



2019 (令和元) 年 12月15日号 (No.1519)

お知らせ版 目次

- 1 イベント情報、まちを支える人たち
- 2～3 年末年始のお知らせ・休日救急
- 4～5 健康ひろば、イベント情報
- 6～7 子育て情報
- 8～9 もりおかインフォ、技能功労者表彰
- 10 盛岡の2019

発行：盛岡市 020-8530盛岡市内丸12-2
 編集：市長公室広聴広報課 019-651-4111 (代表)
 019-613-8369 (直通) ファクス：019-622-6211
 info@city.morioka.iwate.jp 発行部数：14万3600部
 ※市内全世帯に配布しています

イベント情報ピックアップ

れきぶんかん 歴史館に 行ってみよう
 もりおか歴史文化館 (内丸) ☎681-2100

■新春・盛岡山車太鼓打ち体験

🕒 1月3日(金)、11時半～12時と13時～13時半
 👤 各10人

■新春・お琴演奏会

盛岡二高箏曲部による演奏を楽しめます。

🕒 1月12日(日)14時～15時 👤 50人

■企画展「盛岡と北海道～盛岡藩と蝦夷地の関係・交流史～」

函館山の登り口にある「南部坂」や「南部陣屋跡」など、江戸時代からつながりのあった盛岡藩と、蝦夷地と呼ばれていた北海道との交流の歴史を紹介します。

🕒 12月21日(土)～3月8日(日)

💰 展示室入場料が必要 ID 1026103

▶ギャラリートーク

🕒 1月26日(日)・2月23日(日)、13時半～14時半

👤 各30人

💰 展示室入場料が必要



同館所蔵の「東蝦夷地図並土人図」

新たな決意 消防出初式

☎ 消防対策室 ☎626-7404

市内の消防団員ら約800人が、年頭にあたり消防の使命を再認識し、消防団員としての決意を新たにします。

🕒 1月5日(日)

式典は10時半から盛岡城跡公園 (内丸)、分列行進は11時からサンビル (大通一) を出発し、映画館通り交差点まで。

ID 1024817



過去の消防出初式の様子

作ってみませんか 新年に短歌・俳句

市立図書館 ☎020-0114 高松一丁目9-45 ☎661-4343

■新春短歌会

事前に投稿された短歌を発表します。岩手県歌人クラブの会員による講評を受け、入賞作品を選びます。

🕒 1月11日(土)10時～15時

📄 新作1首を郵送または持参。1月4日(土)必着。持参は同日17時まで

ID 1029081

■新春俳句会

新年詠1句を含む当季雑詠3句を当日に会場で投句し、発表します。岩手県俳人協会などの会員による講評を受け、入賞作品を選びます。

🕒 1月13日(月)、投句は10時～11時、句会は12時半～15時

ID 1029082

今年の新春短歌会大賞
病室の窓より遠く街の灯が
蛩のごとく見ゆる雪の夜

今年の新春俳句大会賞
なまはげの息よりも
濃きものはなし

イベント情報は5ページへ続く

まちを支える人々



第8回

食生活改善推進員

星 智寿子さん (53) = 馬場町 =

私たちの健康は 私たちの手で

皆さん、「食べること」を大切にしていますか？ 星さんは、平成26年から食のボランティアである「食生活改善推進員」(愛称「ヘルスマイト」)として活動。市内には、養成教室※1を修了した30代から90代までのヘルスマイトが500人以上いて、健康料理教室を開いたり、地域の集まりに手作りおやつを提供したりして、食の大切さを伝えています。長年、家庭でも料理をしてきた星さんですが、ヘルスマイトになって、食材の切り方や、味付けが自己流だったことに

気付かされたそうです。また、岩手県は、脳卒中による死亡率※2が、女性は全国1位、男性も3位ということを知り、減塩の必要性を実感。食生活も大きく変化したと言います。「健康づくりは、日々の食事の積み重ねから。塩辛い味付けを好む人も、一週間、だしや香辛料を効かせた減塩料理を食べ続けると舌が慣れていきます。ヘルスマイトで学んだ知識を、これからも地域に還元していきます」と、力強く話してくれました。

※2 平成29年度人口動態統計特殊報告「平成27年都道府県別年齢調整死亡率の概況」より

地域活動やボランティア活動などで、まちづくりに関わる人々を紹介します



▲郷土料理を広めようと、農業まつりでひつつみの振る舞い。大人にも子どもにも大人気でした

※1 同教室は、6月から12月まで毎月1回開催。募集は広報もりおかなどでお知らせします。
 ☎健康増進課☎603-8305



ヘルスマイトで学んだことは、子育てにも役立ちますよ！

<マークの見方>

- 🕒 日時 📍 場所 👤 定員、対象 💰 費用※特に記載がない場合は無料
- 📄 申し込み※右記を参照 ☎ 問い合わせ 📄 託児 🚌 会場までバス移動 ID 広報ID

市公式ホームページのトップページにある検索窓に、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。

※申し込み方法 (定員があって特に記載がないものは、当日先着順に受け付け)
 電話：記載されている申込開始日時から先着順に受け付け
 はがき/往復はがき：①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、申込期限必着で郵送。定員を超えた場合は抽選
 ファクス：上記①～⑥と⑦ファクス番号を記入し、ファクスで申し込み。申込開始日時から先着順に受け付け