

イベント情報

マークの
見方

🕒 日時 📍 会場 🧑 定員、対象 💰 費用 📄 申し込み
🗨 問い合わせ 📠 広報ID 📬 託児 🚌 会場までバス移動

申し込みが必要な イベントについて

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：左記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。
※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

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■男性向けカウンセリング

仕事や家庭のことなど、男性の相談
員が問題解決をサポートします。

- 🕒 3月26日(土)10時～12時
- 🧑 3人※男性（男性を自認する人を含む）
- 📄 電話：当日まで
- 📠 1038705



盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりけきサロン

お茶を飲みながら、気軽にしゃべ
りを楽しみませんか。

- 🕒 3月8日～22日、火曜、10時～16
時※出入り自由・マイカップ持参

■もりけき八時の芝居小屋「なんだ りかんだり読みがたり」

IBC岩手放送の大家富夫アナウンサ
ーなどによる、重松清作の①「ツバメ
記念日」と②「さくら地蔵」の朗読劇。

- 🕒 ①3月24日(木)②25日(金)、20時～
21時 🧑 各70人
- 💰 前売り1000円、当日
1200円
- 📄 電話・窓口・応募フォ
ーム：受け付け中



キャラホール・都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■子どもシネマランド

「天狗の羽うちわ」・「わたし おて
つだいねこ」・「くるみ割り人形」の3
本を上映します。

- 🕒 3月13日(日)10時半～11時半
- 🧑 60人※幼児～小学生とその保護者
- 📠 1034079

■新・純邦楽ユニットWASABI

津軽三味線奏者「吉田兄弟」の兄・
吉田良一郎率いる和楽器バンドのラ
イブ。

- 🕒 5月24日(火)19時～21時
- 💰 一般4500円、U-25チケット2500

円※当日各500円増

- 📍 3月3日(木)から同ホールの他、市
内プレイガイドで販売
- 📠 1038952

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

- 🕒 3月1日～15日、火・木・金曜は18
時半～20時半、土曜は16時半～18
時半、日曜は14時～16時
- 🧑 小学生～高校生
- 💰 月4回コース：3300円、月8回コ
ース：5500円
- 📄 窓口・電話：随時受け付け
- 📠 1036207

■かんたんエアロビクス無料体験会

音楽に合わせて全身を動かす有酸素
運動を体験します。

- 🕒 3月10日(木)11時15分～12時15分
- 🧑 10人※18歳以上
- 📄 電話：3月4日(金)10時半から
- 📠 1026379

■ボルドブラ無料体験会

- 「立って動くピラティス」ともいわれ
る、バレエの要素を含んだ体操を体
験します。
- 🕒 3月14日(月)19時15分～20時15分
- 🧑 16人※16歳以上
- 📄 電話：3月7日(月)10時半から
- 📠 1033982

■①幼児水泳②水泳③水中運動・ア クアビクスの各教室

- 🕒 4月11日(月)～6月30日(木)
- 🧑 ①10～40人※来年度4～6歳にな
る子②20～30人※中学生以上③20
～30人※18歳以上
- 💰 各5600円～9680円
- 📄 3月6日(日)15時から
- 📠 1024226

■フィットネス教室

エアロビクスやヨガ、体育教室など。
内容や申し込み方法など詳しくは、同
プールホームページをご覧ください。

- 🕒 4月11日(月)～6月30
日(木)
- 💰 各5005円～9075円
- 📄 3月6日(日)10時から

●施設の利用制限



次の日程は、大会のため利用できま
せん。

- 🕒 3月6日(日) 📠 1025154

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■トレーニングカウンセリング

- マンツーマンで体組成の測定とトレ
ーニング内容の案内をします。
- 🕒 3月17日(木)・25日(金)、14時～15
時45分
- 🧑 各2人※18歳以上
- 💰 各1100円※別途トレーニングル
ーム使用料が必要
- 📄 電話：3月4日(金)10時から
- 📠 1026544

みちのくコカ・コーラ ボトリングリンク

☎020-0866 本宮五丁目3-3
☎601-5001

■初心者スケート教室

- 🕒 3月22日(火)～24日(木)、全3回、
16時半～18時
- 🧑 20人※未経験、初心者的小学生
～59歳
- 💰 3500円
- 📄 電話：3月8日(火)10時から
- 📠 1036965

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366 ファクス653-3505
✉chuo.ph@city.morioka.iwate.jp

■わくわく♪おはなし会

おはなしボランティア「おはなしポッ
ト」による絵本の読み聞かせなど。

■盛岡市・都南村合併30周年記念講 座「帰ってきた!テレビ都南」

平成23年に廃止された市営ケーブル
テレビ「テレビ都南」が制作した「さ
よなら都南村」などを視聴しながら
合併時の様子を振り返ります。

- 🕒 3月26日(土)10時～11時半
- 🧑 50人
- 📄 窓口・メール・ファクス：3月18日

館まで※応募多数の場合は抽選
📠 1038948

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■縄文ふれあいDAY

古代風ストラップ、拓本とり、古代の
お守りネックレスの中から1つ選んで
作ります。

- 🕒 3月12日(土)、10時～11時半と13
時～14時半
- 💰 各100円 📠 1009438



▲古代風ストラップ



▲縄文土器の拓本

初心者マラソン教室

市陸上競技協会 ☎667-2245

いわて盛岡シティマラソン2022のフル
マラソンを、5時間前後で完走す
ることを目指す練習会を開催します。
内容や申し込み方法など詳しくは、
同マラソン大会ホームページをご覧
ください。

- 🕒 4月9日(土)～9月24日(土)、全6
回、15時～18時

🧑 30人程度※18歳以上のマラソン
初心者

- 💰 3500円
- 📄 往復はがき：3月23日
(火)まで



自宅でできる

もリスボMOVE体操の動画を配信

もリスボネット事務局 ☎613-3400

コロナ禍でなかなか外出できず、体が
なまっていませんか？ トレーナーの
動画を見ながら自宅でできるヨガや
骨盤矯正体操などで、体を

メンテナンスしましょう。

動画はこちら▶



頑張れ！

いわてブルージャ盛岡

📍 スポーツ推進課 ☎603-8013

2月19日にプロサッカー「J 2リ
ーグ2022シーズン」が開幕しまし
た。監督、選手、サポーターが

「一石」となって戦ういわてブル
ージャ盛岡のホーム開幕戦をスタ
ジアムで応援しましょう！

▶ホーム開幕戦

栃木SCと対戦します。

- 🕒 3月20日(日)14時キックオフ

📍 北上総合運動

公園北上陸上競技

場（北上市）



東日本大震災11周年行事 「復興への誓い」

- 📍 ①危機管理防災課 ☎613-8386

- ②祈りの灯火実行委員会 ☎090-2973-4035

- 📠 追悼式：1022189・祈りの灯火：1018707

東日本大震災で亡くなられた
方々への追悼と、復興への想いを
胸に、11周年記念行事「復興へ
の誓い」を開催します。追悼式を
行い、1万個の灯笼「祈りの灯
火」に市内各所で火を灯します。

- 🕒 3月11日(金)

- ▶①追悼式：14時40分～14時50分（黙とう：14時46分）

※震災発生時刻の同日14時46分に市役所本庁舎と玉山総合事務所で
追悼のサイレンを鳴らします

- ▶②祈りの灯火2022：15時～19時

（灯笼点火式：17時）

📍 もりおか歴史文化館前広場（内丸）



灯笼はこちらにも！

- ・東大通商業振興会各店
- ・中津川河川敷（中の橋のもと）
- ・県営南青山アパート集会所
（森のテラス）

新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用と手指消毒にご協
力をお願いします。また、体調が優れない場合の入場はご遠慮ください

参加して みませんか

「祈りの灯火2022」のボランティアを募集してい
ます。都合の良い時間のみの参加もできます。

	日時	場所	内容
3/6(日)	10時～12時 13時～15時		灯笼準備
3/11(金)	10時～12時 13時～18時 18時～20時	もりおか歴史文化館前広場	灯笼設置などの会場準備や 灯笼への点火、終了後の片 付けなど
3/12(土)	10時～12時 13時～15時		灯笼の片付けなど

※事前に参加申し込みが必要。「祈りの灯火」ウェブサイトまたは祈りの灯火実行
委員会 ☎090-2973-4035へ電話申し込み

3月11日は、岩手県の定める「東日本大震災津波を語り継ぐ日」です。こ
れまでの復興の歩みの中で得られた多くの絆や、人と人が支え合うことの大切
さを胸に、東日本大震災津波を語り継ぎ、一人ひとりの大切な人に想いを寄
せながら、力を合わせて未来に向けて、ふるさと岩手を築いていきましょう。

診療時間外に具合が悪くなったら

■症状が比較軽い場合は「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 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	内科・小児科
市立病院	本宮五丁目15-1 ☎635-0101	平日 17時15分～ 土・日曜、祝日 8時半～	内科・外科★
休日救急 当番医	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
3/6 (日)	内	荻野病院	本宮一丁目6-12	636-0317
		内科クリニックすずき	北松園二丁目15-4	662-2888
		秋浜内科クリニック	渋民字駅103	683-2333
	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
	小	森田小児科医院	緑が丘四丁目1-50アステ イ緑が丘1階	662-3326
	歯	宮田歯科医院	高松二丁目26-27	663-4848
3/13 (日)	薬	アポロ薬局	本宮一丁目6-11	636-4332
		サンタウン調剤薬局	北松園二丁目13-1	662-0576
		たくぼく薬局	渋民字駅104	669-5800
		本町薬局	本町通一丁目9-28	652-8200
		調剤薬局アスティこのう	緑が丘四丁目1-50	662-2877
	内	ささき医院	中野一丁目27-10	653-0230
3/13 (日)	内	おおひら内科・循環器科クリ ニック	梨木町2-2	606-3765
	外	八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	小	けやき整形外科クリニック	上田一丁目1-35	656-1677
	歯	子どもは未来もりおかこどもク リニック	上田字松屋敷11-14	656-1366
		みやのデンタルオフィス	中屋敷町7-17	643-5773
	薬	コスモ調剤薬局	中野一丁目30-3	653-6133
		べんざん薬局	梨木町2-14	652-3345
		リープ薬局	上田一丁目1-35	601-3030
		こなん薬局	上田字松屋敷23-3	664-1115

■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。

病院名	電話番号
市立病院（本宮五）	635-0101
栃内病院（肴町）	623-1316
遠山病院（下ノ橋町）	651-2111
盛岡つなぎ温泉病院（繁字尾入野）	689-2101
盛岡友愛病院（永井12）	638-2222
川久保病院（津志田26）	635-1305
国立病院機構盛岡医療センター（青山一）	647-2195
八角病院（好摩字夏間木）	682-0201
▼重症患者を優先して受け入れ	
岩手医科大学附属病院（矢巾町）	613-7111
岩手県立中央病院（上田一）	653-1151
盛岡赤十字病院（三本柳6）	637-3111



広 告

AI

がお持ちの住宅を

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！

株式会社 北日本土地 盛岡店

〒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

↑↑↑今すぐAI査定を体験する

岩手県知事免許（10）第1473号（一社）岩手県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）全国地建物取引業保証協会会員
https://www.kitatochi.com/ e-mail:info@kitatochi.com

補聴器を自宅でも試してみませんか？

3月1日(火)～31日(木)

AI[人工知能]搭載の最新補聴器
ワイデックスの「モメント」が1週間無料試聴できます。

予防対策実施中 新型コロナウイルス感染拡大対策のもと、お客様の安心・安全に配慮して営業しております。 定期的な換気 マスク着用 店内消毒

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。TEL.019-653-3435
※認定補聴器専門店は公益財団法人テクノイデ協会が認定した店舗です。 http://suishodo-megane.co.jp 盛岡市中ノ橋通一丁目4-20

信頼と安心

メガネの水晶堂

岩手銀行 中ノ橋支店 盛岡バスセンター前

中ノ橋 中ノ橋通 南大通

水晶堂ビル2階 水曜日はお休み

当ビル裏、指定駐車場をご利用ください。