター ☎623-8539

★要事前申し込み。相談希望日の前週9時から受け付け

広 告

内科・外科・胃腸科・整形外科・婦人科・皮膚科

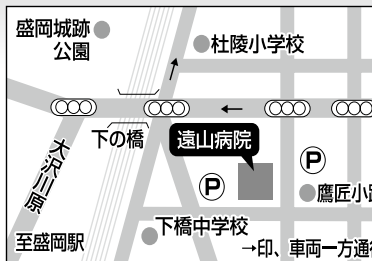
新型コロナウイルスワクチン接種予約受付中 ☎ 019-651-2118

各種健康診断・人間ドック・特定健診・出張健診・生活習慣病予防健診〈随時受付中〉

健診から医療介護まで同一施設で受診できます。

診療時間

平日 8:30～12:30(受付11:30まで)
13:30～16:00(受付15:30まで)
土曜 8:30～12:30(受付11:30まで)



感謝して、共に生きる

医療法人 遠山病院

盛岡市下ノ橋町6-14 FAX019-624-6060

☎ 019-651-2111(代)

URL: http://www.toyama-byouin.jp/

関連施設

- 短時間通所リハビリ 鷹匠小路
- 居宅介護支援事業所とおやま

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

院長 加藤 隆幸

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

年末年始、GWを含む祝日も通常診療!

盛岡市天神町11-8

TEL 019-604-1123

岩大附属小 至国道4号

花月堂 花月堂

当院

ホームページ http://kaganoclinic.jp/

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

日曜診療・往診・訪問診療

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	○	○	○	○	○	△	△

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

※往診・訪問診療は月～木曜 13:00～15:00

△ 第1・3・5 午前のみ診療

→ 矢巾 1 明治橋 茶畑 →

南大橋 365 北上川

ジョイス東安庭店

駐車場有 (18台)

高齢者肺炎球菌予防接種
保健予防課 ☎603-8307

対象者で希望する人は、指定医療機関で接種を受けることができます。予約が必要な場合があるので、事前に医療機関に確認してください。

※市外で接種を希望する人はお問い合わせください

📅 7月1日(木)～来年3月31日(木)まで

👤 表1の対象者（6月下旬に案内を送付）。加えて60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がいのため身体障害者手帳が1級の人（接種時に手帳持参）も受けることができます。※接種を受けたことがある人は対象外

💰 2800円※生活保護世帯と市民税非課税世帯の人は無料。事前に同課か玉山総合事務所健康福祉課、接種を受ける指定医療機関へ申請してください 📞 1006515

年齢	生年月日
65歳	昭和31年4月2日～32年4月1日
70歳	昭和26年4月2日～27年4月1日
75歳	昭和21年4月2日～22年4月1日
80歳	昭和16年4月2日～17年4月1日
85歳	昭和11年4月2日～12年4月1日
90歳	昭和6年4月2日～ 7年4月1日
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日
100歳	大正10年4月2日～11年4月1日

健康づくり！マッサージ等指導教室
長寿社会課 ☎603-8003

マッサージ師から軽体操とツボ押し方法の指導を受けられます。タオルと飲み物持参。当日は検温とマスクの着用をお願いします。

表2 マッサージ等指導教室の日程など

期日	時間	会場（所在地）	定員
7/9(金)	10時～12時	松園老人福祉センター（西松園二）	15人
7/13(火)		愛宕山老人福祉センター（愛宕町）	20人
7/19(月)		津志田老人福祉センター（津志田西二）	15人
7/21(水)	13時半～15時半	青山地区活動センター（青山三）	15人
7/29(木)		永井地域交流活性化センター（永井23）	

表3 元気はなまる筋力アップ教室の日程など

期日	時間	会場（所在地）	定員	申し込み※平日のみ受付
7/1(木)・8/5(木) 9/2(木)	10時～11時半	中野地区活動センター（東安庭字小森）	17人	セントラルフィットネス クラブ盛岡 ☎653-9011 11時～17時 水曜は15時半～17時
7/12(月)・8/23(月) 9/13(月)		仁王老人福祉センター（名須川町）	18人	
7/20(火)・8/24(火) 9/21(火)		加賀野老人福祉センター（加賀野四）	20人	
7/26(月)・8/30(月) 9/27(月)		桜城老人福祉センター（大通三）	18人	
7/8(木)・8/19(木) 9/9(木)	13時半～15時	土淵地区活動センター（前潟四）	20人	県予防医学協会 ☎638-4886 9時～17時
7/28(水)・8/25(水) 9/22(水)		山岸老人福祉センター（下米内一）	15人	
7/5(月)・8/2(月) 9/6(月)	10時～11時半	本宮老人福祉センター（本宮四）	18人	まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280 10時～16時
7/6(火)・8/3(火) 9/7(火)		仙北地区活動センター（仙北二）	25人	
7/14(水)・8/18(水) 9/8(水)	10時～11時半	緑が丘老人福祉センター（緑が丘三）	15人	いはとーぶスポーツクラブ ☎622-1110 10時～16時
7/29(木)・8/26(木) 9/30(木)	10時～11時半	北厨川老人福祉センター（厨川一）	15人	

📅📍👤 表2のとおり※60歳以上

☎ 電話：6月18日(金)10時から

📞 1003805

市立病院の健診・検診は予約制
市立病院 ☎635-0101

新型コロナウイルス感染症の感染予防として、本年度の健診・検診は全て予約制とします。

👤 ①特定健診と後期高齢者健診、健康診査、肺がん検診、肝炎ウイルス検診、女性健診、もの忘れ検診、胃がん検診、大腸がん検診②乳がん検診、子宮頸がん検診

📅 ①6月25日(金)～10月29日(金)②6月25日(金)～来年3月10日(木)まで。

詳しい日程はお問い合わせください。

※いずれも平日のみ

☎ 電話：受診券が届いた後の平日13時～16時半

元気はなまる筋力アップ教室
長寿社会課 ☎613-8144

介護予防のための筋力アップ体操と講話。上履きとタオル、飲み物持参。事前申し込みが必要です。

📅📍👤 表3のとおり※おおむね65歳以上

☎ 電話：6月18日(金)から各開催日初日の前日まで※定員になり次第締め切り

📞 1032759

つどいの森で健康づくり
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4の健康教室を開催します。

📅 10時半～11時半

📍 都南老人福祉センター（湯沢1）

☎ 電話：6月18日(金)10時から

表4 健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
7/1(木)	10時半～11時半	リフレッシュ体操教室	各10人	各500円 ※初回無料
7/8(木)		かんたんコロコロつどりん教室		
7/15(木)		ツボでセルフケア体操		
7/23(金)		ピラティス体操教室		
7/30(金)		大人のリズム遊び教室	15人	無料

表5 結核レントゲン集団検診の日程

期日	会場	所在地	時間
7/1(木)	御所湖広域公園手つなぎ広場駐車場	繋字館市	9：40～10：40
	猪去振興センター	猪去外久保	11：10～11：50
	大宮中学校	本宮字大宮	13：15～14：15
7/2(金)	太田地区活動センター	中太田深持	9：30～10：20
	けやき荘老人ホーム	上太田細工	10：50～11：50
	マルイチ城西店	城西町	13：20～14：50
7/6(火)	いわて生協ベルフ仙北	仙北三	9：00～10：50
	総合プール	本宮五	11：20～11：50
	本宮地区活動センター	本宮四	13：20～13：50
7/7(水)	下鹿妻公民館	下鹿妻字下通	14：20～14：50
	マルイチ本宮店	本宮三	9：20～10：50
	本宮小学校	本宮二	11：20～11：50
7/8(木)	DCMホームマック盛南店	向中野七	13：20～13：50
	仙北地区活動センター	仙北二	14：20～14：50
	ビッグハウス上盛岡店	北山一	9：30～11：00
7/9(金)	仁王地区活動センター	三ツ割字下更ノ沢	11：30～12：00
	マート桜台店	桜台二	13：30～14：10
	松園小学校	松園三	9：30～10：30
7/13(火)	松園地区公民館	東松園二	11：00～11：50
	高松地区保健センター	上田字毛無森	13：20～13：50
	ジョイス盛岡緑が丘店	緑が丘二	14：20～14：50
7/14(水)	市保健所	神明町	9：00～10：10
	盛岡八幡宮駐車場	八幡町	10：40～11：50
	沢田公民館	東中野字片岡	13：00～13：20
7/15(木)	飯岡体育館	下飯岡8	13：50～14：10
	盛岡南ショッピングセンターサンサ	津志田西二	14：40～15：20
	見前小学校	西見前18	9：30～10：10
7/16(金)	見前南地区公民館	西見前13	10：50～11：30
	地域福祉センター	手代森14	13：00～13：30
	ケーズデンキ盛岡南店	三本柳5	14：00～14：50
7/20(火)	薬王堂三ツ割店	三ツ割五	9：30～10：30
	浅岸公民館	浅岸二	11：00～12：00
	上田公民館	上田四	13：20～14：20
7/21(水)	高松の池入口広場	高松一	9：20～10：20
	いわて生協ベルフ山岸	山岸二	11：00～12：00
	マイヤ青山店	青山一	13：30～14：30
7/22(木)	ジョイス長橋台店	長橋町	9：30～10：30
	徳寿の森隣（市営谷地頭アパート向い）	厨川五	11：10～11：40
	西部公民館	南青山町	13：00～14：00
7/23(金)	ジョイス盛岡東安庭店	東安庭一	10：10～10：40
	県農協情報電算センター	黒川7	11：20～11：40
	乙部地区公民館	乙部6	13：10～13：30
7/24(土)	乙部地区コミュニティ消防センター	乙部28	14：00～14：20
	津志田小学校	津志田中央一	14：50～15：30
	ジョイス盛岡緑が丘店	緑が丘二	9：30～11：00
7/25(日)	業務スーパー館向店	館向町	11：30～12：00
	浅岸公民館	浅岸二	13：30～14：00

※7月28日(木)以降の日程は7月15日号に掲載します

接骨院の休日当番 受付時間：10時～16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	
実施日	名称	所在地	電話番号
7/4(日)	小笠原整骨院	玉山好摩字上山13-20	682-0106
7/11(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
7/18(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066
7/25(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



ワクチン接種予約について

市では、65歳以上の人を対象に、年齢別にワクチン接種を実施しています。正式な予約開始日・接種開始日は、個別に順次お送りするはがきでご確認ください。電話予約の場合、**予約開始日（初日）はコールセ**

ンターに電話が集中し、つながりにくなります。インターネット予約とLINE予約をおすすめします。

全ての人が速やかに接種を受けられる体制を整えていますので、焦らず、慌てずにお待ちください。

接種の流れ

①接種時期を確認する

接種できる時期は、対象者に届くはがきのほか、市ホームページや盛岡市新型コロナワクチンコールセンターでご確認ください。64歳以下の人が接種できる時期は、決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。

②予約する

接種は、事前に予約が必要です。接種券（クーポン券）をお手元に用意して、日時と会場などの予約をお願いします。

表 接種する医療機関の確認について

区分	予約方法
裏面に定期受診※している医療機関がある人	裏面の「予約方法」と「備考欄」をご確認いただき、予約をお願いします。
裏面に定期受診している医療機関がない人	裏面の「備考欄」に「定期受診患者のみ」の表示が無い医療機関の中から医療機関を選び、インターネットかLINE、コールセンターでの予約をお願いします。

※定期受診には風邪などでの不定期な受診は含まれません

③ワクチン接種を受ける

【当日の持ち物】

- ・接種券（クーポン券）・予診票1枚
- ・本人確認書類（健康保険証や運転免許証など）
- ・おくすり手帳（持っている場合）

- ・当日は、接種しやすいよう肩を出しやすい服装をお願いします
- ・接種券（クーポン券）のシールは、はがさないでください
- ・予診票は、ご自宅などで必ず事前に記入してから、接種場所にお越しください

④2回目の接種を予約する

ワクチンの効果を高めるには2回の接種が必要です。1回目の接種後、接種した医療機関か、コールセンターのいずれかで、速やかに予約してください。

予約方法

インターネットかLINEでの予約を優先的にご利用ください。電話予約の場合、コールセンターの回線には限りがあるため、混雑時はつながりづらくなる恐れがあります。

▶インターネット予約

24時間受付

※予約初日は9時から予約可
URL: <https://vc.liny.jp/032018>



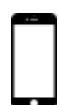
予約はこちらから➡



▶LINE予約

24時間受付

※予約初日は9時から予約可



QRコードから市公式アカウントに友達申請して予約画面へ

予約はこちらから➡



▶電話予約

9時～18時
(土・日曜、祝日含む)

盛岡市新型コロナワクチン
コールセンター

☎0120-220-489
(通話料無料)

▶医療機関で予約

裏面の「予約方法」の「医療機関での受付」に「○」がある医療機関で直接予約できます。「備考欄」を確認の上、詳しくは、各医療機関へお問い合わせください

多く寄せられる質問にお答えします！

Q

接種券をなくしてしまいました。再発行の手続きを教えてください。

A

接種の予約や接種には必ず接種券が必要です。次のいずれかの方法で再発行を受けてください。

(1) 郵送申請

「☎020-0884 神明町3-29 盛岡市新型コロナワクチン接種実施本部事務局」まで接種券再発行申請書をお送りください。同申請書は、市ホームページからダウンロードするか、コールセンターへお問い合わせください。

(2) 電話申請

上記の「盛岡市新型コロナワクチンコールセンター」にご連絡ください。

(3) ウェブ申請

市ホームページ上の接種券再発行申請フォームをご利用ください。

Q

新型コロナワクチンの接種は無料ですか。また、何回接種する必要がありますか。

A

無料です。接種は2回必要で、2回目は、1回目から3週間（ファイザー社製のワクチンの場合）の間隔を空けてください。

Q

新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に受けることはできますか。

A

原則として、新型コロナワクチンとそれ以外のワクチン（肺炎球菌ワクチンやインフルエンザワクチンなど）は、同時に接種できません。

新型コロナワクチンとその他のワクチンは、互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。ただし、ファイザー社製の新型コロナワクチンについては3週間の間隔を空けて2回接種する必要がありますのでご注意ください。

接種券再発行申請書の発行はこちらから➡



その他のよくある質問はこちらから➡



接種可能な医療機関の一覧

接種できる医療機関は下表のとおりです。医療機関により、「インターネット・LINE・コールセンター」予約か「医療機関での受付」と予約方法が異なるため、必ず事前にご確認の上、ご予約いただきますようお願いいたします。

※ 5月31日時点（五十音順）

名称	場所	予約方法		備考
		インターネット・LINE・コールセンター	医療機関での受付	
秋浜内科クリニック	渋民字駅	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
あべ神経内科クリニック	肴町		○	定期受診患者のみ
あべ内科・消化器科クリニック	長橋町	コールセンターのみ	○	定期受診患者のみ
池田外科・消化器内科医院	境田町		○	定期受診患者のみ
石井内科消化器科医院	東緑が丘		○	定期受診患者のみ
いしい内科・糖尿病クリニック	中ノ橋通一		○	定期受診患者のみ
いしかわ耳鼻咽喉科クリニック	本町通一	○		
いすぎ医院	大通三	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
いわて飯岡駅前内科クリニック	永井17	○		
岩手医科大学内丸メディカルセンター	内丸	○		会場：旧PET・リニアック先端医療センター（中央通一）
臼井循環器呼吸器内科	松園二		○	予約専用☎665-2345 受付：月曜～木曜日
えいづか内科胃腸科クリニック	緑が丘四	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
江村胃腸科内科医院	城西町	○	△	定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
おいかわ内科クリニック	上田一		△	定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
逢坂医院	長田町		○	定期受診患者のみ
大浦内科・歯科クリニック	津志田西二		○	定期受診患者のみ
大澤クリニック	茶畑二		○	定期受診患者のみ
大手先内科循環器クリニック	本町通一	○	○	医療機関受付は定期受診患者が原則です。詳しくは、クリニックのホームページを参照してください
大通胃腸科内科	大通一	コールセンターのみ		定期受診患者とその家族のみ
おおどり鎌田内科クリニック	大通二		○	定期受診患者のみ
大日向医院	高松二	○		
大屋内科胃腸科クリニック	西青山一		○	定期受診患者のみ
岡田消化器科内科医院	清水町		○	定期受診患者のみ
荻野病院	本宮一		○	定期受診患者のみ 予約専用☎080-7191-7055 受付時間 9：00～17：00
おはようクリニック	高松二	○	○	医療機関受付時間 7：00～12：00
小保内医院	鉦屋町		○	定期受診患者のみ
加賀野消化器内科・内科クリニック	天神町	○		
かつら内科クリニック	本宮字小坂小瀬	○		
かなざわ内科クリニック	上堂一		○	定期受診患者のみ
循環器内科金矢クリニック	津志田中央三		○	定期受診患者のみ
金子胃腸科内科	乙部13	○		
川久保病院	津志田26	○		
久喜内科・脳神経内科医院	緑が丘三		○	定期受診患者のみ
葛クリニック	上田四		○	定期受診患者のみ
くどう医院	前九年三	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
工藤内科ハートクリニック	中ノ橋通一		○	定期受診患者のみ 受付時間 9：00～12：00
久保田医院	大館町	○	○	予約専用☎090-3129-8607 電話受付時間 9：00～12：00
くろだ脳神経・頭痛クリニック	神明町		○	定期受診患者のみ
くわた脳神経外科クリニック	北飯岡一		○	定期受診患者のみ
けやき整形外科クリニック	上田一		○	定期受診患者のみ 予約専用☎080-2847-4971
小坂内科消化器科クリニック	永井19	○	△	定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
児島内科医院	みたけ三	○		
菜園循環器内科医院	菜園一	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
さいとう耳鼻咽喉科医院	緑が丘三		○	定期受診患者のみ
さとう胃腸科内科	向中野一		○	定期受診患者のみ
佐藤耳鼻咽喉科医院	青山三		○	定期受診患者とその家族のみ
澤田内科医院	上田一		○	定期受診患者のみ
三愛病院	月が丘一	○		日曜日接種分のみ
三本柳かんのクリニック	三本柳23		○	定期受診患者のみ
渋民中央病院	渋民字大前田		○	定期受診患者のみ
小豆嶋胃腸科内科クリニック	仙北三	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
鈴木内科医院	八幡町		○	定期受診患者のみ 予約専用☎090-2669-2260
鈴木内科神経内科	黒石野二		○	定期受診患者のみ
たかしクリニック	東仙北一		○	
高松病院	館向町		○	定期受診患者のみ

※ 上記の表以外にも、現在調整中の医療機関があります。最新の情報は、市ホームページやインターネット予約フォーム、コールセンターでご確認ください

名称	場所	予約方法		備考
		インターネット・LINE・コールセンター	医療機関での受付	
たぐち脳神経外科クリニック	本町通一	○		
たけ循環器内科クリニック	北飯岡一	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
田中循環器内科クリニック	永井22		○	定期受診患者のみ
たにむらクリニック	本宮字小坂小瀬		○	定期受診患者のみ
ちだ内科・外科クリニック	東安庭一	○		
ちばクリニック	中央通三		○	定期受診患者のみ
ちば耳鼻咽喉科クリニック	紺屋町		○	定期受診患者のみ
遠山病院	下ノ橋町		○	予約専用☎651-2118
栃内内科医院	神明町	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
とみさわ甲状腺・乳腺のクリニック盛岡	大通一	○		
内科クリニックすずき	北松園二	○		
なおや脳神経・頭痛クリニック	本宮字小坂小瀬	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
中島内科クリニック	月が丘二		○	定期受診患者のみ
中村医院	上田三		○	定期受診患者のみ
中村内科医院	若園町		○	定期受診患者のみ
なないろのとびら診療所	仙北二		○	定期受診患者のみ
西島こどもクリニック	上田一		○	定期受診患者の家族のみ
二宮内科クリニック	愛宕町	○		
原田内科脳神経機能クリニック	山岸三		○	定期受診患者及び過去2年以内に健診などで受診した人のみ
ひめかみ病院	下田字陣場		○	定期受診患者のみ
平野医院	西青山二	○		
藤島内科医院	愛宕町	コールセンターのみ		定期受診患者のみ
細井外科医院	大沢川原一		○	定期受診患者のみ
ポランの内科クリニック	中央通一		○	定期受診患者のみ
本間内科医院	上田二		○	定期受診患者のみ
まさと脳神経内科クリニック	向中野五	○		
松園第二病院	西松園三	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
真山池田医院	本町通三		○	定期受診患者のみ
水沼内科循環器クリニック	中央通二		○	定期受診患者のみ
緑が丘整形外科	緑が丘三		○	定期受診患者のみ
三船内科	天昌寺町		○	定期受診患者のみ
みやもと内科クリニック	上厨川字杉原	○		
見前ファミリークリニック	三本柳12		○	定期受診患者のみ
むろおか骨粗鬆症・整形外科クリニック	菜園一		○	定期受診患者のみ
メディケアプラザ中央通りクリニック	中央通三	○		
本宮Cクリニック	向中野三		○	定期受診患者のみ 受付時間 9：00～11：00
もりおか胃腸科内科クリニック	中ノ橋通二		○	定期受診患者のみ
独立行政法人国立病院機構盛岡医療センター	青山一	○		
盛岡駅前おおば脳神経内科クリニック	盛岡駅前通	○		
もりおか往診ホームケアクリニック	北飯岡三	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
盛岡観山荘病院	高松四		○	定期受診患者のみ
盛岡さくらクリニック	みたけ四	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
盛岡市立病院	本宮五		○	定期受診患者のみ 受付時間 9：00～12：00
盛岡赤十字病院	三本柳6	○		
盛岡つなぎ温泉病院	繋字尾入野	○	○	予約専用☎080-8200-4693
森田小児科医院	緑が丘四	○		
森谷医院	高松三		○	定期受診患者のみ
八角病院	好摩字夏間木		○	予約専用☎
八角医院	好摩字夏間木		○	①682-0811②682-0862
やまだ胃腸内科クリニック	津志田中央二	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
ゆい内科呼吸器科クリニック	向中野二		○	定期受診患者のみ
吉田消化器科内科	東見前8	○		
わたなべ内科・脳神経内科クリニック	高松三		○	定期受診患者のみ
和田内科医院	菜園一		○	定期受診患者のみ

6月21日(月)以降に順次接種可能になる医療機関（開始日は医療機関により異なります）

名称	場所	予約方法		備考
		インターネット・LINE・コールセンター	医療機関での受付	
内丸病院	本町通一	コールセンターのみ	○	定期受診患者のみ
おおひら内科・循環器科クリニック	梨木町		○	定期受診患者のみ
盛岡友愛病院	永井12		○	定期受診患者のみ

重要

令和3年度
盛岡市

検診だより

検診の実施期間

6月25日(金)～10月30日(土)

(乳がん・子宮頸がん検診・成人歯科健診は
来年3月10日(木)まで)

早期発見・早期治療で大切な命を守るために、1年度に1回は検診を受けましょう。自覚症状がある人は、検診ではなく、保険証を持参して速やかに医療機関で診察を受けてください。

何の検診が受けられるの？

盛岡市の国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している。

いいえ

加入している健康保険者※または勤務先で、がん検診(人間ドックや扶養者検診、家族検診も含む)を行っている。

はい

市の検診の対象外です。加入している健康保険者※か勤務先にご確認ください。

※市の国民健康保険・後期高齢者医療制度以外の健康保険者

- ・全国健康保険協会(協会けんぽ)
- ・各健康保険組合
- ・共済組合
- ・船員保険
- ・国保組合 など



保険者を確認

▲健康保険証例(協会けんぽホームページより)

はい

国保の特定健診 (2ページへ)

【内容】メタボリックシンドロームの早期発見

【対象】40～74歳の市の国民健康保険加入者

【費用】無料

【問】健康保険課 ☎626-7527

風しん抗体検査のクーポンを持っている人は、特定検診と同時に受けることができます。

【問】保健予防課 ☎603-8244

後期高齢者健診

【内容】フレイル予防のための健診

【対象】75歳以上の人と、65歳以上の人で後期高齢者医療制度の加入者

【費用】無料

【問】健康保険課 ☎613-8439

成人検診

【内容】各種がん検診など

【費用】3ページ参照

【問】健康増進課 ☎603-8306

玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

【問】健康増進課

☎603-8306

【広報ID】1006534

新型コロナウイルス感染拡大防止のために

- ◆検診の中止や延期の可能性あります。事前に予約をして受けましょう。
- ◆検診時はマスクを着用しましょう。
- ◆発熱や咳など、体調不良時は検診を見合わせましょう。

◆成人歯科健診

本年度から実施期間が変わります。受診には必ず「成人検診受診券」が必要です

盛岡市の受診券について

検診に必要な受診券は、6月21日(月)ごろに対象者の自宅に郵送します。6月25日(金)になっても受診券が届かないときや紛失したときは、各検診の担当課までお問い合わせください。



▶成人検診(がん検診など)

「※印」で消し込みされていない検診を選択して受けることができます

▶国保特定健診・後期高齢者健診

「※印」で消し込みされていない人が対象です

無料クーポンの対象

成人検診の受診のきっかけとなるように、下記の人に無料クーポンをお送りしています。

4月21日以降に転入した該当年齢の人は、健康増進課 ☎603-8306 へご連絡ください。

■乳がん検診

有効期間：6月25日(金)～来年3月10日(木)

41歳	昭和55年4月2日～ 56年4月1日生まれ
-----	--------------------------

■子宮頸がん検診

有効期間：6月25日(金)～来年3月10日(木)

21歳	平成12年4月2日～ 13年4月1日生まれ
-----	--------------------------

■肝炎ウイルス検診

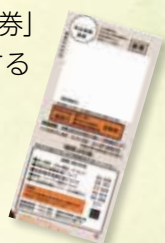
有効期間：6月25日(金)～10月30日(土)

41歳	昭和55年4月2日～ 56年4月1日生まれ
46歳	昭和50年4月2日～ 51年4月1日生まれ
51歳	昭和45年4月2日～ 46年4月1日生まれ
56歳	昭和40年4月2日～ 41年4月1日生まれ
61歳	昭和35年4月2日～ 36年4月1日生まれ

※令和4年3月31日時点の年齢

各検診の受診方法

- ①郵送される「令和3年度受診券」を用意する
- ②検診だより4ページの指定医療機関一覧から医療機関を選んで予約する
- ③予約した医療機関で検診を受ける
- ④受診した医療機関から結果の説明を受ける



【精密検査が必要な人】

がん以外でも精密検査が必要となる場合があります。異常があった人は、速やかに精密検査(有料)を受けましょう。

注意

- ★年度内に人間ドックを受診した人は、検診の対象外です
- ★検診手帳は、受診した医療機関から交付されるか、市ホームページからダウンロードできます

国保の特定健診・特定保健指導

【問】健康保険課 ☎626-7527



メタボリックシンドローム（メタボ）とは、「内臓脂肪型肥満」に加えて高血圧や脂質異常、高血糖などの症状が複数重なった状態をいいます。この状態を放っておくと動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病になりやすいといわれています。

令和元年度の市の国保加入者の特定健診受診結果によると、男性の53.7%、女性の20.4%がメタボやその予備群。メタボ

はとても身近な問題です。さあ、皆さんも特定健診を受けて、メタボを早期に発見・改善しましょう。

※加入する健康保険が変わった場合、それまで加入していた健康保険者から発行された特定健診受診券は使用できません

※国保以外の健康保険に加入している人の特定健診については、各健康保険者にお問い合わせください

※6月～9月の間、受診を受けていない人に文書や携帯電話へのショートメールにより受診案内が届く場合があります

市の国保の特定健診は、指定医療機関で受ける個別健診です。
玉山地域では、個別健診のほか、指定された日時・会場で行われる集団健診を受診することができます。

①受診券が届く

■対象

市の国保加入者（40～74歳）

※次の人は対象外です

- ・妊産婦
- ・病院または診療所に6カ月以上継続して入院している人
- ・養護老人ホームなどの施設に入所・入居している人

さあ特定
健診へ！

②健診の予約・申し込み

■個別健診

【期間】6月25日（金）～10月30日（土）

※医療機関での健診を個人で受診します。予約が必要な場合があるので、受診する医療機関に確認してください。実施医療機関は4ページをご覧ください

※8月以降は混み合うため、なるべくその前に受診しましょう。事前予約もご活用ください

■集団健診（玉山地域の人のみ）

【期間】8月30日（月）・31日（火）・9月7日（火）～10日（金）・26日（日）・27日（月）

【申し込み】玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

※6月15日ごろに、玉山地域の全世帯に案内チラシを配布します

③健診を受診する

■検査項目

問診：服薬歴・喫煙習慣など

計測：身長、体重、BMI*、腹囲、血圧

*BMI＝体重（kg）÷身長（m）の2乗

血液検査：中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、肝機能、血糖、貧血、クレアチニン（eGFR値による腎機能評価含む）、尿酸など

尿検査：尿糖・尿タンパク

心電図、眼底検査※医師が必要と認めた場合のみ

1万円相当の健診が
無料で受けられます！



④健診結果を知る

■健診で分かる主な疾患

内臓脂肪型肥満や高血圧、糖尿病、貧血、心疾患、肝疾患、腎疾患、痛風など

⑤特定保健指導の必要な人に、 特定保健指導「サンサンチャレンジ」の利用券が届く

特定健診を受けると
こんないいことが

- ・メタボの早期発見
- ・健康状態を正確に把握
- ・生活習慣改善のきっかけに
- ・健康維持が医療費の抑制に

特定保健指導

サンサンチャレンジ

体重 -3 kg

腹囲 -3 cm

【問】健康増進課 ☎603-8305

ひまわりクラス

【対象】

生活習慣病発症の
リスクが高い人

よつばクラス

【対象】

生活習慣病発症の
リスクが中程度の人

参加申し込み

教室や個別面接で、保健師・管理栄養士と一緒に、自分に合った生活習慣の改善プランを立てます

プランに沿って生活習慣の改善に取り組めます。保健師・管理栄養士から月1回程度の手紙や電話による支援があります

プランに沿って自主的に生活習慣の改善に取り組めます

3カ月後、身体の状態や生活習慣の変化を確認します

これまでにサンサンチャレンジを受けたことがある人の体重と腹囲は、翌年度の特定健診で改善が見られています。ご自身の健康のために、ぜひご利用ください。

平成30年度サンサンチャレンジ利用者の
翌年度の健診結果（平均値）

ひまわりクラス		よつばクラス	
体重	腹囲	体重	腹囲
-1.93 kg	-3.33 cm	-1.11 kg	-1.46 cm

サンサンチャレンジ参加者の声

- ・痩せなかった原因が分かって、減量できた
- ・体を動かすことが楽しくなった
- ・身も心も軽くなった



※特定保健指導の対象者となる選定基準とメタボリックシンドロームの判定基準は異なります

成人検診（各種がん検診など）





成人検診については
市ホームページにも
掲載しています

成人検診の種類や内容など(対象者の年齢は、令和4年3月31日時点)

	検診の種類	検診の内容 (全ての検診で問診を行います)		自己負担額 (検診費用)	対象者	
					男性	女性
受診券が必要	肺がん検診	胸部レントゲン撮影		1000円 (4400円)	40歳～	
		胸部レントゲン撮影・かく痰検査 (かく痰検査は医師が必要と認めた人)		1700円 (7340円)		
	大腸がん検診	便潜血反応検査		1100円 (4650円)	40歳～	
	胃がん検診 ※個別検診はX線か内視鏡検査を選択してください	指定医療機関で個別検診	胃内視鏡（内視鏡検査前に必要な感染症検査やピロリ菌検査など実施した場合は、別途自己負担あり） バリウムでの胃X線検査	3600円 (1万4720円)	40歳～	
		指定医療機関で個別検診		2800円 (1万1980円)		
		巡回検診車で集団検診 (日程は下表のとおり)		1300円 (5500円)		
	前立腺がん検診	血液検査（PSA腫瘍マーカー）		1000円 (3240円)	55歳～	—
	肝炎ウイルス検診	血液検査（C型肝炎ウイルス・B型肝炎ウイルス） (肝炎ウイルス検診を受診したことがない人が対象)		1000円 (3800円)	40歳～	
	乳がん検診 (受診は2年に1回)	視触診・乳房X線検査（マンモグラフィ検査） (豊胸手術を受けた人や妊娠または授乳中の人、ペースメーカー装着の人は対象外)		1900円 (8080円～8400円)	—	40歳～
	子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診・内診		1800円 (7440円)	—	20歳～
	女性健康診査	▶計測（身長・体重・血圧）▶尿検査（タンパク・糖）▶血液検査（貧血・LDLコレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪）		1500円 (6460円)	—	18～39歳
	健康診査	▶計測（身長・体重・腹囲測定・血圧）▶尿検査（タンパク・糖）▶心電図検査▶血液検査（脂質・血糖・貧血・肝機能・クレアチニン（eGFR値による腎機能評価含む）・尿酸など）		無料	40歳～（特定健診や後期高齢者健診対象外の人、生活保護受給者など）	
	結核レントゲン検診 (巡回検診車で実施)	集団検診：胸部レントゲン直接撮影 (実施時期7月～9月)		無料	65歳以上の希望者	
	訪問診査			無料	40歳以上の在宅で寝たきりの人	
	介護家族訪問診査	健康診査と同じ内容（受診者宅へ訪問）			上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
もの忘れ検診	認知機能やうつ症状の問診		65歳～			
受診券が不要	成人歯科健康診査※1※2	歯周疾患などの健診・歯科保健指導 (70歳以上の人には、口腔機能検査あり)		一律500円	40歳～(社会保険本人は除く)	
	妊産婦歯科健康診査※2	歯周疾患などの健診・歯科保健指導（通年実施）		一律500円	妊娠中または産後1年以内の人	
	ほねケア検診 (骨粗しょう症予防検診)	検診会場で集団検診：超音波法による、かかとの骨強度測定（日程は下表のとおり）		一律1500円 (2200円)	30～70歳	

◆受診料は指定医療機関で支払ってください。※精密検査が必要になった場合は保険診療で有料です
◆すでに経過観察中・治療中の疾病がある人は、検診の対象外となる場合があります。

成人検診を無料で受けられる人

◆65歳以上で後期高齢者医療被保険者証を持っている人（保険証の提示が必要です）
◆生活保護の受給者
◆中国残留邦人支援給付の受給者
◆市民税非課税世帯（世帯全員が非課税）※課税状況が変わったときは、検診を受ける1週間前までにお問い合わせください
◆令和4年3月31日現在で70歳以上の人

もの忘れ検診って？

認知症の早期発見・早期治療を目的とした検診です。認知症は誰にでも起こり得る脳の病気です。年に一度は受診しましょう。

【問】 長寿社会課 ☎613-8144

※1 昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれの人は、個別に郵送される後期高齢者医療歯科健診を受診してください
※2 岩手医科大学附属病院歯科医療センターと県立中央病院などを除き、市内の歯科医療機関で年度内に1回受診できます

胃がん検診の受付時間

【盛岡・都南地域】

月～金曜：6時半～9時
★土・日曜：6時半～7時半
8時～9時

※岩手医科大内丸メディカルセンター

内地下1階設置会場

7時半～10時（日曜も同時間）

【玉山地域】

6時半～8時半

胃がん検診の申し込み方法

6月30日(水)必着で、成人検診受診券に添付の申し込み用はがきを返送してください。7月1日(木)以降は、健康増進課 ☎603-8306 で受け付けます。

表 胃がん集団検診（バリウムでのX線のみ）の日程
〈盛岡・都南地域〉

実施日	会場（所在地）
8/2(月)	津志田小学校（津志田中央一） 上堂老人福祉センター（上堂三）
8/3(火)・8/21(土)★	都南地区保健センター（津志田14）
8/4(水)・9/22(水)	上田公民館（上田四）
8/4(水)・8/31(火)	松園地区公民館（東松園二）
8/4(水)～6(金)・10(火)～12(木)・20(金)・23(月)・24(火)・9/16(木)・17(金)・21(火)・22(水)・10/21(木)・22(金)・24(日)	岩手医大内丸メディカルセンター内 地下1階設置会場（内丸19）※
8/5(木)・10/15(金)	サンライフ盛岡（仙北二）
8/5(木)	羽場小学校（羽場17）
8/6(金)・9/14(火)	みたけ地区活動センター（みたけ四）
8/6(金)	太田地区活動センター（中太田）
8/10(火)	上米内老人福祉センター（桜台二） 緑が丘地区活動センター（黒石野二）
8/11(水)	つなぎ地区活動センター（繋字堂ヶ沢）
8/11(水)・9/15(水)	西部公民館（南青山町）
8/12(木)	地域福祉センター（手代森14）
8/18(水)	見前南地区公民館（西見前13）

実施日	会場（所在地）
8/19(木)	中野地区活動センター（東安庭字小森） 土淵地区活動センター（前潟四）
8/24(火)	本宮老人福祉センター（本宮四）
9/1(水)	乙部体育館（乙部6）
9/1(水)・9/28(火)	北松園児童センター（北松園四）
9/5(日)★・9/24(金)	青山地区活動センター（青山三）
9/21(火)・10/14(木)	加賀野児童センター（加賀野四）
9/26(日)★	高松地区保健センター（上田字毛無森）
9/29(水)	河南公民館（松尾町）
10/9(土)★	盛岡タカヤアリーナ（本宮五）
10/15(金)	みたけ老人福祉センター（みたけ三）

〈玉山地域〉

実施日	会場（所在地）
7/29(木)	農民研修センター（下田字仲平）
7/30(金)・7/31(土)★	好摩体育館（好摩字野中）
8/2(月)	巻堀地区コミュニティセンター（巻堀字巻堀）
8/3(火)・8/22(日)★	玉山総合福祉センター（渋民字泉田）
8/4(水)	玉山地区公民館（日戸字鷹高）

ほねケア検診（骨粗しょう症予防検診）

【対象】 昭和26年4月2日～平成4年4月1日生まれの人
※すでに骨粗しょう症と診断された人、現在治療中の人、以前に同検診で精密検査が必要とされた人を除きます
【受診料】 一律1500円

【申し込み】 6月15日(火)から市ホームページのほねケア検診申込フォームまたは電話でお申し込みください
【問】 健康増進課 ☎603-8306
【広報ID】 1006574



ほねケア検診
申し込みフォーム

ほねケア検診 検索

表 ほねケア検診の日程

実施日	会場（所在地）	時間
7/29(木)	市保健所（神明町）	①10時～11時 ②11時～12時 ③14時～15時半
10/3(日)		
10/13(水)		
7/30(金)	都南地区保健センター（津志田14）	
8/19(木)	高松地区保健センター（上田字毛無森）	
8/20(金)	青山老人福祉センター（青山三）	
11/11(木)	玉山総合福祉センター（渋民字泉田）	

検診の指定医療機関一覧

特：特定健診・後期高齢者健康診査　(特)：特定健診に必要な人のみ眼底検査も実施　健：健康診査　乳：乳がん検診　子：子宮頸がん検診　女：女性健康診査　前：前立腺がん検診
胃がん検診（内：内視鏡のみ実施、X：X線のみ実施、胃：両方実施。選択制）　大：大腸がん検診　肺：肺がん検診　肝：肝炎ウイルス検診　も：もの忘れ検診　※ 5月31日時点

所在地	医療機関名	電話番号	実施する検診
中央通一	山田クリニック	654-3788	特 健　女 前　　肝 も
中央通一	産婦人科内科　幸クリニック	625-1103	子 女　　肝 も
中央通一	ポランの内科クリニック	606-6010	特 健　女 前　肺 肝 も
中央通二	水沼内科循環器クリニック	604-8002	特 健　女 前　肺 肝 も
中央通三	ちばクリニック	605-8300	特 健　女　　肺 肝 も
中央通三	メディアエプラザ中央通りクリニック	654-3781	特 健　女 前　肺 肝 も
本町通一	内丸病院	654-5331	特 健　女　　肝
本町通一	栗原クリニック	654-7123	特 健 乳 女　　肺 肝
本町通一	たぐち脳神経外科クリニック	621-1234	特 健　女 前　　肝 も
本町通一	大手先内科循環器クリニック	651-2150	特 健　女 前　肺 肝 も
本町通三	真山池田医院	623-7151	特 健　女 前 X　肺 肝 も
名須川町	赤坂病院	624-1225	特 健　女 前　肺 肝
名須川町	鈴木肛門外科・守口内科	624-0405	特 健　女 前　肺 肝 も
大通一	とみさわ甲状腺・乳腺のクリニック盛岡	681-3652	乳　　前
大通一	大通胃腸科内科	652-1825	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
大通二	おおどり鎌田内科クリニック	606-5161	特 健　女 前　　肺 肝 も
大通三	佐藤内科クリニック	626-1115	特 健　女 前 胃　肺 肝 も
大通三	開運橋消化器内科クリニック	613-3336	特 健　女 前 内 大 肺 肝
大通三	いするぎ医院	654-1411	前
大沢川原一	細井外科医院	624-2715	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
大沢川原一	坂東内科クリニック	621-7227	特 健　女 前 X　肺 肝 も
菜園一	和田内科医院	624-3853	特 健　女 前　肺 肝 も
菜園一	菜園循環器内科医院	626-3211	特 健　女 前　肺 肝 も
菜園二	あべ菜園内科クリニック	623-7000	特 健　女 前 X 大 肺 肝 も
材木町	旭橋クリニック菊池循環器内科	653-8511	特 健　女 前 X　肺 肝
長田町	逢坂医院	622-6016	特 健　女 前　肺 肝 も
梨木町	おおひら内科・循環器科クリニック	606-3765	特 健　女 前　肺 肝 も
梨木町	夕顔瀬内科産婦人科医院	622-6519	子 女
盛岡駅西通二	マリオス小林内科クリニック	621-5222	特 健　女 前　肺 肝
盛岡駅前北通	さいとうレディースクリニック	621-3555	子 女
盛岡駅前通	乳腺外科いしだ外科胃腸科クリニック	625-8777	特 健 乳 女　　肝 も
盛岡駅前通	盛岡駅前おおば脳神経内科クリニック	626-4141	特 健　女 前　　肝 も
上田一	おいかわ内科クリニック	622-7400	(特) 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
上田一	西島産婦人科医院	624-5855	子 女
上田一	澤田内科医院	654-1007	特 健　女 前 X　肺 肝 も
上田二	本間内科医院	622-5970	特 健　女 前　肺 肝 も
上田三	中村医院	622-4542	特 健　女　　肝
上田四	葛クリニック	651-5433	特 健　女 前　　肝 も
高松二	おはようクリニック	662-0840	特 健　女 前　　肝 も
高松二	大日向医院	662-5530	特 健　女 前　肺 肝
高松三	森谷医院	663-1247	特 健　女　　胃 大 肺 肝
高松三	わたなべ内科・脳神経内科クリニック	605-1117	特 健　女 前　肺 肝 も
館向町	高松病院	624-2250	特 健　女 前　大 肺 肝 も
黒石野二	鈴木内科神経内科	661-2505	特 健　女 前　肺 肝 も
東黒石野三	松園第一病院	662-6111	も
緑が丘三	久喜内科・脳神経内科医院	662-7177	特 健　女 前　肺 肝 も
緑が丘四	えいづか内科胃腸科クリニック	663-7788	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
東緑が丘	石井内科消化器科医院	662-1615	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
松園二	臼井循環器呼吸器内科	662-9845	特 健　女 前 X　肺 肝 も
北松園二	川村腎・泌尿器科皮膚科クリニック	665-3333	女 前　　肝
北松園二	内科クリニックすずき	662-2888	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
西松園三	西松園内科医院	662-1622	(特) 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
西松園三	松園第二病院	662-0100	(特) 健　女 前 X 大 肺 肝 も
西青山一	大屋内科胃腸科クリニック	647-3255	特 健　女 前 X 大 肺 肝 も
西青山二	平野医院	648-1395	特 健　女 前　肺 肝 も
月が丘一	かねこ内科クリニック	647-3333	特 健　女 前　肺 肝 も
月が丘一	三愛病院	641-6633	前
月が丘二	中島内科クリニック	646-1903	特 健　女 前　肺 肝 も
月が丘三	白沢整形外科医院	645-3666	特 健　女
みたけ二	みんなのクリニック	656-0165	健　女 前　　肝 も
みたけ三	児島内科医院	641-3310	特 健　女 前 X　肺 肝 も
みたけ四	みたけ消化器内科クリニック	641-8511	特 健　女 前 内 大 肺 肝
みたけ四	盛岡さくらクリニック	645-3939	特 健　女 前 X　肺 肝 も
大館町	久保田医院	646-9090	特 健　女 前 内　肺 肝 も
境田町	池田外科・消化器内科医院	648-3200	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
城西町	江村胃腸科内科医院	623-4035	(特) 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
新田町	前川内科クリニック	624-3313	特 健　女 前　肺 肝 も
天昌寺町	三船内科	646-2310	特 健　女 前　　肝 も
上厨川字杉原	みやもと内科クリニック	601-3810	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
長橋町	あべ内科・消化器科クリニック	605-5311	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
長橋町	長橋皮ふ科クリニック	613-2121	特 健　女 前　　肝 も
上堂一	かなざわ内科クリニック	647-3057	特 健　女 前　肺 肝 も
前九年三	くどう医院	647-3251	特 健　女 前　肺 肝 も
志家町	川村内科医院	651-6677	特 健　女 前　肺 肝
神明町	栃内内科医院	624-5277	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
神明町	くろだ脳神経・頭痛クリニック	653-3522	特 健　女 前　　肝 も
中ノ橋通一	工藤内科ハートクリニック	653-6811	(特) 健　女 前　肺 肝 も
中ノ橋通一	いしい内科・糖尿病クリニック	601-2277	特 健　女 前 内　肺 肝 も
中ノ橋通二	もりおか胃腸科内科クリニック	606-6611	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
天神町	さかもと整形外科	623-8555	特 健　女　　肝 も
天神町	加賀野消化器内科・内科クリニック	604-1123	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も

<注意> 検診によっては予約制もあります。また、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、実施する検診が変更になることもありますので、事前に医療機関に確認してください。

所在地	医療機関名	電話番号	実施する検診
八幡町	鈴木内科医院	623-3038	特 健　女 前　　肺 肝 も
若園町	産科婦人科　吉田医院	622-9433	子 女　　肝 も
若園町	中村内科医院	622-7103	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
愛宕町	二宮内科クリニック	621-8181	特 健　女 前　肺 肝
愛宕町	黒川産婦人科医院	651-5066	子 女
愛宕町	藤島内科医院	622-4453	特 健　女 前 X　肺 肝 も
山岸一	もりた整形外科	652-5858	特 健　女
山岸三	原田内科脳神経機能クリニック	662-7533	特 健　女 前　肺 肝 も
浅岸一	かなやま内科医院	621-8680	特 健　女 前　肺 肝 も
下米内二	中津川病院	662-3252	特 健　女 前　肺 肝 も
肴町	あべ神経内科クリニック	606-3711	(特) 健　女 前　　肝 も
清水町	岡田消化器科内科医院	622-4266	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
清水町	近藤眼科医院	622-2509	前　　肝 も
下ノ橋町	今井産婦人科内科クリニック	623-4881	子 女
下ノ橋町	船山内科クリニック	606-0812	特 健　女 前　肺 肝 も
下ノ橋町	遠山病院	651-2111	(特) 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
茶畑一	あさくらクリニック	621-3322	特 健　女 前 内　肺 肝 も
茶畑二	大澤クリニック	652-0038	特 健　女 前　肺 肝 も
鉦屋町	小保内医院	622-0948	特
中野一	ささき医院	653-0230	特 健　女 前　　肝 も
中野一	みうら小児科	622-9591	女
東安庭一	ちだ内科・外科クリニック	604-3755	特 健　女 前　肺 肝 も
仙北三	小豆嶋胃腸科内科クリニック	636-1503	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
東仙北一	たかしクリニック	635-5110	特 健　女 前　肺 肝 も
西仙北一	岩手県対がん協会いわて健康管理センター	635-8850	(特) 　乳 子　　前
向中野一	さとう胃腸科内科	635-0789	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
向中野二	ゆい内科呼吸器科クリニック	631-1159	特 健　女 前　肺 肝
向中野三	本宮Cクリニック	631-2381	特 健　女 前　　肝 も
向中野五	まさと脳神経内科クリニック	601-5800	特 健　女 前　　肝 も
向中野字道明	村井産婦人科小児歯科医院	636-2211	子 女
本宮一	荻野病院	636-0317	特 健　女 前　肺 肝 も
本宮一	しんたろうクリニック	631-3110	特 健　女 前　大 肺 肝 も
本宮二	鎌田内科クリニック	636-1725	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
本宮五	わたなべおしりのクリニック	658-1003	前　大
本宮五	盛岡市立病院	635-0101	(特) 健 乳 子 女 前 胃 大 肺 肝 も
本宮六	プレスト齊藤外科クリニック	631-3770	特 健 乳 女 前　肺 肝 も
本宮字小板小瀬	かつら内科クリニック	658-1223	特 健　女 前 胃　肺 肝 も
本宮字小板小瀬	たにむらクリニック	601-2990	特 健　女 前　　肝
本宮字小板小瀬	なおや脳神経・頭痛クリニック	656-3708	特 健　女 前　　肝 も
上鹿妻田貝	みうら産婦人科医院	658-1139	子
中太田泉田	孝仁病院	656-2888	(特) 健 乳 子 女 前　　肝
上太田弘法清水	池田内科	659-0310	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
繫字尾入野	盛岡つなぎ温泉病院	689-2101	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
三本柳6	盛岡赤十字病院	637-3111	乳
三本柳12	見前ファミリークリニック	632-6300	特 健　女 前　肺 肝
三本柳23	三本柳かんのクリニック	638-7070	特 健　女 前 胃　肺 肝 も
津志田13	盛岡南病院	638-2020	(特) 健　女
津志田16	ながの脳神経クリニック	639-0123	(特) 健　女 前　　も
津志田26	川久保病院	635-1305	(特) 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
津志田西二	大浦内科・歯科クリニック	639-3315	特 健　女 前　肺 肝 も
津志田西二	佐藤健レディースクリニック	658-8222	子 女
津志田中央二	やまだ胃腸内科クリニック	614-0180	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
津志田中央三	とちない脳神経外科クリニック	637-7000	特 健　女 前　肺 肝 も
津志田中央三	循環器内科金矢クリニック	601-2900	特 健　女 前　肺 肝 も
東見前8	吉田消化器科内科	632-4600	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
北飯岡一	くわた脳神経外科クリニック	656-5636	(特) 健　女 前　肺 肝 も
北飯岡一	ゆうあいの街クリニック	624-1100	特
北飯岡一	たけ循環器内科クリニック	656-5855	特 健　女 前　肺 肝 も
北飯岡一	畑山レディースクリニック	613-7004	子 女
北飯岡三	もりおか往診ホームケアクリニック	613-6555	特 健　女　　内 大 肺 肝
北飯岡四	岩手県予防医学協会	0570-00-7185	(特) 健 乳 子 女 前 胃 大 肺 肝 も
永井12	盛岡友愛病院	638-2222	(特) 健 乳 子 女 前 胃 大 肺 肝 も
永井17	いわて飯岡駅前内科クリニック	637-1177	健　女 前 内 大 肺 肝 も
永井19	小坂内科消化器科クリニック	605-6050	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
永井22	田中循環器内科クリニック	632-1320	特 健　女　　肺
乙部13	金子胃腸科内科	696-2012	特 健　女 前 内 大 肺 肝 も
渋民字駅	秋浜内科クリニック	683-2333	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
渋民字大前田	渋民中央病院	683-2336	特 健　女 前 X　肺 肝 も
好摩字夏間木	八角病院	682-0201	特 健　女 前 胃 大 肺 肝 も
好摩字夏間木	八角医院	682-0007	特 健　女 前　肺 肝 も
下田字陣場	ひめかみ病院	683-2121	特 健　女 前　　肝 も

眼底検査のみ実施する医療機関※他の医療機関で特定健診を受け、医師が必要と認めた場合に限る

所在地	医療機関名	電話番号	所在地	医療機関名	電話番号
高松三	小笠原眼科クリニック	662-3223	永井23	都南眼科	637-8805
三ツ割五	加藤アイクリニック	665-0020	紺屋町	新津あさくら眼科クリニック	624-1068
中ノ橋通一	せいの眼科クリニック	622-9595	清水町	近藤眼科医院	622-2509
本宮字小板小瀬	たかはし眼科	656-3366	青山二	はしもと眼科クリニック	648-3000
前九年二	谷藤眼科医院	646-2227	みたけ五	むらた眼科クリニック	648-8571
仙北二	玉田眼科	635-8388	盛岡駅前通	森眼科クリニック	604-1150
山岸二	ちあき眼科クリニック	606-3210			