

もりおか

広報 2017

7月1日号(No.1460)



チャグチャグと、鈴の音を響かせながら歩く馬コたち。初夏の風物詩「チャグチャグ馬コ」が6月10日に開催されました。時折強い雨に見舞われましたが、材木町を過ぎた辺りからようやく晴れ間がのぞき、沿道にはたくさんの観客が。中津川河川敷に係留された馬コと触れ合った阿部歩実ちゃん(6)＝肴町＝は「馬コはかわいかった。少し怖かったけど、触るとふわふわしていた」とうれしそうに話しました。

昭和53年に、文化庁の「記録作成等の措置を講ずべき無形民俗文化財」に選ばれ、平成8年には「チャグチャグ馬コの鈴の音」として、環境庁(現環境省)の「残したい日本の音風景百選」にも選ばれているこの行事。迫力のある馬体、馬の匂いや息遣い、ひづめの音など、盛岡の夏の訪れを肌で感じられる、後世に残したい光景の一つです。

◆主な内容◆ (平成29年7月1日号)

子ども科学館で遊ぼう、動物公園へ行こう、志波城古代公園開園20周年記念フォーラム 2ページ

水道水質検査結果、市長コラム、映画エキストラ募集、ごみの減量と分別に協力を、宝くじは地元で購入を 3ページ

国民年金、後期高齢者医療制度 4～5ページ

介護保険 6～7ページ

消費生活情報「えぶろん」 8ページ

もりおかライフストーリー、連載「盛岡さんさ踊り・40年を振り返る」、【見守りつなぐ民生委員】 9ページ

もりおかつ評(奥華子さん) 12ページ



子ども科学館で遊ぼう

子ども科学館(本宮字蛇屋敷)で次のとおりイベントを開催します。【問】同館☎634-1171

イベント名	内容	日時	定員 (※対象)	費用	申し込み
サイエンスショー	ドライアイスを使ったサイエンスショー	7月の毎週日曜と17日 13時～13時20分	なし	無料*	当日受付
ワークショップ 「芳香剤」	吸水性ポリマーを使ってオリジナルの芳香剤を作る	7月の毎週日曜と17日 ①10時半～12時②14時～15時半 7/8日	各30人	各100円*	当日受付
南極の氷がやってくる! ～海上自衛隊南極観測船 「しらせ」からの贈り物	①南極の氷・石の展示 ②ミニ制服試着コーナー&記念バッジ作成 ③海上自衛隊「しらせ」DVD放映 ④南極の氷贈呈式 ⑤「しらせ」のここが知りたい ⑥南極クイズ大会	①9時～16時 ②③9時～16時 ④11時10分～11時25分 ⑤11時半～12時と14時～14時半 ⑥13時～13時50分※随時開催	なし	無料*	当日受付
NECガリレオクラブ 「科学捜査班 優子さんを捜せ」	テレビでおなじみの松延康先生と一緒に、低温プラズマ発光実験・光の三原色実験	7/22(土) 13時半～15時	30人 ※小学5～6年生	無料	7/6(水)9時から同館の電話か窓口で先着順に受け付け
特別展 「昆虫ワールド」	今年もカブトムシ・ワガタムシが科学館に大集合	7/26(木)～8/20(日) 9時～16時半	なし	4歳以上 300円	当日受付
夏休み実験工作教室	①片手で打てるサイズのバグゲット空気砲を作る ②模様が目に見える万華鏡をカッターナイフで作る	①8/1(火)・3(木)・7(日) 10時～11時 ②8/2(水)・4(金)・8(日) 13時～14時	各20人	①各800円 ②各1000円	9時から当日分の整理券を先着順に1人1枚配布
ワークショップ 「液体万華鏡」	液体の粘性によって模様が変わる液体万華鏡を作る	8/5(土) ①10時半～11時②11時半～12時 ③14時半～15時④15時半～16時	各20人	各300円	当日9時から整理券を先着順1人1枚配布
ナイトミュージアム	①星音～子ども向け映画音楽 その1～ ②今夜の星空みどころ案内 ③星を見る会※悪天候時はダジャックアースまで	8/5(土) ①18時～18時半 ②19時～19時半 ③19時半～21時※悪天候時は20時まで	①②各160人 ③なし	①4歳～中学生各200円、高校生以上各500円 ②③無料	当日受付 ※星音は17時半から受付でチケットを販売

*展示室入場料が必要



いわて県立子ども科学館

将来を担う子どもたちが先端科学に触れることのできる「いわてまごころ科学館」を開催します。

- 講演会
「ロボット時代の創造」
【講師】(株)ロボラージュの高橋智隆代表取締役
- 特別企画
・恐竜くんとトークショー「恐竜のふしぎ教えます!」
——など
- 特別コーナー
・JAXAからの挑戦状!? 宇宙飛行士選抜試験
・燃料電池自動車「MIRAI」と水素社会
——など

【日時】7月17日(月)10時～17時
【場所】アイーナ(盛岡駅西通一)

【費用】無料
【問】県政策地域部科学I L C推進室内、いわてサイエンスシンポジウム実行委員会☎629-5252
【広報 I D】1019979



高橋代表取締役とロボ

動物公園へ行こう

動物公園(新庄字下八木田)で次のとおりイベントを開催します。【問】同園☎654-8266

- サマースクール
1日飼育係になって動物や自然について学びます。
【日時・対象】7月31日(月)・8月1日(火)・3日(木)・4日(金)、小学2年生以下は8時半～15時半、小学3年生～中学生は8時半～17時
【定員】小学2年生以下は各日15人、小学3年生～中学生は各日35人
【費用】無料※見学は大人500円
【申し込み】7月15日(必着)。詳しくは同園ホームページをご覧ください。
- ホテルの夕べ
夜の園内を散策しながら、園内に生息するホテルやアフリカ園の動物を観察します。
【日時】7月15日(土)～17日(月)、19時～21時※入園は20時半まで
【対象】19時以降に來園した人
【費用】入園料・駐車料とも無料



志波城古代公園開園20周年記念

歴史フォーラム「坂上田村麻呂と志波城」

開園20周年を記念して、志波城を造営した坂上田村麻呂に焦点を当てた歴史フォーラムを開催します。歴史学者と漫画家という異なる分野のゲストが、志波城造営の歴史や坂上田村麻呂の人物像などについて熱く語ります。

【日時】7月17日(月)13時～17時
【場所】キャラホール(永井24)
【定員】先着200人
【費用】無料
【問】歴史文化課☎639-9067
【広報 I D】1019859



内容

- 志波城と坂上田村麻呂～東北古代史の中で～
近畿大の鈴木拓也教授が講演
【時間】13時半～14時20分
- 坂上田村麻呂と「たむらまろさん」
漫画「たむらまろさん」作者のユキムラさんが、坂上田村麻呂の人物像や歴史像などを語る
【時間】14時35分～15時20分
- 「史跡志波城跡の調査成果と保存整備」についての報告
【時間】13時10分～13時半
- 大宮中・市立高の志波城学生ボランティア「志波城応援隊」による活動報告
【時間】15時20分～15時半
- 「坂上田村麻呂と志波城と未来」についてパネルディスカッション
【時間】15時45分～16時35分

志波城のこと
もっと知ってほしい



水道水質検査結果のお知らせ ～全ての項目で安全性を確保～

市は、市内に供給している水道水を一般家庭の蛇口から定期的に採水し、水質検査を行っています。その結果、国が定める水質基準値を全て満たし、高い品質と安全性を確保していただいております。水質基準項目は全部で51項目。これらの基準値は、1日に2回の水道水を一生飲み続けても健康に影響の無い数値として厳しく定められています。検査期間は28年4月～29年3月。28年度の詳しい検査結果は上下水道局公式ホームページや水質管理センター窓口で閲覧できます。水道ぼうや

「これからは、安全なおいしい水道水を飲まさせていただきます」

検査項目	基準値	28年度検査結果
大腸菌	検出されないこと	不検出
鉛およびその化合物	0.01mg/L以下	0.001mg/L未検出
ヒ素およびその化合物	0.01mg/L以下	0.001mg/L未検出
ベンゼン	0.01mg/L以下	0.001mg/L未検出
総トリハロメタン	0.1mg/L以下	0.006mg/L
鉄およびその化合物	0.3mg/L以下	0.03mg/L未検出
硬度	300mg/L以下	20.3mg/L
pH値	5.8～8.6	7.2

全項目合格

※検査結果は、新庄浄水場系エリアにおける給水栓での平均値
【問】上下水道局浄水課水質管理センター☎623-1411(代表)
☎ jousui@city.morioka.iwate.jp
公式ホームページ「みずの輪」
http://www.morioka-water.jp/

産業まつり出展者を募集

10月12日(木)～17日(火)にバルクアベニューカワトクで開催される産業まつりの出展者を募集します。
【対象】市近郊の食品や民・工芸品の生産者
【募集区画数】50区画※応募多数の場合は市内生産者を優先
【申し込み】はがきに事業者名と担当者名、電話番号、出品内容を記入し、☎020-8530(住所不要)、ものづくり推進課内「産業まつり実行委員会事務局」まで、7月31日(月)必着
【問】同実行委員会事務局☎626-7538
【広報 I D】1020001

ごみの減量と正しい分別にご協力を

7月はごみの減量と正しい出し方を呼び掛けるキャンペーン月間。市きれいなまち推進協議会と市町内会連合会、玉山地域自治会連絡協議会、市が一体になり、ごみ集積場所での立会指導やのぼりの設置による啓発などを行います。詳しくは、資源循環推進課☎626-3733へお問い合わせください。【広報 I D】1001627

- ＜キャンペーンの主な取り組み＞
- パトロールや立ち会い指導で「ごみを出す日時・場所・分別ルール」の周知啓発
- 保育園と小学校で啓発教室の実施
- 不法投棄と資源物持ち去り行為の監視強化



きれいなまち推進員による指導の様子

映画のエキストラを募集

盛岡と東京を舞台にした小説「終わった人」(原作:内館牧子さん)が今夏、中田秀夫監督により映画化されることになり、市内で撮影が行われます。この機会にエキストラとして撮影に参加してみませんか? となたでも応募できます。詳しくは、盛岡観光コンベンション協会内盛岡広域フィルムコミッションのホームページをご覧ください。
【撮影日時】7月25日(火)8時～15時※雨天の場合は翌日※撮影状況によっては前後する場合があります
【撮影場所】いわぎんスタジアム(永井8)
【募集人数】500人以上(応募者多数の場合は先着順)
【広報 I D】1019940

宝くじの収益金は市のまちづくりに使われます

3種類の宝くじ「サマージャンポ宝くじ」と「サマージャンポミニ」、「サマージャンポプチ」が7月18日(火)、全国で発売されます。県内で宝くじを購入すると、その売り上げに応じて市へ助成金が交付され、地域経済の活性化に係る事業などさまざまな分野に活用されます。宝くじはぜひ地元で購入を。詳しくは、県市町村振興協会☎651-3461へお問い合わせください。



昨年度の市への交付金は約4630万円!

イメージキャラクター クーちゃん

世代と世代の支え合い 国民年金

国民年金は、日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての人が加入し、老後や万が一の際の暮らしを支え合う制度です。所得の減少や失業などで納付が困難なときは、免除や猶予などの制度があるので早めにご相談ください。



学生や自営業の人を
国民年金に
加入させる
のが目的です

◎安心して暮らすための国民年金

■加入種別と保険料について

国民年金の加入種別は職業などにより表1のとおり3つに分けられています。保険料の納め方もそれぞれです。

種別	対象	保険料の納め方
第1号	自営業や学生、無職の人など	自分で納付
第2号	厚生年金と共済組合の加入者	給与からの天引き
第3号	第2号被保険者に扶養されている配偶者	配偶者が加入する年金制度が負担

自分で納付する第1号被保険者の29年度の保険料は、月1万6490円です。また、1か月に付き400円の付加保険料^{*1}を納めると、受け取る老齢基礎年金が増額されます。納付方法は、現金か口座振替、クレジットカード払いが選べます。口座振替とクレジットカード払いは事前に申し込みが必要です。

◎納付が難しいときは早めの相談を

保険料を納めていない期間（未納期間）は、老齢基礎年金の受給資格期間に含まれません。また、未納期間があると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受給できないことがあります。所得の減少などで納付が難しいときは、納付を免除・猶予する制度があります。免除・猶予された場合、受給する年金額は全額納めた場合より少なくなりますが、免除・猶予を受けた期間は受給資格期間に含まれます。

■免除・猶予には申請が必要

納付が免除・猶予されるのは、表2の条件を満たし、申請が認められたときです。その他、退職や失業したとき、天災により損害を受けたときなどにも、免除される場合があります。

免除の種類	条件	免除と納付猶予期間
免除（全額・一部）	本人と配偶者、世帯主の前年所得が一定以下	7月分～翌6月分
納付猶予	50歳未満で本人と配偶者の前年所得が一定以下	4月分～翌3月分
学生納付特例	学生で本人の前年所得が一定以下	

【申請に必要なもの】

- 年金手帳
- 学生証や在学証明書（学生納付特例の申請の場合）
- 雇用保険受給資格者証や離職票など（退職による申請の場合）
- 本人の印鑑（本人以外が申請する場合）

年金のもらい忘れはありませんか？

老齢基礎年金の受給資格期間が25年間から10年間に短縮されました。対象者には日本年金機構から黄色の封筒で年金請求書が届けられています。まだ請求の手続きをしていない人は、ねんきんダイヤル☎0570-05-1165に電話で予約の上、手続きをしてください。



封筒が届いているのに、手紙をしましよ、いませんか？

国民年金は、日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての人が加入し、老後や万が一の際の暮らしを支え合う制度です。所得の減少や失業などで納付が困難なときは、免除や猶予などの制度があるので早めにご相談ください。

③遺族基礎年金^{*3}

国民年金加入者や老齢基礎年金の受給資格がある人が死亡したとき、18歳未満の子がいる配偶者や18歳未満の子が受給できます（子に障がいがある場合は20歳未満）。原則として65歳から受けられます。

年金額（29年度）
年77万9300円
（子がいる配偶者：子1人に付き年22万4300円、3人目以降は子1人に付き年7万4800円を加算）

- ※1 保険料の免除を受けている人と、国民年金基金に加入している人は付加保険料を納められません
- ※2 保険料免除や猶予、学生納付特例などの期間、厚生年金など他の年金加入期間を含む
- ※3 障害基礎年金や遺族基礎年金を受けるには、一定の納付要件を満たしている必要があります

■追納で年金を満額に

免除・猶予を受けてから10年以内なら、免除・猶予期間の保険料を納付することができます（3年以上前の保険料は加算額を含めた納付が必要）。これにより、受け取る年金を満額に近づけられます。手続きは医療助成年金課へどうぞ。

■後納で年金額アップ

免除・猶予を受けていない月の保険料は、2年を過ぎると納付できません。ただし、30年9月までの特例措置として、申込時から過去5年以内の未納保険料を納付できます。手続きは盛岡年金事務所へどうぞ。

問い合わせ・手続き

◎国民年金第1号被保険者

医療助成年金課（市役所本館2階）☎626-7529
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（浪民字泉田）☎683-3869

◎国民年金第2・3号被保険者

盛岡年金事務所（松尾町）☎623-6211
街角の年金相談センター盛岡（大通3）☎613-3270

後期高齢者医療制度

【問】健康保険課
（市役所別館1階）
☎613-8439

後期高齢者医療制度は、75歳（一定の障がいがある人は65歳）から加入する健康保険です

7月10日に保険料額決定通知書を発送

後期高齢者医療制度の加入者へ、29年度の「保険料額決定通知書」と「保険料納入通知書兼特別徴収開始通知書」を7月10日(月)に発送します。29年度の保険料は28年中の所得を基に計算しています。計算方法について詳しくは、通知書でご確認ください。【広報1D】1003619

これが保険料額決定通知書です。納付書が同封されています。



年金天引きの場合

後期高齢者医療制度では原則として、年金天引きで保険料を納めます（特別徴収）。4・6・8月分の保険料は前年所得が確定していないため、仮算定した保険料を年金から天引きします。前年所得の確定後、「確定した年額保険料から仮徴収した保険料を差し引いた額」を10・12・来年2月に分けて天引きします。

納付書払いの場合

次のいずれかに該当する人は、保険料を指定金融機関などの窓口で納付します（普通徴収）。

- ① 対象になる年金が年額18万円未満
 - ② 年度の途中で盛岡市へ転入した
 - ③ 年度の途中で後期高齢者医療制度へ加入した
——など
- 送付された納付書を持参し、納付してください。保険料はゆうちょ銀行などの指定金融機関のほか、コンビニエンスストアなどでも納付できます。また、29

●年金天引きから口座振替へ納付方法を変更できます

【変更の方法】

- ① 通帳と通帳届出印を持参して、金融機関の窓口で口座振替の手続きをします
- ② その後、口座振替依頼書（本人控え）と印鑑、保険料額決定通知書を持参して、健康保険課都南総合支所税務福祉係、玉山総合事務所健康福祉課で手続きをします

災害などによる保険料の減免

災害や特別な事情により、保険料や医療機関への医療費の一部負担金などの支払いが困難な人は、申請すると減免を受けられる場合があります。詳しくは、健康保険課へお問い合わせください。

年度の納期限は表1のとおりです。納付書は納期ごとに作成されているので、納期限を確認の上、お支払いください。

期別	納期限
第1期	7月31日(月)
第2期	8月31日(火)
第3期	10月2日(月)
第4期	10月31日(火)
第5期	11月30日(火)
第6期	12月25日(火)
第7期	来年1月31日(火)
第8期	来年2月28日(火)

●便利な口座振替をご利用ください

納付をうっかり忘れてしまわないため、口座振替の利用がお勧め。保険料額決定通知書と通帳、通帳届出印を持参して、銀行など金融機関の窓口でお申し込みください。

●納期限までに納付しないと

- ▲督促手数料や延滞金が加算されます
- ▲後期高齢者医療被保険者証の有効期間が短くなる場合があります
- ▲財産を差し押さえられる場合があります

8月は保険証の更新時期

●医療費の自己負担割合の決め方

医療費の自己負担割合は、所得によって決まります。次に該当する人は3割負担です。該当しない人は1割負担です。

- ① 住民税の課税標準額^{*1}が145万円以上
- ② ①と同じ世帯の被保険者

●申請で自己負担割合が変わる人も

自己負担割合が3割と記載されていても、収入^{*2}が次の基準に該当する人は、健康保険課へ申請してください。申請の翌月から医療費の自己負担割合が1割になります。対象になると思われる人には「後期高齢者医療被保険者証」を発送する際に通知を同封します。

- ※1 「所得の合計－住民税の控除額」の金額
- ※2 必要経費を引く前の金額で、確定申告書の収入の欄の金額

8月から使用する「後期高齢者医療被保険者証」を7月12日(水)に発送します。医療費の自己負担割合が記載されていますのでご確認ください。【広報1D】1003618

①被保険者が1人の場合

- ① 収入が383万円未満
- ② 収入が383万円を超えても同一世帯に70～74歳の人がいる場合は、その人と被保険者の収入合計が520万円未満

②同一世帯に被保険者が2人以上いる場合

被保険者全員の収入合計が520万円未満

●限度額適用・標準負担額減額認定証の更新は7月19日から受け付け

住民税非課税世帯の人が現在使っている「限度額適用・標準負担額減額認定証」^{*3}の有効期限は7月31日(月)です。入院や高額な外来診療のため、引き続き認定証が必要な場合は、7月19日(火)から申請を受け付けます。認定証を持参し、健康保険課都南総合支所税務福祉係、玉山総合事務所健康福祉課へどうぞ。

- ※3 住民税非課税世帯の人が入院する場合や外来診療で医療費が高額になった場合に医療機関の窓口で提示する証書

後期高齢者医療歯科健診

口腔機能の維持改善のために健診を受けましょう。
【実施期間】12月28日(木)まで
【対象】昭和16年4月1日～17年3月31日生まれで、後期高齢者医療制度の加入者
【費用】無料
【受診時の持ち物】後期高齢者医療被保険者証、6月20日(火)に発送した「歯科健診のご案内」
※指定医療機関一覧は「歯科健診のご案内」に同封しています

みんなで支える制度です

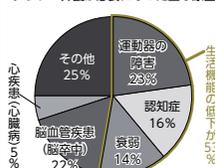
介護保険



介護が必要になった人を社会全体で支える仕組みが介護保険制度。40歳になると国民が加入し、保険料を支払います。この制度によって、介護が必要な人は介護サービスなどを利用することができます。制度改正や保険料などについてお知らせします。

介護予防で **生き生き楽しく**
自分らしい生活を **いつまでも**

グラフ：介護が必要になった主な原因



平成25年国民生活基礎調査 (厚生労働省) を基に作成

介護が必要になる原因は、転倒による骨折や関節の痛みを含む運動器の障害や衰弱、認知症などによる「生活機能の低下」が約半数を占めます。いつまでも生き生きと自分らしい生活を続けるには、生活機能を維持・向上することが大切です。【問】長寿社会課 ☎613-8144

8月からの制度改正 NEWS

一部の対象世帯で、「高額介護サービス費」の基となる自己負担の上限額が、8月利用分から表1のとおり変更になります。【問】介護保険課給付係 ☎626-7561

自己負担の上限額が変更 ～「高額介護サービス費」～

表1 自己負担の上限額 (月額)

対象	7月利用分まで	8月利用分から
現役並み所得相当の人がいる世帯	世帯 4万4400円	世帯 4万4400円
一般世帯 (住民税を課税されている人がいる世帯)	世帯 3万7200円	世帯 4万4400円
世帯全員が住民税非課税	世帯 2万4600円	世帯 4万4400円
・【課税年金収入+合計所得金額】が80万円以下の人	個人 1万5000円	個人 1万5000円
・老齢福祉年金を受給している人	個人 1万5000円	個人 1万5000円
生活保護の受給者など	個人 1万5000円	個人 1万5000円

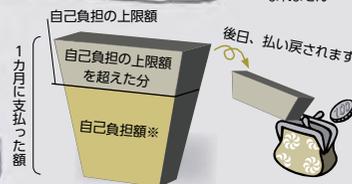
変更なし

対象	8月利用分から
住民税を課税されている人がいる世帯	世帯 4万4400円

ただし、次の全てに該当する人は、32年7月まで、年間の上限額が44万6400円に設定されます。
①世帯内にある65歳以上全員 (介護サービスを利用していない人も含む) の介護保険利用者負担割合が1割
②世帯に現役並み所得相当の人がいない

「高額介護サービス費」とは、1か月間に介護サービスを利用して支払った自己負担額が上限額を超えたとき、戻ってくるお金のことです。対象者には年3回、郵送でお知らせするので、忘れずに手続きしましょう。

※自己負担額には、食費や居住費、日常生活費などは含まれません



保険料は忘れずに納付を

本年度の介護保険料通知書の発送は6月30日。保険料を納めない、自己負担が増えるなど制限を受けることがあります。期限までに必ず納めましょう。【問】介護保険課保険料係 ☎626-7581

▶加入者の種類と納付方法

65歳以上の入 (第1号被保険者) の場合

- ①年金天引き
受給中の年金から引かれます。【対象】29年4月1日現在、65歳以上で、年額18万円以上の年金を受給している人
- ②納入通知書 (納付書) で納付
金融機関やコンビニなど、納付書に書かれてある窓口で納付してください。

【対象】①に該当しない人

※年度途中で65歳になる人や他市町村から転入した人は、年金を受給している場合でもその年度は年金天引きになりません

40～64歳の人 (第2号被保険者) の場合

加入している健康保険の保険者が、健康保険料などと併せて介護保険料を徴収しています。



6 広報もりおか 29.7.11

食費・部屋代の負担を軽減

介護保険施設に入所している人や、短期入所 (ショートステイ) を利用している人の食費・部屋代は全額自己負担が基本。ただし、所得が一定額以下の人が利用する場合は、負担を軽減するため上限を設定します。必要な人には「負担限度額認定証」を発行します。【問】介護保険課給付係 ☎626-7561

▶軽減の対象になる施設やサービス

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、地域密着型介護老人福祉施設、短期入所生活介護、短期入所療養介護

▶軽減を受けるには申請が必要

申請に必要なもの

- ①印鑑
- ②本人と配偶者の預貯金通帳の写し (銀行名と支店名、口座名義、申請日から2か月以内の最終残高が分かる部分) ※有価証券や投資信託などがある人はそれらを確認できる書類の写し

申請を受け付ける窓口

- ・介護保険課
- ・都南総合支所税務福祉係
- ・玉山総合事務所健康福祉課



「負担限度額認定証」の有効期間は、申請月から翌年 (1月以降の申請の場合は同年) 7月まで。その後も引き続き認定証が必要な人は、更新手続きをしてください

介護サービスを利用したいとき

日常生活で介護が必要になり、介護サービスを利用するときは、「要介護認定」を受ける必要があります。まずは介護保険課認定係 ☎626-7560 や表3の地域包括支援センター・介護支援センター、市公式ホームページに掲載している指定居宅介護支援事業者などへ気軽に相談ください。

表3 地域包括支援センターと介護支援センター

名称 (所在地)	電話番号
盛岡駅西口地域包括支援センター (盛岡駅西通一)	606-3361
浅岸和歌荘地域包括支援センター (浅岸三)	622-1711
松園・緑が丘地域包括支援センター (西松園二)	663-8181
五月園地域包括支援センター (東山二)	613-6161
青山和歌荘地域包括支援センター (南青山町)	648-8622
みたけ・北厨川地域包括支援センター (月が丘三)	648-8834
イーハトーブ地域包括支援センター (本宮一)	636-3720
地域包括支援センター川久保 (津志田26)	635-1682
玉山地域包括支援センター (好摩宇夏間木)	682-0088
上田介護支援センター (上田一)	604-1335
ケアガーデン高松公園介護支援センター (上田宇毛無森)	665-2175
ヴィオラ加賀野介護支援センター (加賀野三)	651-5723
城南介護支援センター (神明町)	621-1215
おでんせ介護支援センター (上厨川字横長根)	648-0621
千年苑介護支援センター (上太田穴口)	658-1190
都南あけぼの荘介護支援センター (湯沢4)	639-2528
飯岡介護支援センター (永井14)	605-7077
希望の里介護支援センター (乙部5)	696-4386
秀峰苑介護支援センター (下田宇石羽根)	683-1526

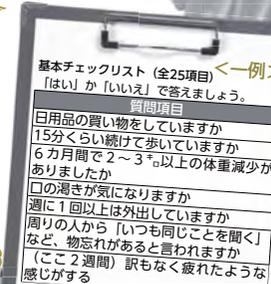
要介護認定調査の個人受託者を募集

自宅を拠点に要介護認定調査業務ができる人を随時募集しています。
【委託内容】要介護認定調査の実施と認定調査票の作成・提出
【委託期間】契約日～来年3月31日
【応募資格】次の全てを満たす人①介護支援専門員証を持っている②居宅介護支援事業所などに所属していない③認定調査の実務経験が2年程度ある④認定調査に必要な交通手段や通信手段がある⑤盛岡広域8市町内で月30件程度の調査ができる
【問】介護保険課認定係 ☎626-7560

「基本チェックリスト」で生活機能をセルフチェック!

チェックリストを使って、生活機能が衰えていないか定期的に確認しましょう。チェックリストは地域包括支援センターなどで配布しています。

- 生活機能維持のための三箇条
- 一、外出や交流をして体力や気力を保つ
- 一、家事などの身の回りのことを自分で行う
- 一、家庭や社会での役割を持つ



認知症には早期のサポートが大切

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気ですが、もし認知症になっても、早期の発見・対応と周囲の適切なサポートにより、生活機能を維持し、住み慣れた地域で暮らし続けていくことができます。まずはかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。

★認知症初期集中支援チームも強い味方

医師や保健師、看護師などで構成する「認知症初期集中支援チーム」は、認知症が疑われる人やその家族の強い味方。状況に応じた医療や介護サービスなどの支援を早期に受けられるよう相談を受け付けます。同チームに相談を希望する人は、長寿社会課 ☎613-8144へお問い合わせください。

在宅医療と介護を学ぶ出前講座

在宅医療と介護の知識について学べる出前講座を開催します。
【開催時間】月曜～金曜、13時～17時の概ね1時間程度
【対象】町内会や老人クラブなど、5人以上の団体
【費用】無料
【申し込み】開催希望日の2か月前までに、医療法人協会 チームもりおか ☎681-7653/ファクス652-7560でお申し込みください

在宅医療を実施する医療機関・事業所の一覧を、市と医師会ホームページに掲載していますのでご利用ください。【広報ID】1017510

11 広報もりおか 29.7.11 7



身に覚えのない メールやはがき に注意

事例1

未納料金が発生?
身に覚えがない
請求メールが…。

(40代女性)

携帯電話にメールで「有料動画サイトへの登録履歴があり、未納料金が発生しています。本日に連絡がない場合は法的手続きに移行します」と、身に覚えのない内容で有名企業が送付されてきました。どう対応すればいいのでしょうか。

●対処法

大手事業者を語りメールを送りつけてくる手口です。さらに、期限を「本日で」として受信者を慌てさせ、電話をかけてきた人を巧妙に誘導して金銭を払わせようとしています。最近ではコンビニなどでプリペイドカードを購入させ、カードに記載されている番号を伝えさせようとする手口が増えています。身に覚えのない請求メールに対しては、決して電話を促す内容。無視しても何も起こりません。

事例2

家や車が
差し押さえに?
裁判所に訴状が…。

(60代女性)

「民事訴訟管理センター」と名乗る機関から「料金未納分訴訟最終通知」というはがき。過去に利用した業者への未払いがあるとして、「裁判所に訴える」「給与や不動産を差し押さえる」などと書かれ、訴訟の取り下げの相談を促す内容。どうしたらいいですか。

●対処法

はがきにある相談窓口に連絡させ、弁護士を名乗る者を紹介して最終的にプリペイドカードの番号を入手しようとする手口です。事例1と同様、相手に連絡せず、無視してください。

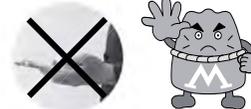


プリペイドカードの番号は教えちゃダメ!

迷惑メール 受信時の対処法

迷惑メールを受信しないよう迷惑メールフィルタなどを設定していますが、届いてしまう場合があります。また、悪質業者は、携帯電話番号宛てにメッセージを送れる機能を利用して、無作為に選んだ電話番号に送信してきます。現状では防ぎ切れない迷惑メール。受信したときは次のように対処し、トラブルを未然に防ぎましょう。

安易なクリックは厳禁!
怪しいと思ったら、
☎624-4111へ相談を!



①メールを開かない

迷惑メールや添付ファイルを開くと、ウイルス感染などの恐れがあります。心当たりのないアドレスから送られてきたメールは開かず削除しましょう。

②記載された宛て先へ連絡しない

返信や電話をするとメールアドレスや電話番号が相手に伝わってしまいます。それがきっかけで執拗に連絡してくるケースがあります。

③メールに記載されたURL (リンク先) をクリックしない

リンク先をクリックしてしまうと、サイトの運営者から閲覧料や利用料などと称して不当な請求などを受けるきっかけになります。

④個人情報を入力しない

有名企業を装った偽サイトへ誘導し、IDやパスワードなどを入力させて個人情報を盗もうとするのが「フィッシングメール」。そうした怪しいメールを受け取った場合は入力しないことが肝心です。企業の正しい電話番号を自分で確認し、直接問い合せましょう。

くらしとお金の 安心合同相談会

【日時】 7月8日(土)10時~16時

【場所】 消費者信用生活協同組合
(南大通一、CFCビル2階)

【内容】 借金や生活費不足、貸付制度など日常生活のお金の悩みの相談について、弁護士や専門の相談員が応じます。秘密は厳守します

【費用】 無料

【申し込み】 同協同組合☎653-0001に電話予約

【主催】 同協同組合と市、県社会福祉協議会、市社会福祉協議会、岩手弁護士会消費者問題対策委員会、NPO法人いわて生活者サポートセンター

地図 消費生活センターと消費者信用生活協同組合の所在地



Morioka

盛岡 Life Story

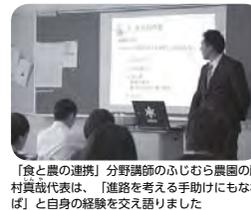
ライフストーリー

講座の様子。今後の調査研究のため、真刺にメモを取る生徒



若者が考える地方創生 盛岡市と一高がSGHで連携

盛岡一高で6月6日、国際的に活躍できる人材を育成するスーパーグローバルハイスクール (SGH) の授業が行われました。市のまち・ひと・しごと創生総合戦略を基に「子どもの貧困対策」「移住・定住促進」など8テーマに分かれた生徒は、各分野の取り組みや抱える問題に熱心に耳を傾けました。「地域福祉と共生社会」に参加した澤口真直さん(1年)は「地域での関わり合いの希薄化など多くの問題があると知った。住民同士の支え合いについて考えたい」と意気込みました。生徒は今後、企業や地域などに出向いて学習を進め、年度末に成果を発表します。



「食と農の連携」分野講師のふじむら農園の藤村真哉代表は、「進路を考える手助けにもなれば」と自身の経験を交え語りました



講座の後、グループに分かれて情報共有する生徒

シリーズ「盛岡さんさ踊り・40年を振り返る」③

盛岡さんさ踊りの華「ミスさんさ踊り」

盛岡さんさ踊りの華「ミスさんさ踊り」。毎年祭りの4日間、ミス太鼓・ミス横笛・うたっこ娘と共にパレードの先陣を切り、団体を引っ張ります。

昭和53年の第1回「盛岡夏まつり・さんさ踊り」当時は、ミスさんさ踊りが1人、準ミスさんさ踊りが2人でしたが、59年に準ミスさんさ踊りが4人に。現在のように5人全員に「ミスさんさ踊り」の称号が与えられたのは、平成3年からです。

昭和57年の東北新幹線開業記念「第31回江戶趣味納涼大会うさ夏まつり」のパレードに招待されたことが、県外で盛岡さんさ踊りの知名度を上げる大きな契機となりました。この年の盛岡さんさ踊りの来場者は1万人を超え、全国各地へのミスさんさ踊りの派遣が増えていきます。今では台湾やタイ、アメリカなど

海外を含め年間約100回にも及ぶ派遣活動を行っています。

ミスさんさ踊りに必要なスキルは踊りのうまさだけではありません。盛岡さんさ踊りや市の歴史・文化を知り、PRしていく役目も担っています。そのために、約2か月間かけて研修をしています。

盛岡さんさ踊りを披露しながら、盛岡・岩手のPRのため全国・海外を駆け巡るミスさんさ踊り。美しいだけでなく、タフで格好良い「ミス」といえるかもしれません。

今年で40代目となるミスさんさ踊りは、5月20日の最終審査によって選ばれ、現在は本番に向けて必死に練習をしています。当日は一人前になったミスさんさ踊りたちの晴れ舞台をぜひ見に来てください。

【問】 観光交流課☎613-8391



40代目のミスさんさ踊り

平成15年の夏の夏まつり

見守りつなぐ 民生委員・児童委員

~100年間、このまちとともに~

【VOL.3】

地域で皆さんが安心して暮らし続けられる社会をつくるため、日々奔走している民生委員・児童委員ですが、まだまだ知られていない一面もあります。今回は民生委員・児童委員について寄せられたご質問にお答えします。【問】 地域福祉課☎626-7509

Q どのようにして選ばれるのですか?

A 町内会・自治会など地域の推薦を受けて選ばれます。その後、市が設置した市民生委員推薦会と市社会福祉協議会民生委員審査専門分科会による審査を経て、市長から厚生労働大臣に推薦され、同大臣が委嘱します。

Q 資格が必要ですか?

A 特別な資格は必要ありません。民生委員・児童委員は個別の問題についての専門家ではありませんので、自らがその課題を解決するというより、困っている人と専門機関をつなぐ役割を担います。

Q できないことはありますか?

A 金銭の管理や貸し借り、保証人になるなど、できないこともあります。ご理解とご協力をお願いします。



民生委員・児童委員は慎重に取り扱い、個人情報は慎重に取扱い、大切にさせていただきます。

民生委員・児童委員は、非常勤特別職の公務員なので、常勤特別職の公務員とは異なります。

東岡川地区民生委員協議会の馬場明建会長

本宮地区民生委員協議会の菊地陽子会長

広告

医療保険適用 在宅マッサージ
お気軽に
お電話ください。
レイス治療院
(盛岡とんぼ整骨院)
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
TEL019-68-2342

広告

盛岡ガス2017
ガス展(夏)
7/15(土)・16(日) 9:30~16:30
[会場] 盛岡ガス本社 特設会場
お楽しみのお客さま1組に
どちらかお一つ
プレゼント!
先着100名様限定
紅白餅
プレゼント!
お問い合わせ
盛岡ガス
営業部 リフォーム課
TEL.019-653-1241
〒020-0066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

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。

毎回異なるテーマ・出演者で、旬な話題をお届け!

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

もりけんに挑戦
(11ページに掲載)の答え
②しむまろくん

編集後記

大雨の中、上下カッパでチャグチャグ馬コの撮影をしましたが、気付いたころにはお日様が。チャグチャグ馬コの日は必ず晴れるというのは迷信ではない、と確信した一日でした。(あ)

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：14万3080部

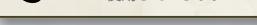
1部当たり約14円で制作し、

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。



もりおか 寸評

volume 526

もりおがすんびょう

ゆるり ゆっくり 散策したいまち

シンガーソングライター

奥華子さん



盛岡にはツアーや駅前広場での路上ライブ、震災後のチャリティーコンサートなどで10回は来ています。冬に来たときは寒くて。でも、その季節感を肌で感じられるところが気に入っています。私は無類の麺好きなので、じゃじゃ麺や冷麺はなんとか食べに行きましたが、観光する時間は取れないのでいつも残念に思っています。いつかゆっくり温泉にでも漬かったり、市内を見て回ったりしたいですね。

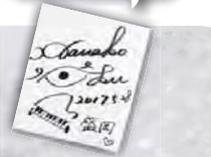
小さい頃からピアノやトランペットなどに触れる機会が多くありました。ピアノで弾き語りをするようになったのは高校2年の時。友人がギターの弾き語りをしている姿に「かっこいい!」と憧れたのがきっかけでした。20歳頃からライブハウスで歌うようになり、お客さんに感激され喜ばれる感覚にどんどんはまっていき、「シンガーソングライターになるぞ」と決意。なかなか曲を作れなくて何度もくじけそうになりました。それでもこの仕事を続けられているのは、歌うことが本当に好きだからなんだと思っています。自宅で飼っている猫に癒されながら、曲を作っては歌う毎日です。本音を言うと、もう少しゆっくりする時間が欲しいかな(笑)。

盛岡にも音楽を志す人は多くいると思います。私がこの仕事を始めたときは、絶対に売れるぞ!という根拠のない自信がありました。今となっては当時の自分に恥ずかしくなるときもありますが、自分を信じる気持ちを持つことは、何よりも大切。そういう強さを持って挑戦し続けてもらいたいですね。

それぞれイラストが異なります!

直筆サイン色紙を 抽選で3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「奥華子さんサイン色紙プレゼント係」へ郵送してください。7月20日(木)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。



5月28日、コンサートツアー2017「弾き語り〜遥か遠くに見えていた今日〜」のため来盛。[ガーネット]や「初恋」など多くのヒット曲を生み出すほか、CMへの楽曲提供も手掛ける。千葉市生まれ

広告

円楽さんをつっこりさせた補聴器



聴く力を生きる力に 三遊亭円楽 × ワイデックス

補聴器体験フェア

7月1日(土)~15日(土) 会場 メガネの水晶堂2階

ご来店予約も受付中です! 午前10時~午後6時



スマートフォンやテレビなど、さまざまな機器とつながる ワイデックスの「ビヨンド」が

1週間無料試聴できます。

当店は「認定補聴器専門店」です。「聞こえ」でお悩みのみなさま、ぜひご来店ください。

※認定補聴器専門店は公益財団法人テクノエイド協会が認定した店舗です。

主催/(株)メガネの水晶堂 tel.019-653-3435

盛岡市中ノ橋通一丁目4-20 http://suishodo-megane.co.jp/



ご来店できないお客様はご相談ください。(補聴器に関する点検や相談も承ります。)