



お知らせ版 目次

- 1 イベント情報、もりおか暮らし物語賞
- 2~3 猫の飼い方・もりおかインフォ
- 4~5 健康ひろば、休日救急
- 6~7 子育て情報、保留地の売却
- 8 イベント情報

発行：盛岡市
 編集：市長公室広聴広報課
 ☎019-613-8369 (直通)
 info@city.morioka.iwate.jp

〒020-8530盛岡市内丸12-2
 ☎019-651-4111 (代表)
 ファクス：019-622-6211
 発行部数：14万3550部
 ※市内全世帯に配布しています

イベント情報

盛岡劇場

☎020-0873 松尾町3-1
 ☎622-2258

■開館30周年記念特別企画
 「高麗屋の芸 十代目松本幸四郎
 芸談とシネマ歌舞伎」

旧盛岡劇場から縁のある十代目松本幸四郎さんによる芸談と、襲名披露公演を収録したシネマ歌舞伎「女殺油地獄」を鑑賞します。盛岡芸妓による芸の披露や出店などもあります。

🕒 4月5日(日)13時~16時半

💰 全席指定。6000円

📺 2月22日(土)10時から、同劇場のほか市民文化ホール、キャラホール、姫神ホールで販売
 ID 1029632



市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
 ☎621-5100

■N響メンバーによる室内楽

篠崎史紀さんを中心としたN響精鋭メンバーによる室内楽コンサート。

🕒 5月21日(木)19時~21時

💰 全席指定。S席5000円、A席4000円、U-25チケット2500円※当日は500円増し

📺 2月27日(木)から同ホールと市内各プレイガイドで発売 ID 1029683

■宮川彬良×ぱんだウインドオーケストラ
 🕒 6月14日(日)15時~17時
 💰 全席指定。S席4500円、A席3500円、U-25チケット1500円※当日は500円増し

📺 3月6日(金)から同ホールと市内各プレイガイドで発売 ID 1029681

キャラホール

☎020-0834 永井24-10-1
 ☎637-6611

■キャラホール ピアノ開放DAY
 スタインウェイのフルコンサートピアノ「D-274」を開放します。

🕒 3月15日(日)・17日(火)・18日(水)、10時~21時 📺 中学生以下は保護者同伴
 💰 1人1時間1000円※演奏をしない同伴者1人まで無料
 📺 電話・窓口：2月19日(木)10時から

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
 ☎604-3303

■パソコンミニセミナー

エクセルの基本的な関数を学びます。

🕒 3月12日(木)13時~15時

👤 8人※起業や就労を目指す女性

💰 300円

📺 電話：2月25日(火)10時から芽でるネット ☎624-3583で受け付け

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
 ☎634-0450

■エアロビクス体験会

🕒 2月27日(木)・3月5日(木)、11時15分~12時15分

👤 各20人※16歳以上

💰 各500円

📺 電話：2月19日(木)10時から

■ジュニア体育体験会

マットや鉄棒、跳び箱で運動します。
 🕒 3月2日(月)・9日(月)、全2回、16時半~17時半

👤 12人※4月に小学1・2年生になる子

💰 1000円

📺 電話：2月19日(木)10時から

■障がい者スポーツ教室

①鉄棒や跳び箱、マットで運動します②クロール習得を目指します。

🕒 3月7日(土)①9時半~10時20分②10時40分~11時半

👤 各10人※知的・発達障がいのある小学生

💰 各550円※①②とも参加の場合は990円 📺 電話：3月5日(木)まで

サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
 ☎635-9600

※改修工事を終え、2月から開館しました

■ヨガde学ぶ歩き方

🕒 3月7日(土)10時~11時半

👤 15人 💰 500円

📺 電話：2月19日(木)10時から

■ナチュラルなドライフラワーアレンジ

🕒 3月14日(土)10時~11時45分

👤 15人 💰 2800円

📺 電話：2月20日(木)10時から

■春にうたう 詩吟講座

🕒 3月17日(火)13時半~15時

👤 5人 💰 500円

📺 電話：2月22日(土)10時から

イベント情報は8ページへ続く

令和元年度盛岡ブランド表彰

もりおか暮らし物語賞

市は、盛岡の価値や魅力を「盛岡ブランド」として市内外に発信してきました。その取り組みの一環として、盛岡ブランドの推進に寄与し、その功績が顕著である人や団体を「もりおか暮らし物語賞」として平成19年から表彰しています。本年度は次の3団体が受賞しました。

📍 都市戦略室 ☎613-8370

これまでの受賞者などは市公式ホームページに掲載しています
 ID 1009730

有限会社小野染彩所

(小野信太郎取締役社長)

南部藩の御用染師の頃から続く型染の技法を継承し、「南部古代型染」と名付けて、守り継いでいる。素朴で力強く、格調高い作品は、城下町盛岡の歴史と風土を表す。「盛岡小さな博物館」として、多くの人が見学、制作体験するなど、盛岡ブランドのイメージアップに貢献している。



盛岡さんさ踊り振興協議会

(寺長根実会長)

昭和53年に伝統さんさ踊りなどの18団体により結成され、市民みんなが気軽に踊れる「統合さんさ」を考案。盛岡さんさ踊りの参加者拡大と発展に貢献した。また、全国のイベントへの派遣や修学旅行生への体験学習など、さんさ踊りを通じた盛岡、岩手の発信に大きな役割を果たしている。



有限会社草紫堂

(藤田繁樹代表取締役)

鎌倉時代以前に伝わり、一度途絶えた紫根染め・茜染めの技法を再興し、現代に継承している。高度な絞り技法の開発や技術者の養成にも力を注ぎ、「南部しぼり」として内外から高い評価を得ている。多くのメディアにも取り上げられ、盛岡ブランドのイメージアップに貢献している。



<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

殺処分ゼロから

「保護猫ゼロ」のまちを目指して

市は、保護した猫の「殺処分ゼロ」の継続を目指し、取り組んでいます。盛岡が、人と猫のより良い関係を築くことができる優しいまちであり続けるために、できることを一緒に考えてみませんか。 ☎ 生活衛生課 ☎603-8311

※重い病気やけが、凶暴な性格などで飼いきつけない動物を除く

「殺処分ゼロ」はゴールではない

市は、殺処分ゼロを達成するために、保護した猫をボランティアの自宅で世話してもらいながら新しい飼い主を探したり、動物愛護団体と一緒に譲渡会を開催したりと、多くの人の協力の元に取り組みを進めてきました。

しかし、保護猫のもらい手を見つけるだけでは殺処分ゼロを継続することはできません。なぜなら、猫を飼える人の数には限りがあり、すでにもらい手が減り始めているからです。

保護される猫を減らす

昨年度に保護された126匹のうち、46匹は飼い主が飼えなくなった猫でした。そして、34匹は衰弱・負傷などにより路上で保護された猫。この中にも元々は飼われていたのに、何らかの事情で屋外

に出てしまった猫がいます。

猫を飼っている人、これから飼いたいと思っている人は、飼い猫を「保護猫」にしないため、次のような責任をきちんと負いましょう。

❖ 飼い猫は、責任をもって最後まで

- 屋外は病気やケガの危険だらけ。安全な室内で飼う
- もし迷子になっても飼い主がわかるよう首輪や名札、マイクロチップを装着する
- 不妊・去勢手術は必ずする
- 複数匹飼うなら、きちんと世話が行き届く数まで。増えすぎは人も猫も不幸のもと
- 災害への備えを考えておく

❖ 飼えなくなるかも——に備える

- 引っ越しや病気などで、大切に飼っている猫を飼いきつけない——。誰にでも起こりうる方が一に備えて、次のような準備をしておくことが必要です。
- 健康診断やワクチン接種、不妊・去勢手術を済ませる
- 代わりに飼ってくれそうな人を見つけておく
- ポスターやインターネットなどを活用した譲渡の仕方を調べておく

❖ 野良猫も元は飼い猫

いわゆる「野良猫」も、元々は飼われていた猫が繁殖したものの。元をたどると、人間が手を差し伸べるべきとも言えますが、「かわいそう」「助けて」と、その場でエサを与えるだけでは、結果的に不幸な猫が増えてしまいます。自宅に引き取らずに世話をすれば、まず不妊手術を行いましょう。保護の方法や不妊手術への補助制度など詳しくは、同課にご相談ください。

これからの季節は猫の繁殖シーズン

早春は特にメス猫の発情が起こりやすくなります(それ以外のシーズンでも繰り返します)。不妊手術は、冬のうちに!



NPO法人もりねこ
工藤 幸枝代表

保護猫を、新しい飼い主につなげる活動をしています。いつか保護される猫がいなくなり、飼い主も猫も幸せになることが目標。そのためには、猫を外に出さない、不妊手術をする、最後まで面倒をみる、この三つが大原則です。最近では自身が高齢で猫が飼えなくなったという相談が多く寄せられます。飼い主一人だけでなく、家族みんなで猫の将来のことを考えてもらいたいですね。猫も家族の一員です。



もりおかインフォ

募集

市の委員を募集

市は、表1の各委員を募集します。応募用紙は担当課や市役所本庁舎本館1階窓口案内所、各支所などに備え付ける他、市公式ホームページでもダウンロードできます。応募資格など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

盛岡芸術祭への出品・出演

文化国際室 ☎626-7524

同芸術祭の美術展部門(日本画と洋画、彫塑、工芸、書道、写真、俳句)への出品作品と舞台部門(音楽とピアノ)への出演者を募集します。詳しくは、市役所本庁舎本館1階窓口案内所や各支所などに備え付けの開催要項または市公式ホームページをご覧ください。 ☎ 1025594

お知らせ

啄木記念館・玉山歴史民俗資料館
整備基本計画案の市民説明会
歴史文化課 ☎639-9067

施設整備方針などについて説明します。

- ☎ 2月24日(月)14時～15時半
- ☎ 渋民公民館(渋民字鶴塚)

3月1日～7日は建築物防災週間
建築指導課 ☎639-9054

市は消防署と協力して、不特定多数の人が利用する建築物の立ち入り査察と改善指導を実施します。また期間中、都南分庁舎2階の同課内に木造住宅やブロック塀の地震対策などに関する相談所を開設します。

「もりおかの環境」を作成

環境企画課 ☎626-3754

市の環境に関する年次報告書をまとめた「令和元年度版もりおかの環境」を発行しました。公民館や図書館に備え付けている他、市公式ホームページにも掲載しています。 ☎ 1010067

盛岡広域スポーツコミックを発行

スポーツツーリズム推進室内、盛岡広域スポーツコミッション事務局 ☎603-8009

市の地域おこし協力隊が、漫画で広域のスポーツ情報を紹介する「ぼるスポ」。昨年8月に引き続き、第2巻を発行しました。盛岡広域市町のスポーツ施設で無料配布しています。

盛岡市・ビクトリア市姉妹都市
提携35周年記念事業補助金
文化国際室内、同記念事業
実行委員会事務局 ☎626-7524

両市いずれかで、4月以降に姉妹都市交流事業を行う民間団体に、経費の2分の1(上限30万円)の補助金を交付します。申請方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。 ☎ 1029566

県特定(産業別)最低賃金改正
岩手労働局 ☎604-3008

昨年12月28日に特定の業種で働く労働者の最低賃金が改正されました。改正された業種など詳しくは、同局に問い合わせるか、同局のホームページをご覧ください。 ☎ 1008114

寄付をいただきました

■NTT岩手グループ(NTT東日本岩手支店 星伸寿支店長)
8万5107円。子ども未来基金のために。

■市の推計人口(1月1日現在)
29万2010人(男:13万8411人、女:15万3599人)
【対前月比】105人減 【世帯数】13万2868世帯
☎ 1019915 ☎ 企画調整課 ☎613-8397

表1 募集する委員など

| 委員の名称 | 人数 | 任期 | 募集期間 | 担当課 |
|-------------------------|----------|---------------------|----------------------|-----------------------|
| 保健所運営協議会委員 ☎ 1029587 | 1人 | 令和2年 4月から 2年間 | ～3月3日(火) | 保健所企画総務課 ☎603-8301 |
| 屋外広告物審議会委員 ☎ 1021924 | 1人 | | 2月17日(月)～ 3月2日(月) | 景観政策課 ☎601-5541 |
| スポーツ推進委員 ☎ 1022040 | 5人 程度 | | 2月19日(水)～ 3月4日(水) | スポーツ推進課 ☎603-8013 |

各種相談

| 内容 | 日時 | 場所など | 問い合わせ |
|---------------|-----------------------|---|---------------------------------|
| 休日納付相談 | 2/23日 9時～16時 | 納税課(市役所本庁舎別館2階)と健康保険課(同1階) | 納税課 ☎613-8462 |
| 市民無料 法律相談★ | 3/9(月)・23日 10時～15時 | 広聴広報課(市役所本庁舎別館6階) 岩手弁護士会の弁護士が無料で相談に応じます | 広聴広報課の 予約専用ダイヤル ☎626-7557 |
| 無料 法律相談★ | 3月の毎週水曜 10時～15時 | | 岩手弁護士会 ☎623-5005 |

★要事前申し込み。相談希望日の前週の9時から電話で受け付け

計画案への 意見を募集

次の計画案は、担当課や市役所本庁舎本館1階窓口案内所、各支所などに備え付ける他、市公式ホームページにも掲載しています。意見の提出方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。 ☎ 1012317

| 計画案の名称 | 募集期間 | 担当課 |
|--|-----------------------|----------------------|
| 第2期盛岡市地域福祉計画中間年度見直し | 2月13日(木)～ 3月5日(木) | 地域福祉課 ☎626-7509 |
| 盛岡市障がい者福祉計画中間年度見直し | | 障がい福祉課 ☎613-8346 |
| 第2次もりおか健康21プラン中間評価 | | 健康増進課 ☎603-8305 |
| 第2期盛岡市まち・ひと・しごと創生総合戦略 | 2月14日(金)～ 3月6日(金) | 都市戦略室 ☎613-8370 |
| 盛岡市シティブロモーション指針及び推進計画 | | |
| 第2期盛岡市子ども・子育て支援事業計画 放課後児童健全育成事業に従事する者及びその員数に係る基準の参酌化に伴う対応について | | 子ども青少年課 ☎613-8356 |
| 第2期盛岡市子どもの未来応援プラン 子ども・若者育成支援計画中間見直し | | |
| 第2期盛岡市空き家等対策計画 | 2月19日(水)～ 3月10日(火) | くらしの安全課 ☎603-8008 |
| 食品衛生監視指導計画 | 2月20日(木)～ 3月11日(水) | 生活衛生課 ☎603-8311 |

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〕美容皮膚科・美容外科・形成外科
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。

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 鳴海ビル2F

HP <http://sakura-keisei.jp/>

ホテルメトロポリタン盛岡、ホテルニューウイング盛岡、ホテルニューオーグスタ盛岡、ホテルニューグランド盛岡、ホテルニューオーグスタ盛岡、ホテルニューウイング盛岡、ホテルニューオーグスタ盛岡、ホテルニューグランド盛岡

広告

ATMでご利用可能

もりしん教育カードローン

好評 取扱中!!

◎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! ◎子どもが就学中は元金返済据置(元金の任意返済は可能)。
◎ローンカードによりATMで出金可能!ご利用しやすい教育カードローンです!

ローンプラザもりしん
☎ 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

“あなたのそばに もっと身近に”
<http://www.morishin.co.jp/>

盛岡信用金庫
盛岡市中ノ橋通一丁目4番6号 ☎019-623-2221

健康ひろば

大切な人の命を支える ゲートキーパースキルアップ研修

保健予防課 ☎603-8309

悩みを抱える人の相談を聞く傾聴の演習や、体に優しく触れるタッチングタッチケアについて学びます。

② 2月25日(火)10時～12時

☒ 市保健所(神明町)

☑ 50人※ゲートキーパー研修を受講済で、ボランティアとして活動を希望する人

☎ 電話：2月21日(金)17時まで

健康チェックしてみませんか

ものづくり推進課内、盛岡ヘルスケア産業協議会 ☎626-7551

指先から採取した1滴の血液で肝機能や脂質、糖代謝(血糖)などの健康状態を無料測定します。当日会場へどうぞ。

② 2月25日(火)・26日(水)、10時～16時

☒ 市役所本庁舎本館8階(内丸)

☎ 1029677

健康づくりマッサージ等指導教室

長寿社会課 ☎603-8003

マッサージ師による健康講話とマッサージを受けられます。タオル持参。

☑ ☒ 表1のとおり

☑ 各20人※60歳以上 ☎ 1003805

| 期日 | 時間 | 会場 |
|-----------------|---------------|--------------------|
| 2/21(金)・3/13(金) | 13時半～15時半 | 青山地区活動センター(青山三) |
| 2/28(金) | 10時～12時 | 太田老人福祉センター(上太田細工) |
| 3/7(土)・3/17(火) | 10時15分～12時15分 | 愛宕山老人福祉センター(愛宕下) |
| 3/16(月) | 10時～12時 | 津志田老人福祉センター(津志田西二) |

もりおか健康21 プランシリーズ

こんなところにも！たばこの害

◆衣服に残る煙の成分にも、受動喫煙のリスク

喫煙時に衣服や髪などに付着したり、喫煙者の体に吸い込まれた煙の成分は「残留たばこ煙」として、喫煙してから時間が経っても放出されています。周りの人がこの残留たばこ煙を吸い込んでしまうことをサードハンドスモーク(三次喫煙)と言います。受動喫煙は完全には防ぎきれません。

◆加熱式たばこからも有害な物質が出ています

たばこの成分を燃やさずに、気体にして吸い込む加熱式たばこ。煙が見えないので、受動喫煙の心配がないかと思われている人も多いのでは。実は、加熱式たばこを吸った人の呼気にも、ニコチンなどの有害物質は含まれています。加熱式たばこでも、受動喫煙に注意が必要です。

広告

三陸鉄道・特別運行「震災学習列車」で行く

今だから、現在を感じる三陸。

出発日 2020年3月11日(水)(日帰り) 最少乗行人員 20名

おとな子ども共通 旅行代金 11,000円

●添乗員/全行程同行 ●食事/朝×昼×夕

詳しく書面をご用意しております。ご確認の上、お申込みください。

お問い合わせ先 資料請求先 **銀河鉄道観光** ☎019-601-9991

FAX: 019-601-9996 Email: gingakankou@igr.jp

銀河行長登録旅行業第1966号/総合旅行業務取扱管理者 大下幸夫/※掲載の写真はイメージです

IGR IGRいわて銀河鉄道株式会社 盛岡市青山二丁目2-8

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください

元気はなまる筋力アップ教室

長寿社会課 ☎613-8144

足腰を丈夫に保つための筋力アップ体操と講話。上履さとタオル、飲み物持参。

② 3月17日(火)14時～15時半

☒ 特別養護老人ホームコアトレス 厨川(厨川二)

☎ 1029417

休日エイズ・梅毒・性器クラミジア検査

保健予防課 ☎603-8308

同検査を匿名・無料で実施します。当日会場へどうぞ。

② 3月7日(日)9時～11時半

☒ 市保健所(神明町) ☎ 1006616

認知症サポーター養成講座

長寿社会課 ☎613-8144

認知症の症状や予防方法、認知症の

表3 元気はなまる筋力アップ教室の日程

| 期日 | 時間 | 会場 | 定員 |
|---------|-----------|------------------------|-----|
| 3/2(月) | 10時～11時半 | 本宮老人福祉センター(本宮四) | 20人 |
| 3/3(火) | | 仙北老人福祉センター(東仙北一) | |
| 3/4(水) | | 中野地区活動センター(東安庭字小森) | |
| 3/9(月) | | 仁王老人福祉センター(名須川町) | |
| 3/10(火) | 10時～11時半 | イオンスーパーセンター-洪民店(洪民字鶴飼) | 80人 |
| 3/10(火) | 10時～12時 | 青山地区活動センター(青山三) | |
| 3/11(水) | 10時～11時半 | 緑が丘老人福祉センター(緑が丘三) | 20人 |
| 3/12(木) | 13時半～15時 | 土淵地区活動センター(前湯四) | |
| 3/17(火) | 10時～11時半 | 就業改善センター(好摩字野中) | 50人 |
| | 13時半～15時半 | 加賀野老人福祉センター(加賀野四) | |
| 3/18(水) | 13時半～15時半 | カワトク(菜園一) | 20人 |
| 3/23(月) | 10時～11時半 | 城南公民館(永井24) | |
| 3/24(火) | 10時～11時半 | 桜城老人福祉センター(大通三) | 20人 |
| | 13時半～15時 | ユートランド姫神(下田字生出) | |
| 3/26(木) | 10時～11時半 | 山岸老人福祉センター(下米内一) | 20人 |
| | | 北厨川老人福祉センター(厨川一) | |

たばこを吸わない人が、他人のたばこの煙を吸いこんでしまう受動喫煙。実は直接たばこの煙を吸わなくても、たばこの有害な成分を体に取り込んでしまうことがあります。 ☎ 健康増進課 ☎603-8305

保険診療で禁煙にチャレンジ!

たばこに含まれるニコチンには強い依存性があり、自分の意志だけでたばこをやめるのはとても難しいことです。禁煙を成功させるために、専門の医療機関を受診しましょう。

「ただちに禁煙を希望している」などの条件を満たせば、健康保険が適用されます

禁煙治療に保険が使える県内の医療機関(日本禁煙学会ホームページ) →



人への接し方を学びます。受講者には認知症サポーターの証であるオレンジリングを配布します。

☑ 3月17日(火)14時～15時半

☒ 特別養護老人ホームコアトレス 厨川(厨川二)

☎ 1029417

おしゃべりカフェ in ケアコートもりおか

介護老人保健施設ケアコートもりおか ☎613-2303

参加者同士の交流や、認知症に関するミニ講習会などを開催します。

② 2月25日(火)13時半～15時※毎月第4火曜日に開催

☒ ケアコートもりおか(青山一)

☎ 1006417

接骨院の休日当番

※当番院が変更になることがあるので、事前に電話で確認してから利用してください

| 月日 | 名称 | 所在地 | 電話番号 |
|---------|---------|-------------------------|----------|
| 3/1(日) | もとみや整骨院 | 本宮三丁目24-1 | 677-8427 |
| 3/8(日) | みかわ接骨院 | 西仙北一丁目31-34 フラットキュー1階-A | 681-2577 |
| 3/15(日) | 接骨院りゅう | 本宮一丁目15-15 | 636-0066 |
| 3/22(日) | 小山田接骨院 | 東松園二丁目2-2 | 663-2574 |
| 3/29(日) | 小笠原整骨院 | 好摩字上山13-20 | 682-0106 |

学んで防ごう!糖尿病

健康保険課 ☎613-8436

糖尿病の合併症 を知っていますか? vol.2

糖尿病は誰でもかかる可能性がある病気で、進行すると恐ろしい合併症も表れます。その糖尿病の三大合併症は、「神経」「目」「腎臓」の3つに影響を及ぼすことから、頭文字をとって「し・め・じ」と略することができます。シリーズ2回目の今回は、「め：目」に表れる症状について紹介します。

糖尿病網膜症とは?

目の中の網膜にはとても細い血管(毛細血管)が広がっていて、それらの血管が神経細胞に酸素や栄養を運んでいます。糖尿病で血糖値が高い状態が長引くと、網膜の血管に障害が起こり、神経細胞が正常に動かなくなり視力を損ないます。糖尿病網膜症は日本の失明原因の第3位となっており、糖尿病になってから7～8年で発症すると言われています。

糖尿病網膜症の症状

初期のうちは自覚症状がほとんど無く、自分では気づきにくいのが特徴です。

病状の進行 ↓

- ◆ 目のかすみ
- ◆ 視力の低下
- ◆ 視界に糸くずや虫のようなものが見える
- ◆ 視界の一部分が暗くなる、視野が狭くなる

最悪の場合、失明することも

目を守るために気を付けること

▶ 血糖値や血圧をコントロールすることが大切!

血糖値が高い状態が長く続くほど網膜症になりやすく、進行も早いと言われています。また、高血圧も血管を傷つけて症状を悪化させます。糖尿病と診断されていない人でも、血糖値や血圧に不安がある人は医師の診察を受けましょう。

▶ 糖尿病の人は、年に1回は眼科に行きましょう

視力低下などの自覚症状が表れた時には、すでに網膜症が重症化しています。早期に発見して治療するために、自覚症状が無い場合でも1年に1回は眼科を受診して、糖尿病網膜症の検査を受けましょう。

診療時間外に具合が悪くなったら

■ 症状が比較的軽い場合は、「初期救急医療機関」へ

| 名称 | 所在地・電話番号 | 受付時間 | 診療科目 |
|-------------|---------------------------|----------------------------------|-----------------|
| 市夜間急患診療所 | 神明町3-29(市保健所2階) ☎654-1080 | 19時～23時 ※年中無休 | 内科・小児科 |
| 内丸メディカルセンター | 内丸19-1 ☎613-6111 | 17時～21時 ※平日のみ | 内科・外科 |
| 市立病院 | 本宮五丁目15-1 ☎635-0101 | 平日 17時15分～23時 土・日曜、祝日 8時半～23時 | 内科・外科★ |
| 休日救急当番医 | 下記の休日救急当番医・薬局のとおり | 9時～17時 ※歯科は15時まで ※薬局は17時半まで | 内科・外科 小児科・歯科 薬局 |

★内科医師のみとなる時があります。事前に市立病院へお問い合わせください

休日救急当番医・薬局

☑ 内科 ☑ 外科・整形外科 ☑ 小児科 ☑ 歯科 ☑ 薬局

| 日 | 区分 | 名称 | 所在地 | 電話番号 |
|------------|-----------|---------------------|---------------------|----------|
| 2/23(日) | ☑ 内 | 大澤脳神経・内科・歯科クリニック | 茶畑二丁目8-3 | 652-0038 |
| | | かなやま内科医院 | 浅岸一丁目12-22 | 621-8680 |
| | | 八角病院 | 好摩字夏間木70-190 | 682-0201 |
| | ☑ 外 | なおや脳神経・頭痛クリニック | 本宮字小坂小瀬13-4 | 656-3708 |
| | | 中村こどもクリニック | 上厨川字杉原50-47 | 648-7711 |
| | | 前川歯科医院 | 西青山一丁目16-17 | 647-1411 |
| ☑ 薬 | 茶畑薬局 | 茶畑二丁目6-14 | 622-1800 | |
| | 村源薬局 | 肴町6-2 | 623-1211 | |
| | おおたばし調剤薬局 | 本宮字小坂小瀬13-8 | 656-3131 | |
| | ミルキー薬局 | 上厨川字杉原50-48 | 646-0369 | |
| 2/24(月) | ☑ 内 | マリオス小林内科クリニック | 盛岡駅西通二丁目9-1 マリオス11階 | 621-5222 |
| | | 中村内科医院 | 若園町2-5 | 622-7103 |
| | ☑ 外 | 吉田整形外科・リウマチ科クリニック | 本町通一丁目9-28 | 604-3820 |
| | | 杜のこどもクリニック | 向中野三丁目10-6 | 631-1160 |
| 3/1(日) | ☑ 歯 | 前田歯科医院 | 青山四丁目30-1 | 645-2135 |
| | | 調剤薬局ツルハドラッグマリオス店 | 盛岡駅西通二丁目9-1 | 621-5200 |
| | ☑ 薬 | せりりゅう薬局 | 紺屋町6-24藤井ビル102 | 623-1511 |
| | | 本町薬局 | 本町通一丁目9-28 | 652-8200 |
| | ☑ 内 | リーフ薬局 | 向中野三丁目10-10 | 656-5877 |
| | | もりおか往診ホームケアクリニック | 北飯岡三丁目20-3 | 614-0133 |
| | ☑ 外 | 原田内科脳神経機能クリニック | 山岸三丁目2-1 山岸中央ビル1階 | 662-7533 |
| | | 秋浜内科クリニック | 洪民字駅103 | 683-2333 |
| | ☑ 小 | けやき整形外科クリニック | 上田一丁目1-35 | 656-1677 |
| | | 前多小児科クリニック | 盛岡駅前通9-10丸善ビル5階 | 601-7478 |
| ☑ 歯 | ふじむら歯科医院 | 肴町3-30パークハイツ中津川102号 | 625-2418 | |
| | ☑ 薬 | トマト薬局北飯岡店 | 北飯岡三丁目20-32 | 618-2657 |
| エメラルド薬局山岸店 | | 山岸三丁目2-1 | 605-1051 | |
| リーフ薬局 | | 上田一丁目1-35 | 601-3030 | |
| こまち薬局 | | 盛岡駅前通9-10 | 652-7581 | |
| | | たくぼく薬局 | 洪民字駅104 | 669-5800 |

※2月16日(日)の休日救急当番医・薬局は2月1日号に掲載しました。

■ 入院が必要と思われる場合と初期救急医療機関が診察していない時間は、「2次救急医療機関」へ

▶ 各病院で、その日の当直診療料が異なります。事前に各医療機関に問い合わせるか、市医師会のホームページをご覧ください。 ※受診の際は、医療費とは別に定額負担金が必要になる場合があります



2次救急医療機関の受入診療科はこちら ※一覧は、2月1日号をご覧ください

広告

土・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。加賀野 消化器内科・内科クリニック

【院長】加藤 隆幸

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~13:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 16:00~20:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |

年末年始、GWを含む 祝日も通常診療!

盛岡市天神町111-8 ☎019-604-1123

岩大附属小 至国道4号 花月堂 当院 城南小 至天満宮

ホームページ <http://kaganoclinic.jp/>

広告

日曜診療・往診・訪問診療 医療法人 ちだ内科・外科クリニック

※往診・訪問診療は 月～木曜 13:00～15:00

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | △ |
| 15:00~18:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | △ |

休診日 土曜、祝日、第2・第4日曜

盛岡市東安庭一丁目23-60(ジョイス東安庭店南隣) ☎019-604-3755

ホームページ www.chida-clinic.com

当院 駐車場 18台完備

子育て情報ひろば

親向け 子育てを応援

マタニティサロン

とりょう保育園地域子育て支援センター
(以下、とりょう支援センター) ☎651-8580

出産後の生活についてのアドバイス。

- ☎ 2月19日(火)10時～11時半
- ☎ とりょう保育園(肴町) ☎ 初妊婦
- ☎ 電話:開催日の前日まで

プレママサロン

もりおか子育て応援プラザ
ma*mall (マモール) ☎656-8207

出産後の赤ちゃんとの生活や0歳児の発達の話、保育所の入所相談など。

- ☎ 3月3日(火)10時～11時半
- ☎ ma*mall (大通一)
- ☎ 6人※初妊婦
- ☎ 電話:開催日の前日まで

マタニティ教室～平日コース～

母子健康課 ☎603-8303

妊娠中の栄養管理やママと赤ちゃんの歯の健康についての講話と調理実習。

- ☎ 3月19日(木)10時～13時半
- ☎ 市保健所(神明町)
- ☎ 30人※参加時点でおおむね妊娠5～8カ月の初妊婦
- ☎ 電話:2月28日(金)14時から

パパママ教室～日曜コース～

母子健康課 ☎603-8303

妊娠中の健康管理や赤ちゃんのお風呂の入れ方を学びます。

- ☎ 3月22日(日)10時～15時
- ☎ 市保健所(神明町)
- ☎ 36組※今年7月に出産予定の初妊婦と夫
- ☎ 電話:3月6日(金)14時から
- ID 1002116



過去の教室の様子

離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303

初めての離乳食の不安を解消するための講話と試食。※グループでの申し込みはお控ください

- ☎ 3月24日(火)10時～12時
- ☎ 市保健所(神明町)
- ☎ 30組※令和元年11月生まれの子と初めて子育てしている母親
- ☎ 電話:2月25日(火)14時から
- ID 1002133



過去の教室の様子

親子向け 一緒に楽しもう

市立保育園(10園)の一斉開放

とりょう支援センター ☎651-8580

園児と触れ合ったり、保育園の遊具や園庭で遊んだりします。

- ☎ 2月18日・25日・3月10日、火曜、9時半～11時
- ☎ 就学前の子と保護者、妊婦

親子でふれあい遊びや読み聞かせ

とりょう支援センター ☎651-8580

保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや体操、絵本などを学びます。

- ☎ 10時～11時半 ID 1002663
- ▶**にこにこルーム**
- 保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや体操、絵本などを学びます。
- ☎ 2月21日(金)・3月13日(金)
- ☎ 都南公民館(永井24)
- ☎ 3歳以下の子と保護者
- ▶**びびよルーム**

親子での遊びのほか、離乳食や赤ちゃんとの遊び方など子育ての悩みを相談できます。

- ☎ ☎ 2月28日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、3月3日(火)は高松地区保健センター(上田字毛無森)
- ☎ 0歳の子と保護者
- ▶**ウッドイ遊びの広場**
- ☎ 3月6日(金)

高松地区保健センター

☎ 2歳以下の子と保護者

ママとベビーのハッピータイム

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

簡単な手話などで赤ちゃんと思意思疎通するベビーサインを学びます。

- ☎ 3月4日～25日、水曜、全4回、13時半～14時半
- ☎ 松園地区公民館(東松園二)
- ☎ 20組※首の据わった3～24カ月の子と母親 ¥ 4000円
- ☎ 同スポーツクラブのホームページ:2月19日(火)から26日(火)まで

子向け わくわく体験

虹っ子ひろばのひなまつり

シルバー人材センター ☎622-3363

絵本の読み聞かせなど。

- ☎ 2月27日(木)10時～11時半
- ☎ 勤労福祉会館(紺屋町)
- ☎ 15組※6歳以下の子と保護者

わくわく運動教室体験会

もりおか子育て応援プラザma*mall ☎656-8207

マットを使って楽しく運動します。

- ☎ 3月6日(金)・13日(金)、15時半～16時
- ☎ 各8人※3～6歳
- ¥ 500円
- ☎ 電話:開催日の前日まで

親子で知ろう! 守ろう!! わたしの心とからだ

もりおか女性センター ☎604-3303

大切な心と体を守るために、性と生の健康について考えます。

- ☎ 3月14日(出)10時～12時
- ☎ プラザおでって(中ノ橋通一)
- ☎ 12組※小学3～6年生の女子とその母親 (定) 5人※要予約。子ども1人につき500円
- ☎ 電話:2月18日(火)10時から

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)は「休日救急当番医」を、夜間(19時～23時)は「市夜間救急診療所」で受診してください。(5ページ参照)

■症状が重い場合は小児救急入院受入当番医へ
症状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を受け入れます。
※受診の際は、医療費とは別に定額負担料が必要になる場合があります

- ☎ 17時～翌朝9時※土曜は13時～(祝日の土曜は9時～)

| 3月 | | | | | | |
|----|----|-----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 中央 | 日赤 | 川久保 | 国立 | 中央 | 医大 | 医大 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 医大 | 医大 | 川久保 | 中央 | 医大 | 日赤 | 中央 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 日赤 | 中央 | 川久保 | 国立 | 医大 | 中央 | 医大 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 中央 | 中央 | 医大 | 国立 | 中央 | 日赤 | 医大 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |
| 中央 | 医大 | 医大 | | | | |

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 検索

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください

リズムで遊ぼう

もりおか子育て応援プラザma*mall ☎656-8207

- ☎ 3月16日(月)10時～10時40分
- ☎ ma*mall(大通一)
- ☎ 15組※1歳半～2歳の子と保護者
- ¥ 300円
- ☎ 電話:開催日の前日まで

子向け わくわく体験

虹っ子ひろばのひなまつり

シルバー人材センター ☎622-3363

絵本の読み聞かせなど。

- ☎ 2月27日(木)10時～11時半
- ☎ 勤労福祉会館(紺屋町)
- ☎ 15組※6歳以下の子と保護者

わくわく運動教室体験会

もりおか子育て応援プラザma*mall ☎656-8207

マットを使って楽しく運動します。

- ☎ 3月6日(金)・13日(金)、15時半～16時
- ☎ 各8人※3～6歳
- ¥ 500円
- ☎ 電話:開催日の前日まで

友だちいっぱい!

みんなおいでよ、遊ぼうよ!

児童センター・児童館

児童センター・児童館は、主に小学生が放課後を楽しく安全に過ごすための市の施設。読書をしたり、さまざまな遊具で楽しく遊んだりできます。また、安全に遊べるよう児童厚生員らが見守ります。利用時間や説明会などは次のとおりです。申し込み方法など詳しくは、利用したい施設へ直接お問い合わせください。 ☎ 子ども青少年課 ☎613-8356

全40施設の一覧は、市公式ホームページをご覧ください



●盛岡・都南地域

【利用時間】

9時～18時
※土曜と夏休みなどの期間は8時～18時
※日曜・祝日は保護者の付き添いが必要

【休館日】 年末年始

※説明会に出席できない場合の利用申し込みなどは、各施設へお問い合わせください



●玉山地域

【利用時間】

平日、10時半～19時
※土曜は8時～18時
※夏休みなどの期間は8時～18時

【休館日】 日曜・祝日・年末年始

※巻堀児童館と生出児童館では、就学前の子どもを有料で預かります。詳しくは、各児童館へお問い合わせください



◆放課後児童クラブも利用者を募集中!

放課後児童クラブ(学童保育クラブ)は、小学生が民家や専用の建物などで放課後を過ごす施設です。保護者会や民間の法人が運営し、放課後児童支援員が子どもたちを見守ります。費用や開設時間、利用方法など詳しくは、市公式ホームページに掲載している各クラブへ直接お問い合わせください。

☎ 共働きなどで日中家に保護者がいない小学生

各クラブの問い合わせ先はこちら



太田・道明地区の保留地を売却

☎ 太田地区:市街地整備課 ☎639-9056
道明地区:盛岡南整備課 ☎639-9032

土地区画整理事業で整備された次の保留地を売却します。所在地や売却額など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

☎ 対象:太田地区(下太田沢田、中太田新田)6区画 道明地区(向中野)7区画

☎ 成年被後見人や被保佐人、破産者でない人

☎ 郵送・窓口:市役所都南分庁舎の各担当課に備え付けの抽選参加申込書に必要書類を添えて、☎020-8532(住所不要)市役所各担当課へ郵送または持参。2月28日(金)から3月23日(月)(道明地区は25日(火))まで受け付け。郵送は同日必着。持参は9時～17時に受け付け(土・日曜、祝日を除く)。

■説明会

- ☎ 2月28日(金)10時～12時
- ☎ 市役所都南分庁舎3階研修室

■抽選会

- ☎ 4月6日(月)
- ☎ 太田地区:13時半～15時
- ☎ 道明地区:15時～16時
- ☎ 市役所都南分庁舎4階大会議室

本とのふれあい

(♥)は幼児～小学生が対象の催しです。

市立図書館(高松一)

☎661-4343

■えほんのへや(♥)

- ☎ 3月5日(木)15時半～16時
- ☎ 3月12日(木)15時半～16時
- ☎ 3月13日(金)10時20分～11時は1歳3カ月以上の子と保護者、11時10分～11時半は1歳2カ月以下の子と保護者
- ☎ 3月14日(出)、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

都南図書館(永井24)

☎637-3636

■おとぎのへや(♥)

- ☎ 毎週土曜、14時半～15時
- ☎ 2月26日(火)10時45分～11時15分
- ☎ 4カ月～1歳半の子と保護者
- ☎ 3月11日(火)11時～11時半
- ☎ 就学前の子と保護者

市民図書館(浜民字鶴塚)

☎683-2167

■えほんのへや(♥)

- ☎ 3月23日(月)10時～11時半
- ☎ 就学前の子と保護者

上田公民館(上田四)

☎654-2333

■なかよしおはなし会

- ☎ 2月26日(火)・3月11日(火)、10時半～11時
- ☎ 幼児と保護者

西部公民館(南青山町)

☎643-2288

■ふたばわらべうた・おはなし会

- ☎ 3月18日(火)、10時～10時40分は1歳3カ月～3歳の子と保護者、10時50分～11時10分は1歳3カ月までの子と保護者

都南公民館(永井24)

☎637-6611

■子どもシネマランド(♥)

- 「おむすびころりん」など3本の上映。
- ☎ 3月14日(出)10時半～11時半

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111

■おやとこひろば

- 絵本の読み聞かせや音楽に合わせた運動などをします。
- ☎ 3月23日(月)10時～11時半
- ☎ 就学前の子と保護者

広告

タンクレストイレ クラシアンでリフォーム!

Panasonic アラウーノSII

特別価格 **124,000円** (税別)

工事費・処分費 すべて込み

使うたびに自動で泡洗浄します! 「全自動おそうじトイレ」

※排水タイプによっては価格が変わります。詳細はお問い合わせください。

出張費・点検・お見積もり 一切無料

水道局指定工事店(一部エリアを除く) ☎ **0120-573-573**

24時間受付 株式会社 **クラシアン** 365日対応 盛岡支社/盛岡市前九年二丁目6-10

製品交換も承ります。 ▶ その他 **TOTO LIXIL** 製品の交換も承ります。

広告

医療法人 葵会

もりおか往診ホームケアクリニック

内科/外科/消化器内科/内視鏡内科/循環器内科/神経内科

△ 第1・3火曜 午後休診

| 外来診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|---|---|---|---|---|---|
| 午前7時～12時 | ● | ● | ● | ● | ● | △ |
| 午後2時～5時 | ● | △ | ● | ● | ● | △ |

休診日/土・日・祝・年末年始
盛岡市北藤岡三丁目20-3

外来診療部 TEL 019-613-6555 / 在宅医療部 TEL 019-614-0133

もりおかリハビリテーションセンター 葵 TEL 019-613-6770

広告 広告に関するお問い合わせはナチュラルコム(株) ☎019-652-9190へ

わたなべ 内科 クリニック

脳神経内科/内科/リハビリテーション科/脳神経外科/整形外科

【院長】 渡邊 活見 日本神経学会 神経内科専門医

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前9:00～12:30 | ● | ● | ● | ● | ● | △ |
| 午後2:00～6:00 | ● | ● | ● | ● | ● | △ |

休診日/日曜、祝日
駐車場完備(13台)
盛岡市高松三丁目9-8

TEL 019-605-1117 www.clinic-watanabe.com

イベント情報

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください

ゆびあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

■ぬりえdeひなまつり

ゆびあすでぬりえを描き、展示しませんか。先着250人にひなあられをプレゼントします。

🕒 2月22日(土)～3月3日(火)

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-88
☎638-2270

■木製・スマートホンの

エコスピーカー作り教室

🕒 2月27日(木)～29日(土)、9時半～15時

👤 各5人※中学生以上

💰 各1000円

☎ 電話：2月19日(火)9時から

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■そば打ち体験教室

🕒 2月29日(日)9時半～12時

👤 ①簡単コース20人②本格派コース5人

💰 ①500円②1500円

☎ 電話：2月19日(火)10時から

■じっくり学ぶパソコン教室

ID 1029579

▶パソコンタブレットお助け相談会

🕒 2月29日(日)10時～12時と13時～15時

💰 500円

▶ワード実践編

🕒 3月3日(火)～4日(水)、10時～16時

👤 16人

💰 4400円

☎ 電話：2月18日(火)10時から

▶パワーポイントにトライしよう!

🕒 3月10日(火)～13日(金)、9時半～12時

👤 16人

💰 4400円

☎ 電話：2月26日(火)10時から

■春 新しいことをはじめてみませんか?～書道に挑戦!～

🕒 3月12日(木)・19日(木)、全2回、13時半～15時半

👤 8人※書道用具を持つ初心者

💰 710円

☎ 電話：2月20日(木)10時から

ID 1029583

もりおか歴史文化館

☎020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■テーマ展「桃と端午の節句」

🕒 2月19日(火)～5月18日(月)

💰 展示室入場料が必要 ID 1028442

■歴史文館リーディングカフェ

平谷美樹作「柳は萌ゆる」を同氏と

畑中美耶子館長が朗読します。

🕒 3月22日(日)14時～15時

👤 15人

💰 1000円

☎ 電話：2月23日(日)11時から

ID 1020024

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■収蔵資料展「明治・大正盛岡文士録」

🕒 2月22日(土)～6月14日(日)

💰 入館料が必要 ID 1025583

原敬記念館

☎020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■館長講座「渋沢栄一と原敬～新1万円札の顔と平民宰相の接点」

🕒 2月22日(土)13時半～15時

👤 30人 ID 1025552

盛岡てがみ館

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3302

■特別講話「雅子皇后と盛岡」

皇后雅子さまと盛岡の関わりについて、祖母の江頭寿々子さん、御両親と親交のある新渡戸基金の藤井茂理事長による講話。

🕒 2月23日(日)10時半～11時半

💰 入館料が必要 ID 1028177

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■令和元年度調査成果報告会

今年度に発掘調査した、盛岡市内の遺跡の最新成果を報告します。

🕒 3月1日(日)13時～16時

👤 80人 ID 1009440

■もりおか郷土芸能フェスティバル

歴史文化課 ☎639-9067

市・県指定文化財の神楽や田植踊り、剣舞、さんさ踊りなどの市内10団体が演舞。

🕒 2月23日(日)10時～16時

📍 市民文化ホール大ホール(盛岡駅西通二)

💰 前売り800円、当日1000円※中学生以下無料※前売りは市内プレイガイドで発売中 ID 1025596

■大人のクラフト教室

渋民公民館 ☎683-2354

スマートフォン用の木製スピーカー作り。

🕒 3月1日(日)9時～15時半

📍 都南つどいの森(湯沢1)

👤 10人※高校生を除く18歳以上

💰 1530円

🕒 2月18日(火)9時から

さけの稚魚放流会

網取ダムの環境と清流を守る会の大黒さん ☎651-2669

サケの稚魚2万匹を中津川に放流。

🕒 2月22日(土)11時～12時

📍 中津川橋付近の河川敷※駐車場はありません

👤 小学生以下は保護者同伴

ID 1025714

ベトナム料理で味わう異文化交流

文化国際室内、盛岡国際交流協会 ☎626-7524

盛岡に住むベトナム人を講師に、ベト

ナムの料理や文化を学び交流します。

🕒 3月15日(日)10時半～13時半

📍 上田公民館(上田四) 👤 20人

💰 1200円※賛助会員は500円

☎ 電話：2月18日(火)10時から

永井地域交流活性化センターの使用予約受け付け開始!

4月1日(火)から開館する同センター(旧・都南勤労福祉会館)の各部屋の使用受け付けを開始します。使用を希望する日の1カ月前から予約できます。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

☎ 電話：3月2日(月)9時から※3月31日

(火)までは市民協働推進課 ☎626-7500、

4月1日からは同センター ☎638-0500

で受け付け ID 1029618

📍 同館 ☎634-1171

子ども科学館で

科学の面白さを発見しよう!

少年少女発明クラブ 会員募集!

工作の基礎技術を学んだり、発明くふう展(発明協会主催)へ出品する作品を作ったりする少年少女発明クラブの会員を募集します。

二つの班に分かれて活動するよ!

- ①ダ・ビンチ班(基礎コース)
紙や木工、電子工作などの基礎技術を身に付ける
- ②エジソン班(応用コース)
発明くふう展へ出品するアイデア作品の製作や課題工作で工作技術の向上を目指す

3月のイベント

| イベント名 | 内容(費用)など | 日時 | 定員・対象 |
|---|--|--|--------------------------|
| ワークショップ「コンパクトホバー」 | CDを使ってホバークラフトを作る(200円。展示室入場料が必要) | 3月の毎週日曜と20日(金)・21日(土)、10時半～12時と14時～15時半 | 各30人 |
| サイエンスショー「静電気でな～に?」 | 静電気を利用したさまざまな実験(展示室入場料が必要) | 3月の毎週日曜(22日を除く)と20日(金)・21日(土)、13時～13時15分 | なし |
| ナイトミュージアム ①星空みどころ案内 ②星を見る会※悪天・荒天時は中止 ③科学工作 ④プラネタリウム | ③ビー玉万華鏡を作る(300円) ④「見上げよう!未来の星空」(4歳～中学生200円、高校生以上500円) | 3/7(土) ①18時～18時半 ②③18時半～20時 ④19時～19時20分 | ①④各160人 ②なし ③30人 |
| 大人のためのものづくり体験教室 | パズルの仕組みを学び、幼児向け木製パズルを作る(2000円)★ | 3/21(土)13時～16時 | 10人※高校生以上 |
| 工作教室「エッチングでステンレス鋼板に絵を描こう」 | 科学技術館(東京都千代田区)の工作教室が盛岡に! 特別なペンと化学反応によりステンレスの板に絵を描く(無料)★ | 3/22(日)10時～11時 | 12人※小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴) |
| 実験ショー「きみは知ってる?鉄のこと!!!」 | 科学技術館講師による、鉄の性質を使った実験(展示室入場料が必要) | 3/22(日)13時～13時20分 | なし |

★ ☎ 電話・窓口：2/19(火)9時から

あの・なはん

No.90

あの・なはん 盛岡弁で「あのねえ」と呼び掛けることば

【問】男女共同参画推進室 ☎626-7525

誰もが尊重され活躍できるまちへ

どうして？

男女共同参画推進条例が必要なのか

「男だから、女だから」という理由で生き方や人生の選択が制限されたり、機会が奪われることはあってはいけません。近年、男性の積極的な家事・育児・地域活動への参加や性的少数者（LGBTなど）への理解と支援、「SDGs※」などの取り組みは、メディアで取り上げられることも多くなり、社会全体の関心も高まっています。

市はこれまでも、「もりおか女性センター」を中心に、これらの男女共同参画を推

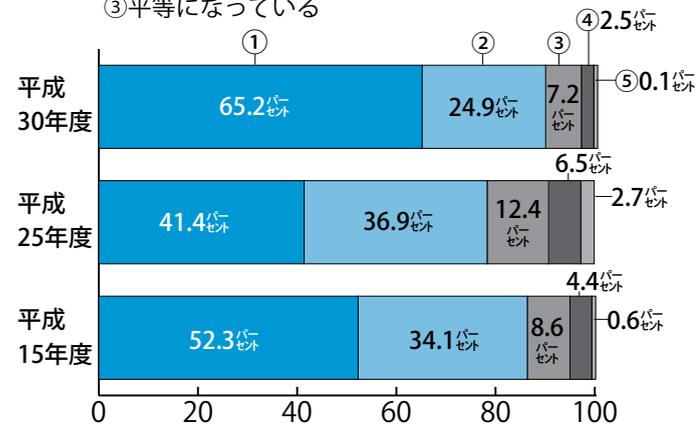
進するため、さまざまな取り組みをしてきました。しかし、平成30年度に行った男女平等についての市民アンケートでは「平等になっていない」が過去の調査で最も多くなり、6割を超える結果（右グラフ）でした。そこで、これまで以上に「誰もが尊重され、多様な生き方が選択でき、あらゆる人が活躍できる」環境を作っていくため、昨年6月に、盛岡市男女共同参画推進条例を制定し、さらなる取り組みを進めることにしました。

※「誰一人として取り残さない」社会の実現のための国際社会共通の目標。「ジェンダー平等を実現すること」も含まれている



男女平等についてのアンケート

- ①平等になっていない
- ②どちらとも言えない
- ③平等になっている
- ④わからない
- ⑤無回答



「5つの基本理念」で推進します！

条例の内容など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



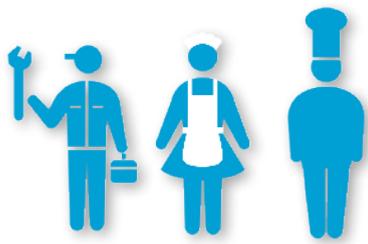
①人権の尊重

性別や自らの性の認識・性的指向など（以下「性別など」という）による差別を受けず、個人として尊重される。



②多様な生き方の選択

性別などにとらわれることなく、個性と能力を發揮し、自分の意思によりさまざまな生き方を選べる。



③意思決定の過程に参画する機会の確保

性別などに関わりなく、活動方針などの、意思決定に参画する機会が確保される。



④ワーク・ライフ・バランスの実現

性別などに関わりなく、仕事と生活の調和を実現することができる。



⑤性と生殖に関する理解と尊重

性別などに関する理解を深め、妊娠や出産などの性・生殖に関する意思を尊重し安全で健康な生活を送ることができる。



相談窓口

生きづらさを感じていることや、性別などをめぐるさまざまな問題で困ったときは相談してください。

悩まずに相談してください！



■女性相談、DV相談、子ども・家庭相談

- ▶もりおか女性センター ☎604-3304
女性の総合相談窓口
(家庭・子育て・暴力・性別・体・仕事ほか)
- ▶子ども青少年課 ☎613-8354
- ▶子ども家庭総合支援センター ☎601-2414



■人権相談

- ▶全国共通人権相談ダイヤル（みんなの人権110番）
(盛岡地方法務局人権擁護課) ☎0570-003-110
- ▶労働分野の相談
(労働条件、職場などにおけるハラスメントなど)
岩手労働局総合労働相談コーナー ☎604-3002
- ※受付時間は相談機関により異なりますので、各機関にお問い合わせください

2 みんなで取り組もう！

それぞれの役割を果たして、誰もが活躍できる社会を作りましょう。



市民の役割

- ・誰もが互いの人権を尊重し、個性と能力を十分に発揮できる社会について理解を深め、市の取り組みに協力しましょう

事業者の役割

- ・男女の均等な採用や昇進の機会をつくりましょう
- ・働く人が、仕事と生活の調和をとり、その両方が充実できる職場環境を整備しましょう

教育にたずさわる人の役割

- ・教育が果たす役割の大切さを認識し、家庭・学校・その他社会のあらゆる教育の場において、男女共同参画の意識を育てよう取り組みましょう

市の役割

- ・男女共同参画を推進するため、計画を立て実行します
- ・市民や事業者、教育関係者などと協働し、男女共同参画を推進します

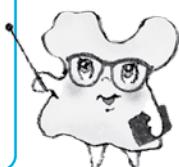
性別などを理由に人権を侵害する行為は禁止です

(例)

- ・ドメスティック・バイオレンス※1やセクシュアル・ハラスメント※2
- ・「男は仕事」「女は家庭」などの固定的役割分担の表現

※1 親密な関係にある人またはあつた人との間で行われる身体的、精神的などの苦痛を与える暴力的行為のこと

※2 性的な言動により相手の生活環境を悪くすることや、性的な言動に対する相手の対応によってその人に不利益を与えること



市が進める取り組み

- ・推進計画を策定し、実施状況を公表します
- ・男女共同参画の推進月間を中心に啓発を行います
- ・講座や講演会を行い、学習する機会を増やし支援します
- ・性別などにより異なる災害時のニーズの把握と対応をします
- ・性別などによる人権侵害の相談を受けます など



3 あなたの目指す盛岡は？

■男女共同参画読書会 佐藤菊子さん

女性が自分らしく生きていこうとすると、性別に関わらずチャレンジすることができる社会になればと願って活動しています。その中でも、女性が決定の場にもっと起用され、活躍できる社会になってほしいと思います。



■いわてレインボーマーチ※

盛岡は、岩手県の県都かつ東北地方の中核都市。ジェンダー・セクシュアリティ平等を目指すアクションをけん引する立場にあると思います。市にとってこの条例が、パワフルに前進するためのエンジンになることを期待します。
※「さまざまな生き方を選択・実現可能にし、自分らしく生きる人を増やすこと」を目標として岩手で活動している市民団体



■子育て支援プロジェクトカタリBar 赤澤徳俊代表

子育てを例えるならジグソーパズル。違うパーツを合わせ完成させます。パパもママも違い、その違いを認め対話を通して家族のパズルは完成します。「誰かが」を手放し「誰もが」で継がれる子育ての街になることを期待します。



■みんなの声 (平成30年度市民アンケートから)

- ・あらゆる役職の男女比を均等にするのではなく、その人に合った役職に男女の垣根なく登用するのが望ましい
- ・学校で男女の意識を変える教育をしてほしい
- ・個人の希望に添って、全ての選択肢を自由に選べると良い
- ・男女ともに家庭に費やす時間があると良い



インタビュー

男女共同参画社会を実現するために

互いの人権を守るために先送りできない課題

日本は、男女共同参画社会の実現に向けて、法律や条例などの制度はある程度整ってきましたが、国際的にはまだまだ遅れているのが現実。その中で、誰もが人権を守られるために、全ての人が人権を大切にする意識を持って暮らす社会となる必要があります。これは、先送りできない課題だと感じています。ところが、現状を変える必要がない、現状に安住したいと思う人もいます。そのほうが考えなくていいし、楽でもあるからです。特に男性に多いのですが、女性にも見られます。

「当たり前」に疑問を持つことが大切

多くの人が日常生活で当たり前だと思っていることに、「変だと気づくことや疑問を持つ」ことが大事。例えば、

市男女共同参画審議会 新妻二男会長 (岩手大名誉教授)



家庭や日常生活のなかで、男は仕事、女は家庭・育児と性別で役割を分担する意識。これは歴史的に見れば、男性を企業戦士にするために高度経済成長期に強化された仕組みで、昔からそうだったというものではありません。「当たり前」に疑問を持つためには、教育や広報活動の果たす役割も大きいと思います。

社会を変えるため、個人の行動を変える

こうした気づきや疑問を、自分の意識改革や行動に結びつけるためにあるのが法律や条例。制度が掲げている目指すべき社会の姿に近づけるよう、自分を、そして社会を変えていく努力が求められています。今回の条例制定がそのための一歩であり、市民の身近なよりどころとなればと考えています。