

## イベントピックアップ

# 全国藩校サミット 11/23 (土) 盛岡で開催!

「全国藩校サミット」が、いよいよ11月23日に盛岡で開催。盛岡藩の南部利文氏をはじめ、全国各地から44人の当主が一堂に会し、ステージイベントなどを通じて過去・現在・未来の「人づくり」について考えます。

【問】企画調整課 ☎626-7534 【広報ID】1047983



### 盛岡大会の概要

入場無料、  
入退場も自由です!

21回目となる今年は、原敬や田中館愛橘、佐藤昌介といった多くの先人を輩出した盛岡藩校「作人館」を中心に、「藩校に学ぶ人づくりの精神」をテーマに開催します。当日は、全国から当主や藩校関係者約280人が集結。地域の歴史や文化を深く学ぶことができる機会ですので、是非ご参加ください。

【日時】11月23日(土)13時半開演(開場12時45分)

【場所】市民文化ホール大ホール(盛岡駅西通二)

【内容】トークセッション「将軍×殿様座談会」と  
その他表のとおり



詳しくはこちら▲

### 「全国藩校サミット」とは

全国藩校サミットは、将軍家や全国の旧大名家(旧藩)の当主が一堂に会し、藩校の教育・精神を再認識して現代に生かすことを目的として、全国持ち回りで毎年開催されています。

※江戸時代の各藩が藩士の子弟のために設立した学校



盛岡大会会長 南部家  
第46代当主南部利文氏

当主の皆さんが  
盛岡に勢ぞろい!

前回大会(東京都文京区)  
の様子▶



### トークセッション「将軍×殿様座談会」

旧藩の当主(徳川宗家、水戸藩徳川家、南部家)の皆さんによるトークセッション。事前に子どもたちや市民から募集した質問にも答えます。普段は知ることのできない意外な一面を知ることができるかも?!

表 盛岡大会の内容など

プログラム	内容
オープニングアクト	南部藩古武道保存会による特別演武
仁王小学校児童による発表	藩校「作人館」を前身とし、県内で最も古い歴史をもつ盛岡市立仁王小学校の児童による寸劇や合唱の発表、市の先人教育の紹介
記念講演「東大よりスゴかった?! 藩校から学ぶこれからの人づくり」	テレビ・ラジオに多数出演し、わかりやすい日本の歴史解説で人気を博す、歴史コメンテーターの金谷俊一郎(かなやしゅんいちろう)氏による記念講演。
出席旧藩当主紹介	全国からお越しになった当主の皆さんを紹介

※司会進行はIBC岩手放送の今井日奈子アナウンサー

※10時半から同会場で開催する「藩校会議」(藩校活動報告会)も、聴講できます

どんなお話が聞けるかお楽しみに!



金谷俊一郎氏



徳川宗家第19代  
当主徳川家広氏



水戸藩徳川家第15代  
当主徳川斉正氏

### #picmorioka No.6 皆さんの好きな盛岡を紹介!

Instagramで投稿された盛岡の魅力あふれる写真を紹介します。

@kendamaking さんの投稿写真



撮影場所: 岩山展望台

昼と夜が混ざりあう絶妙なコントラスト。時間によって、さまざまな表情を見せてくれますね。

投稿してくれた皆さんありがとうございます!

すてきな投稿をお待ちしています!

#### 【応募方法】

- ①盛岡市公式Instagramアカウントをフォロー
- ②ハッシュタグ「#私の好きな盛岡」か「#picmorioka」を付けて写真・動画を投稿

ID 1046864

Instagramでも投稿写真・動画を紹介します!



盛岡市公式Instagram  
@morioka\_city\_official

### <マークの見方>

- 🕒 日時 📍 場所 👤 定員、対象 💰 費用※特に記載がない場合は無料
- 📄 申し込み※下記を参照 🗨️ 問い合わせ 📧 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

### 目次

- 1 全国藩校サミット、#picmorioka
- 2-3 子育て情報ひろば、小児救急
- 4-5 イベント情報
- 6-7 もりおかインフォ、休日救急当番医
- 8 健康ひろば

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。  
※(株)デンソーウェーブの登録商標

# 子育て情報ひろば

## 親子向け 子育てを応援

### 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。  
 ① 12月15日(日)10時～12時と13時半～15時半  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 各18組※来年4月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー  
 ④ 応募フォーム:12月6日(金)正午から ① 1002116

### 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のアドバイス。  
 ① 12月18日(木)10時～11時半  
 ② 盛岡バスセンターあそびの広場(中ノ橋通一)  
 ③ 3人※初妊婦  
 ④ 電話:開催日の前日まで  
 ① 1002663

### こんにちはママさん講座「とことこコース」

とりょう支援センター ☎651-8580  
 育児についてのアドバイス、臨床心理士や保健師による講話、母親同士の交流など。  
 ① 来年1月16日・23日・30日、(木)、全3回、10時～11時半

① 都南公民館(永井24)  
 ② 20組※令和5年1月～12月生まれの子と保護者  
 ③ ¥200円  
 ④ 20人※1月16日を除く  
 ⑤ 電話:12月9日(月)10時から  
 ① 1002663

### 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。  
 ① 来年1月21日(木)10時～11時45分  
 ② 市保健所(神明町)  
 ③ 20組※令和6年9月生まれの子と初めて子育てしている保護者  
 ④ 応募フォーム:12月10日(火)14時から  
 ① 1002133

### 親子向け 一緒に楽しもう

#### 親子でふれあい遊び

とりょう支援センター ☎651-8580  
 ① 1002663  
 ▶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を楽しみます。  
 ① 11月19日(火)10時～11時半  
 ② 高松地区保健センター(上田字毛無森2)  
 ③ 0～3歳の子と保護者  
 ▶びよびよルーム  
 親子で遊ぶほか、離乳食など育児

ての悩みを相談できます。  
 ① ② 11月29日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、12月3日(火)は高松地区保健センター、10時～11時半  
 ③ 0歳の子と保護者



▲びよびよルームの様子

▶ウッドトイ遊びの広場  
 木でできたおもちゃのぬくもりを感じながら遊びます。  
 ① 12月6日(金)10時～11時半  
 ② 高松地区保健センター  
 ③ 2歳以下の子と保護者

#### 市立保育園(8園)の一斉開放

とりょう支援センター ☎651-8580  
 園児と遊んだり、保育園の遊具や園庭で遊んだりします。  
 ① 11月26日(火)・12月10日(火)、10時～11時  
 ② 就学前の子と保護者、妊婦  
 ① 1002663

#### 親子で楽しいおもちゃづくり

西部公民館 ☎643-2288  
 身近な材料でおもちゃを作って遊びます。持ち物など詳しくは、同公

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。

民館へお問い合わせください。  
 ① 12月4日(木)10時～11時半  
 ② 同公民館(南青山町)  
 ③ 10組※1歳～3歳の子と保護者  
 ④ 電話:11月19日(火)10時から  
 ① 1047685

#### 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。  
 ① ② 12月4日(木)・11日(木)②12月16日(月)・23日(月)、13時半～14時半  
 ③ 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)  
 ④ 各10組※首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者  
 ⑤ 各2000円  
 ⑥ 応募フォーム:①11月27日(火)②12月10日(火)まで

#### 親子ペイント教室

～クリスマスの作品を作ろう～  
 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280  
 カラフルなシールでクリスマスツリーをデザインします。  
 ① 12月25日(火)13時半～14時半  
 ② 松園地区公民館(東松園二)  
 ③ 8組※首の据わった生後3カ月～3歳までの子と保護者  
 ④ ¥1500円  
 ⑤ 応募フォーム:12月18日(火)まで

## 子ども向け わくわく体験

### 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GIRLSによるサイエンスショー(つかめる水の実験など)やせっけん作り、空気砲の実験。  
 ① 12月22日(日)10時～11時半  
 ② 同公民館(西見前13)  
 ③ 12人※親子での参加も可能  
 ④ ¥300円  
 ⑤ 電話:11月23日(出)10時から  
 ① 1046232

### ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280  
 ボールを使ったさまざまなゲームで、遊びながら体の動かし方を学びます。  
 ① ② 12月2日～23日、月曜、全4回②12月25日(火)、15時～16時  
 ③ 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)  
 ④ 各8人※本年度4～6歳になる子  
 ⑤ ¥①3200円②1200円  
 ⑥ 応募フォーム:①11月26日(火)②12月4日(火)まで

### いわてまるごと科学館

岩手県ふるさと振興部 科学・情報政策室 ☎629-5252  
 最新の科学やデジタル技術に触れて学んで楽しめる展示・体験イベント。  
 ① 11月30日(出)10時半～16時  
 ② アイーナ(盛岡駅西通一)  
 ③ 小学生以上の子と保護者  
 ① 1029099

## 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)

① 1040089  
 ■えほんのへや(♥)  
 ① 11月21日(休)・12月5日(休)、15時半～16時  
 ■おはなしのじかん  
 うれし野こども図書室の皆さんによる語りや絵本の読み聞かせ。  
 ① ② 11月23日(出)・12月14日(出)、11時～11時20分は4歳～小学1年生、11時半～12時は小学2年生以上  
 ■かみしばいのへや(♥)  
 ① 11月28日(休)・12月12日(休)、15時半～16時  
 ■おはなしのじかん  
 歌や読み聞かせなど。  
 ① ② 12月7日(出)、10時～10時25分は幼児向け、10時半から10時55分は小学生向け、11時～11時50分は大人向け  
 ■おはなしころろ  
 わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。  
 ① ② 12月13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カ月以下の子と保護者

### 西部公民館(南青山町)

① 643-2288  
 ■ちびつ子広場映画会  
 「アリとキリギリス」など4本の映画を上映します。  
 ① 12月7日(出)10時半～11時40分  
 ② 30人※小学生以下の子と保護者  
 ① 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。  
 ① ② 12月18日(火)、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、先着26人  
 ① 1030304

### 中央公民館(愛宕町)

① 654-5366  
 ■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。  
 ① 12月1日(日)・15日(日)、11時～11時半 ① 1040414  
 ■冬休みスペシャル  
 本や図書室についてのクイズに正解するとプレゼントをもらえます。  
 ① 12月10日(火)～来年1月13日(月)  
 ② 小学生以下の子と保護者  
 ① 1037523  
 ■わくわく♪おはなし会

絵本の読み聞かせと手遊びなど。  
 ① 12月11日(火)11時～11時25分  
 ② 0～2歳の子と保護者  
 ■おとぎのへや(♥)  
 絵本の読み聞かせと紙芝居など。  
 ① 毎週土曜日11時～11時半

### 浪民図書館(浪民字鶴塚)

① 683-2167  
 ■えほんのへや(♥)  
 ボランティア「とんがりやま」による読み聞かせ。  
 ① 12月11日(火)15時～15時半  
 ① 1000842



▲えほんのへやの様子

絵本の読み聞かせやさまざまな語り。  
 ① 12月14日(出)11時～11時半  
 ① 1030404

### 都南図書館(永井24)

① 637-3636  
 ① 1000831  
 ■とことこおはなし会  
 わらべ歌と絵本の読み聞かせ。  
 ① 12月6日(金)10時半～10時55分  
 ② 4カ月～1歳3カ月の子と保護者  
 ■おはなしのじかん

## 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 ✉ kokabou@goto.co.jp

■ワークショップ  
 「おきあがりこぼし」  
 何度でも立ち上がる不思議な動きをするおもちゃを作ります。  
 ① 12月の土・日曜と祝日、14時半～16時※29日(日)を除く  
 ② 各25人  
 ③ 各200円※別途展示室入場料が必要  
 ④ 随時受け付け



おきあがりこぼし▶

■「星を見る会」  
 星座探しと天体望遠鏡を使った天体観望。※悪天候時は中止  
 ① 12月7日(出)17時半～18時半  
 ② 30人※中学生以下は保護者同伴  
 ③ 電話・窓口:11月19日(火)9時から



▲星を見る会の様子

■サイエンスショー  
 「まわるのヒミツ」  
 まわっているモノの不思議なヒミツを知って遊びます。  
 ① 12月8日(日)・14日(出)・15日(日)・21日(出)・22日(日)・28日(出)、11時～11時15分  
 ② 展示室入場料が必要



サイエンスショーの様子

■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。  
 ① 12月21日(出)～来年1月13日(月)



▲昨年の作品展の様子

## 診療時間外に子どもの具合が悪くなら...

■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。  
 ☎ ☎605-9000または #8000  
 ① 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「夜間急患診療所」を受診してください。(7ページ参照)

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。  
 ※受診の際は、医療費とは別に定額負担料が必要になる場合があります

① 17時～翌朝9時※土曜は13時～

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

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

※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

障がい者グループホーム 入居者募集!

令和6年9月新築 OPEN!

24時間対応 \*Wi-Fi完備 \*新築物件 \*知的・精神・身体(視覚・聴覚)対応 \*男性5名(車いす可/1階)女性5名(2階) \*女性地元オーナー \*通院介助

少人数入居で、目が行き届きやすく(アットホーム♪)  
 障がい(知的・精神・身体(聴覚・視覚))1階車いす可  
 介護サービス包括型 GH を探している方へ!

お気軽にお問い合わせください!  
 合同会社いろは 代表社員 工藤美穂

【合同会社いろは】 盛岡市山岸6丁目44番14号  
 Tel.080(3323)0474 FAX 019(601)8285  
 Mail iroha.yamagishi@outlook.jp (担当:工藤)

いきいきと元氣・こころから感謝・ハッピーな気持ちで過ごして行こう!  
 (イ元氣・O感謝・ハ幸福)いろはです。

相続税・贈与税についての悩み・疑問をお聞かせください

相続発生前にできること、相続発生後にやるべきことをご提案しあなたの相続を解決へと導きます。  
 「相続贈与相談センター」では、盛岡で45年以上相続・贈与を取り扱ってきた税理士が、弁護士・司法書士・行政書士等各種専門家を連携してサポートします。

無料相談会実施中!

ご予約はこちら▶

相続・贈与相談センター

運営会社: 士業の総グループ 佐藤税理士法人 〒020-0866 盛岡市本宮二丁目3-30

TEL019-656-4600

# 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。

**市民文化ホール**  
☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1  
☎621-5100

■パイプオルガン  
ブロムナードコンサート  
同ホールのオルガニスト・渋谷久美さんと、ゲストの板垣あや子さんによる演奏。入場料は、市子ども未来基金へ全額寄付します。

🕒 12月21日(出)17時～18時  
👤 350人 料 1000円※全席指定  
📍 11月22日(金)から同ホールの他、盛岡劇場(松尾町)、キャラホール(永井24)、姫神ホール(浪民宇鶴塚)で整理券を配布。1人4枚まで  
📞 1032277

■パイプオルガン演奏体験講座  
好きな曲を演奏したり、オルガニストのレッスンを体験したりできます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

🕒 来年1月10日(金)13時半～19時20分と11日(出)10時10分～16時35分  
📍 同ホールなどに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、11月26日(火)から12月8日(日)までに提出  
📞 1031270

**姫神ホール**  
☎028-4132 浪民宇鶴塚55  
☎683-3526

■姫神ホール ピアノ開放(冬)  
同ホールのグランドピアノ2台を舞台上で演奏できます。

🕒 来年1月5日(日)・7日(火)・8日(水)、10時～20時  
👤 鍵盤楽器の演奏経験者※18歳未満は保護者同伴  
料 1時間1000円※複数で利用の場合、2人目以降は1時間500円。連続利用は2時間まで  
📞 電話: 11月29日(金)10時から  
📞 1037986

**総合プール**  
☎020-0866 本宮五丁目3-1  
☎634-0450

■水球教室  
🕒 11月21日(木)～30日(出)、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※1回追加は880円  
📍 窓口・電話: 随時受け付け

**みちのくココ・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  
🕒 11月25日(月)・26日(火)、全2回、16時半～18時  
👤 15人※小学生～60歳  
料 2600円  
📍 窓口・電話: 11月20日(火)10時から  
📞 1041335

**盛岡体育館**  
☎020-0066 上田三丁目17-60  
☎652-8855

■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17日(火)10時半～11時半  
👤 10人※18歳以上の女性  
料 600円  
📞 電話: 11月19日(火)10時から  
📞 1049570

**もりおか町家物語館**  
☎020-0827 鉦屋町10-8  
☎654-2911

■MACHIYART2024  
エニナルモリオカ  
「盛岡」を表現した絵画や版画、写真などを展示します。  
🕒 11月30日(出)～12月22日(日)、9時～19時  
📞 1049589

**市観光文化交流センター**  
☎020-0878 中ノ橋通一丁目1-10  
☎621-8800

■民謡みんなで紅白!  
～歌と笑いで1年締めて民謡～  
年の瀬に「紅白」気分でご歌や演奏、トークで盛り上がる楽しい民謡ステージショー。  
🕒 12月21日(出)14時～15時半  
👤 各150人  
料 前売り1500円、当日2000円  
📍 プラザおでって情報プラザの窓

📍 口でチケット購入。または、予約フォームで予約受け付け中



**都南つどいの森**  
☎020-0842 湯沢1-1-41  
☎637-0877

料 1000円  
📞 電話: 11月18日(月)9時から  
■木工教室「森のクリスマスツリー」  
ツリーに見立てた小箱とそれに飾るオーナメントを作ります。  
🕒 11月23日(出)～25日(月)、9時半～15時  
👤 各5人※中学生以上  
■森を愉しむワークショップ  
多くの自然素材を使った、ナチュラルな風合いのリースやブーケなどを作ります。  
🕒 11月23日(出)10時～12時  
👤 15人※小学生以上。小・中学生は保護者同伴  
■森のトリセツ  
厚い常緑樹の葉っぱの金継ぎや刺しゅうアート作品を作ります。  
🕒 11月30日(出)10時～12時  
👤 15人※小学生以上。小・中学生は保護者同伴

**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

**中央公民館**  
☎020-0013 愛宕町14-1  
☎654-5366 ファクス653-3505  
✉ chuoh.ph@city.morioka.iwate.jp

■「若手・モノクロ写真の時代」展  
昭和～平成初期にアナログ技法で撮影されたモノクロ写真を、県写真連盟歴代会長の作品を中心に展示。

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
はじめての琴琴	12/2(月) 13時半～15時、15時～16時半	各5人	たて琴の弾き方を学び、演奏を体験します(800円)	11/18(月)10時から
消しゴムはんこで作る年賀状2025	12/7(出) 13時～15時半	8人	来年のえと「巳」などの消しゴムはんこを彫って年賀状を作ります(2500円)	11/21(木)10時から
ウォーキングエアロ&ボウレストレッチ	12/11(水) 13時～14時半、14時45分～16時15分	各8人	音楽に合わせて歩くエアロビクスとストレッチボール®を使った体操(800円)	11/19(火)10時から
マープルアート de お正月～お正月飾りをつくろう～	12/14(土) 13時～16時	10人	マープルアートの技法でお正月飾りを作ります(2300円)	11/22(金)10時から

🕒 12月3日(火)～15日(日)、9時～17時  
📞 1040759

▶展示解説会  
🕒 12月14日(出)15時～16時  
■すきまの時間  
～大人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」による朗読やさまざまな語りなど。  
🕒 12月7日(出)14時～14時40分  
👤 中学生以上  
📞 1041433

■ミドルエイジのためのライフデザイン講座

将来のお金への不安を減らす知識を身に付け、安定した生活を送るための対策などを学びます。  
🕒 12月8日(日)・15日(日)、全2回、10時～12時  
👤 25人※おむね30～60歳の人  
料 500円  
📍 ファクス・応募フォーム: 11月29日(金)必着※定員を超えた場合は抽選  
📞 1031919

■おいしい食体験  
「からだが喜ぶ料理教室」  
身近な旬の食材で、体が喜ぶ家庭料理を作ります。  
🕒 12月21日(出)・来年2月15日(出)、全2回、10時～13時  
👤 10人 料 4500円  
📍 往復はがき・メール・ファクス・応募フォーム: 12月3日(火)必着※定員を超えた場合は抽選  
📞 1047017

**上田公民館**  
☎020-0066 上田四丁目1-1  
☎654-2333

■～新聞に見る～  
ノーベル賞に輝いた日本人  
ノーベル平和賞を受賞した日本原水爆被害者団体協議会を中心に、歴代の日本人受賞者の功績を紹介。※閲覧のみ  
🕒 11月30日(出)～12月21日(出)、9時～17時  
📞 1000699

**西部公民館**  
☎020-0134 南青山町6-1  
☎643-2288

■かんたん!パソコンで写真加工  
🕒 12月7日(出)10時～15時  
👤 10人 料 2820円  
📞 電話: 11月20日(水)11時から  
📞 1047801

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

■おしゃれでかわいい「飾り巻き寿司」づくり教室  
食生活に彩りを添える「飾り巻きずし」の作り方を学び、実際にお花・四海巻きの2種類を作ります。  
🕒 12月3日(火)10時～12時半  
👤 16人 料 1500円  
📞 電話: 11月18日(月)から  
📞 1049538

**乙部地区公民館**  
☎020-0403 乙部6-79-1  
☎696-2081

■ミニ門松手作り体験教室  
天然の素材を使ってミニ門松を作ります。  
🕒 12月20日(金)10時～12時  
👤 10人 料 500円  
📞 電話: 11月18日(月)10時から  
📞 1029005

**市立図書館**  
☎020-0114 高松一丁目9-45  
☎661-4343

■児童文学を読む会  
伊与原新作「宙わたる教室」(文藝春秋)  
🕒 12月18日(水)10時～12時  
📞 1040089

**もりおか歴史文化館**  
☎020-0023 内丸1-50  
☎681-2100

■企画展「蓬莱図をよむ 一描かれた理想郷」  
狩野林泉筆の「蓬莱図屏風」にスポットを当て、描かれた幻の理想郷・蓬莱の姿を読み解きます。

🕒 12月1日(日)～来年2月17日(月)  
料 展示室入場料が必要  
📞 1024733  
▶企画展ギャラリートーク  
学芸員による展示資料の解説。

🕒 12月15日(日)・来年2月11日(火)、13時半～14時  
👤 20人 料 展示室入場料が必要  
▶れきぶん講座「蓬莱図をよむ 一描かれたのは蓬莱か。それとも…」  
「蓬莱」と蓬莱図、日本に渡来した麩の徐福がたどり着いた伝説の地について解説する、学芸員による講座。  
🕒 来年1月25日(出)13時半～14時半  
👤 30人  
📍 往復はがき・応募フォーム: 来年1月10日(金)必着※定員を超えた場合は抽選  
📞 1019061

■伝統さんさ踊り子ども発表会  
盛岡さんさ踊り振興協議会 ☎621-8800  
盛岡さんさ踊り振興協議会の団体に所属している子どもたちによる、伝統さんさ踊りの披露。  
🕒 11月24日(日)11時～14時40分  
📍 キャラホール(永井24)



もりおか地元楽(学)講座  
「南部家ゆかりの女性たち」  
盛岡商工会議所 地域振興部 ☎624-5880

南部家ゆかりの女性について楽しく学び、地元「盛岡」の知識を深めます。  
🕒 11月30日(出)14時～16時  
📍 盛岡商工会議所(清水町)  
👤 50人※中学生以上  
料 1000円※お土産付き  
📞 電話: 11月25日(月)17時まで

もりおか啄木・賢治青春館企画  
「注文の多い料理店」出版100周年ウィーク  
いわてアートサポートセンター風のスタジオ ☎604-9020

宮沢賢治の童話集「イーハトーヴ童話 注文の多い料理店」の出版から100年を記念した演劇や朗読などの公演。  
📍 もりおか啄木・賢治青春館(中ノ橋通一) 👤 各70人

**消しゴムはんこづくりにチャレンジ!**  
岩手日報社事業部 ☎653-4121  
消しゴムにOSAMU GOODSのキャラクターを彫ってかわいいクリスマスカードや年賀状を作ります。  
🕒 12月14日(出)・来年1月11日(出)、10時～12時と13時半～15時半  
📍 市民文化ホール(盛岡駅西通二)  
👤 各20人※小学4年生以上  
料 1人2000円  
📍 応募フォーム: 受け付け中

**Waのまち もりおか リースフェスティバル**  
📍 工房夢蘭・花内、Waのまちもりおか「絆の輪」プロジェクト事務局 ☎623-6509 📞 1024423

■Waのまちなか展示  
盛岡産のスキの葉など、森の素材を使ったリースで冬のまちなみを美しく彩ります。  
🕒 11月24日(日)～12月25日(水)  
📍 大通、内丸ほか

■Waのまちもりおかリース展  
公募で集められたさまざまな素材を使った個性豊かなリース作品を展示。皆さんの投票による審査をもとに大賞を決めます。  
🕒 11月27日(水)～12月1日(日)、10時～18時※12月1日は15時まで  
📍 県公会堂(内丸)

◀昨年のまちなか展示

**もりおかイルミネーションブライト 2024-2025** 11月29日(金)～来年2月15日(出)

冬の盛岡の街なかに明かりをともし「もりおかイルミネーションブライト2024-2025」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)  
📍 もりおか歴史文化館前広場(内丸)、盛岡駅前通商店街、肴町商店街※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  
📍 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  
📞 1045136 もりおかイルミネーションブライトホームページ▶

秘密もたくさん 聴かせてほしいから **補聴器**

**Audika** 新日本補聴器株式会社

**新日本補聴器センター 盛岡店**  
岩手県盛岡市盛岡駅西通1-11-17  
定休日/日曜・月曜・祝日  
9:00～12:00、13:00～17:00

●ご予約はお電話またはネットから  
☎0120-200-177  
TEL 019-653-4883

あなたのその不調「冷え」が原因かも?

**温灸 セミナー&個別相談会**

2024.12.6(金) 完全予約制

●温灸セミナー 10:30～12:00  
会場 ももどり駅前食堂 盛岡市盛岡駅前通10-4  
定員 15名  
参加費 1,000円(税込) (ランチ代込)  
お持ち帰りランチとお得なチケット付き

●個別相談会 13:00～16:00  
会場 エキナカくすり屋さん 相談室  
定員 9名(組)  
参加費 無料 (1回20分・時間予約制)  
あなたにオススメの商品サンプルプレゼント!

お問い合わせ・ご予約 ▶ **エキナカくすり屋さん Pharma+Labo**  
岩手県盛岡市盛岡駅前通1-44 盛岡駅フェザンおでんせ館1F TEL. 019-601-6256

# 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。

## 募集

### 盛岡ふるさとガイド

盛岡観光コンベンション協会  
☎621-8800 ファクス653-4417  
✉ kankoug2@odette.or.jp

観光客を案内するボランティアガイドの募集にあたり、説明会を開催します。  
● 12月15日(日)13時～16時半  
☎ プラザおでって (中ノ橋通一)  
☎ 電話・ファクス・メール:12月5日(休)12時まで

## お知らせ

### 水道管の凍解の仕方講習会

給排水課 ☎623-1423

水道管の凍結防止などについての講演と安全な凍解方法の実演。

● 11月27日(火)14時～16時  
☎ 都南文化会館 (永井24)

### 盛岡広域都市計画に関する案の縦覧と説明会

都市計画課 ☎601-2718  
下水道整備課 ☎623-1421

盛岡広域都市計画の用途地域と下水道の変更、洩民鶴塚地区地区計画の案を縦覧し、説明会を開催します。また、案に対する意見を受け付けます。

● ①説明会:11月28日(休)18時から  
②案の縦覧:12月10日(火)～24日(火)、平日9時～17時  
③意見書の受け付け:12月10日～24日

☎ ①プラザおでって (中ノ橋通一) ②用途地域と地区計画:市役所都南分庁舎2階都市計画課。下水道:上下水道局本庁舎3階(愛宕町)下水道整備課

☎ 案に意見を述べたい人は、任意の様式に住所と氏名、意見を記入し、用途地域と地区計画は☎020-8532 (住所不要)市役所都市計画課、下水道は☎020-0013愛宕町6-8上下水道局下水道整備課に提出。郵送は12月24日必着。持参は同日17時まで  
ID 1049597

### 合同就職説明会・相談会

経済企画課 ☎613-8298

35～55歳前後の就職氷河期世代の正社員採用・登用に積極的な企

業(約15社)と出会う機会です。資格・経験は問いません。他の年代の人も参加できます。

● 12月11日(火)13時から  
☎ 市総合福祉センター (若園町)  
☎ 80人  
☎ ハローワーク盛岡☎624-8902へ電話か応募フォームで申し込み  
ID 1042728

### 地域活動担い手養成講座

市民協働推進課  
☎626-7535 ファクス622-6211  
✉ kyodo@city.morioka.iwate.jp

NPO法人まちサボ聖石の櫻田七海理事長を講師に、幅広い世代で地域活動を行うためのヒントを学び、参加者同士で意見交換をします。

● 12月15日(日)14時～16時  
☎ 中央公民館 (愛宕町)  
☎ 50人  
☎ 電話・ファクス・メール・応募フォーム:12月5日(休)17時まで※先着順  
ID 1049587

### 起業家塾@もりおか

立地創業支援室 ☎626-7551

盛岡信用金庫の田中紳也地域応援課長から、事業立ち上げの手順や成功のための具体策などを学びます。  
● 来年1月16日～2月20日の木曜と28日(金)、全7回、18時半～20時半※2月20日は21時まで  
☎ 若手大学内市産学官連携研究センター (上田四)  
☎ 20人※市内、滝沢市、紫波町、矢巾町に在住または通学・通勤する人で、起業・創業を真剣に考えている人や起業・創業後間もない人  
¥ 3000円  
☎ 応募フォーム:12月24日(火)まで  
ID 1017559

### MORIO Payプレミアム商品券2024第2期の使用期限は11月30日まで

MORIO Payコールセンター  
☎0120-20-0042

MORIO Payプレミアム商品券2024の第2期分の使用期限が迫っています。期限が過ぎた商品券は使用できず、払い戻しもできませんのでご注意ください。※リフォーム支援事業2024で第2期発行を選択した人も同様  
ID 1031899

### 新入学準備金を支給

学務教職員課 ☎639-9044

経済的理由で子どもの就学が困難と認められる場合で、来年度に小学校入学予定の子がいる家庭の保護者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。

☎ 就学時健康診断などで配布する申込書に必要書類を添付し、同健康診断を受診した小学校に持参するか、☎020-8532 (住所不要)市役所学務教職員課へ郵送または持参。12月16日(月)必着。持参は同日17時まで  
ID 1021976

### マイナ保険証の利用登録解除の受け付け

健康保険課 国民健康保険:☎613-8437  
後期高齢者医療保険:☎613-8439

マイナ保険証の利用登録解除を希望する人は、同課で受け付けています。詳しくはお問い合わせください。※盛岡市国民健康保険・後期高齢者医療保険以外の医療保険に加入している人は、被保険者証発行元の保険者へお問い合わせください

### 一関・盛岡間駅伝競走大会

岩手日報社事業部 ☎653-4121

同大会が11月23日(土)に開催されます。当日は、選手が市内を安全に走行するため、国道4号を中心に交通規制が行われます。詳しくは、同社ウェブサイト内の特設ページをご覧ください。

### 盛岡観光カレンダー

盛岡観光コンベンション協会  
☎621-8800

盛岡の風景を楽しめるカレンダーを販売しています。壁掛け・見開きA3縦で、ポストカード4枚付きです。

¥ 1部1320円  
☎ プラザおでって (中ノ橋通一) などで販売中



### 寄付をいただきました

■明治安田生命保険相互会社盛岡支社  
136万5400円。社会福祉のために。

## 市職員を募集します

職員課☎626-7505  
ID 1049613

令和7年度採用の市職員を募集します。職種などは表のとおりです。  
● 試験日:来年1月5日(日) ☎ 市内会場※受験票と一緒に通知  
☎ 応募期間:11月15日(金)～12月15日(日)  
受験案内は、市ホームページからダウンロードできるほか、市役所本庁舎の同課や各支所などに備えています。郵送を希望する場合は、同課へお問い合わせください。受験の申し込みは、市ホームページの応募フォームから申請。詳しくは、受験案内をご覧ください。

表 募集する職種など			
職種	区分	年齢要件など	人数
土木技術職	大学卒程度	次のいずれかに該当する人 ①平成2年4月2日～平成15年4月1日生まれ ②平成15年4月2日以降に生まれ、令和7年3月までに大学卒業見込みの人	各数人
	社会人経験者	昭和60年4月2日以降に生まれ、民間企業などでの職務経験があり、その年数が直近7年中に通算して5年以上ある人	
	高校卒程度	平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの人で、次のいずれにも該当しない人 ①短大卒以上の(令和7年3月までに卒業見込みの人を含む) ②市長が①と同等の資格を有すると認める人	
電気技術職	短大卒程度	平成7年4月2日～平成17年4月1日生まれの人で、大学卒または令和7年3月までに大学卒業見込みではない人	1人
	大学卒程度	次のいずれかに該当する人 ①平成2年4月2日～平成15年4月1日生まれ ②平成15年4月2日以降に生まれ、令和7年3月までに大学卒業見込みの人	
社会人経験者	大学卒程度	昭和60年4月2日以降に生まれ、民間企業などでの職務経験があり、その年数が直近7年中に通算して5年以上ある人	1人
	社会人経験者	昭和60年4月2日以降に生まれ、民間企業などでの職務経験があり、その年数が直近7年中に通算して5年以上ある人	

## 市税の納期限のお知らせ

### 国民健康保険税第5期

● 納期限:12月2日(月)※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  
● 健康保険課☎613-8438 ID 1003580

## 令和6年度 都市景観賞を決定



市は、令和6年度都市景観賞に、20件の応募の中から2件を決定しました。  
☎ 景観政策課☎601-5541 ID 1024771



### monaka (中ノ橋通一)

肴町アーケードに隣接する地上4階・地下1階建ての複合商業施設。「もりおかのまんなか」という意味から「monaka」と名付けられ、7月に開業。耐震性を重視しつつ広いガラス面を用い、周囲に明るさを分け与える設計。アーケード側は吹き抜けやセットバック、ウッドデッキのラウンジなどさまざまな仕掛けが施され、商店街とともに新しい景観を生み出そうとしています。歩いて楽しむまちづくりの中心的存在として、今後の期待を込めて選定されました。

### 雨隠れの家 (前九年)

前九年の表通りから少し奥まった静かな住宅地にある、木造2階建ての住宅。敷地いっぱいには穏やかな色合いの建物を配置し、樹木を建物周りの中庭に配置することで、かつてあった雑木林を再現。駐車スペースにはゴマ石を埋め込み、まき割りや雨宿りができるよう庇を伸ばしました。物置も母屋と一体で見えるように置き、3世代が中庭を囲み植栽の変化で季節を感じられるように工夫。時間をかけて話し合いながら懐かしい盛岡の風景を再現した試みが共感を呼び、選定されました。



## 都市景観シンポジウム

都市景観賞表彰式のほか、漫画家の田中美菜子先生による「漫画で残したい盛岡の風景」と題した基調講演や、さまざまな分野で活躍する皆さんによる「作品の中の風景」をテーマにしたパネルディスカッション。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

● 11月30日(土)13時半～16時半  
☎ プラザおでって (中ノ橋通一) ID 1032609

## 各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
高齢者・障がい者なんでも110番	11/19(火) 13時～17時	県福祉総合相談センター(本町通三) ※電話相談もできます	東海林法律事務所 ☎623-9511 ※電話相談 ☎625-0110
休日納付相談 困りごとまるごと無料相談会☆	11/24(日)9時～16時 11/26(火) 10時～16時	納税課(市役所本庁舎2階) 上田公民館(上田四)	納税課☎613-8463 市社会福祉協議会 ☎651-1000
市民無料法律相談★	12/9(月)・23(月) 10時～15時	広聴広報課(市役所本庁舎6階)	広聴広報課の予約専用ダイヤル ☎626-7557 若手弁護士会 ☎623-5005
無料法律相談★	12/4・11・18・25 水曜、10時～15時		

☆事前申し込み優先 ★要事前申し込み 相談希望日の前週の9時から受け付け

■市の推計人口(10月1日現在)  
28万406人(男:13万2505人、女:14万7901人) 【対前月比】300人減  
【世帯数】13万2869世帯 ☎ 企画調整課☎613-8397 ID 1019915

## 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	診療時間	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時半	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)※休憩時間帯がある場合があります	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 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
11/23(土)	内	鎌田内科クリニック	本宮二丁目20-1	636-1725
		中島内科クリニック	月が丘二丁目8-30	646-1903
		八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	たかしクリニック	東仙北二丁目4-28	681-6731
		村田小児科医院	紺屋町3-4	622-7132
		金子歯科医院	肴町4-25	622-2842
11/24(日)	薬	あざみ薬局本宮店	本宮二丁目20-18	631-2888
		エキナカ薬局Pharma-Labo	盛岡駅前通1-44	601-6256
		せいりゅう薬局東仙北店	東仙北二丁目4-29	613-5877
	内	こんや町薬局	紺屋町3-7	653-1521
		大浦内科・歯科クリニック	津志田西二丁目13-3	639-3315
		あべ内科・消化器科クリニック	長橋町17-45	605-5311
12/1(日)	外	三本柳かんのクリニック	三本柳23-10-5	638-7070
		白井循環器呼吸器内科・小児科	松園二丁目2-10	662-9845
		かなざわ歯科クリニック	本町通二丁目14-38	618-2399
	薬	つばさ薬局	津志田西二丁目13-5	632-2166
		ナガハン薬局	長橋町17-40	648-8227
		村瀬薬局	肴町6-2	623-1211
12/1(日)	内	のぞみ薬局	松園二丁目3-3	662-7733
		小豆嶋胃腸科内科クリニック	仙北三丁目13-20	636-1503
		児島内科医院	みたけ三丁目11-36	641-3310
	外	洩民中央病院	洩民字大前田53-2	683-2336
		とみさわ甲状腺・乳腺と日帰り手術のクリニック盛岡	菜園一丁目5-23	681-3652
		川久保病院	津志田26-30-1	635-1305
薬	かまた歯科クリニック	山岸二丁目16-12	626-1777	
	せんぼく調剤薬局	仙北三丁目13-22	635-0330	
	けい福薬局	みたけ三丁目11-36	613-2107	
菜園薬局	菜園一丁目5-25	625-7521		
オーロラ薬局	南仙北三丁目2-30	635-1233		

### ■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お問い合わせるか、市医師会のホームページをご覧ください。



2次救急医療機関の受入診療科はこちら

広告

## たかしクリニック

内科 外科 整形外科 皮膚科 形成外科

診療時間 月 火 水 木 金 土  
午前 9:00～12:00  
午後 1:30～5:30

【院長】黒田 敬 休診日/水・日・祝日 駐車場有

盛岡市東仙北二丁目4-28 TEL019-681-6731 たかしクリニック 検索

ここに内科・甲状腺クリニック

院長 小谷 康慈

診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00～13:30  
15:30～18:00  
★15:30～20:00 休診日:木曜・土曜午後・日曜祝日

★15:30～20:00 休診日:木曜・土曜午後・日曜祝日  
内科/内分泌内科  
〒020-0143 盛岡市上厨川字横長根7-3 TEL019-681-8818

広告

## わたなべ 脳神経内科 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 休診日/日曜、祝日  
午前 9:00～12:30  
午後 2:00～6:00

TEL019-605-1117 www.clinic-watanabe.com

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

## 土・日を含む全診療日、加賀野

夜8時まで受付します。消化器内科・内科クリニック

診療時間 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  
TEL019-604-1123

ホームページ http://kaganoclinic.jp/

# 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。

## 健康教室 ～ピラティスでリフレッシュ～

西部公民館 ☎643-2288

バランスを整え、姿勢を美しく、しなやかな身体づくりをします。

🕒 12月5日～19日、木曜、全3回、13時半～15時

📍 西部公民館(南青山町) 🧑 20人

☎ 電話：11月20日(火)10時から

📞 1041013

## 高齢者向け健康づくり

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、表の健康教室を開催します。タオルと飲み物持参。※医師からの運動制限がある人は参加できません

📍 都南老人福祉センター(下飯岡8)

☎ 電話：11月19日(火)10時から

表 健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
12/5 (木)		リフレッシュ体操	各 15人	各 500円 ※
12/12 (木)	10時半～	かんたんコロナつどりん体操教室		
12/19 (木)	11時半	やさしいエアロビクス		
12/20 (金)		ピラティス体操教室		

※初めての人は無料

## 楽しく歌おう 童謡、唱歌、演歌

都南老人福祉センター ☎638-1122

講師の演奏で楽しく歌います。

🕒 12月6日(金)10時半～11時半

📍 都南老人福祉センター(下飯岡8)

🧑 15人※おおむね60歳以上の人

☎ 電話：11月19日(火)10時から

## カラダ改革♪ピラティスとバランス食でリフレッシュ～冬コース～

健康増進課 ☎603-8306

続けたい運動と、食事のコツを学ぶ試食付きの栄養講話。参加者にはMORI-O-Jポイントが付きます。

🕒 12月11日(水)・23日(月)、全2回、10時15分～12時

📍 市保健所(神明町)

🧑 15人※69歳以下

☎ 電話・応募フォーム：11月18日(月)10時から

📞 1022906

## 骨粗しょう症予防教室

健康増進課 ☎603-8306

保健師と栄養士などによる、骨粗しょう症を予防するための講話と調理実習をします。

🕒 12月13日(金)10時～13時

📍 高松地区保健センター(上田字毛無森)

🧑 20人※妊産婦を除く18歳以上

☎ 電話：11月19日(火)10時から

## インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の予防接種はお早めに

指導予防課 ☎603-8307

予防には、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。①65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害のため身体障害者手帳1級を持つ人は、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症予防接種費の助成があります。②生後6カ月～中学3年生はインフルエンザ予防接種費の補助があります。①②以外は任意接種となり、費用の助成や補助はありません。予約票は指定医療機関にあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 ①来年1月31日(金)まで②来年2月28日(金)まで

💰 ①インフルエンザ：1回に限り自己負担額1500円、新型コロナウイルス感染症：1回に限り自己負担額3500円※市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は無料②1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

📞 ①1006517②1024312

## 成人男性の風しん抗体検査・予防接種

指導予防課 ☎603-8244

公的な風しんの予防接種を受ける機会がなかった人は、抗体保有率が他の世代に比べて低くなっているため、令和6年度末までクーポン券を使って風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けることができます。無料期間内に予防接種まで実施できるよう、計画的に受けましょう。クーポン券を紛失した場合や、他市町村から転入し、この制度による抗体検査と予防接種を受けたことがない場合は、クーポン券を発行できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🧑 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

📞 1027147

## 家族介護者リフレッシュ交流会

①松園・緑が丘地域包括支援センター ☎663-8181

②浅岸和敬荘地域包括支援センター ☎622-1711

認知症の人や要介護1以上の高齢者、重度の障がいがある人などを介護している家族を対象に、①陶芸で器づくりと持ち帰り弁当付きの交流会②そば打ち体験と会食付きの交流会を開催します。

🕒 ①12月3日(火)10時～12時②4日(水)10時～13時

📍 ①福祉交流館暖炉の家(西松園二) ②高洞の里センター(上米

内字中居) ※移動手段がない人は要相談 🧑 ①15人②10人

☎ 電話：①11月27日(水)19時まで②11月29日(金)16時まで

📞 1003661

## 笑顔ひまわり高松教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

介護予防のために①レインボー健

康体操②気功健康体操をします。

🕒 ①12月3日②10日、火曜、13時半～15時

📍 高松地区保健センター(上田字毛無森)

🧑 各12人※55歳以上

💰 各500円

☎ 電話：11月20日(火)10時から

📞 1049578

## もりおか健康21プランシリーズ

### 確認しよう！屋内での受動喫煙対策

📞 健康増進課 ☎603-8305 📞 1026571・1039254

令和2年4月1日に「健康増進法の一部を改正する法律」が全面施行され、多くの人が利用する施設は「原則屋内禁煙」になりました。

禁煙の店がよい、喫煙できる店がよいなどの希望がある場合は、店舗の出入口にある標識や店のホームページを確認しましょう

#### 喫煙室の種類ごとの標識例

	喫煙専用室設置	加熱式たばこ専用喫煙室設置	喫煙可能店	喫煙目的店
	喫煙可 (飲食等不可)	加熱式たばこのみ喫煙可 (飲食等可)	喫煙可 (飲食等可)	喫煙可 (飲食(主食を除く)等可)
店舗出入口				
喫煙専用室など出入口			※出典 政府広報オンライン「屋内は原則禁煙！ 受動喫煙防止のルールを守りましょう」 https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201907/2.html ※20歳未満の人は喫煙可能な場所に立ち入り禁止です ※店内の全てを喫煙可能とした場合、標識は店舗出入口のみの掲示となります	

### 事業者の皆さんへ

屋内に喫煙室を設置する場合、施設の管理者には次のことが義務づけられています。

20歳未満の人は喫煙できる場所への立ち入りを禁止にすること(従業員も含む)

施設の主な出入口と当該喫煙室の出入口に喫煙室の種類に応じた標識を掲示すること※1

屋内に喫煙できる場所があるにも関わらず施設の主な出入口に標識を掲出していない場合、保健所から指導や助言を行います。改善が認められない場合、50万円以下の過料が課されることもあります※2

※1 健康増進法第33条第3項、第35条第3項、第37条、法附則第2条

※2 健康増進法第76条第2項

### 市民の皆さんから情報提供を受け付けています

屋内での受動喫煙防止対策に関する相談や受動喫煙に関する情報提供を、健康増進課窓口、電話、受け付けフォームで受け付けています。※窓口と電話は平日9時から17時まで。窓口の場合は事前予約が必要です



▲受け付けフォームはこちら

### 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
12/1(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066
12/8(日)	コスモ整骨院	緑が丘四丁目1-50アスティ 緑が丘205号	681-3328
12/15(日)	村上整骨院	青山一丁目2-16	645-2313
12/22(日)	小山田接骨院	東松園二丁目2-2	663-2574
12/29(日)	もとみや接骨院	本宮三丁目24-1	677-8427

地球環境に配慮したインキを使用しています。