

もりおか

広報

2017

1月15日号(No.1449)



SANSA



Soba
is tasty.
(おそば、おいしいね)



リン・エバンス
LCCディレクター

※LCC：リニアコライダー
コラボレーションの略



OMOTENASHI
at LGWS



How do you
like Morioka?
(盛岡の印象は?)

Morioka
is a nice city.
(良いまち
だと思うよ)



We like
"sake"!
(日本酒いいね!)

リニアコライダーに関する国際会議 (LCWS2016) が、12月5日から9日までマリオス (盛岡駅西通二) などを会場に開催されました。欧米を中心に世界各地から物理学の研究者や国際リニアコライダー (ILC) 関係者など約350人が来盛。写真は5日に行われたウェルカムレセプションの様子。盛岡名物の冷麺やそば、地ビール、日本酒などのほか、さんさ踊りの披露や県内の中学生によるILCクラブの活動発表などで、おもてなしとILC東北誘致の思いを伝えました。

◆主な内容◆ (平成29年1月15日号)

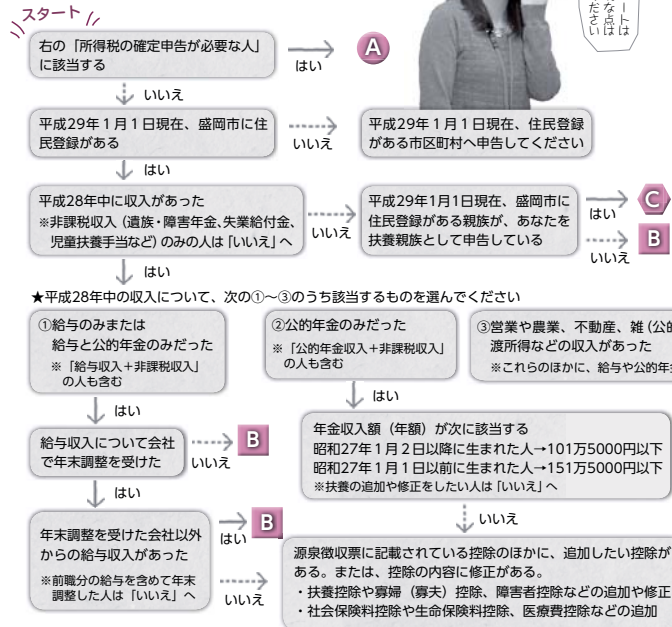
税の申告	2～3ページ
もりおか映画フェア、素敵なまちの映画会、キャラホール少年少女合唱団コンサート、うたごえ喫茶、パイオリアルガンコンサート	4ページ
各種催しのお知らせ	5ページ
各種講座情報、市営住宅入居者の募集	6～7ページ
健康ガイド	8～9ページ
いわて雪まつり	10ページ

ILC計画について詳しくは、市公式ホームページ「ILC」をご覧ください。



税の申告の時期です

1 申告が必要か確認してみましょう



平成28年分所得税の確定申告と平成29年度の市・県民税（住民税）の申告の受け付けが始まります。市・県民税の申告書の発送は、1月23日月の予定です。【広報ID】1000458

市県民税課（市役所本館2階）
☎613-8497・613-8498
電子メール：siminzei@city.morioka.iwate.jp

■所得税の確定申告が必要な人

- 平成28年中の収入または所得が次の①～③に該当する人
- ①給与収入（パート・アルバイト収入を含む）があり、次のいずれかに該当する人
- 給与のみの収入で、社会保険料控除、医療費控除や住宅ローン控除などを受けて、所得税の還付申告をする人
 - 年末調整した給与以外に営業や農業、不動産、雑、一時、譲渡などの所得が20万円を超えた人
 - 2カ所以上から給与を支給されていて、年末調整した給与以外の給与収入が20万円を超えた人
 - 収入が200万円を超えた人
- ②公的年金の収入があり、次のいずれかに該当する人
- 公的年金のみの収入で、所得税の還付や納付の申告をする人
 - 公的年金に係る雑所得以外の所得が20万円を超えた人
 - ※公的年金の収入金額が400万円以下で、ほかの所得が20万円以下の人は所得税の納付の申告は不要ですが、市・県民税の申告が必要となります
- ③営業や農業、不動産、雑、一時、譲渡などの所得の合計額が、所得控除額の合計額を超えた人
- ※所得税の確定申告書を提出する人は、市・県民税の申告書を提出する必要はありません



税の申告が必要なのにしなかった場合は、各種届け出や申請に必要な証明書の交付が受けられません。また、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料、介護保険料の負担費用の算定や医療・福祉・保育などの判定が正確にできないことがあります

A 所得税の確定申告が必要です → アイナ会場で申告してください

※所得税の確定申告をする人は、市・県民税の申告をする必要はありません

申告日程と会場

- 会場：アイーナ7階（盛岡駅西通一）
※盛岡税務署には会場を設けていません
- 日時：2月16日（水）～3月15日（水）
9時～16時
※土・日曜は休み。ただし、2月19日と26日は受け付けます

インターネットでも申告書が作成できます

詳しくはe-Taxのホームページをご覧ください。



【問】盛岡税務署 ☎622-6141
☎020-8677 本町通三丁目8-37

B 市・県民税の申告が必要です → 3ページの表の会場で申告してください

※所得税の確定申告が必要になる場合もあります

必要書類など

- 市・県民税申告書：各会場にあります
- 印鑑：朱肉を使用するもの。認印可
- マイナンバーと身元が確認できる書類：詳しくは、3ページ「29年度市・県民税の主な変更・改正点」をご覧ください

■28年中の収入が分かる書類

- 源泉徴収票（給与や公的年金）や支払調書（報酬）など
- 収支内訳書：営業や農業、不動産などの所得がある人は、収入や経費、所得などをあらかじめ記入してご持参ください

■所得控除の内容を証明する書類

- 支払った医療費や国民健康保険税、後期

高齢者医療保険料、介護保険料、社会保険料、寄附金、雑損失などの領収証や証明書

- 国民年金保険料や生命保険料、地震保険料の控除証明書
- 身体障害者手帳や療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書など

C 市・県民税の申告は不要です

2 29年度 市・県民税の主な変更・改正点

◎29年度の申告から、マイナンバー（個人番号）が必要です！



マイナンバー

社会保障・税番号（マイナンバー）制度の導入に伴い、申告書にマイナンバー記載欄が追加されました。申告の際

に番号と身元を確認します。「マイナンバーカード」か、下表の「番号確認書類と身元確認書類」（1つずつ）をご持参ください。

番号確認書類	身元確認書類
・通知カード	・運転免許証
・マイナンバー記載の住民票の写し、または住民票記載事項証明書	・公的医療保険の被保険者証
	・身体障害者手帳
	・パスポート など

◎給与所得控除の上限額が引き下げられました
給与収入額1200万円以上の場合、給与所得控除額が230万円に引き下げられます（現行は1500万円以上の場合、245万円の給与所得控除）。

◎国外に住む親族の扶養控除などには確認書類が必要

国外に住む親族の扶養控除などには親族関係や送金の実事が確認できる書類の添付または提示が必要です。ただし、給与などの年末調整や公的年金受給者が「扶養控除等申告書」に添付または提示をした場合は不要です。

無料の相談会もご利用ください

東北税理士会盛岡支部は、次のとおり無料相談会を開催します。【問】県税理士会 ☎622-5160

◆税理士による還付申告相談会

【日時】2月4日（水）～2月5日（木）
10時～16時（受け付けは15時まで）
【場所】Nanak7階ホール（中ノ橋通一）
【内容】年金受給者や給与所得者の医療費控除などの還付申告相談

◆確定申告期の税務相談会

【日時】1月30日（月）～3月10日（金）
※土・日曜、祝日を除く
13時～16時
【場所】県税理士会館（大沢川原三）
【申し込み】相談希望日1カ月前から、県税理士会館で予約受け付け

3 市・県民税の申告会場と臨時受付相談所

★下記の期間以外は会場を設けていません。必ず期間内に申告してください

■盛岡地域

◎会場：市役所本館8階大ホール
◎時間：9時～12時、13時～16時

受付日	対象地区	受付日	対象地区
2/23（水）	浅岸・浅岸字、愛宕町、安倍町、岩清水、大通	3/6（月）	館向町、茶畑、天神町、長田町、中ノ橋通
2/24（木）	上田、内丸、大沢川原、開道橋通	3/7（火）	つつじが丘、中野、中野敷町
2/27（月）	加賀野・加賀野字、上壁	3/8（水）	梨木町、名須川町、鉈屋町、西下町、八幡町、馬場町、東松山
2/28（火）	上ノ橋町、神明町、北山、北夕陽瀬町、小杉山、榎屋町、栗園、材木町、境田町	3/9（木）	清水、東新庄、神子田町、南大通
3/1（金）	有町、三ツ割・三ツ割字、志家町、清水町	3/10（金）	東山、本町通
3/2（土）	山王町、下米内・下米内字、下ノ橋町、城西町、新庄町・新庄字	3/13（月）	山岸・山岸字
3/3（日）	新田町、吉住町、前九年、大慈寺町、高瀬、中央通	3/14（火）	松尾町、紅葉が丘、盛岡駅西通、盛岡駅前通、盛岡駅前通、夕陽瀬町、若園町
3/3（日）		3/15（水）	盛岡地域の全地区

◆臨時受付相談所（盛岡地域）

◎時間の記載がない場合は9時～12時、13時～16時

受付日	対象地区・時間	会場
2/1（水）	みたち	みたち地区活動センター（みたち四）
2/2（木）	松園、北松園、東松園、西松園、東黒石野二・三、小島沢、上田字	松園地区公民館（東松園二）
2/3（金）	稲荷町、大龍町、中庭町、大昌寺町、北久昌寺町、南青山町、大新町	西部公民館（南青山町）
2/6（月）	桜台、上米内字、大志田、大志田、上米内字、12時、13時～15時	上米内地区振興センター（上米内字中園）
2/7（火）	緑が丘、東緑が丘、若陽町、上田堤、黒石野、東黒石野一、高松	高松地区保健センター（上田字毛無森）
2/8（水）	仙北、東仙北、西仙北、南仙北	仙北地区活動センター（仙北二）
2/9（木）	東中野町・東中野字、東安庭・東安庭字、門・門字	中野地区活動センター（東安庭字小森）
2/10（金）	向中野・向中野字、本宮・本宮字、下鹿妻	本宮老人福祉センター（本宮四）
2/13（月）	青山、西青山	青山地区活動センター（青山三）
2/15（水）	月が丘	青山地区活動センター（青山三）
2/16（木）	扇川、下扇川字	北扇川老人福祉センター（扇川一）
2/17（金）	土淵字、長橋町、上扇川字、平賀新田字、前道	土淵地区活動センター（前道四）
2/18（土）	川目町、川目地割	築川老人福祉センター（川目10）
2/19（日）	築川・10時～11時半	築川地区振興センター（築川五）
2/20（月）	根田茂・10時～11時半	根田茂地区コミュニティ消防センター（根田茂五）
2/21（火）	砂子沢・13時半～15時	砂子沢生活改善センター（砂子沢10）
2/22（水）	上太田（西太田）、猪芸、上鹿妻	太田老人福祉センター（上太田福二）
2/23（木）	繁字・10時～12時、13時～15時	つなぎ地区活動センター（繁字堂ヶ沢）
2/24（金）	上太田（東太田）、中太田、下太田	太田地区活動センター（中太田梁持）
2/25（土）	大葛・10時～11時半	大葛地区振興センター（浅岸字下大葛）
2/26（日）	銭掛、中津川・13時半～15時	銭掛地区振興センター（新庄字銭掛）



申告期間はどの会場も混み合うため、会場へは公共交通機関をご利用ください。また、市役所へ車で来る人は、市指定駐車場をご利用ください

■都南地域

◎会場：都南分庁舎（津志田14）4階会議室
◎時間：9時～12時、13時～16時

受付日	対象地区	受付日	対象地区
2/24（水）	手代森1～10	3/7（火）	西見前13～21
2/27（月）	手代森11～30	3/8（水）	津志田地割、東見前
2/28（火）	永井1～15	3/9（木）	津志田町、津志田中央
3/1（金）	永井16～23	3/10（金）	津志田西、津志田南
3/2（土）	三本柳1～5、永井24～31	3/13（月）	
3/3（日）	三本柳6～19	3/14（火）	都南地域の全地区
3/6（月）	三本柳20～25、西見前1～12	3/15（水）	

◆臨時受付相談所（都南地域）

◎時間：9時～12時、13時～16時

受付日	対象地区	会場
2/14（火）	大穴生、乙部1～25	乙部農業構造改善センター（乙部6）
2/15（水）	乙部26～32、黒川	
2/16（木）	上飯岡、下飯岡、湯沢東	
2/17（金）	飯岡新田、北飯岡、羽場、湯沢地割、湯沢西、湯沢南、湯沢東、湯沢北	飯岡農業構造改善センター（下飯岡8）

■玉山地域

◎会場 A：玉山地区公民館（日戸字鷹高） B：岩瀧活性化センター（藪川字外山）
C：好摩地区公民館（好摩字野中） D：玉山総合事務所（荒民字泉田）

◎時間 A・C・D：9時半～12時半、13時～16時
B：10時～12時半、13時～15時

受付日	午前	午後	会場	受付日	午前	午後	会場
2/9（火）	山谷川目、川又、白沢		A	3/1（水）	山田	茨沢	
2/10（水）	日戸			3/2（木）	生田3（刈屋）	生田3（荒志田）	
2/13（月）	釘の平			3/3（金）		生田2	
2/14（火）	城内			3/6（月）	門前寺	生田1	
2/15（水）	藪川	外山	B	3/7（火）	茨沢1	芋田	
2/17（金）	姫神	巻堀		3/8（水）		茨沢2	
2/20（月）	芋田向1	芋田向2		3/9（木）	下田川崎（下田）	下田川崎（川崎）	D
2/21（火）	前田	馬場状小屋		3/10（金）		舟田2	
2/22（水）	大平、寺林	玉山永井		3/13（月）		舟田1	
2/23（木）	好摩東（成島）	好摩東（中塚）	C	3/14（火）	沢目	武道	
2/24（金）	松内	大台		3/15（水）	玉山地域の全地区		
2/27（月）	野中、小袋	好摩1					
2/28（火）	好摩2						

★お住まいの地区の受付日に都合が付かない場合は、他の会場へお越しください
★営業や農業、不動産所得のある方は、「収支内訳書の書き方」や前年の収支内訳書の控えなどを参考に、収入や経費を整理してからお越しください

市税の納付場所の一部廃止について

岩手中央農協協同組合の市税などの納付窓口は、1月19日（水）をもって終了となりますのでご注意ください。同組合口座からの口座振替については、県信用農業協同組合連合会に自動的に引き継がれます。

【問】会計課 ☎626-7502
【広報ID】1018124

もりおか映画フェア～「感う After the Rain」特別上映会～

2月11日(土)～19日(日)の9日間、映画の街・盛岡で映画に触れて親しんでもらう「もりおか映画フェア」を開催します。上映する「感う After the Rain」は、日本の家族制度の光と影を描きながら、普遍的な人間愛をうたい上げる作品。各上映後は、林弘樹監督のトークイベントも開きます。

【日時・内容など】2月11日(土)
①午前の部：10時～12時半（希望者は昼食会も。12時半～13時半）
②午後の部：15時半～18時
③懇親会：18時半～21時
【場所】リリオ（大通一）
【定員】①②各50人③30人
【費用】①②各500円（昼食会参加は1000円増）③3500円
【申し込み】はがきに住所と名前、年齢、性別、電話番号、参加希望の時間帯、昼食

会と懇親会への参加希望の有無を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所経済企画課内、もりおか映画祭実行委員会事務局へ郵送。ファクス622-6211や同フェアのフェイスブックページでも受け付けます。1月27日(金)17時締め切り。定員を超えた場合は抽選

【問】 同事務局 ☎613-8389

林 弘樹監督

黒沢清監督や北野武監督らの下で助監督を務めたのち、平成15年「らくだ銀座」で監督デビュー。平成23年公開の「ふるさとがえり」は全国1200カ所でロングラン公開中。図書館プラ

ロデューサー、総務省地域創造アドバイザーなども務める。昭和49年、さいたま市生まれ

素敵なまちの映画会

「県政ニュース（昭和47年）」「高瀬舟」「芹沢銈介 美の世界」を上映します。
【日時】 1月25日(木)13時半～15時5分
【場所】 リリオ（大通一）
【定員】 当日先着70人
【費用】 無料
【問】 盛岡大通商店街事務局 ☎623-7131



素敵なまちの映画会とは

「映画の街・盛岡」の中心地・映画館通り周辺のにぎわいづくりや、盛岡の映画文化の継承のため、感動的な映画や思い出の映画などを上映し、映画の面白さを感じてもらおうとする映画会。毎月1回、主に第4水曜の午後に開催しています。

【広報1D】 1008146

新宿うたごえ喫茶ともしび in おでって

東京新宿にある歌声喫茶・ともしびで活躍し、市のふるさと大使でもあるソプラノ歌手・小川邦美子さんらによるコンサート。石川啄木の「初恋」や、啄木と親交のあった歌人の詩に曲を乗せて歌い上げます。

【日時】 2月19日(日)13時半～15時半
【場所】 プラザおでって（中ノ橋通一）



出演する（左から）小川さん、バリトンの吉田正勝さん、バイオリンの三ツ木摩理さん、ピアノの山田剛史さん

キャラホール少年少女合唱団コンサート

仲間と力を合わせて練習してきた子どもたちが、歌う楽しさを伝えます。

【日時】 2月12日(日)13時半～15時40分
【場所】 キャラホール（永井24）
【内容】 合唱ミュージカル「くろみ割り人形」と合唱「私たちのハーモニー」
【費用】 500円（全席自由）。チケットは同ホールと市民文化ホール（盛岡駅西通二）、盛岡劇場（松尾町）、姫神ホール（浜民字鶴塚）、川徳（菜園一）で発売中
【問】 キャラホール ☎637-6611



パイプオルガンファミリーコンサート

市民文化ホールオルガニストの渡澤久美さんの演奏と、岩手朝日テレビの相楚裕樹アナウンサーの司会で、クラシックや童謡などを気軽に楽しめる親子向けコンサートです。

【日時】 2月25日(土)11時～11時50分
【場所】 市民文化ホール（盛岡駅西通二）
【内容】 バッハ「主よ、人の望みの喜びよ」「フーガ短調 BWV578」など
【費用】 無料※同ホールやプラザおでって（中ノ橋通一）などで配布中の整理券が必要
【問】 同ホール ☎621-5100



オルガン演奏講座 修了演奏会

パイプオルガンと小型オルガン「レガール・ポジティブ」の演奏講座を修了した受講生と、市民文化ホールオルガニストの渡澤久美さんによる演奏会です。

【日時】 2月5日(日)14時～16時
【場所】 市民文化ホール（盛岡駅西通二）
【内容】 バッハ「主よ、人の望みの喜びよ」「フーガ短調 BWV578」など
【費用】 無料※同ホールやプラザおでって（中ノ橋通一）などで配布中の整理券が必要
【問】 同ホール ☎621-5100



各種催しのお知らせ

テーマ展・企画展を開催

■「伝家の宝刀」展



【日時】 1月18日(木)～3月20日(月)9時～18時
【場所】 もりおか歴史文化館（内丸）
【内容】 盛岡藩主南部家を中心に、盛岡藩各家に守り伝えられた刀剣や刀装具などを紹介
【費用】 展示室入場料が必要
【問】 同館 ☎681-2100

▶ギャラリートーク

【日時】 2月12日(日)13時半～14時
【内容】 同テーマ展を中心に、学芸員が展示解説
【定員】 当日先着20人
【費用】 展示室入場料が必要

■「北の漁民、南の漁民」展

【日時】 1月28日(土)～4月16日(日)9時～17時
【場所】 石川啄木記念館（浜民字浜民）
【内容】 盛岡市漁民で育った石川啄木と、一関市漁民に生まれた仙台湾の儒学者・芦東山を紹介
【費用】 入館料が必要
【問】 同館 ☎683-2315

「日本女性会議」報告会を開催

【日時】 1月24日(木)14時～15時半
【場所】 プラザおでって（中ノ橋通一）
【内容】 男女共同参画推進リーダー育成研修生が、参加した「日本女性会議2016秋」の内容や、会議で得た気づきなどを報告
【定員】 50人
【費用】 無料
【申し込み】 1月18日(木)13時から男女共同参画青少年課 ☎626-7525で先着順に電話受け付け

盛岡 広域

ふるさと 冬まつり2017

【日時】 1月28日(土)・29日(日)9時～16時
【場所】 盛岡手づくり村（繁字尾入野）
【内容】 清酒やワインの試飲販売会やお買い上げ感謝抽選会、もちまき大会など
【問】 同手づくり村 ☎689-2201

盛岡ブランドフォーラム2017



過去のフォーラムの様子

【日時】 1月28日(土)13時半～17時
【場所】 プラザおでって（中ノ橋通一）
【定員】 100人（託児は5人。17日9時から19日17時まで、都市戦略室 ☎613-8370で先着順に電話受け付け）
【費用】 無料。当日、会場へどうぞ
【広報1D】 1017978

15年ぶりの
盛岡公演

黒森神楽 盛岡巡回

【日時】 1月29日(日)12時～16時
【場所】 もりおか町家物語館（鉦屋町）
【内容】 宮古市の民俗芸能「黒森神楽」が15年ぶりに盛岡で公演
【定員】 90人
【費用】 前売り1000円、当日1200円、未就学児無料。前売り券は同館で販売
【問】 同館 ☎654-2911



迫力の舞を間近でお楽しみください

保育士として
再就職を目指
しませんか？

ほいくし カフェ

【日時】 1月30日(月)10時～12時
【場所】 ふれあいランド岩手（三本柳8）
【内容】 再就職した保育士との意見交換や保育士の仕事に関する情報提供など。コーヒーなどを飲みながら、保育士の再就職について気軽に語り合う
【対象】 保育士資格を持っていて、現在保育士として働いていない人
【費用】 無料
【申し込み】 1月27日(金)17時まで県保育士・保育所支援センター ☎637-4544で電話受け付け

震災復興実施 計画の説明会

【日時】 2月3日(金)10時半～11時半
【場所】 盛岡地区合同庁舎（内丸）
【内容】 岩手県東日本大震災津波復興計画「復興実施計画（第3期）」に県民の意見を取り入れるための地域説明会
【問】 県復興局復興推進課 ☎629-6945

金野 静一 特別講座

【日時】 2月4日(土)13時半～15時
【場所】 先人記念館（本宮字蛇屋敷）
【内容】 県立博物館元館長の金野静一さんが自身の研究の原点となった平泉文化について講話
【定員】 80人
【費用】 無料
【申し込み】 1月21日(日)9時から同館 ☎659-3338で先着順に受け付け

スキー選手権大会

【日時】 2月26日(日)8時～13時
【場所】 岩手高原スノーパーク（雫石町）
【参加区分】 小学4～6年生男女、中学生男女、高校生～27歳男子、28歳～39歳男子、40歳～49歳男子、50歳～59歳男子、60歳以上男子、高校生以上女子、ハンディスキー
【費用】 小・中学生1000円、高校生1500円、一般2000円
【申し込み】 ①市役所若園町分庁舎4階のスポーツ推進課②盛岡体育館（上田三）③浜民運動公園総合体育館（川崎字川崎）④市スキー協会（大新町）に備え付けの申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて①～④のいずれかへ直接申し込み。2月6日(月)17時締め切り
【問】 スポーツ推進課 ☎603-8013

各種講座情報

電話で申し込む講座

講座を主催する各施設・担当課へ電話でお申し込みください。表中の申込開始日から先着順に受け付けます。

講座名・主催・連絡先	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込 開始
じゅくり学がパソコン教室 西部公民館 (南青山町) ☎643-2288	①1/25※～27金 全3回 13時～16時 ②2/18日・19日 全2回 10時～16時	①エクセル・初めて編 (各4400円) ②インターネットと ワード (4400円) ③ワード・使いこな す編 (4400円)	各16人	①1/18 ②10時 ③2/10金 17時
	2/71※・2木・全 2回、10時～16時	インターネットと ワード (4400円)		2/71金 10時
	2/8※・10時～15時 2/11日・全2回、 10時～16時	ワード・使いこな す編 (4400円)		2/71金 10時
	2/22※・10時～15時	ワード・使いこな す編 (4400円)		2/71金 10時
節分orお雛様の切り絵風 アプの製作 都南・どいの森 (湯沢1) ☎638-2270	1/26※～28日 9時～15時	節分やお雛様の切 り絵風のアプの作 作 (各1500円)	各8人 ※中学生以上	1/20 金 9時
脳活笑ひ方、笑って健康教室 都南老人福祉センター (湯沢1) ☎638-1122	1/27金 10時～11時	笑いのヨガの呼吸 法を含めた運動 (無料)	各30人 ※60歳以上	1/18 金 10時
幼児親子スケート教室 みちのこ・コーポリ ンプリング (本宮5) ☎601-5001	1/28日・11時 15分～12時45 分、29日は10時 ～11時、全2回	スケートの基礎と 滑走技術の習得 (1組500円)	20組 ※5歳以上の 子と保護者	1/18 金 10時
ピラティス教室 盛岡体育館 (上田三) ☎652-8855	1/30～3/13 月曜、全6回 ①10時～11時 ②19時～20時	姿勢を改善するエ クササイズ (各4320円)	各20人	1/18 金 9時
パワーヨガ入門 盛岡体育館 (上田三) ☎652-8855	2/2～3/9 木曜、全6回 19時～20時	パワーヨガの基本 を学ぶ (4320円)	20人 ※16歳以上	1/18 金 10時
かんたん！ワード&エクセル 浜民公民館 (浜民宇鶴塚) ☎683-2354	2/4日・5日 全2回 10時～16時	ワードとエクセル の基本操作を学ぶ (各9330円)	16人 ※18歳以上	1/19 金 9時
まゆ人形づくり もりおか歴史文化館 (内丸) ☎681-2100	2/5日 13時～15時	まゆ玉で小さく愛 しい人形を作る (500円)	20人 ※小学生以上	1/21 日 10時半
ヨガ教室 盛岡体育館 (上田三) ☎652-8855	2/7～3/14 火曜、全6回 19時～20時	ハタヨガを中心に 学ぶ (4320円)	15人 ※高校生以上	1/18 金 10時
初心者のための短歌教室 西部公民館 (南青山町) ☎643-2288	2/8～3/22 隔水曜、全4回 13時～15時半 ※10時～11時半	短歌の基礎を学ん で歌を作る (500 円) [1017260]	20人 ※18歳以上	1/25 金 11時
親子リズム講座 とりよう保育園子育て支援セ ンター (有町) ☎651-8580・624-4103	2/10金 10時～11時半 都南公民館 (赤井2) [1007255]	親子でリズム運動 を楽しむ (無料)	20組 ※1歳半～2 歳半の子と 保護者	1/20 金 14時
ベビーマッサージ教室 盛岡体育館 (上田三) ☎652-8855	2/10～2/24 金曜、全3回 10時～12時	オイルを使用した 赤ちゃんマッサージ ジ (3240円)	10組※ハイ ハイ前の子 と保護者	1/18 金 9時
花結びでアクセサリーづくり もりおか歴史文化館 (内丸) ☎681-2100	2/11日 13時～15時	クラフトバンドで アクセサリーを作 る (500円)	20人 ※小学生以上	1/22 日 10時半
カゴ作り教室 遺跡の学び館 (本宮宇荒原) ☎635-6600	2/12日 ①9時～12時 ②13時～16時	あけびのつるを使 った小物入れなど を作る (各800円)	各15人 ※高校生以上	1/18 金 10時
再現あの年のモリゲキ 盛岡 劇場遊覧体験講座 河内公民館 (松尾町) ☎622-2258	2/12日 10時～12時	施設からの遊覧体 験や東日本大震災 被災者の講話 (無 料) [1017292]	30人	1/18 金 10時
ハモニカアンサンブル 体験講座 上田公民館 (上田四) ☎654-2333	2/12日・19日 全2回 10時～12時	ハーモニカの演奏 を楽しむ (無料) [1017303]	20人 ※ハーモニカ を持参	1/19 金 10時
カーリング教室休日コース みちのこ・コーポリ ンプリング (本宮5) ☎601-5001	2/12～3/5 日曜、全4回 16時～17時半	ルールや基本動作 などを学ぶ (高校 生以下3500円、 一般4500円)	20人 ※小学生以上	1/19 金 10時

皆さんの暮らしに役立つ講座の募集情報をお知らせするページです。詳しい内容は市公式ホームページhttp://www.city.morioka.iwate.jp/をご覧ください。また本掲載以外の講座も掲載していますので、併せてご覧ください。

[入会] 会場までバスで移動する講座 **[右の注] 広報 I D**

講座名・主催・連絡先	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込 開始
しなやかにのびやかに ボルドブラ サンライズ盛岡 (仙北二) ☎635-9600	2/15※ 10時～11時半	バレエやヨガなどの 要素を取り入れ たエクササイズ (500円)	20人	1/18 金 10時
ぽちぽち！パワーポイントで プレゼンテーション 西部公民館 (南青山町) ☎643-2288	2/15※～17金 全3回 10時～15時	パワーポイントで 2016を基礎から 学ぶ (4231円) [1017260]	16人	2/8 金 10時
太極拳体験講座 上田公民館 (上田四) ☎654-2333	2/16※・23木 全2回 10時～11時半	太極拳の入門を体 験 (120円) [1017311]	20人	1/19 金 11時
見て聞いて知っておく！ 防災と賢い消費者の知恵 上田公民館 (上田四) ☎654-2333	2/16※は10時～ 12時、23木は9 時～12時 盛岡中央消防署 (盛 岡駅西通一) など [1017805]	防災と特許詐欺に ついて学ぶ (30円)	20人	1/18 金 10時
歩くスキーツアー鞍馬山麓 市ススキ協会の三浦さん ☎692-5899	2/19日 9時～15時 相沢沢キャンプ場 (滝沢市)	歩くスキーで鞍馬 山麓辺を散策 (2000円)	25人 ※歩くスキ ー経験者	1/18 金 10時
こんにはママさん講座 「あんあこコース」 とりよう保育園子育て支援セ ンター (有町) ☎651-8580・624-4103	2/23※・3/2木 全2回 9時50分～11時半 西部公民館 (南青 山町) ☎651-8580・624-4103	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 (100円)	25組 ※28月7 / 1～28月9 /31生まれの 子と保護者	1/24 火 10時
ふれあひ子育て支援 心理学講座 サンライズ盛岡 (仙北二) ☎635-9600	2/25日 13時～15時半	子どもの育つ力を 育むための関わり 方を学ぶ (1000円)	20人	1/19 金 10時
災害から身を守る 浜民公民館 (浜民宇鶴塚) ☎683-2354	2/25日 13時～15時半	過去の災害を過 去し、防災につい て学ぶ (無料)	20人	2/3 金 9時

市立総合プールの各種教室 (電話で申し込む講座)

[主催・会場] 市立総合プール (本宮5) ☎634-0450

教室名	日時	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込 開始
2月水球 ①1月4日 ②2月8日 ③3月12日 ④フリー	2/2～26 水曜は18時半～20時半 土曜は16時半～19時 日曜は13時～15時	水球に必要な技術の習 得 (①3240円②5400円 ③7020円④8100円)	各50人 ※50歳をク ロ ーで完泳で きる小学～高 校生	1/26 金 10時
春季英会話教室 ①一般 ②キッズⅠ ③キッズⅡ ④ジュニア	2/17～3/17 金曜、全5回 ①13時45分～14時45分 ②15時～15時半 ③15時45分～16時半 ④16時45分～17時半	初級レベルの英会話を 学ぶ (8100円、②のみ6480 円)	各8人 ※①18歳以上 ②3～4歳③ 5～6歳④小 学1～2年生	1/22 日 15時
障がい者体育 あそび	2/18日 ①9時～10時20分 ②10時50分～11時40分	①ストレッチ運動中 ②水に慣れるクロー ルなどの習得を目指す (1回6480円、2回1080 円)	各10人 ※知的・発達 障がいのある 小学生	2/1 火 10時

★開催する教室や費用、定員など詳しくは市体育協会のホームページをご覧ください

中央運動青少年ホーム (中央通三) の体験講座 (電話☎623-2701で申し込み)

[時間] 主に19時～21時 **[対象]** 35歳未満の勤労者 (求職中可) **[会費]** 200円

[申込開始] 1/18※12時 ★詳しくは同ホームページをご覧ください

講座名	日時など	定員	費用など
初めてのスラックライン (綱渡り)	2/7火・14金、全2回	10人	室内用運動靴持参
ちゃん入門 冬場所	2/8～2/22、水曜、全3回 [1018023]	10人	材料代2700円。エ プロン、三角巾持参
パレンティンに簡単手作りお菓子	2/9木	10人	材料代600円。エ プロン、三角巾持参
お家でできる焼餅づくり	2/10金・24金、全2回	10人	材料代1600円。エ プロン、三角巾持参
男前講座 冬の体幹トレーニング	2/21～3/7、火曜 全3回	15人	室内用運動靴持参
ベビーマッサージ	2/25日13時～15時半	10組	生後3～12カ月の 子と保護者
フェルトづくり コースター&コロコロポーチ	2/27月・3/6月 全2回	10人	材料代500円

申込用紙で申し込む講座

市内各体育館や地区活動センター、市役所窓口へ備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ推進課へ郵送またはファクスで、表の申込期限必着でお申込みください。

講座名・連絡先	日時・回数・会場	内容 (費用など)	定員	申込 期限
スポーツレクリエーション祭 ☎020-8531若園町2-18 スポーツ推進課☎603-8013 ファクス603-8015	3/4日 9時～12時半 盛岡体育館 (上田三) ※1人の申し込み可 ※室内用運動靴持参	4人1組でジャッポ ロやインダー、ロー ンボウズを行う (無料)	144人	2/10 金 17時

直接会場で受け付ける講座

講座がある当日、直接会場で受け付けます。

講座名・主催・連絡先	日時・会場	内容 (費用)	定員 (※対象)
もりおか老人大学本校講座 長寿社会課内・同大学事務局 ☎603-8003	1/20金 14時～15時半 市民文化ホール (盛岡駅西通二) ※お菓子作り体験講座 ※お菓子作り体験講座 ※お菓子作り体験講座	前期教育委員会教育委員 長の八重樫勝彦さんが上手 な老い方をテーマに講演 (無料)	なし
じゅくり学がパソコン教室 パ ンコ・タブレットお助け相談会 西部公民館 (南青山町) ☎643-2288	1/31火 10時～15時 ※開催時間内で 随時受け付け	パソコンやタブレッ ト端末全般に関する相談 (500円) [1017620]	なし
家庭教育支援事業・あそびの広 場地区公民館 (東松園二) ☎603-8003	2/1木 10時～12時	手作りおもちゃ遊びや給 本の読み聞かせなど [1007718]	50人
今、語り継ぎたい人物たち 西部公民館 (南青山町) ☎643-2288	2/18日・25日 全2回 10時～12時	若手の文芸界で活躍した 鈴木彦次郎と大西民子の 生涯をたどる (500円) [1017791]	なし

健康づくり！マッサージ指導者講座【関】長寿社会課☎603-8003 【00E805】

マッサージ師による健康づくりの講話と体のケアの基礎的な技術や知識のアドバイス

[対象] 60歳以上 **[定員]** 各15～25人。開始10分前まで先着順 **[費用]** 無料※タオル持参

1/18※13時～15時半	彫刻老人福祉センター (前九年三)
1/20・2/3・17日、金曜、13時半～15時半	青山老人福祉センター (青山三)
1/21日・2/14日、10時15分～12時15分	愛宕山老人福祉センター (愛宕三)
1/26※10時～12時	乙部老人福祉センター (乙部2)
1/27※10時15分～12時15分	太田老人福祉センター (上太田横工)
2/8※13時～15時半	上田老人福祉センター (上田四)

市営住宅の 入居者を募集

市は、表のとおり市営住宅の入居者を募集します。

[入居可能日] 3月1日(木)

[入居資格] 次の全てに該当する人①住宅に困っている②世帯の収入月額が法定の基準内である③住民税を滞納していない④過去に市営住宅へ入居した際、家賃などの滞納がない⑤本人も同居する人も暴力団員ではない

※入居には、家賃3カ月分の敷金と連帯保証人が必要

[申し込み] 1月19日(木)～25日(木) (土・日を除く) の9時～17時、市営住宅指定管理センター (中野橋通一、106ビル9階) で受け付け。本人か同居の家族が手続きしてください。申込用紙は、同センターと市役所別館8階の建築住宅課、同本館1階の窓口案内所、各支所・出張所に備え付けます。応募多数の場合は抽選

[問] 同センター☎622-7030

[広報 I D] 1016801

往復はがきで申し込む講座

往復はがきに①住所②名前③年齢 (学校名・学年) ④性別 ⑤電話番号⑥講座名を記入し、表の申込期限必着で、主催する各施設・担当課の各講座の係へお申し込みください。定員を超えた場合は抽選。

講座名 (住所・主催・連絡先)	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込 期限
災害発生！その時、あなたは？ ☎020-0133愛宕町14-1 中央公民館☎654-5366	2/4～18、土曜 全3回、主に10時 ～11時半 盛岡中央消防署 (盛 岡駅西通一) など [1017840]	日頃から防災に 関心を持ち、防災 を体験学習など を通して学ぶ (無 料)	20人 ※小学3年生 以上	1/25 金 17時
シニアエンジョイスキー教室 ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	2/8火 8時40分～16時 網張温泉スキー場 (雫石町) [1017684]	技能に合わせて スキーを楽しむ (2000円)	15人 ※50歳以上	1/26 金 17時
盛岡市産大 (南部白目) を使ったみそ作り体験講座 ☎020-0878有町2-29 盛岡農産物加工セン ター (南部八)	2/8火 13時～15時半 飯岡農業構造改善セ ンター (南部八) [1015016]	みそ作り体験や へっつこいどんご 作りなど (440円)	8人	1/26 金 17時
お菓子の教室～パティシエの 彩るべろ～お菓子作り ☎020-0066上田四丁目1-1 上田公民館☎654-2333	2/10・24・3/10 金曜、全3回、13 時～16時作りた いお菓子も記入 [1017312]	パティシエを講 師に、お菓子を 作る (3600円)	20人	1/30 月 17時
明日から始めるボランティア ☎020-0133若園町14-1 中央公民館☎654-5366	2/11日・16木・ 25日、全3回 主に10時～11時半	ボランティア活動 への理解を深め る (無料。保険料 別途) [1017725]	20人	2/2 火 17時
ステップアップスキー教室 ☎020-8531若園町2-18 スポーツ推進課☎603-8013	2/18日・19日 10時～15時半 若手滑降スキーパ ーク (雫石町) ※技術レベル・生 年月日も記入 [1018016]	パールのスタン スへの滑走を目指 す (6500円)	20人 ※頂上から滑 走できる人	1/30 月 17時
陸奥物語② ☎020-0023内丸1-50 もりおか歴史文化館 ☎681-2100	2/19日 13時～15時半	県立博物館元館 長の金野静一さん が北方四島につ いて講演 (無料)	50人	1/31 火 17時

表 入居者を募集する市営住宅

住宅名 (所在地)	区分	階数・戸数	家賃	間取り
谷地頭アパート (関川五)	高・障	4階・1戸	1万1300～2万2200円	6・4.5・3・DK
		1階・1戸	1万8800～3万6900円	
	単	2階・1戸	1万8200～3万5800円	6・6・4.5・DK
		3階・1戸	1万8700～3万6800円	
北関川アパート (関川二)	単	5階・1戸	1万6500～3万2400円	6・6・4.5・DK
	単	5階・1戸	1万6800～3万3000円	
	青山一丁目アパート (青山一)	3階・1戸	2万4500～4万8200円	8・6・5・DK
青山西アパート (青山三)	2階・1戸	2万6000～5万1000円	8・6・5・DK	
	4階・1戸	2万5500～5万1000円		
川目アパート (東山一)	2階・1戸	1万4700～2万8900円	6・6・3・DK	
仙北西アパート (仙北一)	※1車いす専用	1階・1戸	2万 400～4万 200円	8・6・DK
	※2高齢者世帯付住宅	3階・2戸	2万2000～4万3200円	8・6・5・DK
月が丘アパート (月が丘三) ※エレベーター付き	3階・1戸	1万8900～3万7100円	9.5・DK	
見前アパート (東見前9)	高・障	1階・1戸	2万7500～5万4000円	6・6・6・DK
		3階・1戸	2万6100～5万1300円	
柿の木アパート (西見前12)	高・障	1階・1戸	1万9200～3万7800円	6・6・4.5・DK
		1階・1戸	2万3700～4万6500円	
法蘭西アパート (乙部31)	3階・1戸	1万7800～3万5000円	8・6・DK	
夏間木第1団地 (好享寺夏間木)	平屋・1戸	1万5000～2万9400円	6・5.5・DK	

「高・階」は60歳以上の人が身体障害者手帳4級以上の障がいがある人、またはそれらの人を含む世帯のみ。「単」は単身者でも申し込める世帯。なお、「高・階」に該当する人は、※1と※2のいずれかの世帯に応募できます

※1：下級または身体障害2級以上の身体障害者手帳を持ち、車いすを常用する人がいる世帯
※2：高齢者世帯付住宅のため、次のいずれかに該当する世帯が対象です。安否確認の必要となる60歳以上の①単身世帯②その配偶者との2人世帯③その親族 (60歳以上) との2人世帯

●上記のとおり、盛岡駅西通アパート (盛岡駅西通一) は随時募集しています。詳しくはお問い合わせください

広告

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト

求人広告募集集中!

年間何回使っても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、カルチャアコンビエンスグループ(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

おしごと発見 T-SITE

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.naturalcom.jp

広告

創業 130余年 あなたの街の エヴァホール 家族葬

盛岡市内に 7ヶ所の通夜会館 材木町・材木町別館・青山・高松・都南・松園・本宮

葬儀・通夜の専門会館 (株)みどりエヴァホール

〒020-0063 盛岡市材木町3-15(永祥院前) TEL019-624-1000

いつでも事前相談を承っております。お気軽にご相談ください。

各種カード支払い可 ふじさわなら 葬儀費用の総額を 各種カードでお支払い出来ます。 ※但し、お布施除く。

年中無休 24時間受付

01920-100784



「もりおか健康21プラン」 ～喘ミング30運動～

＜歯・口腔の健康＞

「喘ミング30」は、食育を推進して健康寿命を伸ばしていくことと厚生労働省が掲げるキャッチフレーズ。「きちんとかみ砕く＝ひと口30回以上かむ」ことを呼び掛けています。しかし、30回以上かむことは大変な場合があります。そこで、下記のひと工夫から始めてみてはいかがでしょうか。

食べたときの「おいしい」は、かんだときの「味わい」が脳に伝わること

です。「味わい」を感じるためにはきちんとかみ砕いて、味覚と嗅覚の情報を脳に伝えることが必要。よくかみ味わうことで、脳から食欲をコントロールするホルモンが出て、食べ過ぎを防ぎ、肥満防止とダイエット効果も期待できます。また、よくかむと唾液がたくさん出るので、がんの抑制やストレス緩和、記憶力アップに効果があり、消化器官の負担も軽くして栄養の吸収も良くなります。

よくかむためのひと工夫！

- ◆ひと口20回かむことからスタートして回数を増やしていく
- ◆普段よりもプラス5回から飲み込む
- ◆口に入れるひと口の量を少なめにする
- ◆ひと口入れたら箸を置き、かむことに集中する
- ◆初めに左側でかんだら次は右側でかむ



さらにイイト!

② よくかむことによる効果 ③

乳幼児～学童期
成長期の栄養吸収、窒息予防につながる

成人期
肥満や糖尿病、がんなどの予防につながる

高齢期
認知症予防や転倒予防につながる

2月の幼児健診

市保健所（神明町）		2月
1歳6カ月児健診	2/1(水)	27年7月4日～7月14日生まれ
受付時間：9時15分～10時15分	2/15(水)	27年7月15日～7月27日生まれ
	2/22(水)	27年7月28日～8月7日生まれ
3歳児健診	2/3(金)	25年10月15日～10月25日生まれ
受付時間：9時15分～10時15分	2/10(金)	25年10月26日～11月4日生まれ
	2/17(金)	25年11月5日～11月16日生まれ
高松地区保健センター（上田子母無姓）		2月
1歳6カ月児健診	2/8(水)	27年7月12日～8月8日生まれ
受付時間：9時15分～10時15分	2/24(水)	25年10月17日～11月18日生まれ
3歳児健診	2/24(金)	25年10月17日～11月18日生まれ
城南地区保健センター（津志田14）		2月
1歳6カ月児健診	2/16(水)	27年7月15日～8月16日生まれ
受付時間：9時15分～10時15分	2/16(金)	27年7月15日～8月16日生まれ
3歳児健診	2/9(水)	25年10月4日～10月31日生まれ
受付時間：9時15分～10時15分	2/2(水)	25年10月4日～10月31日生まれ
玉山総合福祉センター（浪民字泉田）		2月
1歳6カ月児健診	2/2(水)	27年7月5日～8月1日生まれ
受付時間：9時～9時15分	2/2(金)	27年7月5日～8月1日生まれ
3歳児健診	2/2(水)	25年10月5日～11月1日生まれ
受付時間：9時15分～9時半	2/2(金)	25年10月5日～11月1日生まれ
【問】健康推進課☎603-8304・玉山総合事務所健康福祉課☎683-3869		

このページに関する問い合わせやご意見、ご感想は下記へどうぞ。
■市保健所企画総務課 ☎20-0884神明町3-29、☎603-8301
✉電子メール kikakusumu@city.morioka.iwate.jp

楽しく一緒に学びましょう

■マタニティ教室～平日コース

調理実習を行い、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学びます。費用は無料です。

【対象】市に住所があり、おおむね妊娠5～8カ月までの初産婦

【日時】2月23日(水)10時～13時半

(母子手帳配布時にお知らせしていた3月16日分が日程変更になりました)

【場所】市保健所【定員】30人

【申し込み】2月3日(金)14時から

健康推進課☎603-8303で先着順に電話受け付け

■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などを学びます。夫婦での参加をお勧めします。費用は無料です。

【対象】市に住所があり、6月に初めて出産する人

【日時】2月26日(木)10時～15時

【場所】市保健所【定員】40組

【申し込み】2月10日(金)14時から

健康推進課☎603-8303で先着順に電話受け付け

■離乳食教室

離乳食についての講話や試食を行い、初めての離乳食への不安を解消します。費用は無料です。

【対象】市に住所があり、28年10月生まれの乳児と初めて子育てする母親

【日時】2月28日(火)10時～12時

【場所】市保健所【定員】30組

【申し込み】1月24日(火)14時から

健康推進課☎603-8305で先着順に電話受け付け

グループでの申し込みはお控えください

健康のために受けましょう

■高齢者肺炎球菌の予防接種

高齢者肺炎球菌の予防接種を3月



診療時間外に子どもの具合が悪くなったら…

■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、市夜間急患診療所や休日救急当番医が診療している時間帯の急病の子どもを受け入れます。土曜は13時から17時まで、夜間は17時から翌朝9時までです。



2月		月	火	水	木	金	土	当番病院一覧
				1	2	3	4	中央 県立中央病院
				中央	中央	中央	中央	上田一丁目4-1 ☎653-1151
5	6	7	8	9	10	11		日赤 盛岡赤十字病院
日赤	中央	川久保	中央	中央	中央	子ども		三本柳6-1-1 ☎637-3111
12	13	14	15	16	17	18		医大 岩手医科大学附属病院
中央	医大	川久保	中央	医大	中央	医大		内丸19-1 ☎651-5111
19	20	21	22	23	24	25		子ども もりおか子ども病院
中央	医大	川久保	日赤	中央	子ども	子ども		上田子母無姓11-14 ☎662-5656
26	27	28						川久保 川久保病院
医大	中央	医大						津志田26-30-1 ☎635-1305

日中の診療時間外に受診できる人は、日中の診療時間内に受診しましょう。また、時間外に受診は小児救急入院受入当番病院に集中し、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。

日曜、祝日の日中は休日救急当番医（9ページ参照）を受診してください

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、盛岡の子どもへの救急についての情報を掲載しています。盛岡市医師会

31日(金)まで実施。対象者で希望する人は、指定医療機関に備え付けの接種券で受診してください。詳しくは、保健予防課☎603-8307へどうぞ。※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。

【対象】表1の対象者のほか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1級の人（接種時に手帳を持参してください）

【費用】2800円（生活保護世帯と市税非課税世帯の人は無料。事前に保健予防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）

表1 高齢者肺炎球菌の予防接種対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和26年4月2日～27年4月1日
70歳	昭和21年4月2日～22年4月1日
75歳	昭和16年4月2日～17年4月1日
80歳	昭和11年4月2日～12年4月1日
85歳	昭和6年4月2日～7年4月1日
90歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日
95歳	大正10年4月2日～11年4月1日
100歳	大正5年4月2日～6年4月1日

※既に予防接種を受けたことがある人を除く

その他のお知らせ

■家族のための精神保健講座

統合失調症患者の家族を対象に表2のとおり講座を開催します。時間はいずれも13時半～15時半です。

【定員】各30人（1月26日は公開講座のため定員なし）

【費用】無料

【申し込み】1月18日(水)9時から保健予防課☎603-8309で先着順に電話受け付け

表2 精神保健講座の開催日と内容

月日	内容
1/26(水)	未来の風せいの病院の出産行状表による講話「統合失調症を理解する」病気の特性と治療について①
2/2(水)	家族の関わり方の工夫①～よりよい生活のために家族ができること～
2/9(水)	家族の関わり方の工夫②～よりよいコミュニケーションの築き方～
2/16(水)	社会参加に向けて～暮らしに役立つ社会資源～

相談

●無料の法律相談

民事全般について、弁護士に相談できます。【相談時間】1人20分【場所】市役所別館6階の広聴広報課内、市民相談室【定員】各回10人▶くらしの法律相談【日時】2月6日は13時(木)・27日(木)・10時～15時【対象】市に住所がある人

【申し込み】希望相談日の前週の月曜、9時から同課の予約専用電話☎626-7557で先着順に電話受け付け▶無料法律相談【日時】毎週水曜、10時～15時【申し込み】希望相談日の前週の火曜、9時から盛岡法律相談センター☎623-5005で先着順に電話受け付け

●休日納付相談

【日時】1月22日(日)9時～16時【場所】納税課（市役所別館2階）、健康保険課（同1階）【内容】市民税や固定資産税、国民健康保険税の納付と、納付相談の受け付け【問】納税課☎613-8462

●市の推計人口（12月1日現在）

【人口】29万6471人（男＝14万612人、女＝15万5859人）【対前月比】115人減【世帯数】13万766世帯【問】企画調整課☎613-8397

催し

●市教育振興運動実践発表大会

【日時】2月4日(土)13時～16時10分【場所】市文化ホール（盛岡駅西通二）【内容】小中学生俳句・短歌大会表彰や児童生徒表彰、上田小・城北小学校区による実践発表、城北小・浪民中による舞台発表【費用】無料。当日、会場へどうぞ【問】学校教育課☎639-9045

●末盛干支子講演会

【日時】2月11日(日)14時～16時【場所】都南図書館（永井24）【内容】3.11給本プロジェクトいわて代表の末盛干支子さんが伝言エッセーを題材に、絵本に関わるようになったきっかけや皇后陛下との出会いなどについて講演【費用】無料【定員】90人【申し込み】1月20日(金)10時から同館☎637-3636で先着順に電話または直接受け付け

●市社会福祉審議会の委員を募集

【任期】4月から3年間【応募資格】次の全てに該当する人①市内に1年以上住んでいる②平成9年4月2日以前生まれ③市の他の審議会などの委員にな

っていない④平日の日中に開く年2～4回程度の会議に出席できる【定員】3人【応募方法】市役所本館5階の地域福祉課や同本館1階の窓口案内所、玉山総合事務所、各支所などに備え付けの用紙に必要事項を記入し、☎20-8530（住所変更）市役所地域福祉課へ郵送または持参してください。2月3日(金)必着。持参の場合は17時半まで【問】同課☎626-7509

●先人記念館ボランティア募集

先人記念館は、米館者への展示解説や教育普及事業、広報活動のサポートをする29年度のボランティアを募集します。【募集期間】1月17日(日)9時～2月5日(日)17時※2月～3月に全4回の養成講座を実施します【申し込み】同館☎659-3338で電話受け付け

●おはなしのじかん

【日時・対象】1月28日(火)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時半～12時20分は小学2年生以上

■都南図書館（永井24☎637-3636）

◎おどきのや

【日時】毎週土曜、14時半～15時

■浪民図書館（浪民字鶴巻☎683-2167）

◎えほんのへや

【日時】2月4日(土)11時～11時半

■中央公民館（愛宕町☎654-5366）

◎おひざにだっこの会

【日時】1月20日(金)・2月3日(金)、10時半～11時

【対象】0～4歳

◎絵本サロン

【日時】2月1日(水)～2月7日(火)、10時半～15時

【内容】絵本の展示やクイズラリーなど、1日と4日(土)の11時～11時半はおたのしみ会を開催

■上田公民館（上田四☎654-2333）

【日時】1月25日(水)10時半～11時

■西部公民館（南青山町☎643-2288）

◎おはなしのひろば

【日時】1月21日(土)10時半～11時10分

◎なかよしおはなし会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

【日時】2月4日(土)10時半～11時40分

【内容】「ドナルドダック～ドナルドのダンス大好き～」【ボウさんの雪だるま】など4本

【日時・対象】2月1日(水)、10時～10時40分は1歳3カ月から3歳、10時50分～11時10分は0歳～1歳3カ月未満

◎ちびっこ広場映画会

「冬のわくわく半世紀！」

2月4日(土)～12日(日)

スノーレイン
もあるよ

【広報ID】1007913

第50回 いわて雪まつり

今年は12基の雪像が登場！

迫力のある大きな龍が出迎える「龍伝説のゲート」を抜けると、「いわてもののけ迷路」や「巨大滑り台」など12基の楽しい雪像が登場します。イギリスの古城・ウィンザー城をモチーフとした「雪とお城のパーティーステージ」では連日にぎやかなイベントを開催。さらに、毎日17時半からは会場内がライトアップされます。

毎日楽しめるかまくらや花火

60基以上の「かまくら食堂」が設置され、小岩井農場名物のジンギスカン料理をその中で味わうことができます。また、毎日19時半から、花火を打ち上げます。

暖かくしてもっと楽しもう！

岩手のおいしいものが集まる屋台村や、モンゴル游牧民の移動式住居「ゲル」を利用した休憩スペースを設置。雪景色の中でも暖かく楽しむことができます。

毎日楽しいイベントがいっぱい

期間中毎日、見て参加して楽しめるイベントを開催します。

- ・キャラクターショー（仮面ライダーエグゼイド、魔法つかいプリキュア！、動物戦隊ジュウオウジャー）
- ・雪上運動会
- ・クイズ大会
- ・雪だるまコンテスト
- ・ファンタジー花火 など

※イベントの詳しいスケジュールは、同まつり公式ホームページに掲載するほか、市役所本館1階の窓口案内所や、プラザおでって2階（中ノ橋通一）の観光文化情報プラザなどに備え付けのパンフレットをご覧ください

いわて雪まつりを小岩井農場（雫石町）で開催します。50回の節目となる今年のテーマは「冬のわくわく半世紀！」。ぜひお越しください。

【日時】2月4日(土)～12日(日)、9時～21時 ※入場無料

【問】小岩井農場まきば園内

いわて雪まつり実行委員会事務局 ☎692-4321

祝50回！特別企画 五大雪まつり集合と拡大花火！

北東北3県の5つの祭りが集合する「五大雪まつりステージ」を初日に開催します。弘前雪灯籠10基と横手かまくら1基を設置し、なまはげ太鼓と八戸えんぶりを披露。冬の北東北の魅力を発信します。

最終日には拡大版のファンタジー花火が祭りを締めくくります。

【臨時バス運行】盛岡駅～会場間を結ぶ臨時バスを運行します。交通渋滞緩和と二酸化炭素排出量抑制のため、積極的にご利用ください【問】県交通 ☎692-3212 ※運行スケジュールは市公式ホームページにも掲載しています



写真は過去の同まつりの様子



毎年人気の滑り台！



もっと知りたい！盛岡

市公式ホームページ

<http://www.city.morioka.iwate.jp/>

広報もりおかに掲載した記事の詳しい内容のほか、さまざまな市政情報を掲載！

パソコンやスマホからどうぞ

市公式ホームページのトップページにある検索窓に、紙面に掲載された広報ID（7桁の数字）を入力すると、記事の詳細を見ることができます。



市公式ツイッター

<https://twitter.com/moriokashi>

市公式フェイスブック

<https://www.facebook.com/moriokashi>

市政ラジオ番組

「もりおか暮らし物語」

ラヂオもりおか（FM76.9MHz）で毎月第2・4金曜の7時40分～7時50分、放送中。

毎回異なったテーマ・出演者で、旬な話題をお届け♪

広告に関する問い合わせ
ナチュラルコム㈱
☎019-652-9190へどうぞ

もりけんに挑戦
お休みします

編集後記

表紙で紹介したウェルカムレセプションの参加者は外国の人が半分以上。英語が話せないのでカメラを向ける時はひたすらジェスチャーで伝えました。まじめに英語勉強しようかな…

発行：盛岡市

☎020-8530盛岡市内丸12-2

☎019-651-4111

ファクス：019-622-6211

info@city.morioka.iwate.jp

編集：市長公室広聴広報課

☎019-613-8369

発行部数：14万2460部

1部当たり約11円で制作し、市内全世帯へ配布しています。経費の一部は広告料で賄っています。記事の無断転載を禁じます。©盛岡市2017



地球環境に配慮し、ベジタブルインクを使用しています。

広告

ふるさと西和賀・真冬の風物詩 幻想的な雪景色を巡る

雪あかり2017 in にしわが 遊覧バスツアー 日帰り

【出発日】2017年2月11日(土)

【旅行代金】盛岡駅発着 おとなお一人さま

6,980円 ※子ども5,980円

- 貸切バス代・夕食代・ガイド代を含みます。
- IGRにて盛岡駅ご集合のお客様は別途料金をご案内いたします。

【募集人員】40名（最少催行人員：25名様） ●添乗員…全行程同行 ●食事…朝× 昼× タ×

「あったか」西和賀バスツアー〈予告〉一年を通して西和賀を楽しむツアーをご用意しております！

【5月】かたくり群生地見学ツアー／【6月】絶滅危惧種・日本固有種「1万本のシラネアオイ群生地」見学ツアー／【6～7月、9～11月】奥羽山脈縦走と名瀑の旅（真昼岳・女神山）／【10月】錦秋湖紅葉鑑賞ツアー・大根一本漬体験ツアー

雪あかり（イメージ）

お申込み・お問い合わせ
【旅行企画・実施】

銀河鉄道観光

TEL.019-601-9991（営業時間）10:30～18:30
観光庁長官登録旅行業1966号／総合旅行業務取扱管理者 大下幸夫

西和賀雪あかり

西和賀町内の各家々・各地区で趣向を凝らし作られた雪像やミニかまくらに総数18,000本以上のろうそくを灯します。

申込締切：2月8日(水)

（定員になり次第締切ります）

【行程表】盛岡駅（西口）（16:15発）⇒西和賀町内（約3時間・各地区に灯る雪あかりを車窓または下車にてご案内します。夕食：農家食堂およね）⇒湯夢プラザ（お買い物）⇒盛岡駅（西口）（22:15頃着）
〈凡例〉⇒：バス（小川タクシー）

●盛岡駅には夜遅い到着になりますので、着後の交通機関にご注意ください。●20歳未満の方は、保護者の同意書が必要です。中学生以下の方は保護者の同伴が必要です。

詳しい書面をご用意しております。
ご確認の上、お申込み下さい。

IGR

IGRいわて銀河鉄道株式会社
盛岡市青山二丁目2-8