広報 MORIOKA もりおか

2021年［令和3年］7月15日号

お知らせ版

発行部数／14万4000部
市内全世帯に配布しています

No.1557

新型コロナウイルス感染症に関する、不当な差別と偏見をなくしましょう

もりおかインフォ

募集

紺屋町番屋の外観の色彩

景観政策課
☎661-5541　ファクス637-1919

現在改修中である紺屋町番屋の、改修後の色彩について意見を募集します。意見は最終案確定のための参考とします。

申 市役所都南分庁舎2階の同課や本庁舎本館1階の窓口案内所、玉山総合事務所2階総務課などに備え付けの意見書に必要事項を記入し、〒020-8532（住所不要）市役所景観政策課へ郵送または持参。ファクスと市ホームページでも受け付けます。郵送は7月26日㈪必着。持参は同日17時まで

ID 1035990

技能功労者表彰の候補者

経済企画課　☎613-8298

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・育成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表彰します。対象など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申 市役所若園町分庁舎2階の同課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした用紙に必要事項を記入し、〒020-8531（住所不要）市役所経済企画課へ郵送または持参。郵送は9月3日㈮必着。持参は同日17時まで　ID 1008121

中学生による国際交流スピーチコンテスト

盛岡国際交流協会　☎626-7524

国際交流に関する作文を募集します。審査通過者は、スピーチ動画を提出し、映像審査を受けるほか、ビクトリア市とのオンライン交流会へ参加できます。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

申 7月30日㈮まで

ID 1026516

公園活性化プラン

公園みどり課　☎601-2813

公園を活用したビジネスやイベントなど、自由な事業プランを募集します。申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

ID 1022390

市民企画講座の公募

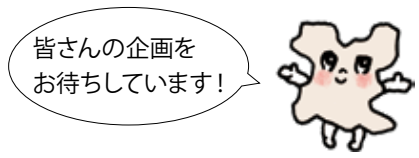
中央公民館
☎654-5366　ファクス653-3505

公民館で開催する芸術・文化や生きがいづくりの活動推進に関連する講座の企画を募集します。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

個 個人またはNPO、町内会などの団体

申 申請書類を〒020-0013愛宕町14-1中央公民館へ郵送または持参。ファクスでも受け付けます。受付期間は7月20日㈫～8月20日㈮。郵送は8月20日必着。持参は同日17時まで

ID 1035680



自衛官等種目別採用

自衛隊岩手地方協力本部
盛岡募集案内所　☎641-5191

一般曹候補生と航空学生、防衛大学校、防衛医科大学校の生徒を募集します。応募方法など詳しくは、お問い合わせください。

ID 1001133

お知らせ

市戦没者追悼式

地域福祉課　☎626-7509

先の戦争で亡くなった人に対して追悼の意を表し、平和を祈ります。新型コロナウイルス感染症予防のため、献花のみとします。

時 7月21日㈬10時～12時

場 盛岡劇場（松尾町）　ID 1003943

盛岡城跡公園石垣の修復工事

公園みどり課　☎601-2813

盛岡城跡公園内三ノ丸の北西石垣の修復工事を行います。工事期間中は園内が一部立入禁止になるほか、工事車両が出入りするのでご注意ください。立入禁止区域など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

時 11月30日㈫まで　ID 1035809

修復する石垣

もりおかインフォは8ページに続く☞

新型コロナワクチン情報

■64歳以下の皆さんへ

- **12歳から64歳までの人の新型コロナワクチン接種が始まります**
- **予約・接種開始日や予約方法、接種できる医療機関一覧などを掲載したお知らせを折りこんでいます**

■65歳以上の皆さんへ

- **引き続き予約を受け付けています。予約方法などは折り込みをご覧ください**
- **１回目の接種を受けた人は、２回目の接種も忘れずに受けましょう**

新型コロナワクチンについてのQ&Aはこちら→

＜マークの見方＞

時 日時　場 場所　個 定員、対象　¥ 費用※特に記載がない場合は無料
申 申し込み※下記を参照　問 問い合わせ　託 託児　バス 会場までバス移動　ID 広報ID

※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・メール：上記①～⑥と⑦ファクス番号（ファクスの場合のみ）を記入し、ファクスまたはメールで申し込み。申込開始日時から先着順に受け付け

発行／盛岡市　〒020-8530 盛岡市内丸12-2
☎019-651-4111（代）　ファクス019-622-6211
編集／市長公室広聴広報課
☎019-613-8369（直通）
info@city.morioka.iwate.jp

市が主催するイベントや会議などは新型コロナウイルス感染防止対策を徹底して開催しますが、感染拡大の状況などにより中止や延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページをご覧になるか、担当課または施設へお問い合わせください。

目次　新型コロナウイルス感染症関連

（1　新型コロナワクチン情報　）
1　もりおかインフォ
2－3　子育て情報・小児救急
4－5　健康ひろば・休日救急当番医
6－7　イベント情報
8　もりおかインフォ

市ホームページのトップページにある検索窓に、ID 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。

QRコード®※をスマートフォンのカメラ機能などを使って読み取ると、簡単にホームページなどにアクセスでき、記事の詳細を見ることができます。
※㈱デンソーウェーブの登録商標

子育て情報ひろば

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

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アドバイス。
🕒 7月21日㈬・8月18日㈬、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
ID 1002663

親子向け 一緒に楽しもう

夏休みクイズ

中央公民館　☎654-5366

本の内容に関するクイズを出題。正解した人には、景品を贈呈します。
🕒 7月22日㈭～8月9日㈪
🏢 同公民館(愛宕町)
👤 3歳以上の子と保護者
ID 1033471

親子で楽しむ星空観察

乙部地区公民館　☎696-2081

親子で天体観測をします。
🕒 7月30日㈮19時～21時
🏢 同公民館（乙部6）
👤 5組10人※小学生と保護者
📝 電話：7月19日㈪10時から

夏休み！家族でカーリング！

みちのくコカ・コーラボトリングリンク　☎601-5001

カーリングのルールやマナーなどを学び、ミニゲームをします。
🕒 8月2日㈪～4日㈬・11日㈬・12日㈭、11時～12時半
🏢 同リンク（本宮五）
👤 各8人※カーリング初心者・未経験者の小学生以上の子と保護者
¥ 各1500円
📝 電話：7月21日㈬10時から
ID 1032980

親子でふれあい遊び

とりょう支援センター　☎651-8580

ID 1002663

▶ぴよぴよルーム

親子で遊ぶほか、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。
🕒 8月3日㈫10時～11時半
🏢 高松地区保健センター（上田字毛無森）
👤 0歳の子と保護者

▶にこにこルーム

保育士と一緒に親子の触れ合い遊びや、体操などで楽しみます。
🕒 8月6日㈮10時～11時半
🏢 高松地区保健センター
👤 1歳～3歳の子と保護者

パステルアート教室

松園地区公民館　☎661-8111

パステルアートの基礎知識を学び、作品を作ります。
🕒 8月3日㈫10時~12時
🏢 同公民館（東松園二）
👤 12人※小・中学生と保護者。子どもだけの参加もできます　¥ 100円
📝 電話：7月26日㈪まで
ID 1035599

環境学習講座ecoキッズ

環境企画課　☎626-3754

虫眼鏡を使って自然観察をします。
🕒 8月5日㈭10時～12時
🏢 外山森林公園（薮川字大の平）
👤 16組※4歳～12歳の子と保護者
¥ 28円
📝 電話・応募フォーム：7月26日㈪17時まで

めぐるちゃん環境わくわく体験

資源循環推進課　☎626-3733　ファクス626-4153

親子で資源を使ったリサイクル工作体験やエコアス広場の見学をします。
🕒 8月6日㈮13時～16時
🏢 エコアス広場（上田字堤頭）など
👤 20人※小学生と保護者
📝 電話・ファクス：7月28日㈬16時まで　ID 1019796

自然を楽しもう

区界高原少年自然の家　☎0193-77-2048
✉ sizennoie@city.morioka.iwate.jp

■親子でキャンプ

源流登山や自然散策、キャンプファイヤーなどをします。
🕒 8月7日㈯9時半～8日㈰11時15分
🏢 同少年自然の家（宮古市）
👤 10組※小・中学生と保護者
📝 はがき・メール：必要事項と学校名・学年、同少年自然の家までの交通手段、アレルギーの有無を記入し、〒028-2631宮古市区界2-111同少年自然の家へ送付。7月26日㈪必着　ID 0126533

■夏のファミリーデー

①兜明神岳（かぶとみょうじん）登山と②水晶探しをします。
🕒 8月21日㈯9時～12時45分
👤 ①25人※小・中学生と保護者②35人※中学生までの子と保護者
📝 はがき・メール：必要事項と希望コース、学校名・学年、同少年自然の家までの交通手段を記入し、〒028-2631宮古市区界2-111同少年自然の家へ送付。8月1日㈰必着
ID 1034376

ベビーマッサージ教室

盛岡体育館　☎652-8855

ベビーマッサージと触れ合い遊び。
🕒 8月27日～9月10日、金曜、全3回、10時半～12時
🏢 同体育館（上田三）
👤 10組※生後2カ月からハイハイ前までの子と保護者　¥ 4416円
📝 電話：7月20日㈫10時から
ID 1026163

親子リズム講座

とりょう支援センター　☎651-8580

親子で音楽などに合わせてリズム運動を楽しみます。
🕒 9月3日㈮10時～11時半
🏢 都南公民館（永井24）
👤 20組※1歳半～2歳半の子と保護者
📝 電話：8月18日㈬10時から
ID 1002663

子ども向け わくわく体験

子ども科学館のイベント

子ども科学館　☎634-1171

■夏休み実験工作教室「一弦ギター」

弦が1本のギターを作ります。
🕒 7月29日㈭・30日㈮・8月2日㈪～6日㈮、9時10分～10時10分
👤 各10人※小学生以上。小学2年までは保護者が1人同伴できます
¥ 各700円
📝 7月21日㈬9時から
ID 1024082

■ワークショップ「紙トンボ」

紙とストローを使って、回転しながら飛ぶおもちゃを作ります。
🕒 8月1日～29日の土・日曜と祝日、14時半～16時　👤 各24人
¥ 各50円※別途展示室の入場料が必要　ID 1026275

■ナイトミュージアム「星を見る会」

星座探しと、天体望遠鏡を使用した天体観察をします。※悪天候時は中止
🕒 8月7日㈯・8日㈰・14日㈯・15日㈰、20時～21時
👤 各30人
📝 電話：7月18日㈰9時から
ID 1032317

入学前の体育教室

市立武道館　☎654-6801

跳び箱や鉄棒など、体操競技の基本を習得します。
🕒 8月24日～11月9日、火曜、全10回、15時～16時半※9月21日・10月19日は休み
🏢 同武道館（住吉町）
👤 16人※平成29年4月1日生まれ～平成27年4月2日生まれの子
¥ 1万150円
📝 電話：7月18日㈰9時から
ID 1026168

広告

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

特典1　たまる!つかえる!宝くじポイント
宝くじの購入で100円につき1ポイントの宝くじポイントが獲得できる！
宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で1ポイント1円としてつかえる！

特典2　購入～受取までネットで完結！
24時間いつでも宝くじの購入可能！
抽せん結果も宝くじ公式サイトで確認！
当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利！

特典3　宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる！
他にもお得な特典や便利なサービスいろいろ!
今すぐ会員登録!!

本件に関するお問い合わせ先　宝くじコールセンター　TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料）　TEL 011-330-0777（有料）
受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

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

👤 ①②④各5組③20人

■①かみしばいのへや（♥）

🕒 7月22日㈭・8月12日㈭、15時半～15時50分

■②おはなしのじかん

🕒 👤 7月24日㈯・8月14日㈯、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時40分～12時は小学2年生以上

■③夏休みこども映画会（♥）

「すもうおばけ」ほか2本。
🕒 7月31日㈯10時半～11時20分
📝 電話・窓口：7月18日㈰10時から

■④えほんのへや（♥）

🕒 8月19日㈭15時半～15時50分

都南図書館（永井24）

☎637-3636

👤 📝 各5組※開始30分前から、2階おはなしルーム前で受け付け

■おとぎのへや（♥）

🕒 毎週土曜、14時半～15時

■だっこのおはなし会

🕒 7月27日㈫10時45分～11時10分
👤 4カ月～1歳半の子と保護者

■おはなしのじかん

🕒 8月11日㈬11時～11時半
👤 0歳～2歳の子と保護者

渋民図書館（渋民字鶴塚）

☎683-2167

■えほんのへや（♥）

🕒 8月4日㈬15時半～16時

中央公民館（愛宕町）

☎654-5366

■わくわく♪おはなし会

🕒 8月7日㈯11時～11時半

■児童書コーナー食育展示

🕒 8月12日㈭～26日㈭

上田公民館（上田四）

☎654-2333

■なかよしおはなし会

🕒 7月28日㈬・8月11日㈬、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

🕒 👤 8月18日㈬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0歳～1歳3カ月の子と保護者、各先着13組

松園地区公民館（東松園二）

☎661-8111

■夏休みお楽しみ映画会

「手ぶくろを買いに」ほか2本。
🕒 8月4日㈬14時～15時　👤 50人

日本脳炎ワクチンが不足しています

📞 保健予防課☎603-8307　ID 1034089

日本脳炎ワクチンを製造している2社のうち1社のワクチンに製造上の問題が生じたことから、全国的にワクチンが不足しています。現在は製造が再開されていますが、ワクチンの製造には時間がかかるため、供給が再開されるのは12月の見込みです。

供給が安定するまでの間、**表1**のとおり、4回接種のうち第1期初回の1回目と2回目の接種を優先します。ただし、定期接種の対象となる年齢を過ぎないよう接種する必要がありますので、年齢の上限が近づいている人は接種間隔を守った上で、期間内に接種を受けてください。

表1　定期接種の対象と対応など

対象年齢	接種の種類	対応
6カ月～7歳6カ月未満	第1期初回（1回目・2回目）	通常通り接種してください
	第1期追加（3回目）	対象年齢の上限が近づいている人は期間内に接種してください
9～13歳	第2期（4回目）	
平成19年4月1日まで生まれの20歳未満（特例対象者）	第1期および第2期の接種不足分	第1期初回（1回目・2回目）は通常通り接種してください。対象年齢の上限が近づいている人は、接種間隔を守り、第1期追加と第2期も期間内に接種してください
平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの9～13歳（特例対象者）	第1期の接種不足分	

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「市夜間急患診療所」を受診してください。
※受診の際は、医療費とは別に定額負担料金が必要になる場合があります

■症状が重い場合は小児救急入院受入当番病院へ

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。

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。

🕒 17時～翌朝9時※土曜は13時～

8月

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

当番病院一覧	
中央	県立中央病院　上田一丁目4-1 ☎653-1151
日赤	盛岡赤十字病院　三本柳6-1-1 ☎637-3111
国立	国立病院機構盛岡医療センター　青山一丁目25-1 ☎647-2195

※新型コロナウイルス感染の状況により、当番病院を変更する場合があります。市医師会のホームページを確認した上で受診してください

こども救急ガイドブックを活用しよう

📞 県医療政策室 629-5416

小さなお子さんを育てている皆さんは、お子さんの急な具合の変化に不安になることが多いもの。同ガイドブックは、子どもの状態を的確に把握し、安心して落ち着いた対応ができるよう「症状の見分け方」や「家庭でできる手当」などを紹介しています。

同ガイドブックは、県内の医療機関で配布している他、こちらのQRコードからも閲覧できます→

■相談先

平日だけでなく、休日や夜間も子どもの病気やけがなどのことを、経験豊かな看護師へ電話で相談できる窓口です。医療機関を受診する前にご利用ください。
📞 子ども救急相談電話☎605-9000または #8000
🕒 19時～23時※年中無休

■医療機関の検索

いわて医療ネットでは、医療機関の所在地や診療科目など、目的に合った医療機関を検索することができます。

広告

固定も変動も、有利に選べる賢い住宅ローン
もりしん住宅ローン
『築（きずく）』
変動 年利 0.85% 最優遇金利
固定 年利 1.10% 最優遇金利
ポイント1 スピーディーな審査で夢をバックアップ！
ポイント2 最長35年のらくらく返済
ポイント3 ご融資金額は最高8,000万円
インターネットからの仮審査申込みも可能です。
●ご返済方法　元利金均等返済または元金均等返済のいずれかをご選択いただけます。
ローンプラザもりしん　0120-160-656
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～金曜日（祝日を除く）9:00～17:00
※12月31日～1月3日は休業致します。
"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

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

市民早起きラジオ体操の会

スポーツ推進課　☎603-8013

🕒 7月27日(火)～30日(金)、6時20分～7時※雨天中止

🏟 盛岡城跡公園（内丸）、県営運動公園補助競技場（みたけ一）、都南中央公園（永井24）、松園中央公園（松園二）、渋民小（渋民字鶴塚）

🆔 1031417

結核レントゲン集団検診

保健予防課　☎603-8244

結核レントゲン集団検診を**表1**のとおり実施します。6月下旬頃に自宅に届いた受診券（成人検診受診券と同一）に必要事項を記入し、会場へお越しください。

🕒 9月15日(水)まで

👤 昭和32年4月1日以前に生まれた人

🆔 1006625

表1　結核レントゲン集団検診の日程

期日	会場	所在地	時間
7/28(水)	いわて生協ベルプ青山	青山四	9：30～10：30
	みたけ地区活動センター	みたけ四	11：00～11：30
	ツルハドラッグ盛岡上堂店	上堂一	13：00～13：50
7/29(木)	都南地区保健センター	津志田14	9：30～11：30
	Aコープ湯沢店	湯沢東一	13：00～14：30
7/30(金)	ユニバース鉈屋町店	鉈屋町	9：30～10：50
	盛岡劇場	松尾町	11：20～11：50
	マルイチ材木町店	材木町	13：30～14：30
8/3(火)	厨川小学校	前九年一	9：20～9：50
	緑が丘地区活動センター	黒石野二	10：30～11：50
	高松地区保健センター	上田字毛無森	13：30～14：00
	松園地区公民館	東松園二	14：30～15：00
8/4(水)	Aコープ湯沢店	湯沢東一	9：30～10：00
	津志田小学校	津志田中央一	10：30～11：00
	見前児童センター	西見前13	11：30～11：50
	都南地区保健センター	津志田14	13：30～14：10
	仙北地区活動センター	仙北二	14：30～15：00
8/5(木)	ユニバース鉈屋町店	鉈屋町	9：30～10：00
	盛岡第四高等学校	津志田26	10：40～11：30
	市保健所	神明町	13：30～14：20
8/6(金)	上田中学校	上田二	9：30～10：00
	いわて生協ベルプ山岸	山岸二	10：30～12：00
	ジョイス本町店	本町通一	13：30～14：40
8/17(火)	県青少年会館	みたけ三	9：30～10：00
	青山地区活動センター	青山三	10：30～11：40
	土淵地区活動センター	前潟四	13：30～14：00
8/18(水)	マルイチ天昌寺店	北天昌寺町	9：20～10：00
	ツルハドラッグ盛岡上堂店	上堂一	10：30～11：10
	マルイチ城西店	城西町	11：40～12：10
	下太田老人福祉センター	下太田榊	13：40～14：10
	マックスバリュ盛岡駅前北通店	盛岡駅前北通	14：40～15：20
8/19(木)	上堂児童老人福祉センター	上堂三	9：30～10：00
	いわて生協ベルプ青山	青山四	10：30～11：30
	西部公民館	南青山町	13：00～13：30
	県青少年会館	みたけ三	14：10～14：40

※8月24日(火)以降の日程は8月15日号に掲載します

つどいの森で健康づくり

都南老人福祉センター　☎638-1122

60歳以上の人を対象に**表2**の健康教室を開催します。

🏟 都南老人福祉センター（湯沢1）

📝 電話：7月18日(日)10時から

表2　つどいの森の健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
8/6(金)	10時半～11時半	笑って健幸講座	15人	無料
8/19(木)		ツボでセルフケア体操 ピラティス体操教室	各10人	500円※
8/27(金)				

※初めての人は無料

調子がいいが当たり前な体へ！「ゆるフィット運動クラス」

健康増進課　☎603-8305

簡単かつ小さな動きで筋肉やリンパの流れ、骨の配列を整え、不調を改善して代謝アップを目指します。

🕒 8月5日・12日・26日・9月2日・9日・30日、木曜、全6回、13時15分～15時

🏟 見前南地区公民館（西見前13）

👤 15人※運動習慣がない64歳以下

📝 電話・応募フォーム：7月20日(火)10時から

🆔 1022911

健康づくり！マッサージ等指導教室

長寿社会課　☎603-8003

マッサージ師から軽体操とツボ押しの指導を受けられます。タオルと飲み物持参。当日は検温とマスクの着用をお願いします。

🕒🏟 **表3**のとおり

👤 各15人※60歳以上

📝 電話：7月19日(月)10時から

🆔 1003805

元気はなまる筋力アップ教室

長寿社会課　☎613-8144

介護予防のための筋力アップ体操など。事前申し込みが必要です。

🕒🏟👤 **表4**のとおり※65歳以上

📝 電話：7月20日(火)9時から

🆔 1031903

食のボランティア養成教室

健康増進課　☎603-8305

食生活改善推進員として地域で健康づくりのためのボランティア活動をするための、食生活や健康づくりに関する知識を学びます。

🕒 ①8月18日・9月15日・10月20日・11月17日・12月8日・1月19日・2月16日、水曜、全7回、10時～13時 ②8月20日・9月17日・10月22日・11月19日、金曜と12月8日・1月19日・2月16日、水曜、全7回、10時～13時

🏟 ①市保健所（神明町）②玉山総合福祉センター（渋民字泉田）※12月8日・1月19日・2月16日は市保健所

👤 各10人　¥ 各1900円程度

📝 電話：7月21日(水)10時から

🆔 1006494

表3　マッサージ等指導教室の日程など

期日	時間	会場（所在地）
8/6(金)	10時～12時	松園老人福祉センター（西松園二）
8/23(月)		津志田老人福祉センター（津志田西二）
8/18(水)	13時半～15時半	青山地区活動センター（青山三）
8/26(木)		永井地域交流活性化センター（永井23）

表4　元気はなまる筋力アップ教室の日程など

期日	時間	会場（所在地）	定員
8/10(火)・9/28(火) 10/12(火)・11/9(火)	10時～10時45分・ 11時～11時45分	青山地区活動センター（青山三）	各40人
8/18(水)・9/15(水) 10/20(水)・11/17(水)	13時半～14時15分・ 14時半～15時15分	永井地域交流活性化センター（永井23）	各40人
8/17(火)・9/16(木) 10/19(火)・11/16(火)	13時半～14時15分・ 14時半～15時15分	カワトク（菜園一）	各32人

すてきなキッチン♪栄養教室

健康増進課　☎603-8305

脂質異常症予防のための調理の工夫についての講話と特製レシピの紹介。参加者にはMORIO-Jポイントが付きます。

🕒 8月27日(金)10時～11時半

🏟 市保健所（神明町）　👤 10人

📝 電話：8月5日(木)10時から

🆔 1024017

脳と身体の健康講座

見前南地区公民館　☎601-6735

「睡眠」や「血管と脳」について講話で学び、後半は音楽やボイストレーニングで楽しく脳を鍛えます。

🕒 8月27日(金)・9月3日(金)、10時～12時

🏟 見前南地区公民館（西見前13）

👤 各15人※55歳以上

📝 電話・窓口：8月7日(土)10時から

🆔 1031535

MORIOKA☆ユース食堂 ～リフレッシュコース～

健康増進課　☎603-8305

健康づくりにつながる食育の講話とリフレッシュヨガ。参加者にはMORIO-Jポイントが付きます。

🕒 8月28日(土)13時半～15時半

🏟 高松地区保健センター（上田字毛無森）　👤 20人※妊産婦を除くおおむね20～30代の男女。小学生以上の子も一緒に参加できます

📝 電話・応募フォーム：7月28日(火)14時から　🆔 1023064

ゆいっこ広場の参加者を募集

健康福祉課　☎683-3869

介護予防のための健康講話や軽体操、手芸などの創作活動への参加者を募集しています。

🕒 来年3月まで、10時～15時※玉山地域の9地区ごとに月2回ずつ開催

🏟 玉山総合福祉センター（渋民字泉田）ほか

👤 若干名※玉山地域に住み、介護認定を受けていない65歳以上

¥ 各500円程度

📝 電話：随時受け付け

接骨院の休日当番

受付時間：10時～16時

※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

実施日	名称	所在地	電話番号
8/1(日)	医療福祉附属接骨院	中央通三丁目3-26	629-2147
8/8(日)	小山田接骨院	東松園二丁目2-2	663-2574
8/15(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
8/22(日)	もとみや整骨院	本宮三丁目24-1	677-8427
8/29(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066

もりおか健康21プランシリーズ

野菜をしっかり食べて生活習慣病予防！

📞 健康増進課☎603-8305

もりおか健康21プランでは、生活習慣病予防のために1日350g以上野菜を摂取することを目標としていますが、市民への調査結果では全ての年代で目標に届いていない状況です。そこで今回は、野菜を食べる習慣を身に付け、生活習慣病を予防するための、野菜の栄養素や取り方のポイントをお伝えします。

野菜を食べるといいこといっぱい♪

野菜をうまく取るポイント

カット野菜や冷凍・乾燥野菜を活用！

市販の冷凍野菜は、栄養価の高い旬の時期に急速冷凍することで、栄養価の損失が少なく、調理時間の短縮にもなるためおすすめです。

朝食を食べる！

1日に必要な量の野菜を取るために、3食しっかり食べることが大切です。朝食は代謝を上げ、生活習慣病予防にもつながります。

生野菜なら両手に1杯分

1食当たりの野菜の摂取目安 約120g

汁物を具だくさんに！

水に溶け出しやすいビタミンやミネラルを余さず取ることができます。また、野菜のうま味が出るため、塩分控えめの味付けにすることができます。

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
		新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前に電話をしてから来所してください。また、新型コロナウイルス・インフルエンザなどの検査は実施していません		
市立病院	本宮五丁目15-1 ☎635-0101	平日	17時15分～★	内科または外科
		土・日曜、祝日	8時半～21時半★	内科・外科
休日救急当番医・薬局のとおり	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

★ 7月1日から、平日の17時15分以降および土・日曜、祝日の21時半以降は内科または外科医師のみの1人体制となっています。また、8時半～21時半の間でも、内科または外科医師のみの場合がありますので、来院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

※往診はできません

内 内科　外 外科・整形外科
小 小児科　歯 歯科　薬 薬局

日	区分	名称	所在地	電話番号
7/22(木)	内	いしい内科・糖尿病クリニック	中ノ橋通一丁目4-20水晶堂ビル4階	601-2277
		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
	外	ヒロバランスクリニック	松園二丁目37-10	664-6037
	小	中村こどもクリニック	上厨川字杉原50-47	648-7711
	歯	関歯科口腔医療クリニック	中央通三丁目14-29	606-1236
	薬	中ノ橋薬局	中ノ橋通一丁目7-15	624-2823
		エメラルド薬局山岸店	山岸三丁目2-1	605-1051
		マリーン薬局	松園二丁目37-8	664-0566
		ミルキー薬局	上厨川字杉原50-48	646-0369
7/23(金)	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
		八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	とみさわ甲状腺・乳腺のクリニック盛岡	大通一丁目1-16岩手教育会館1階	681-3652
	小	杜のこどもクリニック	向中野三丁目10-6	631-1160
	歯	たかはし歯科医院	月が丘一丁目27-45エンジェルビルIII 1-B	643-8880
	薬	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
		せいりゅう薬局	紺屋町6-24藤井ビル102	623-1511
		菜園よつば薬局	大通一丁目11-5	681-3222
		リーフ薬局	向中野三丁目10-10	656-5877
7/25(日)	内	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
		前川内科クリニック	新田町9-11	624-3313
	外	栃内病院	肴町2-28	623-1316
	小	さいとう小児科クリニック	月が丘二丁目2-60	643-7171
	歯	田中歯科医院	上堂一丁目16-27	645-2821
	薬	トマト薬局北飯岡店	北飯岡三丁目20-32	618-2657
		アート薬局	新田町9-15	622-7881
		中津川薬局	肴町8-5	604-2300
		よつば薬局	月が丘二丁目2-59	643-2888
8/1(日)	内	循環器内科金矢クリニック	津志田中央三丁目7-7	601-2900
		松園第二病院	西松園三丁目22-3	662-0100
		秋浜内科クリニック	渋民字駅103	683-2333
	外	細井外科医院	大沢川原一丁目1-2	624-2715
	小	菅野小児科医院	山岸二丁目11-36	622-4448
	歯	国労会館歯科	盛岡駅前北通4-4国労会館2階	653-5228
	薬	木の実薬局	津志田中央三丁目7-8	656-0700
		共創未来松園薬局	西松園三丁目20-12	664-0397
		たくぼく薬局	渋民字駅104	669-5800
		つくし薬局下の橋店	大沢川原一丁目1-3	624-8730
		アップル薬局山岸	山岸二丁目9-24	623-6633

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

▶受診の際は、医療費とは別に定額負担料金が必要になる場合があります。

▶各病院で、その日の当直診療科が異なります。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。

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。
クレジットカード、医療ローンにも対応しております。

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/

広　告

日曜診療・往診・訪問診療 ※往診・訪問診療は月～木曜 13:00～15:00
医療法人 ちだ内科・外科クリニック
［院長］千田 明紀

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○		△ 第1・3・5午前のみ診療
15:00～18:00	○	○	○	○			

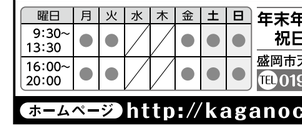
休診日 土曜、祝日、第2・第4日曜

盛岡市東安庭一丁目23-60（ジョイス東安庭店南隣）
TEL 019-604-3755　ホームページ www.chida-clinic.com

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11-8
TEL 019-604-1123
ホームページ http://kaganoclinic.jp/



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

市税の納期限のお知らせ

①固定資産税・都市計画税第2期②国民健康保険税第1期
納期限：8月2日㈪※口座振替を利用している人は、預貯金残高を確認してください
①納税課☎613-8464 ID 1034399
②健康保健課☎613-8438 ID 1003580

もりおか女性センター

〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■男性のための交流分析講座「フレキシブルな自分になるために」
公認心理師・臨床心理士の土屋文彦さんを講師に、人との関わり方や柔軟に生きるためのヒントを学びます。
8月20日～9月3日、金曜、全3回、18時半～20時半
10人 電話・応募フォーム：7月20日㈫12時から

市民文化ホール

〒020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■NISSAY OPERA 2021『ラ・ボエーム』
国内外で活躍する実力派オペラ歌手が、日本語訳詞で公演します。この事業は宝くじの助成金で実施します。
11月23日㈫14時～17時
¥ 全席指定。S S席1万5000円、S席1万3000円、A席1万1000円、B席8000円、U-25チケット（B席のみ）4000円※解説プログラム付き
7月29日㈭から同ホールの他、市内プレイガイドで販売
ID 1035960

盛岡劇場・河南公民館

〒020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりげきサロン
お茶を飲みながら、気軽におしゃべりを楽しみませんか。
7月20日㈫・27日㈫、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参
ID 1035731

■もりげき祭演劇フェスティバル
劇団・風紀委員会による公演。
8月7日㈯19時～20時15分と8日㈰11時～12時15分
各50人
¥ 一般1000円、学生500円
応募フォーム：各公演日の前日まで
ID 1028165

キャラホール・都南公民館

〒020-0834 永井24-10-1
☎637-6611
kouza-kyara@mfca.jp

■ピアノ開放DAY
コンサートピアノ「スタインウェイD-274」を大ホールで演奏できます。
8月5日㈭～9日㈰、10時～20時
鍵盤楽器の演奏経験者※高校生以下は保護者同伴
¥ 1人1時間1000円※1家族2時間まで
窓口・電話：7月21日㈬10時から
ID 1034152

■シニア元気教室「生前整理で『生き活』～物・心・情報の整理～」
思い出の物や写真の整理方法、家族が困らないよう大切な情報のまとめ方を学びます。
8月11日㈬10時～11時半
20人※60歳以上
メール・往復はがき：7月31日㈯必着※応募多数の場合は抽選
ID 1035822

姫神ホール

〒028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-3526

■民謡講座～三味線編
岩手の民謡を中心に三味線の弾き方を学びます。
8月17日～10月26日、隔週の火曜、全6回、9時45分～11時半
6人※18歳以上の初心者
¥ 2300円
電話・窓口：7月17日㈯9時から
ID 1023938

■ピアノ開放
「スタインウェイD-274」と「カワイKG-6C」をホールで演奏できます。
8月18日㈬～22日㈰、10時～20時
鍵盤楽器の演奏経験者※高校生以下は保護者同伴
¥ 1人1時間1000円※連続利用は2時間まで
電話・窓口：7月24日㈯9時から
ID 1033419

総合プール

〒020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

詳しくは同プールのホームページをご覧ください。

■フィットネス教室
ピラティス、ヨガ、キッズ・ジュニアjr.体育などの教室です。
8月23日㈪～10月22日㈮
¥ 5005円～6600円
7月24日㈯10時から

■水泳教室
①幼児②一般③水中運動・アクアビクス
9月6日㈪～10月9日㈯
①30人※本年度に4～6歳になる幼児②16～32人※中学生以上③15～30人※18歳以上 ¥ 各2800円～4400円
7月25日㈰10時から

盛岡体育館

〒020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■誰でもできるはじめてのキックボクシング
楽しみながらストレス発散やシェイプアップ、体力向上を目指します。
9月3日～11月26日、金曜、全6回、19時10分～20時40分
12人※小学生以上。中学生以下は保護者の参加（有料）が必要
¥ 小・中学生2475円、高校生以上4950円
電話：7月20日㈫10時から
ID 1035748

市立武道館

〒020-0882 住吉町3-12
☎654-6801

電話：7月21日㈬、①11時から②12時から③10時から

①代謝アップピラティス（初級）
深い呼吸でエクササイズをします。
8月24日～11月9日、火曜、全10回、10時～11時
15人※高校生を除く18歳以上
¥ 6050円
各3人程度※料金は別途
ID 1030379

②ピラティス道場（中級）
しなやかな体づくりをします。
8月25日～10月27日、水曜、全10回、10時～11時
7人※高校生を除く、ピラティス経験者か運動習慣のある18歳以上
¥ 6600円 ID 1035751

③心と体の健康ヨガ
ヨガとアロマの相乗効果で、リラックスしながら免疫力や体力向上を目指します。
9月3日～11月12日、金曜、全10回、10時～11時半
20人※高校生を除く18歳以上
¥ 7700円 ID 1026166

太田テニスコート

〒020-0053 上太田穴口4-3
☎・ファクス 658-0113

■盛岡シニアテニスアカデミー 基礎コース・実践コース
硬式テニスを屋内コートで学びます。
9月3日～11月26日、金曜、全13回、13時～15時
各10人※男性は60歳以上、女性は50歳以上
¥ 1万4300円※保険料は別途
窓口・電話・ファクス：7月23日㈮9時から※応募多数の場合は抽選

網取スポーツセンター

〒020-0801 浅岸字網取34-251
☎・ファクス 651-9178

■シニアミックスダブルスソフトテニス大会
8月25日㈬8時から※雨天時は9月1日㈬に延期
20組※50歳以上の男女または女性同士のペア ¥ 1人1500円
ファクス・郵送・窓口：7月19日㈪から8月9日㈪まで。郵送は8月9日㈪必着

もりおか啄木・賢治青春館

〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-25
☎604-8900

■企画展「幾何学が拓く新しい折紙の世界展」
折り紙アートの第一人者、三谷純さんによる立体折り紙の世界を紹介。
7月22日㈭～10月10日㈰
ID 1032369

もりおか町家物語館

〒020-0827 鉈屋町10-8
☎654-2911

■伝統文化 てはじめ フェス
茶道や書道、能楽など7つの伝統文化を体験します。詳しくはお問い合わせください。
7月17日㈯～25日㈰
小学生～高校生※小学3年以下は保護者同伴
電話：各コース開催日の前日まで
ID 1035898

中央公民館

〒020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366

■図書室展示「平和をつなぐ～本を通して戦争を考える～」
戦争に関する郷土資料や体験記などの展示と貸し出し。
8月3日㈫～19日㈭
ID 1036000

市立図書館

〒020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■児童文学を読む会
エリン・エントラーダ・ケリー作「ハロー、ここにいるよ」（評論社）。
7月28日㈬10時～12時

●休館のお知らせ（予定）
耐震補強を含む大規模改修のため、次の期間は利用できません。
10月1日～令和6年3月31日

サンライフ盛岡

〒020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

表のとおり講座を開催します。
電話

表　サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員	内容（費用）	申し込み
アートdeあそぼう!	8/7㈯ 10時～11時45分	12人	夏をテーマにした「張り子のペーパーランタン」を作ります。（1000円）	7/20㈫ 10時～
はじめての太極拳	8/23㈪ 10時～11時45分	15人	中国古来の伝統武術の太極拳を体験します。（500円）	7/27㈫ 10時～
ピラティスde骨活	8/25㈬ 10時～11時半	10人 ※女性	全身を支える「骨」を意識したエクササイズを体験します。（500円）	7/21㈮ 10時～

遺跡の学び館

〒020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■夏休み！古代体験ひろば
古代風ストラップとお守りネックレス、板状土偶マグネットの中から一つ選んで作ります。
8月1日㈰～9日㈫、10時～11時と13時半～14時半
各5組※4歳以上。幼児は保護者同伴 ¥ 各1人100円※入館料は別途

都南歴史民俗資料館

〒020-0842 湯沢1-1-38
☎638-7228

■収蔵資料展「書物の世界」
都南地域とその周辺で読まれていた近世から近代の書物を通じて、当時の文化を紹介します。
8月29日㈰まで ID 1023265

もりおか歴史文化館

〒020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■テーマ展「盛岡藩のスポーツ～わざくらべ～」
江戸時代の盛岡藩の事例を中心に、日本古来のスポーツに関する資料を紹介します。
7月16日㈰～10月18日㈪
ID 1035935

■企画展「江戸へ～盛岡藩の参勤交代～」
現存する盛岡藩の参勤交代の資料を公開します。
7月31日㈪～10月3日㈫
ID 1024733

■れきぶん講座 古文書にみる盛岡藩～親子鷹参勤道中～
青山学院大講師の千葉一大さんが、盛岡藩主4代南部重信と5代行信の参勤交代を解説します。
8月22日㈰13時半～15時半
20人 往復はがき：8月6日㈰必着
ID 1019061

原敬記念館

〒020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■原敬100回忌特別企画展 前編「疾風怒濤の前半生」
原敬の生涯のうち40歳頃までの半生を紹介します。
9月26日㈫まで ID 1028525

▶ギャラリートーク
同特別企画展の見どころを解説します。
7月17日㈯・8月22日㈰・9月26日㈰、13時半～14時15分 各10人
電話：開催2週間前の10時から
ID 1032422

■夏の生家公開
嘉永3年（1850年）建築の市指定有形文化財の生家を公開します。
8月16日㈪まで ID 1018920

▶生家で寺子屋
①手習い編②自由研究サポート編
①小沢一昭元館長の指導で、習字をします。※習字道具を持参②原敬を題材とした自由研究をサポートします。
8月7日㈯、①10時～11時②13時半～16時
①5人※小学生②小・中学生。いずれも小学1・2年生は保護者同伴
①電話：7月22日㈭10時から
ID 1020030

石川啄木記念館

〒028-4132 渋民字渋民9
☎683-2315
kouza-takuboku@mfca.jp

■ワークショップ わたしのお茶碗
啄木の短歌入りの茶碗を作ります。
8月7㈯・8日㈰、10時～12時と14時～16時
各6人※小学生以上 ¥ 各700円
メール：必要事項と希望日時を記入し送付。7月27日㈭まで ID 1022347

ふれあい広場

障がい福祉課 ☎613-8346

障がい者施設による食品や手芸品などの販売体験。
7月～9月のおおむね毎週木曜、11時～13時
市役所本庁舎本館1階エレベーター前ホール ID 1018352

100*₪歩いてまた海を見よう！2021 Special版

100*₪歩いて海を見よう！実行委員会の川島さん
☎090-2603-9208

盛岡から浄土ヶ浜（宮古市）まで、仲間と励まし合いながら約100*₪の道のりを歩きます。詳しくは、同実行委員会のホームページをご覧ください。
9月18日㈯～20日㈰
20人※中・高校生。保護者の同意が必要 ¥ 6000円
8月12日㈭まで

■新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う中止のお知らせ
例年8月に実施している市障がい者スポーツ大会は中止します。
ID 1004137

8月8日（日） ＼山の日イベント／ つどいの森で遊ぼう！

こもれびの宿☎637-0876
ID 1031466

■あかばやし登山
つどいの森（湯沢1）に隣接する赤林山を登ります。
7時半～15時
20人※小学生～70歳。中学生以下は保護者同伴

■巣箱作り教室
県産材を使って鳥の巣箱を作ります。
10時～12時と13時～15時
各5人※小学生以上。中学生以下は保護者同伴

窓口・電話：7月18日㈰9時から

■自然散策会
ガイドと一緒に公園内を散策します。
9時50分～11時半
20人※小学生～70歳。中学生以下は保護者同伴

■健康体操教室
各15人※60歳以上
▶リフレッシュ体操教室
筋トレやストレッチなどの軽い体操をします。
10時～11時
▶かんたんコロコロつどりん教室
ゆったり体をほぐします。
11時～12時

広告

AIがお持ちの住宅を瞬時に査定
PC・スマホ上で完結。お問い合わせ・ご来店不要！！ 簡単&手軽な不動産査定をぜひお試しください！
不動産本舗 株式会社北日本土地 盛岡店 tel:019-681-8822
↑↑↑今すぐAI査定を体験する
〒020-0866 盛岡市本宮3丁目49-46
■営業時間／9時30分～18時00分■定休日／水曜日
岩手県知事免許（10）第1473号 （一社）岩手県宅地建物取引業協会会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟 （公社）全国宅地建物取引業保証協会会員
https://www.kitatochi.com/ e-mail:info@kitatochi.com

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へどうぞ
補聴器30日間じっくり試してから
世界のトップブランド各社の補聴器を購入前に30日間実生活で試聴体験できます。
納得いくまで色々な場面、場所でじっくり聴こえを確認してからご購入下さい。
耳掛タイプ130,000円から
耳穴タイプ158,000円から
●事前にご予約をお願いしております●ご自宅等へ無料訪問相談実施
●お試しにかかる費用は2,000円だけです●まずはお気軽にお電話を
ヒアリングレーベル 盛岡市前九年1-10-13 TEL019-618-0698

■市の推計人口（6月1日現在）　【対前月比】21人増　【世帯数】13万4548世帯
28万9660人（男：13万7242人、女：15万2418人）　企画調整課☎613-8397　ID 1019915

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

☞1ページからの続き

市有地の売却

管財課　☎613-8340

永井24地割の土地を入札で売却します。条件や申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

締 8月31日㈫まで

ID 1008682

地図　売却する市有地の場所

指定管理者申請予定者の説明会

資産経営課　☎603-8007

市は、**表**のとおり公募により来年4月1日から指定管理者を指定する施設の説明会を開催します。指定管理者の申請を予定している団体などは、各担当課へ事前に連絡の上、説明会へ出席してください。詳しくは、各担当課に問い合わせるか市ホームページをご覧ください。

ID 1011448

点字ディスプレイの給付

障がい福祉課　☎613-8346

視覚障がい1級・2級の身体障害者手帳を持っている人などに、点字ディスプレイを給付します。

対 給付台数：10台※応募多数の場合は抽選

締 電話：8月31日㈫17時まで

ID 1023737

医療費受給者証を発送

医療助成年金課　☎626-7528

7月31日が有効期限の受給者証を持っている人で、8月以降も対象となる人に、7月下旬に新しい受給者証を発送します。

対 重度心身障がい者、中度身体障がい者、ひとり親家庭等、寡婦等、乳幼児、小学生、中学生

ID 1028060

世界の恒久平和に願いを

総務課　☎626-7513

■原爆写真パネル展

戦争の悲惨さや核兵器の恐ろしさ、平和の大切さを忘れないため、原爆写真パネルなどを展示します。

時 7月31日㈯～8月15日㈰

所 上田公民館（上田四）、都南図書館（永井24）、姫神ホール（渋民字鶴塚）

ID 1026926

■原爆無縁死没者遺骨名簿の公開

広島の原爆供養塔と長崎の原爆追悼祈念堂に安置されている遺骨の中で、親族が見つからない人の名簿を公開します。

時所 7月31日㈯～8月15日㈰は上田公民館、8月18日㈬以降は市役所本庁舎本館5階の地域福祉課

国民健康保険税の減免制度

健康保険課　☎613-8437

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年中の収入が減少したなどの世帯に対して、国民健康保険税を減免します。必要書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

対 ①新型コロナウイルスにより主たる生計維持者が死亡または重篤な病気となった世帯②主たる生計維持者が新型コロナウイルスの影響で、事業や不動産、山林、給与収入のいずれかが令和2年の10分の3以上減少することが見込まれる世帯

締 市ホームページからダウンロードした申請書に必要事項を記入し、〒020-8530（住所不要）市役所健康保険課へ郵送または持参。※郵送での申請にご協力ください

ID 1031213

農地の転用利用等を予定している人は相談を

盛岡・都南地域：農政課　☎626-7540
玉山地域：産業振興課　☎683-3852

市農業振興地域整備計画の定期見直しを令和4年度に行います。同年度内に農地の転用などを予定している人は、農用地区域からの除外が必要になる場合があるため、8月31日㈫までにご相談ください。なお、同計画の見直しに伴い、4年度中は除外の手続きはできません。

浄化槽設置経費の補助

給排水課　☎623-1426

し尿と生活雑排水を併せて処理する浄化槽を設置する場合、経費の一部を補助します。対象地域や補助金額など詳しくは、お問い合わせください。

夏の交通事故防止県民運動

くらしの安全課　☎603-8008

7月15日㈭～24日㈯は夏の交通事故防止県民運動期間です。今年のスローガンは「つくろうよ　事故無い未来を　ぼくたちで」。夏は、暑さや長距離運転での疲労による重大事故のほか、夏休み中の子どもが巻き込まれる交通事故が心配されます。交通ルールとマナーを守り、交通事故を防止しましょう。

ID 1001109

ほいくしカフェ

県保育士・保育所支援センター
☎637-4544　ファクス 637-9612

保育士としての再就職に向けて、不安なことを一緒に話してみませんか。

時 7月29日㈭10時～12時

所 ふれあいランド岩手（三本柳8）

対 10人程度※保育士資格を持ち、現在保育士として働いていない人

締 電話・ファクス：7月28日㈬12時まで

介護職員初任者研修

県母子寡婦福祉連合会　☎623-8539

介護職に就く上で必要な知識や技能を身に付けます。内容や日程など詳しくは、お問い合わせください。

時 10月5日㈫～29日㈮、全17回

所 ニチイ学館盛岡校（盛岡駅西通二）

対 10人※ひとり親家庭などの親で全日程を受講できる人

締 電話：9月10日㈮16時まで

「いきいき岩手」結婚サポートセンターの会員

i-サポ盛岡　☎601-9955

スタッフとAIが理想のパートナー探しをサポートします。詳しくは、お問い合わせください。

対 20歳以上の独身の人で次のいずれかに該当する人①県内に在住または在勤②県外に在住で、結婚後に県内に居住できる

¥ 入会登録料1万円

寄付をいただきました

■㈱インフォメーション・ディベロプメント　山川利雄（としお）代表取締役社長

絵本35セット。児童の健全育成のために。

<お詫びと訂正>

7月1日号特集、「モリオカ神楽」の記事に誤りがありました。2ページの「修験（しゅげん）山伏」のふりがなは、正しくは「しゅげん」、地図上の「巻掘神楽伝承会」は正しくは「巻堀神楽伝承会」です。お詫（わ）びして訂正します。

表　指定管理者申請予定者説明会の日程など

施設名（所在地）	日時	会場	担当課
津志田老人福祉センター（津志田西二）	7月21日㈬ 10時～	プラザおでって 特別会議室	長寿社会課 ☎603-8003
東中野運動広場（東中野字立石）	7月21日㈬ 13時半～	本庁舎別館 403会議室	スポーツ推進課 ☎603-8006
つなぎ多目的運動場（繋字除キ）	7月21日㈬ 14時～		
土淵児童センター（上厨川字下川原）	7月27日㈫ 13時半～	市保健所3階 中ホール	子ども青少年課 ☎613-8356
大新児童センター（南青山町）			
城西児童センター（中屋敷町）			
見前北児童センター（西見前18）			
もりおか町家物語館（鉈屋町10）	7月27日㈫ 14時～	プラザおでって 特別会議室	観光課 ☎626-7539
余熱利用健康増進センター（上田字小鳥沢）	7月27日㈫ 14時～	クリーンセンター 2階見学者室	クリーンセンター ☎663-7153
盛岡駅前自転車駐車場（盛岡駅前通）	8月2日㈪ 14時～	市勤労福祉会館 401・402会議室	交通政策課 ☎626-7519
盛岡駅西口自転車等駐車場（盛岡駅西通二）			
原敬記念館（本宮四）	8月11日㈬ 10時～	都南分庁舎 101会議室	歴史文化課 ☎639-9067
先人記念館（本宮字蛇屋敷）			

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
休日納付相談	7/25㈰ 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★	8/2㈪・30㈪ 10時～15時	広聴広報課（市役所本庁舎別館6階）	広聴広報課の予約専用ダイヤル ☎626-7557
無料法律相談★	8/4・11・18・25 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9時から受け付け

VEGETABLE OIL INK
地球環境に配慮し、ベジタブルインキを使用しています。

新型コロナ
ワクチン情報

64歳以下の人の接種を開始します

市は、12歳以上64歳以下の人（約17万8000人）を対象に、新型コロナワクチン接種を開始します。対象者には、接種券（クーポン券）と案内チラシ、予診票（２回分）、ワクチンの説明書（ファイザー・モデルナ各１枚）を７月12日までに発送しました。また、予約開始前日までに**「予約開始日」**や**「接種開始日」**を記載したはがきを別途送付しますので、はがきに記載されている**予約開始日以降に予約してください。**予約の際は、接種券（クーポン券）を用意してください。電話予約の場合、予約開始日（初日）はコールセンターに電話が集中し、つながりにくくなります。インターネット予約とLINE（ライン）予約をご利用ください。

６月30日時点の情報です

１ 予約・接種開始日

年齢区分など		予約開始日と接種開始日
60歳～64歳（昭和32年４月2日～昭和37年４月１日生まれ）		予約開始：７月17日㈯９時から 接種開始：７月27日㈫から
12歳～59歳	優先接種対象者◇	
	上記以外の人	未定（予約開始日前日までに個別にはがきでお知らせします）

※８月以降に12歳になる人には、原則として誕生月に順次発送します

◇優先接種対象者

▶基礎疾患を有する人

慢性的な呼吸器や心臓、他の病気で入院・通院している人、BMI30以上の肥満の人など。詳しくは**接種券に同封するチラシ**か市ホームページをご覧ください

※基礎疾患の診断書は不要です

▶高齢者施設などの従事者

２ 接種の流れ

①接種時期を確認する

接種できる時期は、対象者に届くはがきの他、市ホームページや盛岡市新型コロナワクチンコールセンターで確認できます。なお、基礎疾患を有する人、高齢者施設などの従事者は、はがきの案内に関わらず７月27日㈫から接種可能です。

接種券は接種時期まで大切に保管してください。

②予約する

接種は、事前に予約が必要です。予約の際は、接種券（クーポン券）をお手元に用意してください。

予約方法や接種対象は医療機関によって異なりますので、**下表**で確認の上、指定された方法で予約してください。

※定期受診には風邪などでの不定期な受診は含まれません

③ワクチン接種を受ける

【当日の持ち物】

・接種券（クーポン券）・予診票１枚
・本人確認書類
（健康保険証や運転免許証など）
・おくすり手帳（持っている場合）

・当日は、接種しやすいよう**肩を出しやすい服装**でお願いします
・接種券（クーポン券）の**シールは、はがさない**でお持ちください
・予診票は、**必ず事前に記入**してから、接種場所にお越しください

④２回目の接種を予約する

ワクチンの効果を高めるには２回の接種が必要です。１回目の接種後、速やかに２回目の接種の予約をしてください。

２回目の接種の予約方法は、医療機関によって異なりますので、１回目の接種の際に確認ください。

※医療機関で予約できない場合は、コールセンターで予約してください。（インターネット、LINEでの予約はできません）

３ 予約の方法

インターネット予約かLINE予約を優先的にご利用ください。電話予約の場合、コールセンターの回線には限りがあるため、混雑時はつながりにくくなる恐れがあります。

▶インターネット予約

24時間受付

※予約初日は９時から予約開始

URL：https://vc.liny.jp/032018

予約は
こちらから☞

▶LINE予約

24時間受付

※予約初日は９時から予約開始

QRコードから市公式アカウントに「友だち」申請して予約画面へ

予約は
こちらから☞

▶電話予約

９時～18時（土・日曜、祝日含む）

盛岡市新型コロナワクチンコールセンター

☎0120-220-489

（通話料無料）

※番号のかけ間違いに注意ください

▶医療機関で予約

下表の「予約方法」の「医療機関での受付」に記載がある医療機関で直接予約できます。「備考欄」を確認の上、詳しくは、各医療機関へお問い合わせください

接種可能な医療機関の一覧

接種できる医療機関は**下表及び裏面**のとおりです。医療機関により、「インターネット・LINE・コールセンター」か「医療機関での受付」か、予約方法が異なるため、必ず事前に確認の上、予約してください。

※６月30日時点（五十音順）

名称	場所	予約方法		備考
		インターネット・LINE・コールセンター	医療機関での受付	
赤坂病院	名須川町		○	対象：定期受診患者のみ
秋浜内科クリニック	渋民字駅	コールセンターのみ		対象：20歳以上の定期受診患者のみ 接種開始：８月下旬以降
あべ神経内科クリニック	肴町		○	対象：18歳以上の定期受診患者のみ
あべ内科・消化器科クリニック	長橋町		○	対象：35歳以上の定期受診患者のみ
池田外科・消化器内科医院	境田町		備考参照	定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
池田内科	上太田弘法清水	○		
いしい内科・糖尿病クリニック	中ノ橋通一		○	対象：定期受診患者のみ
いしかわ耳鼻咽喉科クリニック	本町通一	○		
いするぎ医院	大通三	コールセンターのみ		対象：定期受診患者のみ
いわて飯岡駅前内科クリニック	永井17	○		同クリニックのWEB予約システムからは接種予約できません
岩手医科大学旧PET・リニアック先端医療センター	中央通一丁目4-1	○		内丸メディカルセンター（内丸）とは別の建物です。建物はつながっていませんので注意してください
県予防医学協会付属第一診療所	北飯岡四	○		対象：16歳以上

※裏面に続く

※６月30日時点（五十音順）

名称	場所	予約方法		備考
		インターネット・LINE・コールセンター	医療機関での受付	
臼井循環器呼吸器内科	松園二	○	○	定期受診患者予約専用☎665-2345 受付：７月19日㈪以降の月曜～木曜日9：30～15：30
内丸病院	本町通一		○	予約専用☎654-5335
江藤整形外科医院	北天昌寺町		○	
江村胃腸科内科医院	城西町	コールセンターのみ	備考参照	対象：40歳以上 定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
おいかわ内科クリニック	上田一		備考参照	定期受診患者は来院時に受付 医療機関への電話予約不可
逢坂医院	長田町		○	対象：16歳以上 受付：14：00～16：00
大浦内科・歯科クリニック	津志田西二	○		
大澤クリニック	茶畑二		○	対象：20歳以上の定期受診患者のみ
大手先内科循環器クリニック	本町通一	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
大通胃腸科内科	大通一		○	対象：定期受診患者とその家族のみ
おおどおり鎌田内科クリニック	大通二		○	対象：定期受診患者のみ
大日向医院	高松二	○		
おおひら内科・循環器科クリニック	梨木町		○	対象：定期受診患者のみ
大屋内科胃腸科クリニック	西青山一		○	対象：20歳以上
岡田消化器科内科医院	清水町		○	対象：定期受診患者のみ
荻野病院	本宮一	○	○	予約専用☎080-7191-7055 受付：月曜～金曜日９：00～17：00
小田島耳鼻咽喉医院	上田一		○	対象：定期受診患者のみ
おはようクリニック	高松二	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ 受付：7：00～12：00
小保内医院	鉈屋町		○	対象：定期受診患者のみ
加賀野消化器内科・内科クリニック	天神町	○		
かつら内科クリニック	本宮字小板小瀬	○		対象：定期受診患者とその家族のみ
かなざわ内科クリニック	上堂一		○	対象：定期受診患者のみ
循環器内科金矢クリニック	津志田中央三		○	対象：定期受診患者のみ
かなやま内科医院	浅岸一		○	対象：定期受診患者のみ
金子胃腸科内科	乙部13	○		
かねこ内科クリニック	月が丘一		備考参照	対象：18歳以上の定期受診患者のみ 電話予約不可、受診時に予約
鎌田内科クリニック	本宮二		○	定期受診患者のみ
川久保病院	津志田26	コールセンターのみ	○	
菅野小児科	山岸二	コールセンターのみ		対象：12歳～15歳
久喜内科・脳神経内科医院	緑が丘三		○	対象：インフルエンザワクチンで副反応が出ていない人
葛クリニック	上田四		○	対象：定期受診患者のみ
くどう医院	前九年三	コールセンターのみ		対象：定期受診患者とその家族のみ 接種開始：７月27日㈫から
工藤内科ハートクリニック	中ノ橋通一		○	対象：定期受診患者とその家族のみ
久保田医院	大館町	○	○	予約専用☎090-3129-8607 受付：９：00～12：00
くろだ脳神経・頭痛クリニック	神明町		○	対象：18歳以上の定期受診患者のみ
くわた脳神経外科クリニック	北飯岡一		○	対象：定期受診患者のみ
けやき整形外科クリニック	上田一		○	対象：定期受診患者と基礎疾患のある人 予約専用☎080-2847-4971
孝仁病院	中太田泉田	コールセンターのみ		対象：15歳以上
小坂内科消化器科クリニック	永井19		○	対象：定期受診患者のみ
児島内科医院	みたけ三	○		
子どもは未来もりおかこどもクリニック	上田字松屋敷		○	対象：定期受診患者とその家族、それ以外の18歳以下 予約専用☎070-5326-4393 受付：11：00～12：00※平日のみ
菜園循環器内科医院	菜園一	○	○	対象：医療機関受付は定期受診患者のみ
さいとう小児科クリニック	月が丘二	○	○	対象：定期受診患者とその家族のみ 電話予約は診療時間内のみ
さいとう耳鼻咽喉科医院	緑が丘三		○	
さとう胃腸科内科	向中野一		○	対象：定期受診患者のみ
佐藤耳鼻咽喉科医院	青山三		○	対象：定期受診患者とその家族のみ
三愛病院	月が丘一	○		対象：16歳以上。日曜日接種分のみ受付：同院透析患者以外は9月以降
産科婦人科吉田医院	若園町		○	対象：定期受診患者のみ
三本柳かんのクリニック	三本柳23		○	対象：定期受診患者優先 受付：14：00～17：00 接種開始：８月16日㈪以降
耳鼻咽喉科わたなべとしや診療室	北飯岡一		○	対象：定期受診患者のみ
渋民中央病院	渋民字大前田		○	対象：定期受診患者のみ
小豆嶋胃腸科内科クリニック	仙北三	コールセンターのみ		対象：定期受診患者のみ
鈴木内科医院	八幡町		○	対象：定期受診患者のみ 予約専用☎090-2669-2260
鈴木内科神経内科	黒石野二		○	対象：16歳以上の定期受診患者のみ ８月以降の土曜日接種分のみ
たかしクリニック	東仙北一		○	
高松病院	館向町		○	
たぐち脳神経外科クリニック	本町通一	○	○	
たけ循環器内科クリニック	北飯岡一		○	対象：18歳以上の定期受診患者のみ
田中循環器内科クリニック	永井22		○	対象：定期受診患者のみ
谷藤眼科医院	前九年二		○	
たにむらクリニック	本宮字小板小瀬		○	対象：定期受診患者のみ 予約専用☎080-2069-7668 受付：月曜・火曜・金曜日17：00～17：30
ちだ内科・外科クリニック	東安庭一	○		
ちばクリニック	中央通三		○	対象：定期受診患者のみ
ちば耳鼻咽喉科クリニック	紺屋町		○	対象：定期受診患者とその家族のみ
遠山病院	下ノ橋町		○	対象：18歳以上の定期受診患者優先 予約専用☎651-2118
栃内内科医院	神明町	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
都南眼科	永井23	コールセンターのみ		対象：定期受診患者のみ
都南病院	東見前６		○	対象：定期受診患者のみ
とみさわ甲状腺・乳腺のクリニック盛岡	大通一	○	○	予約専用☎070-1598-1963 受付：月曜～木曜日９：00～18：00、金曜日10：00～18：00、土曜日10：00～17：00
内科クリニックすずき	北松園二	コールセンターのみ		対象：定期受診患者と近隣地域の人のみ
なおや脳神経・頭痛クリニック	本宮字小板小瀬	コールセンターのみ		対象：20歳以上の定期受診患者のみ
中島内科クリニック	月が丘二		○	対象：定期受診患者のみ
中村医院	上田三		○	対象：定期受診患者のみ
中村内科医院	若園町		○	対象：受診歴のある人のみ
なないろのとびら診療所	仙北二		○	対象：定期受診患者のみ
西島こどもクリニック	上田一		○	対象：12歳～18歳と定期受診患者の家族のみ 予約専用☎651-1366
二宮内科クリニック	愛宕町		○	対象：19歳以上の定期受診患者のみ
ひめかみ病院	下田字陣場		○	対象：18歳以上の定期受診患者のみ
藤島内科医院	愛宕町	○		
ポランの内科クリニック	中央通一		○	対象：定期受診患者のみ
本間内科医院	上田二		○	対象：定期受診患者のみ
まさと脳神経内科クリニック	向中野五	○		
松園第一病院	東黒石野三		○	対象：19歳以上
松園第二病院	西松園三	○	○	
真山池田医院	本町通三		備考参照	対象：定期受診患者とその家族のみ 医療機関への電話予約不可
マリオス小林内科クリニック	盛岡駅西通二	コールセンターのみ		対象：19歳以上の定期受診患者のみ
みうら小児科医院	中野一	コールセンターのみ		対象：12歳～16歳
水沼内科循環器クリニック	中央通二		○	対象：20歳以上で受診歴がある人 予約専用☎622-5671
緑が丘整形外科	緑が丘三		○	対象：定期受診患者のみ
三船内科	天昌寺町		○	対象：令和2年度以降の受診歴のある人
みやもと内科クリニック	上厨川字杉原		○	
見前ファミリークリニック	三本柳12		○	対象：20歳以上の定期受診患者のみ
みんなのクリニック	みたけ二		○	
村井産婦人科小児歯科医院	向中野字道明		○	対象：定期受診患者のみ
むろおか骨粗鬆症・整形外科クリニック	菜園一		○	対象：定期受診患者とその家族、近隣地域の人のみ
メディケアプラザ中央通りクリニック	中央通三	○		
本宮Cクリニック	向中野三	○	○	対象：20歳以上 医療機関受付は定期受診患者のみ
もりおか胃腸科内科クリニック	中ノ橋通二		○	対象：定期受診患者のみ
独立行政法人国立病院機構盛岡医療センター	青山一	○		
盛岡駅前おおば脳神経内科クリニック	盛岡駅前通		○	対象：定期受診患者のみ
もりおか往診ホームケアクリニック	北飯岡三	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
盛岡観山荘病院	高松四		○	対象：定期受診患者のみ
盛岡さくらクリニック	みたけ四	○	○	
盛岡市立病院	本宮五	コールセンターのみ		対象：受診歴のある人
盛岡赤十字病院	三本柳６	○		
盛岡つなぎ温泉病院	繋字尾入野		○	予約専用☎080-8200-4693
盛岡友愛病院	永井12	コールセンターのみ	○	対象：16歳以上の定期受診患者のみ 予約開始：7月19日㈪から 接種開始：８月２日㈪から
森田小児科医院	緑が丘四	○		
森谷医院	高松三		○	対象：定期受診患者のみ
八角病院	好摩字夏間木		○	予約専用☎ ①682-0811②682-0862
八角医院	好摩字夏間木		○	
やまだ胃腸内科クリニック	津志田中央二	○	○	医療機関受付は定期受診患者のみ
ゆい内科呼吸器科クリニック	向中野二		○	対象：13歳以上の定期受診患者、同院で接種歴のある人とその家族のみ 受付：14：00～17：00
よしだクリニック	西仙北一		○	対象：定期受診患者とその家族のみ
吉田消化器科内科	東見前８	○		
わたなべ内科・脳神経内科クリニック	高松三	コールセンターのみ		対象：定期受診患者とその家族のみ
和田内科医院	菜園一		○	対象：定期受診患者のみ

※上記の表以外にも、現在調整中の医療機関があります。最新の情報は、市ホームページやインターネット予約フォーム、コールセンターでご確認ください