

盛岡発

未来技術への挑戦！

新春スマートシティかるた

だ



誰でも教育が
受けられる場を
創りたい

だ

て



手ぶらで気軽に
お買い物

て

詳しくは次のページへ▶

◆ 新年のごあいさつ



盛岡市長 宮崎 明

謹んで、市民の皆さまへ新年のごあいさつを申し上げます。

この年末年始、市民の皆さまには帰省や旅行、初詣、飲食を伴う会合などでの新型コロナウイルス感染症対策に、細心の注意を払っていただき感謝申し上げます。引き続き、手指消毒や小まめな換気、場面に応じたマスクの着用などの基本的な感染対策をお願いいたします。

昨年はワクチン接種とともに、福祉施設や学校のPCR検査体制の充実など、引き続き皆さまのご理解とご協力のもと、感染拡大防止に全力を尽くしてまいりました。また、感染症の長期化による市民生活や事業活動への影響のほか、エネルギーをはじめとする物価の高騰に対し、幅広い経済対策により、市民や事業者の皆さまを全力で支援してまいりました。

本年もコロナ禍からの回復の歩みをより確かなものにするため、引き続き感染防止と地域経済の回復に向けた対策に取り組むとともに、将来を見据えたデジタル化の推進や新たな産業等用地の整備など、地域経済活性化への取り組みを力強くかつ着実に進めてまいります。

さて、昨年は盛岡さんさ踊りや、いわて盛岡シティマラソンなどのイベントが3年ぶりに開催されましたが、本年は、いわて盛岡ボールパークのオープンや盛岡市動物公園「ZOOMO」のリニューアルなど、昨年以上のにぎわいと交流を創出できるよう努めてまいります。

これからも、市民の皆さまが生き生きと暮らし、本市が東北の拠点都市としてさらに発展し続けられるよう、全力を尽くしてまいります。健やかで実り多い年となりますよう心より祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者、医療従事者に対する誤解や偏見に基づく差別を行うことは許されません。正確な情報を入手し、冷静な行動に努めましょう。

市政ラジオ

ラヂオもりおか(FM76.9MHz)
「ウィークリーもりおか」
毎週金曜、7時50分～55分
再放送/10時30分～10時35分

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

市ホームページ
https://www.city.morioka.iwate.jp/



facebook
@moriokashi



Twitter
@moriokashi



- 目次
- 1-3 盛岡発「未来技術」への挑戦！
 - 4-5 市・県民税(住民税)の申告
 - 6 地域おこし協力隊の活動紹介
 - 7 誰もが安心して暮らせる社会に、3Rマイスターへの道
 - 8-9 イベント情報
 - 10-11 もりおかインフォ、休日救急当番医
 - 12 theもりおか人、写真deもりおか

デジタル技術で便利！快適！

もりおか

スマートシティ 作戦

マルチモノモリオカが進める
3つの取り組み



デジタル人材の育成



未来技術を使った
チャレンジをサポート！



未来技術や
DX*に関する
イベント開催

社会でデジタル化が進む中、市では盛岡のものづくり産業の未来技術の発展を支援しています。その取り組みの1つとしてスタートした「MULTI MONO MORIOKA」は、未来技術をもつ企業が新しい取り組みにチャレンジするための「プラットフォーム（交流の場）」で、盛岡に企業や人材、技術などが集まり融合させることで新たな価値を創造し、地域課題解決を目指す――。この新たな試みと、市内で実験に取り組む企業を紹介します。

【問】ものづくり推進課 ☎ 626-7538

企業の人たちがプログラミングなどを学ぶ「デジジュク」や、学生を対象に未来技術を使ったアイデアコンテストを開催し、デジタル人材の育成を支援。

未来技術を使い、盛岡発の新たな事業を生み出す実証実験*に、資金の補助と関係企業同士のマッチングを支援。
※実際の利用環境に近い状況下で、製品・サービスの有効性を検証するものです。市民の皆さんから意見を募ることもあり、より良い社会の形成に生かされています

企業などを対象に未来技術に関するセミナーと、異業種の人と交流をしながら未来技術について学ぶ学習交流イベントを開催。
※デジタルトランスフォーメーション：未来技術などを利用した新たなビジネスモデルの創出などを根本から変革させること

この「MULTI MONO MORIOKA」の取り組みは、内閣府スマートシティ関連事業（未来技術社会実装事業）として選定され、**国からも先進事例として期待されています。**

＜INTERVIEW＞

盛岡は未来技術で発展する可能性を持つ都市だと考えています。未来技術を使って事業を展開しようとする人たちに「夢やアイデアが盛岡で実現できる」ということを知ってもらいたいですね。「新しい技術を使った挑戦が盛岡でできる」という文化を根付かせ、

同じ志を持つ人を盛岡に集めたいです。



市と共同で取り組みを運営する
㈱ネクスト
なまき 重輝さん

デジタル人材の育成

学生が未来技術の活用方法を発想！



県内の企業・教育機関・行政が連携して開催する、デジタルをテーマとした学生向けのアイデアコンテストが「デジコン」です。AI*¹やIoT*²などのデジタル技術を使った、身近な問題を解決するための自由なアイデアを募集。今回は47チームの応募がありました。

※1 人工知能
※2 モノがインターネット経由で通信すること

応募してよかったこと！

- 県内で動くプロにアドバイスをもらえる
- 自分のアイデアを形にできる

＜INTERVIEW | デジコン参加者の皆さん＞

なにげない日常生活の中にも、よりよい生活のヒントが多くあることを感じ、「食品ロスは企業にとってはチャンスロス」という視点から、重量センサの仕組みを利用した商品管理システムのアイデアを考えました。また、専門家の皆さんを前に自分たちのアイデアを発表するのはとても緊張しましたが、貴重な経験になりました。

チーム
「緑風」

吉田 瑠希さん（左・大原学園2年）
近藤 涼介さん（右・大原学園2年）



私たちの考えたアイデアは「南部鉄器」をレンタルするビジネスプランです。お試しで気軽に使ってもらうことで、より多くの人に南部鉄器の魅力を伝えることができ、さらに購入してもらうことができれば生産者の利益にもなる。コンテストを通して未来技術の活用を考える中で、伝統工芸品の価値を再認識することができました。

チーム
「つばあん」

野里 春香さん（左・県立大4年）
工藤 諒太さん（右・県立大4年）



未来技術を使った
チャレンジをサポート！

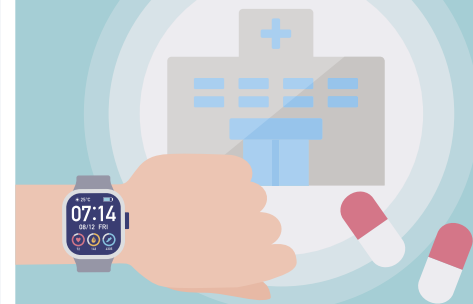
未来技術を活用して
社会課題を解決



市内企業の「強み」と「未来技術」を掛け合わせた、新たな事業へのチャレンジを支援しています。これらの事業を社会に広げることがさまざまな社会課題の解決につながり、私たちの暮らしがより豊かなものになっていきます。

じ

自分の体調
データがみんなの
健康に役立つ



実証実験事例1

エーピー テック ㈱
AP TECH ㈱

スマートウォッチで脈拍や血圧などのデータを測定し、服薬情報を連動させることで、薬が体に与える影響の度合いの把握につなげます。さらに、個々のデータを蓄積・分析することで、不特定多数の人の異変の予兆を察知したり、離れて暮らす家族の健康を見守るなどといった、**新たな医療やヘルスケアのシステム構築を目指しています。**

て

手ぶらで気軽に
お買い物



実証実験事例2

マノルダ
manorda いわて ㈱

デジタル技術を活用したスマートストアを開業。店内には岩手の特産品などが展示され、商品横の二次元コードを読み取って購入するシステムです。商品は後日自宅に届くので、**持ち帰る手間がなく、買い物を手軽に楽しめます。**また、店内のAIカメラが購入データを分析し、出品者に還元。**商品マーケティングや新商品の開発などに役立ちます。**

だ

誰でも教育が
受けられる場を
創りたい



実証実験事例3

ドアーズ
㈱ doors

市内茶畑のビル「チャバタケ doors」で塾などの学びの場に加え、デジタル上の仮想空間「メタバース」でも学びの場を提供しています。インターネットの環境があれば、誰でもメタバース上で教育を受けられるようになり、**教育格差の解消や引きこもりの子どもたちの「新たな学びの場」としての展開が期待できます。**

▶施設情報 チャバタケ doors（茶畑二）
営業時間：9時～21時



未来技術やDXに関するイベント開催

き

誰でも参加出来ます

興味がある人は
ぜひ参加を！

学生でも！

社会人でも！



▶問・申し込み
㈱ネクスト ☎ 625-2383



み

未来技術が、
より暮らしやすい
盛岡を作る



今後、紹介した事業が展開されていくと、盛岡はより便利で暮らしやすい街になっていくことが期待できます。盛岡の企業や人材が、新たな取り組みにチャレンジするための「交流の場」を、市は全力で支援していきます。

＜INTERVIEW＞



エーピー テック ㈱
AP TECH ㈱ 大西 一朗さん

病気になってから治療するのではなく、病気にならないための手段として、日々実現に向けて取り組んでいます。社会になかった取り組みを社会全体に浸透させるにはどうすればいいかが、大きなハードル。盛岡のさまざまな人と協力して乗り越えていきたいです。

＜INTERVIEW＞

当店で、岩手の工芸品や地元企業の製品を扱っています。メード・イン・岩手の商品を知ってもらう入口になると同時に、商品の前で立ち止まった人たちの属性を解析し、その属性により特化した商品

づくりの提案などができます。未来技術で、地域の産業をより元気にすることを目指しています。



マノルダ
manorda いわて ㈱
はばした たからふ
幅下 貴文さん

▶店舗情報 エーゼットエルムコ ネットワーク カフェ マノルダ
AZUMI CONNECTED CAFE manorda いわて店（中央通一）
営業時間：平日 10時～18時

＜INTERVIEW＞



ドアーズ
㈱ doors 八木 禅さん（左）

こうせい
柴田 康正さん（右・岩手大4年）

さまざまな理由で学校に行けない子どもたちに、メタバース上で、「学校に通う人たちと変わらない、あるいはそれ以上の学習ができる」という機会を提供したいです。この事業が「盛岡発」として全国に普及することを目指し、取り組んでいます。

始まります！

市・県民税(住民税)の申告

初めに確認しましょう

※このフローチャートは目安です。不明な点はお問い合わせください

① 給与

- ・給与収入（パート・アルバイトを含む）があり、給与のみの収入で社会保険料控除や医療費控除、住宅ローン控除などで、所得税の還付申告をする人
- ・年末調整をした給与以外に営業や農業、不動産、雑、一時、譲渡などの所得が20万円を超えた人
- ・2カ所以上から給与を支給されていて、年末調整した給与以外の給与収入が20万円を超えた人

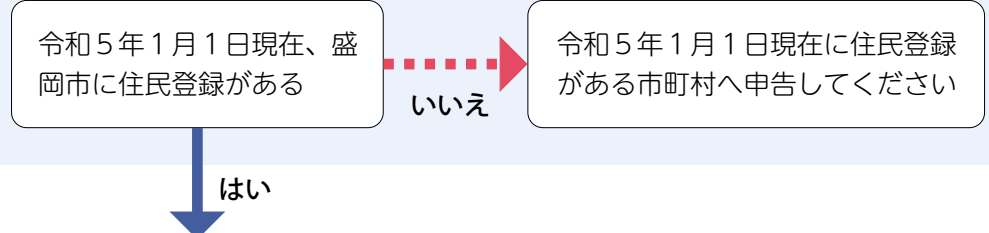
② 年金

- ・公的年金のみ収入があり、所得税の還付や納付の申告をする人
- ・公的年金収入が400万円を超えた、または公的年金に係る雑所得以外の所得が20万円を超えた人

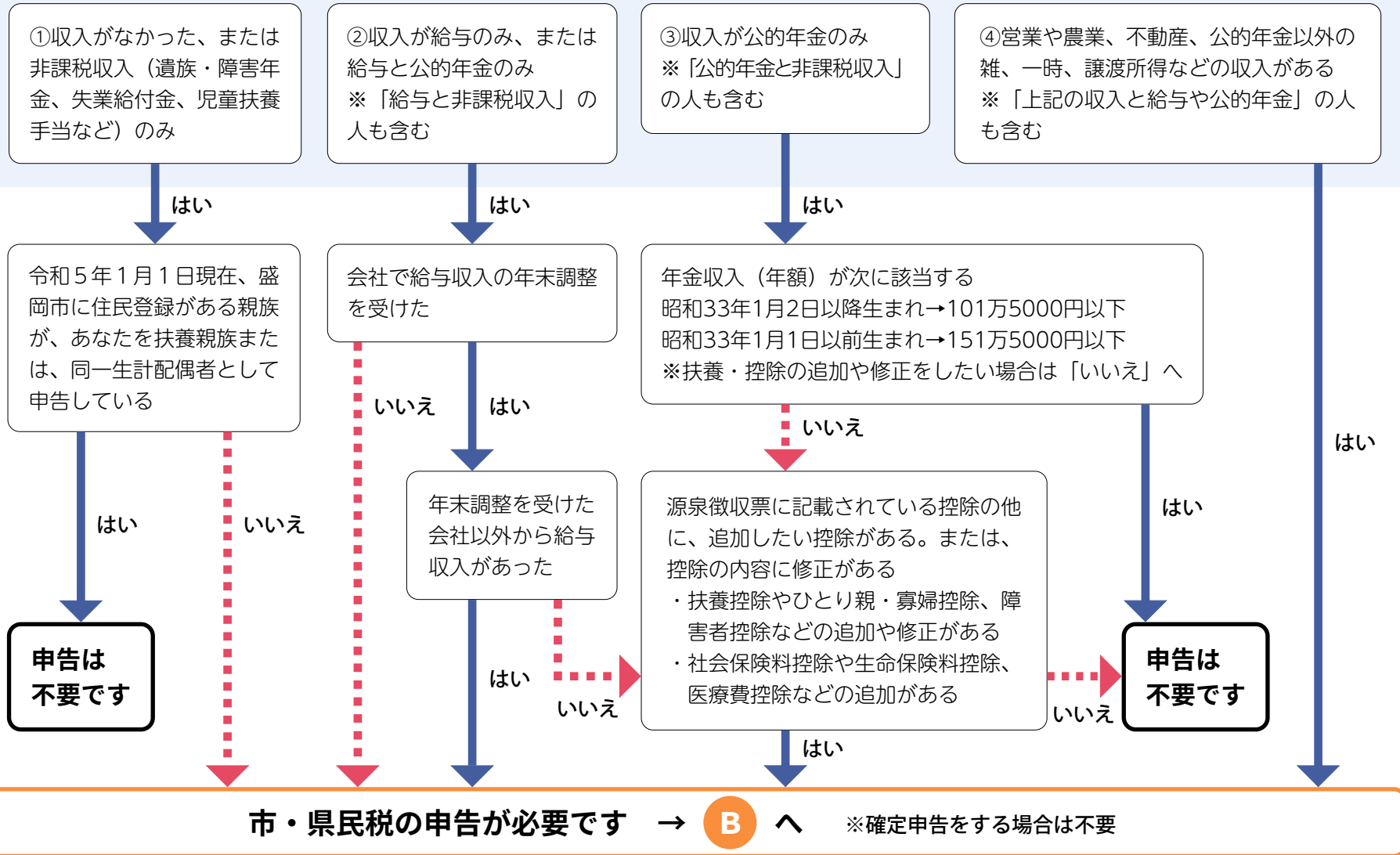
③ その他

- ・営業や農業、不動産、雑、一時、譲渡など所得の合計額が、所得控除額の合計額を超えた人

市・県民税の申告が必要か確認してみましょう



令和4年1月1日から令和4年12月31日までの収入状況を確認します



市・県民税の申告に必要なもの

- 市・県民税申告書
- マイナンバーと身元が確認できる書類
- 前年中の収入が分かる書類
- ・給与や公的年金の源泉徴収票や報酬の支払調書など
- ・収支内訳書（営業や農業、不動産などの所

- 得がある人は、収入や経費、所得などをあらかじめ記入して持参してください
- 所得控除の内容を証明する書類
- ・国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、社会保険料、寄附金、雑損失などの領収書や証明書

- ・国民年金保険料や生命保険料、地震保険料の支払・控除証明書
- ・身体障害者手帳や療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書など
- ・医療費控除の明細書（申告者が作成して持参してください）

令和4年分の収入に係る確定申告や市・県民税の申告が始まります。申告が必要な人が申告をしなかった場合、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料、介護保険料、医療・福祉などの手当や保育料の算定と判定が正確にできないことがあります。期限内に申告を済ませましょう。

【問】市民税課 ☎613-8497・613-8498

A 確定申告が必要な人

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、自宅からのスマホ(電子)申告や郵送申告にご協力ください

1 国税庁ホームページで申告書を作成し、提出

「確定申告書等作成コーナー」で確定申告書を作成して提出できます

ホームページはこちら



所得税の確定申告（A）をした人は、市・県民税の申告（B）をする必要はありません



2 確定申告相談会場で、パソコン・自身のスマートフォンで申告

日時：2月16日(木)～3月15日(水)、9時～16時
※土・日曜、祝日を除く。ただし2月19日(日)と26日(日)は開会
会場：アイーナ7階（盛岡駅西通一）
※無料駐車場はありません
※入場には入場整理券が必要です。LINEを通じて事前発行ができます
国税庁LINE公式アカウント二次元コード



※期間中、盛岡税務署（本町通三）には申告書作成会場を設けていません
※お持ちの人はマイナンバーカードをご持参ください

【問】確定申告について
税務署電話相談センター ☎622-6141（音声案内）

B 市・県民税の申告が必要な人

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、郵送申告にご協力ください

1 郵送で申告

申告書は①・②の方法で入手できます

①市ホームページからダウンロード

ホームページはこちら



②次の配布場所で入手

※配布・発送は1月24日(火)から

市役所本庁舎（本館2階エレベーターホール）／都南総合支所／玉山総合事務所／青山支所／太田支所／松園連絡所／繋支所／築川支所
飯岡出張所／乙部出張所／玉山区出張所／巻堀出張所／薮川出張所

2 相談会場で申告

※受け付けは、12時～13時の時間帯と土・日曜、祝日を除きます

受付日	受付時間	会場（所在地）
2/1(木)	9時半～15時	松園地区公民館（東松園二）★
2/2(木)	9時半～15時	松園地区公民館（東松園二） 築川老人福祉センター（川目10）
2/3(金)	9時半～15時	みたけ老人福祉センター（みたけ三） 北厨川老人福祉センター（厨川一） 中野地区活動センター（東安庭字小森）
2/6(月)	9時半～15時	太田老人福祉センター（上太田細工） 太田老人福祉センター（上太田細工） 土淵地区活動センター（前潟四）
2/7(火)	9時半～15時	西部公民館（南青山町）
2/8(水)	9時半～15時	青山地区活動センター（青山三）★ 青山地区活動センター（青山三）
2/9(木)	9時半～15時	根田茂地区コミュニティ消防センター（根田茂5） 砂子沢生活改善センター（砂子沢10）
2/10(金)	9時半～15時	根田茂地区コミュニティ消防センター（根田茂5） 砂子沢生活改善センター（砂子沢10）
2/13(月)	10時～11時半 13時半～15時	本宮老人福祉センター（本宮四） 銭掛地区振興センター（新庄字銭掛）
2/14(火)	9時半～15時 10時～12時	つなぎ地区活動センター（繋字堂ヶ沢） 仙北地区活動センター（仙北二）
2/16(木)	10時～15時	上米内地区振興センター（上米内字中居）
2/17(金)	9時半～15時	
2/20(月)	9時半～15時	
2/22(水)	9時半～15時	
3/15(水)	9時～15時	本庁舎8階大ホール（内丸）

都	受付日	受付時間	会場（所在地）
南	2/15(水)	9時半～15時	乙部農業構造改善センター（乙部6）
地	2/16(木)	9時半～15時	飯岡農業構造改善センター（下飯岡8）
域	2/27(月)	9時～15時	都南分庁舎4階会議室（津志田14）
城	3/15(水)		

玉	受付日	受付時間	会場（所在地）
山	2/6(月)	9時半～15時	玉山区公民館（日戸字鷹高）
地	2/7(火)	9時半～12時	薮川地区公民館（薮川字外山）
域	2/8(水)	9時半～15時	好摩地区公民館（好摩字野中）
	2/9(木)	10時～15時	玉山総合事務所3階大会議室（渋民字泉田）
	2/13(月)	9時半～15時	
	2/17(金)	9時半～15時	
	2/28(火)	9時半～15時	
	3/15(水)		

★印の会場では、マイナンバーカードの交付申請ができます。無料で顔写真を撮影できるので便利です。【問】市民登録課 ☎613-8307
・ID記載のカード申請書が身分証明書を持参してください
・申請からカード受領まで1～3カ月かかります。カードが出来上がったから市から、はがきまたは封書によりお知らせします

会場にお越しになる皆さんへ

※会場へは公共交通機関をご利用ください

- 新型コロナウイルス感染症対策のため、体調のすぐれない人の入場をお断りする場合があります。また、会場ではマスクの着用と手指の消毒にご協力をお願いします。
- 会場の混雑状況により、入場を制限する場合があります。
- 密集を避けるため、特に込み合う朝一番は避ける、近隣以外の会場を利用するなどのご協力をお願いします。

- 申告書の作成には、1時間以上かかる場合があります。必要書類を準備し、時間に余裕を持ってお越しください。
- 営業や農業、不動産所得のある人は、資料不足や未計算などの理由により、申告が長時間にわたる場合があります。「収支内訳書の書き方」や前年の控えを参考に、事前に収入や経費を整理・計算してからお越しください。また、確定申告の該当者ではないことを再度確認してからお越しください。

無料で相談を受け付けます

東北税理士会盛岡支部主催の、税理士による税務相談会もご利用ください。（要事前予約）
※申告書の作成は行いません
【日時】2月4日(出)・5日(日)、9時半～16時
【申し込み】電話：専用☎050-2018-1150
1月16日(月)～31日(火)、9時～16時半※土・日曜、祝日を除く
【場所】岩手県自治会館（山王町）
【問】県税理士会 ☎622-5160

【問】市・県民税の申告について：市民税課（市役所本庁舎2階）☎613-8497・613-8498

東北税理士会盛岡支部のホームページはこちら



私たち地域おこし協力隊

地域の仕事を受け継ぐ

市では現在9人の隊員が経験や能力を生かして、中山間地域の活性化や地域の魅力発信などに取り組んでいます。今回はそのうち2人から活動内容や、暮らしぶりについて聞きました。

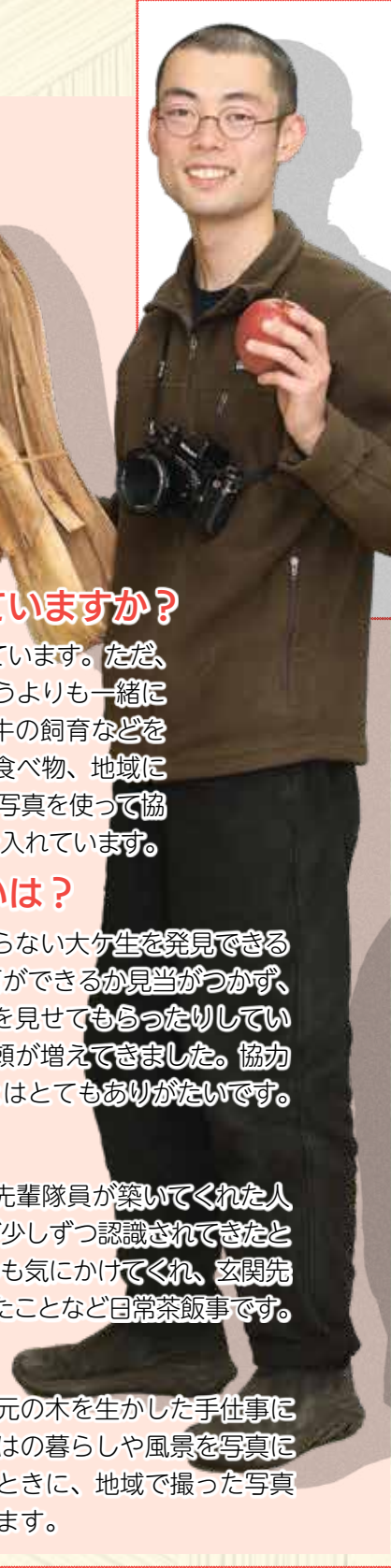
【問】企画調整課 ☎626-7534

大ケ生に根ざした生活を営み、農業支援と新たな魅力発掘に取り組む

活動2年目 やましろもり 山代森さん



▲シナノキの樹皮とその繊維で作られた手作りのバッグ、大ケ生で収穫したリンゴ。バッグは自身で縫製した。将来的には布を作るところから始めたいと話す。



△伝えたい、残したい地域の暮らしを掲載した冊子「おおかやう」

宮古市出身。活動のテーマは「金山の里・大ケ生地域における山里暮らしの継承支援」。大ケ生に残る築100年近くの曲り家®を活動拠点に、地域の暮らし方や伝統を受け継ぎ、地域内外に魅力を伝える活動をしている。※農村家屋の伝統的建築様式の一つ。母屋と馬屋がL字型に一体化した特徴を持つ

—どのような活動をしていますか？

農作業の手伝いをメインに活動しています。ただ、農業の経験がないので、手伝うというよりも一緒に作業しながら、リンゴや米の栽培、牛の飼育などを学ぶ毎日です。また、季節の行事や食べ物、地域に残る風習を伝えたいという思いから、写真を使って協力隊の仲間と冊子を作る活動にも力を入れています。

—活動の中でのやりがいは？

たくさんの人と出会い、自分が知らない大ケ生を発見できることです。ここに来た頃は、自分に何ができるか見当がつかず、一軒一軒あいさつに回ったり、仕事を見せてもらったりしていました。徐々に人の輪が広がり、依頼が増えてきました。協力隊を知ってもらい、頼りにされることはとてもありがたいです。

—大ケ生の魅力は？

地域の皆さんの人柄の良さです。先輩隊員が築いてくれた人間関係もあり、協力隊の存在や活動が少しずつ認識されてきたと思っています。日々の生活でも、いつも気にかけてくれ、玄関先で楽しく話していたら1時間たっていたことなど日常茶飯事です。

—今後の目標について

冬は農作業が一段落するので、地元の木を生かした手仕事に取りかかりたいです。大ケ生ならではの暮らしや風景を写真に残しており、協力隊の任期が終わるときに、地域で撮った写真の展示ができればいいなと思っています。

玉山の「農のめぐみ」を獣害から守り、地域に合わせた防除の方法を模索する

活動2年目 あがたただし 阿形正さん

東京都杉並区出身。活動のテーマは「獣害から農のめぐみ」を守るプロジェクト。玉山地域で野生動物の被害から農作物を守る活動をしている。また、野生動物の痕跡から住民に注意を促したり、地域の生産物で作った置き餌を試作して反応を見るなど、生態を調査し、活動に生かしている。

人の手が加わっていない、本来の自然が多く残っているところ。自分の足で歩きまわるうちにいいなと思える場所に出会ったり、次はコーヒーを持ってこようとか、新たな楽しみ方を考えたりすることもできる。観光地にはない、岩手の自然を満喫できていると思います。

「野生動物捕獲後の処分」という課題に取り組みたいです。捕獲までは行政の支援がありますが、処分体制が整っていないため、解体などの負担が大きいことが問題です。それを解決するための取り組みを進める必要があると思います。その先に命を無駄にしないようにジビエ肉の加工所などができれば良いですね。

「地域おこし協力隊」とは

都市部の人材を地方の新たな担い手として受け入れ、地域を活性化するための活動などに取り組みながら定住・定着を図る制度です。各隊員は経験や特技を生かして、新しい発想で活動しています。任期は3年。



活動内容など、詳しくは▶

＼誰もが安心して暮らせる社会に 最終回／

皆さんの地域には「民生委員・児童委員」がいます

● 民生委員・児童委員とは ●

民生委員・児童委員とは、民生委員法と児童福祉法に基づき厚生労働大臣から委嘱を受けた、地域のボランティアです。誰もが安心した生活を送れるように、地域の身近な相談相手として行政や専門機関への「つなぎ役」の役割を担っています。また、住民一人一人の人権とプライバシーを尊重し、秘密を保持する守秘義務があります。



どんな活動をしているの？

- ・子育てや介護などの相談を受けて、専門機関を紹介
- ・子どもや高齢者の見守り
- ・65歳以上の世帯の調査 など

どのくらいの人が活動しているの？

全国では約23万人が活動しています。市内では12月1日に民生委員・児童委員の一斉改選が行われ、570人が活動しています。

ごみの減量と再利用について、役立つ情報をお知らせ！ 【問】資源循環推進課 ☎626-3733

3Rマイスターへの道 VOL.30

今月のテーマ できることからすぐに実践！ 「食品ロス」削減に取り組もう

年初めは、家族や親戚と食事をする機会が多くなります。そんな時に気を付けたいのが「食品ロス」。以下のポイントを参考に、食品ロス削減に取り組みましょう！

家庭でできること

- ・週1回、冷蔵庫を整理する「冷蔵庫お片付けデー」を実践する
- ・買い物前に冷蔵庫に何が入っているか確認する
- ・買い物の際は「必要な食材を食べられる分だけ購入」や、並べられた商品を手前から選ぶ「てまどり」を実践する
- ・食べきれなかった場合は、他の料理に活用しておいしく食べきる工夫をする



消費者庁がクックパッドに掲載しているレシピも参考してみてください



外食時にできること

- ・料理の量を選べたり、食べ残しを持ち帰りできるなど、食品ロスの削減に取り組む飲食店（「もったいない・いわて☆食べきり協力店」など）を選ぶ
- ・食べきれぬ量を注文する
- ・宴会では、乾杯後30分とお開き前の10分は料理を楽しみながら食べきる取り組み「30・10運動」を実践する

「もったいない・いわて☆食べきり協力店」はこちら（県ホームページ）



フードドライブをやってみよう

- ・食べきれない食品をフードバンクに寄付する活動「フードドライブ」を実践する



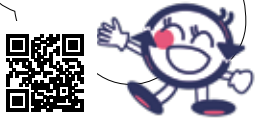
●フードバンクの設置場所

市役所本庁舎や市保健所など市内30カ所

●寄付いただきたい食料品

- 缶詰類、レトルト食品、瓶詰類、ふりかけ類など
- 【注意点】
- 1 賞味期限が1カ月以上あり、常温保存できるもの
- 2 未開封で賞味期限のあるもの など

フードバンクについてもっと知りたい人はこちら



フードバンク岩手のホームページ

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！！



株式会社北日本土地 盛岡店 tel:019-681-8822

〒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

広告



Airo Dental Produce

医療法人 ヒロ・デンタル・プロデュース 理事長 竹田浩人

タケダ歯科盛岡インプラントクリニック

〒020-0066 岩手県盛岡市上田1-3-10 イースタンキャッスル1F

盛岡 タケダ歯科

検索



- 保険診療
- ◇各種保険対応しています
- 自由診療（税込）
- ◇インプラント 1本 265,000円～660,000円
- ◇歯科矯正 診断料 約44,000円程度
- 矯正治療 約385,000円程度
- ◇ホワイトニング オフィス 約44,000円程度
- ホーム 約44,000円程度

■休診日：日曜・木曜・祝日
■診療時間：午前 9:30～12:30 午後 14:00～19:00
■電話番号：019-606-4618（フリーダイヤル）0120-22-4618

イベント情報

もりおか女性センター

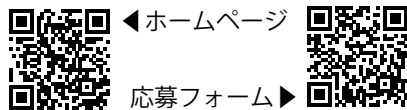
☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■非正規で働くシングル女性のあなたへ〜知っておきたい、健康管理と介護のこと〜

内容や日時など詳しくは、もりおか女性センターホームページをご覧ください。

♿ 非正規雇用で働く独身女性※シングルマザーを除く

📄 応募フォーム：1月4日(木)12時から



盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■ルーシーダットン教室

タイ式の健康体操を体験します。

🕒 1月11日～3月22日、水曜、全6回、10時半～11時半

♿ 15人※高校生を除く18歳以上

¥ 4422円

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 1024277

■香リラックスヨガ教室

🕒 ①1月17日～3月14日、火曜、全8回、13時10分～14時10分②1月25日～3月15日、水曜、全8回、19時10分～20時10分

♿ 各20人※女性

¥ 各5896円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 1027069

■楽々エアロピクス教室

🕒 1月17日～3月14日、火曜、全8回、14時半～15時半

♿ 20人※女性

¥ 5896円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 1024278

■トレーニングカウンセリング

🕒 1月19日(木)・25日(木)、14時～16時

♿ 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：1月5日(木)10時から

📄 1026304

■骨盤ゆらくくす

骨盤体操などをし、骨盤動作や機能の改善を目指します。

🕒 1月23日・2月13日・27日、月曜、全3回、10時半～11時半

♿ 10人※50歳以上の女性

¥ 1650円

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 1030378

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

🕒 1月4日(木)～13日(金)、火～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※1回追加は880円

📄 電話・窓口：随時受け付け

📄 1036207

■フィットネス教室「ボディメンテナン

ス無料体験会」

体のバランスを整える運動をして柔軟性と筋力向上を目指します。

🕒 1月19日(木)11時15分～12時15分

♿ 16人※16歳以上

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 1024631

●利用制限のお知らせ

🕒 次の日は利用できません。

🕒 1月14日(出)・15日(日)

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

■親子初心者スケート教室

🕒 1月9日(月)・10日(火)、全2回、9時半～11時

♿ 10組※未経験・初心者の子

¥ 子ども1500円、大人2500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 1025156

■初心者スケート教室

🕒 1月23日(月)・24日(火)、全2回、16時半～18時

♿ 10人※未経験・初心者の子

¥ 2500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 1041335

渋民運動公園

☎028-4135 川崎字川崎1-1
☎683-1636

■1 dayスキーメンテ講習会

スキー板のクリーニングやワックスでの仕上げなどを学びます。

🕒 1月14日(出)16時～18時

♿ 生出スキー場（下田字生出）

♿ 10人

¥ 高校生以下660円、一般1100円

📄 電話・窓口：1月4日(木)10時から

📄 1032981

■スキー・スノーボード教室

🕒 1月26日～2月9日、火・木曜、19時～20時半と2月11日(出)9時～10時半、全6回

♿ 生出スキー場（下田字生出）

♿ スキー25人、スノーボード5人

※初心者の小・中学生

¥ 5500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 1033112

■生出スキー場まつり

①アルペン大回転競技と②スノーボード大回転競技をします。競技種目など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 2月5日(日)9時半～12時

♿ 生出スキー場（下田字生出）

♿ 小学生以上

¥ 高校生以下700円、一般1360円

📄 電話：1月4日(木)10時から。生

出スキー場☎683-2215でも受け付けます

📄 1041407

ゆびあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

■新春イベント

「サイコロなげて！運だめし」

サイコロを投げて、出た目に応じてはぐれなしで景品を進呈します。

🕒 1月8日(日)

♿ 当日プールが浴場を利用する人

📄 1033218

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0876

■雪の林内タイヤチューブボブスレー

カラマツ林の中につ作った雪を踏み

固めたコースを、そりやタイヤチューブを使って滑ります。

🕒 1月8日(日)10時～12時半

♿ 25人※小学生以上

¥ 500円

📄 電話：1月4日(木)9時から

📄 1041455

■スノーシューでアニマルトラッキング

スノーシューを履いて雪の山で動物の足跡を探します。

🕒 1月28日(出)10時～12時半

♿ 25人※小学生以上

¥ 500円

📄 電話：1月4日(木)9時から

📄 1041459

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366 ファクス653-3505

■新年を寿ぐ

地域の伝統行事と食文化

小正月や食文化など、郷土の伝統行事に関する資料の展示と貸し出しをします。

🕒 1月4日(木)～22日(日)

📄 1041435

■すきまの時間

～おとなのためのおはなし会～

詩やエッセイ、文芸作品の朗読、楽器の弾き語り、民話の語りなど、大人向けのおはなし会。

🕒 1月7日・2月4日・3月4日、土曜、14時～14時40分

♿ 中学生以上

📄 1041433

上田公民館

☎020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

■自然科学講座

「ウイルスは、なかよし!?」

ワクチンのことや病気の原因、ウイルスと人間の関係など、最新の科学的知見を分かりやすく学びます。

🕒 2月12日(日)・19日(日)、全2回、10時～12時

♿ 30人

¥ 500円

📄 往復はがき：2月1日(木)必着

📄 1041444



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の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

都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■子どもシネマランド

「一休さん」「はなたれこぞうさま」「すてきなコンサート」の3本を上映。

🕒 1月8日(日)10時半～11時半

♿ 60人※小学生以下の子と保護者

📄 1037867

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。

🕒 1月10日～31日、火曜、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参

📄 1037922

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354

✉kouza-himekami@mfc.jp

■親子でチャレンジ!料理教室

「絵本の中のクッキング『にんげんになったニクマンジュウ』」をテーマに、肉まんとおまんまを作りま

す。

🕒 2月11日(出)13時半～15時半

♿ 12人※小学生と保護者

¥ 1人850円

📄 メール・往復はがき：1月18日

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

※必着※定員を超えた場合は抽選

📄 1033094

市立図書館

☎020-0066 上田四丁目1-1(上田公民館内)
☎604-1515

■岩手の読書週間講座「本と喫茶

のおいしい関係 おいしい時間」

読書文化・喫茶店文化が日常に溶け込む盛岡。地元で愛される有名な店から、①コーヒー②日本茶③中国茶、それぞれのおいしい入れ方など、プロだからこそ知る技術を学びます。

🕒 ①2月5日(日)10時半～12時②2月10日(金)13時半～15時③2月12日(日)10時半～12時

♿ ①12人②③8人

¥ ①2000円②500円③700円

📄 電話・窓口：1月12日(木)10時から

📄 1041552

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■特別講座「父の軍事郵便が伝える一庶民の戦争体験『新聞』〜知らなかった父母の姿」

盛岡でがみ館の及川政己館長を講師に、当時の軍事郵便から分かる戦争体験について学びます。

🕒 2月4日(出)13時半～15時

♿ 40人

📄 電話：1月21日(出)9時から

📄 1023890

啄木生誕祭

啄木かるた大会

📄 石川啄木記念館☎683-2315・ファクス683-3119

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

📄 1041332

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。

🕒 1月14日(出)、10時～11時半・13時～14時半

¥ 各100円※別途入館料が必要

📄 1009438

いきいき健康教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

①パラリンピックの正式種目「ボッチャ」と②中国の健康法である「気功」の健康体操をします。

🕒 ①1月12日(木)②1月26日(木)、いずれも13時半～15時

♿ 松園地区公民館（東松園二）

♿ 各16人

¥ 各600円

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 1041364

ボール練習会

市スキー協会の土村さん ☎090-4881-4722

スキーの滑走コースに設置されたボール（旗）を通過する練習ができます。※ヘルメット持参

🕒 1月15日(日)9時～15時

♿ 岩手高原スノーパーク（雫石町）

📄 1024940

ステップアップスキー教室

市スキー協会の有馬さん ☎080-1830-5144 (18時～20時)

🕒 2月4日(出)・5日(日)、全2回、10時～15時

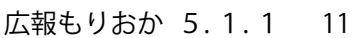
♿ 岩手高原スノーパーク（雫石町）

♿ 10人※頂上から滑れる中学生以上

¥ 6500円※別途リフト代が必要

📄 往復はがき：必要事項の他、生年月日と技能レベルを記入し、☎020-0634滝沢市室小路662-20盛岡市スキー協会の有馬賢さんへ郵送。1月18日(木)必着

📄 1025169



今年度開催された第60回技能五輪全国大会（厚生労働省、中央職業能力開発協会主催）の「時計修理」職種で、最高賞となる金賞を受賞した長久保優さん（21）＝盛岡セイコー工業㈱勤務＝にお話を聞きました。



ものづくりが好きなのは小学生のときから。ミサンガ作りや手芸などに夢中になり、手先を使う細かい作業や長時間一つのことをするのが得意でした。地元で自分が好きなものづくりをしたいという思いで入社し、技能五輪は今回で2度目の出場。前は敢闘賞を受賞しましたが、金賞を目指していたので満足できず、とても悔しい思いが残りました。前回の反省点は、ミスを自覚できていなかったこと。大会では時計の不具合を修正する課題があるため、考えられる不具合を他の社員とお互いに仕込んで修正したり、時計をばらして組み立てたりする練習を繰り返し、できなかったことを書き出して一つずつ改善していきました。今回こそ絶対に金賞を取りたいという気持ち

で、自信を持って大会に臨めるようひたすら練習を重ねました。

大会当日は朝食を食べられないくらい緊張し、作業中も手が震えてしまいましたが、その分落ち着いてやろう、ゆっくり丁寧にやろうという気持ちで臨めました。また、一緒に出場した同僚の佐々木さんとは「絶対できる」と声を掛け合い、気持ちを高め合いました。大会までたくさん苦戦することもありましたが、一緒に練習してきた仲間と先生からの助けがあり、その結果の金賞だと思っています。

23歳以下という制限がある大会に出場でき、金賞を取れたことはとても貴重な経験だったと感じています。練習や大会で学んだ知識や技術を生かし、次のものづくりに繋げていきます。

「グランドセイコー」の組み立てに携わることが私の目標です。そのために技能五輪で金賞を取ることは過程の一つであり、絶対に逃してはいけないという気持ちで毎日練習しています。今回の敢闘賞の悔しさを忘れず、次こそ必ず金賞を取りたいと思います。

佐々木 啓太さん（20）（写真左）



お互いに切磋琢磨し、励まし合いながら大会に臨んだ2人。佐々木さんは敢闘賞を受賞



市内で開催されたイベントや出来事をご紹介します。紙面で紹介しきれなかった写真は、市ホームページの取材日記に掲載しています。



取材日記

11/30

世界が認めた「永井の大念仏剣舞」

都南分庁舎には翌日の朝、懸垂幕を掲出しました▶

11月30日、盛岡市の「永井の大念仏剣舞」を含む「風流踊」のユネスコ無形文化遺産への登録を祝し、当日の夜に市役所本庁舎に横断幕を掲出しました。盛岡では初の登録となり、市内では喜びの声が上がっています。



12/16

盛岡のまちを優しい明かりが包み込む



盛岡の新たな冬のイベント「もりおかイルミネーションブライト」の点灯式がメイン会場のもりおか歴史文化館前広場（内丸）で開催されました。イルミネーションは、同広場のほか市内中心部の商店街にも設置され、幻想的な光の空間を楽しむことができます。期間は2月18日(土)までです。

12/3・12/4

盛岡 師走の風物詩「盛岡文士劇」

演劇が盛んな盛岡で長年愛されている盛岡文士劇が盛岡劇場（松尾町）で上演され、地元作家やアナウンサーらが熱演を見せました。盛岡弁で演じる現代物の演目は、「あのはん～落語『盗人の仲裁』より～」、時代物は「一握の砂～啄木という生き方～」。2日間のチケットは完売し、終演後の会場は温かい拍手に包まれました。5月には今回で2回目となる東京公演が開催される予定です。



今月号の「もりけんに挑戦」はお休みしました

広報もりおかへのご意見をお待ちしています
アンケート専用フォームから、特集や各記事への意見をお寄せください。あなたの意見が広報もりおかを育てます。



編集後記

「未来技術で生活が豊かになる。」遠い先の話ではなくもうすぐのことなのでしょうね。暮らしの中で何がどう変わるのか楽しみです。ついていけるのか少し心配です。（真田）

地球環境に配慮したインキを使用しています。