



**地域の取り組みと
自分でできる防犯対策で
犯罪を未然に防ごう!**

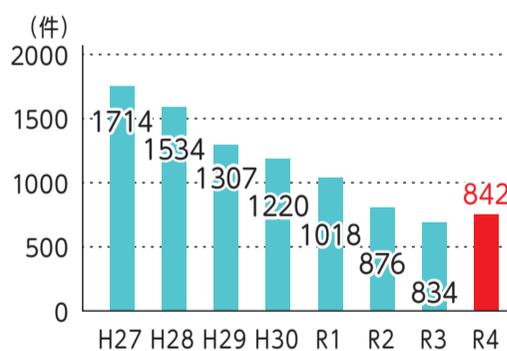
防犯対策、できていますか?

市内の犯罪件数は、十数年の間一貫して減少していましたが、令和4年は**842件**と増加に転じました。犯罪件数は、窃盗犯が**624件**と最も多く、そのうち「自転車盗」「万引き」「侵入窃盗」の順で多い状況です。また、「自転車盗」「車上ねらい」のうち、無施錠による被害は大きな割合を占めています。

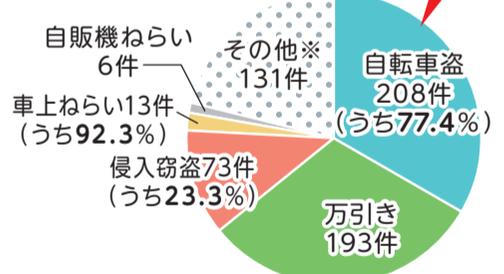
これらの被害に遭わないためには、一人一人の心がけが大切です。盛岡がより安全・安心なまちとなるよう、基本的な防犯対策を実践しましょう。

【問】くらしの安全課 ☎603-8008

市内の刑法犯認知件数の推移



市内の窃盗被害の内訳 (令和4年)



盛岡市は無施錠での被害が多い!

(かっこ内は無施錠の割合)
※ひったくり、オートバイ盗、自動車盗など

**10月11日~20日は全国地域安全運動期間です
この機会に防犯意識を高め、日ごろから防犯対策を心がけましょう**

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



市政ラジオ
「ウィークリー
もりおか」

ラジオもりおか (FM76.9MHz)
毎週金曜、7時50分~7時55分
再放送/10時30分~10時35分

[市公式SNS]

X (旧Twitter)
@moriokashi



Facebook
@moriokashi

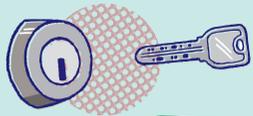


LINE
@moriokacity



目次

- 1-3 普段の心がけで犯罪をガード!
- 4-5 美食王国もりおか
- 6 もりおか食育月間、北のクラフトフェア、もりおか駅前開運ホコテン
- 7 年金生活者支援給付金、犯罪被害者とその家族への支援
- 8-9 イベント情報
- 10-11 もりおかインフォ、市営住宅入居者募集、休日救急当番医
- 12 ZOOMOに行こう!、スポーツ×モリオカ、エコライフのすすめ



～大切なひと・もの・まちを守るために～



私 家族 地域 を守る防犯対策

防犯対策は、市民と地域、市などが一体となって取り組むことが大切です。それぞれが取り組める防犯対策をお知らせします。

私

家族

私・家族の取り組み

今すぐできる防犯対策!



自転車盗対策

市内での自転車盗被害のうち、無施錠の自転車は7割以上。泥棒の多くは自転車に鍵がかかっていると、盗むのを諦めます。日頃から鍵をかける習慣を身に付けましょう。



対策のポイント

自転車を買ったら防犯登録を!

万が一盗まれたときに見つかりやすくなります。登録番号を写真などで控えておくことも大切。



鍵かけを習慣に!

ツーロック(二重ロック)をするとより安全です。



面倒でも必ず施錠を!

自転車は、「ちょっと借りるだけ」といった単純な動機から狙われやすく、「短時間だから」「面倒だから」と鍵をかけずにいると盗まれやすくなります。自転車に装備されている鍵をかけるだけでも被害は防止できます。防犯性を高めるため、二重ロックをすることや、ヘルメットやサドル、電動自転車のバッテリーにも鍵をかけることをおすすめします。



岩手県自転車・二輪車商業協同組合盛岡支部長
有坂 純一さん

車 上 ね ら い 対 策

市内の車上ねらいの件数は減っているものの、9割以上が無施錠被害。短時間でも車を離れるときは、貴重品は必ず身に付け、鍵をかけましょう。



鍵のかけ忘れ

対策のポイント

貴重品を置かない!



必ず鍵をかける!

全てのドアやトランクに鍵をかけ、完全に窓を閉める。開いた窓は犯罪を誘発し、犯罪リスクが高まる恐れも。

スマートキーの電波を特殊な機器でキャッチし、エンジンをかける自動車盗の手口も全国的に増えています。スマートキーを玄関付近に置かないことや、電波が遮断できるケースに入れることなどで対策できます。

車は金庫ではありません!

車上ねらいの犯人は、車内に貴重品があることに着目して犯行に及ぶことが多いです。「短時間で戻るから」と見える場所に貴重品を置いたまま車を離れず、車に鍵をかけた上で、必ず貴重品は身に付けて出かけましょう。また、車上ねらいのほか、自動車盗の被害を防ぐためにも、エンジンをかけたままの状態でも車を離れないようにしましょう。



岩手県盛岡東警察署 生活安全課
榎館 ひかりさん

市

防犯に関する市の主な取り組み

【問】くらしの安全課 ☎603-8008
【広報ID】1001100

防犯活動推進計画

防犯意識の高揚および犯罪が起きにくい環境の整備のため、令和4年度に「第4次盛岡市防犯活動推進計画(令和5年度～令和9年度)」を策定しました。

防犯カメラガイドライン

犯罪を人の目で防止することに限界があるため、機械の目による24時間態勢の防犯ができるカメラは有効な対策です。一方、プライバシーの侵害が問題となることもあるため、「防犯カメラの設置及び運用に関するガイドライン」を策定しました。ぜひご活用ください。

地域防犯カメラ設置費補助金

町内会などが防犯カメラを設置する経費に対し、補助金を交付します。補助を希望する場合は、同課へご相談ください。

補助対象 町内会、自治会 補助金額 対象経費の2分の1以内の額 ※1台あたり上限25万円

●利用者の声



西厨川自治会
工藤 公平 会長

通学路で不審者情報が出ていた場所に防犯カメラを設置しました。設置後は不審者情報もなくなり、「安心した」という声も届いています。防犯カメラは犯罪を抑止する効果があると思います。業者も丁寧に対応してくれたので、意外と簡単に設置できました。



▲見通しが悪く危険な場所にカメラを設置(令和4年度設置)

地域

地域の取り組み 防犯パトロール

防犯パトロールとは、町内会などで実施している自主的な防犯ボランティア活動のことです。通学路での登下校の見守りや地域内の巡回などが定期的に行われています。これらの取り組みにより、地域の防犯意識が高まるだけでなく、住民同士の連携が強まり、安心感が生まれる効果も期待できます。

北山自治会の皆さんに聞きました

地域の見回りをしています

北山自治会では、4月～12月の月1回の夕方、子ども会と北山交番の協力を得て防犯パトロールを実施しています。パトロールでは、犯罪につながる恐れのあるランプ切れの街路灯や空き家などを注意しながら歩いて回ります。ハンドベルで音を出して存在をアピールすることもポイント。不審者情報などが出ていないのはパトロールの効果もあると思います。他にも登



北山自治会の皆さん

下校時のあいさつ運動やスクールガードなども継続しながら、地域内で顔を合わせる機会を増やし、もっと安全な地域にしていきたいです。



侵入窃盗対策 わが家の安心・安全をチェック!

住宅に侵入された被害のうち、無施錠の玄関や窓から容易に入られたケースが多いことが分かっています。窃盗犯は侵入に5分かかると約7割は諦めるといわれています。あなたの家は「侵入しにくい家」になっているか、今一度確認しましょう。

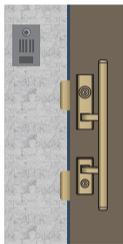


チェックが多いほど侵入しにくい!

共通項目

玄関・ドア

- ワンドア・ツーロックになっている
…1つのドアに鍵が2つ以上あると、侵入に時間がかかるため狙われにくい
- ガードプレートが付いている
…ドアとドア枠に隙間があると、ドア錠を破壊されやすい
- 録画機能付きインターホンが付いている



窓

- 鍵(クレセント錠)にロックが付いている
- サッシ枠に補助錠が付いている
- 防犯フィルム・防犯ガラスを使用している

ベランダ

- 手すりは柵状など周囲から見通しがいいものになっている
- 雨どいからベランダに上がれない



油断は大敵、家の防犯対策を見直そう!

窃盗犯は綿密に下見をし、侵入しやすい時間や場所を把握して犯行に及びます。玄関の鍵をかけても、「換気のため」「道路から見えないから」と窓を開けたまま外出すると容易に侵入されてしまいます。短時間でも全ての鍵をかけ、玄関・窓・庭など家全体で防犯対策をすることが大切です。



岩手県地域安全アドバイザー
(有)カギハシ代表取締役
室岡 直樹 さん

既存のドアや窓への補助錠の取り付けや、より防犯性の高い鍵への交換もできますので、気軽に相談してください。

ツーロックで
防犯性アップ!



一戸建て住宅

- 玄関や勝手口などは道路から見通しがいい場所にある

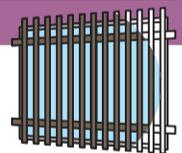
庭

- 二階に上がる足場となるものを置いていない
- センサーライトが付いている
- 防犯砂利を敷いている
- 植栽を見通しがいいように剪定している
- ポストや植木鉢などに合鍵を置いていない



集合住宅

- 面格子はネジの緩みなどがなく、しっかりと取り付けられている
…集合住宅は共用廊下に面した窓も狙われやすい
- 共用玄関や廊下の見通しが良く、死角となる場所がない



ぴかぼメールに 登録を!

岩手県警察から、不審者情報や特殊詐欺発生情報などをメールでお知らせします。登録方法など詳しくは、県警ホームページをご覧ください。



県警シンボル
マスコット
ぴかぼ



受信ボックス
ぴかぼメールからのお知らせ

日時:○月○日○時 場所:
盛岡市○町 発生場所の環境:
駅前の路地 状況:小学生が下校中、男から家族のもとに連れて行ってあげる旨、話しかけられたもの。不審者の特徴:男1名、170cm位、黒色ジャンパー、黒色ズボン、黒色サングラス着用

市長 コラム

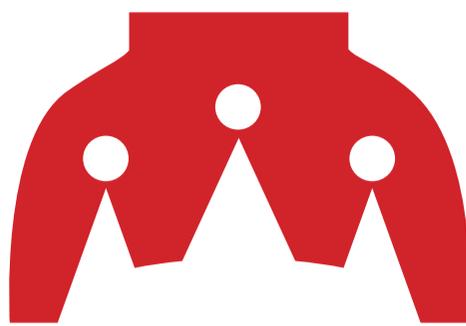
日頃からパトロールなど地域の防犯活動にご尽力いただいております市民の皆さまには、心から感謝を申し上げます。

防犯には、地域はもとより、一人一人の行動や心がけが欠かせません。防犯対策に取り組むほか、例えば、いつもの散歩コースで、見慣れない人や死角となる物陰などに注意する、といったことも犯罪を防ぐきっかけになります。身近なところから防犯の輪を広げ、大切なひと、もの、まちを守りましょう。

盛岡市長 内館 茂



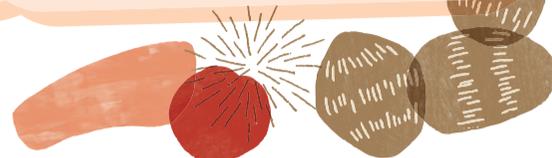
おいしい**盛岡**、
いかがですか。
～美食王国もりおかを身近に～



美食王国
もりおか
Land of Plenty Morioka

美食王国もりおかのロゴの秘密

おわんと王冠がモチーフのこのロゴマークには、農畜産物に関わる生産者・事業者・消費者が食卓を囲む様子が描かれており、3者が一体となって盛岡の「食と農」を盛り上げていこうという思いが込められています。



ホームページ

「美食王国
もりおか」の
最新情報は
こちら▶



Instagram

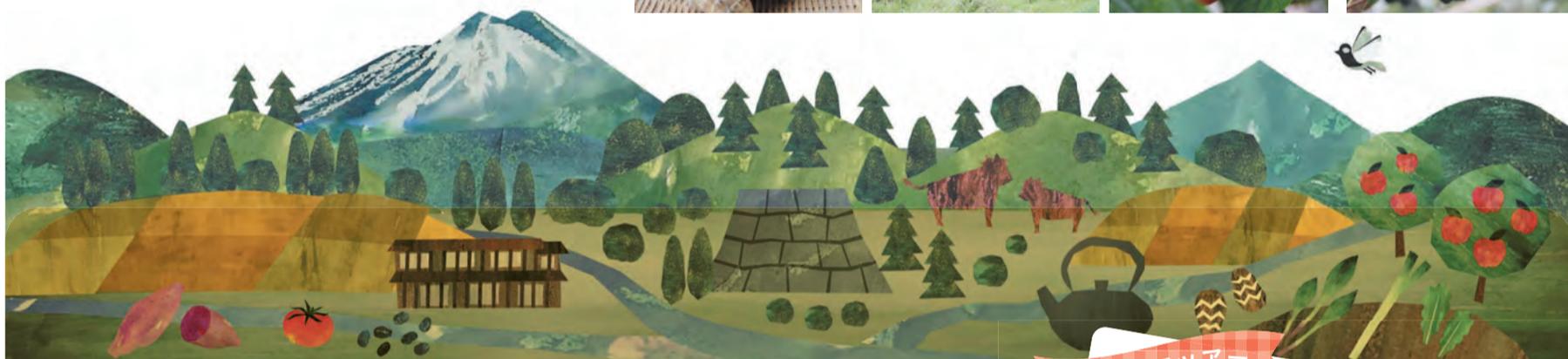


OISHII_MORIOKA

「美食王国もりおか」とは、市が平成29年度から推進するプロジェクト「もりおかの食と農バリューアップ推進戦略」のキャッチフレーズです。

今回は、このプロジェクトについて、市の取り組みや盛岡の食の魅力を紹介します。

【問】食と農の連携推進室 ☎626-2270



盛岡の食と農をみんなで盛り上げよう！

人口46万人を超える盛岡広域圏の中心となる盛岡市は、農畜産物の生産地であり、かつ県内最大の消費地である地域特性を生かし、地産地消をベースとした農業に取り組んできました。

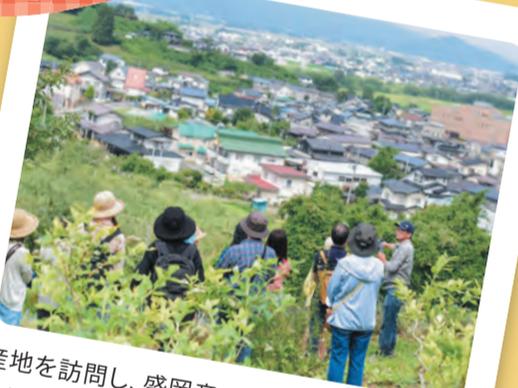
市の農業は、銀河のしずくやひとめぼれなどの水稻、トマトやねぎといった野菜、りんごをはじめとする果樹、ブロイラーや黒毛和牛、短角牛に代表される畜産など「多種多様な農畜産物の生産」が特徴です。令和3年の農業産出額は241億6000万円で、岩手県内では2位、東北地方の市町村別では8位と上位に位置しています。

しかし、全国的な傾向と同様、市の農業人口の減少や高齢化は著しく、農業人口の確

保が必要な状況です。

こうした中で、食と農の連携を図ることにより「農家所得の向上」と「食関連産業の活性化」を目指してさまざまな事業を展開しています。

産地訪問ツアー



産地を訪問し、盛岡産の食材を味わうツアーで生産者と消費者の交流を図っています。

もりおかグリーンマルシェ



盛岡の食と農を身近に感じられるようなイベントを開催しています。

フリーペーパー
食の輪

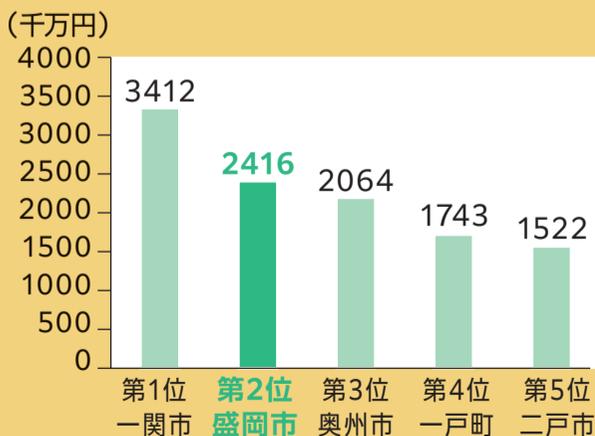
生産者・事業者・消費者のつながりを思いや背景とともに伝えるフリーペーパーを制作しています。



◀ バックナンバーはこちらから



県内市町村の農業産出額(上位5位)



出典: 2020農林業センサス(農林水産省)および令和3年作物統計調査より

商品開発などの支援



盛岡産農畜産物を活用した商品開発を支援しています。



盛岡の おいしい農畜産物

今が旬！



盛岡りんご

完熟してから収穫する甘さたっぷりなりんご

盛岡は本州で先駆けて本格的にりんごの栽培を始めたりんごの先進地です。盛岡のりんごは、低木で太陽の光を全体に行きわたらせる「わい化栽培」により栽培され、樹上で完熟するのを待ってから収穫されます。グツと気温が下がる収穫時期にギュッと甘みを蓄えた盛岡りんごをお楽しみください。



市民から愛される盛岡りんご

岩手県はりんごの収穫量が全国第3位で、中でも盛岡市は県内第1位のりんご栽培面積※1を誇っています。また、盛岡市のりんご消費量は全国トップクラス※2であり、「盛岡りんご」は市民からも愛されています。

※1: 2020農林業センサス(農林水産省)

※2: 世帯当たり支出金額第3位、購入量第4位2020-2022「家計調査」(総務省統計局)

盛岡では豊富な種類の野菜や果物、畜産物などが生産されています。たくさんある食材のうち、旬を迎えるおいしい食材を紹介します。

黒豆



別名「雁喰豆」

大粒でしっかりとした風味と歯ごたえ

渋民地区に根付く在来種で、表皮に3本のシワが出る特徴がある黒豆です。吉兆を呼ぶ渡り鳥のガン(雁)が渋民で落とした1粒の種から芽吹き育ったとの言い伝えから、別名「雁喰豆」とも言われ、昔から年越しや慶事の席で食べられてきました。

香りや味が濃く、ポリフェノールを豊富に含んでいます。大粒で独特の弾力があり、しっかりとした風味と歯ごたえを楽しめます。

ユートランド姫神など渋民地区の産地直売所で購入できます。

地元のおいしいお米を食べよう



お米

盛岡では清らかな水と元気な土壌を生かし、お米の栽培が盛んに行われています。「銀河のしずく」は粒がしっかりといて、炊き上がりのツヤの美しさ、冷めてもおいしいのが特徴です。軽やかな食感で食べ飽きることなく、食味もバランスがとれています。「ひとめぼれ」はふっくらした炊き上がりともっちりした食感、柔らかさが特長で、粘りと弾力があります。

盛岡産のお米は産地直売所や米穀店で購入できます。



お家で
食べよう！

盛岡には多くの産地直売所があり、盛岡近郊で作られた新鮮な野菜や果物を購入することができます。盛岡のおいしい食材がたくさん並ぶ産地直売所で買い物をして、お家でおいしくいただきましょう。

主な一覧はこちら▶



●Mファーム (本宮字荒屋)

市中央公園で令和3年にオープンした産地直売所。減農薬栽培による安全な地元野菜や果物を取りそろえています。加工品やお花なども充実しています。県産食材を使ったお惣菜やお弁当、曜日が変わり入荷するスイーツも人気です。



●南部マルシェぞっこん広場 (上厨川字野子)

平成29年にオープンした産地直売所です。契約生産者が愛情を込めて作った野菜、果物、加工品がそろっています。また、店内レストランでは産直野菜を使った料理が味わえます。



お店で
食べよう！



盛岡の美味いもんアンバサダー

盛岡ならではの特産食材を使用したオリジナルメニューを提供する飲食店などを「盛岡の美味いもんアンバサダー」として認定しています。現在、90店・122メニューが認定されています。認定店で、工夫を凝らした多彩なメニューを味わいましょう。

アンバサダー
ガイドブック

アンバサダー
飲食店マップ



ガイドブック、
飲食店マップはこちら▶

農業まつり

10月28日(出)・29日(日) 10時から15時まで

【会場】もりおか歴史文化館前広場(内丸)および中津川河川敷など

10月28日・29日には年に一度のまちなか収穫祭「第37回盛岡市農業まつり」が開催されます。盛岡産農畜産物の販売のほか、「盛岡の美味いもんアンバサダー」を始めとす

る市内飲食店の出店などもあります。また、ミスさんさ踊りによる盛岡さんさ踊りの披露などのイベントも開催されます。ぜひご来場ください。

【広報ID】1037288



10月は「もりおか食育月間」

市は、6月と10月を「もりおか食育月間」、毎月19日を「食育の日」としています。食育とは、健全な食生活を実践できる力を育むこと。秋の地元食材が豊富なこの機会に食育について考え、できることから取り組んでみませんか。

【問】健康増進課 ☎603-8305

食育推進のための3つの視点

市は、「食育で進めるもりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を基本理念として食育に取り組んでいます。市民の皆さん一人一人が生涯にわたり、心も体も生き生きと健やかに暮らしていくために、市と学校、地域、生産者、食育関係者などが共に連携しながら、「健康」「教育」「食の循環」の3つの視点により食育を推進します。



市の食育の取り組みなどについて詳しくは、「盛岡市食育推進計画」に掲載しています。



健康 ～健康寿命の延伸につなげる食育の推進～

- ▶ 毎日プラス一皿の野菜を食べましょう。
- ▶ 早寝・早起き・朝ごはんなどの基本的な生活習慣を身に付けましょう。
- ▶ 健康や栄養などに関するイベントに参加しましょう。



教育 ～望ましい食習慣の定着に向けた食育の推進～

- ▶ 家族と一緒に楽しく食事をする機会を増やしましょう。
- ▶ 歯磨きをする習慣を身に付けましょう。
- ▶ 野菜づくりや料理を体験し、農業や食について学びましょう。



食の循環 ～持続可能な食を支える食育の推進～

- ▶ 地域の食材を使用し、行事食や伝統食を取り入れましょう。
- ▶ 産地直売所を利用しましょう。
- ▶ 食品ロスを減らす取り組みをしましょう。



北のクラフトフェア MORIOKA 2023

公園をより良い場所にするとともに、良質な工芸と出会う場を新たに創出し、「工芸のまち、盛岡」を発信するイベントを開催します。

【問】北のクラフトフェア実行委員会
✉ info@kitanocraft.com

クラフトDAY

厳選された全国のクラフト作家124組が集まり、陶芸、木工、金属、ガラス、布などのクラフト作品を展示販売します。※雨天決行

【日時】10月7日(出)10時～16時、8日(日)9時～16時

【場所】盛岡城跡公園芝生広場(内丸)



トークDAY

デザイナーや作家などによるトークイベント。詳しくは、北のクラフトフェアホームページをご覧ください。

【日時】10月9日(月)11時～ 【場所】盛岡劇場(松尾町)



▼ 昨年の開催の様子



▲ 北のクラフトフェアホームページ

旅とクラフト

盛岡城跡公園から徒歩30分圏内で楽しめる街歩きコースを、若者がInstagramなどで紹介しています。

北のクラフトフェアのInstagram ▶



北クラキッチン

おいしい料理が自慢の飲食店が大集合!

【日時】10月7日(出)・8日(日)、11時～16時

【場所】プラザおでって前広場、いわぎんリース駐車場(いずれも中ノ橋通一)

【問】manordaいわて(株)内、北クラキッチン実行委員会事務局 ☎624-8100

まちなかクラフトフェス

大通商店街の歩行者天国で、クラフト作品の販売やワークショップ(要参加申し込み)などを行います。

【日時】10月8日(日)11時半～16時

盛岡大通商店街ホームページ ▶



八幡ぼんぼり市

八幡通りを会場に、大青空市やキッチンカーの出店、雪駄飛ばし世界大会などを行います。

【日時】10月8日(日)11時～15時半

【問】もりおか八幡界限まちづくりの会

☎090-5596-6967

もりおか駅前 開運ホコテン

【問】盛岡駅前商店街振興組合内、盛岡駅前ウォークブルなまちづくり実行委員会事務局 ☎652-2596

盛岡駅前の車道を歩行者天国として開放し、同商店街に軒を連ねる店舗による飲食の提供や物販、ステージイベントなどを行います。詳しくは、同商店街のInstagramをご覧ください。

【日時】10月21日(出)12時～16時

【開催予定のイベント】 ▶ もちつき・もち振る舞い

▶ ふわふわトランポリンやポニー乗馬などのキッズブース

▶ さんさ踊り、YOSAKOI、ブラスバンド演奏、ダンスパフォーマンスなど

盛岡駅前商店街振興組合のInstagram ▶



交通規制のお知らせ

イベントの開催に伴い、盛岡駅周辺で次のとおり車両の交通規制などを行います。盛岡駅や周辺施設を利用する際は、迂回路を通行してください。

【車両交通規制期間】

10月21日10時～17時

【バスの運行について】

期間中、路線バスの運行に一部遅れや経路変更が生じる場合がありますのでご注意ください。



年金生活者支援給付金の 手続きを**忘れず**に

【問】年金給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

医療助成年金課 ☎626-7529

【広報ID】1028315

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。新たに給付金を受け取るには請求書の提出が必要ですので、早めに手続きするようお願いいたします。

対象となる人

①65歳以上の老齢基礎年金を受給している人で、次の要件を全て満たしている人

- 本人を含む世帯員全員の個人市区町村民税が非課税
- 前年の公的年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下

または、

②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している人で、前年の所得額が約472万円以下（扶養親族がない場合）

※扶養親族がいる場合は、扶養人数により基準が変わりますので、詳しくは、同課へお問い合わせください

給付金の額

老齢基礎年金 の受給者

月額5140円

※保険料を納めた
期間などにより
増減します

障害基礎年金 の受給者

1級

月額6425円

2級

月額5140円

遺族基礎年金 の受給者

月額5140円



請求の手続き

■すでに年金を受給している人

①新たに給付金の受給対象になる人：9月以降に、日本年金機構からお知らせを送付しています。同封の請求書（はがき）に必要事項を記入し、早めに返送してください。



▲発送したお知らせ



▲請求書（はがき）

②年度の途中で新たに給付金の支給要件に該当した人：これまで給付金を受けることができなかった人が、世帯状況の変更などにより支給要件に該当になる場合は、早めに同課へご相談ください。

③現在、給付金を受給している人：手続きは不要です。

■これから年金を受給し始める人

年金の請求手続きと併せて給付金の請求書を提出してください。

不審な電話や案内にご注意を！

市役所や日本年金機構、厚生労働省などの公的機関の職員が、ATMの操作をお願いすることや口座番号の聞き取り、手数料などの金銭を求めることは絶対にありません。



広げよう、犯罪被害者とその家族への支援の輪

【問】くらしの安全課 ☎603-8008

自分自身や周囲の人が犯罪被害に遭ってしまったら…

犯罪被害に遭うと、犯罪によって傷つけられるだけでなく、事件が解決した後もさまざまな負担を抱えます。犯罪被害者とその家族が一日も早く平穏な暮らしを取り戻すためには、周囲の人たちが被害を受けた人の気持ちに寄り添い、支え合う地域社会をつくるのが大切です。

犯罪被害者とその家族、遺族が置かれている状況や支援について、一緒に考えてみませんか。

被害者が 抱える問題

- ・精神的ショックや体の不調
- ・医療費の負担や失業、転職などによる経済的困窮
- ・捜査や裁判の過程での精神的、時間的負担
- ・周囲の人によるうわさ話や、マスコミの取材や報道による精神的被害

※警察庁「被害者等や支援者の声」

■犯罪被害者支援「県民のつどい」

被害者遺族による「犯罪被害者遺族の想い」と題した講演や「途切れない被害者支援に向けて」をテーマにしたパネルディスカッションを通して、犯罪の被害に遭った人や、その家族などへの支援について学びます。

【日時】11月7日(火)13時～16時半

【場所】市民文化ホール小ホール（盛岡駅西通二）

【定員】会場・オンライン各300人

【申し込み】会場参加は当日受け付け。オンライン参加は応募フォームから事前申し込み。10月20日(金)まで

【問】(公社)いわて被害者支援センター ☎621-3750

応募フォームはこちら▶



▲犯罪被害者等支援
シンボルマーク
「ギョッとちゃん」



広告

アスピークは、働く皆様とご家族の福利厚生を支援しています

アスピークは、勤労者・事業主に、福利厚生サービスを提供している、盛岡市により設立された団体です。

会員募集中！

- 対象：盛岡市内及び近郊市町の事業所の勤労者（非正規の勤労者を含む）及び事業主
- 入会：原則事業所単位（個人経営含む）
◆現在 約 600 事業所 4,000 人が加入
- 入会金：200 円/人 ●会費：月額 700 円/人



サービス内容の例

- 人間ドックなどの受診助成
- 宿泊・日帰り保養施設の利用助成
- 映画・コンサート・演劇などのチケットの割引助成
- プール・スキー場・スケート場などの利用助成
- 祝い金・見舞金・弔慰金などの共済金給付

詳しくは
Webで▶



一般財団法人 盛岡市勤労者福祉サービスセンター（愛称 アスピーク）

盛岡市山王町 10-6 山王ハイツ 2F TEL019-653-1910

http://www.morioka-ksc.or.jp/

広告

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に
ご相談下さい

☎019-613-5013

結婚相談所ムスベル

ムスベル株式会社 盛岡店 盛岡市茶畑1-17-10 さんさビル7階

イベント情報

マークの見方 ①日時 ②会場 ③定員、対象 ④費用 ⑤申し込み
⑥問い合わせ ⑦広報ID ⑧託児 ⑨会場までバス移動

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■防災連続講座「モリオカボウサイ 人材活躍ワークショップ」

内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- ① 11月7日(火)～来年2月21日(水)、全7回、10時～13時
- ② 20人※11月7日のみ40人。過去に防災学習を受けたことがある人
- ③ 各2人※要問い合わせ
- ④ 電話：10月4日(水)10時から
- ⑤ ID 1001893

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■コンサートデュマラソンオルグ Concert du marathon d'orgue

～つながる音色と想い～

- オルガニストとパイプオルガン初級演奏講座の修了生による演奏。
- ① 10月14日(土)10時～16時
- ② ID 1043946

キャラホール・都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611
✉ kouza-kyara@mfc.jp

■都南文化会館・都南公民館開館 30周年記念都南公民館まつり

作品展示や舞台発表など。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- ① 10月20日(金)～22日(日)、10時～16時
- ② ID 1040766
- お祝い!ワイワイ♪集う料理教室
- 記念日の料理や季節のおもてなし料理などを作り、2人前の料理を持ち帰ります。
- ③ 11月2日～16日、木曜、全3回、10時～12時
- ④ 20人 ¥ 4600円
- ⑤ メール・往復はがき：10月14日(土)必着 ID 1036855

■サークル支援講座 ～スクエアダンス体験教室～

- ① 11月3日～24日、金曜、全4回、19時～20時半
- ② 10人
- ③ 電話：10月13日(金)10時から
- ④ ID 1043938

■となんの地元学

バスで施設見学とりんご狩りを体

験します。

- ① 11月10日(金)13時15分～16時半
- ② きたぎんボールパーク(永井7)と朝島観光りんご園(大ヶ生27)
- ※集合・解散は同公民館 ③ 30人
- ④ 保険料とりんご代が必要
- ⑤ メール・往復はがき：10月27日(金)必着 ID 1043939
- シニアのためのスマホ講座・中級編
- ① 11月15日(水)10時～12時
- ② 12人※60歳以上
- ③ メール・往復はがき：必要事項のほか、お持ちのスマホの機種名を記入し送付。10月25日(水)必着
- ④ ID 1035003

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

- ① 10月10日～31日、火曜、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参
- ② ID 1036852

■もりげきライブ

- 「トリオ ラ ミューズ」が出演。
- ① 10月18日(水)19時～20時40分
- ② 80人
- ③ 前売り1000円、当日1200円
- ④ 窓口・電話・応募フォーム：受け付け中 ID 1035652

■「アカシアの雨が降る時」関連企画 ～鴻上尚史氏によるプレトーク～

- ① 11月17日(金)18時～18時半
- ② 100人※公演チケット購入者
- ③ 窓口・電話・応募フォーム：10月3日(水)10時から ID 1043947

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

- ① 10月5日(木)～15日(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
- ② 小学生～高校生
- ③ 月4回コース3300円
- ④ 窓口・電話：随時受け付け ID 1043888

●利用制限のお知らせ

- 次の期間はプールを使用できません。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- ① 10月6日(金)～8日(日)・16日(月)～

11月2日(木) ID 1043886

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855
✉ moritai-sportsclub@morioka-sport.or.jp

表のとおり教室を開催します。

乙部体育館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2129

■初心者向け卓球教室

- ① 11月1日～15日、水曜、全3回、10時～12時
- ② 10人※18歳以上 ¥ 72円
- ③ 電話：10月12日(木)10時から

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0876

■大人のあかばやし探検隊 「野外料理体験」

- ① 10月14日(土)10時～14時
- ② 25人※小学生以上 ¥ 1000円
- ③ 電話：10月4日(水)9時から
- ④ ID 1042296

■森を愉しむワークショップ「苔や石を使って枯山水、箱庭づくり」

- ① 10月21日(土)10時～12時半
- ② 25人※小学生以上 ¥ 500円
- ③ 電話：10月4日(水)9時から
- ④ ID 1040424

表 盛岡体育館の教室内容など

講座名	日時	定員	費用	申し込み
香リラックスヨガ教室	10/24～12/12、火曜、全8回、13時10分～14時10分	20人※女性	6000円	電話 10/5(木)10時から
楽々エアロビクス教室	10/24～12/12、火曜、全8回、14時半～15時半	20人※女性	6000円	電話 10/5(木)10時から
ハタヨガ教室	10/24～12/12、火曜、全7回、19時15分～20時15分	20人※18歳以上	5250円	電話 10/4(水)10時から
バドミントン教室	10/24～12/26、火曜、全6回、19時半～21時	20人※18歳以上	6750円	電話 10/6(金)10時から
トレーニングカウンセリング	10/25(水)・31(火)、14時～16時	各2人※1人45分ずつ	1100円	電話 10/6(金)10時から
お子様連れOK! チアダンスエクササイズ教室	10/30(月)10時半～11時半	10人※18歳以上の女性	600円	電話 10/5(木)10時から
ナイトピラティス教室	11/6～27、月曜、全3回、19時～20時	10人※18歳以上	2250円	電話 10/4(水)10時から
ベビーマッサージ教室	11/10～24、金曜、全3回、10時半～12時	10組※生後2カ月～1歳未満の子と保護者	5175円	電話 10/6(金)10時から
スマイルキッズ☆ダンス教室	11/10～12/15、金曜、全6回、10時～11時	各12組※2歳～就学前の子	4200円	メール 必要事項のほか、きょうだい同伴の有無を記入し送付。10/15(日)必着

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366

■ボランティア講座

「はじめての手話教室」

- ① 11月25日～12月23日、土曜、全5回、10時～11時半
- ② 10人 ¥ 660円
- ③ 往復はがき・応募フォーム：11月10日(金)必着 ID 1033074

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■西部地区あんしん地域づくり連携講座

西部地区で起こりそうな災害や被害の多い特殊詐欺について、現状と対処方法を学びます。

- ① 10月24日(水)15時～16時半
- ② 50人
- ③ 電話：10月3日(火)10時から
- ④ ID 1040604

上田公民館

☎020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

■地元の魅力再発見!盛岡・上田歴史講座

- ① 11月16日(木)13時半～15時半
- ② 30日(木)13時～15時半
- ③ ②上田近辺の歴史的施設や一里塚

広告



- ✓ 補聴器の新しい選び方
- ✓ 月々3,600円～
- ✓ 解約・変更自由
※2か月以内での解約の場合
解約金が発生します

始めてみよう補聴器ライフ!

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」でお悩みのみならず、ぜひ来店ください。
※認定補聴器専門店は公益財団法人テクノエイド協会が認定した店舗です。

ワイデックス補聴器の定額サービスははじめました。

「耳より」定額プラン

まずはお店で無料カウンセリング予約!

TEL. 019-653-3435
http://suishodo-megane.co.jp 盛岡市中ノ橋通一丁目4-20

信頼と安心

メカネの水晶堂

岩手銀行 中ノ橋支店 駐車場 盛岡バスセンター

中の橋 中ノ橋通 南大通

水晶堂ビル2階 サボトラス

当ビル裏、指定駐車場をご利用ください。

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・メール：左記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※定員があつて特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

36人 ¥530円
 往復はがき：10月31日(火)必着
『富嶽三十六景』を味わおう～世界を席卷した江戸文化を体感しよう～
 第1回では浮世絵の鑑賞と、第2回では多色刷りの体験をします。
 11月25日(土)・12月9日(土)、全2回、10時～12時
 36人 ¥610円
 往復はがき：11月7日(火)必着

見前南地区公民館
 ☎020-0833 西見前13-50
 ☎601-6735

歩く発見!ワンツー
 同公民館から市中央卸売市場(羽場10)ときたぎんボールパーク(永井7)を往復します。
 10月26日(木)9時～15時
 10人 ¥724円※昼食代含む
 電話・窓口：10月1日(日)10時から
 ID 1040849

渋民公民館
 ☎028-4132 渋民字鶴塚55
 ☎683-2354
 ✉kouza-himekami@mfca.jp

家庭料理教室「ぬか床づくり」
 11月19日(日)13時半～15時
 12人 ¥780円
 メール・往復はがき：10月18日(火)必着
 ID 1037017

松園地区公民館
 ☎020-0106 東松園二丁目5-3
 ☎661-8111

スマホ教室
 内容など詳しくは、お問い合わせください。
 11月6日(月)・7日(火)、10時～12時と13時半～15時半※開催日によって内容が異なります
 各10人
 電話：10月6日(金)10時から
 ID 1043913
松園いきいき教室
～介護制度をみんなで学ぼう～
 11月15日(火)10時～11時半
 20人※60歳以上
 電話：10月10日(火)10時から
 ID 1043914

味噌づくり教室
 11月22日(水)・29日(水)、10時～14時半
 各16人 ¥各1900円
 往復はがき：必要事項のほか、参加希望日を記入し送付。11月8日(火)必着 ID 1043915

原敬記念館
 ☎020-0866 本宮四丁目38-25
 ☎636-1192

秋の生家公開
 10月14日(土)～29日(日)、9時～16時
 入館料が必要 ID 1043917

石川啄木記念館
 ☎028-4195 渋民字泉田360
 (玉山総合事務所内) ☎683-2315

子ども向け短歌講座「GoGo短歌!! ～キミも子ども歌人になろう～」
 11月5日(日)10時～12時
 渋民公民館(渋民字鶴塚)
 20人※小学4～6年生
 電話：10月3日(火)10時から
 ID 1022472

遺跡の学び館
 ☎020-0866 本宮字荒屋13-1
 ☎635-6600

企画展「大島遺跡に見る蝦夷社会の変容」
 10月7日(土)～来年1月21日(日)
 入館料が必要
もりおか史跡・遺跡めぐり
～盛南地区～
 10月29日(日)9時半～11時半
 盛南地区の遺跡※集合は同館
 10人※小学生以上。小学生は保護者同伴 ¥28円
 電話：10月4日(火)10時から
 ID 1009440

区界高原少年自然の家
 ☎028-2631 宮古市区界2-111
 ☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124
 ✉sizennoie@city.morioka.iwate.jp

区界ファミリーデー
 ①探してみよう、区界の水晶②作ってあそぼう、空飛ぶおもちゃ
 ①10月28日(土)9時～11時45分
 ②11月11日(土)9時～12時15分
 ①50人②10組※いずれも幼児

～中学生とその家族
 ①1人100円②1人100円※別途材料費1セット300円が必要
 応募フォーム・メール・ファクス・はがき：必要事項のほか、学校名、学年、集合場所への交通手段とその他配慮が必要な事項を記入し送付。①は10月12日(水)、②は10月27日(金)必着
 ID ①1036369②1026496

市民体カテスト
 スポーツ推進課 ☎603-8013
 10月8日(日)13時半～15時半
 盛岡体育館(上田三)
 6～79歳
 応募フォーム・電話：10月4日(火)15時まで ID 1022731

ラグビーワールドカップ2023 パブリックビューイング
 スポーツツーリズム推進室 ☎603-8009
 10月8日(日)18時～22時
 きたぎんボールパーク(永井7)
 ID 1043932

環境学習講座～もりおかエネルギーパークを見学しよう!～
 環境企画課 ☎626-3754
 10月17日(火)9時～13時
 岩洞第一発電所(日戸字姥懐)と姫神ウィンドパーク(玉山字大平)※集合・解散は盛岡城跡公園地下駐車場脇(内丸)かエコアス広場(上田字上堤頭)
 20人 ¥28～56円
 応募フォーム・電話：10月10日(火)12時まで

こころの健康づくり講演会
 健康増進課 ☎603-8309
 子どもの「ゲーム・ネット依存」について、精神科医師が講演します。
 10月28日(土)10時～11時半
 市総合福祉センター(若園町)
 100人
 電話・応募フォーム：10月6日(金)10時から

近代化遺産全国一斉公開
 歴史文化課 ☎639-9067
 ID 1020880
建造物の公開
 岩手銀行旧本店本館(中ノ橋通一)、旧第九十銀行本店本館(中ノ

橋通一)、県公会堂(内丸)
パネル展「古写真・絵葉書で見える盛岡の近代化遺産」
 10月18日(水)～20日(金)、9時～19時※20日は16時まで
 もりおか歴史文化館(内丸)
歩いて巡る近代化遺産ツアー
 10月20日9時～12時
 内丸、紺屋町ほか
 10人 ¥100円程度
 電話：10月3日(火)9時から

盛岡バスセンター1周年祭
 盛岡ローカルハブ(株) ☎656-0920
 10月7日(土)～9日(月)
 盛岡バスセンター(中ノ橋通一)
 ID 1044303

まつぞのスポーツクラブの教室
 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280
 電話：10月4日(火)10時から

笑顔ひまわり高松教室
 内容など詳しくは、お問い合わせください。
 10月10日～31日、火曜、13時半～15時※31日は14時～15時半
 高松地区保健センター(上田字毛無森)
 各17人※55歳以上
 ¥各500円 ID 1040825

ノルディックウォーキング教室in高松
 10月23日(月)・30日(月)、全2回、10時～11時半
 高松公園遊具広場側駐車場(高松三)
 10人※20歳以上 ¥1600円
 ID 1026543

中津川ベリフォークジャンボリー
 中津川ベリフォークジャンボリー実行委員会 ☎688-0764

10月14日(土)10時40分～20時半、15日(日)10時40分～19時50分
 プラザおでって(中ノ橋通一)
 ¥前売り600円、当日900円※中学生以下は無料
 プラザおでって2階で販売中

第51回盛岡市民音楽祭「おかあさんコーラスの集い」
 市婦人合唱協議会事務局 ☎697-6264

10月15日(日)13時～16時10分
 市民文化ホール(盛岡駅西通二)
 ¥500円※中学生以下は無料

広告

お売りください!
まるごとリサイクル
 新品・リサイクル・アウトレット・ディスカウント販売
ABC SHOP
 (株)ロハス 盛岡市厨川三丁目11-11
 ☎019-648-9123 古物商 岩手県公安委員会 第21117000528号

厨川店 ☎0120-73-9123 ☎019-648-9123 盛岡市厨川三丁目11-11 営業時間 AM9:00～PM6:00
 運動公園前店 ☎019-647-7775 盛岡市月が丘一丁目30-51 営業時間 AM10:00～PM7:00
 津志田横丁店 ☎019-656-0200 URL http://www.re-abcshop.com 盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM10:00～PM7:00

お売りください! 暖房機器 20%UP エンジン除雪機
 石油ファンヒーター・反射式ストーブ等
 ◆年式や状態により買い取れない場合があります
 冷蔵庫・洗濯機・ガステーブル・寝装ギフト品・ダイニングテーブル・ソファも買取20%UP!
 いつもより20%アップで買取致します。10/31迄

生前整理 遺品整理
 まずはお気軽にご相談ください。出張無料見積無料

スタッフ募集
 男女・経験不問。詳細はお問い合わせください。

もりおかインフォ

マークの
見方

🕒 日時 📍 場所 👤 対象、定員 🏠 託児
💰 費用 📄 申し込み 🆔 広報ID

※特に記載がない場合、費用は無料

広報ID：市ホームページのトップページにある検索窓に入力すると、詳細情報を閲覧できます。

募集



市青少年問題協議会の委員 子ども青少年課 ☎613-8356

次世代を担う青少年の健全育成に関する施策について、意見を述べる委員を1人募集します。任期は11月1日(火)から2年間です。

- 👤 11月1日時点で、次の全てに該当する人①市内に1年以上住んでいる②18歳以上③市の他の審議会などの委員ではない④年1回程度の平日の日中に行われる会議に出席できる
- 📄 市保健所4階の同課や市役所本庁舎1階の窓口案内所、各支所などに備え付け、または市ホームページからダウンロードした応募用紙に必要事項を記入し、☎020-0884 神明町3-29市役所子ども青少年課へ郵送または持参。10月16日(月)消印有効。持参は同日17時まで
- 🆔 1036693

シルバーリハビリ体操指導者 養成講習会受講生

長寿社会課 ☎613-8144

介護予防に効果のある体操の指導を通じて、地域の通いの場づくりに取り組むボランティアを募集します。

- 🕒 11月10日(金)・14日(火)・17日(金)・21日(火)・28日(火)、全5回、9時半～16時
- 📍 矢巾町公民館(矢巾町)
- 👤 10人※次の全てに該当する人①常勤の職についておらず、年度末の年齢が50歳以上②講習会の全日程を受講できる③体操指導のボランティア活動ができる
- 📄 電話：10月23日(月)17時まで
- 🆔 1023903

「劇団モリオカ市民」 公演キャスト・スタッフ

盛岡劇場 ☎622-2258
✉ m-morishimi2006@mfca.jp

来年3月公演の「盛岡バスセンター」をテーマにした演劇を上演するキャストとスタッフを募集します。

- 👤 高校生以上
- 💰 高校生3000円、大学生以上5000円
- 📄 窓口・電話・メール：10月31日(火)21時半まで
- 🆔 1043179

子どもたちの里親

子ども家庭総合支援センター
☎601-2414

保護者の病気などさまざまな理由により、親元で暮らすことができない子どもたちの未来のために、里親として子どもを養育する人を募集します。申請方法や里親制度について詳しくは、お問い合わせください。



お知らせ



障がい者雇用のための名簿登録

職員課 ☎626-7505

市は、障がいのある人を積極的に雇用するため、市の会計年度任用職員を希望する人の名簿登録制度を実施しています。

- 📄 障害者手帳など、障がいの種別と等級の分かる書類の写しと履歴書を☎020-8530(住所不要)市役所職員課へ郵送または持参
- 🆔 1012076

違反建築防止週間

建築指導課 ☎601-3288

10月15日(日)～21日(土)は違反建築防止週間です。建築基準法などに関する法令を守り、違反建築をなくしましょう。期間中は、平日9時から17時まで、市役所都南分庁舎2階の同課で違反建築などに関する相談所を開設します。

🆔 1043890

盛岡ゆうゆう大学公開講座

長寿社会課内、盛岡ゆうゆう大学事務局 ☎603-8003

「みんなで楽しく健康長寿～手軽に取り組む運動と食事～」と題し、岩手リハビリテーション学院の岡崎謙治氏と県栄養士会の志田香代氏が講演します。

- 🕒 10月17日(火)13時半～15時半
- 📍 市民文化ホール大ホール(盛岡駅西通二)
- 🆔 1042848

水質検査の受け付け

生活衛生課 ☎603-8310

井戸水などの飲用水の水質検査を希望する人は、事前に市保健所(神明町)6階の窓口で専用容器を受け取り、表1の受付日に水を採用して持参してください。

- 💰 ▶簡易検査(11項目)：8470円
- ▶一般検査(23項目)：2万6610円
- 🆔 1019002

表1 水質検査受付日※9時～11時半

月	簡易検査	一般検査
10月	18日(水)	—
11月	15日(水)	—
12月	11日(月)	11日(月)
来年1月	17日(水)	—
来年2月	7日(水)	—
来年3月	4日(月)	4日(月)

いわて盛岡シティマラソン 開催に伴う交通規制

スポーツ推進課内、いわて盛岡シティマラソン事務局 ☎626-3111

いわて盛岡シティマラソンのコースを中心に交通規制をします。規制場所など詳しくは、大会ホームページの最新情報をご覧ください。

- 🕒 10月22日(日)8時～15時半



暴力団のない住みよい街を

くらしの安全課 ☎603-8008

10月は暴力団追放推進強化月間です。「暴力団を恐れない・金を出さない・利用しない」の3ない運動に「交際しない」を加えたプラスワン運動を推進しましょう。

- ▶暴力団追放盛岡市民総決起大会 暴力団情勢についての講演など。
- 🕒 10月26日(木)14時～16時
- 📍 キャラホール(永井24)
- 🆔 1001100

もりおか移住者交流会

都市戦略室 ☎613-8370

盛岡での暮らしに関する情報交換とそば打ち体験をします。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。

- 🕒 10月28日(土)10時～15時45分
- 📍 薮川地区農村交流センターと岩洞活性化センター(薮川字外山) ※バス利用の詳細は、申し込み時に個別連絡
- 💰 1000円
- 🆔 1043911

差し押さえ物件の公売

納税課 ☎613-8466

市が差し押さえた不動産などをインターネットオークションで公売します。公売物件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 🕒 ▶入札：10月30日(月)13時～11

- 月6日(月)13時▶せり売り：10月30日13時～11月1日(火)23時
- 📄 申込期間：10月6日(金)13時～24日(火)23時
- 🆔 1010803

貨物運送事業者向け支援金の 支給対象要件を拡大

経済企画課 ☎613-8298

市の支援金の対象に、県の「運輸事業者運行支援緊急対策支援金」第3弾の支給決定者を追加します。申請は1事業者につき1回、11月30日(木)まで受け付けます。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。

🆔 1043033

ふれあい広場の開催

障がい福祉課 ☎613-8346

障がい者施設の利用者などが、食品や手芸品などを販売します。

- 🕒 10月5日～12月21日、木曜、11時～13時
- 📍 市役所本庁舎本館1階エリベーターホール
- 🆔 1018352

映画関連イベントを応援

経済企画課内、「映画の街盛岡」推進事業実行委員会 ☎613-8389

上映会などのイベントの開催に最大10万円を助成します。申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

- 👤 3件程度
- 🆔 1043495

いわて盛岡シティマラソンでス ポーツ振興くじの助成金を活用

スポーツ推進課内、いわて盛岡シティマラソン事務局 ☎626-3111

いわて盛岡シティマラソンの開催に当たり、スポーツ振興くじの助成金800万円を活用しています。

🆔 1040756

赤い羽根共同募金にご協力を

市社会福祉協議会内、市共同募金委員会 ☎651-1000

募金にご協力ください。募金は地域福祉活動に役立てられます。

- 🕒 実施期間：10月～来年3月

寄付をいただきました

- (株)岩鑄 岩清水弥生代表取締役社長
- (株)東北銀行 佐藤健志取締役頭取
- 精米550*。子ども食堂のため。

広告

小林眼科

保険医療機関
労災保険指定診療所
院長：小林 秀樹

診療時間(受付時間)	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30 (9:00～12:00)	○	○	○	○	○	○
14:00～18:00 (14:00～17:30)	○	○	○	×	○	×

📄 日・祝日休診 020-0816 盛岡市中野1-9-12
Tel. 019-624-2611

糖尿病専門医として地域の皆様の支えでいたい
(日本糖尿病学会認定専門医)

いしい内科・糖尿病クリニック

内科、糖尿病内科、消化器内科、整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30～13:00	●	●	●	●	●	●	休
14:00～17:30	●	●	休	●	●	休	休

📄 備考 ただし、土曜日は午前9:00～12:00

📞 電話でのご予約お問い合わせ
019 (60)2277

📍 岩手銀行中ノ橋支店 当院 盛岡バスセンター
中ノ橋 中ノ橋通 水晶堂ビル4階

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通1-4-20
水晶堂ビル4階

※整形外科の診療は火・水・金・土曜日の午前中です。月・火・木 14:00～17:30

市営住宅の入居者募集

市営住宅指定管理センター ☎622-7030
 1017768

盛岡駅西通ア
 パート(盛岡
 駅西通一)は
 随時募集して
 います

市は、表2のとおり市営住宅の入居者を募集します。
【入居可能日】12月1日(金)
【入居資格】次の全てに該当する人①現在、住宅に困っている②世帯の収入月額が法定の基準内である③住民税を滞納していない④過去に市営住宅に入居した際に家賃などを滞納していない⑤本人も同居する人も暴力団員でない※入居には連帯保証人と敷金(家賃の3カ月分)が必要
【申し込み】10月11日(水)～17日(火)、9時～17時(土・日曜は除く)、同センター(中ノ橋通一、106ビル9階)で受け付け。本人が同居する家族(単身者は本人)が手続きしてください。申込用紙は、同センターと市役所本庁舎8階の建築住宅課、1階の窓口案内所、各支所・出張所に備え付け

<応募できる世帯について>
高:60歳以上の人がいる世帯(単身者含む)
障:身体障害者手帳4級以上の障がいのある人がある世帯(単身者含む)
単身:高・障に該当せず、同居者がいない人
一般:高・障・単身に該当しない世帯
車いす常用:身体障害者手帳(下肢または体幹が2級以上)を持ち、車いすを常用する障がいのある人がある世帯(単身者含む)

表2 入居者を募集する市営住宅 ※エレベーター付き

住宅名(所在地)	応募できる世帯			階数	戸数	家賃	間取り
	高・障	単身	一般				
北厨川アパート(厨川二)	○			1階	1	1万9500円～3万8400円	6・6・4.5・DK
	○			1階	1	1万7800円～3万4900円	
	○	○		3階	1	1万8900円～3万7200円	
	○	○		3階	1	1万7200円～3万3800円	
	○	○	○	4階	1	1万6900円～3万3200円	
谷地頭アパート(厨川五)	○		○	3階	1	1万1500円～2万2600円	6・4.5・3・DK
	○	○	○	4階	1	1万1300円～2万2200円	
	○	○	○	5階	1	1万4300円～2万8100円	
観武台住宅(月が丘三)	○		○	2階建て	2	1万6800円～2万9400円	5・4.5・3・DK
青山一丁目アパート(青山一)	○			1階	1	2万4000円～4万7100円	8・6・DK
	○		○	3階	1	2万5100円～4万9400円	
青山二丁目アパート(青山二)	○		○	1階	1	1万1500円～2万2500円	6・4.5・3・DK
青山三丁目アパート※(青山三)	○		○	2階	1	1万5200円～2万9800円	6・DK
青山西アパート(青山三)	○		○	3階	1	2万5800円～5万7000円	8・6・5.5・DK
前九年アパート(前九年三)		車いす常用		1階	1	1万7500円～3万4400円	6・DK
川目アパート(東山一)		車いす常用		1階	1	1万4900円～2万9200円	6・DK
	○	○	○	4階	1	1万5400円～3万2000円	
	○	○	○	5階	1	1万4900円～2万9200円	
仙北西アパート(西仙北一)	○			1階	1	1万8100円～3万5500円	8・6・DK
		中学生以下の子ども同居		5階	1	2万1500円～4万2200円	
	○		○	5階	1	2万2700円～4万4600円	
見前アパート(東見前9)	○			2階	1	2万6400円～5万1800円	8・6.5・6・DK
柿の木アパート(西見前12)	○			2階	1	1万8600円～3万6600円	6・6・4.5・DK
	○		○	3階	1	2万3900円～4万6900円	
夏間木第三団地(好摩字夏間木)	○		○	2階建て	1	1万6900円～3万5000円	6・6・6・DK
	○		○	2階建て	1	2万2100円～4万3400円	

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
夜間納付相談	①10/5(木) 17時半～20時 ②毎週木曜 17時15分～19時	①納税課(市役所本庁舎2階) ②玉山総合事務所税務住民課	納税課 ☎613-8462
ひとり親家庭等特別(法律)相談★	10/13(金) 10時～15時	県福祉総合相談センター(本町通三)	市ひとり親家庭等就業・自立支援センター ☎623-8539
補聴器相談★	10/19(木) 10時～11時半	盛岡地域福祉センター(手代森14)	同センター ☎696-5640
行政困りごと・被災者支援一日合同行政相談◆	10/26(木) 10時～15時	プラザおでって(中ノ橋通一)	岩手行政監視行政相談センター ☎622-3470

★要事前申し込み ◆要事前申し込み:10月11日(水)～18日(水)、9時～17時※土・日曜を除く

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 マスク着用・手指消毒などの感染対策にご協力ください。発熱または喉の症状がある人は、受付にお伝えください。	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 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
10/8(日)	内	たけ循環器内科クリニック	北飯岡一丁目2-70	656-5855
	外	なかつか消化器内科クリニック	中太田新田25-270	613-2727
	小	くるだ脳神経・頭痛クリニック	神明町10-38	653-3522
	小	森田小児科医院	緑が丘四丁目1-50ア スティ緑が丘1階	662-3326
	歯	双木歯科医院	月が丘二丁目3-25	645-7311
	薬	本宮センター薬局	北飯岡一丁目2-71	656-5867
		イース薬局	中太田新田25-140	656-8036
		あすなる薬局	中ノ橋通一丁目14-9	623-8880
		レミディ薬局	中ノ橋通一丁目14-8	652-1300
		調剤薬局アスティこうの	緑が丘四丁目1-50	662-2877
10/9(月)	内	開運橋消化器内科クリニック	大通三丁目9-3 菱和開運メディカルビル2階	613-3336
	外	平野医院	西青山二丁目18-60	648-1395
	外	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
10/15(日)	小	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
	歯	新津歯科クリニック	神明町10-38	623-4611
	薬	銀河薬局開運橋店	大通三丁目9-3	601-5562
		すみれ薬局	西青山二丁目18-57	645-2311
		おおたばし調剤薬局	本宮字小坂小瀬13-8	656-3131
	内	工藤内科ハートクリニック	中ノ橋通一丁目7-13	653-6811
	内	メディケアプラザ中央通りクリニック	中央通三丁目16-23	654-3781
	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	みうら小児科	中野一丁目16-10	622-9591
	歯	中村歯科医院	仙北二丁目10-7	635-3777
薬	中ノ橋薬局	中ノ橋通一丁目7-15	624-2823	
薬	そうごう薬局盛岡中央通西店	中央通三丁目16-15	681-7101	
薬	本町薬局	本町通一丁目9-28	652-8200	
薬	なかのユニオン薬局	中野一丁目21-1	652-6587	

10月1日(日)の休日救急当番医・薬局は9月15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。

病院名	電話番号
市立病院(本宮五)	635-0101
栃内病院(西仙北一)※病院移転作業のため、10月1日(日)まで受け入れはできません	681-3575
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	
岩手医科大学付属病院(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

2次救急医療機関の受入診療科はこちら



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

外来診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時～12時	●	●	●	●	●	△
午後2時～5時	●	△	●	●	●	△

△第1・3火曜 午後休診
 休診日/土・日・祝・年末年始
 盛岡市北飯岡三丁目20-3

外来診療部 TEL 019-613-6555
 もりおかリハビリテーションセンター 葵 TEL 019-613-6770

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

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
 駐車場有(19台)
 盛岡市高松三丁目9-8

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

in AUTUMN ZOOMO に行こう!

盛岡市動物公園ZOOMOの季節ごとの楽しみ方を紹介します。
 ☎ 公園みどり課 ☎ 639-9057

ZOOMO で秋を楽しもう!

里山にあるZOOMOでは、秋にはコナラやミズナラ、カエデなど広葉樹の木々の葉が赤や黄色に染まり、園内で美しい紅葉を楽しむことができます。また、ドングリなどの木の実も園内のあちこちで見つけることができます。ドングリは樹種によって大きさや形もさまざまなので、たくさん集めて観察してみてください。きっと新しい発見がありますよ。



注目の動物 ウマ (ポニー)

📍 牧場エリア

肩までの高さが148センチ以下のウマを総称してポニーと呼びます。現在ZOOMOには4頭のポニーが暮らしており、8月には馬っこパーク・いわて(滝沢市)から「キラ」が新しく仲間入りしました。ポニーの社会には序列があるため、スタッフは展示場に出す順番などを意識しながら飼育をしています。

「キラ」の乗馬デビューを楽しみにしててください!



飼育員 小林美月さん

イベントのご案内

パカパカ広場 ※雨天時は中止の場合があります
 🕒 11月までの土・日曜と祝日、11時半～12時半

- ポニーに乗って、のんびりパドックを一周します。
- 👤 各日先着40人※3歳～小学3年生。3歳未満はまたがるのみ
- 💰 500円※またがるのみは200円。現地で現金払い。別途入園料が必要



このほかにも、ZOOMOではさまざまなイベントを企画しています。チケットの事前購入が必要となるイベントもありますので、詳しくはZOOMOホームページをご覧ください。



スポーツ×モリオカ vol.2

スポーツ推進計画の3本柱のうち、今回は②スポーツを「支える」環境づくりの取り組みの一部を紹介します。各種スポーツ団体と連携し、スポーツ観戦やボランティアなど、さまざまな場面でスポーツに関わる人が達成感を味わうことができる取り組みを目指しています。

☎ スポーツ推進課 ☎ 603-8013 📍 1010021

■プロスポーツと一緒に盛岡を盛り上げよう!

プロスポーツチームや本市ゆかりの選手が活躍することは、市民に感動を与えるとともに、スポーツへの関心を高め、競技力の向上にもつながります。ぜひ、試合会場に足を運び、みんなで応援しましょう!

いわてグルージャ盛岡



試合情報 (次回ホームゲーム)

対 FC岐阜
 🕒 11月19日(日)14時
 📍 いわぎんスタジアム(永井8)
 ※10月のホームゲームは北上総合運動公園(北上市)で開催

岩手ビッグブルズ



試合情報 (B2ホーム開幕ゲーム)

対 アルティエーリ千葉
 🕒 10月14日(土)17時・15日(日)13時
 📍 盛岡タカヤアリーナ(本宮5)
 ホームゲームは高校生以下と65歳以上は2階席無料!

■スポーツボランティア

スポーツイベントに欠かせないボランティア。ボランティア募集などの情報は、スポーツパルのメルマガなどで発信しています。



■総合型地域スポーツクラブ・スポーツ推進委員

◆総合型地域スポーツクラブ

世代やレベルを超えて、身近な地域でスポーツに親しむことができるスポーツクラブです。「スポーツを始めたい」など感じている人は、もりスポネットホームページをご覧ください。



◆スポーツ推進委員

町内会や子ども会など地域のスポーツ活動をサポートしています。地域で手軽にスポーツを楽しみたいときなどは、ご相談ください。



エコライフのすすめ vol.2

～明日からできるゼロカーボンアクション～

市は、2050年までに温室効果ガスの排出量を実質ゼロにする「ゼロカーボンシティ」の実現を目指し「気候変動対策実行計画～もりおかゼロカーボン2050～」を

策定しました。盛岡の環境を守るため、一人一人が取り組めることを全3回で紹介します。今回は「地産地消」についてお知らせします。
 ☎ 環境企画課 ☎ 626-3754

Let's ゼロカーボンアクション! ②「食欲の秋は地産地消で!」

食糧輸入の多い日本は、輸送に必要なエネルギーや排出される二酸化炭素(CO₂)量が大きい傾向にあります。地元産の食材を選ぶことは、排出されるCO₂を削減するだけでなく、地元の生産者の応援にもつながります。

食材の輸送距離とCO₂量の例

参考:環境省「エコジーン2011年9月号」

しょうゆ(1ℓ)		距離	CO ₂ 量	
🍷	アメリカ産大豆	約1万1700キロメートル	約51.3ℓ	約98%減少!
	岩手県産大豆	100キロメートル未満	約1.2ℓ	
🥩	オーストラリア産	約1万300キロメートル	約50ℓ	約97%減少!
	岩手県産	100キロメートル未満	約1.7ℓ	

旬の食材を選んでもっとエコに!

露地の畑などで栽培される旬の野菜や果物を食べることは、ハウス栽培に必要なエネルギーを減らし、CO₂の削減につながります。また、旬の食材はおいしく、栄養価が高いといわれています。食欲の秋は、地元のおいしい食材を大いに堪能しましょう!

参考:環境省ホームページ「ゼロカーボンアクション30」

食材以外も!地産地消の輪を広げましょう

市は、食材以外の地産地消も進めています。例えば、木材は市産のものを積極的に利用したり、グリーンセンターの焼却熱で発電した電気を市の施設で利用したりして

います。地産地消の輪を広げることで、地球温暖化対策だけではなく、地域経済の活性化も両立する社会を目指しています。



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

これからも安心な暮らしやすい街であるように、ちょっとした間でも鍵かけを心がけるなど、普段の生活の中で出来ることを一つ一つ実践していきたいと思ひます。(真田)

地球環境に配慮したインキを使用しています。