

もりおか

広報 2017

6月15日号(No.1459)

◆主な内容◆ (平成29年6月15日号)

- 盛岡・北上川ゴムボート川下り大会、ミスゆかたのまち盛岡&ゆかたコンテスト募集、就農給付金制度 2ページ
- 市立病院デー&成人検診、市民文化ホールイベント情報、フールビス&ライトダウン 3ページ
- 各種講座情報 4~5ページ
- 健康ガイド、子育て情報ひろば「カダッテ」 6~7ページ
- 情報化時代に市の講座利用を 10ページ

※「29年度版 検診だより」を折り込んでいます

「やるからには積極的にやるのがモットー」と意欲を語るのは、御厩橋親交会で22年度からきれいなまち推進員を務める中村義彦さん(65・写真右)=大沢川原二=。ごみの分け方・出し方を地域の人に分かってもらおうと、収集日程表をラミネート加工したり、手作りのシールで工夫を凝らすなど、周知に力を入れています。また、日頃から、ごみの分け方・出し方をよく知らない人には優しく声掛け。「ごみの収集カレンダーをよく見ない人も多いから、直接働き掛けていくのが一番効果的だし、次から気を付けるようになってくれるとやりがいを感じる。ごみの収集カレンダーやごみ分別辞典をよく見てもらいたい」と笑顔で話します。

7月は、ごみの減量や資源の再利用、地球温暖化防止などへの取り組みを強化する「もりおかエコライフ推進キャンペーン」月間。市と市町内会連合会、玉山地域自治会連絡協議会、市きれいなまち推進協議会が一体となり、ごみ集積場所での立会い指導などに力を入れます。

盛岡のごみ処理は、町内会・自治会などが集積場所を設置・管理し、市が集積場所から収集するという協力体制で成り立っています。混ぜて出せばごみでも、分ければ資源。一人一人の行動が、きれいなまちの推進と地球温暖化の抑制につながっています。



もりおかエコライフ推進キャンペーン

ごみの減量と正しい出し方について知ってもらい、資源・エネルギーを効率よく使うライフスタイルへの切り替えを呼び掛けます。主に①ごみ集積場所のパトロールや立ち会い指導②学校などへの出張啓発③資源物持ち去りの監視④不法投棄監視パトロール——などの取り組みを強化します。

みんなで守ろう きれいなまち

盛岡・北上川 ゴムボート下り大会

第41回盛岡・北上川ゴムボート下り大会の参加者を募集します。コースは、四十四田ダムから南大橋までの約11キロ。急流をこぎ分けるスリルや、北上川から望む緑豊かな自然や町並みを満喫してみませんか。

日時 7月23日(日)
6時に南大橋たもとの河川敷に集合。
9時から順次競技開始

対象 小学5年生以上の健康な2人1組
※小・中学生同士は不可
※高校生以下は保護者の同意が必要

申し込み 盛岡市役所本館1階の窓口案内所や都南分庁舎、玉山総合事務所、市内スポーツ店などに備え付けの申込用紙に必要事項を記入・押印し、参加費を添えて、同大会運営事務局へ現金書留で郵送。申込用紙は、同大会公式ホームページからもダウンロードできます。7月7日(金)消印有効

参加者募集!



みんなで参加しよう!

【問】
同大会運営事務局
☎613-2542



ゆかたのまち盛岡

ゆかたコンテスト&ミス「ゆかたのまち盛岡」参加者募集

ホットライン肴町アーケードで7月15日(日)16時~17時半に開催する「ゆかたのまち盛岡」ゆかたコンテストとミス「ゆかたのまち盛岡」コンテストへの参加者を募集します。

- ▶一般の部
 - 【対象】** ゆかたが好きな個人またはグループ
 - 【定員】** 10組
- ▶ミスの部
 - 【対象】** 市内または近隣に住む40歳未満の独身女性で、「ゆかたのまち盛岡」事業のPR活動に協力できる人
 - 【定員】** 10人



【費用】 無料
【申し込み】 市役所本庁舎別館7階の経済企画課に備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、☎020-8530(住所不要)市役所経済企画課へ郵送。ファクス☎622-6211でも受け付けます。7月4日(火)必着。定員を超えた場合は抽選。応募用紙は市公式ホームページからもダウンロードできます
【問】 経済企画課☎613-8389
【広報】 ID 1019709

ゆかたコンテストでは、美しい着こなしやテーマ性などを審査します。奮ってご応募ください!



新制度のお知らせ

親の農業経営を継ぐ人へ 親元就農給付金制度が始まります

親(三親等内の親族を含む)が所有する農地を譲り受け、新たに就農する人に給付金を支給します。なお、国の農業次世代人材投資資金との重複受給はできません。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

【申請期間】 6月15日(木)~7月14日(金)
【申請場所】 市役所肴町分庁舎3階の農政課
【対象】 市内在住で、29年度内に新たに就農しようとする55歳以下の人※市内に親が所有する農地を農業委員会の許可を受けて取得するほか、事前に就農計画の審査を受ける必要があります
【支給額】 1人当たり年額60万円(2年を上限)
【問】 同課☎613-8458
【広報】 ID 1008201



健康再発見・みんなで行こう!

市立病院デー



毎年好評の市立病院デー。10回目の本年度も、楽しくて健康に役立つ企画が盛りだくさん。参加無料です。ぜひご来場ください。

【日時】 7月2日(日)10時~15時
【場所】 市立病院(本宮五)
【問】 同病院総務課☎635-0101

■特別講演会
「心臓弁膜症治療の最前線」
~聴診で心雑音、どうしよう?~

【講師】 岩手医科大医学部内科学講座循環器内科分野の森野禎浩教授
【内容】 心臓弁膜症カテーテル手術など心疾患の治療や予防で国内外で活躍している森野教授が、心臓弁膜症治療の最前線について講演
【時間】 11時~12時

■スペシャルイベント
ミスさんさ踊りによるステージ
【時間】 12時45分~13時15分

- その他のイベント
- 院内施設公開
 - 簡易血糖測定
 - 視力検査メガネチェック
 - 手洗いチェック体験
 - 健康チェック・健康診断コーナー
 - 生体インピーダンス法による筋肉力の測定とロコモ度チェック
 - ユニホームの着用品体験
 - お薬相談(お薬手帳を持参)
 - 給食展示・レシピ紹介
 - 地元農家による産直コーナー
 - 障がい者施設による物販コーナー

市立病院の成人検診 一部は予約制です



◆予約制の検診
次の検診は予約制です。
【受診期間】
①胃がん検診: 6月26日~10月31日の月曜~金曜
※X線(バリウム)検査か内視鏡検査のいずれかを選べます
②乳がん検診: 6月26日~来年3月16日の月・水・金曜
※いずれも祝日を除く

◆当日受け付ける検診・検診
次の検診・検診は、当日会場を受け付けます。受付時間は8時半~10時半です。

特定検診、後期高齢者検診、健康診査、肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、女性検診、もの忘れ検診

受診の際は、受診券と健康保険被保険者証、介護保険被保険者証(65歳以上の人)、健康手帳(持っている人)をご持参ください。

早めの受診がオススメです! **【予約・問】** 市立病院成人検診予約担当☎635-0101

子宮頸がん検診は実施しません

市民文化ホールイベント情報

※月曜休館(月曜が祝日の場合は開館)

盛岡市コレクション展2017 『美しき日本の風景』

市が所蔵する作品の中から、油彩・水彩・素描・版画などさまざまなスタイルで表現された、日本の四季折々の美しさを描いた作品を展示します。
【日時】 7月1日(日)~17日(月)、10時~17時



池田龍甫「富士」(部分)

▶関連企画・ギャラリートーク
本展の見どころや作品の魅力、作家にまつわるエピソードなどを紹介します。
【日時】 7月1日(日)10時15分~
【講師】 市民文化ホール相談員の佐々木繁美さん

いずれも無料です。当日、会場へどうぞ
【問】 同ホール(盛岡駅西通二)☎621-5100 **【広報】** ID 1019587

市文化振興事業団20周年記念 コラボ企画 盛岡市民文化ホール×石川啄木記念館 啄木関連作品展示『啄木の肖像』

石川啄木をモチーフとした絵画や彫刻を展示します。
【日時】 7月1日(日)~17日(月)、10時~17時

▶関連講演会・啄木の肖像
啄木に関連する展示作品について紹介します。
【日時】 7月15日(日)13時半~14時半
【講師】 石川啄木記念館館長の森義真さん



五味清吉「啄木の肖像」

クールビズ スタート!



ちょっとした工夫で夏を涼しく、快適に。

クールシェア、してみませんか。

市役所は今年もクールビズを実施中。

蒸し暑い日本の夏を楽しむ、涼しく、快適に過ごすために、服装や過ごし方などさまざまな工夫を実践してみよう。朝や夕方打ち水を試してみたり。ちょっとした工夫が快適さにつながります。

1人1台のエアコンをやめ、みんなで涼しい場所を共有する。それがクールシェアです。家族で1つの部屋に集まる、自然が多く涼しい所で過ごす、公共施設や店を活用するなど、家族や地域で楽しく節電に取り組みましよう。

6月1日(火)から9月30日(出)まで、市役所の庁舎や各施設の冷房を28度に設定。職員は夏の軽装で勤務しています。皆さんも役所には軽装でお越しください。

【問】 環境企画課☎626-3754



ライトダウンする夜はみんなが地球を想う夜
身近な明かりを消して地球温暖化について考える、ライトダウンキャンペーンがこの夏も始まります。明かりの消えた夜、未来の地球のこと、自分たちの暮らしに想いを寄せてみませんか。
【日時】 6月21日(火)の夏至と7月7日(金)のクールアースデー、20時~22時

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
手ぬぐい顔作り教室 都南ついでいの森(湯沢1) ☎638-2270	6/22(水)~24日 9時半~15時	手ぬぐいを飾る木製の額を制作する(各1500円) 【1919604】	各8人 ※中学生以上	6/18 (日) 9時
エコクラフト教室 飯岡地区公民館(下飯岡8) ☎637-2270	6/22(水)・29日 全2回、10時~15時 飯岡児童構造改善センター(下飯岡8) (500円)	エコクラフトの紙ひもを使いあじろ織り機みかごを作る(無料)	10人	6/19 (月) 9時
健康講座 脳活笑いヨガ、笑って健康教室 都南老人福祉センター (湯沢1) ☎638-1122	6/23(木) 10時~11時	笑いの要素とヨガの呼吸法を合わせた健康講座(無料)	30人 ※60歳以上	6/18 (日) 10時
初心者から上級まで 都南ついでいの森(湯沢1) ☎638-2270	6/29(木) 10時~15時	基礎知識を学びながら体力の増進を図る(1500円)	20人 ※中学生以上	6/18 (日) 9時
初歩の字教室 市立地域福祉センター (手代森14) ☎696-5640	7/1~29、土曜 全4回 18時半~20時半	漢字を通して障がい者への理解と援助を学ぶ(648円)	10人 ※初心者	6/20 (月) 9時
わらべ歌と楽しいお話し 見前南地区公民館 (西見前13) ☎601-6735	7/3(月) 15時半~16時半	親子でダンスやリズム遊びをする(100円)【1019702】	5組 ※小学生と保護者	6/20 (月) 10時
初級テニス教室 まつぞのスポーツクラブ (北松園一) ☎663-9280	7/4~25、火曜 15時15分~16時15分	テニスのお悩み相談とステップアップのための指導(各1000円)	各20人 ※20~60歳	6/19 (月) 10時
盛岡地域の農業 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/6(水) 9時~16時	盛岡の農業の生産と流通を学ぶ(2235円) 【1019458】	16人	6/23 (木) 10時
ノルディックウォーキング教室 まつぞのスポーツクラブ (北松園一) ☎663-9280	7/7(木)・14日 全2回 10時~11時半 高松公園(高松一)	ポールを使用した歩き方を学ぶ(1000円)ポール貸出しは1回200円	20人 ※20歳以上	6/19 (月) 10時
ベビーマッサージ教室~赤ちゃんといっしょにコミュニケーション~ 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	7/7~21、金曜 全3回 10時半~12時	オイルを使用したマッサージや触れ合い遊び(4320円)	10組 ※後2カ月~ハイハイ前の子と保護者	6/20 (月) 9時
環境学習講座 ①もりおか歴史探訪 ②ホテルの住む水辺観察 ③盛岡の夏の夜空観察 環境企画課 ☎626-3754	①7/8(日) 9時半~12時 盛岡城跡公園(内丸)など【1019592】 ②7/15(日) 18時半~20時半 松園子ども自然観察園(西松園)など【1019592】 ③7/21(金) 19時~20時半 ユートランド地蔵(下田字出所)【1019592】	①中津川や盛岡城跡周辺の自然や先人ゆかりの地を巡る【1019592】 ②ホテルの生環境と自然環境について学ぶ【1019592】 ③夏の星の観察と大気環境について学ぶ【1019592】(各28円)	各20人	6/19 (月) 10時
料理教室 飯岡地区公民館(湯民字鶴塚) ☎683-2354	7/8(日) 10時半~13時半	冷製スパゲティと鶏肉の梅酒煮の作り方、アイスコリーの入れ方を学ぶ(830円)【1019727】	20人 ※18歳以上の男性	6/20 (月) 9時
ブリーダーブリーダーでサマーアレンジ サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	7/8(日) 13時半~15時半	ブリーダーブリーダーを使った涼しげなアレンジを学ぶ(2500円)	11人	6/20 (月) 10時
第2期ルンバースタッフ教室 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	7/12~8/30 水曜、全6回 10時半~12時	タイ式健康体操を学ぶ(4320円)	15人 ※18歳以上	6/20 (月) 9時
介護教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/13~8/3、水曜 全4回 10時~12時 2日目は降は青山和歌荘(南青山町)	介護の心構えや認知症について学ぶ(無料)	20人	6/29 (木) 10時
第40回盛岡夏祭り~盛岡さんざん祭り記念講演 中央公民館(愛宕町) ☎654-5366	7/15(日) 10時~11時半	「来て、観て、魅せられて、加わらさんざん」と題した講演など(無料) 【1019599】	なし	6/20 (月) 10時
ステキにピースアート~ジュエリープロジェクト~ サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	7/15(日) 13時半~16時半	ピースとかき針を使い銀細工でバックチャームを作る(2500円)	10人	6/21 (月) 10時
障がい者のための健康スポーツ体験教室 もりおか障害者自立支援プラザ(三本柳13) ☎632-1331	7/15(日) 19時~15時半	卓球パレードなどの健康スポーツを体験(無料)	20人	7/1 (日) 9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。また本号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。

【注】：既刊の広報 D
【注】：既刊の広報 D
【注】：会場までバスで移動する講座

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
親子の休日(カヌー体験) 浪民公民館(浪民字鶴塚) ☎683-2354	7/17(月) 9時半~14時 御所湖広域公園遊艇場(遊子橋字)【1019704】	親子で2人乗りカヌーを楽しむ(1組750円)	8組 ※小学生と保護者	6/25 (日) 9時
弓道無条件体験教室 市立武道館(住吉町) ☎654-6801	7/17(月) 10時~15時 市弓道場(加賀野四)	弓道に必要な姿勢や動作、射法を学ぶ(無料)	20人 ※小学6年生以上	6/18 (日) 9時
子育てママのフレッシュ講座 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/19(水)②7/26(水)全2回 10時~11時40分(200円)	①簡単な料理教室②ベランダに挑戦(無料)	16人	7/5 (日) 10時
岩手の民俗文化いろいろ入門 講座~祭り、芸能を100倍楽しむ~ 河南公民館(松尾町) ☎622-2258	7/20(木)・8/31(水)・9/21(水)・10/15(木)・全4回、19時~20時半 ※10/15のみ13時~15時	岩手県産品を味わいながら、祭りと芸能の魅力を学ぶ(500円) ※10/15は芸能団体来演鑑賞会	25人	6/27 (日) 10時
野草と虫を調べる会 市立図書館(高松一) ☎661-4343	7/22(土) 8時45分~11時 ②9月15分~14時半	①植物コースと②昆虫コースに分かれ、採集と標本作りを学ぶ(100円)※雨天時は講演会【1019592】	各コース8組 ※小学2年生以上と保護者	7/4 (日) 10時
親子で森遊び 浪民公民館(浪民字鶴塚) ☎683-2354	7/23(月) 9時~15時 興民の森(八幡平市)【1019705】	親子で森の散歩や川遊びなどを楽しむ(1組1200円)	10組 3~6歳の未就学児と保護者	7/1 (日) 9時
わたし、ぼく、お父さん お母さん お兄さんお姉さん もりおか女性センター (中ノ橋一) ☎604-3303	7/23(月) 10時~13時	子どもが父親と協力して食事を学ぶ(無料) 【1019593】	10組(男児・女児各5組) ※共働き家庭の小学生と父親	6/20 (日) 10時
舞台スタッフ体験講座 炬師ホール(浪民字鶴塚) ☎683-3526	7/27(木) 13時~16時	ホールの施設設備や演出効果を学ぶ(30円)	20人 ※中学生以上	7/4 (日) 9時
夏/花/解消ヨガ サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	7/29(土) 10時~11時半	内臓を活性化させるヨガや呼吸法などを体験(1000円)	15人	6/22 (日) 10時
キッズ・アート・ワークショップ 「青色であそぶ」 市民文化ホール (盛岡駅西二) ☎621-5151	7/29(土) 10時~12時	画家、フェルメールが大切にしていた青をテーマに作品を作る(500円)	10組 ※小学生と保護者	6/25 (日) 10時
女性起業家を目指す 起業家講座 起業家スクール(中ノ橋一) ☎624-3583	7/29(土)・30日 13時~16時	起業の基礎知識を学ぶ ①事業計画書を作成している女性【1019594】	15人 ※起業を考えている女性	6/19 (月) 10時
親子夏休み工作教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/29(土) 13時半~15時半	段ボールでウサギの手押し車を学ぶ(無料)【1019591】	16組 ※小学1~3年生と保護者	7/19 (日) 10時
H A B 先生と空気で遊ばせよう 上田公民館(上田四) ☎654-2333	8/8(日) 10時~12時	サイエンスマジックショーと理科工作教室(600円)	20人 ※小学生(2年生まで)は保護者同伴	7/8 (日) 10時

講座名	日時・回数	定員	費用など
初めてのフラダンス 陶芸でくらしの中の器づくり 多肉植物の寄せ植え 夏のフレンチ 集まれキッズ! ぶきっちゃんさんのサマーナイトツキキョー~今日は中々で~ 若い人たちのライフ&マネー講座 知って得する「税金の話」 太陽のランデブーはA2017!	7/4~25、火曜、全15回 7/17~21、金曜、全3回 7/12(木)・7/13(木) 7/13(木) 7/15(金)10時~12時 7/22(日)17時~19時 7/24(月) 7/26(水)	15人 10人 10人 11人 10組 11人 30人 10人	無料 2000円 1600円 800円 600円 1~3歳の未就学児は各自持ち参 600円 1500円

講座名	日時	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
カーリング教室 ①シニアコース ②初級~中級コース ③15歳以上、全3回 ④10時~12時 ⑤7/19~8/9、水曜 全4回、13時~14時半	①6/26~7/31、月曜 全5回、13時~14時半 ②6/30~7/21、金曜 全4回、19時~21時 ③7/15(日)~17(日)、全3回 ④10時~12時 ⑤7/19~8/9、水曜 全4回、13時~14時半	①③④基礎動作や用具の扱いなど ②⑤0000円③高校生以上 以下3500円、一般④5000円④0000円 ②練習方法などのステップアップ (高校生以下4000円、一般6000円)	①②④各10人 ③20人 ⑤15歳以上 ⑥小学生以上 ⑦小学生以上 ⑧18歳以上	6/19 (月) 10時

教室名	日時	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
7月水球教室	7/1~31 木曜は18時半~20時半、土曜は16時半~18時半、日曜は18時半~20時	バスやシュートなどなし 合形式の練習(月4回3240円、月18回3600円、月12回2020円)	※25名をクロールで完泳できる小学~高校生	6/22 (水) 10時
夏季英会話教室 ①一般 ②キッズ1 ③ジュニア	7/14(金)・28日、全2回 ①14時45分~16時 ②16時15分~17時 ③17時15分~18時	初級レベルの英会話を学ぶ(各3240円)	各8人 ①18歳以上②5歳~小学1年生③小学1~3年生	6/25 (日) 15時
障がい者スポーツ教室	7/29(土) ①9時半~10時20分 ②10時50分~11時40分	①マットや跳箱、鉄棒などを渡す ②水に慣れ、クロール程度の泳ぎを習得する(各540円)③④両方の場合972円	各10人 ※知的・発達障害のある小学生	6/21 (水) 10時

市立総合プール(本宮五)の各種フィットネス教室(電話☎634-0450で申し込み)
【期間】7/10(月)~8/10(木)※教室内より回数が増えます
【申込開始】6/25(日)※印は14時半、その後は14時

教室名	曜日・時間	対象	定員	費用
トータルフィットネス	月曜、10時~11時	18歳以上	5人	2808円
★キッズ水泳	月曜、16時半~16時15分	5・6歳	5人	2808円
★ジュニア水泳	月曜、16時半~17時	小学1・2年生	5人	3240円
よるイビリアテニス	火曜、19時15分~20時15分	16歳以上	5人	2808円
イビリアテニス	火曜、10時~11時	18歳以上	5人	2106円
★親子体育あそび	火曜、15時~16時	3・4歳と保護者	12組	2430円
★キッズ水泳	火曜、16時15分~17時	5・6歳	5人	2106円
★ジュニアダンス	火曜、17時45分~18時45分	小学生	5人	2430円
スズパ	火曜、19時15分~20時15分	16歳以上	5人	2106円
歩くエアロビクス	水曜、10時~11時	18歳以上	5人	2106円
コアエアロビクス	水曜、11時15分~12時15分	18歳以上	5人	2106円
リラクゼーションヨガ	水曜、14時~15時	18歳以上	5人	2808円
★ジュニアフィットネス	水曜、16時30分~17時15分	小学~小学4年生	10人	2808円
ペリニアダンス	水曜、19時15分~20時15分	16歳以上の女性	15人	2808円
おさなイビリアテニス	木曜、10時~11時	18歳以上	5人	2808円
ナイトテニス	木曜、19時15分~20時15分	16歳以上	10人	2808円
リラクゼーションヨガ1	金曜、10時~11時	18歳以上	10人	1404円
リラクゼーションヨガ2	金曜、11時15分~12時15分	18歳以上	10人	1404円
コアエアロビクス	金曜、13時~14時	18歳以上	15人	1404円
★キッズ水泳1	金曜、14時45分~15時25分	4・5歳	5人	1404円
★キッズ水泳2	金曜、15時35分~16時20分	5・6歳	5人	1404円
★ジュニア水泳	金曜、16時40分~17時40分	小学1・2年生	5人	1620円
ステップエクササイズ	金曜、19時~20時	16歳以上	5人	1404円

*印は29年度にその年齢に達する子

往復はがきで申し込む講座

往復はがきで①住所②名③年齢④学校名⑤学年⑥性別⑦電話番号⑧講座名を記入し、表の申込期日必着で、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。
※子と保護者で申し込み講座は、それぞれの②③④も記入

講座名	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
おでっさん教室 ☎020-0871中ノ橋通一丁目1-10	7/2(日) ①10時~12時②13時半~15時半③12:00のいずれかも記入	さんざん語りの講習①指呼踊り②七太くすし(各500円)	各20人 ※初心者	6/23 (日)
ブラザおでっさん コミュニケーション能力を高める英会話教室 ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	7/4・8/8 水曜、全6回 10時~12時	日常英会話に必要な英単語を歌詞から学ぶ(2000円)【1019595】	20人	6/23 (日)
もりおみドル、アカデミー ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館☎654-5366	7/12~10/4 水曜、全7回 主に19時~20時半	各界の講師とゆとり豊かなレッスン【1000円】。材料費など別途【1019595】	20人 ※40~64歳	7/5 (日)
気軽に楽しむ絵画講座 ~初級講座~ ☎020-0871中ノ橋通一丁目1-10盛岡地区公民館☎604-3302	7/13(水)・20日、26日、全3回 13時半~15時半	絵の具を使い手軽に絵を作る(1000円)※絵の具や筆などの画材は各自持ち参	30人	6/28 (日)
盛岡わくわくカレッジ ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館☎654-5366	7/13~10/12 木曜、全8回 主に19時~20時半	各界の講師と地元を学び、交流する(1000円)。材料費など別途【1019595】	20人 ※20~45歳	7/5 (日)
境界土産講座(※) ☎028-2631宮古市区界2-111 盛岡青少年自然の家 ☎0193-77-2048	7/22(土)・23日 9時~14時 ※希望日と交通手段、食物持ち帰りへの有無も記入	イワナのつかみ取りや焼きき体験、流し・そのめん作り(1300円)【1019595】	各30人 ※小・中学生と保護者	7/4 (日)
ハッピー講座 ☎020-0066上田四丁目1-1 上田公民館☎654-2333	7/23(日)・8/27日 9/30(日)・10/22日 主に10時~16時 ※希望日と記入(回数回希望可)	若者同士で交流し、新しい趣味や仲間を作る(無料)。見学施設入館料など別途【1019595】	40人 ※20~40歳の独身者	7/10 (月)

GOING DIRECT 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・回数	内容 (費用)	定員 (※対象)
学芸講座「考古学入門」 遺跡の学び舎(本宮字荒原) ☎635-6600	6/25(日) 13時半~15時	考古学の基本について分かりやすく解説(無料) 【1009440】	80人
若手の伝統、文化講座 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/22(土) 10時~12時	世界遺産「平泉」の歴史的背景などの講義&DVD鑑賞(無料) 【1019508】	なし

健康づくり! マッサージ等指導教室【問】長寿社会課☎603-8003 【1003805】
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分前から先着順【費用】無料※タオル持参

日時	会場
6/16(金)・7/7(日) 13時半~15時半	青山老人福祉センター(青山三)
6/20(月)13時半~15時半	上巻老人福祉センター(上巻三)
6/22(水)10時~12時	都南老人福祉センター(湯沢1)
6/23(木)10時~12時	太田老人福祉センター(上太田堀工)
6/24(金)・7/11(日) 10時15分~12時15分	愛宕老人福祉センター(愛宕下)

講座名 (住所・主催・連絡先)	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
夏休みハンドメイド教室 ☎020-0833西見前130-50 見前南地区公民館☎601-6735	7/26(土) 9時~15時 木製のDVD・本立を作れる(924円) 【1019701】	15人 ※小学4・5年生~中学生	7/11 (日)
親子でめぐる市場体感ツアー(※) ☎020-8567(住所不要) 中央卸売市場業務課 ☎614-1000	7/27(日)~8/5(日)除く(7/30日休)5時40分~8時30分※3希望までの参加(希望日と参加人数(大人、小学生別、朝食希望人数も記入)【1019747】	各日35人 ※小学生とその保護者や子ども会など	7/7 (日)
高校生体験教育 ☎020-0878青町2-8 とより保育園子育て支援センター ☎651-8580	7/27(土)・28日(日)8時~12時 ③8/8(日)・9日(月)全2回 12時半~9時 ※希望日程も記入【1019735】	市内保育園(25園)で保育体験(無料) ※市内に在住または市内の高校に通う高校生	6/30 (日)

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)	申込開始
英語で遊ぼう~summer~ ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	7/27(土)・28日 全2回 10時~12時	読み聞かせやゲームで楽しく英語を学ぶ(無料)	30人 ※小学生	7/18 (日)
まちづくり講座 夏休み自由研究おすけし講座 ☎020-0873松尾町3-1 河南公民館☎682-2258	7/28(日) 9時~15時15分 河南公民館近郊	盛岡の歴史や伝説を読み解きながらまち歩き(300円)	15人 ※小学4~6年生	7/18 (日)
手づくりお菓子づくり 完熟みかん作り ☎020-0066上田四丁目1-1 上田公民館☎654-2333	7/28(日) 8時半~14時半 ※指呼踊り~一農園大会【1019595】	ブルーベリー収穫体験と調理を通して親子で一緒に作り(1組1200円)	10組 ※小学生と保護者	7/10 (月)
親子ホタル観察講座 ☎020-0834永井24-10-1 都南公民館☎637-6611	7/28(日) 18時半~21時 大女学生地内【1019595】	ホタルの生態に関する講義や観察(24円)【1019595】	20人 ※小学生と保護者	7/8 (日)
親子で手づくり!カホンをつくろう! ☎020-0834永井24-10-1 都南公民館☎637-6611	7/29(土) 13時半~16時	親子で打楽器のカホンを作る(1組1300円)【1019595】	20組 ※小・中学生と保護者	7/15 (日)
親子で手づくり!バスケット製作教室 ☎020-0834永井24-10-1 都南公民館☎637-6611	7/30(日) 10時~12時 ※角型2%の空きペットボトル2本持参	シールやビーズを使ってかわいいたんぽうバスケットを作ります(無料)	10組 ※小学生と保護者	7/14 (日)
もりおか民俗風情帖 もりおか歴史文化館 ☎681-2100	7/30(日) 13時半~15時半	県立博物館元館長が選んだもりおか歴史文化館長と対談(無料)【1019595】	50人	7/9 (日)
夏休み作品作り「パステルアート教室」 ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	7/31(月) 10時~12時	パステルアートで絵に魅了され、作品を作る(100円)	20人 ※小学3年~中学生と保護者	7/20 (日)
夏山にチャレンジ(※) ☎028-2631宮古市区界2-111 区界高砂青少年自然の家 ☎0193-77-2048	8/3(水) 9時~16時 ※交通手段と食物アレルギーの有無も記入【1009730】	冒険活動・神明神楽の鑑賞	30人 ※小学4~6年生	7/20 (



健康ガイド

健康のために受けましょう

■高齢者肺炎球菌予防接種

高齢者肺炎球菌予防接種を、7月1日(出)から来年3月31日(出)まで実施します。対象者には6月下旬に案内を送付しますので、接種を希望する人は、指定医療機関に備え付けの接種券で受診してください。案内が届いて、既に同予防接種を受けたことがある人は対象になりません。

※予約が必要な場合がありますので、事前に指定医療機関に確認してください。また、市外で接種希望の人はお問い合わせください

【対象】表1の対象者と、60歳

年齢	生年月日
65歳	昭和27年4月2日～28年4月1日
70歳	昭和22年4月2日～23年4月1日
75歳	昭和17年4月2日～18年4月1日
80歳	昭和12年4月2日～13年4月1日
85歳	昭和7年4月2日～8年4月1日
90歳	昭和2年4月2日～3年4月1日
95歳	大正11年4月2日～12年4月1日
100歳	大正6年4月2日～7年4月1日

表2 結核レントゲン集団検診の日程

期日	会場	所在地	時間
7/4 (火)	藤平佐一さん宅	繁字山根	9:30～9:40
	つなぎ幼稚園	繁字錦市	10:10～10:50
	大瀬剛さん宅	繁字北ノ浦	11:20～11:30
	猪去振興センター	猪去外久保	13:00～13:30
7/6 (水)	上鹿妻公民館	上鹿妻天沼	14:00～14:30
	大宮社	本宮字大宮	15:00～15:20
	けちき荘老人ホーム	上田田畑	9:50～10:10
	ケアハウス福沢	猪去二枚橋	11:30～11:50
7/7 (木)	太田地区活動センター	中太田深持	13:10～13:40
	東北公営企業駐車場	中太田屋敷田	14:00～14:20
	中新田公民館	中太田新田	14:40～15:00
	下太田老人福祉センター	下太田田畑	9:30～11:00
7/10 (日)	本宮第四公民館	本宮六	11:30～11:50
	本宮地区活動センター	本宮四	13:20～13:50
	下鹿妻公民館	下鹿妻字下通	14:20～14:40
	向中野公民館	向中野二	15:10～15:30
7/11 (火)	葉王堂本宮店	本宮三	9:30～10:20
	本宮小学校	本宮二	10:40～11:10
	仙北小学校	仙北二	11:30～12:00
	青物町公民館	西仙北一	13:30～13:50

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の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※生活保護世帯と市民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

【問】保健予防課 ☎603-8307

【広報ID】1006515

■結核レントゲン集団検診

結核レントゲン集団検診を、7月4日(火)から9月まで実施します。7月前半の日程は表2のとおりです。対象は昭和28年4月1日以前に生まれた人。6月22日(水)ごろに自宅に届く受診券(成人検診受診券と同一)に記入し、都合の良い会場へお越しください。肺がん検診を受診する人は受ける必要があります。

【問】保健予防課 ☎603-8308

【広報ID】1006625

お知らせ

■すてきなキッチン栄養教室(糖尿病予防編)

【日時】6月30日(金)10時～13時

【場所】市保健所(神明町)

【内容】食材や調理の工夫でおいしく体に優しい食事に変えるポイントについての講話と調理実習

【対象】市に住所がある人

【定員】30人

【申し込み】6月20日(火)10時から

健康増進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け

■「Myトレ+バランス食でカラダ作り教室」3日間コース

【日時】7月6日(水)10時～11時半、21日(金)10時～13時半、8月8日(火)10時～11時半、全3回

【場所】市保健所(神明町)

【内容】健康づくりのために、毎日続けたくなる「運動」と「食事」のボ

イントを学ぶ。1、3日目は運動、2日目は栄養講話と調理実習

【対象】市に住所があり、運動制限のない69歳以下

【定員】25人

【申し込み】6月22日(木)10時から

健康増進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け

■ラジオ体操活用術

【日時】7月12日(水)10時～11時半

【場所】市保健所(神明町)

【内容】健康づくりのために、ラジオ体操第一の正しい動きを学ぶ。みんなの体操も紹介

【対象】市に住所があり、医師による運動制限のない人

【定員】25人

【申し込み】6月27日(火)10時から

健康増進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け

■ゆるフィット運動クラス

【日時】7月13日・27日・8月10日・24日・9月7日・28日、木曜、全

6回、13時15分～15時

【場所】飯岡地区保健センター(下飯岡8)

【内容】筋肉などを整えて動きやすい体をつくり、運動習慣を身に付ける

【対象】市に住所がある64歳以下

【定員】25人

【申し込み】6月28日(水)10時から

健康増進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け

■「こころの日」イベント

心の健康のため、悩み相談などを受け付けます。

【日時】7月1日(出)10時～15時

【場所】アイーナ(盛岡駅西通一)

【内容】心の健康・悩み相談や骨

密度測定、県内福祉作業所出店・販売、精神障がい者の絵画・作品展示など

【問】日本精神科看護協会県支部 ☎604-7006※平日の10時～15時

■ひきこもり公開講座

【日時】7月22日(土)10時半～12時10分

【場所】サンビル(大通一)

【内容】「オープンダイアログとひきこもり支援」と題し、筑波大の高藤環教授が講演

【費用】無料

【申し込み】7月21日(金)16時まで

岩手県精神保健福祉センター(岩手県ひきこもり支援センター) ☎629-9617で電話受け付け



●子育てを楽しむ

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時から11時半。参加無料。当日会場へどうぞ。【問】同支援センター ☎651-8580 ▶ここに

【日時・場所】6月20日(火)は上堂児童センター(上堂三)、29日(水)は都南公民館(永井24)、7月11日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)【対象】0～3歳と保護者 ▶びびりルーム

【日時・場所】6月23日(金)は飯岡地区

保健センター(下飯岡)、7月4日(火)は高松地区保健センター【対象】0歳と保護者 ▶ウッドノイ遊びの広場【日時】7月7日(金)10時～11時半【場所】高松地区保健センター【対象】0～2歳と保護者

【日時】6月21日(水)【場所】とりょう保育園(肴町)【申し込み】同支援センターに電話予約【対象】初妊婦【内容】出産後の生活についてのアドバイス

【日時】6月20日(火)・27日(火)・7月11日(火)・9時半～11時【対象】0歳～就学前

7月の幼児健診

日程と対象は下表のとおり。診査票などは郵送します。

市保健所(神明町)	7/5(火)	27年12月19日～28年1月2日生まれ
1歳6カ月児健診	7/19(水)	28年1月3日～1月11日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/26(水)	28年1月12日～1月19日生まれ
3歳児健診	7/17(木)	26年3月22日～4月2日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/14(火)	26年4月3日～4月14日生まれ
	7/28(火)	26年4月15日～4月23日生まれ
高松地区保健センター(上田字毛無森)	7/12(水)	27年12月13日～28年1月12日生まれ
1歳6カ月児健診	7/21(木)	26年3月24日～4月21日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/21(木)	26年3月24日～4月21日生まれ
3歳児健診	7/21(木)	26年3月24日～4月21日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/20(水)	27年12月16日～28年1月17日生まれ
1歳6カ月児健診	7/20(水)	27年12月16日～28年1月17日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/13(木)	26年3月9日～4月13日生まれ
3歳児健診	7/13(木)	26年3月9日～4月13日生まれ
受付時間: 9時15分～10時15分	7/6(水)	27年12月1日～28年1月5日生まれ
1歳6カ月児健診	7/6(水)	27年12月1日～28年1月5日生まれ
受付時間: 9時～9時15分	7/6(水)	26年3月1日～4月5日生まれ
3歳児健診	7/6(水)	26年3月1日～4月5日生まれ
受付時間: 9時15分～9時半	7/6(水)	26年3月1日～4月5日生まれ

【問】母子健康課 ☎603-8304、玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

診療時間外に子どもの具合が悪くなったら...

■日曜・祝日の日中(9時～17時)

休日救急当番医(9ページ参照)へ

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

■症状が軽い場合(19時～23時)

市夜間急患診療所へ

市夜間急患診療所(市保第2階) ☎654-1080、小児科・内科、年中無休

■症状が重い場合

小児救急入院受当番病院へ

市夜間急患診療所(市保第2階) ☎654-1080、小児科・内科、年中無休

■状況が重い場合(19時～23時)

市夜間急患診療所(市保第2階) ☎654-1080、小児科・内科、年中無休

■状況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の受け入れます。夜間は17時から翌朝9時までです。※なお、土曜の13時(祝日の土曜は9時)から17時までは次の表によらず

もりかかども病院を受診してください

7月	日	月	火	水	木	金	土	日	当番病院一覧
2	3	4	5	6	7	8	1	中央	中央 県立中央病院
9	10	11	12	13	14	15	中央	中央	上田一丁目4-1 ☎653-1151
16	17	18	19	20	21	22	中央	中央	日赤 盛岡赤十字病院
23	24	25	26	27	28	29	中央	中央	三本柳6-1-1 ☎637-3111
30	31						中央	中央	日赤 岩手医科大学附属病院
							中央	中央	内丸19-1 ☎651-5111
							中央	中央	川久保 川久保病院
							中央	中央	津志田26-30-1 ☎635-1305
							中央	中央	子ども もりかかども病院
							中央	中央	上田字屋敷11-14 ☎662-5656

市医師会ホームページでは、子どもの症状からみた医療機関の受診の仕方や、盛岡の子どもの救急についての情報を掲載しています。盛岡市医師会

広告

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

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

Twitter始めました @sakurakoisei

院長 田崎 治子

0120-777-392

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

ホテルメトロポリタン NEW WING 盛岡ニース シティホテル 盛岡駅前2階

メトロポリタン NEW WING 盛岡ニース シティホテル 盛岡駅前2階

ホテルメトロポリタン NEW WING 盛岡ニース シティホテル 盛岡駅前2階

広告

第11回 WAZUBI GASS おいしい楽しいクッキングに親子で挑戦!!

全国親子クッキングコンテスト

炎の調理で5感を研ぎ澄ます

2017年 9月20日

応募資格 岩手県在住の親(保護者)と子(小学1～6年生)の2名1組(ただし、1人に対し、1回の応募となります)

応募用紙に必要事項をご記入の上、右記住所の盛岡ガス「全国親子クッキングコンテスト」へお送りください。

※応募用紙については、盛岡ガスのホームページからダウンロード出来ます。

ご応募いただいた方には もれなく クオカード(500円券)をプレゼント!

さらに 8/30までに応募いただいた場合は、さらにクオカード(500円券)をプレゼント!

TEL.019-653-1241

020-066盛岡市上田二丁目19-56 盛岡ガス株式会社

詳しくは「盛岡ガス」検索



相談

●無料法律相談

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】7月分は10日(月)・24日(月)、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(24日分は18日(火))、9時から広聴広報課の予約専用電話☎626-7557で先着順に受け付け▶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水曜、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】6月25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】市県民税と固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税の納付と、相談の受け付け【納税課】☎613-8462

催し

●もりおか産直スタンプラリー

市産地産売場連合会に加盟する表1の店舗で、300円以上の買い物か食事でもらえるスタンプを3店舗分(同一店は不可)集めると、対象店舗で使える商品券が3抽で当たります。【期間】6月17日(日)～7月30日(日)【問い合わせ】農政課内☎626-7540【広報ID】1019698

Table with 2 columns: 産直スタンプラリー開催店舗, 名称(所在地), 電話番号. Lists various shops like 花山野, フレッシュ24, etc.

●なるほどジェンダーパネル展

家庭や社会での男女共同参画について考えてみませんか。【期間】6月19日(月)～29日(月)、8時半～17時半【場所】市役所本館1階エレベーターホール(内丸)【問】男女共同参画推進室☎626-7525【広報ID】1016163

●企画展「舟越保樹の手紙」

若手を代表する彫刻家・舟越保樹の晩年の作品「青年」や「吉田茂像」

にまつわる書簡を初公開します。【日時】6月20日(火)～10月9日(月)、9時～18時【場所】盛岡が必要(中ノ橋通一)【費用】入場料が必らず【問】同館☎604-3302【広報ID】1019671

●もりげきライブ

【日時】6月21日(水)19時～21時【場所】盛岡劇場(松尾町)【出演】Dr. 岡田とスタンダードズ【費用】前売り1000円、当日1200円、小学生以下無料【問】同劇場☎622-2258

●シネマ上映会

【日時】6月24日(土)10時～11時半【場所】見前南地区公民館(西見前3)【内容】「朝日ニュース映画」を見る昭和と、昭和30～32年頃の映像を鑑賞【定員】先着30人【費用】無料【問】同館☎601-6735【広報ID】1019702

●原敬を想う会「講演会」

【日時】6月24日(土)14時40分～16時10分【場所】サンセール盛岡(志家町)【内容】「原内閣の経済関係～高橋是清と山本達雄～」と題して、京都大大学院の伊藤孝夫教授が講演【定員】先着100人【費用】無料【問】原敬記念館☎636-1192

●ゆびあす感謝祭

【日時】6月25日(日)10時～20時半【場所】ゆびあす(上田字小鳥沢)【内容】子ども入場券などが当たる大抽選会や子ども縁日、七夕飾りなど【費用】入場料が必要▶幼児体保教室【時間】11時～12時【定員】3歳以上の未就学児と保護者30組【申し込み】6月18日(日)からゆびあす☎662-1414で先着順に電話受け付け

●科学談話会

【日時】6月29日(水)18時半～20時【場所】市立図書館(高松一)【内容】岩手医科大学野島芳人教授が「からのたに中クスリをつくら」と題して講演【費用】無料【問】同館☎661-4343【広報ID】1019511

●河南演芸フェスティバル

【日時】7月2日(日)12時～16時頃【場所】盛岡劇場(松尾町)【内容】河南地区の町内会や同劇場利用団体による多彩な演芸【費用】無料【問】同劇場☎622-2258【広報ID】1007423

●中央公民館まつり

【日時】7月7日(金)～9日(日)、10時～16時半※9日は15時半まで【場所】中央公民館(愛宕町)【内容】同館で活動する団体などによる作品や舞台の発表、茶会など【問】同館☎654-5366【広報ID】1019700

●もりおか啄木・賢治青春館コンサート

【日時】7月7日(金)18時半～20時【場所】もりおか啄木・賢治青春館(中ノ橋通一)【出演】宮古市出身で、現在スウェーデンで音楽院でバイオリンを指導する伊藤葵子さんほか【定員】120人【費用】前売り3000円、当日3500円。前売り券は同館などで販売中【問】同館☎604-8900【広報ID】1019749

●パイオルガン・プロムナードコンサート

【日時】7月7日(金)19時～19時半【場所】市民文化ホール(盛岡丸山二丁目)【出演】オルガストの石丸由佳さん【費用】無料【問】同ホール☎621-5100

●中央卸売市場開放デー

水産物や青果の鮮度の見分け方や調理方法などを、市場関係者と情報交換しながら買ひ物させませんか。【日時】7月8日(土)9時～11時【場所】中央卸売市場(羽場10)▶料理教室【時間】10時～12時【内容】旬の食材を使った健康料理教室【定員】25人【費用】700円【申し込み】はがきに住所と名前、年齢、電話番号を記入し、☎020-8567(住所不要)盛岡市中央卸売市場業務課へ郵送。6月30日(必着)。定員を超えた場合は抽選【問】同市場☎614-1000【広報ID】1017256

●おでつて芸能館

【日時】7月8日(土)14時～15時半【場所】プラザおでつて(中ノ橋通一)【出演】民謡の三上紀子さん、山上衛さん、山本樹さんと津軽三味線の佐藤雅彦さんほか【費用】前売り1500円、当日2000円、高校生以下は500円引き。前売り券は同館2階で販売中【問】盛岡観光コンベンション協会☎604-3300【広報ID】1019598

●似顔絵プレゼント

市内在住の画家・今泉裕紗さんが、あなたの似顔絵を描きます。【日時】7月9日(日)10時～16時【場所】もりおか歴史文化館(内丸)【定員】16人【費用】無料【申し込み】6月22日(水)10時半から同館☎681-2100で先着順に電話受け付け

●ミュージカル「ピノキオまたは白雪姫の悲劇」

【日時】8月5日(土)、13時と17時【場所】盛岡劇場(松尾町)【内容】宮本亜門演出・脚色によるファミリーミュージカル【費用】高校生以上1500円、大人3000円、ペア(大人と子ども)4000円。前売り券は同劇場や市内プレイガイド

などで販売中【問】同劇場☎622-2258

お知らせ

●空き家改修費用に補助

市は、盛岡市空き家等バンク制度に登録された物件を購入し、20万円以内の改修工事を行う場合、改修費用の2分の1(上限20万円)を補助します。【対象】①購入物件に5年以上住む予定がある②盛岡市空き家等バンク利用希望登録をしている——などに該当する人【申し込み】都南分庁舎2階の都市計画課に提出付けた申請書に必要な事項を記入し提出。詳しくは同課☎639-9051へお問い合わせください【広報ID】1019574

●大平地区は土地の手続きを

大平地区土地区画整理事業の組合認可の取り消しにより、同地区の一部が市街化調整区域に変更されました。これに伴い、変更になった土地の所有者は9月29日(金)までに既得権利届出書の提出が必要になる場合があります。詳しくは都市計画課☎639-9051へお問い合わせください。【広報ID】1019589

●空き家対策推進協議会委員を募集

市は、空き家対策計画の策定などに関し意見を述べる委員を1人募集します。【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平日の日中に1回以上1回程度の会議に出席できる④市の他の委員を務めていない【任期】7月下旬から2年間【申し込み】市役所本館6階のくらしの安全課や各支所などに備え付けの応募用紙に必要な事項を記入し、☎020-8530(住所不要)市役所くらしの安全課へ郵送または持参。7月14日(金)消印有効。持参の場合17時締め切り【問】同課☎603-8008【広報ID】1019600

●技能功労者表彰の候補者募集

市は、市内の事業所で働く市民で優れた技能を有する人や、後進の指導・教育に寄与している人など、市の産業の発展に功労のあった人を募集します。応募方法など詳しくは市公式サイトをご覧ください【応募期間】9月20日(月)【経済企画課】☎613-8298【広報ID】1008121

●盛岡の魅力フォト展」作品募集

10月22日(日)から11月12日(日)まで、もりおか歴史文化館(内丸)で開催する同展の展示作品を募集。1人1作品まで。

館長賞と来館者投票賞に選ばれた作品は、ポストカードとして作成しプレゼントするほか、館内で販売します。【受付期間】7月1日(土)～9月30日(土)【応募方法】ポストカードサイズ(10㎝×14.8㎝)に現像した写真を☎020-0023内丸1-50、もりおか歴史文化館に郵送。詳しくは市公式サイトホームページをご覧ください【問】同館☎681-2100【広報ID】1019614

●老人の意見発表作品を募集

11月14日(火)に市民文化ホール(盛岡駅西通二)で開催する「老人の意見発表大会」で発表する作品を募集します。【対象】市内在住の60歳以上【募集作品】2000年以内の自作未発表作品で、テーマは次のいずれか①わたしの生きがい・特技②わたしの夢・希望③若者に伝えたいこと④高齢者の役割⑤地域活動に参加して⑥これまでの体験から学んだこと⑦自由主題※作品の著作権は市に帰属。原稿は返却しません【応募方法】作品に題名と住所、名前、生年月日、職業、電話番号を記入し、☎020-8530(住所不要)市役所長寿社課へ郵送または持参。9月12日(火)消印有効。持参の場合は、17時半締め切り【問】もりおか老人大学事務局(同課内)☎603-8003【広報ID】1006426

●原敬記念館への展示作品募集

原敬記念館(本宮4)は、館内の展示スペース「ギャラリー・逸山」に展示する。同館にまつわる写真や絵画(A4～A3サイズ)を募集します。個人・団体を問いません。詳しくは同館☎636-1192へどうぞ。【広報ID】1019611

●中学生による国際交流スピーチコンテスト参加者募集

盛岡国際交流協会は、中学生の国際交流に関する作文を募集します。審査通過者としてスピーチコンテストに出場し、上位者はカナダのビクトリア市研修に参加できます。作文のテーマなど詳しくは同協会または市のホームページをご覧ください。【募集期間】6月19日(月)～7月7日(日)【問】同協会☎626-7524【広報ID】1019797

●交通災害共済に加入を

交通事故によるけがなどに備え、交通災害共済に加入しませんか。【共済期間】8月1日から1年間【掛け金】1人400円【申し込み】9月29日(金)まで：指定金融機関▶随時：市役所本館6階のくらしの安全課、玉山総合事務所1階の税務住民課、都南総合支所、各支所、玉山地域の各出張所【問】くらしの安全

課☎603-8008【広報ID】1001119

●北方領土に関する標語等募集

北方領土問題対策協会は、北方領土返還に関する啓発活動のための標語・キャッチフレーズを9月30日(土)まで募集しています。応募方法など詳しくは同協会☎03-5312-1011へお問い合わせください。

●アメリカシロヒトリの駆除

アメリカシロヒトリを駆除するため、市は表2の場所に薬剤や器具を配置しています。樹木に発生した際に利用してください。費用は無料。アメリカシロヒトリの駆除には早期発見が大切。例年6月と8月ごろに発生するので、樹木を点検して地域ぐるみで行うように。また、市道や公園の樹木に発生する害虫は、市が駆除します。作業の発生は周辺地域に事前にお知らせします。【問】公園みどり課☎639-9057【広報ID】1010577

Table with 3 columns: 表2 薬剤や器具の配置場所, 配置場所, 電話番号. Lists various locations like 松田地区活動センター, 上田公民館, etc.

●市の推計人口(5月1日現在)

【人口】29万5806人(男=14万2161人、女=15万5590人)【対前月比】252人増【世帯数】13万1324世帯【問】企画調整課☎613-8397

図書

■市立図書館(高松一)☎661-4343)
●かみしばいのへや
【日時】6月22日(日)15時半～16時【対象】幼児・小学生
●おはなしのじかん
【日時・対象】6月24日(土)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時半～

12時は小学2年生以上

●児童文学を読む会

【日時】6月28日(水)10時～12時【内容】「ジョン万次郎」(集英社)

●えほんのへや

【日時】6月29日(木)15時半～16時【対象】幼児・小学生

●夏のちいばおはなし会

【日時】7月1日(土)10時～11時40分【内容】読み聞かせと本の紹介など

●都南図書館(永井24)☎637-3636

※6月21日(水)～29日(水)は蔵書点検のため貸し出しや返却(ブックポストを除く)、2階閲覧室は利用できません。1階新館コーナーや学習室などは、26日(月)を除き9時から17時まで利用できます。

●おとぎのへや

【日時】毎週土曜(6月24日は除く)、14時半～15時【対象】幼児・小学生

●洗民図書館(洗民字鶴塚)☎683-2167

●えほんのへや

【日時】7月1日(土)11時～11時半【対象】幼児

●上田公民館(上田四)☎654-2333

●なまこはなし会

【日時】6月28日(水)10時半～11時【対象】幼児

●西部公民館(南青山町)☎643-2288

●ちびっこ広場映画会

【日時】7月2日(日)10時半～11時40分【内容】「ともしおはなしのおおきみくん」など24本【対象】幼児・小学生

市の情報公開について

市は、公開する透明な市政を推進し、市民の皆さんに理解してもらおうと、市が作成・取得した文書などの情報を公開しています。【問】総務課☎626-7513

■公開請求：請求に応じて文書などを公開。

請求書は市役所本館6階の情報公開室に備え付けるほか、市公式サイトホームページからもダウンロードできます。【広報ID】1015583
■文書目録の公開：市が作成した文書の目次を市公式サイトに掲載【広報ID】1000012
■審議会の公開：市政について意見を聞

く各種審議会を公開で開催。会議録も閲覧できます

■交際費等の公開：市長などの交際費や市の食糧費の内容を市公式サイトホームページに掲載【広報ID】1008890、1011799

■個人情報の開示：個人情報保護条例に基づき、市が保持する個人情報をもとに請求により開示【広報ID】1011825

Table with 5 columns: 休日救急当番医・薬局, 日区分, 名称, 所在地, 電話番号. Lists emergency services and pharmacies by district.

Advertisement for Toyama Hospital (遠山病院) featuring medical services like internal medicine, surgery, and dental care, along with contact information and location details.

Advertisement for Kagano Clinic (加賀野) offering medical services on weekends and evenings, including gastroenterology and internal medicine.

Advertisement for Chida Clinic (ちだ内科・外科クリニック) providing medical services, including a list of services and contact information.

パソコンもスマホも怖くない。

市の講座が陰ながら応援します



情報化社会に今や欠かせない存在にまで普及したパソコンやスマホ、タブレットといった情報機器。その一方で、機器の急速な進歩についていけず使いこなせない、再就職に役立てるため学び直したい、といった声も聞かれます。市はこうした不安の解消に答えるため、初歩的な操作方法から上級者のステップアップまで、皆さんのニーズに応じた講座を用意しています。ぜひご活用ください。

本号4～5ページの「各種講座情報」から、パソコンの操作などについて学べる講座をピックアップ!

●シニア向けの楽しい ①タブレット教室 ②スマートフォン教室



各機器の基本操作と、インターネット・アプリの使い方などを学びます。
【日時】①7月4日(火)13時～15時
②7月5日(水)10時～12時
【場所】上田公民館
【対象】同講座未受講で、各機器を持っていない60歳以上
【定員】各20人【費用】無料
【申し込み】往復はがきに住所と名前、年齢、性別、電話番号、講座名を記入し、〒020-0066上田四丁目1-1、上田公民館へ。6月24日(土)必着。定員を超えた場合は抽選
【問】同館 ☎654-2333

●パソコン・タブレット お助け相談会

パソコンとタブレットの操作など全般に関する相談に答えます。
【日時】6月30日(金)、10時～12時と13時～15時※時間内で随時受け付け
【場所】西部公民館(南青山町)
【費用】500円
【問】同館 ☎643-2288



●目的やレベルに合わせた講座

表の講座は、主催する各施設へ電話でお申し込みください。申込開始日から先着順に受け付けます。

西部公民館の講座(南青山町・☎643-2288)【定員】各16人

教室名	日時	内容(受講料・費用)	申込開始
じっくり学ぶパソコン教室	6/27(土)～29日、全3回 9時半～12時半	ワード入門編(4400円)	6/20(火) 10時
	7/7(金) 10時～15時	ウィンドウズ10の基本(2600円)	6/30(金) 10時
	7/19(水)～21日、全3回 9時半～12時半	エクセル入門編(4400円)	7/12(水) 10時
	7/25(火)～27日、全3回 9時半～12時半	ワード中級編(4200円)	7/14(金) 10時
ぱっちり! パワーポイント でプレゼンテーション	7/11(火)～13日、全3回 18時半～21時	パワーポイント2016の基本操作(2731円)	7/4(火) 10時

起業応援ルーム芽でネットの講座(中ノ橋通一・☎624-3583)

【申込開始】6/19(月)10時※託児についてはお問い合わせください

教室名	日時	内容(受講料・費用)	定員(※対象)
パソコンミニセミナー ①エクセル・関数入門 ②ワードでチラシ作り	①7/13(木) 10時～12時 ②7/27(木) 13時～15時半	①エクセルの自動合計機能など②見やすいチラシ作りに役立つワードの機能(各300円)	各8人 ※起業や就労を目指す女性
SNS講座 お店の魅力を画像を使って発信	7/15(土) 10時～12時半	情報発信に欠かせない、写真撮影のコツ(500円)	12人※起業をしているか目指している女性 5名以上



講座で教わったように、自分でもインターネットでいろいろ調べてみたい(70代女性)
スマホを使いこなせるようになるため参加。次はタブレットで本を読みたいわ(60代女性)
スマホでこんなことができるのか知るため参加してみた。読書にまでできるのは驚いた。刺激になった(60代男性)



シニア向けスマートフォン講座 = 5月19日、上田公民館 =

60代～80代の20人が参加。スタッフ4人がきめ細かく指導していました。毎回抽選になるほどの人気講座です



講座「ぱっちり! ワードマスター」 = 5月25日・26日 西部公民館 =



パソコンやワープロ学習室を備える西部公民館では、パソコンで点訳を学ぶサークル活動なども活発です

もっと知りたー! 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。
盛岡市
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(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
④南部鉄器

編集後記
スマホやパソコン講座参加の皆さんは、内面の向上心から生き生きと見えました。私も負けじと何か学びたい、と影響を受けました。まずは肩こり解消にヨガから始めてみようかな!

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: 14万3100部
1部当たり約15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



広告

お売りください!
まるごとリサイクル
新品・リサイクル・アウトレット・ディスプレイ販売
ABC SHOP
(株)ロハス 盛岡市厨川三丁目11-11
Tel.019-648-9123
苫小牧 岩手県公安委員会 第211170005028号

出張買取希望のお客は最寄りの店舗までお電話でお問い合わせください。

蔵・納屋
中で眠っている品物を買い取ります! 処分する前には是非一度お見せください。

厨川店 ☎0120-73-9123
盛岡市厨川三丁目11-11 営業時間 AM9:00～PM7:00
☎019-648-9123

運動公園前店 ☎019-647-7775
盛岡市月が丘一丁目30-51 営業時間 AM10:00～PM7:00

津志田横丁店 ☎019-656-0200 土日ジャンボ店
盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM10:00～PM7:00
滝沢市大釜土井尻 118-8 営業時間 AM9:00～PM6:00
URL <http://www.re-abcshop.com>

高価買取 鉄びん 古民具 出張 着物 和楽器 ラジオ 見積 査定 無料

※買い取り強化品以外にも一般的な家具・家電等も買い取りますが状態により買い取れない場合があります。

29年度

盛岡市 検診だより

保存版

検診の実施期間

(6月26日(月)～10月31日(火))

乳がん・子宮頸がん^{けい}検診は
(6月26日(月)～来年3月16日(金))



こんな検診もあります!

何の検診が受けられるの?

保険証の種類は盛岡市の国民健康保険または後期高齢者医療保険である。

いいえ

勤務先や加入している健康保険者ががん検診(人間ドックや扶養者検診、家族検診も含む)を行っていない。

いいえ

市の検診の対象外です。勤務先や加入している健康保険者にご確認ください。

はい

はい

国保の特定健診

【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
(詳しくは2ページ)

後期高齢者健診

【内容】生活習慣病を見つける
【対象】75歳以上の人と65歳以上で後期高齢者医療制度の加入者(すでに生活習慣病で服薬中の人は受診不要)
【費用】無料
【問】健康保険課 ☎613-8439

■もの忘れ検診

【内容】認知機能やうつ症状の問診
【対象】65歳以上の希望者
【費用】無料
【問】長寿社会課 ☎613-8144
*受診の際は、成人検診受診券(紫色)をご持参ください

成人検診

【内容】各種がん検診や結核検診、ほねケア検診(骨粗しょう症予防検診)など
【費用】3ページ参照
【問】市保健所健康増進課 ☎603-8306
玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

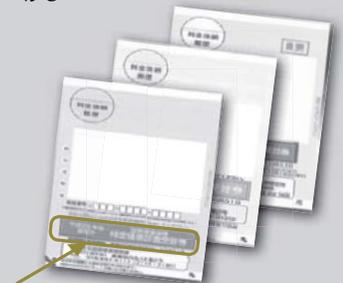
成人検診を無料で受けられる人

- 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)の人※
 - 30年3月31日現在で70歳以上の人
 - 65歳以上で後期高齢者医療被保険者証を持っている人
- ※③の人で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

各検診の受診方法

盛岡市(玉山地域を除く)の検診は胃がん集団検診を除いて個別検診です

- 郵送される各検診の「平成29年度受診券」を用意する
- 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
- 予約した医療機関で受診する
- 受診した医療機関から結果説明を受ける



この色を確認

下部の四角い囲みの色で検診の種類をご確認ください

- 青色: 国保の特定健診
- 茶色: 後期高齢者健診
- 紫色: 成人検診、もの忘れ検診

受診前に確認しましょう

● 受診券がお手元へ

本年度の各検診の受診券は、6月22日(木)ごろに対象者の自宅に届きます。6月26日(月)になっても受診券が届かないときや、紛失したときは、各検診の担当課へお問い合わせください。

● 他の市町村へ転出した場合

他の市町村へ転出した場合は、盛岡市の検診は受けられません。転出先の市町村にご確認ください。

● 各検診とも1年度に1回

受診は、各検診とも年度(4～3月)に1人1回(乳がん検診は2年度に1回)。医療機関を変えても年度内は再受診できません。また、人間ドックを受けた人は同じ年度の検診を受診できません。なお、人間ドックを受ける前に検診を受けた人は、同じ年度に人間ドックの助成を受けることはできません。

● 自覚症状がある人へ

自覚症状がある人は、検診を待たずに保険証を持参し、早めに医療機関を受診してください。

● 受診時の持ち物

- 受診する検診の受診券
- 健康保険被保険者証
- 健康手帳(持っている人)
- 受診料(成人検診のみ必要。詳しくは3ページをご覧ください)

無料クーポン券の対象

検診が始まる年代の人へ受診のきっかけづくりとして右記の生年月日の人に無料クーポンを送付します。発送は6月中旬。4月20日以降に転入した該当年齢の人はご連絡ください。

※勤務先やご加入の健康保険で無料クーポンと同じ検診がある人は対象外です

【問】健康増進課 ☎603-8306

● 乳がん検診

有効期間: 6月26日(月)～12月22日(金)

40歳	(昭和51年4月2日～52年4月1日生まれ)
-----	------------------------

● 子宮頸がん^{けい}検診

有効期間: 6月26日(月)～12月22日(金)

20歳	(平成8年4月2日～9年4月1日生まれ)
-----	----------------------

● 肝炎ウイルス検診

有効期間: 6月26日(月)～10月31日(火)

40歳	(昭和51年4月2日～52年4月1日生まれ)
45歳	(昭和46年4月2日～47年4月1日生まれ)
50歳	(昭和41年4月2日～42年4月1日生まれ)
55歳	(昭和36年4月2日～37年4月1日生まれ)
60歳	(昭和31年4月2日～32年4月1日生まれ)

お得な無料クーポン
ぜひご利用ください!



国保の特定健診・特定保健指導

成人検診 (各種がん検診など)



まずは特定健診を受けましょう

メタボリックシンドローム (メタボ) とは、「内臓脂肪肥満」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。市の国保加入者の28年度特定健診受診結果によると、男性の49.7%、女性の18.4%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。

8月以前なら、混み合うことも少なくスムーズに受診できます。事前予約もご活用ください。

特定健診を受けると

特定健診は、メタボの予防や改善に着目した検診です。受診することによりこんないいことがあります。

- メタボの早期発見
- 自分の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

受診してメタボ対策を!



いざ特定健診へ

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。

● 個別健診

【期間】 6月26日(月)～10月31日(火)
※医療機関での健診を個人で受診できます。医療機関によっては、予約が必要な場合がありますので、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。

● 集団健診 (玉山地域の人のみ)

【期間】 9月5日(火)・6日(水)・8日(金)・11日(月)～14日(木)・24日(日)の8日間
※玉山地域の全世帯に案内チラシを配布します

1万円相当の健診が無料で受けられます!!

特定健診の流れ

- ① 受診券が届く
- ② 健診を受診する
- ③ 健診結果を知る
- ④ 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

対象

- 市の国保加入者 (40～74歳)
※次の人は市の特定健診と後期高齢者健診の対象外です
①妊産婦
②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
③養護老人ホームなどの施設に入所・入居している人

検査項目

- 問診：服薬歴・喫煙習慣など
- 計測：身長、体重、BMI ※BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m)²
- 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、クレアチン、尿酸など
- 尿検査：尿糖・尿タンパク
- 心電図など

健診で分かる主なこと

- 内臓脂肪肥満や高血圧、糖尿病、貧血、心疾患、肝疾患、腎疾患、痛風など

※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、保険証の発行機関にお問い合わせください

特定保健指導

体重 - 3kg
腹囲 - 3cm

サンサンチャレンジ

【問】 市保健所健康増進課 ☎603-8305
玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

積極的支援 ひまわりクラス

【対象】 生活習慣を改善する必要が高い人

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みます。保健師・管理栄養士から1回程度の手紙や電話による支援があります

6カ月後、体の状態や生活習慣の変化を確認

動機付け支援 よつばクラス

【対象】 生活習慣を改善する必要が中程度の人

参加申し込み
教室に参加し、保健師・管理栄養士と一緒に生活習慣の改善プランを立てます

プランに沿って自主的に生活習慣の改善に取り組みます。保健師・管理栄養士から手紙や電話による支援があります

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共に、次年度の特定健診で改善が見られています。ぜひご利用ください。

約7割の人が翌年の健診で改善が見られました!

26年度サンサンチャレンジ利用者 翌年度の健診結果 (平均値)

積極的支援 ~ひまわりクラス~		動機付け支援 ~よつばクラス~	
体重	腹囲	体重	腹囲
-1.98kg	-2.71cm	-1.55kg	-1.75cm

※特定保健指導の対象者となる判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

成人検診の種類や内容など *対象者の年齢は、30年3月31日時点です

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
肺がん検診	胸部レントゲン撮影	900円 (4270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	1400円 (6640円)		
大腸がん検診	便潜血反応検査	1000円 (4510円)	40歳～	
胃がん検診 *個別検診はX線か内視鏡検査を選べます	バリウムでのX線検査	指定医療機関で個別検診 巡回検診車で集団検診。 日程は下表のとおり	40歳～	
	胃内視鏡検査 (内視鏡検査前に必要な感染検査やピロリ菌検査などを実施した場合は別途自己負担あり)	指定医療機関で個別検診		
前立腺がん検診	血液検査 (PSA腫瘍マーカー)	1000円 (3190円)	55歳～	-
肝炎ウイルス検診	C型肝炎ウイルス検査・B型肝炎ウイルス検査 *肝炎ウイルス検診を受診したことがない人が対象	1000円 (3740円)	40歳～	
乳がん検診 *2年に1回の受診	視触診 ▶乳房X線検査 (マンモグラフィ検査) *乳腺手術を受けた人や妊婦または授乳中の人、ペースメーカー装着の人は対象外	1700円 (7880円～8190円)	-	40歳～
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診・内診	1800円 (7250円)	-	20歳～
女性健康診査	▶計測 (血圧・身長・体重) ▶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)	1400円 (6290円)	-	18～39歳
	ほねケア検診 (骨粗しょう症予防検診)	超音波法による、かかとの骨強度測定	1500円 (2160円)	30～70歳
健康診査	▶計測 (血圧・身長・体重・腹囲測定) ▶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・クレアチン・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の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：胸部レントゲン間接撮影 (実施時期7月～9月) *日程は6月～8月の広報もあり15日号に掲載予定	無料	65歳～	
訪問診査	健康診査と同じ内容 *受診者宅へ訪問	無料	40歳～の在宅療養のたきりの人 上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
介護家族訪問診査	健康診査と同じ内容 *受診者宅へ訪問	無料	40歳～ (社会保険本人は除く)	
成人歯科健康診査 ※1 ※2	歯周病などの健診、歯科保健指導 *通年実施。70歳以上の人には口腔機能検査あり	500円	40歳～ (社会保険本人は除く)	
妊産婦歯科健康診査 ※2	歯周病などの健診、歯科保健指導 *通年実施	500円	妊娠中または産後1年以内の人	
もの忘れ検診	認知機能やうつ症状の問診	無料	65歳～の希望者	

表 胃がん集団検診 (X線のみ) の日程

実施日	会場
8/4(金)	津志田小学校 (津志田中央一)
8/7(月)	羽場小学校 (羽場17) 見前小学校 (西見前13)
8/8(火)	見前小学校 (西見前18) 地域福祉センター (手代家14)
8/9(水)	高松小学校 (上田堀二) 乙部体育館 (乙部6)
8/10(木)・9/13(水)	加賀野児童センター (加賀野四)
8/17(水)・18(金)・21(月)～25(金) 28(月)～31(日)・9/1(金) ★10/1日・23日	若手医大地下1階設置会場 (内丸)
8/17(水)・22(火)・9/22(金)	サンライフ盛岡 (仙北二) 中野地区活動センター (東安庭宇小森)
8/23(水)・24(木)・9/14(木)	上田公民館 (上田四)
8/23(水)・9/13(水)・14(木)	西部公民館 (南青山町)
8/24(木)	土淵地区活動センター (前湖四)
8/25(金)・28(月)・9/25(月)	松岡地区公民館 (東松岡二)
8/25(金)・28(月)・9/4(月) ★10/29日	都南地区保健センター (津志田14)
9/5(水)・6(木)・15(金)・19(火) 10/3(日)	青山地区活動センター (青山三)

実施日	会場
9/5(水)・6(木)	河南公民館 (松尾町)
9/11(月)	太田地区活動センター (中太四)
9/11(月)・12(火)・21(木)	北松岡児童センター (北松岡四)
9/12(火)	城西児童センター (中屋敷町)
9/15(金)	飯岡農業構造改善センター (下飯岡8)
9/19(水)・20(木)	みたけ地区活動センター (みたけ四)
9/20(木)・★10/15(日)	高松地区保健センター (上田宇毛無森)
9/21(木)・22(金)	緑が丘地区活動センター (黒石野二)
9/25(月)・26(火)	扇川老人福祉センター (前九三三)
9/26(火)	つなぎ地区活動センター (観字堂ヶ沢)
9/27(水)・10/2(月)	本宮老人福祉センター (本宮四)
9/27(水)	上米内老人福祉センター (桜台三)
10/2(月)	上管老人福祉センター (上管三)
★10/22(日)	盛岡タカセアリーナ (本宮五)

■ 検診の受付時間

【検診日】 月～金曜：6時半～9時、★日曜：6時半～7時半と8時～9時
【若手医大地下1階設置会場】 7時半～10時

● ほねケア検診 (骨粗しょう症予防検診)

骨粗しょう症予防のため、かかとの超音波検査や食生活指導、運動の紹介をします。

【対象】 昭和22年4月2日～63年4月1日生まれの人
※すでに骨粗しょう症と診断されていたり、現在治療中の人、以前に同検診で精密検査を紹介された人を除きます

【費用】 1500円

【申し込み方法】 市公式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 検診券



ほねケア検診 QRコード

早すぎるということはありません!
ほねのアンチエイジングはじめてみませんか?

ほねケア検診の日程

日時	会場
7/12(金) ①10時～11時半②14時～15時半	青山老人福祉センター (青山三)
7/13(土) ①10時～11時半②11時～12時③14時～15時半	市保健所 (神明町)
7/14(日) ①10時～11時半②14時～15時半	都南地区保健センター (津志田14)
9/10(日) ①10時～11時半②11時～12時③14時～15時半	市保健所 (神明町)
9/11(月) ①10時～11時半②14時～15時半	高松地区保健センター (上田宇毛無森)
9/14(木) ①10時～11時半②11時～12時③14時～15時半	市保健所 (神明町)
①9時半～11時	市保健所 (神明町)
①14時～15時半	玉山総合福祉センター (浪民字栗田)

注意点

- ◆成人検診の受診料は受診した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、別途費用 (保険診療) ががかかります
- ◆すでに経過観察中および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

自分の体の状態を知りましょう!



- ※1 昭和16年4月1日～昭和17年3月31日生まれの方は、個別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 市内の歯科医療機関で年度内1回受診できます。ただし若手医科大学附属病院歯科医療センターと県立中央病院をのぞきます

【申し込み】

7月3日(月)必着で、成人検診受診券に添付している申し込み用紙を返送してください。
7月4日(火)以降は、健康増進課 ☎603-8306で受け付けます。

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診も実施） 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

<注意> 検診によっては予約制の検診もありますので、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
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
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	小林産婦人科医院	622-2339	子 女
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 前 肺 肝 も
中央通三	メディケア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 乳 女 前 内 大 肝
本町通一	栗原クリニック	654-7123	特 健 乳 女 前 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	照井消化器科内科医院	651-2150	特 健 女 前 X 肺 肝 も
本町通三	真山池田医院	623-7151	特 健 女 前 X 大 肺 肝 も
名須川町	赤坂病院	624-1225	特 健 女 前 肺 肝
名須川町	鈴木こづ門科クリニック	624-0005	特 健
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	626-1116	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	いすぎ医院	654-1411	前
大沢川原一	細井外科医院	624-2715	特 健 女 前 胃 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 X 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	須藤内科クリニック	621-5222	特 健 女 前 X 肺 肝
盛岡駅前北通	さいとうレディスクリニック	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 前 肝 も
盛岡駅前通	盛岡駅前あ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
上田一	ふじメンタルクリニック	606-3900	も
上田二	本間内科医院	622-5970	特 健 女 前 X 肺 肝 も
上田三	中村医院	622-4542	特 健 女 前 肝
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 も
高松三	森谷医院	663-1247	特 健 女 前 胃 大 肺 肝 も
高松三	わたなべ内科・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 X 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	緑ヶ丘消化器内科医院	662-7177	特 健 女 前 胃 大 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	特 健 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 内 肺 肝 も
月が丘一	かねこ内科クリニック	647-3333	特 健 女 前 内 肺 肝 も
月が丘一	三愛病院	641-6633	特 健 女 前 X 肺 肝 も
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 前
みたけ三	児島内科小児科医院	641-3310	特 健 女 前 X 肺 肝 も
みたけ四	肥田胃腸科内科医院	641-8511	特 健 女 前 胃 大 肺 肝 も
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
天昌寺町	三船内科	646-2310	特 健 女 前 X 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
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	はらた脳神経外科	624-3110	特 健
神明町	板内内科医院	624-5277	特 健 女 前 胃 大 肺 肝 も
神明町	くろが脳神経・頭痛クリニック	653-3522	特 健 女 前 肝 も

所在地	医療機関名	電話番号	実施する検診
中ノ橋通一	さくらウィメンズクリニック	621-4141	子
中ノ橋通一	工藤内科ハートクリニック	653-6811	特 健 女 前 X 肺 肝 も
中ノ橋通一	中の橋斎藤クリニック	601-2277	特 健 女 前 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 前 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
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 肝 も
愛宕町	二宮内科クリニック	621-8181	特 健 女 前 胃 肺 肝 も
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 前
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 胃 大 肺 肝 も
清水町	近藤眼科医院	622-2509	特 健 女 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
南大通二	村井産婦人科医院	654-0155	子 女
茶畑一	あさくらクリニック	621-3322	特 健 女 前 X 肺 肝 も
茶畑二	大澤脳神経・内科・歯科クリニック	652-0038	健 女 前 肝 も
鉈屋町	小保内医院	622-0948	特 健 女 前 大 肝
中野一	ささき医院	653-0230	特 健 女 前 X 肺 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 胃 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 大 肺 肝 も
東仙北一	むらまつクリニック	635-5110	特 健 女 前 内 大 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 健 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 も
向中野五	ものがたり診療所もりおか	613-3171	特 健 女 前 肝 も
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
本宮六	プレスト齋藤外科クリニック	631-3770	特 健 乳 女 前 X 肺 肝 も
本宮字小坂小瀬	かつら内科クリニック	658-1223	特 健 女 前 胃 肺 肝 も
本宮字小坂小瀬	たにむらクリニック	601-2990	特 健 乳 女 前 肺 肝 も
本宮字小坂小瀬	なおや脳神経・頭痛クリニック	656-3708	特 健 女 前 肝 も
下太田新堰端	みうら産婦人科内科医院	658-1139	子
中太田泉田	孝仁病院	656-2888	特 健 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
繋字尾入野	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
津志田13	盛岡南病院	638-2020	特 健 女 前
津志田16	盛岡ながの脳神経・歯科クリニック	639-0123	特 健 女 前 肝 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	佐藤健レディスクリニック	658-8222	子 女
津志田中央二	やまだ胃腸科内科クリニック	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
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	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	畑山レディスクリニック	613-7004	子 女
北飯岡四	岩手県予防医学協会	638-7184	特 健 乳 子 女 前 胃 大 肺 肝 も
羽場17	長谷川医院	638-3010	特 健 女 前 肝
永井12	盛岡友愛病院	638-2222	特 健 乳 子 女 前 胃 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 胃 大 肺 肝 も
永井22	田中循環器内科クリニック	632-1320	特 健 女 前 肺
乙部13	金子胃腸科内科	696-2012	特 健 女 前 胃 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 内 肺 肝 も
下田字陣場	ひめかみ病院	683-2121	特 健 女 前 肝 も
本宮五	盛岡市立病院 ※	635-0101	特 健 乳 女 前 胃 大 肺 肝 も

※盛岡市立病院の胃がん個別検診と乳がん検診は予約制です。
月～金曜（祝日除く）、13時～16時半に電話で予約してください。
（詳しくは、広報もりおか6月15日号3ページをご覧ください）