

# もりおか

広報 2017

3月1日号(No.1452)

◆主な内容◆ (平成29年3月1日号)

東日本大震災6周年特集	2～3ページ
後期高齢者医療制度	4ページ
国民年金	5ページ
盛岡駅前広場一般駐車場の利用、小学1年生の医療助成、市民伝言板	6ページ
盛岡ライフストーリー、盛岡のプロスポーツ、スポーツパルの募集	7ページ
もりおか寸評 (池田清彦さん)	10ページ

時代を超えて愛される  
穏やかな表情

女の子の健やかな成長を願って行われるひな祭り。よく目にする色鮮やかな現代的ひな人形の他にも、市内各所では「つるしびな」や城下町盛岡ゆかりのひな人形、江戸～明治時代に作られた歴史的で趣のある「古今雛」なども展示しています。時代ごとに女の子の成長を見守ってきたさまざまな表情を楽しんでみませんか。写真はもりおか歴史文化館の「ひな祭り」展で展示されている、中村家ひな段飾り。

※中村家…「糸治」と呼ばれ、呉服・古着などの商いで江戸時代の盛岡で栄えた大きな商家



## 市内のひな祭りイベント

イベント名	日時	場所	展示内容 (費用)
南昌荘のひなまつり	3/3(金)まで 10時～16時	南昌荘 (清水町)	江戸から昭和までのさまざまなひな人形 (入園料が必要)
一ノ倉邸「ひな遊ぶ」	3/3(金)まで 10時～15時	一ノ倉邸 (安倍館町)	江戸から平成までのさまざまなひな人形 (無料)
「ひな祭り」展	3/5(日)まで 9時～18時	もりおか歴史文化館 (内丸)	城下町盛岡ゆかりのひな人形などの展示 (展示室入場料が必要)
志波城いにしへのひなまつり展	3/5(日)まで 9時～17時	志波城古代公園 (上鹿妻五兵衛新田)	ハマグリ貝殻で作られた「貝びな人形」 (無料)
季節展「鉦屋町からお雛様がやってきた」	3/20(月)まで 9時～18時	もりおか歴史文化館 (内丸)	鉦屋町の町家サロン「ピッピ」所蔵のつるしびななど (無料)
盛岡の商家とひな人形	4/16(日)まで 9時～17時	先人記念館 (本宮字蛇屋敷)	市内老舗商家から寄贈のひな人形など (入館料が必要)

# これからも紡ぐ 人、ふるさととのつながり。



23年3月11日、東日本大震災は未曾有の被害をもたらし、多くの尊い命を奪いました。あの日から間もなく6年。被災市町村では震災からの復興と再生に向けた多くの取り組みと努力が続けられており、たくさんの方の尽力によって復興に向けた歩みが着実に進められています。

しかしその一方で、盛岡市でも約1300人が今なお避難生活を送っています。市はこれからも被災地・被災者に寄り添いながら、よりきめ細やかな支援を続けていきます。6年が経過して見えてきた課題を見つけ、私たちにできることをあらためて考えてみませんか。

【問】危機管理防災課 ☎613-8386

市内に避難する被災者の現状について、市の復興推進事業の拠点である「もりおか復興支援センター」で聞きました。

## 1 震災から6年 内陸避難者の現状と今後



もりおか復興支援センター長  
金野 方里さん

### いまだ多くの方が不安を抱えている

震災から6年経ちますが、28年度は1月末までで延べ8000人以上の方が復興支援センターを利用しています。盛岡で仕事を見つけたり子どもが学校に通い始めたりと、若い世代を中心に次の生活をスタートする人が増えてきました。それでも、内陸避難者の多くは今もさまざまな不安を抱え、センターへ相談に訪れています。多いのは、「住居」や「健康」、「社会とのつながり」に関すること。沿岸の人たちは震災前、それぞれの地域でとても密なつながりを持っていた人が多いです。震災によってそのつながりが失われてしまった喪失感に加え、知り合いの少ない土地での避難生活。密な人間関係が日常だった人たちにとって、人間関係が希薄な生活は一層不安が大きく、特に高齢の人ほど孤立・引きこもりがちになってしまう傾向があります。今後、

内陸避難者の高齢化が進むとそんな人がもって増えてくるかもしれません。

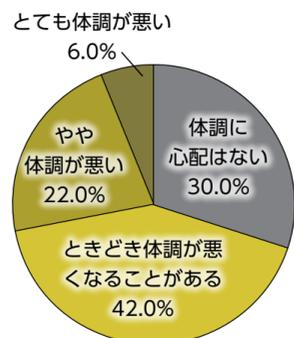
### 新しいつながりをつくってほしい

震災による喪失感を少しでも埋めてくれるのは人の支えだと思います。復興支援センターは、内陸避難者同士が交流できるさまざまなサークル・イベントを企画しています。また、保健師や民生委員、地域包括支援センターなどと連携して「もりおか被災者見守りネットワーク会議」を開催しています。サークルや地域活動でできた友人、定期的に訪問する職員など、悩みの相談や楽しい会話ができる新しいつながりをつくり、盛岡での避難生活を有意義に過ごしている人もいます。センターは最後の1人が次の生活に踏み出すまで支援するよう努力しますが、まずは外に出ていろいろな話ができるつながりをつくるのがとても重要だと思います。

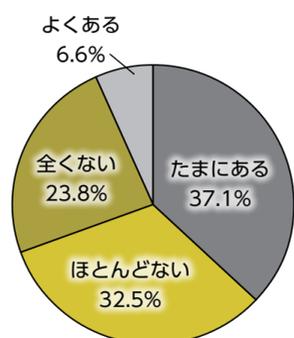
市は昨年11月、盛岡市に避難し、みなし仮設住宅※に入居する269世帯を対象にアンケート調査を実施。うち56.9%に当たる153世帯から回答がありました。そこから見えた悩みに対し、地域に住む私たちに出来ることもあるのではないのでしょうか。

※建設型の応急仮設住宅とは別に、民間賃貸住宅などを借り上げて仮設住宅としたもの

### ●あなたの健康の状況を教えてください。



### ●近所の方と交流はありますか？



## 2 アンケート結果から見る 内陸避難者が抱える悩み

「体調を崩しがち」が70.0%、「近所と交流がない」は56.3%

アンケート結果によると、70.0%が「今、体調を崩しがち」と回答。震災で被災し、やむを得ずふるさとを離れた人たちの多くは、長い年月を慣れない土地で生活しているという精神面の負担も重なって健康に不安を感じているのが現状です。

また、56.3%の人が「近所の人との交流がない」と回答。地域によっても近所の交流が密なところ、そうでないところとさまざま。健康面での不安に加え、将来の住まいや経済的な課題など、複数の悩みを抱えている人たちにとって、近所との何気ないあいさつなど日々誰かと会話できる環境が心の支えとなることもあります。そんな会話の積み重ねが、次の生活へ一歩踏み出す力につながるかもしれません。



市保健所保健師  
石井 里美さん

## 話ができる人がいることと 生活リズムを大切に

心と体は一体で、心が疲れると体にも影響が出ます。主な症状は、睡眠不足や食欲不振など。心の健康を保つには、誰かと話をする 것과生活リズムを整えることが大切です。一人だと悲観的になりがちですが、誰かと会話することで心が整理されます。また、毎日の生活リズムを整えることも大切。朝しっかりと起きて顔を洗う、着替えるなどの生活リズムを保つことで体

## 3 つながりを生む さまざまな交流の形

つながりを生む取り組みを紹介。地域に住む私たちも一緒になって交流できるものもあります。今回、内陸避難者・地域の人と一緒に活動するサークルの参加者やその活動をサポートする人にも話を聞きました。

### 人とのつながり

#### ▶相談会やさまざまなサークルを開催

もりおか復興支援センターは、内陸避難者の生活再建に向けた相談会・情報提供や気軽に楽しめるサークル活動として、お茶っこ飲み会、手芸サークル、カラオケサークル、市内を散策するツアーなどを開催。週1回の定期的なものや季節ごとのイベントを通じて、内陸避難者同士の交流を図っています。



お茶っこ飲み会は大事な語らいの場

#### ▶もりおか復興推進しえあハート村では 地域ぐるみの交流



新年餅つき大会でシェアハウスの学生や地域の人が交流

しえあハート村には被災地から盛岡市へ転入してくる大学生・専門学生に提供する学生シェアハウスや、学生と地域の人たちが交流できるコミュニティカフェ「マルシェ」などがあります。幅広い年代が、内陸避難者・地域の人と境なく交流。誰でも参加できる「ごはんの会」なども定期的に開催しています。

### ふるさととのつながり

#### ▶つながる\*ふるさとバスを運行

もりおか復興支援センターは、28年度から「つながる\*ふるさとバス」を運行しています。内陸避難者のうち、高齢などの理由で地元に向くことができない人をバスで送迎し、ふるさととの地域住民らと交流することでつながりを持ち続けてもらおうとスタート。また、沿岸自治体に建設された災害公営住宅の住民たちと交流して今後の住まい選択の参考となるような企画も実施しています。



昨年のつながる\*ふるさとバスの様子

## 4 つながることから始まる 内陸避難者と私たち

年月の経過とともに内陸避難者それぞれの気持ちの在り方・必要な支援は異なります。しかし、内陸避難者のうち新たな生活へ一歩踏み出した、またはそれを近くで見守ってきた人たちは「人や地域とのつながりが心の支えになった」と口をそろえます。まずは「同じ地域に住む人」としてちょっとしたあいさつからつながっていきませんか？ そのつながりが復興支援という枠を超え、いざというときに互いを支え合う大切な命綱になるかもしれません。

### ！避難情報の名称が変わります

28年の台風第10号による水害を教訓に、高齢者などが適切な避難行動を取れるよう、「避難準備情報」が「避難準備・高齢者等避難開始」に変わるなど避難情報の名称が変わりました。詳しくは、危機管理防災課 ☎603-8031へ問い合わせるか市公式ホームページをご覧ください。【広報 | D】1018722

無くてはならないものに



編み物・刺繍サークル「手まらず仲間」  
湊 雅義さん (74)

山田町で被災し、盛岡へ。約1年前から、編み物・刺繍サークル「手まらず仲間」をしえあハート村で開催。約15人のメンバーのうち、7人は内陸避難者。材料や道具を自分たちで調達し、カゴや手提げ袋などさまざまな作品を手作りしている。

盛岡に避難してきたとき、「知らない土地だからこそ何か活動して地元の人と交流したい」と思い、地域の人や同じ内陸避難者らとサークル活動を始めました。徐々に知り合いも増え、このつながりは自分の生活に無くてはならないものになっています。それぞれ得意なのが違いますがみんなが先生。地元の人・内陸避難者関係なく、教え・教わる関係が心地良いです。作品を市立病院で展示したり、誰かに「欲しい」と言ってもらえることがとてもうれしく、私の生活の励みになっています。



作業中はとてもにぎやか

支えられる側から支える側に



復興支援団体「モーリオの空」  
小田中 由美子さん (69)

しえあハート村内で復興支援コミュニティカフェ「マルシェ」を運営。「人と人、思いと想いをつなぐ」をモットーに内陸避難者や地域の人との交流を積極的にサポートしている。「手まらず仲間」運営のサポートにも携わる。

「内陸避難者と地域の人と境無く交流し、前向きになれる場所を作りたい」という思いで活動しています。「手まらず仲間」もその思いでスタートしましたが、最初はあまり笑顔も無く活動中にふと涙ぐむ人も。約1年経過し、互いが自然と教え助け合う雰囲気になっていくことに気付いたとき「支えられる側だった人が支える側になっている！」と実感。震災から6年経っても避難者の気持ちの回復は一人一人違いますが、支える側になる人が増えてきたこと、「手まらず仲間」がそんな気持ちになれる場所になったことが本当にうれしいです。

## 東日本大震災6周年行事 「復興への誓い」

盛岡広域8市町は3月11日(土)、犠牲になった人々を悼み復興への誓いを新たにすることを開催します。当日、誰でも参加できます。

### 追悼式典

【時間】14時半～15時  
【場所】プラザおでっ(中ノ橋通一)  
【内容】盛岡広域首長の「追悼のことば」と、同日開催される国主催追悼式(東京)の中継

### 祈りの灯火2017 ～あの日を忘れない～

【時間】13時～19時  
【場所】盛岡城跡公園(内丸)ほか  
【内容】追悼と復興への誓いを込めて灯籠を点灯するほか、ステージイベントや復興支援マーケットなどを開催。※灯籠点灯は16時50分から



写真は祈りの灯火2016の様子



# 75歳からの後期高齢者医療制度

75歳（一定の障がいがある人は65歳）以上の人が加入する健康保険が「後期高齢者医療制度」。医療機関にかかるときの自己負担限度額や給付などについてお知らせします。

## 一定の障がいがある人は65歳から加入できます

次のいずれかに該当する人は、65歳から後期高齢者医療制度に加入できます。

- 身体障害者手帳1～3級の交付を受けている
- 身体障害者手帳4級のうち、下肢障害（1・3・4号）、音声機能障害、言語機能障害、そしゃく機能障害がある
- 障害基礎年金を受けている（その他の障害年金も該当する場合があるのでお問い合わせください）
- 精神障害者保健福祉手帳1級または2級の交付を受けている
- 療育手帳Aの交付を受けている



## ご存知ですか。あなたの医療費の上限～自己負担限度額～

後期高齢者医療制度の加入者が医療機関で支払う自己負担割合は、高齢者が安心して医療を受けられるよう、所得に応じて1割か3割となっています。それでも、何度も病院にかかったり入院したりすると、支払う金額も多くなるため、上限（自己負担限度額。表1）を設けています。

## 上限を超えた分は払い戻します～高額療養費～

医療機関での支払いがかさみ、自己負担限度額を超えた場合、**高額療養費**として払い戻します。高額療養費に初めて該当したときは申請が必要ですが、2回目以降は自動的に指定口座へ振り込まれます。



月の途中で75歳になり後期高齢者医療制度に加入した人の、誕生月の自己負担限度額は、通常の2分の1になるよ

表1 自己負担限度額（月額）

所得区分	外来（個人単位）		外来＋入院（世帯単位）
	7月まで	8月から	
世帯全員が住民税非課税の世帯	8000円		1万5000円 2万4600円
住民税が課税されている世帯	一般	1万2000円 1万4000円 (年間上限14万4000円)	4万4400円 (8月から5万7600円)
	現役並み所得者	4万4400円	5万7600円

※1 低所得者Ⅰ：世帯全員の所得が0円（年金収入のみの人は年額が80万円以下）の人  
低所得者Ⅱ：低所得者Ⅰ以外の人  
※2 過去1年以内に、外来＋入院で高額療養費の支給を4回以上受けた場合、4回目以降は4万4400円

## 非課税世帯の人は忘れずに。【限度額適用・標準負担額減額認定証】

住民税非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」を申請しましょう。この認定証を医療機関に提示すると、窓口での支払いが自己負担限度額までで済みます。入院の場合に提示しないと、「一般」とみなされ、食事の負担額（表2）が減額されずに請求されるのでご注意ください。

- 【申請に必要なもの】
- ①後期高齢者医療被保険者証
  - ②過去1年間のうち、低所得者Ⅱの減額認定証の交付を受けていた期間の入院日数が91日以上の人、入院日数が分かる領収書

## 認定証の有効期限は7月31日

有効期限が切れた後も、引き続き認定証が必要な人は忘れずに申請してください。毎年7月下旬から更新の受け付けを開始します。

表2 入院時の食事の負担額（1食あたり）

所得区分	食事負担額	
低所得者Ⅰ	100円	
低所得者Ⅱ	入院90日まで	210円
	過去1年間で90日を超える入院	160円
一般・現役並み所得者	360円	

## いろいろな給付があります

- ▶**後から払い戻す医療費**  
次のような場合、医療費はいったん全額負担になりますが、申請後、自己負担分を除いた額が療養費として支給されます。  
○やむを得ない理由で、保険証を持たずに医療機関を受診した  
○医師が必要と認めたコルセットなどの補装具を作った  
○医師が必要と認めたり・きゅう、マッサージや柔道整復\*を受けた

- ▶**交通事故などに遭ったとき**  
交通事故など第三者によりけがなどをした場合、後期高齢者医療で診療を受けるには届け出が必要です。示談の前に必ずご相談ください。

- ▶**被保険者が亡くなったとき**  
葬祭を行った人へ**葬祭費**として3万円が支給されます。

- ▶**介護保険との合計が高額になったとき**  
1年間（8月～翌年7月）の後期高齢者医療と介護保険の自己負担額合計が、世帯で表3の限度額を500円超えた場合、**高額介護合算療養費**として払い戻されます。対象と思われる人へ、2月7日にお知らせを送ったので申請してください。

★柔道整復：整骨院や接骨院で受ける、骨や関節、筋肉のけがの治療などを目的とした施術のこと

## 保険が適用にならない場合も

医師の同意がないと、保険が使えず全額自己負担になる場合もあるのでご注意ください。

- ▶**柔道整復\***  
【保険が使える場合】打撲、ねんざ、肉離れなど挫傷、応急手当が医師の同意がある場合の骨折・脱臼  
【保険が使えない場合】単なる肩こりや筋肉疲労、脳疾患後遺症などの慢性病、神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなどからくる痛み、整形外科や外科で治療中の部位の受診
- ▶**あんま・マッサージ**  
【保険が使える場合】筋麻痺や関節拘縮など（医師の同意書が必要）
- ▶**はり・きゅう**  
【保険が使える場合】神経痛やリウマチ、頸肩腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症などの慢性的な痛み・うずきを主な症状とする疾患（医師の同意書が必要）

表3 高額介護合算療養費の限度額（年額）

所得区分	後期高齢者医療＋介護保険の限度額
低所得者Ⅰ	19万円
低所得者Ⅱ	31万円
一般	56万円
現役並み所得者	67万円



# 20歳になったら国民年金

忘れずに手続きを



3月は就職や退職、引っ越しなど異動が多い時季。国民年金の被保険者の区分が変わる人は忘れずに届け出をしましょう。  
【広報ID】1003593

日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての人は、国民年金に加入することになっています。国民年金の加入者を「被保険者」といい、次の3つに区分されます。

区分	対象者	納付方法
第1号被保険者	20歳以上60歳未満の自営業者や学生、無職の人など	納付書か口座振替で、自分で国民年金の保険料を納めます。 ※29年度の保険料は月1万6490円
第2号被保険者	70歳未満の会社員や公務員（厚生年金加入者や共済組合員） ※年金の受給資格のある65歳以上の人は加入できません	厚生年金保険料や共済組合掛け金として、給料から天引きされます
第3号被保険者	第2号被保険者（65歳未満）に扶養されている配偶者で20歳以上60歳未満の人 ※第2号被保険者である配偶者が65歳になった場合は、第1号被保険者への変更が必要	自分で納める必要はありません。保険料は配偶者の加入する厚生年金保険または共済組合が負担します

## ★ 保険料の免除・猶予と学生納付特例制度

第1号被保険者が所得の減少や退職、災害などで保険料の納付が困難なときは、保険料の免除や納付の猶予を受けられる場合があります。また、大学や専門学校などに在学期間中の保険料を、卒業後に納める学生納付特例制度もあります。いずれも申請が必要です。申請に必要なものについては医療助成年金課が盛岡年金事務所にお問い合わせください。

## ★ 前納制度

第1号被保険者が保険料を現金納付か口座振替でまとめて前払いすると割引になる前納制度があります。

- 現金納付**  
1年度分で3460円、6カ月分で790円が割り引かれます（28年度の場合）。また、2年前納を希望する人は、申し込みの手続きが必要ですので、盛岡年金事務所へお問い合わせください。
- 口座振替**  
前納（2年度分・1年度分・6カ月分）だけでなく、当月末振替も割引を受けられます。年金手帳と通帳、届出印を持参し、金融機関が盛岡年金事務所まで手続きしてください。

## ★ 付加保険料制度

保険料と別に月々400円を追加で納めることで、将来の受給額を増やす制度です。第1号被保険者が対象で、免除・猶予期間中や国民年金基金加入者を除きます。

## 国民年金被保険者の手続きの例

こんなとき	必要な手続き	必要なもの
20歳になったとき	住民登録がある市区町村で資格取得の届け出※第2号被保険者（厚生年金や共済組合に加入している人）は不要	印鑑 ※学生納付特例の申請をする人は、学生証または在学証明書も必要
他市区町村への転入・転出	異動先の市区町村で国民年金の住所変更※第2号被保険者と、第3号被保険者（配偶者に扶養されている人）は勤務先で手続き	年金手帳と印鑑
海外へ転出	転出前の市区町村で資格喪失か任意加入	年金手帳と印鑑 ※任意加入する人は、通帳と届出印も必要
海外から転入	転入先の市区町村で資格取得	年金手帳と印鑑、パスポート
就職	厚生年金や共済組合に加入すると第2号被保険者になり、勤務先で手続きをします。詳しくは、勤務先にご確認ください	年金手帳と印鑑、退職日が分かる書類（健康保険資格喪失証明書や離職票、雇用保険受給資格者証など）
20歳以上60歳未満の人が退職	住民登録がある市区町村で第1号被保険者への変更※被扶養者になっていた配偶者（第3号被保険者）も、第1号被保険者への変更が必要	年金手帳と印鑑、退職日が分かる書類（健康保険資格喪失証明書や離職票、雇用保険受給資格者証など）
厚生年金や共済組合に加入している配偶者の扶養に入る	配偶者の勤務先で第3号被保険者の手続きをします。詳しくは、配偶者の勤務先にご確認ください	
厚生年金や共済組合に加入している配偶者の扶養から外れる	住民登録がある市区町村で、第3号被保険者から第1号被保険者への変更	年金手帳と印鑑、扶養から外れた日が記載された書類（被扶養者資格喪失証明書など）
年金手帳の紛失	住民登録がある市区町村に申請※急ぎの場合は、年金事務所へ届け出をしてください	印鑑と本人確認ができるもの（運転免許証や保険証など）
年金手帳の紛失	（第2号と第3号の被保険者）勤務先で再発行の手続きをします。詳しくは、勤務先にご確認ください	
納付書の紛失	年金事務所まで納付書再発行	年金手帳と印鑑
病気や事故などで一定の障がいがあったとき	障害基礎年金を受給できる場合があるので、詳しくは、医療助成年金課か年金事務所にご確認ください（加入状況や保険料納付などの要件があります。）	

## 年金受給者の手続きの例

こんなとき	必要な手続き	必要なもの
引越	住所変更	年金証書と印鑑
年金を受け取る金融機関の変更	受取機関変更	年金証書と印鑑、変更先の金融機関の通帳
年金証書の紛失	再発行	印鑑と本人確認ができるもの（運転免許証や保険証など）
氏名の変更	年金受給者氏名変更	年金証書と印鑑、戸籍抄本または住民票、新氏名の通帳

※届け出先はいつでも年金事務所。届け出用紙は市区町村の窓口にもあります

## 受給資格期間短縮のお知らせ

老齢年金を受給するために必要な資格期間は25年ですが、8月からは10年になります。これにより、新たに受給対象になる人には7月までに、日本年金機構から年金請求書（黄色の用紙）が送付されます。手続きすると9月分から受給できるようになり、10月に振り込まれます。詳しくは盛岡年金事務所へお問い合わせください。

## ●問い合わせ・手続き先

- 医療助成年金課年金係（市役所本館2階）… ☎626-7529  
✉iryounenkin@city.morioka.iwate.jp
- 都南総合支所税務福祉係（津志田14）…………… ☎639-9058
- 玉山総合事務所健康福祉課（渋民字泉田）… ☎683-3869
- 盛岡年金事務所（松尾町）…………… ☎623-6211



## 問い合わせ・手続き先

- 健康保険課（市役所別館1階）… ☎613-8439  
✉kenkohoken@city.morioka.iwate.jp
- 都南総合支所税務福祉係（津志田14）…………… ☎639-9058
- 玉山総合事務所健康福祉課（渋民字泉田）… ☎683-3869

## 4月から 小学生になる児童に 医療費助成制度

市は小学生を対象に医療費の一部を給付しており、4月に小学校へ入学する児童がいる家庭に、4月1日から有効の医療費受給者証と医療費助成給付申請書を送ります。助成を受けるには、月の初回の受診時に、医療機関の窓口で受給者証と保険証を提示した上で医療費助成給付申請書を提出し、自己負担分を支払います。

保険証で診療を受けたときに支払った自己負担額から、医療機関ごとにひと月につき入院外は750円、入院は2500円を差し引いた額が約3カ月後に口座に支払われます。なお、住民税非課税世帯は、保険証で診療を受けたときに支払った自己負担額全額を給付します。

【問】医療助成年金課 ☎626-7528  
【広報 | D】1003814



## 駅前広場（東口）の利用について ～ルールを守って渋滞緩和に協力を～

### 一般車駐車場の利用について

降車する人がいる場合のみ利用できます。降車するときは後続車の迷惑になるため、速やかにお願いします

- 駐車禁止です
- 迎えなどには、盛岡駅前広場の一般車駐車場（20分まで無料）や近隣駐車場（有料）及び西口交通広場1階をご利用ください

【問】交通政策課 ☎613-8538  
【広報 | D】1017713

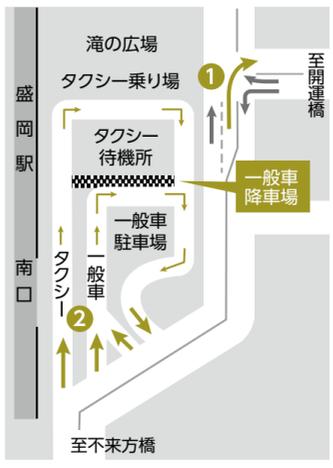


迎えなどで停車中の車による渋滞

皆さんが気持ちよく利用できるよう  
ご協力をお願いします

### 一般車の通行の変更点

- 1 駅前広場から開運橋方向への交差点は右折できます
- 2 タクシーと一般車が入り混じらないよう分離しています



## 市民伝言板

市民サークルの会員募集や催事情報などを掲載しています。なお、場所などは掲載時点でのご予定です。【問】広報課 ☎613-8369

※市民伝言板のコーナーは、4月1日号をもって終了します

### ●大人にちょっといいひととき…おはなし会

回 3月3日(金)19時～20時 場所 NPO法人善隣館（大沢川原三） 内容 大人のための絵本の読み聞かせ 費用 500円 同館 ☎654-1988

### ●岩手大美術・デザインコース卒業・修了制作展

回 3月3日(金)～9日(木)、10時～20時 ※9日は16時まで 場所 アイーナ（盛岡駅西通一） 費用 無料 園加藤さん ☎090-7075-4871

### ●こぞかたLIVE

回 3月5日(日)13時半～ 場所 上田公民館（上田四） 内容 アンサンブルこぞかたによる演奏 費用 無料 園齊藤さん ☎090-2367-8269

### ●詩吟初心者入門講座

回 3月16日(木)・23日(木)、全2回、13時半～15時半 場所 仙北地区活動センター（仙北二） 定員 15人 費用 無料 園仙北吟詠会の高橋さん ☎635-1700

### ●春季春蘭展

回 3月20日(日)10時～16時 場所 中央公民館（愛宕町） 費用 無料 園岩手盛蘭会の青山さん ☎641-6181

### ●太極拳無料体験募集

回 4月5日・12日・19日、水曜、10時～12時 場所 キャラホール（永井24） 費用 無料 園都南太極拳同好会の鈴木さん ☎638-5266

### ●コーチング体験講座

回 4月13日(木)18時20分～21時20分と23日(日)13時半～16時半 場所 アイーナ（盛岡駅西通一） 内容 コーチングの体験講座 定員 各80人 費用 各

5000円 園加藤さん ☎080-2826-3571で先着順に受け付け中

### ●各種無料相談会

回 毎月第4土曜、13時～16時 場所 アイーナ（盛岡駅西通一） 内容 年金や雇用保険、健康保険、NPOの会計・総務・労務の相談、会計ソフト操作方法など 費用 無料 園NPO法人シニアパワーいわての中村さん ☎080-1663-8418

### ●フォークダンス

仙北アオイの会 会員募集 回 毎週火曜、10時～12時 場所 サンライフ盛岡（仙北二） 費用 6カ月6000円（初回見学無料） 園田村さん ☎635-4326

### ●西部いきいきストレッチ会員募集

回 毎週水曜、13時半～15時半 場所 西部公民館（南青山町） 費用 月2000円 園平沢さん ☎646-5992

### ●スイミングサークル木曜会会員募集

回 毎週木曜、18時半～19時半 場所 市立総合プール（本宮五） 内容 20歳以上 費用 月2250円 園高橋さん ☎080-1698-2461

### ●親子のふれあいバスケット募集

回 毎週金曜、19時～20時45分 内容 幼児から大人 内容 バスケットボールの体験 場所 河北小体育館（長田町） 費用 無料 園千田さん ☎080-2809-6719

### ●初級スペイン語（第十期生募集）

回 4月1日から3回土曜、全54回、13時～14時20分 場所 勤労福祉会館（紺屋町） 定員 8人 費用 2160円 園菅原さん ☎646-5809

### ●盛岡・山を楽しむ会 会員募集

回 5月～10月の日曜、全6回 内容 北東北の山に登る。マイクロバスで移動 定員 50歳以上 定員 10人 費用 2万円1000円 園近藤さん ☎646-3069で3月1日(木)～20日(月)17時まで先着順に受け付け

### ●自然世塾生募集

回 4月～11月の土曜または日曜、全7回 場所 安比高原（八幡平市）など 内容 自然や森林に関する講座や自然観察など 費用 入会金3000円、1回2000円～3000円 園込野府金さん ☎080-2800-1139で3月1日(木)～3月20日(月)まで受け付け

## Morioka 盛岡 Life Story ライフストーリー



地方アナウンサーらも出演した「もりおか物語」の一幕

## 文士劇が初の東京公演

念願の舞台上で盛岡らしさ披露

盛岡の冬の風物詩として親しまれている盛岡文士劇（同実行委員会主催）が1月28日・29日の両日、初めて新宿・紀伊國屋ホール（東京都）で上演されました。「日本で唯一といわれる文士劇をぜひ東京で」という思いで立ち上がった本企画。舞台は盛岡弁によるユーモアたっぷりの現代物「もりおか物語」と「口上」、時代物「みちのく平泉 秀衡と義経」の3部構成で、盛岡ゆかりの作家らも多く出演しました。全3公演とも満員御礼となった会場では、ふるさとを懐かしむ人や初めて聞く盛岡弁に温かみと親しみを覚える人など、思い思いに楽しむ様子が見られました。



口上を述べる主催者ら。左から千葉芳幸総合プロデューサー、達増拓也岩手県知事、三浦宏実実行委員長、谷藤裕明盛岡市長

## MORIOKA PRO SPORTS Information

岩手・盛岡を地元にするプロスポーツチーム、バスケットボールの岩手ビッグブルズとサッカーのグルージャ盛岡。両チームの活躍を随時紹介しています。【問】スポーツ推進課 ☎603-8013

### グルージャ盛岡

今月はいよいよ明治安田生命J3リーグの新シーズンが開幕。菊池利三新監督の下、今シーズンのチームスローガン「RESTART」のとおり、再出発します。岩手県の皆さんに、より一層愛されるようなチームになるよう今シーズンも戦ってほしいですね。皆さんの熱い応援で盛り上げましょう！

節	キックオフ	対戦相手
3	3月26日(日)13時	カタール・富山
5	4月16日(日)13時	藤枝MYFC

### 岩手ビッグブルズ



盛岡南高3年の蒔田怜音選手と永田渉選手が特別指定選手として1月に入団しました。1月28日・29日のホーム信州戦では蒔田選手がデビューし、両日合わせて13得点5アシストの活躍を見せました。「小さい頃からの夢だったプロ選手としてコートに立てたことは素直にうれしいが、それと共に中途半端なプレーはできないと責任も感じた」とコメント。両選手の出場は大学進学までの期間限定です。3月4日・5日のホーム熊本戦では、ぜひ会場へ足を運び、若き星にエールを送りましょう！



蒔田怜音選手  
背番号：3  
身長175cm  
紫波町出身

永田渉選手  
背番号：40  
身長194cm  
盛岡市出身

新星の活躍に期待！

## スポーツを通じて仲間づくり スポーツ・パルに登録を

「盛岡市スポーツ・パル」は、希望郷いわて国体・大会を契機に、スポーツ関係団体と連携しながら、スポーツを支える新たなネットワークを作る制度です。現在、パル（会員）を募集しています。スポーツに親しんでいる皆さん！パルに登録し、盛岡のスポーツと一緒に盛り上げましょう！

- 【パル特典】
- ①市のスポーツ事業に関する情報やプロスポーツチームの活動情報、スポーツボランティア募集の情報などが定期的に配信されます
  - ②市内の対象27施設のスポーツ利用がスポーツボランティア活動を行うごとにポイントが付与。貯まったポイントはグルージャ盛岡や岩手ビッグブルズのスポーツグッズなどと交換できます
  - ③会員同士や、プロスポーツ団体などとの交流会・研修会へ参加できます
- 【対象】12歳以上（小学生を除く）  
【登録方法】市公式ホームページまたは盛岡市スポーツ・パルホームページをご覧ください  
【問】国体推進局企画総務課 ☎603-8009  
【広報 | D】1003301



盛岡市スポーツ・パルホームページ

パルにはあんな特典が、ぜひ登録ください！

不要なパソコンやOA機器処分の「困った…」を解決！

### パソコン・OA機器廃棄

壊れたり、古くなって不要になったパソコンの処理に困っていませんか？ リードコナンではパソコンやディスプレイ、プリンタ等 OA 機器全般の廃棄を承っております！

岩手県産業廃棄物収集運搬業許可証 許可番号 00301119299

---

**！出張廃棄も可能です！**

<出張廃棄/リサイクル料金例> ※廃棄機器や数量によって料金は異なります。

・デスクトップPC本体	× 1台	) ￥8,640 (税込)
・HDDデータ消去(物理破壊式)	× 1式	
・出張費(盛岡市内)	× 1式	

---

**！データ磁気消去スタート！** ￥3,240 (税込)

スマートフォン、古くなった携帯電話、SIMカード等様々な電子記憶媒体を強力な磁気で消去します。

※出張回収をご依頼の場合は、エリアにより別途出張費が発生します。

数量が多い場合や、マニフェスト票の発行が必要な法人様は、別途弊社営業担当までお問い合わせください。

---

お気軽にお問い合わせください

●お申込み・お問合せ

### 株式会社 リードコナン

〒020-0051 盛岡市下太田沢田 68-40  
TEL.019-656-3600

医療保険適用 **在宅マッサージ**

ご病気や障害、高齢等により歩行通院が困難な方が対象になります。

あん摩・マッサージ・指圧師の  
国家資格保持者が施術します。

医療保険療養費の申請をする場合、医師の同意書が必要です。  
(書類は治療院にあります)

診療時間/月曜日～土曜日 9:00～18:00(日曜定休)

岩手銀行 都南支店  
市役所 都南分庁舎  
●市役所 都南分庁舎  
●見前中  
●交番  
●市役所 都南分庁舎  
●見前中  
●市役所 都南分庁舎  
●見前中  
●市役所 都南分庁舎  
●見前中  
●市役所 都南分庁舎  
●見前中

お気軽にお電話ください。

### レイス治療院

盛岡市三本柳10地割17-53  
TEL019-656-6776  
北上市村崎野7丁目74-14  
TEL0197-68-2342



## 相 談

### ●夜間納付相談

【日時】3月7日(火)・9日(水)、17時半～20時は納税課(市役所別館2階)と健康保険課(同1階)。毎週木曜、17時15分～19時は玉山総合事務所税務住民課(浜民字泉田)【問】納税課☎613-8462

### ●リハビリ相談会

【日時】3月9日(水)10時～12時【場所】市立身体障害者福祉センター(若園町)【申し込み】同センター☎625-1151で電話受け付け

### ●成年後見相談

【日時】3月9日(水)・23日(水)、13時半～16時【場所】成年後見センターもりおか(菜園一)【申し込み】同センター☎626-6112で電話受け付け

### ●補聴器相談会

【日時・場所】3月15日(水)、10時～11時半は市立地域福祉センター(手代森14)、13時半～15時は市立身体障害者福祉センター(若園町)【問】地域福祉センター☎696-5640

### ●若者のための就職相談会

【日時】3月25日(土)10時～16時【場所】もりおか若者サポートステーション(盛岡駅前通)【対象】15～39歳【定員】5人【申し込み】3月6日(月)9時から、NPO法人もりおかユースポート☎625-8460で先着順に電話受け付け

## 催 し

### ●子育てを楽しく

市立とりょう保育園子育て支援センターは、次のとおり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。参加無料。当日、会場どうぞ。【問】同センター☎651-8580▶にこにこルーム【期日・場所】3月3日(金)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、10日(金)は都南公民館(永井24)、17日(金)はタカヤアリーナ(本宮五)【対象】0～3歳の子と保護者▶びびよルーム【期日・場所】3月14日(火)は高松地区保健センター、24日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)【対象】0歳の子と保護者  
■ウッドイ遊びの広場【日時】3月7日(火)10時～11時半【場所】高松地区保健センター(上田字毛

無森)【対象】0～2歳と保護者  
■マタニティサロン(初妊婦対象)【日時】3月15日(水)10時～11時半【場所】とりょう保育園(肴町)【申し込み】同支援センターで電話受け付け  
■市立保育園の一斉園開放(13園)【日時】3月7日(火)9時半～11時【対象】0歳～就学前の子と保護者や妊婦

### ●3.11東日本大震災資料展 陸前高田 復興への軌跡

【日時】3月4日(土)～12日(日)、9時～18時※土・日曜は17時まで【場所】都南図書館(永井24)【内容】震災関連図書や復興状況の写真展示など【費用】無料【問】同館☎637-3636

### ●「本宮村/原敬/近代南部家」展

原敬と本宮村・近代南部家との関係を紹介します。【日時】3月4日(土)～5月7日(日)、9時～17時【場所】原敬記念館(本宮四)【費用】入館料が必要【問】同館☎636-1192【広報ID】1018541

### ●講演会「いわての古代史を語る 志波城・胆沢城・徳丹城」

日本遺産認定を目指す県内の古代城柵、志波城・胆沢城・徳丹城の共通点や歴史などについて、各城柵の担当者が説明します。【日時】3月4日(土)13時～16時【場所】遺跡の学び館(本宮字荒屋)【定員】先着100人【費用】無料【問】志波城古代公園案内所☎658-1710

### ●身体障がい者ボウリング教室

障がいのある人もない人も、体力維持や仲間づくりのため参加しませんか。【日時】3月11日(土)9時～10時半【場所】盛岡スターレーン(中野一)【費用】無料。貸靴代実費【申し込み】3月5日(日)17時まで、市身体障害者スポーツ推進協議会の小野さん☎622-6507(ファクス兼用)で電話かファクスで受け付け

### ●子ども科学館で遊ぼう

子ども科学館(本宮字蛇屋敷)で表

のとおりイベントを開催します。【問】同館☎634-1171【広報ID】1007662  
■青少年発明クラブ会員を募集【日時】3月15日(水)10時～11時半【場所】とりょう保育園(肴町)【申し込み】同支援センターで電話受け付け  
■市立保育園の一斉園開放(13園)【日時】3月7日(火)9時半～11時【対象】0歳～就学前の子と保護者や妊婦  
●3.11東日本大震災資料展 陸前高田 復興への軌跡【日時】3月4日(土)～12日(日)、9時～18時※土・日曜は17時まで【場所】都南図書館(永井24)【内容】震災関連図書や復興状況の写真展示など【費用】無料【問】同館☎637-3636

### ●アクアピクス体験会

【日時】3月11日(土)19時～20時【場所】市立総合プール(本宮五)【内容】水中ウォーキングや有酸素運動などを体験【対象】中学生以上【費用】入場料が必要※初参加は無料。当日、会場へどうぞ【問】同プール☎634-0450

### ●月釜茶会

【日時】3月12日(日)9時半～15時【場所】中央公民館(愛宕町)【内容】表千家同門会と武者小路千家官休会による茶会【費用】900円【問】同館☎654-5366

### ●陸上自衛隊音楽隊定期演奏会

【日時】3月12日(日)15時～17時【場所】市民文化ホール(盛岡駅西通二)【費用】無料。当日会場へどうぞ【問】陸上自衛隊野手駐屯地☎688-4311

### ●もりげきライブ

【日時】3月15日(水)19時～21時【場所】盛岡劇場(松尾町)【出演】高橋政彦【費用】前売り1000円、当日1200円※小学生以下無料【問】同劇場☎622-2258

### ●出張!就活教室 in 東京

盛岡の企業が、学生に就職活動の助言や自社のPRをする交流会を開催します。【日時】3月17日(金)14時半～17時

半【場所】秋葉原UDX(東京都)【対象】県内での就職に関心のある学生【費用】無料【申し込み】ジョブカフェいわて☎621-1171で電話受け付け【広報ID】1018567

### ●講演「学習を支えるメタ認知」

【日時】3月17日(金)18時半～20時【場所】市立図書館(高松一)【講師】岩手大の久坂哲也准教授【費用】無料。当日会場へどうぞ【問】同館☎661-4343

### ●盛岡弁で語る昔話

【日時】3月18日(土)14時～15時【場所】もりおか歴史文化館(内丸)【内容】ボランティアが盛岡弁で昔話などを語る【定員】先着50人【費用】展示室入場料が必要【問】同館☎681-2100

### ●紙芝居「猿と人」

石川啄木の「林中の譚」を基に描かれた、人間に警鐘を鳴らす猿の物語を紹介します。【日時】3月26日(日)14時～14時半【場所】石川啄木記念館(浜民字波民)【費用】無料。当日会場へどうぞ【問】同館☎683-2315

### ●動物公園に行こう

新庄字下八木田の動物公園は、冬期間の休園を終え3月15日(水)に開園します。【開園期間】11月30日(木)まで、9時半～16時半(毎週水曜休園。水曜が祝日の場合は翌日)【入園料】1回500円、年間パスポート1000円※中学生以下と65歳以上は無料【問】同園☎654-8266  
■昆虫採集クラブ会員募集【内容】年10回の昆虫採集など【対象】小・中学生と保護者【定員】数人【費用】初回のみ材料費1625円。各回ごとに入園料が必要【申し込み】往復はがきに住所と名前、年齢、学校名・学年、電話番号、「昆虫採集クラブ希望」と記入し、☎020-0803新庄字下八木田60-18、動物公園へ。3月14日(火)必着。応募多数の場合は抽選

■友の会会員募集【内容】年10回のイベント活動やボランティアなど【対象】小学生以上※小学生は保護者同伴【定員】数人【申し込み】3月15日(水)17時まで、同園で電話受け付け。応募多数の場合は抽選

【日時】3月17日(金)14時半～17時

【日時】3月15日(水)19時～21時【場所】盛岡劇場(松尾町)【出演】高橋政彦【費用】前売り1000円、当日1200円※小学生以下無料【問】同劇場☎622-2258

## お知らせ

### ●委員を募集します

市は、よりよい交通の在り方などについて意見を聞くため、総合交通施策懇

話会委員を3人募集します。【任期】4月から2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1日以前生まれ③市の他の審議会などの委員を務めていない④平日の日中に開く年2回程度の会議に出席できる【申込期限】3月24日(金)。申し込み方法など詳しくは、交通政策課☎613-8538へ問い合わせるか、市公式ホームページをご覧ください【広報ID】1018524

### ●計画案への意見を募集

市は、食品衛生上の健康被害を防ぐため作成した食品衛生監視指導計画案への意見を3月3日(金)から募集します。【計画案】市保健所と市役所本館各1階の窓口案内所や、各支所などに備え付けるほか、市公式ホームページにも掲載【提出期限】3月22日(水)。提出方法など詳しくは、生活衛生課☎603-8311へ問い合わせるか、市公式ホームページをご覧ください【広報ID】1012322

### ●ボランティアを募集

■ふれあい花壇ボランティア【活動日時】4月～11月の毎週月・水・金曜、9時半～11時半【内容】もりおか歴史文化館(内丸)前の花壇作り【問】NPO法人緑の相談室☎681-0722  
■十和田八幡平国立公園パークボランティア【内容】同国立公園岩手山地区の保護管理や美化清掃など【申込期限】3月13日(月)。申込方法など詳しくは、盛岡自然保護官事務所☎621-2501へ問い合わせるか、環境省東北地方環境事務所ホームページをご覧ください

### ●市立総合プールの利用制限

市立総合プール(本宮五)は、大会のため、3月12日(日)は終日、利用できません。【問】同プール☎634-0450

### ●盛岡体育館の休館日の変更

盛岡体育館(上田三)は、3月20日(月)

を開館し、21日(火)は休館します。【問】同館☎652-8855

### ●市斎場やすらぎの丘慰霊式

市斎場やすらぎの丘(三ツ割字寺山)で火葬された人の慰霊式典。参列を希望する人は当日、供養塔前へお越しください。【日時】3月23日(水)15時半～17時【問】市民登録課☎626-7501

### ●固定資産税の縦覧・閲覧

市は、固定資産税の縦覧と閲覧を行います。納税通知書か本人確認書類をご持参ください。【対象】市内に土地や家屋を所有し、固定資産税が課税されている人【場所】市役所別館6階の資産税課▶縦覧【日時】4月3日(月)～5月1日(月)(土・日曜、祝日を除く)、9時～17時【費用】無料▶閲覧【日時】29年度分は4月3日から随時【費用】1件300円※縦覧期間中は無料【問】同課☎626-7530

### ●家屋新築や取り壊しは連絡を

市は、固定資産を評価するため、現地調査を行っています。住宅や事務所などのほか、車庫や物置など小規模な建物も固定資産税の課税対象です。家屋の新築や増築、取り壊しをしたときはご連絡ください。【問】資産税課☎613-8403

### ●家畜所有者は定期報告を

家畜の所有者には、飼養状況を毎年報告することが義務付けられています。平成29年分の報告期限は、牛や豚、馬、ヤギなどが4月15日(土)。鶏やアヒル、ウズラなどが6月15日(水)です。【問】農政課☎613-8457か県中央家畜保健衛生所☎688-4111【広報ID】1018687

### ●保育士資格がある人へ 現場があなたを待っています

厚生労働省は、待機児童解消のため、保育士を必要としています。子どもたちの未来のために、保育士の資格を生かして活躍しませんか。登録や相談は、県保

地域おこし協力隊員を募集!

応募期限  
3月16日(水)

外にいたからこそ、できることがある

市は、盛岡の地域資源を生かし、地域課題の解決に取り組む「地域おこし協力隊員」を募集します。首都圏在住の知り合いなどへお知らせください。【活動テーマ】①「農」を軸とした大ケ生ライブのモデル構築②ユートランド

姫神を軸とした玉山エリアの活性化③盛岡が持つ魅力のPR【募集人数】テーマごとに2人程度【応募資格】三大都市圏をはじめとする都市部に住んでいる人。詳しくは、企画調整課☎626-7534へどうぞ【広報ID】1018517

学校納付金や授業料等、教育資金全般にご利用いただけます!

ATMでご利用可能

# もりしん 教育カードローン

好評 取扱い中!!

あなたのそばに もっと身近に

☎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

☎0120-53-8133

盛岡市中ノ橋通一丁目4番6号 ☎019-623-2221

～福祉用品の販売・レンタルから住宅改修、そして介護支援事業まで～

しんたい たあがる サンメディカル!

# サンメディカル

☎0120-975-133

盛岡市肴町2-31  
FAX.0120-53-8155

株式会社 サンメディカル

営業所:盛岡(本社)・矢巾・大船渡・北上・一関・戸宮・奥州・八戸・弘前・秋田・古川

紫波郡矢巾町流通センター南一丁目7-8  
FAX.019-614-2132

# 人や物をもっと引き付けるために

**盛岡**をはじめ、東北には昆虫の研究で何度も来ています。盛岡で印象に残っているのは、肉がおいしかったこと。肉を名物としている地方はいろいろありますが、盛岡で食べた肉は特においしかったです。東北はいろいろなものが仙台一極集中になっているので、東北で2番目のまちとして盛岡にもっと人や物を引き付けると、東北全体が活気づくと思います。

生物学者を目指したのは小さい頃からとにかく虫が好きだったから。小学3年生くらいから昆虫採集を始めて、虫に関連する仕事ができたらいいなと思って小学校の卒業文集にも「将来の夢は昆虫学者」って書きました。中学・高校も休みなく虫採りに行っていましたね。今でも、採った虫と自分の家にある標本などを比べて「これひょっとして新種かも」などと考えているときが本当に楽しいです。

でも最近は、家で妻と一緒に酒を飲んでるときが一番楽しい。年を取ると、あんまり先のことを考えるより、「今日が楽しければそれでいいじゃないか」というふうに生きるのが一番いいと思っています。がんになっても、にこにこ笑って生きている友人がいますが、その人はとにかく今日を楽しむことを大事にしています。余命を告げられてから本を3冊も書いた友人もいますよ。1年後、自分はもういないなんて考えたらそれだけでやる気がなくなってしまいます。今日も食事がおいしいなって思えばそれで満足。明日のことは明日考えればいい。僕はそれが楽しく生きる秘訣だと思います。

生物学者・理学博士  
早稲田大教授

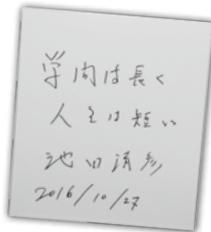
池田清彦さん



28年10月27日、盛岡市社会福祉大会での講演会のため来盛。生物学を専門とし、大の昆虫採集マニア。生物学者・理学博士の視点をもとに、科学哲学や環境問題、教育、人生論など幅広い分野に関する著書多数。テレビなどのメディアでも活躍中。昭和22年、東京都生まれ。

## 直筆サイン色紙を 抽選で1人へプレゼント

- ▶応募資格：盛岡市に住んでいる人。
- ▶応募方法：はがきに住所と名前、年齢、性別、電話番号、広報もりおかの感想を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所 広聴広報課「池田清彦さんサイン色紙プレゼント係」へ郵送してください。3月21日必消印有効。応募は1人1通まで。当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えます。



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」  
ラジオもりおか（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(株)  
☎019-652-9190へどうぞ

もりけんに挑戦  
(9ページに掲載)の答え  
①永福寺

### 編集後記

娘も離れれば飾っていないお雛様。今回はちょうどいいタイミングで里帰りすること。久しぶりにお雛様を飾り、娘の帰りを待とうかな。でも本当に帰ってくるのかな?⑦

### 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14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、ベジタブルインキを使用しています。



広告

# はじめての補聴器ご相談会

いま、補聴器を装着される方がどんどん増えています。

補聴器で  
音を聞いて  
みませんか?

3月1日(水) → 15日(水)

時間 午前10時 → 午後6時

- ▶ ワイデックス
- ▶ GNリサウンド
- ▶ パナソニック
- ▶ シーメンス 他

ご来店予約も  
受付中です



**tokuten 01** 試してみたい方…

ご希望の補聴器を無料で1週間お貸しいたします。

※実際にご自宅で使ってお試ください。  
※本人確認できるものをご持参ください。

**tokuten 02** 期間内にご来店でご購入の方へ…

補聴器電池「10パック」プレゼント!

障がい者自立支援(福祉法)登録店

**認定補聴器専門店**

※認定補聴器技能者が、設備や技術において適切に補聴器を提供できる(財)テクノエイド協会認定専門店です。

**大友の水晶堂**

当ビル裏専用駐車場をご利用下さい

**水晶堂**

岩手銀行 赤レンガ館

セブンイレブン

中ノ橋

サカトナリ

中ノ橋通

Nanak

南大通

盛岡市中ノ橋通一丁目4-20(水晶堂ビル)

TEL.019-653-3435

# あの・なはん

No.88

あの・なはん 盛岡弁で「あのねえ」と呼び掛けることば

【問】男女共同参画青少年課 ☎626-7525

いまこそ

## 「働き方」・「暮らし方」

を考えよう！

少子高齢化が進み、高齢者をはじめ支えが必要な人が増え、支える現役世代は減少。「仕事」と「家庭生活」のさまざまな課題を一人で何役も担わなければならない人が増えてきます。仕事と生活を両立できる社会を実現するため、一人一

人が意識を変えることや長時間労働を当たり前とする男性中心の働き方を変え、誰もが働き続けられる環境を整える努力が求められています。

今号では、私たちの「働き方」・「暮らし方」について考えます。

### 意識の变革を進めよう！

#### 多様な事情があっても働き続けられる「働き方」

育児や介護などをしながら働く人が増えています。今後、さまざまな理由で働く時間に制約がある社員が大半となり、「時間を気にせずいつでもどこでも働ける」社員は少数派になるといわれています。会社にとっても大切な社員が働き続けられるためには、長時間労働が当たり前という認識を見直し、社員全員のワーク・ライフ・バランスに配慮した取り組みをすることが大事。また、柔軟な働き方が可能になると、病気や障がいなどの事情で長時間働くことが難しい人や女性、高齢者が活躍できるようになります。

#### 家事・育児を男女が共に担う「暮らし方」

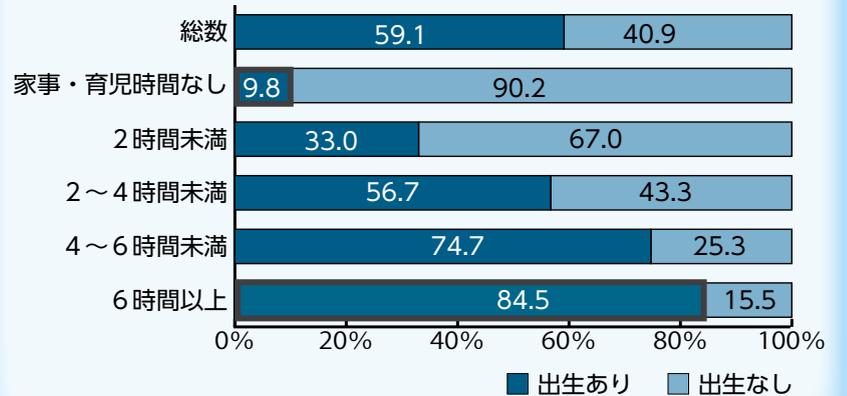
国の労働力調査によると、昭和55年と比べ、平成27年は専業主婦のいる世帯が半減し、共働き世帯は倍増。夫婦が協力し合い、手分けをして家事育児に関わる「共働き子育て」が必要な時代となっています。にもかかわらず、日本の男性が家事や育児などに関わる時間は諸外国と比べ極めて短いといわれています。「社会における女性の活躍」と「男性の家庭活躍」は表裏一体の関係です。男性も家事や育児などを「手伝う」のではなく、対等なパートナーとして、責任を持って主体的に「共に担う」意識が大切。長時間労働により仕事中心の生活を送っている男性も仕事以外の経験をすることで、仕事と生活の質を向上させることができます。



#### 男性の家事・育児への参画で変わる出生状況

夫が子どもと関わる時間が長いほど、第2子以降が生まれる割合は高くなっています。夫が家事や育児などをする時間が「なし」の場合は9.8%に対し、「6時間以上」では84.5%と正比例しています。

子供がいる夫婦の夫の休日の家事・育児時間別にみたこの12年間の第2子以降の出生状況



資料：内閣府「平成28年版少子化社会対策白書」  
厚生労働省「第13回21世紀成年人者縦断調査」（2014年）より

寄稿



NPO法人ファザーリング・ジャパン東北/理事/岩手代表

後藤大平さん

NPO法人ファザーリング・ジャパン

「よい父親」ではなく「笑っている父親」を増やすことを目的に、父親支援事業としてパラスクールやイクボス養成事業、絵本読み、パートナーシップ醸成など、さまざまな事業を行っている。東北では支部として「ファザーリング・ジャパン東北」を中心に活動中

### 男性だって仕事も育児も楽しみたい！

大事な物って、個人個人違いますよね。僕にとっては、仕事も子育ても趣味も、全部が大事。人生は一度きりです。せっかくなので全部欲張りしたいと常々思っています。いわゆる「イクメン」という用語も、これまでの「男は仕事・女は育児」から脱却して、「俺も仕事も育児も楽しみたい！」という声が増えているからこそ、ここまでのムーブメントになったのだと思います。

一方で、月60時間以上の長時間労働率が高いのもちょうどその世代の男性。岩手ではこれに加えて、男性の自殺率や脳疾患の発症率も高いです。講演をしていると、たくさんのパパから「自分ももっと子育てに関わりたのに…」という声を多く聞きます。男性が子育てに参画すると、子どもの成長はもちろんのこと、妻の負担も減りますし、

子育てで得たさまざまなスキルが仕事にも生きます。地域に顔を出す機会も増えるので、家と職場の往復だけでは得られないつながりを得ることもできます。そして、そんなパパママが集まる組織は活性化し、視点も多様化し、優秀な人材も集まりやすくなります。そのカギとなるのがイクボス★や働き方改革。子どもたちの世代に今ある課題を残さないため、僕ら世代でイクメンやイクボスを死語にしてしまいたいですね。

★ ファザーリング・ジャパンが平成26年に提唱。職場で共に働く部下・スタッフの仕事と生活の両立を考え、その人のキャリアと人生を応援しながら、組織の業績も結果を出しつつ、自らも仕事と私生活を楽しむことができる上司のことを指す（対象は男性管理職に限らない）

# 日本女性会議2016秋田 に参加して感じたこと

男女共同参画推進リーダーの育成を目的として、28年10月28日～30日に開催された「日本女性会議2016秋田」に市民3人を派遣。3人が参加して気付いたことや感じたことを紹介します。

## アサーティブネス（積極的な自己主張）の勧め

女性が社会参加する中でありがちな、自分を出さず相手や周りに合わせる非主張的な言動により、家庭や職場、地域で人間関係に傷つき振り回されることがあります。自分も相手も尊重しながら「自己主張」し「対話」ができるコミュニケーション力は大事。自分の感性や個性、能力を發揮し、社会の中で活躍していくためには、自分の意見や気持ちをその場に適切な言い方で表現する「アサーティブネス」が役立つということを知りました。「アサーティブネス」の考え方や行動の仕方は、学習で身に付けることができます。このようなコミュニケーションは女性が活躍しやすくなるヒントにもなり得ると実感しました。

「アサーティブネス」は精神医療・保健看護でも活用され、さまざまな場面で必要とされているそうです。普段の生活や日頃の活動の中で、できる限り心掛けて暮らしていきたいと思います。



三浦由紀子さん

分科会「女性の活躍を進めるために必要なこと、困難なこと」に参加

## 支えたり支えられたりする 双方向の人間関係

高い高齢化率や低い出生率、急速に人口減少が進む秋田県において、「自分も大切、あなたも大切」を基本としたケアリング（気遣いあう）マインドを持ってまちづくりに取り組んでいる3人から発表がありました。その中で、支援する人と支援される人という一方通行ではなく、それぞれができる形で社会参加をすることが大事ということを再認識しました。例えば、体を動かすことでは支援の必要な人がパソコン技術では教える側になったり、高齢で身の回りのことに支援が必要な人が子育てではアドバイザーになったり。人にはいろいろな側面があり、できることとできないことがあって良い。その人ができることを大切に、いろいろな角度から見えていく意識を持つことやお互いにその立場が変わり得る双方向の人間関係が重要だということを感じました。

女性会議全体を通して「参加」ではなく「参画」という言葉が当たり前のように使われることに気付き驚きました。今の私にとっての「参画」は学びを実践に移していくこと。参加して終わりではなく、どうやって次につなげていくかを考え行動していきたいです。



佐々木裕子さん

シンポジウム「秋田発「ケアリング（気遣いあう）」社会をめざして」に参加

## チャレンジすることの大切さ

全国的に高齢化率が高い秋田市は、エイジフレンドリーシティ（高齢者にやさしい都市）の実現を目指しているそうです。高齢者が「支えられる人」ではなく、「支え手」としていきいき暮らすことができるまち、暮らしやすい社会に向けた取り組みを進めていると聞き、社会全体で高齢者のことを考えているのだと感じました。

秋田銀行は、高齢者が生徒になったり先生になったり立場を変えて学びあう場「あきぎん長活（ながい）き学校」を開校しています。「学びたい」という気持ち、それが「長活き」の秘訣とことから、高齢になってもチャレンジする行動が大事だということを知りました。活気があふれ実践に満ちた話を聞き、これからは受け身ではなく、みんな参加し、意見を出し合い、考え合って、活気あふれる「今」をつくっていききたいと思います。



田村依江さん

分科会「ともに生きる喜びをはぐくむ高齢社会」に参加

## 報告会を開催しました

日本女性会議に参加した3人からの報告会を1月24日に行いました。会議で得た学びと気付きを共有する貴重な機会となりました。会場からは多くの人に伝えたいという意見が出されました。



## 講座情報

# 大切なわたし 大切なあなた

「いじめ」、「虐待」、「暴行」、若いパートナー間で起こる「デートDV」はどれも**人権侵害**です。このような悲しい出来事を無くすためには、早い時期からの教育が必要。また、対等な関係を築くコミュニケーション方法を学ぶことも大事です。

もりおか女性センターは、尊重し合える人間関係づくりや人権意識をつくり上げていくことを目

指し「人権講座」を実施しています。同センター職員による講義や大学生・専門学校生などで構成されたデートDV予防啓発グループ「I & Y」によるオリジナルの寸劇などで分かりやすく伝えます。詳しくはもりおか女性センター ☎604-3303 にお問い合わせください。

【対象】 中学～大学生など

【費用】 無料



過去の出前講座の様子