



演劇のまち盛岡

舞台には、何がある？

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」

ラヂオもりおか (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]



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

目次	1-3 演劇のまち盛岡
	4 いわて盛岡シティマラソン
	5 シティマラソンの交通規制、犯罪被害者支援
	6 介護の現場は進化しています！
	7 市の広報活動に関するアンケート、イベントピックアップ
	8-9 イベント情報
	10-11 もりおかインフォ、市営住宅の入居者募集、休日救急当番医
	12 盛岡りんご、ZOOMOに行こう！、3 R

盛岡の演劇人に 舞台の魅力を聞きました

※ここで紹介している役割は一例で、実際には多くの演劇人がキャストと照明、脚本と演出など、舞台によって違った立場で活躍しています

演劇を通して
一人では行けない世界へ

キャスト

演劇ユニット 冷蔵庫ポルカ
荒川 颯音さん

高校演劇部の同期と一緒に劇団を立ち上げ、県外の大学に進学した今でも盛岡を拠点とした活動を続けています。舞台は大きなうそ（空想）を共有できる場で、演劇を通して一人では行けない世界へも行けます。演じることで普段と違った物事の見方や考え方ができて、自分の新しい「窓」が生まれる感覚が魅力です。



出演した舞台

空間を五感で
楽しんでください！

舞台美術

カンザスハリケーン
中村 輝さん

舞台美術は、光が当たったときの見え方や役者の動線も考えてデザインするため、照明や舞台監督との打ち合わせが不可欠。自劇団では客席も含めた立体的な空間を演出するので、イメージ画や平面図・模型を作って入念に討議します。演劇は空間全体を作品として体験してもらう芸術です。五感で楽しんでほしいですね。



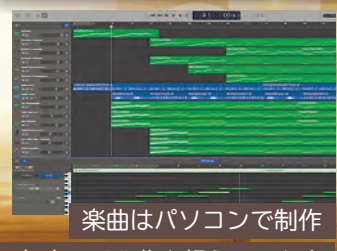
美術を手掛けた舞台と
初期イメージボード

音響も「せりふ」の
ように大切です

音響

架空の劇団
佐藤 浄さん

舞台音楽は、場面の意味や登場人物の心情を意識して作るので、演出との打ち合わせが重要です。それだけでなく、自分の感覚も大切で、例えばこの曲はこの役者に合わないとか「何か違う」と感じて変えることもあります。音響もせりふと同じく作品を左右するので、奥深く面白いですよ。



楽曲はパソコンで制作
1つの舞台で20曲を超えることも

演劇の楽しみ方は
自由です

脚本

ライター・ノーツ
角館 信哉さん

自分が日頃感じていることなどを脚本のベースにしています。せりふは役者の個性をイメージして書くことが多いです。全ては説明せず解釈の余白を残しているの、何を面白いと感じるかは自由ですし、一緒に観た舞台をきっかけに昔話で盛り上がるのも楽しみ方の一つです。作品を通してお客様の人生に少しでもタッチできたらうれしいです。



脚本は何度も
手直しする

舞台はドキドキ
できる場所

演出

トラブルカフェシアター
遠藤 雄史さん

演出家は、脚本と役者・スタッフなどをつなぐコーディネーターです。同じ脚本でも解釈や表現の仕方で違った作品になります。舞台の面白さは、観るまで何が起こるか分からない、ドキドキできるところ。映画やテレビではできない冒険をしに、ぜひ劇場へお越しください。



時には劇場以外を舞台とした
演出も（旧石井県令邸にて）

盛岡の演劇文化

盛岡は藩政時代から芸事が好まれる土地柄で、特に河南地区には多くの演芸場があり、芝居や義太夫などの大衆芸能が演じられていたといわれます。

そして、大正2年に新馬町（現松尾町）に誕生した旧盛岡劇場は、東北初の近代的演劇専用劇場として盛岡の演劇文化の発展を支え、平成2年に同じ場所に再建された現在の盛岡劇場でも、数多くの演劇が上演されています。

盛岡には、本業の傍らでアマチュアとして活動する演劇人が多く、演劇サークルをもつ学校も多くあります。上演場所としては、盛岡劇場やプラザおでっなどの公共施設のほかに、風のスタジオ（肴町）などの民間の劇場もあり、さまざまな団体の公演が行われています。



当時最先端だった東京の帝国劇場を手本に、そのわずか2年後に完成した旧盛岡劇場

演劇ファンの声

演劇は「生もの」であり、役者さんの熱量に真剣に向き合い、一緒に空間を作っている感覚がたまりません。盛岡は間近で観劇できる機会が多くて、なじみの喫茶店に入るように気軽に楽しんでいます。観劇後に友人と語り合うのもかきえのない時間ですね。



零石 三佳さん



観劇してみよう

これから予定されている公演の一部を紹介します。初めてでも気軽に楽しめるので、ぜひ劇場に足を運んでみてください！

もりげき八時の芝居小屋

お仕事帰りでも立ち寄れるおおむね午後8時の開演。30年近く続く長寿企画です。盛岡が誇る演劇人の良質な芝居を手ごろな料金でどうぞ。



日時 ①11月12日(水)～14日(金) ②来年1月7日(水)～9日(金) ③29日(木)・30日(金) ④3月4日(水)・5日(木)・20時～(11月14日・1月9日・30日は19時半～)
チケット 1000円(当日1200円)

架空の劇団

「スケッチブック～供養絵をめぐる物語～」
第22回盛岡市民演劇賞の大賞作品を再演。岩手・遠野の風習「供養絵」を題材にした文学作品を舞台化。一人の少女が絵を通して経験するひと夏の再生物語です。

日時 10月10日(金)19時半～、11日(土)14時～・19時～、12日(日)11時～
チケット 発売中：1800円(当日2300円)※学生料金あり

盛岡文士劇

今年で復活30年を迎える盛岡名物。岩手ゆかりの作家や文化人、アナウンサーなどが熟演を繰り上げます。



日時 12月6日(土)16時半～、7日(日)12時半～・16時半～
チケット 10月2日(休)から一般発売：4000円

宝くじ文化公演 こまつ座

「泣き虫なまいき石川啄木」
井上ひさし作の評伝劇を24年ぶりに再演。啄木の26年という短い一生の最晩年3年間を、妻・節子が回想します。

日時 12月24日(水)13時～
チケット 10月23日(木)発売：2500円(当日3000円)※宝くじ助成による特別料金



公演情報をチェックしよう

盛岡市芸術文化
ポータルサイト
Art of the Mori

市内を中心に行われる芸術文化に関する発表会や展示会、体験イベントなどの情報を掲載しています。また、市内で芸術文化活動に取り組む人々が、団体の紹介や会員募集、イベントなどの情報を登録・発信することもできます。

Xでも発信しています！



参加してみよう

盛岡市民演劇賞

毎年7月1日から翌年6月30日までに市内で上演される演劇を5作品以上観劇した人が投票できる部門も。たくさんの演劇を見て、あなたの推しの作品にぜひ投票してください。



第24回の対象作品一覧はこちら(随時更新)



体験してみよう

見るだけでなく、演劇を体験してみませんか？ 演じることはもちろん、音響や脚本などの講座やワークショップもあります。盛岡劇場の講座情報をチェックしてみてください。

盛岡劇場の
講座・ワーク
ショップ



子どもエンゲキ体験・はじめの一步！夏組・冬組



小・中学生を対象にした5日間の演劇ワークショップ。最終日にはミニ発表会も。

冬組は来年1月
開催予定！

ゼロからみんなでつくるのでやりがいがあります。違う学校の友達ができるのも魅力。舞台は緊張するけど自分が全力で楽しんで、見ている人にも楽しさが伝わればうれしいです！
角田 香子さん(下橋中2年)

毎年2～3回開催！

演劇ワークショップ

声の出し方などお芝居の基本を学ぶ講座から、脚本の書き方を学ぶ講座、音響・照明など舞台の裏側の体験まで、さまざまなワークショップを通して演劇づくりの魅力に迫ります。



「初心者のための演劇ワークショップ」
(8月30日開催)の様子



チャレンジしよう

劇団モリオカ市民

「盛岡」にとことんこだわり、公募で集まった市民と地元演劇人が団結して舞台を創り上げる「劇団モリオカ市民」(通称：モリシミ)。第10回公演『MORIOKA CHRONICLE III 岩山大作戦』が来年3月7日(土)・8日(日)に盛岡劇場で上演されます。盛岡が好き、演劇が好き、キャスト・スタッフを体験してみたい……そんなあなたの参加をお待ちしています。



対 象 高校生以上(演劇経験不問)
参加費 一般5000円、高校生3000円
締め切り 10月19日(日)

市長コラム

盛岡は、藩政時代から芸事が盛んで、芝居小屋などの上演場所も多く、演劇を支える風土があったといわれています。現在では、私も出演させていただいている文士劇が全国で唯一続いているほか、数多くのアマチュア劇団が積極的に活動しています。

演劇には、役者だけでなく脚本や演出、舞台美術や音響・照明など多くの人が関わり、それぞれの思いが詰まっています。これからも盛岡の演劇文化が続いていこう、ぜひ劇場に足を運んで、共に舞台を盛り上げましょう。

盛岡市長 内館 茂



Iwate Morioka City Marathon 2025

走る!味わう!盛岡の魅力を駆け抜けて
みんなで応援しよう!
 いわて盛岡シティマラソン

今年もきたぎんボールパークを拠点に、秋の盛岡をたくさんのランナーが駆け抜けます。新しい応援スポットやイベントなど見どころを紹介しますので、ランナーの皆さんと一緒にシティマラソンを楽しみませんか。
【問】スポーツツーリズム推進室 ☎626-3111

大会ホームページはこちら

10/19 日
 フルマラソン
 ファンラン
 ペアラン

大会公式応援スポットが新設! 沿道応援でランナーと触れ合おう

今大会では、応援スポットが2カ所新設されます。駆け抜けるランナーを間近で応援できる盛り上がり間違いなしのスポットです。ゲストランナーやアンバサダーと、ハイタッチのチャンスがあるかも!? 一緒にランナーの皆さんを応援しましょう! 交通規制や応援スポットについて詳しくは、大会ホームページをご覧ください。

大会の応援旗を貸し出す!

応援スポットはココ!

東北自動車道 盛岡南IC 東北本線幹線 岩手飯岡駅

フル・ペアラン FINISH START

■フルマラソン ■ファンラン ■ペアラン

駐車場のご案内 (台数に限りがあります)

① DCM盛南店
 向中野七丁目16-77
 ※トライアル盛岡西バイパス店(向中野七)の駐車場は利用できません

② ビッグプロ
 羽場10地割100-3
 ※市中央卸売市場と、ビッグプロ荷物搬入口駐車場はご利用できません

行き方、注意事項などはこちら

10/18日(土)・19日(日)はマラソンフェスティバルへ!

スタート地点のきたぎんボールパークでは2日間にわたり、大会に参加するゲストランナーのトークショーや、ゲストのステージイベントを多数開催します。どなたでも参加できます。大会前日から、一緒に盛り上がりましょう!

タイムテーブル

10/18 土	10/19 日
10:00 会場オープン 飲食ブース、各社スポンサーブース	10:00 会場オープン 飲食ブース、各社スポンサーブース
11:10 表彰式(ジュニアチャレンジラン)	10:20 ステージイベントスタート
15:00 ゲストの瀬古さん、那須川さん、山川さんトークショー	11:45 表彰式(ファンラン)
17:55 エンディングトーク	12:15 表彰式(フルマラソン)
	12:30 ゲストの河合さんトークショー
	15:00 ゲストの瀬古さん、那須川さん、山川さん、おさるさん、天津木村さん、水野さんトークショー
	15:50 エンディングトーク

※詳細は決まり次第、大会ホームページにてお知らせします

応援隊長
 元マラソン日本代表
瀬古 利彦さん

**ファンラン
 ゲストランナー**
 もりおかプロモーション大使
河合 郁人さん

**フルマラソン
 ゲストランナー**
 元長距離・マラソン選手
那須川 瑞穂さん

フリーアナウンサー
平井 理央さん

盛岡市出身タレント
山川 恵里佳さん

お笑い芸人・書道家
おさるさん

もりおか魅力発信大使
天津木村さん

いわてブルージャズ盛岡GM
水野 晃樹さん

ゲストランナーからの応援動画はこちら

▲去年のイベントの様子

健康づくりアプリ「MORI-WALKER」
 バーチャルウォーキングでマラソンコースを歩けます!

MORI-WALKERでは、いわて盛岡シティマラソン2025のフルマラソンコースをウォーキングコースとして公開中です。日常の健康づくりで、いわて盛岡シティマラソンを楽しみましょう!

詳細はこちら

いわて盛岡シティマラソン2025

交通規制のお知らせ

【問】スポーツツーリズム推進室内、いわて盛岡シティマラソン実行委員会事務局 ☎626-3111

大会当日は、コースや周辺道路など市内の広範囲で交通規制を実施します。マイカーの自粛や迂回、公共交通機関の利用にご協力ください。規制場所など詳しくは、大会公式ホームページ掲載の「交通規制のお知らせ」をご覧ください。



交通規制のお知らせ

注意事項

- ▶ 交通規制の解除までは、コースの横断や車両の通行、コース内への駐停車は原則できません
※ランナー不在時には歩行者・自転車コースを横断できるポイントを設けます
- ▶ 緊急時には、警察車両・救急車・消防車が横断・通行します
- ▶ 路線バスに一部運休、迂回運行、遅れが生じる場合があります

規制
時間

10月19日
8時～15時半

きたぎんボールパークにお越しの際は、公共交通機関をご利用ください



大会中、きたぎんボールパークの駐車場は利用できません。お越しの際は、公共交通機関（JR岩手飯岡駅）をご利用ください。
※JR岩手飯岡駅からきたぎんボールパークまで、徒歩約15分

マナーを守って観戦しましょう

大会当日は混雑が予想されます。沿道の近隣にお住まいの人の迷惑とならないよう、路上駐車や、駐車場の無断使用、騒音が発生する行為などをご遠慮ください。マナーを守って観戦するようお願いします。



犯罪被害に遭われた方への支援をはじめました

市は、犯罪被害者などを地域社会全体で支え、誰もが安全に安心して暮らすことのできる社会の実現に向け、「盛岡市犯罪被害者等支援条例」を制定し、令和7年4月1日から施行しました。どんな支援が

あるのか、被害に遭われた方にどう接すればよいのか、自分ごととして考えてみませんか？

【問】くらしの安全課 ☎601-2061 【広報ID】1051338



もしも自分や大切な人が犯罪被害に遭ってしまったら…

犯罪被害は誰にでも起こり得ます。市は、犯罪被害に遭った人やその家族に寄り添いながら、さまざまなニーズや心情をくみ取り、適切なサービスや必要な情報を提供します。



犯罪被害に遭うと…

犯罪の被害に遭った人やその家族は、その後の生活にもさまざまな支障が生じ、今までどおりの日常生活を送ることが難しくなってしまうことがあります。

- 精神的なショックにより、強い恐怖や怒り、自責の念に駆られ、何をしてもよいのか、どこに何を相談してよいのか分からなくなる
- 仕事に行くことができなくなることで収入が減少する、医療費や裁判費用などが生じるなど、経済的にも困窮する



支援の内容

①総合支援窓口

犯罪被害に関する相談を受け付け、必要に応じて利用できる市のサービスを案内するほか、警察や（公社）いわて被害者支援センターなどの外部機関と協力して、支援します。

【問い合わせ先】くらしの安全課 ☎601-2061
受付時間：平日9時から16時



②見舞金の支給

令和7年4月1日以降に発生した犯罪被害を対象とします。詳しくは、総合支援窓口にお問い合わせください。

※支援内容ごとに、対象者、申請期限などの要件があります

- 遺族見舞金 30万円 犯罪行為で亡くなられた方のご遺族
- 重傷病見舞金 10万円 犯罪行為で重傷病を負われた方

被害者に寄り添うために

被害に遭った後は、周囲の人からの支えが大きな力となります。被害者の話をよく聞き、できるだけその意思を尊重した対応をとりましょう。また、気持ちに余裕を持つことが困難な被害者に代わって、必要とするさまざまな情報（支援制度、学校や地域の情報、報道など）を集める手伝いも支えになります。※

※参考：警察庁ホームページ

<https://www.npa.go.jp/hanzaihigai/index.html>



接し方のポイント

- 安易に励まさず、話をよく聞く
- 被害者自身がこれからの生き方を選べるよう支援する
- 不用意な言葉で被害者などを再び傷つけないよう配慮する

令和7年度犯罪被害者支援 県民のつどい

基調講演と県警察音楽隊によるミニコンサート。事前申し込みは不要ですので、ぜひご参加ください。詳しくは、（公社）いわて被害者支援センターのホームページをご覧ください。

【日時】10月25日（土）13時から※開場は12時

【場所】県公会堂大ホール（内丸）

【基調講演】

テーマ：「想いと願い」

講師：「京都アニメーション放火殺人事件」

被害者ご遺族 渡邊達子氏（母）、渡邊勇氏（兄）



同センター
ホームページ

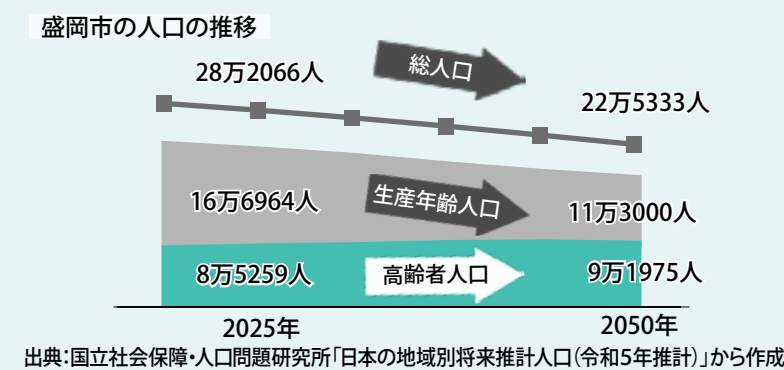


働きやすく、続けやすい職場へ 介護の現場は 進化しています！

少子高齢化が進む今、介護の仕事がますます大切に

現在、日本全体で少子高齢化が進んでおり、今後、盛岡市の高齢者人口（65歳以上の人）は緩やかに増加し続ける一方で、生産年齢人口（15歳から64歳の人）は急速に減少していくことが予想されます。

高齢者の日常生活を支える「介護の力」が、これまで以上に必要とされているため、介護人材の需要はますます高まっています。



介護職員の待遇は改善されています

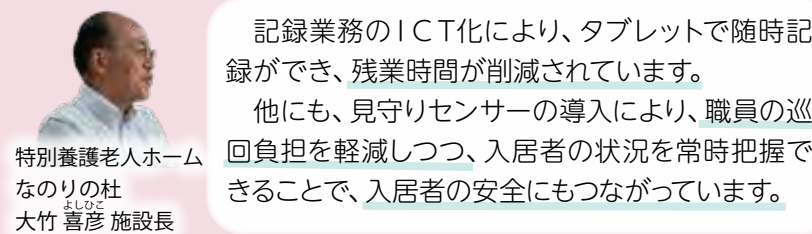
「介護の仕事は大変そう」、「給料が低くて聞いたことがある」—そんなイメージを持っている人もいるかもしれませんが、今の介護の現場では、働く環境をより良くする取り組みが進んでいます。

労働環境

ロボットやICT（情報通信技術）を活用した新しい取り組みが進んでいます。「人の手で支える」ことが基本とされていた介護ですが、テクノロジーの力を借りることで、職員の業務負担を減らし、より質の高いケアができるようになってきました。

働きながら学べる・成長できる

介護に興味があっても、資格や経験に不安を感じる人は多いのではないのでしょうか。現場では働きながら学び成長できる環境が整っています。介護の仕事は、人の役に立つだけでなく、自分自身の成長にもつながります。



記録業務のICT化により、タブレットで随時記録ができ、残業時間が削減されています。
他にも、見守りセンサーの導入により、職員の巡回負担を軽減しつつ、入居者の状況を常時把握できることで、入居者の安全にもつながっています。

介護の仕事を目指す人へ働いている人を応援します 盛岡市介護職員奨学金返還支援補助金

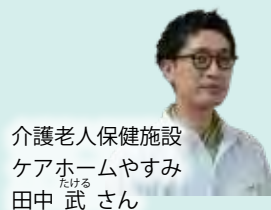
市は、市内の介護福祉サービス事業所で働く奨学金を返還している職員に対し、返還にかかる費用の一部を補助しています。対象者や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。【広報ID】1025964

補助額	市内の介護事業所に勤務した期間中に返還した分の奨学金のうち、返還月額の2分の1（上限月6500円）を補助します。
支給期間	最大5年間（60月分） ※毎年度の申請が必要です

高齢者や障がいを持つ人が、その人らしく安心して日常生活を送れるよう、身の回りの支援や心のケアを行うのが介護の仕事です。介護の現場はより働きやすく、続けやすい職場へと進化しています。今回は、そんな“今”の介護現場で働く人たちの声と、仕事の魅力を紹介します。「介護って大変そう…」と思っている人も、きっと新しい発見があるはずです。【問】介護保険課業務係 ☎626-7581

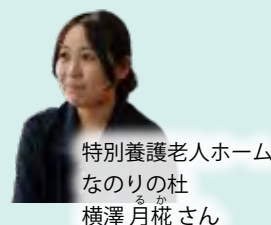
介護職のここが魅力！

～自分の力が
誰かの笑顔に～



一緒に暮らす祖父母と話すことが好きだったことがきっかけで介護の仕事に興味を持ちました。リハビリによって、できなかったことができるようになった瞬間を見届けた時は、大きな喜びと達成感を感じました。

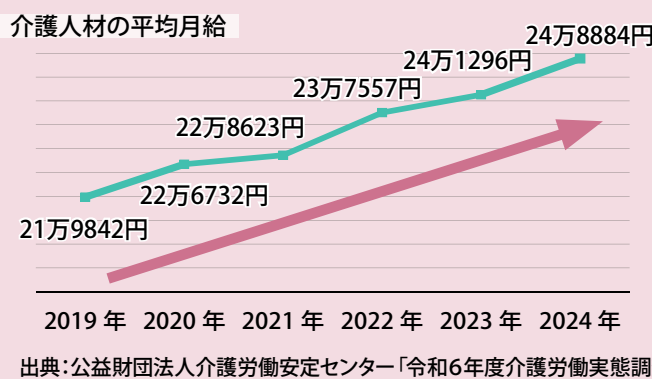
母が介護職員であることから私も志しました。利用者の笑顔や「ありがとう」の言葉が働くエネルギーになっています。先輩職員からの一对一の指導や、研修など、働きながら学べるのがありがたいです。



- 施設利用者の声
- 職員の皆さんは、生活の色々な面で助けてくれて、大事にされていると感じています。
- 親切に話を聞いてくれて、一人一人に合ったサポートをしてくれるのでうれしいです。

給与

介護職の賃金の水準は、近年大きく改善されています。



研修受講費用は施設が一部負担してくれます。職員のスキルアップが応援され、学びやすい環境が整えられています。子育て中の方や夜勤が難しい場合にも対応できるよう、ライフスタイルに合わせた柔軟な勤務形態が整えられています。



市ホームページでは、他の事業所の取り組み例も紹介しています。



介護の仕事について もっと知りたい

市内の学校でも介護福祉士の受験資格を取得できます

学校で介護福祉士養成課程を修了すると、国家資格である介護福祉士の受験資格が得られます。資格がある状態で就職すると、手当や早期スキルアップも期待できます。市内の養成校一覧は、市ホームページをご確認ください。



介護の仕事に 挑戦 してみたい

ハローワークでは、介護の仕事の求人紹介をしています

資格を持っていなくても、介護の現場で働くことができます。求人については、ハローワークにご相談ください。

【問】ハローワーク盛岡（紺屋町） ☎624-8902
ハローワーク盛岡菜園庁舎（菜園一） ☎623-4800

より良い広報へのリニューアルを目指して

市の広報活動 に関する アンケート

ご協力をお願いします！



【問】広報広聴課 ☎613-8369

市は、来年5月から「広報もりおか」を月1回の発行とし、リニューアルする予定です。SNS（交流サイト）やホームページと併せて、より伝わりやすい情報発信を目指します。今後の広報活動の参考とさせていただくため、皆さんの声をお聞かせください。



実施期間
10月15日(木)まで

所要時間
5分程度

回答はアンケート
フォームから



イベントピックアップ

食欲の秋、芸術の秋など、この季節にぴったりのイベントを紹介します。ぜひお出かけして、盛岡の秋を楽しんでください！



10/16(木)～20(月)
10時～19時※20日は17時まで

もりおか 味と工芸展

【問】ものづくり推進課内、もりおか物産展実行委員会 ☎626-7538

盛岡の味と工芸を一堂に取りそろえた物産展。抽選で特産品が当たるスタンプラリーや、工芸の体験教室もあります。

【場所】カワトク（菜園一）



さんさ踊り披露・ミニ体験会

岩手大さんさ踊り実行委員会による踊りの披露と体験会。

【日時】10月18日(土)、13時～・15時～



10/25(土)・26(日) 11時～16時

もりおか市民文化祭

【問】文化国際課 ☎613-8465

石材彫刻や折り鶴アートなどの作品展示、さんさ踊りのパレード、マンドリンや吹奏楽、民謡のステージ発表など、イベント盛りだくさんです。

参加団体など詳しくは、市芸術文化ポータルサイト「Art of the Mori」をご覧ください。

【場所】ホットライン肴町（肴町）



去年のイベントの様子

10/25(土)・26(日) 10時～15時

盛岡市農業まつり

【問】農政課内、盛岡市農業まつり実行委員会事務局 ☎626-7540

美食王国もりおかの農畜産物が大集合！旬を迎えた盛岡の野菜・果物や「盛岡の美味しいもんアンバサダー」認定メニューの販売、特産食材・産直商品券が当たるスタンプラリーなど、盛岡の「おいしい」がぎゅっと詰まった収穫祭です。

【場所】もりおか歴史文化館前広場・盛岡城跡公園 芝生広場（内丸）、中津川河川敷



盛岡りんごの販売も！

広告

面倒な各種手続き 承ります！

ご相談
初回無料！



相続・遺産分割協議書作成 / 車庫証明・名義変更
自賠責保険への被害者請求手続（自賠法第16条に基づく請求手続）
補助金申請 / 産廃収集運搬許可申請

希望される方にはご自宅やお近くの施設等にお伺いすることも可能です！
また、時間外でも事前予約にて承ります！

日本行政書士会連合会登録番号 第25033832号 岩手県行政書士会会員番号 第1432号

プロスペアード行政書士事務所

〒020-0022 盛岡市大通3丁目6-12 開運橋センタービル3階
行政書士 山本康典 営業/平日9:30～17:30 ✉ prosperaid@outlook.jp

TEL.019-613-3536

広告

「広報もりおか」広告募集中

毎月2回（1日・15日）発行
市内全ての世帯へ配布されます

144,600部
※令和7年9月1日号発行実績

皆さまの事業・商品・イベントなどのPRに
ぜひご活用ください！

☆ 会社・事業のPR
☆ お店・商品のPR

☆ 病院・クリニックの診療案内
☆ イベント・キャンペーンの案内

まずはお問合せください！！

広告掲載のお問合せ
お申し込みは

Natural Com.
ナチュラルコム株式会社

TEL 019-652-9190
FAX 019-652-9130

盛岡市盛岡駅前通13-23 阿部ビル4F
E-mail office@naturalcom.jp
URL www.naturalcom.jp

令和7年度
「広報もりおか」
広告取扱代理店

イベント情報

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

🕒 10月7日～21日、火曜、10時～15時半※出入り自由・マイカップ持参 👤 1049219

■もりげきライブ

バンド「ムーミンママ」と「ホリキリン」による演奏。

🕒 10月15日(木)19時～20時40分
👤 80人

💵 前売り1000円、当日1200円※小学生以下は無料

📞 電話・応募フォーム：受け付け中
👤 1042982

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■キボリノコンノ展

食べたい！木彫りアートの世界
本物にそっくりな食べ物や透明に見える生卵など、あっと驚く木彫り作品の展示。

🕒 12月12日(金)～来年1月25日(日)10時～17時

💵 前売り高校生以上1000円、小・中学生500円、当日は高校生以上1200円、小・中学生800円※就学前の子は無料

📞 10月10日(金)から同ホールの他、市内プレイガイドで販売 👤 1040762

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

🕒 10月3日(金)～12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
👤 小学生～高校生

💵 月4回コース3500円
📞 窓口・電話：受け付け中

👤 1053028

■水泳教室

幼児水泳教室、一般水泳教室、水中運動教室、アクアビクス教室。
費用や定員など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 11月1日(土)～12月25日(木)
👤 1053027

■フィットネス教室

内容や費用、定員など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 11月4日(火)～12月25日(木)
👤 1053026

●利用制限のお知らせ

次の日は①大会および②水替えメンテナンスのため利用できません。

🕒 ①10月10日(金)～12日(日)②10月14日(火)～31日(金)※②は会議室・研修室のみ、9時から17時まで利用できます 👤 1053025

ムセンコネクト もりおかアリーナ

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■バドミントン教室

バドミントンの基礎を学び、試合を楽しみます。

🕒 10月14日～12月2日、火曜、全6回、19時半～21時
👤 20人※18歳以上 💵 7200円

📞 窓口：10月3日(金)10時から
👤 1053005

■トレーニングカウンセリング

トレーニングについてマンツーマンによるカウンセリングをします。

🕒 10月22日(木)・30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：10月6日(月)10時から
👤 1053004

きたぎんボールパーク

☎020-0834 永井7-16-2
☎613-3080

■ルンリン見学ツアー

職員と一緒に同パーク内の施設を見学。

🕒 10月23日(木)14時～15時
👤 30人 💵 500円

📞 窓口・電話：10月21日(火)21時まで※定員を超えた場合は抽選

👤 1052989

もりおか町家物語館

☎020-0827 鉦屋町10-8
☎654-2911

■もりおかお茶の学校～紅茶編～

紅茶の魅力について、基礎からアレンジティーまで学びます。

🕒 11月7日(金)14時～15時半と18時～19時半

👤 各8人 💵 各2000円
📞 電話：10月6日(月)10時から

盛岡手づくり村

☎020-0055 繁字尾入野64-102
☎689-2201

■盛岡手づくり村秋まつり

特別体験教室やさんざ踊りの披露。

🕒 10月11日(土)～13日(月)、9時～16時

■ホームスパンで手織り体験
①毛糸の手紡ぎや②マフラー作りを体験できます。

🕒 11月1日(土)～来年3月30日(月)9時～16時※火・木曜と12月29日(月)～来年1月3日(土)を除く 👤 各2人

💵 ①9000円②1万8000円
📞 電話：希望日の8日前まで

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-88
☎637-0877

📞 電話：10月3日(金)12時から

■熱水変質帯のナメ沢登て行く箱ヶ森
滝ノ沢を沢歩きして箱ヶ森山頂まで往復します。沢登り経験者向けですが、初心者も相談の上、申し込みできます。

🕒 10月13日(月)9時～14時
👤 12人 💵 1000円

■森のトリセツ：水晶や錦石を採取しながら石の名前を覚えよう

施設近隣の沢で、さまざまな石を探しながら名前を覚えます。

🕒 10月18日(土)10時～12時
👤 15人 💵 1000円

中央公民館

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

■不来方大学院60周年記念文化祭

講座「不来方大学院」受講生による学習成果の発表や展示。

🕒 10月16日(木)～18日(土)13時～15時
👤 1034331

■アンサンブル・チャレンジ♪

初心者はバイオリン演奏体験、経験者は合奏体験をします。

🕒 11月8日・22日・12月6日・20日、土曜、13時半～16時

👤 各初心者10人、経験者10人※5歳以上。小学生以下の子は保護者同伴

📞 往復はがき・ファクス・応募フォーム：10月24日(金)必着※定員を超えた場合は抽選 👤 1040940

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■本の無料譲渡会

寄付された本を1人5冊まで無料で譲渡します。本の寄付は随時受け付けています。

🕒 11月8日(土)～9日(日)、9時～16時※9日は15時まで 👤 1053021

■やさしい相続基礎セミナー
相続に関する不安や疑問を解消するための基礎セミナー。

🕒 11月7日(金)10時～11時 👤 30人

📞 電話・応募フォーム：10月7日(火)10時から 👤 1053035

都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■都南公民館まつり

同公民館で活動する団体の展示や舞台発表、飲食コーナー、イベントなど。

🕒 10月17日(金)～19日(日)、10時～16時※19日は15時半まで 👤 1040766

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354

■玉山地域公民館まつり

同公民館で活動する団体の展示や舞台発表など。

🕒 10月25日(土)9時半～17時と26日(日)10時～15時 👤 1044341

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■松園いきいき教室 映画会

「GOING WEST 西へ…」を上映。

🕒 11月12日(木)10時～12時
👤 50人※60歳以上 👤 1053038

■味噌づくり教室

大豆やみそについて学び、県産大豆でみそづくりをします。

🕒 12月3日(木)・10日(木)、10時～14時半
👤 各16人 💵 各2000円

📞 往復はがき：必要事項の他、受講希望日

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

講希望日を記入し、郵送。11月10日(月)必着※定員を超えた場合は抽選
👤 1053040

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■乙部地区公民館まつり・健康まつり

同公民館で活動する団体の展示や舞台発表。体脂肪・血圧測定、健康講座、農産物の販売など。上履きを持参。

🕒 11月2日(日)9時40分～14時
👤 1049131

好摩地区公民館

☎028-4125 好摩字野中69-48
☎682-0055 ファクス682-0066
✉208800_mbx@city.morioka.iwate.jp

■家庭でできる地元食材を活かした洋食料理に挑戦！

地元食材を使った家庭でもできる洋食の料理を作ります。作った料理は持ち帰りできます。

🕒 10月28日(火)9時半～13時半
👤 6人※18歳以上 💵 2000円

📞 窓口・電話・往復はがき・ファクス・メール：10月10日(金)必着※定員を超えた場合は抽選 👤 1052812

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■科学談話会

岩手医科大学医学部の鈴木亘助教による「三大栄養素を使い分ける分子機構の解明」と題した講演。

🕒 10月16日(木)18時～19時半
👤 1040089

■読み聞かせボランティアスキルアップ講座
うすゆきそう文庫の澤口杜志代表とのはらのうたの小田葉主宰によるわらべ歌や手遊びについての講義と実習。

🕒 10月24日(金)10時～12時
📞 窓口・電話：10月17日(金)17時まで

■野鳥写真家・叶内拓哉先生と鳥たちの世界をのぞこう
野鳥写真家の叶内拓哉氏による講演。終了後、探鳥会も開催します。

🕒 11月16日(日)10時～12時 👤 35人

📞 電話・応募フォーム：10月7日(火)12時から 👤 1052999

もりおか歴史文化館

☎020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■展示室無料開放

「東北文化の日」を記念して、同館2階の展示室を無料開放します。

🕒 10月26日(日) 👤 1028530

■自由研究コンクール作品展

小学生による歴史・文化に関する研究・作品を展示します。

🕒 11月1日(土)～24日(月) 👤 1028669
👤 1049131

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■ボランティアによる展示案内

ボランティアが1階記念室を案内。

🕒 10月12日(日)・26日(日)、10時～15時※12時～13時を除く

💵 入館料が必要 👤 1053030

原敬記念館

☎020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■秋の生家公開

🕒 10月11日(土)～10月26日(日)9時～16時 💵 入館料が必要

👤 1043917

盛岡てがみ館

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3302

👤 1048042

■企画展「拝啓 富田小一郎様～富田小一郎へのてがみ～」

🕒 10月15日(木)～来年2月9日(月)
💵 入館料が必要

▶ギャラリートーク

①学芸員の解説②館長の解説
🕒 ①10月25日(土)②来年1月17日(土)、10時半～11時15分 👤 各10人

📞 電話：①10月11日(土)②来年1月4日(日)、10時から

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■企画展「遺跡の学び館総選挙2025～あなたの推しは？～」

市内で出土した職員いち推しの遺

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※定員があって特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

物の中から、来館者がお気に入りのものを選んで投票します。

🕒 10月4日(土)～来年1月18日(日)
💵 入館料が必要

■もりおか史跡・遺跡めぐり～玉山地域～ 📞

奥州街道沿いを中心に玉山地域の史跡などを見学します。

🕒 11月9日(日)9時20分～12時半
📞 集合・解散は同館

👤 15人※小学生以上 💵 50円
📞 電話：10月4日(土)10時から

👤 1009440

区界高原少年自然の家

☎028-2631 宮古市区界2-111
☎0193-77-2048

■区界ファミリーデー

水晶の森へ行き、水晶探しをします。

🕒 11月8日(土)9時35分～12時
👤 50人※中学生までの子とその家族 💵 100円

📞 はがき・応募フォーム：必要事項の他、交通手段や健康上配慮が必要な事項、写真掲載許諾を記入し、送付。10月26日(日)必着※定員を超えた場合は抽選

👤 1036369

近代化遺産の日イベント

歴史文化課 ☎639-9067

10月20日(月)の「近代化遺産の日」にあわせて①パネル展と②ツアーを開催。

🕒 ①10月15日(木)～31日(金)、9時～19時※31日は16時まで②10月20日(月)9時半～12時

📞 もりおか歴史文化館（内丸）
👤 ②10人 💵 ②50円

📞 ②電話：10月6日(月)から
👤 1020880

もりおか近郊自然歩道 ～北山散策路～

環境企画課 ☎626-3754

北山周辺を自然や歴史に触れながら散策します。

🕒 10月22日(火)9時～12時
📞 集合は盛岡城跡公園地下駐車場（内丸）の車両出入口脇か、高松公園駐車場。盛岡城跡公園地下駐車場からはバスで移動します

👤 20人 💵 56円程度
📞 電話・応募フォーム：10月3日(金)から※定員を超えた場合は抽選

👤 1045137

ZOOMOのリスが割ったクルミでカードホルダーを作ろう

市動物公園ZOOMO☎654-8266

ニホンリスが木の実を食べる様子の観察やカードホルダー作りをします。

🕒 10月19日(日)13時～15時
👤 10組※1組3人まで

💵 3000円※別途入園料が必要
📞 応募フォーム：10月18日(土)まで

👤 1052997

いつでも！どこでも！ お手軽ウォーキング

健康増進課☎603-8306

歩き方を学び、講師と一緒に40～50分歩きます。参加者にはMORIÖーJポイントが付きま。

🕒 10月24日(金)10時～12時
📞 青山地区活動センター体育館(月が丘一) 👤 20人※運動制限のない人

📞 電話・応募フォーム：10月6日(月)10時から 👤 1006489

渋民キネマ 無料上映会

産業振興課☎683-3852

映画「チルソクの夏」の上映と作品関係者によるアフタートーク会。

🕒 10月12日(日)13時～15時半
📞 姫神ホール（渋民字鶴塚）

バングラデシュを学ぶ！ 料理＆文化講座

(公財) 盛岡国際交流協会 ☎626-7524
✉info@mira-morioka.com

バングラデシュ出身の講師から本場の料理を学べる教室です。

🕒 11月1日(土)10時～14時
📞 中央公民館（愛宕町） 👤 20人

💵 高校生以上1000円、小・中学生500円、協会賛助会員500円※就学前の子は無料

📞 電話・メール・応募フォーム：10月17日(金)まで※定員を超えた場合は抽選

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

市内の婦人合唱団体の発表。

もりおかインフォ

募集

自衛官・防衛大生など

自衛隊若手地方協力本部
盛岡募集案内所 ☎641-5191

自衛官候補生や一般書候補生、高等工科学校生徒、防衛大生を募集しています。詳しくは、同案内所にお問い合わせください。
ID 1001133

お知らせ

定額減税補足給付金不足額給付の申請はお早めに

市定額減税補足給付金不足額給付コールセンター ☎0120-671-714

不足額給付の申請期限は10月31日(金)です。期日を過ぎてからの申請は受け付けできませんので、お早めに手続きをお願いします。

定額減税補足給付金不足額給付確認書が届いている人：確認書の内容を確認の上、必要事項を記入し、必要書類を添えて、同封の返信用封筒で郵送またはオンラインで申請してください

確認書が届いていない人：市が給付対象として把握できていない場合は確認書が送付されません。給付対象になる場合は申請書の提出が必要です。手続き方法など詳しくは、同コールセンターへ問い合わせるか市ホームページをご覧ください
ID 1051799

住居表示の実施

管財課 ☎626-7507

市は、9月22日に太田地区と道明地区、浅岸地区の一部で住居表示を実施しました。そのため、一部区域で住所を変更しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
ID 1053091

暴力団のない住みよい街を

くらしの安全課 ☎603-8008

10月は暴力団追放運動推進強化月間です。「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

式典を開催する他、暴力団追放・客引き行為排除街頭キャンペーンを実施します。

🕒 10月21日(火)14時～15時

📍 式典：県公会堂（内丸）、街頭キャンペーン：大通商店街

ID 1001100

パソコンやスマホで市税などの口座振替の申し込みが可能に

納税課 ☎613-8464

サービス対象金融機関など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 10月1日(火)から※盛岡信用金庫は10月2日(火)から

ID 1052739

盛岡広域都市計画道路の変更案の縦覧

交通政策課 ☎613-8538

同変更案を縦覧します。意見がある場合は、縦覧期間中に県知事へ意見書を提出できます。設置場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 10月3日(金)～17日(金)、9時～17時※土・日曜、祝日を除く

ID 1053160

パソコン・スマホお助け相談会

西部公民館 ☎643-2288

🕒 10月4日(土)・11日(土)・18日(土)・24日(金)、13時～16時
📍 同公民館（南青山町）
👤 各500円 ID 1053013

ゆびあすの休館

余熱利用健康増進センターゆびあす ☎662-1414

施設点検のため、次の期間は休館します。

🕒 10月6日(月)～18日(土)

全国地域安全運動

くらしの安全課 ☎603-8008

10月11日(土)～20日(月)は全国地域安全運動期間です。鍵かけの徹底や特殊詐欺被害防止の対応を家族と話し合うなど、防犯活動に取り組みましょう。
ID 1001100

おりがみでつくろう×保育士カフェ

子育てあんしん課 ☎613-8347

① 子どもや高校生、保育士などが

一緒に折り紙を楽しむ他、②保育士として働くことなどについて相談できます。対象など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 10月13日(月)①10時半～11時45分②12時～13時

📍 盛岡という星でBASE STATION（菜園一）

📍 応募フォーム：受け付け中

ID 1028531

違反建築防止週間

建築指導課 ☎601-3288

10月15日(火)～21日(火)は違反建築防止週間です。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。

ID 1052937

家族介護者リフレッシュ交流会

仁王・上田地域包括支援センター ☎661-9700

食事をしながら、介護について専門職と気軽に話ができます。

🕒 10月18日(土)11時～13時
📍 みんなの居場所Platz（上田三）

📍 10人※要介護1以上の高齢者や障がいを持つ人を在宅で介護している家族

📍 電話：10月10日(金)まで

ID 1003661

起業家塾④もりおか

立地創業支援室 ☎626-7551

Office SUGOROKU（同）の渡辺和義代表から、起業の手順や、事業成功の具体策を学ぶ講座。

🕒 10月22日～11月26日、水曜、全6回、18時半～20時半

📍 産学官連携研究センター（上田四）

📍 20人※盛岡市・滝沢市・紫波町・矢巾町に在住または在学、在勤で、起業を真剣に考えている人や創業間もない人など

👤 3000円

📍 応募フォーム：10月13日(月)まで

ID 1017559

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。

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。

🕒 ▶せり売り：10月28日(火)13時～30日(木)23時▶入札：10月28日13時～11月4日(火)13時

📍 申込期間：10月3日(金)13時～21日(火)23時

ID 1010803

地域共生社会推進フォーラム

地域福祉課 ☎626-7509

刑法の改正とこれからの更生支援をテーマとした講演の他、支援に携わる団体の取り組み紹介やパネルディスカッションなど。

🕒 10月30日(木)13時半～16時

📍 盛岡劇場（松尾町）

📍 100人
📍 電話・応募フォーム：10月20日(月)まで

ID 1048966

こころの健康づくり講演会 ～こころの癖を見つけよう～

健康増進課 ☎603-8309

認知行動療法の視点から、日常生活における物事の捉え方や考え方、ストレスとの付き合い方を学びます。

🕒 11月20日(木)14時～15時半

📍 勤労福祉会館（紺屋町）

📍 100人※市内在住または在勤の人

📍 電話・応募フォーム：10月7日(火)10時から

ID 1037276

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

地域福祉活動に役立てるため、募金にご協力ください。

🕒 実施期間：10月～来年3月

大規模な土地取引後は届け出を企画調整課

📍 613-8394
大規模な土地を購入したときは、土地の売買契約を締結した日から2週間以内に届け出が必要です。詳しくは、同課へお問い合わせください。

📍 大規模な土地を購入した人①市街化区域：2000平方メートル以上②都市計画区域（①を除く）：5000平方メートル以上③都市計画区域外の区域：1万平方メートル以上

ID 1001718

自転車駐車場を増設

交通政策課 ☎613-8538

大通商店街のパーキング・チケッ

ト駐車場跡地の一部を活用し、自転車駐車場を増設しました。場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
ID 1053158



＜お詫びと訂正＞

9月15日号5ページ「イベント情報」の先人記念館の記事に誤りがありました。費用は無料です。お詫びして訂正します。

市営住宅の入居者募集

市営住宅指定管理センター ☎622-7030
ID 1017768

市は、表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(月)

【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8日(火)～15日(火)、9時～17時（土・日曜、祝日は除く）、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、車いすを常用する人がある世帯（単身者含む）

入居者を募集する市営住宅							
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）	○		○	3階	1	1万8800円～3万6900円	6・6・4.5・DK
	○		○		1	1万9300円～3万8000円	
	○	○	○	4階	1	1万9000円～3万7400円	
	○	○	○		1	1万6700円～3万2900円	
	○	○	○	5階	1	1万8500円～3万6300円	
谷地頭アパート （厨川五）	○		○		1階	1	1万4700円～2万8800円
	○		○	2階		1	1万4400円～2万8400円
月が丘アパート （月が丘三）※1	中学生以下の子と同居			4階	1	2万6800円～5万2600円	6・6・5.5・DK
観武台住宅 （月が丘三）	○	○	○	平屋 2階建て	1	9400円～1万8500円	8・K
○	○	○	2階建て		1	1万6600円～3万2600円	5・4.5・3・DK
青山一丁目アパート （青山一）	○		○	3階	1	2万6900円～5万2800円	8・7・6・DK
青山二丁目アパート （青山二）※1	○	○	○	2階	1	2万1500円～4万2200円	6.5・6.5・DK
	○	○	○		4階	1	
青山三丁目アパート （青山三）※1※2	○	○	○	3階	1	2万1100円～4万1400円	6.5・6.5・DK
	○	○	○		1	2万4000円～4万7100円	
川目アパート （栗山一）※3	○		○	4階	1	1万4900円～2万9200円	6・DK
	○		○		1	1万5200円～3万円	6・6・3.5・DK
仙北西アパート （西仙北一）	○		○	1階	1	1万4700円～2万9000円	6・DK
	○		○		1	1万7800円～2万9000円	
柿の木アパート （西見前12）	○		○	4階	1	2万1800円～4万2800円	8・6・4.5・DK
	○		○		5階	1	
波民団地（波民字 大前田）※3	○		○	3階	1	1万8900円～3万7100円	6・6・4.5・DK
	○		○		1	1万8300円～3万5900円	
夏間木第三団地 （好摩字夏間木）	○		○	4階	1	1万8600円～3万6500円	6・6・4.5・DK
	○		○		1	1万5500円～3万5000円	
夏間木第三団地 （好摩字夏間木）	○		○	平屋	1	1万6300円～3万2000円	8・6・6・DK
	○		○		2階	1	
※1 エレベーター付き ※2 事故住宅 ※3 準事故住宅							

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
夜間納付相談	10/9(木) 17時半～19時	納税課（市役所本庁舎2階）	納税課 ☎613-8463
補聴器相談★	10/15(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
不動産に関する無料相談会	10/29(火) 10時～16時※12時～13時を除く	県不動産鑑定士協会（大通一）	同協会 ☎604-3070

★要事前申し込み

広告

土・日を含む全診療日、夜8時まで受付します。

加賀野 消化器内科・内科クリニック

診察時間 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

TEL 019-604-1123

岩大附属小 至国道4号

当院

ホームページ http://kaganoclinic.jp/

城南小 至天満宮

診療時間外に具合が悪くなったら

■症状が比較的に軽い場合は、「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～8時半 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）※休憩時間がある場合があります	内科・外科 小児科・歯科 薬局

☆休日救急当番医・薬局

※往診はできません。混雑状況などにより早めに受付を終了する場合があります

内科 外科・整形外科
小児科 歯科 薬局

日	区分	名称	所在地	電話番号
10/5 (日)	内	まさと脳神経内科クリニック	向中野五丁目18-30	601-5800
	内	二宮内科クリニック	愛宕町2-47	621-8181
	外	盛岡ふじさわ整形外科クリニック	本宮三丁目9-13	613-5274
	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	中村歯科医院	仙北二丁目10-7	635-3777
10/12 (日)	歯	アイランド薬局盛南店	向中野五丁目18-30	656-6123
	薬	あたご薬局	愛宕町2-38	621-8411
	薬	大和薬局	本宮三丁目9-9	656-9650
	薬	こなん薬局	上田字松屋敷23-3	664-1115
	薬	菜園循環器内科医院	菜園一丁目4-7	626-3211
10/13 (月)	内	藤島内科医院	愛宕町4-18	622-4453
	外	いわてスポーツ・整形外科クリニック	向中野字細谷地114	681-7370
	小	よしだクリニック	西仙北一丁目30-50	635-8341
	歯	双木歯科医院	月が丘二丁目3-25	645-7311
	薬	菜園薬局	菜園一丁目5-25	625-7521
10/13 (月)	薬	あたご薬局	愛宕町2-38	621-8411
	薬	道明薬局	向中野七丁目34-28	656-7092
	薬	ひばり薬局	西仙北一丁目30-51	635-9797
	内	もりおか胃腸科内科クリニック	中ノ橋通二丁目3-2	606-6611
	内	かねこ内科クリニック	月が丘一丁目1-63	647-3333
10/13 (月)	外	くぼ脳神経外科・頭痛クリニック	好摩字夏間木70-190	682-0201
	小	村田小児科医院	津志田16-17-2	639-0123
	歯	野手歯科医院	紺屋町3-4	622-7132
	薬	まごころ薬局	みたけ六丁目1-11	641-0086
	薬	みつばち薬局	中ノ橋通二丁目2-13	606-1231
10/13 (月)	薬	みんと薬局	月が丘一丁目1-63	647-3888
	薬	みんと薬局	津志田16-16-7	632-3086
	薬	こんや町薬局	紺屋町3-7	653-1521

■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。

これって、アンコン？ 6

アンコンジャス・バイアス（無意識の思い込み）に気付いて、住みよい盛岡をつくりましょう。

「結婚して家庭を持って一人前」「家を継ぐのは男性」「最近の若者は自己中心的で無責任」…そんな言葉、知らず知らずのうちに使っていませんか？ 慣習や年齢に関する無意識の思い込みが日常生活の中に潜んでいます。互いの違いを認め、尊重し合える社会の第一歩のために、いつもの考え方を少し見直しませんか。

アンコンジャス・バイアスについて詳しくは▶

2次救急医療機関の受入診療科はこちら

広告

小林眼科

白内障・日帰り手術応需

保険医療機関 労災保険指定診療所

診療時間(受付時間)

9:00～12:30 (9:00～12:00)

14:00～18:00 (14:00～17:30)

月 火 水 木 金 土

○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ × ○ ×

盛岡迎賓館

ワークマン 盛岡中野店

コバコン

当院 日・祝日休診

020-0816 盛岡市中野1-9-12

Tel. 019-624-2611

みんなで学ぼう！ 盛岡りんご vol.2

盛岡りんごのおいしさのヒミツ

盛岡では、りんごの木の高さを抑える「わい化栽培」が一般的です。木が低いことで、管理が行き届きやすくなり、りんご一つ一つに太陽の光をしっかりと当てることができます。こうしたきめ細やかな管理が、色鮮やかでおいしいりんごを育てる秘訣です。また、木の上で完熟させてから収穫することにこだわる農家が多く、食べ頃を見極めて収穫されたりんごはとても甘くてジューシーな味わいです。

今が旬！りんご農家おすすめ品種（10月）



ジョナ
ゴールド

果肉がきめ細やかで、やや酸味が強く、生食やスムージーなどにもぴったり。主に岩手と青森で栽培されています。



もりの
かがやき

盛岡生まれの品種で、糖度の高さと、果汁の多さが特長。黄色い果実が太陽の光を浴びて輝くイメージが名前の由来。

盛岡りんごを使ったレシピ



りんごとチーズの組み合わせを楽しもう

りんごとチーズの春巻き

レシピ協力店：ポンコツ珈琲（菜園一）

撮影：猪飼ひより

【材料】（10本分）

・りんご：3分の1個 ・お好みのチーズ、塩こしょう：適量 ・春巻皮：10枚

【作り方】

① りんごを皮つきのまま5mm幅のくし形切りにする。

③ 春巻皮にりんご、チーズ、りんごの順に重ね、巻く。

② りんごに塩こしょうを振る。

④ 160℃の油できつね色になるまで揚げて完成。

盛岡りんごも食べよう！

盛岡りんごは、市内の産直や農園の直売所・ホームページなどから購入できるほか、農業まつりでも販売します。農業まつりについて詳しくは、7ページをご覧ください。



▲産直情報は
こちら



NATURE LOOP って知ってる？

飼育動物を観察できる園路「ZOO LOOP」の他に、実はもう一つ園路があるのを知っていますか？ ニホンジカ獣舎の手前から下に降りる階段を見て「こっちは何があるのかな？」と思った人も少なくないはず。NATURE LOOPは園内に設けられた自然体験型の散策ルートで、池や沢を通して園内を一周できます。ループ内は四季折々の植物が自生し、秋には虫の音が聞こえ、全身で自然を感じることができます。よく目を凝らせば、野生動物たちの痕跡を見つけることができるかもしれません。トレイルランニングなどにもってこいのNATURE LOOP。秋はいつもと一味違うZOOMOを楽しんでみては？



盛岡市動物公園ZOOMOの楽しみ方や注目の情報を紹介します。

📞 公園みどり課 ☎639-9057

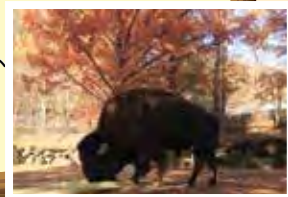


注目の動物

アメリカバイソン

📍 草原エリア

短い角と黒や茶褐色の縮れた体毛を持つウシ科の動物。頭がとても大きく、それを支えるために肩が盛り上がっているため、頭を低く下げたような姿勢に見えるのが特徴。体長210～380cm、体重300kg～1トンの大きな体をしていますが、走力と持久力に優れ、最高時速はなんと70km/h！ZOOMOには、父「タイソン」と母「アメリ」、娘の「リカ」の親子3頭が暮らしています。運がよければ豪快な砂浴びを見られるかも？



動物病院建設にご支援をお願いします

飼育動物や地域の野生動物の保護・治療を行う動物病院の建て替えのため、クラウドファンディング型ふるさと納税を実施中です。第3弾の募集期間は12月31日(火)まで。皆様のご支援をお願いします。



ごみの減量と再利用について、役立つ情報をお知らせ！

3Rマイスターへの道 VOL.40

使用済み小型家電を適切に処分しよう

壊れて動かなくなってしまったノートパソコンやスマートフォンなど、「どのように処分したらいいの？」と疑問に思うことはありませんか。小型家電には「レアメタル」などの希少な資源が含まれています。スーパーや家電量販店、市の施設などにある小型家電回収ボックスに入れ、有用な資源をリサイクルしましょう。なお、事業所から排出される小型家電は出せません。

【問】資源循環推進課 ☎626-3733



◀都南地域の小型家電回収ボックス

◀盛岡・玉山地域の小型家電回収ボックス



回収できない家電の一例

- ・キーボード
- ・プリンター
- ・スピーカー
- ・アイロン
- ・調理家電（IH調理器、フードプロセッサー）
- ・イヤホン、ヘッドホン



対象外の不燃ごみや乾電池は、職員が手作業で取り除いているんだ。火災の原因にもなるから、ボックスには入れないでね。



ごみ減量・リサイクルシンボルキャラクターめぐるちゃん

対象製品や回収ボックスの設置場所などについて詳しくは、ごみ分別辞典や資源・ごみ分別アプリ、市ホームページをご確認ください。



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

秋の風が心地よい季節になりました。今号は、舞台やマラソン、地域のイベントも盛りだくさんです。芸術、スポーツなど、今年はどんな「〇〇の秋」を過ごしますか？（西村）

地球環境に配慮したインキを使用しています。