もりむか

2023年 11月15日号 [令和5年]

お知らせ版

発行部数/14万3800部 市内全世帯に配布しています

No. 1613

⇔ **⇔ ⇔ ** ⇔ 盛岡の冬を彩るイベント ** ⇔◆ **◆

语切伤か イルミネーションブライト 2023-2024





昨年のイベントの様子

12月1日金~来年2月29日休

冬の盛岡の街なかに明かりをともす「もりおかイルミネーション ブライト2023-2024」を開催します。詳しくは、もりおかイルミネー ションブライトホームページをご覧ください。

- □ 点灯時間:17時~22時(予定)
- 動 もりおか歴史文化館前(内丸)、盛岡駅前通、木伏緑地、材木 町、大通、肴町、八幡町※駐車場はありませんので、近隣の有料駐 車場をご利用ください
- ❷ 観光課内、もりおか街なかイルミネーション 実行委員会☎613-8391
- **D** 1045136

もりおかイルミネーション ブライトホームページ



Waのまちもりおか リースフェスティバル

■ Waのまちもりおか「絆の輪」プロジェクト 事務局☎623-6509

D 1024423

Wa のまちなか展示

盛岡産のスギの葉な ど、森の素材を使った リースで冬の街並みを 美しく彩ります。

□ 11月26日(□)~12月 25日(月)

🙃 大通、内丸ほか



Wa のまちもりおかリース展

公募したリースや過去の入賞者の作品などを展

示。来場者の皆さんの投票 により大賞を決定します。

● 11月29日 3日 (日)、10時~18時※12月3日 は15時まで

ਜ਼ 県公会堂(内丸)



▲決済20%還元キャンペーン/ Pay 2023年末モリオペイ祭

■ MORIO Payコールセンター☎0120-20-0042※12月1日から

地域循環型決済サービス 「MORIO Pay」を使って加盟店で買い物をし た人を対象に、決済総額の20年(一人最大1万円相当)を還元します。

● キャンペーン期間:12月1日 金~31日 ※ 還元総額6000万円に達した 時点で終了 詳しくはこちら▶



キャンペーン参加方法~準備から還元を受けるまでの流れ~

スマートフォンに アプリをダウンロード





iPhone版 Android版 App Storeから Google Playから ダウンロード ダウンロード

Step 2 MORIO Payをチャージ

- ▶チャージ加盟店で現金チャージ
- ▶現金チャージ機でチャージ
- ▶クレジットカードでチャージ (キャンペーン期間中のみ)

買い物などをMORIO Payで決済

加盟店に設置している二次元コードを読み取り決済

決済還元! 決済総額の20弥相当の電子商品券をアプリ内に発行します

【還元される電子商品券の使用期間】来年1月15日月~2月15日休 ※発行日は予告なく早まる場合がありますが、使用期限は変わりません

もりおかプレミアム商品券 「スマートSANSA」

使用期限は11月30日まで!

◯ MORIO Payコールセンター ☎0120-20-0042※11月30日まで

同商品券の使用期限は11月30日休まで です。使用期間が過ぎた商品券は無効とな り、払い戻しはできませんのでご注意くだ さい。※アプリ型・カード型の商品券で利 用できる店舗が異なります

D 1031899

<マークの見方>

■ 申し込み※下記を参照 ○ 問い合わせ ⑥ 託児 ○ 会場までバス移動 ○ 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

目次

- もりおかイルミネーションブライト、リースフ ェスティバル、MORIO Pay、スマートSANSA
- 2-3 子育て情報ひろば、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、 D 広報 I D (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。 ※(株)デンソーウェーブの登録商標

子育て情報ひろば

パパママ教室

母子健康課 ☎603-8303

出産の準備や赤ちゃんとの生活に ついての講話と沐浴見学。

- 12月24日(日)、10時~12時と13 時半~15時半
- ਜ਼ 市保健所(神明町)
- ₿ 各18組※来年4月に出産予定 の初妊婦と夫
- 電話:12月15日金14時から
- **D** 1002116

離乳食教室

母子健康課 ☎603-8303

- 離乳食の不安を解消するための講話。 ● 来年1月9日以10時~11時45分
- ਜ਼ 市保健所(神明町)
- ★ 20組※令和5年9月生まれの
- 子と初めて子育てしている保護者 ■ 電話: 12月12日以14時から
- **D** 1002133

こんにちはママさん講座 「とことこコース」

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

育児についてのアドバイスや臨床 心理士・保健師の講話、母親同士 の交流など。

- 来年1月18日~2月1日、木曜、 全3回、10時~11時半
- 葡 都南公民館 (永井24)
- ★ 15組※令和4年1月~12月生 まれの子と保護者 ¥ 200円
- 電話: 12月4日(月)10時から
- **1**002663



親子でふれあい遊び

とりょう支援センター 25651-8580

■ 高松地区保健センター(上田字 毛無森) 📵 1002663 ▶にこにこルーム

保育士と一緒に親子のふれあい遊 びや体操などを楽しみます。

- 11月21日以10時~11時半
- ❸ 0~3歳の子と保護者

木で作られたおもちゃのぬくもり を感じながら遊びます。

生活援助従事者研修 令和5年8月開校!

智さんの知識と技術を地域で活かしませんか?

● 12月1日 金10時~11時半

⋒ 2歳以下の子と保護者

▶ぴよぴよルーム

親子で遊ぶほか、離乳食や遊び方 など子育ての悩みを相談できます。

□ 12月5日(火·15日金)、10時~ 11時半 🔒 0歳の子と保護者

市立保育園 (8園) の一斉開放

とりょう支援センター 25651-8580 園児と遊んだり、保育園の遊具や 園庭で遊びます。

- 11月28日(火)・12月12日(火)、10 時~11時
- ⋒ 就学前の子と保護者、妊婦
- **D** 1002663

見子向けワークショップ「消しゴム はんこをつくろう~年賀状編~

盛岡でがみ館 ☎604-3302

来年の主支「辰」の消しゴムはん

- ▶ 12月2日出13時半~15時半
- ❸ 6組※小学生と保護者。1組3 人まで ¥ 1000円
- 電話:11月18日出10時から
- **1**026079

こを作ります。

今年は手作りクリスマスケーキ! 上田公民館 25654-2333

親子でクリスマスケーキの「ブッシ ュ・ド・ノエル」を作ります。

- ▶ 12月17日(日)10時~12時半
- → 同公民館(上田四)
- 品 10組※小学生と保護者。小学 生はきょうだいも参加できます
- ¥ 2000円
- 往復はがき:必要事項と学校 名・学年を記入し、●020-0066 上田四丁目1-1上田公民館へ送付。 11月30日休必着 📵 1041442



昨年のケーキ 作りの様子▶

親子で手作り! クリスマスケーキ教室

都南公民館 25637-6611

親子でホールケーキをスポンジか ら手作りします。

□ 12月17日(□)、①9時半~12時

場所▶mago's cafe 定員▶10 名 受付▶随時

次回開催 11月コース

半②13時半~16時半

- 同公民館(永井24)
- 骨 各12組※小・中学生と保護者
- ¥ 各1540円※3人目から1人追 加ごとに19円加算
- メール・往復はがき:必要事項 と学校名・学年、希望回を記入し、 ●020-0834永井24-10-1都南公 民館へ送付。11月30日休必着※定 員を超えた場合は抽選
- **D** 1037336

親子で作る冬休み工作教室

西部公民館 25643-2288

牛乳パックを使って5色に輝くミニ プラネタリウムを作ります。

- 12月23日出9時半~12時 → 西部公民館(南青山町6)
- ₩ 10組※小学1~3年生の子と保 護者
- ¥ 260円※子ども1人追加で230 円加算
- 電話:12月6日例10時から
- **D** 1041016

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

ピラティスとベビーダンスをします。

● ①12月6日城·13日城②12月 18日(月) · 25日(月) 、13時半~14時半

マークの見方と詳しい申し込み方法は、

● ①松園地区公民館(東松園二) ②高松地区保健センター(上田字 毛無森)

- 品 各8組※首の据わった生後3カ 月~2歳の子と保護者
- ¥ 各2000円

表紙をご覧ください。

■ 同スポーツクラブのホームペー ジ:①11月29日似②12 🔳 👢 月11日月、いずれも16時 まで



親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280 親子でクリニカルアート (臨床美 術)を体験し、ラメ入り絵の具でキ ラキラ輝く色彩を楽しみます。

- 12月20日 ※ 13時半~14時半
- ➡ 松園地区公民館(東松園二)
- ₩ 8組※首の据わった生後3カ月 ~3歳の子と保護者
- ¥ 1500円※子ども1人追加で 750円加算
- 同スポーツクラブのホームペー ジ:12月13日似16時まで 🔳 🎎 🔳
- **D** 1046125



子ども科学館へ行こう!

同館(本宮字蛇屋敷)では次のとおりイベントを開催します。

- ♥ 子ども科学館☎634-1171
- ■ワークショップ「クリスマスカード」 ミラーシートを使ってクリスマス カードを作ります。
- 12月2日~24日、土·日曜、 14時半~16時 🔒 各30人
- ¥ 各200円※別途展示室入場 料が必要 📵 随時受け付け

■サイエンスショー 「キッチンで科学マジック!」

- キッチンにあるものを使った科 学マジックショー。
- □ 12月2日出・9日出・10日 (□) · 16 □ (□) · 17 □ (□) · 23 □ (□) · 24日(日)、11時~11時20分
- ¥ 展示室入場料が必要

■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った 天体観察。※悪天候時は中止

● 12月2日出17時半~18時半

- 品 30人※中学生以下は保護者同伴 ■ 電話・窓口:11月18日出9時から
- ■サイエンスな日曜日

岩手大の高木浩一教授による①サ イエンスショーと②体験コーナー。

- 12月3日(日)、①11時~11時 20分と13時~13時20分②11時 20分~11時40分と13時20分~ 13時40分
- ¥ 展示室入場料が必要

■たのしい科学技術作品展 中学校の部

市内の中学生が作製した技術・ 家庭科作品を公開します。

● 12月23日出~来年1月14日(日)







冬のチャレンジ体験日

見前南地区公民館 ☎601-6735

岩手大学工学ĞIRLSによるサイ エンスショー (液体窒素の実験な ど) や都市鉱山※金箔入りキラキ ラスノードーム作り、空気砲の実験 をします。

※パソコンや携帯電話などの小型家電 を、有用な金属を取り出せる鉱山に見 立てた呼び方

- 12月17日(日)10時~11時半 ਜ਼ 同公民館(西見前13)
- ₩ 12人※小学生。親子でも参加 できます
- 電話・窓口:11月25日出10時 から 📵 1046232

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ 2663-9280 148種類以上のボールゲームを通し てさまざまな体の動きを体験する、

- ドイツ発祥のボール運動をします。 ● ①12月4日~25日、月曜、全4 回、②12月6日~27日、水曜、全4 回、いずれも15時~16時
- ①高松地区保健センター(上田 字毛無森)②松園地区公民館(東 松園二)
- ❸ 各8人※令和5年度に4~6歳 になる子 ¥ 各3200円
- 同スポーツクラブのホームペー ジ:①11月27日月211 画域画 月29日 (M) いずれも16 (M) による (M)

本とのふれあい

市立図書館 (上田四)※上田公民館内

23661-4343

うれし野こども図書室の皆さんに

□ ₹ 11月25日仕、10時半~10

時50分は4歳~小学1年生、11時

わらべ歌を歌いながら体を動かし

▲ 12月8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

都南図書館(永井24)

25637-3636

絵本の読み聞かせと紙芝居など。

絵本の読み聞かせと手遊びなど。

● 12月13日以11時~11時25分

渋民図書館(渋民字鶴塚)

25683-2167

ボランティア「とんがりやま」によ

❷ 每週土曜、11時~11時半

❸ 0~2歳の子と保護者

よる語りと絵本の読み聞かせ。

~11時半は小学2年生以上

1040089

■おはなしのじかん

■おはなしころころ

て遊びます。

下の子と保護者

D 1000831

■おとぎのへや (♥)

■おはなしのじかん

■えほんのへや(♥)

● 高松地区保健センター

る読み聞かせ。

● 12月13日例15時~15時半

D 1000842

中央公民館(愛宕町)

2654-5366

■すみっこおはなし会 おはなしボランティア「おはなしす

- みっこ」による絵本の読み聞かせ。 ● 12月3日(日)·17日(日)、11時~11 時半
- **D** 1040414

■わくわく♪おはなし会

おはなしボランティア「おはなしち ゅーみん」による絵本の読み聞かせ。

● 12月9日出11時~11時半

D 1030404 ■子どもクリスマス会 (♥) ①アニメ映画 「おじいさんとてぶくろ のおうち」「クリスマスキャロル」「貧

ちなんだ絵本の読み聞かせなど。 ● 12月23日出、①10時~10時 50分②11時~12時

乏神と福の神」の上映と、②おはな

しボランティアによるクリスマスに

D 1046230

上田公民館(上田四)

2654-2333 ■なかよしおはなし会

①絵本 「しろくまちゃんのほっとけ ーき」②紙芝居 「みつごのこぶた のクリスマス」の読み聞かせや手 遊び、簡単な工作など。

11時~11時半

(♥) は幼児~小学生が対象の催しです。

₩ 幼児と保護者 □ 1000698

● ①11月22日(水)②12月13日(水)、

西部公民館(南青山町)

☎643-2288

■ちびっ子広場映画会(♥)

「王さまライオンとカエル」「クリス マスのおくりもの」など4本を上映。

- 12月2日出10時半~11時40分 **P** 30人
- 電話:11月21日以10時から
- **D** 1025180 ■ふたばわらべうた・おはなし会

わらべうたや読み聞かせなど。 ❷ 8 12月20日/以、10時~10時 40分は1歳3カ月~3歳と保護者、

10時50分~11時10分は0歳~1歳

3カ月と保護者、先着13組 **D** 1030304

松園地区公民館(東松園二)

23661-8111

■おやとこひろば 絵本の読み聞かせや軽運動、育児 相談など。

- ₾ 12月7日休)10時~11時半
- ⋒ 0歳~就学前の子と保護者
- **1**041831



診療時間外に子どもの具合が悪くなったら…

■看護師に電話で相談できます(年中無休) 病気への対処や受診の相談について、経験豊富な看護師に相談でき る窓口です。

- **3 2 6**05-9000または #8000
- 19時~23時:こども救急相談電話(県内の看護師が対応) 23時~翌日8時:こども夜間ケアダイヤル (県外の看護師が対応)

■医療機関を受診するときは

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。(5ページ参照) ※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

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



■特に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

	75 25 175 25 175 25 175 175 175 175 175 175 175 175 175 17						
12月							
日	月	火	水	木	金	土	当番病院一覧
					1	2	中央 県立中央病院
					日赤	玉立	上田一丁目 4 - 1 ☎ 653-1151
3	4	5	6	7	8	9	日赤 盛岡赤十字病院
中央	日赤	中央	国立	中央	国立	日赤	三本柳 6 - 1 - 1 ☎ 637-3111
10	11	12	13	14	15	16	国立 国立病院機構盛岡医療
中央	日赤	中央	国立	中央	日赤	国立	センター
17	18	19	20	21	22	23	青山一丁目25-1 ☎ 647-2195
中央	中央	日赤	国立	中央	日赤	中央	
24	25	26	27	28	29	30	※当番病院を変更する場合が
日赤	中央	中央	国立	中央	国立	中央	あります。市医師会のホームペ
31							ージを確認した上で受診して

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。

● 17時~翌朝9時※土曜は13時~

12月						_
日	月	火	水	木	金	
					1	
					日赤	玉
3	4	5	6	7	8	
中央	日赤	中央	国立	中央	国立	Е
10	11	12	13	14	15	1
中央	日赤	中央	国立	中央	日赤	玉
17	18	19	20	21	22	2
中央	中央	日赤	国立	中央	日赤	#
24	25	26	27	28	29	(1)
日赤	中央	中央	国立	中央	国立	中
31						
		i		İ	i	i

県立中央病院 上田一丁目4-12653-1151 玉立

ージを確認した上で受診して

ください



2 広報もりおか 5.11.15

広報もりおか 5.11.15 3

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。

健康体操教室

都南体育館 ☎ 637-2219

表1の体操教室を開催します。

⋒ 各15人 ¥ 各200円

■ 窓口・電話:11月15日 89時か ら開催3日前の16時まで

D 1045122

表1 体操教室の日程など

22 円1木	が干い口は	<u> </u>
期日	時間	教室名
11/25(±)	10時~	タオル体操
12/21(木)	11時半	
来年1/10冰	13時半 ~15時	リズム体操
1/21(日)	10時~	タオル体操
2/6(火)	10時~	レインボー体操
2/28(水)	1117	レイン小・仲珠

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。

○ □ 日 表2のとおり ※65歳以上



カラダ改革♪ピラティスと バランス食でリフレッシュ

健康増進課 ☎ 603-8305

忙しくても続けられる運動と、栄 養講話で食事のコツを紹介します。 参加者にはMORIO-Jポイントが 付きます。

● 12月6日似·13日似、全2回、 13時15分~15時

■ 本宮地区活動センター(本宮四)

₩ 15人※69歳以下

■ 電話・応募フォーム:11月17日 金10時から

D 1022906



過去の開催の様子

健康教室~コンディショニング でリフレッシュ!~

西部公民館 25 643-2288

体をさするなどの簡単な動きで体 の骨格のゆがみやリンパの流れを 整えていきます。

□ 12月7日休·14日休、全2回、 13時半~15時

→ 西部公民館(南青山町)

8 25人

■ 電話:11月22日例 10時から

D 1041013



実践!正しいラジオ体操

健康増進課 ☎ 603-8305

正しい動きでラジオ体操の効果を 高めます。参加者にはMORIO-Jポ

表 2 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	申し込み	
12/11・来年1/15・2/19・ 3/11、月曜	11時半	(名須川町)	18人		
12/12・来年1/16・2/20・ 3/12、火曜	13時半 ~15時	愛宕山老人福祉センター (愛宕町)	18人		
11/27・12/25・来年1/22・ 2/26・3/25、月曜	10時~ 11時半	桜城老人福祉センター (大通三)	18人	セントラルフィ	
12/21・来年1/18・2/15・ 3/21、木曜	13時半 ~15時		20人	ットネスクラブ 盛岡 ☎ 653-9011	
12/12・来年1/9・2/13・ 3/12、火曜	10時~ 11時半		40人	平日11時~17時 ※水曜は15時半	
12/14·来年1/11·2/8· 3/14、木曜	13時半 ~15時		20人	~17時	
12/4・来年1/15・2/5・3/4、月曜	10時~		20人		
12/5・来年1/9・2/6・ 3/5、火曜	11時半	仙北地区活動センター (仙北二)	25人		
12/13・来年1/10・2/14・3/13、水曜	13時半	緑が丘地区活動センター (黒石野二)	20人	特定非営利活動 法人まつぞのス ポーツクラブ	
11/22・12/27・来年1/24・ 2/28・3/27、水曜	~15時	山岸老人福祉センター (下米内一)	15人	☆663-9280 平日10時~16時	
12/7・来年1/4・2/1・3/7、木曜		中野地区活動センター (東安庭字小森)	15人	国区 际 医	
12/4例、来年1/17例・ 2/5例・3/4例		乙部老人福祉センター (乙部28)	15人	県予防医学協会 ☎ 638-4886 平日9時~17時	
12/20・来年1/17・2/21・ 3/13、水曜		永井地域交流活性化 センター(永井23)	15人	1 11 2 50 17 50	

イントが付きます。

● 12月8日 金10 時15分~11 時 45分

曲 市保健所(神明町)

20人

■ 電話・応募フォーム:11月20日 (月)10時から

D 1022919



過去の教室の様子

健康づくり! マッサージ等指導教室

長寿社会課 ☎ 613-8144

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。 □ 🖶 🔠 表3のとおり※60歳以上

■ 電話:11月20日(月)10時から

D 1003805

つどいの森で健康づくり 都南老人福祉センター ☎638-1122

おおむね60歳以上の人を対象に、 表4の健康教室を開催します。

● 都南老人福祉センター(湯沢一)

■ 電話:11月18日出10時から

表3 マッサージ等指導教室の日程など

時間	会場(所在地)	定員
10時~12時	愛宕山老人福祉センター(愛宕町)	20人
13時半~15時半	松園老人福祉センター(西松園二)	20人
10時~12時	太田老人福祉センター(中太田深持)	20人
10時~12時	津志田老人福祉センター(津志田西二)	30人
13時半~15時半	青山地区活動センター(青山三)	15人
	31.3	10時~12時愛宕山老人福祉センター(愛宕町)13時半~15時半松園老人福祉センター(西松園二)10時~12時太田老人福祉センター(中太田深持)10時~12時津志田老人福祉センター(津志田西二)

表4 健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
12/7(木)		リフレッシュ教室		⊅ 500⊞ ₩
12/14(木)	 10時半~11時半	簡単コロコロつどりん教室	各15人	
12/21(木)	1004+,01104+	やさしいエアロビクス	台门人	各500円※
12/22(金)		ピラティス教室		
シカリフの	1 / L /mr \/\)			

※初めての人は無料

インフルエンザの予防接種はお早めに



€ 指導予防課☎603-8307

(D) ①1024312②1006517

今年は、例年より早くインフルエンザの流行が始まっています。場 面に応じたマスク着用や手洗いのほか、本格的な流行に備えて年内の 予防接種が効果的です。

①生後6カ月~中学3年生と②65歳以上、または60歳以上65歳未 満で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免 **疫機能の障がいで身体障害者手帳1級を持つ人**には費用助成があり

詳しくは、市ホームページをご覧になるか、同課へお問い合わせく ださい。

● ①来年2月29日休まで②来年1月31日休まで

¥ ①1回につき2000円を補助

※生後6カ月~13歳未満は2回、13歳以上は1回のみ ②1回に限り自己負担額1500円 ※非課税世帯、生活保護受給世帯の人は無料







■市の推計人口(10月1日現在)

28万3298人(男:13万3774人、女:14万9524人) 【対前月比】149人減 【世帯数】13万2717世帯 ②企画調整課☎613-8397 № 1019915

もりおか健康21プランシリーズ

☑ 健康増進課☎603-8306

1042159

その煙…大丈夫? 屋外の喫煙も配慮が必要です!

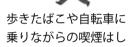
令和2年4月1日施行の「健康増進法の一部を改正する法 律」(以下「改正法」)により、多くの人が利用する施設は 「原則屋内禁煙」が義務付けられました。また、屋外でも「喫 煙をする際は受動喫煙※を生じさせることがないよう周囲の状 況に配慮しなければならない」(改正法第27条)という配慮義 務が定められています。

喫煙をする際は、**ほんのわずかな思いやり**で、周囲の人を受 動喫煙から守ることができます。

身近な場所での喫煙マナーについて、一緒に考えてみましょう。 ※たばこを吸っていなくても、他人の喫煙によってたばこの煙にさらさ れること

屋外での喫煙マナーの例





ない。

煙を控える。

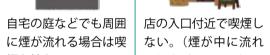


携帯灰皿を使い、ポイ 捨てはしない。



子ども、妊婦、患者など

自宅の庭などでも周囲



CAFE



周囲に人がいない場所 る場合があります) に移動しましょう。

イエローグリーンキャンペーンを知っていますか? ~受動喫煙のない優しい街へ~

イエローグリーンは、**受動喫煙をしたくない・**

させたくない気持ちを周りの人に伝える色です。

長崎県佐世保市民のアイデアで平成15年にアウェアネス リボン運動として始まり、受動喫煙防止のシンボルカラーと して、全国各地でリボンの配布やライトアップ活動などが展 開されてきました。

受動喫煙の防止は、あなた自身、そして大切な人の健康を 守ります。盛岡市でも、イエローグリーンキャンペーンを通 じて、受動喫煙に関する正しい知識の普及啓発、喫煙マナー の向上に取り組んでいます。

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

受付時間:10時~16時			诗	に電話で確認してから利用して	にさい
	実施日	名称		所在地	電話番号
	12/3(日)	小笠原整骨院	好摩字	上山13-20	682-0106
	12/10(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
	12/17(日)	盛医接骨院	中央通	三丁目 3 -26	629-2147
	12/24(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
	12/31(日)	もとみや整骨院	本宮三	丁目24-1	677-8427

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 休 診 日 ←矢巾 11明治橋 茶畑→ 9:00~12:00 〇 〇 〇 〇 〇 🏂 🏥 🏄 📗 金曜午後、 南大橋 ●岩手自動車学校 ●ジョイス東安庭店 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 www.chida-clinic.com 当院 ■駐車場有

診療時間外に具合が悪くなったら

休日救急当番医・薬局

■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	
	神明町 3 - 29	19時~23時※	※年中無休	内科・小児科	
市夜間急患診療所	(市保健所 2 階) ☎ 654-1080	マスク着用・手指消毒などの感染対策にご協力ださい。 発熱または喉の症状がある人は、受付お伝えください。			
市立病院	本宮五丁目15-1	平日	17時15分~	内科・外科★	
印业纳阮	☎ 635-0101	土・日曜、祝日	8時半~	^]^} • >\^} ▼	
休日救急	休日救急当番医・	9 時~17時		内科・外科	
当番医	薬局のとおり	※歯科は15		小児科・歯科	
	米周のとのフ	※薬局は17	時半まで	薬局	
★内科または	t外科医師のみの場 [、]	合がありますので	で、来院前にす	i 立病院へお問	

い合わせください

内 内科 外 外科・整形外科

			記科 歯歯科 薬薬局	
B	区分		所在地	電話番号
	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
	<u> </u>	臼井循環器呼吸器内科	松園二丁目 2-10	662-9845
	外	盛岡ふじさわ整形外科クリニック		613-5274
11/19	1	臼井循環器呼吸器内科・小児科		662-9845
(日)	歯	橋浦歯科診療所	西松園一丁目3-8	662-815
		木の実薬局	津志田中央三丁目7-8	656-0700
	薬	のぞみ薬局	松園二丁目3-3	662-7733
		大和薬局	本宮三丁目9-9	656-9650
	内	まさと脳神経内科クリニック	向中野五丁目18-30	601-5800
		石井内科消化器科医院	東緑が丘23-26	662-1615
	外	ヒロバランスクリニック	松園二丁目37-10	664-6037
11/23	小	中村こどもクリニック	上厨川字杉原50-47	648-771
(木)	歯	はし歯科こども歯科	みたけ二丁目21-38	648-0035
(19		アイランド薬局盛南店	向中野五丁目18-30	656-6123
	薬	しんせい薬局	東緑が丘23-8	663-2366
	采	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
		菜園循環器内科医院	菜園一丁目4-7	626-321
	内	松園第二病院	西松園三丁目22-3	662-0100
		八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	栃内病院	西仙北一丁目15-7	681-3575
11/26 (日)	1	杜のこどもクリニック	向中野三丁目10-6	631-1160
(ロ)	歯	瀬川歯科医院	志家町 9-12	622-3508
		菜園薬局	菜園一丁目 5-25	625-752
	薬	共創未来松園薬局	西松園三丁目20-12	664-0397
		リーフ薬局	向中野三丁目10-10	656-5877
	6	もりおか胃腸科内科クリニック		606-661
	内	盛岡つなぎ温泉病院	繫字尾入野64-9	689-2101
	外	細井外科医院	大沢川原一丁目1-2	624-2715
	1	さいとう小児科クリニック	月が丘二丁目 2-60	643-717
12/3	歯	はだ歯科医院	みたけ四丁目36-36	681-1118
(日)		まごころ薬局	中ノ橋通二丁目 2-13	606-123
		そうごう薬局盛岡つなぎ店	繋字尾入野64-9	691-725
	薬	つくし薬局下の橋店	大沢川原一丁目 1-3	624-8730
		よつば薬局	月が丘二丁目 2-59	643-2888

■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

栃内病院(西仙北一)

▶受診の際は、医療費とは □ 別に定額負担料金が必要に 市立病院(本宮五)

なる場合があります。 ▶各病院で、その日の当直 遠山病院(下ノ橋町) 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

681-3575 651-2111 盛岡つなぎ温泉病院(繋字尾入野) 689-2101 盛岡友愛病院(永井12) 638-2222 635-1305 川久保病院(津志田26) 国立病院機構盛岡医療センター(青山一) 647-2195 ムページをご覧ください。 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 613-7111 653-1151 637-3111

電話番号

635-0101



4 広報もりおか 5.11.15 広報もりおか 5.11.15 5 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。

5回②③12月5日以~3月5日

以、全10回※いずれも第2火曜

■ 電話:①11月25日(土)10時から

は休館のため、前日に振り替え

②③11月26日(日)10時から

D 1006908

盛岡劇場

靊020-0873 松尾町3-1 **25**622-2258

■もりげき八時の芝居小屋 「ミヤザワ動物園」

市内で活動する劇団「風紀委員 会」プロデュースによるリーディン グ(朗読)公演。

- 11月23日休·24日金、20時~ 21時 🔒 各80人
- ¥ 前売り1000円、当日1200円
- ❷ 窓□・電話・応募フ 34歳 ォーム:受け付け中



市民文化ホール

靈020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1 **☎**621-5100

■パイプオルガン

プロムナードコンサート 同ホールのオルガニスト渋澤久美さん とゲスト奏者が出演します。入場料は 盛岡市子ども未来基金に寄付します。

- 12月23日(土)17時~18時
- ¥ 全席指定。1000円
- 11月24日 金から同ホールの 他、盛岡劇場、キャラホール(永井 24)、姫神ホール(渋民字鶴塚)で 整理券を配布※1人4枚まで
- **D** 1032277

®020-0866 本宮五丁目3-1 **23**634-0450

総合プール

■水球教室

試合形式の練習などをします。

- 11月23日休~30日休、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※金曜はスイム練習
- ₩ 小学生~高校生
- ¥ 月4回コース3300円
- 窓口・電話: 随時受け付け

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 **23**601-5001

■初心者スケート教室

□ 11月27日月·28日以、全2回、 16時半~18時

₩ 15人※小学生~60歳 ¥ 2600円

■ 電話:11月19日(日)10時から **D** 1041335

盛岡体育館

〒020-0066 上田三丁目17-60 **25**652-8855

■すわってエクササイズ教室

椅子に座ったままできるストレッ チやエアロビクス。

- ₾ 12月8日 (金) 14時10分~15時10分
- **P** 20人
- ¥ 600円
- 電話:11月18日出10時から
- **D** 1046152

■お子様連れOK!

チアダンスエクササイズ教室 チアダンスの動きを取り入れた有酸 素運動でスッキリと汗を流します。

- 12月14日休10時半~11時半
- ₩ 10人※18歳以上の女性 ¥ 600円
- 電話:11月21日以10時から
- **D** 1046153

もりおか啄木・賢治青春館

〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-25 **25**604-8900

■加藤祐子展 楽論V

紫波町在住の加藤祐子さんが描く 油彩画の展示。

- ★年1月21日(日)まで
- **1**032370
- ▶ギャラリートーク
- 12月16日出14時~15時
- 8 20人

市観光文化交流センター 〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10

23621-8800

■おでって芸能館「大宮神楽」

大宮神楽伝承保存会(田野畑村) による、「山伏神楽」に由来する古 い形態を保つ貴重な神楽の公演。

- ₾ 12月9日出14時~15時40分
- ¥ 前売り1500円、当日2000円
- プラザおでってともりおか啄 木・賢治青春館で発売しているほ か、応募フォームで予約 **回 37 回** 受け付け中 **ロリンス**

サンライフ盛岡

⊚020-0861 仙北二丁目4-12 **☎**635-9600

- 表1のとおり講座を開催します。
- 電話

ゆぴあす

☞020-0102 上田字小鳥沢148-103 **2**662-1414

■①フロア教室②水泳教室③選べ るレッスン

□ 日 ▼ 表2のとおり。①月3~

表 1 サンライフ盛岡の講座内容など

	講座名	日時	淀
7/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	ペーパーアートで いくるお正月飾り ほしのリンパコン ディショニング	10時~11時45分	
見じ	して、さわって、吹 へてみよう♪ はじめてのオカリナ	12/12火) 14時~15時半	10
	∮しゴムはんこで ■る年賀状2024	12/16(±) 13時~15時半	

都南つどいの森 ⊚020-0842 湯沢1-88 **2**3638-2270

BOX」 クリスマスオーナメントの入った収

■木工教室「森のクリスマスギフト

えと		
定員		申し込み
	立体になるペーパーアートのお 正月飾りを作ります。(2800円)	11/18生) 10時から
	アロマオイルを使って呼吸や全身 のリンパを整えます。(1000円)	13時から
各 10人	オカリナの基本を学び、クリスマスにちなんだ曲を演奏します。 (500円)	11/21火 10時から

来年の干支「辰」などの消し ゴムはんこを彫って年賀状を 作ります。(2500円)

| 定員 | 対象 | 費用

表 2 ゆぴあすのフロア教室・水泳教室の時間など ①フロア教室

教室名	曜日・時間	定員	対象	費用
<u> </u>	月曜、10時半~12時	25人		
やさしいピラティス★	金曜、10時半~12時	30人		
 筋力アップかんたんエアロ ★	月曜、13時~14時半	各		
助力デックがんだんエデロ ★	木曜、10時半~12時	25人		
はじめての太極拳★	月曜、14時~15時半	20人		
身体も心もリフレッシュ★	火曜、10時半~12時	35人		
メディカルプランナーに よるキラキラ体操 ★	火曜、14時半~15時45分	25人	- 1++++10-7	
香る朝ヨガ★	水曜、10時15分~11時15分	20人	高校生を除く 18歳以上	
かんたんステップエクサ サイズ	水・金曜、14時~15時	各 20人	10成以	•
エアロビクス★	水曜、19時~20時15分	25人		
ココロとカラダととのうヨガ★	木曜、13時半~14時半	20人		
シェイプアップボクシング★	木曜、19時~20時15分	20人		
ボディメイクダンスエアロ★	金曜、19時~20時15分	25人		
癒しの夜ヨガ	金曜、19時~20時	25人		
ZUMBA(ズンバ)★	土曜、10時半~11時半	20人		
キッズダンス	金曜、15時半~16時15分	15人	本年度に5~ 8歳になる子	
▲ B 2400 III から※12 B は	切りての しけを数字 1 同志	75 ATT 1/21		

◆月2400円から※12月は、初めての人は各教室1回まで無料

②水泳教室

スイミングクリニック	火曜、10時半~11時半	25人	高校生を除く 18歳以上 -	
	水曜、13時半~14時半	25人		
	木曜、19時~20時	10人		各 9000 円
アクアエクササイズ	火曜、13時半~14時半★	各		
	木曜、10時半~11時半	30人		
初心者水泳	水曜、10時半~11時半	25人		
アクアウォーキング	金曜、10時半~11時半	30人		
幼児水泳	火~金曜、15時~16時	各	本年度に4~	
	※木曜は14時45分~15時45分	30人	6歳になる子	
小学生水泳(初級)	火〜金曜、16時半〜17時半 ※木曜は16時〜17時	各 65人	小学生	各 8000 円
③選べるレッスン			高校生を除く	9000
★がついている教室から週1回選んで受講			18歳以上	円

曜日・時間





https://www.cfc-ss.coop/

納ボックス (高さ約12撃×幅10撃 ×奥行27ギ) を作ります。

- ▶ 11月25日出~27日月、9時半 ~15時 ₿ 各5人※中学生以上
- ¥ 各1000円
- 電話:11月18日出9時から
- **D** 1046237

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

■図書室展示「クリスマスをまちな がら…」

クリスマスをテーマにした小説の ほか、飾り付けやプレゼントに役 立つ本を展示・貸し出しします。

- 11月21日以~12月24日(日)
- **D** 1037395
- ■すきまの時間

おとなのためのおはなし会

おはなしボランティア「おはなしポ ット」による詩やエッセイなどの朗 読や歌、民話の語りなど。

- 12月2日(土)14時~14時40分
- ₩ おおむね中学生以上
- **D** 1041433
- ■染めてSDGs!

その衣類、生まれ変わります

シミなどで着なくなった衣類をタイダイ 染めで染め直し、生まれ変わらせます。 □ 12月19日以10時~12時·26日

- 以10時~11時半、全2回
- ₩ 12人 ¥ 1500円 ■ ファクス・メール・応募フォーム: 12月6日似必着 🔟 1046224

■はじめてのスマホ入門

スマートフォン初心者のための基本操 作教室。※機器は講師が用意します ● 12月21日休、10時~12時と13

- 時半~15時半 ₿ 各10人 ■ 往復はがき・ファクス:12月12日(火) 必着。必要事項のほか、午前・午後
- の希望を記入し送付 🕞 1041063 ■優雅に競う正月を!競技かるた入門 小倉百人一首の内容や競技かるた のルールを学び、実際に競技を楽
- □ 12月24日(日)·来年1月7日(日)、 全2回、13時~15時半

しみます。

₩ 20人※小学生以上 ¥ 500円 ■ ファクス・メール・応募フォーム: 12月13日 (水) 必着 🔟 1046227

西部公民館

☞020-0134 南青山町6-1 **☎**643-2288

■かんたん!ワード初心者入門編

文章作成やデータ入力などの基本 操作を学びます。

- □ 12月13日以・14日休、全2回、 10時~16時
- ₩ 3900円

D 1045094

- 電話:11月21日以10時から

見前南地区公民館

ᡂ020-0833 西見前13-50 **☎**601-6735

■サークル応援プロジェクト「キッ クボクシングでエクササイズ」

年齢を問わずできる、代謝力アッ プやストレス発散に最適のキック ボクシングを楽しみます。

- □ 12月2日出13時半~15時、3 日(日)9時半~11時
- ₩ 各10人 ¥ 各50円
- 窓□・電話:11月17日 金10時 から 🗈 1046231

市立図書館

〒020-0066 上田四丁目1-1 (上田公民館内) ☎661-4343

■児童文学を読む会

モーリス・ドリュオン作『みどりの ゆび』(岩波少年文庫)

- ₾ 12月20日例10時~12時
- ਜ਼ 上田公民館 (上田四)

都南図書館

〒020-0834 永井24-90-2 **2**3637-3636

■60周年!ぐりとぐら特集

「ぐりとぐら」に関する本の展示とクイ ズ、お絵かきシートなどのプレゼント。

₾ 11月22日(水)~12月13日(水) ■紙芝居ワークショップ

- 紙芝居を体験します。
- ₾ 12月16日仕)10時~12時
- ₿ 7人※小学生以上 ❷ 窓□・電話:11月29日例9時~ 12月6日例18時まで

もりおか歴史文化館

⊚020-0023 内丸1-50 **23**681-2100

■テーマ展「干支コレクション・辰」 来年の千支「辰」に関する資料を 展示します。

- 11月22日(水)~来年1月15日(月)
- **D** 1035935
- ■れきぶん講座「御判と偽文書と南 部一南部家文書にみる南北朝一」

京都芸術大学の野村崩弘准教授

- が盛岡南部家に残された古文書か ら歴史的意義を紹介します。
- 12月24日(日)13時半~15時半
- ₹ 会場50人、オンライン50人 ■ 往復はがき・応募フォーム:12
- 月11日(月)必着 **D** 1035475

先人記念館

〒020-0866 本宮字蛇屋敷2-2 **2**659-3338

■まゆ人形を作ろう

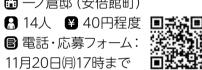
来年の干支「辰」の繭人形を作り ます。

- ①1023451②1021505 ①大人向け
- 12月9日出9時半~12時
- **A** 10人※高校生以上
- ¥ 500円
- 電話:11月25日出9時から ②子ども向け
- □ 12月16日出·17日(日)、9時半~ 11時半と13時半~15時半
- ₩ 各10組※小・中学生。1組3人ま で。小学3年生以下は保護者同伴
- ¥ 各400円 ❷ 往復はがき:必要事項と参加者 の学年、保護者の名前、第4希望 までの希望日時を記入し送付。1枚 につき1組のみ。11月29日似必着

コットンフラワーでふんわりクラフト

環境企画課 ☎626-3754 綿花を使って壁飾りを作ります。

- ₾ 11月23日休10時~12時 🛅 一ノ倉邸 (安倍館町)
- 計4人 ¥ 40円程度 □ 計 □■ 電話・応募フォーム: **2 **1 ■ 電話・応募フォーム:



女子中高生向け 理系の魅力発信イベント

男女共同参画推進室 ☎626-7525 ①女子学生による大学紹介(女子 中・高生向け) ②理系の職種で活 躍する女性のロールモデル紹介や

- 参加者との懇談会 (保護者向け) ● 12月16日出10時~11時半
- ਜ਼ 岩手大理工学部 (上田四)
- ₽ 各20人
- 応募フォーム:11月20日例10 時から 📵 1041861

もりおかの冬の夜空を観察しよう

環境企画課 ☎626-3754 星空の環境について学び、夜空を

- 観察します。 ● 12月16日出17時~18時半
- 高松地区保健センター(上田字

30人 ¥ 28円程度 □示■電話・応募フォーム:

毛無森)

12月8日金17時まで

もりおかやっぱりいいよね 「MOYANE」展

MOYANE協議会事務局 ☎624-8100

もりおかおみやげプロジェクト 「MOYANE」の誕生ストーリーや コンセプトのほか、盛岡の歴史文 化を展示。カワトクでは販売もし ます。

- ①12月19日火まで、10時~18 時※平日のみ②12月21日(水)~23日 出、10時~19時※23日は17時まで
- 1 DAZLM CONNECTED CAFE manorda いわて店 (中 央通一) ②カワトク (菜園一)

盛岡こども芸術祭2023 いわてアートサポートセンター 風のスタジオ ☎604-9020

子どもたちが芸術体験教室で学ん だ「ピアノ」「歌唱」「彫塑」を発表 します。詳しくは、同セン 🔳 🏗 🔲 ターのホームページをご 覧ください。

子供たちの和の文化祭2023

いわてアートサポートセンター 風のスタジオ ☎604-9020

子どもたちが伝統文化子ども教室 で学んだ「茶道」「日本画」「和太 は、同センターのホーム ページをご覧ください。

みんなで楽しむコーヒー教室

もりおか障害者自立支援プラザ ☎632-1331 ファクス632-1332

■ ふれあいランド岩手(三本柳8)

- コーヒーの入れ方などを学びます。 ⑤ 12月2日出10時~12時
- ₩ 20人※障がいのある人とその 関係者

■ 電話・ファクス:受け付け中

はじめてのボッチャ教室 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280 人気の「ボッチャ」のルールを学

- び、ゲームを楽しみます。 □ 12月11日·25日·来年1月22 日 · 29日 · 2月26日 · 3月11日 · 25
- 日、月曜、全7回、10時~11時半 ■ 松園地区公民館(東松園二)
- ⋒ 12人※18歳以上の初心者
- 電話:11月20日 側から※平日 10時~16時

広告に関するお問い合わせはナチュラルコム(株) 2019-652-9190へどうぞ





TEL/019-601-6256 FAX/019-601-5337 年中無休 広報もりおか 5.11.15 7

場所も便利! 自宅でも便利!

駅に寄るついでの利用や、

▶駅ビル内だから便利! ▶在宅医療対応だから便利! ▶LINE登録で使い方も便利! 薬剤師がお薬をご自宅にお届けします! 待っている間にショッピングも♪ 盛岡市内中心部·矢巾が訪問可能です

処方せん受付が可能!

LINE 友だち登録で、来店せずに

もりおかインフォ

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

集 慕



盛岡地域ビジネスプランコンテ ストの発表者と観覧者

立地創業支援室 ☎626-7551

独創的で収益性の高いビジネスプ ランを発表する同コンテストの発 表者と観覧者を募集します。申込 方法など詳しくは、市ホームペー ジをご覧ください。

- ★年2月17日出13時半~17時
- → 市産学官連携研究センター(上 田四)
- ☆ 発表者:盛岡市·滝沢市·紫波 町・矢巾町に在住または通勤・通 学する人で、新たに創業しようとす る人か創業後5年以内の人
- **1**040664

江戸糸あやつり人形芝居・ 盛岡こども劇団の劇団員

いわてアートサポートセンター 風のスタジオ 25604-9020

来年7月(予定)の旗揚げ公演に向 けて活動する同劇団の劇団員を募 集します。江戸糸あやつり人形「結 城座」の両川船遊さんをはじめ、 座員の皆さんが特別指導。保護者 もサポート劇団員として舞台美術 や衣装作りを体験できます。詳し くは、お問い合わせください。

- ₿ 劇団員10人程度※小学3年~ 高校生、サポート劇団員10人程度
- 電話・メール: 12月18日(月)まで

お知らせ

市立図書館の電話番号が 変わります

市立図書館 ☎661-4343

上田公民館にある臨時窓口を市立 図書館(高松一)へ移転すること に伴い、現在の電話番号☎604-1515は、11月27日 例以降は使用 できなくなりますので、ご注意くだ さい。

3 変更後: ☎661-4343、ファク ス661-2682

1039992

リサイクルセンター臨時休場

資源循環推進課 ☎626-3733

11月25日出は粗大ごみ処理施設 の設備修繕のため、盛岡地域の不 燃・粗大ごみと資源の持ち込みは できません。

1042258



お城を中心としたまちづくり 計画改定版 (案) の説明会

公園みどり課 ☎601-2813

お城を中心としたまちの魅力を高 め、地域の活性化を促すことを目 的に、平成21年に策定した同計画 の改訂版(案)へのご意見をいた だくため、説明会を開催します。

- 11月28日以18時半~19時半
- □ プラザおでって (中ノ橋通一)
- ₽ 15人程度
- **D** 1046288

水道管の解凍の仕方講習会

給排水課 ☎623-1423

水道管の凍結防止と安全な解凍方 法についての講演と、お湯や蒸気 解凍機、電気解凍機を使用した解 凍方法の実演をします。

- 11月29日以14時~16時



昨年度の講習会での お湯解凍の実演

水道ぼうや

地域防災リーダー養成講座

消防対策室 ☎・ファクス626-7404

自然災害の仕組みを学び、避難所 運営や地域での自主防災について 考えます。

- 12月9日出8時50分~16時20分
- ➡ 盛岡中央消防署(盛岡駅西通一)
- **A** 50人
- 電話・ファクス:11月30日休17 時まで
- **D** 1024363

太田地区保留地の現地説明

市街地整備課 ☎639-9056

太田地区の保留地について、土地 の特徴や周辺環境などを現地で分 かりやすく説明します。現地集合・ 解散で、日時は後日個別に調整し ます。

- ➡ 太田地区保留地販売場所
- 品 太田地区の保留地(宅地)の購 入を検討している人
- 電話・窓口:12月8日 金17時ま で※説明最終日は12月10日(日)
- **D** 1046291

新入学準備金を支給

学務教職員課 ☎639-9044

経済的理由により就学が困難と認 められる家庭に同準備金を支給し ます。詳しくは、市ホームページを ご覧ください。

₩ 来年度小学校入学予定の子が いる保護者

市税の納期限 のお知らせ

国民健康保険税第5期

- 納期限:11月30日休※□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
- ❷ 健康保険課☎613-8438 № 1003580

■ 就学時健康診断などで配布す る申込書に必要書類を添えて、同 健康診断を受診した小学校へ持参 市役所学務教職員課へ郵送また は持参。12月15日 金必着。持参は 同日17時まで 🔟 1021976

子育で応援在宅育児支援金

子ども青少年課 ☎613-8354

保育所などを利用せず在宅で育児 する世帯を対象に、経済的負担を 軽減するため、対象児童1人につ き月1万円を支給します。受給には 申請が必要です。詳しくは、同課 へ問い合わせるか、市ホームペー ジをご覧ください。

- ₩ 次の全てに該当する世帯①第2 子以降で生後8週間から3歳未満 の子がいる②児童が保育所などを 利用していない③父母ともに育児 休業給付金を受給していない
- 市保健所4階の同課に備え付け、 または市ホームページからダウン ロードした申請書に必要事項を記 入し、必要書類を添えて、●020-0884神明町3-29市保健所子ど も青少年課へ郵送または持参。3 月15日 金まで
- **D** 1043391

盛岡観光カレンダー2024

盛岡観光コンベンション協会 **2**3621-8800

盛岡の祭りや自然、歴史、文化な どさまざまな魅力が詰まったカレ ンダーを販売しています。壁掛けタ イプの見開きA3縦で、ポストカー ド4枚付きです。

- ¥ 1210円
- プラザおでってともりおか啄 木・賢治青春館(いずれも中ノ橋通 一)で販売中



盛岡観光カレンダー2024年版表紙

相続に関する講演会・相談会

盛岡地方法務局 ☎624-9852

来年4月からの相続登記の申請義 務化に向けて、相続・自筆証書遺言 書保管制度に関する講演会を開催 します。また、土地・建物の相続・遺 言に関する疑問に司法書士と土地 家屋調査士が答えます。詳

しくは、法務局ホームペ ジをご覧ください。



- ₾ 11月28日以13時半~16時
- ਜ਼ 盛岡地方法務局(盛岡駅西通一)
- ▶相談会
- 8 30人
- 電話:当日まで受け付け

いわて復興未来塾

いわて未来づくり機構 ☎629-6945 ☑ AJ0001@pref.iwate.jp

「震災12年・盛岡から考える復興と 次世代への伝承」をテーマに、復興支 援や教訓伝承の取り組みを盛岡市の 中村一郎副市長や県立図書館の森 本普也館長が講演するほか、NPO 法人おはなしころりんの江刺曲紀子 理事長が事例報告をします。

- ₾ 12月17日(日)13時半~15時半
- 聞 エスポワールいわて(中央通一)
- **船** 60人
- 応募フォーム・メー ル:12月4日 (月)まで



一関・盛岡間駅伝競争大会

岩手日報社事業部内、一関・盛岡間 駅伝競走大会事務局 ☎653-4121

11月23日休に一関から盛岡までた すきをつなぐ同大会を開催します。 8時に一ノ関駅前をスタートし、盛 岡市内のコースを通過する時間帯 に交通規制を実施します。コース や選手通過時間など詳し くは、岩手日報社ホーム ページをご覧ください。



寄付をいただきました

■樋下建設株式会社 樋下光代表取締役

ソーラー充電式LED (発光ダイオー ド)オートライト1万7600円相当。コ ミュニティ施設管理運営のために。

各種相談				
内容	日時	場所	問い合わせ	
休日納付相談	11/26(日)	納税課	納税課	
	9時~16時	(市役所本庁舎2階)	☎ 613-8463	
市民無料法律	12/4(月)・18(月)	広聴広報課 (市役所本庁舎6階)	広聴広報課の予約	
相談★	10時~15時		専用ダイヤル	
			☎ 626-7557	
無料法律	12/6 · 13 · 20		岩手弁護士会	
相談★	水曜、10時~15時		☎ 623-5005	
高齢者・障が	11/28(火)	県福祉総合相談センター	東海林法律事務所	
い者なんでも		(本町通三)	☎ 623-9511	
110番	13時~17時	※電話相談もできます	電話相談☎625-0110	

★要事前申し込み。相談希望日の前週の9時から受け付け