



morioka もりおか

2026
06
No.1672
発行部数/14万1300部
市内全世帯に配布しています



特集 出水期を前にアップデート！
新しい防災情報

主な内容

- 4 上下水道局の予算
- 5 病院事業の予算、えぶろん、3R
- 6-11 Information
- 12 こんにちは！民生委員・児童委員です

- 13 子育てナビ
- 14 健康ガイド
- 15 休日・夜間診療
- 16 今月のピックアップ、もりおかフットレポーター、#picmorioka

成人検診などの内容や日程を記載している検診だよりを折り込んでいます。

ホームページやSNSなどで市の情報を発信しています！

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



LINE @moriokacity



X @moriokashi



Facebook @moriokashi



新しくなった防災情報



出水期を前に防災意識をアップデート

防災マップ・防災ガイドも併せて確認

6月から10月は、大雨や台風などによる災害が発生しやすい出水期です。令和8年2月に新しくなった防災ガイドや防災マップ、5月からスタートした新しい防災気象情報を出水期前に確認して日頃から災害に備えましょう。【問】危機管理防災課 ☎603-8031

新しい防災気象情報がスタート 防災ガイド8ページを参照

5段階の数字でわかりやすく。レベルに合わせた避難行動を！

発表される情報が「河川氾濫」「大雨」「土砂災害」など対象とする災害ごととなり、名称そのものにレベルがつくようになりました（「レベル3大雨警報」など）。避難行動と直結するレベルがすぐ分かり、避難判断の目安が明確になっています。

防災気象情報が発表されたら、周囲の状況確認や情報を収集し、危険な場所にいる場合、高齢などで避難に時間のかかる人はレベル3まで、それ以外の人もレベル4までに避難を検討してください。また、市から避難情報が発表されたら、警戒レベルに応じて避難してください。



新しくなった防災マップ・防災ガイドを活用しよう！

市は「防災ガイド」「防災マップ」を改訂し、令和8年2月に市内全戸に配布しています。防災マップで自宅や避難する場所を確認して、もしもの時に適切な行動ができるよう備えましょう。防災ガイドには、災害時に役立つ情報や日頃からの備えなどについての情報を掲載しています。



盛岡市防災マップ・防災ガイド

目立つところに貼っていつでも確認できるようにしましょう



防災マップは19種類

※市内19の地区に分けてマップを作成しています。お住まいの地区が掲載されているものをご覧ください

- 1 仁王(南)・桜城・城南・加賀野・杜陵・大慈寺
- 2 仁王(北)・上田・緑が丘 3 松園・みたけ・北厨川
- 4 青山・東厨川・西厨川・土淵 5 米内 6 中野 7 仙北・本宮
- 8 築川 9 山岸 10 太田 11 つなぎ 12 見前 13 飯岡 14 乙部
- 15 巻堀姫神 16 好摩 17 玉山 18 浜民 19 荻川

防災マップの使い方 防災ガイド1、8ページを参照

1 身の周りの危険を知る

●自宅などの確認したい場所を探す
●最大浸水深の目安と見比べながら、確認したい場所や付近に着色やマークなどが調べる

2 避難する場所を調べる・考える

●避難する際の場所を調べ、考える
※避難場所・避難所だけでなく、安全な場所にある知人・親戚宅や宿泊施設も有効な避難先となります

3 避難ルートを調べる・考える

●地図上で道路などを確認しながら、避難ルートを考える
※ルートを検討する際はハザードリスクの高い場所を通過しないなども考慮

4 水位状況・河川カメラの情報を知る

●地図に表示している水位計や河川カメラを確認
●地図の二次元コードから観測箇所の河川状況を確認し、避難行動に活用

その他、最新の防災・避難所情報などを反映しています

- 最新の洪水浸水・土砂災害想定区域
- 新たな土砂災害が発生するおそれのある箇所
- 水害時に優先的に開設する避難所
- 自主避難所 など

防災ガイドの使い方

1 マップの見方・災害情報の入手方法・市で想定される自然災害を知る

- 防災マップの具体的な見方や各凡例の内容を知る **1ページ**
- どんな災害情報があるか、どのように情報を得るのか知る **2ページ**
- 盛岡市で想定される自然災害(水害、土砂災害、地震災害、火山災害)について知る **3ページ~7ページ**

2 避難行動について考える

- 警戒レベルと避難情報を確認する **8ページ**
- 避難行動を検討する

3 災害・防災に備える

- 日頃の備えや、避難時に注意することは何か確認する **9ページ**
- マイタイムラインを作成する **10ページ**
- 家族や緊急連絡、備蓄品、非常持ち出し品のリストを確認する **裏表紙**

ここが新しくなりました		
防災気象情報 (気象庁が発表)		
警戒レベル5相当		
レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報
警戒レベル4相当		
レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報
警戒レベル3相当		
レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報
警戒レベル2相当		
レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報
警戒レベル1相当		
早期注意情報		

盛岡市が発令 (防災気象情報などから判断) ※警戒レベル3~5		
警戒レベル	避難情報等	取るべき行動
5	緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保 何らかの災害がすでに発生している可能性が極めて高い状況です。
警戒レベル4までに必ず避難！		
4	避難指示	危険な場所から全員避難 この段階までには安全な場所にある親戚や知人宅、開設済みの避難所などに避難しましょう。
3	高齢者等避難	危険な場所から高齢者等は避難 必要に応じて、「水害時に優先的に開設する避難所」を開設します。高齢者等以外の人も避難準備や自主的な避難などをしてください。 防災ガイド1ページの避難所・避難場所を参照
2	氾濫・大雨・土砂災害注意報 (盛岡地方気象台が発表)	自分の避難行動を確認 「自主避難所」を必要に応じて開設します。防災マップなどにより、災害が想定される区域や避難先、避難経路を確認しましょう。
1	早期注意情報 (盛岡地方気象台が発表)	今後の気象情報を確認 「自主避難所」を必要に応じて開設します。最新の防災気象情報などに留意するなど、災害への心構えを高めましょう。

◇防災気象情報が発表されたら…
→レベルに合わせて早めの避難行動を検討しましょう。

※市からの避難情報や避難所の開設情報は、テレビ、ラジオ、緊急速報メール、市公式SNSなどで確認しましょう

◇「避難指示」が発令されたら…
→全員避難を開始してください。

◇「高齢者等避難」が発令されたら…
→高齢者など、避難に時間のかかる人は避難を開始してください。

※高齢者等…避難に時間を要する人(高齢の人、障がいのある人、妊産婦・乳幼児等)とその支援者

スマホで最新情報をチェック！

防災ガイド2ページ

●災害の情報を受け取る

災害情報、緊急情報を盛岡市X・LINE公式アカウントからお知らせします。



X @moriokashi



LINE @moriokacity

災害メニューの一覧



●警報が発令されたら

警報などが発令された際は、危険度を地図上に示した「キキクル」などを確認してください。



▲キキクル

●避難所を調べたい

Webサイト上で災害リスクの把握や避難所などの確認ができる「もりおか便利マップ」が便利です。



▲もりおか便利マップ

●災害時の持ち物リスト

避難先で必要なものをまとめておくことで、速やかな避難につながります。



▲詳しいリストは

市長コラム

災害は突然起こります。いざという時の行動に迷わないよう、日頃から備えておくことが大切です。

避難所や危険箇所の確認には、防災マップなどをぜひ活用ください。自宅や職場周辺の「避難先と経路」を事前に確認し、夜間や雨の日の避難も想定しておきましょう。また、災害発生時の避難行動を取る際には、テレビやスマートフォンなどで最新の情報をご確認ください。

小さな準備の積み重ねが、あなたと大切な人の命を守ります。



盛岡市長 内館 茂

水道・下水道事業の予算

上下水道局は、災害に強い安定した水道水の供給と、良好な水循環を目指した下水の処理を続け、市民の皆さんに信頼される経営に努めます。

水道事業と下水道事業の令和8年度予算の概要をお知らせします。

【問】上下水道局経営企画課 ☎623-1444

水道事業 安全で安心な水道水を皆さんに届けます

水道事業の詳しい予算状況▶



1 水道料金などの収入

77億2000万円

2 水道水を作って家庭などに届ける費用

68億1000万円

3 ①と②の差

9億1000万円

4 国からの補助金など/
過去の蓄えなどの一部

49億8000万円

5 新たな借入金

10億2000万円

3~5
の合計 69億1000万円

将来に向けた施設整備など 65億4000万円
過去の借入金の返済 3億7000万円



地震に負けない配水管に交換する工事

水道ぼうや

いろんな手入れをしているから安心して水道が使えるんだね!

主な使い道

- 浄水などの費用…………… 11億8000万円
水道水を作る作業や浄水場の維持管理、修理など
- 配給水の費用…………… 11億4000万円
配水管・給水管の維持管理や修理など
- 検針や支払窓口の費用… 5億2000万円
検針や料金の徴収など
- 支払利息…………… 8000万円
過去の借入金の利息返済

主な使い道

- 配水管施設の整備…………… 25億7000万円
老朽化した配水管の更新、医療・福祉施設への配水管の耐震化など
- 浄配水場施設の整備…………… 32億5000万円
浄水場などの施設の整備や更新

下水道事業の詳しい予算状況▶



下水道事業 下水をきれいにして川に戻します

1 下水道使用料などの収入

100億3000万円

2 下水をきれいにして川に戻す費用

95億9000万円

3 ①と②の差

4億4000万円

4 国からの補助金など/
過去の蓄えなどの一部

30億4000万円

5 新たな借入金

21億7000万円

3~5
の合計 56億5000万円

将来に向けた施設整備など 33億7000万円
過去の借入金の返済 22億8000万円

きれいで快適な暮らしのために、下水道の管理は大切ね!

下水道あいちゃん



マンホール内の洗浄

主な使い道

- 流域下水道の費用…………… 23億6000万円
県の下水道処理施設の維持管理費の負担
- 下水道管の維持費用…………… 4億8000万円
汚水管・雨水管の維持管理や修理など
- ポンプ場などの維持費用… 9億4000万円
下水処理施設の維持管理や修理など
- 検針や支払窓口の費用… 2億5000万円
検針や使用料の徴収など
- 支払利息…………… 4億1000万円
過去の借入金の利息返済

主な使い道

- 汚水管きよの整備…………… 13億5000万円
汚水管の設置や改修、未整備地区の汚水管の整備など
- 雨水管きよの整備…………… 5億円
雨水管の設置や改修、内水浸水※の解析など
※側溝やマンホールなどから水があふれること
- 長寿命化対策…………… 10億9000万円
ポンプ場や下水道管などの改築工事など
- 地震対策…………… 1億7000万円
施設の耐震診断

市立病院の予算

本年度は、病院事業を取り巻く状況を精査し、病棟の再編を含めた病床規模の適正化などについて見直しを行います。また、経営強化プランも見直し、より効率の良い経営に努め、「地域に寄り添った地域多機能病院」として、市民の求める医療を提供します。

重点的な取り組み

- 患者数・収益確保の取り組み**
内丸メディカルセンターの移転・統合に伴い、同センターに通院していた患者の受け入れに努めます。
- 救急医療体制の強化**
医療圏における役割を果たすため、救急医療体制を強化し、初期救急患者を中心に積極的に受け入れます。
- 訪問診療の強化**
訪問診療専従医師の採用により、各関係機関と連携しながら、さらなる在宅医療の推進に努めます。



収益的収支 日常の診療や病院経営に必要な経費

収入 49億1020万円

入院収益 27億700万円	外来収益 11億7000万円	その他 10億3320万円
収支差額 4億3770万円		

支出 53億4790万円

給与費 31億5930万円	材料費 8億770万円	その他 13億8090万円
---------------	-------------	---------------

純損失: 5億4179万円
※純損失には消費税および地方消費税を含まないため、収支差額と異なります

資本的収支 設備や医療機器の購入などに必要な経費

収入 6億7347万円

出資金 3億1253万円	負担金など 3億3194万円
借入金 2900万円	

支出 6億7347万円

企業債償還金 6億4303万円	貸付金 144万円
建設改良費 2900万円	

悪質商法にご注意ください!

大雨や地震などの災害に便乗した悪質商法によるトラブルが全国で多発しています。相談事例や被害に遭わないためのポイントなどをお知らせします。【問】消費生活センター ☎624-4111

実際の相談事例

事例① 豪雨災害の後、訪問業者に「火災保険で修理できる。契約したらキャッシュバックする」「隣家が工事をしているので今なら安くできる」などと勧誘された。隣家は経年劣化で壊れた箇所も保険での修理を促されたようだ。

事例② ポストに「火災保険を使って自己負担なしで自宅の修理ができる」という書類が投函されていた。希望しない場合にも書類を回収しに来るとして訪問予定日が記載されている。どう対応したらよいか。

被害に遭わないために

- 訪問業者に契約を迫られてもその場では決めず、工事などを実施する場合は複数の業者から見積もりを取りましょう
- 保険金を使用する場合は、工事契約前に自分で加入している損害保険会社に相談しましょう
- 契約後でも、8日以内であれば契約を解除(クーリングオフ)できる場合があります

クーリングオフについて詳しくは▶



3Rマイスターへの道 VOL.43

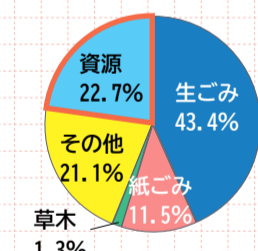
資源とごみの正しい分別

ごみとして捨てられている物の中に「資源」として分別できる物があります。資源とごみを正しく分別しましょう。

【問】資源循環推進課 ☎626-3733

可燃ごみの中にはまだまだ資源が

令和6年度に市内で可燃ごみとして出されたごみの中に、資源として分別できる物が2割以上含まれていました。正しい分別にご協力をお願いします。詳しくは▶



これはごみ? それとも資源?

ごみの分別方法は、各地域の「ごみ分別辞典」や、資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」で検索できます。

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

ユーザー数3万人突破!

アプリはこちらから



Android版 iOS版

資源集団回収や拠点回収も活用しましょう

資源は、ごみ集積場所に出す以外にも回収方法があります。

資源集団回収

町内会や子ども会などで定期的に資源を回収しています。

詳しくは▶



拠点回収

市内にあるスーパーなどで資源を回収しています。

協力店舗や回収品目▶



Information

インフォメーション

イベント・講座

キャラホール

〒020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

MY FAVORITE JAZZ SPECIAL LIVE

鈴木牧子、下田耕平、菊池泰二、塩川光二、鎌田政美によるスペシャルライブ。

時 6月3日(火)19時～20時半

料 500円

申 同ホール、市民文化ホール(盛岡駅西通二)、盛岡劇場(松尾町)、姫神ホール(渋民字鶴塚)、インターネットチケットサービスで受付中

市民文化ホール

〒020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

盛岡市コレクション展

市が所蔵している洋画家田辺至の作品を展示。

時 6月20日(出)～7月5日(日)、10時～17時※入場は16時半まで

パイプオルガン演奏体験講座

好きな曲を演奏できる演奏体験やオルガニストによるレッスンの体験。

時 ①7月28日(火)13時10分～19時20分②29日(水)9時40分～16時55分
対 小学3年生以上の鍵盤楽器経験者※小学生は保護者同伴

図書館 だより

市立図書館(高松一)

☎661-4343

科学談話会

岩手大の岡田真介准教授による「活断層による地震と災害」と題した講演。

時 6月18日(木)18時～19時半

児童文学を読む会

佐藤さとる作「だれも知らない小さな国」(講談社)

時 6月24日(水)10時～12時

かみしばいのハヤ(♥)

時 6月25日(木)・7月9日(木)、15時半～16時

おはなしのじかん(♥)

語りや絵本の読み聞かせ。

時 対 6月27日(出)・7月11日(出)、10時半～10時50分は4歳～小学1年生、11時～11時半は小学2年生以上

夏のちいさなおはなし会～鳥に関する本の読み聞かせや読

定 ①15組②12組(抽)

料 演奏体験1500円、レッスン体験2000円

申 申込用紙に必要事項を記入し6月28日(出)までに提出。応募フォームでも受けています



姫神ホール

〒028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-3526

十住真理子 ヴァイオリン・リサイタル トーク付きの名曲集をお届け。

時 8月29日(出)14時～16時

料 一般4500円、U-25チケット2250円※当日各500円増

申 同ホールの他、市内プレイガイドで5月28日(木)発売

きたぎんボールパーク

〒020-0834 永井7-16-2
☎613-3080

筋トレフィットネス

時 6月8日(月)・15日(月)、全2回、13時10分～14時

対 高校生以上

定 15人(抽) 料 900円

申 窓口・電話:受け付け中

筋トレフィットネス

(♥)は幼児～小学生が対象

書会など。時間で対象年齢が変わります。

時 7月4日(出)10時～11時50分

ID 1043902

えほんのハヤ(♥)

時 7月4日(出)15時半～16時

おはなしのじかん

わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。

時 対 7月10日(出)、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40分は1歳2カ月以下の子と保護者

都南図書館(永井24)

☎637-3636

おはなしの時間

絵本の読み聞かせと手遊びなど。

時 6月17日(水)10時半～10時55分

対 0～2歳の子と保護者

都南銀帯倶楽部

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

時 6月20日(出)・21日(出)、全2回、11時15分～12時45分

対 小学生～60歳

定 8人(抽) 料 2800円

申 窓口・電話:6月5日(金)10時から

アイスリンク放課後カーリングクラブ

時 6月24日(水)～来年3月31日(水)、月3回、17時～18時半

対 小学生

定 8人程度(抽)

料 各回1000円※家族も参加する場合は1人300円

申 窓口・電話:6月10日(水)10時から

ゆびあす

〒020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

キッズダンス教室無料体験

時 6月12日～7月3日、金曜、15時半～16時15分

対 年中～小学2年生※

初めて参加する人 定 各10人(抽)

申 窓口・電話:6月3日(水)10時から

父の日イベント

似顔絵カードの作成やプレゼント配布。

時 6月20日(出)・21日(出)、10時から

対 プレゼントは中学生以下

定 プレゼントは各40人(抽)

都南つどいの森

〒020-0842 湯沢1-88
☎637-0877

矢巾三滝、大白沢の滝、幣掛の滝、北ノ沢大滝に行く

時 6月7日(出)10時～12時半

定 15人(抽) 料 1000円

申 電話:6月3日(水)12時から

志波三山縦走路、蜂ヶ森～ハツクレ～不動岳に行く

時 6月21日(出)9時～15時

定 15人(抽) 料 1000円

申 電話:6月14日(日)9時から

南昌山登山と樹木観察

時 6月27日(出)9時～14時

定 15人(抽) 料 1000円

申 電話:6月14日(日)9時から

木工教室「森の小さな引き出し」

小さな3段の引き出しを作ります。

時 6月27日(出)～29日(出)、各3回9時半～15時

対 中学生以上

定 各5人(抽) 料 各2500円

申 電話:6月7日(日)9時から



滝名川上流ナメ滝と座頭滝に行く

時 7月5日(日)9時～14時

定 15人(抽) 料 1000円

申 電話:6月14日(日)9時から

今月のおすすめ図書

都南図書館 推薦

こうやって、僕は戦い続けてきた。

菊池雄星著(PHP研究所)



盛岡出身のメジャーリーガー・菊池雄星選手が、世界の舞台で戦うための習慣、思考、実践を全て自らの言葉でつづった渾身の1冊!

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～55分(再放送10時半～35分)

声の広報 広報の一部を音声で聞くことができます



開催日からイベントなどを探したいときは、イベント・講座カレンダーが便利です!



外山森林公園

〒028-2711 薮川字大の平31-1
☎・ファクス681-5132

滝を目指してロング・ウォーク

片道約3*を歩いてつり橋と月影の滝を目指します。

時 7月4日(日)9時半～13時

定 10人(抽)

料 1000円

申 往復はがき・電話・ファクス・応募フォーム:6月17日(水)必着



炭焼き体験

時 7月18日(出)9時15分～15時

対 小学3年生以上※小学生は保護者同伴 定 10人(抽)

料 1500円

申 往復はがき・電話・ファクス・応募フォーム:7月1日(水)必着

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。

申 電話

中央公民館

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

アートガーデン夏～歴史との対話～

現在一線で活躍する盛岡近郊在住の美術家によるアートを旧中村家住宅で展示。

表1 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
おかしなお菓子体験!～笹もちをつくらう!～	7/3(金) 10時～12時 14時～16時	各9人	和菓子の「笹もち」作りを体験。(各1000円)	6/10(水) 10時から
楽しくエクササイズ!らくらくエアロビクス	7/10(金) 10時～11時半	10人	軽快な音楽に合わせて有酸素運動のエアロビクスを体験。(800円)	6/12(金) 10時から
はじめてのウクレレ	7/17(金) 13時～13時45分 14時～14時45分 15時～15時45分	各3人	ウクレレの弾き方など基本を学び、演奏体験をする。(1000円)	6/16(水) 10時から
美容姿勢ピラティス～おなか集中ストレッチ～	7/24(金) 13時半～15時	12人	おなかや腰周りを集中してストレッチ(800円)	6/17(水) 10時から
ステキにマーブルアート～マーブルサンキャッチャー～	7/25(土) 13時～16時	10人	マーブルアートの技法でサンキャッチャーを制作(2200円)	6/20(土) 10時から

< 広告 >

要約筆記者養成講習会(前期課程)受講者募集中

(要約筆記とは) 聞こえない方にその場の音声情報を文字でサポートする活動です。

説明会 体験もできます!	養成講習会(前期課程)	
日時 ① 7月4日(土) 13:00～15:00 ② 7月25日(土) 13:00～15:00 <small>(両日とも12:40から受付開始)</small>	内容 ・中途失聴、難聴者のお話 ・要約筆記体験 ・養成講習会の概要	講習期間 令和8年8月1日(土)～令和9年3月6日(土) 土日を中心とした全13回 定員 20名(手書き10名/パソコン10名) 申込期間 令和8年7月27日(月) 受講料 無料・テキスト代実費
お申込み お願いします ☎019-606-1743 FAX 019-606-1744 Eメール mimi-iwate@aiina.jp		
岩手県立視聴覚障がい者情報センター 〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通一丁目7-1 キオクシア アイーナ 4F		

日(出)、13時～16時
料 各500円
ID 1055319



もっと楽しく、もっと英語でコミュニケーション

時 6月20日～7月4日、土曜、全3回、10時～12時
定 20人**料** 500円



申 電話・応募フォーム：6月4日(休)10時から

名作映画会～世紀の爪跡～

満州事変から太平洋戦争終結までを描く記録映画。
時 7月11日(出)10時～11時40分 **定** 30人**料**



申 電話・応募フォーム：6月23日(火)10時から

縄文講座

遺跡の学び館職員による「私から見た縄文時代～発掘調査から感じた疑問～」と題した講演。



時 7月18日(出)10時～12時
定 80人**料**

申 窓口・電話・応募フォーム：6月4日(休)10時から

河南公民館
 〒020-0873 松尾町3-1
料 622-2258

もりげきサロン
 お茶を飲みながら、気軽にしゃべりを楽しみましょう。
時 6月9日～23日、火曜、10時～15時半※出入り自由・マイカップ持参



都南公民館
 〒020-0834 永井24-10-1
料 637-6611

子どもシネマランド
 「ねずみのチャップ」[こどりのふえ]「雨をふらせる子熊くん」を上映。
時 6月6日(出)10時半～11時15分
対 小学生以下の子と保護者



親子ホタル観察講座

3種類のホタルが観察できる自然について学びます。※集合・解散は同公民館



時 7月3日(出)・7日(火)、18時半～21時半 **対** 小学生の子と保護者

定 各20人**料** 53円

申 応募フォーム：6月16日(火)まで

浜民公民館
 〒028-4132 浜民字鶴塚55
料 683-2354

親子で虫ムシ大作戦!

虫や自然を観察します。
時 7月12日(出)9時～12時半



対 小学生の子と保護者 **定** 10組**料** 30円

申 往復はがき・応募フォーム：6月30日(火)必着

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

高水寺城斯波氏の興亡～城館から見た斯波氏の勢力～

斯波氏の勢力拡大、中世城館分布などについての講座。



時 7月11日(出)10時～11時40分
定 30人**料**

申 窓口・電話：6月5日(金)10時から

乙部地区公民館
 〒020-0403 乙部6地割79-1
料 696-2081

月面X観察会

クレーターが作るXに似た模様を観察します。
時 6月22日(月)18時半～20時半 **対** 小学生の子と保護者



車中泊入門講座

車中泊のスキルを学びます。
時 6月26日(金)10時～12時 **定** 20人**料**



これから始める御朱印入門

御朱印集めのマナーや寺社の歴史などを学びます。
時 7月11日(出)10時～12時



ジャコウアゲハ観察会

ジャコウアゲハの食草と成虫を探します。
時 7月12日(出)9時～11時



対 小学生の子と保護者 **定** 10組**料** 53円

申 電話：6月23日(火)10時から

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

松園を学ぶ

①盛岡少年刑務所の役割や②産業廃棄物の処理について学びます。
時 ①6月23日(火)13時半～15時②6月30日(火)10時～11時半、全2回

所 ①盛岡少年刑務所(上田字松屋敷)②樹環境整備(川又字赤坂)※現地集合・解散

定 15人**料**

申 電話：6月5日(金)10時から

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

企画展「家の証～家紋からたどる南部家～」

時 6月27日(出)～8月31日(月) **料** 入館料が必要

▶ギャラリートーク

時 7月5日(出)・8月8日(出)、13時半～14時半

▶関連展示「南部家の家紋と女性たち」

時 6月27日～9月7日(月)

▶南部利文名誉館長イベント「南部さん!聞いてもいいですか?」

同館館長と名誉館長による講演会。
時 7月19日(出)13時半～15時

申 往復はがき・応募フォーム：6月30日(火)必着

開館15周年記念・無料開放

オリジナルグッズを先着100人にプレゼント。
時 7月1日(火)



先人記念館

〒020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
料 659-3338

ボランティアが1階記念室を展示案内

時 6月14日(日)・28日(日) ①10時～12時②13時～15時

料 入館料が必要

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

企画展「内務大臣・原敬～巨大官庁“内務省”を率いた男～」

時 6月13日(出)～8月16日(日) **料** 入館料が必要

▶ギャラリートーク

時 ①7月4日(出)13時半～14時15分②8月8日(出)15時15分～16時

定 各20人**料** 入館料が必要

申 電話：①6月13日(出)②7月18日(出)ともに10時から

“内務省”

時 8月8日(出)13時半～15時 **定** 各20人**料**

申 電話：7月18日(出)10時から

盛岡てがみ館
 〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
料 604-3302

気軽に楽しむ絵手紙講座

絵手紙の基礎を学んで制作。
時 7月8日(火)・15日(火)、13時半～15時半

所 プラザおでつて(中ノ橋通一) **定** 10人**料** 1200円

申 電話：6月24日(火)10時から

他 絵の具道具一式が必要

志波城古代公園
 〒020-0855 上鹿妻五兵衛工新田47-11
料 658-1710

志波城フェスタ

企画事業、歌や演奏などのステージ発表や屋台飲食など。
時 6月20日(出)10時45分～17時

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

体験学習会 つるを編んでみよう

アケビのつるを使って小物を作ります。
時 7月5日(日)10時～12時

対 小・中学生※小学生は保護者同伴 **定** 6組※1組3人まで**料** 1組1000円

申 応募フォーム：6月21日(日)まで

学芸講座 盛岡の装身文化
 遺跡から出土した装身具を紹介。
時 7月12日(出)13時半～15時



定 80人**料** 300円

申 電話・応募フォーム：6月4日(休)10時から

区界高原少年自然の家
 〒028-2631 宮古市区界2-111
料 0193-77-2048

区界ファミリーデー

自然散策や岩場登り、水晶探しなど。
時 7月18日(出)8時50分～12時45分



対 定 コースによって異なります**料** 100円

申 はがき・応募フォーム：7月4日(出)必着

男女共同参画週間パネル展
男女共同参画推進室 626-7525

時 ①5月30日(出)～6月16日(火)②6月18日(休)～30日(火)

所 ①中央公民館1階ラウンジ(愛宕町)②市役所本庁舎1階エレベーターホール

盛岡さんさ踊りに参加して楽しもう!
盛岡さんさ踊り実行委員会 624-5880

8月の本番に向けて①市民練習会②笛教室③唄教室を開催。日程や場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

環境学習講座
環境企画課 626-3754

▶森を観察してコケ玉を作ろう

時 6月13日(出)10時～12時 **所** 外山森林公園(藪川字大の平)



対 小学生以下の子と保護者 **定** 15組**料** 各30円

申 電話・応募フォーム：6月1日(月)10時から

▶もりおか近郊自然歩道を散策しよう

時 6月17日(火)9時～12時 **所** 盛岡城跡公園地下駐車場(内丸)・高松公園



定 20人**料** 30円 **申** 電話・応募フォーム：

6月8日(月)17時まで
▶ラベンダーを摘み取ってスワッグ作り

時 6月27日(出)9時半～11時半



所 エコアス広場(上田字上堤頭) **定** 30人**料** 30円

申 電話・応募フォーム：6月15日(月)17時まで

カンタンにお魚を食べよう!
中央卸売市場業務課 614-1000

新鮮な魚介を使った栄養満点のレシピを学びます。
時 6月27日(出)13時半～15時半 **対** 18歳～29歳



定 24人**料** 1000円

申 応募フォーム：6月12日(金)17時まで

起業家塾@もりおか
ものづくり推進課 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



体策を学びます。
時 6月24日～8月5日、水曜、全7回、18時～20時半※8月5日は18時～21時

所 産学官連携研究センター(上田四) **対** 盛岡市、滝沢市、紫波町、矢巾町に在住又は在学、在勤で、起業を真剣に考えている人や創業間もない人

あゆ釣り教室
観光課 626-7539

時 7月5日(日)8時半～11時 **定** 20人**料** ※小学生は保護者同伴 **料** 2100円



申 応募フォーム：6月10日(火)まで

つなぎでつなぐ盛岡さんさ踊り
盛岡つなぎ温泉観光協会 689-2109

どなたでも入浴・飲み物とセットでさんさ踊りを観覧できます。



時 来年3月31日(火)まで※一部除外日があります **料** 1500円※中学生以下は750円



募集

市芸術文化推進審議会委員
文化国際課 613-8465

市の芸術文化推進に必要な事項について審議する人を2人募集します。任期は2年間で、



⑥ 次の全てに該当する人①芸術文化について関心があり、活動経験がある②令和8年4月1日時点で市内に1年以上住んでいる③18歳以上④市の他の審議会などの委員を務めていない⑤平日の日中に開く

⑦ 市役所本庁舎7階の文化国際課や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、〒020-8530(住所不要)市役所文化国際課へ郵送または持参。郵送は6月12日(金)消印有効。持参は同日17時まで

対 市内に本社または支社がある企業・団体など **申** 募集期間：7月31日(金)まで

子ども委員
子ども青少年課 613-8356
mail kodomo@city.morioka.iwate.jp

子どもの権利や意見表明の機会確保について一緒に考える人を募集します。対象者など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



総合的な林業施策の推進に関する事項を調査・審議する人を1人募集します。任期は7月1日(火)から2年間です。



⑥ 次の全てに該当する人①林業振興施策に関心がある②令和8年7月1日時点で市内に1年以上住んでいる③平成20年7月1日以前生まれ④市の他の審議会などの委員を

務めていない⑤平日の日中に開く年1・2回程度の会議に出席できる **申** 市役所若園町分庁舎5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の用紙に必要事項を記入し、〒020-8531(住所不要)市役所林政課へ郵送または持参。郵送は6月15日(月)消印有効。持参は同日17時まで

対 小学4年生～高校生年代 **定** 20人**料**

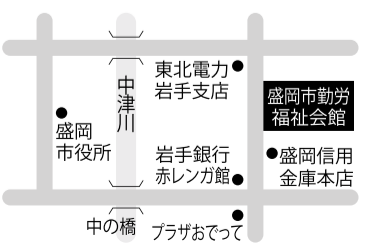
申 メール・応募フォーム：6月19日(金)まで

啄木の里ふれあいマラソン大会 参加者募集!
 ハーフ、10^{キロ}、3^{キロ}、3^{キロ}ベアの3種目27部門。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。
時 10月18日(日)9時スタート予定 **対** アマチュア競技者。ベアは2人1組であれば年齢・性別を問いません。※就学前の子は5歳以上とし、保護者などのベアに限る **問** 同大会実行委員会事務局 683-1636



< 告 告 >

盛岡市勤労福祉会館
 ●大ホール〔定員216名〕●和室〔32畳〕
 ●各会議室〔中・小規模〕ほか
〈施設貸出のお問い合わせ〉
☎019-654-3480
 〔休館日〕日・祝 〔貸出時間〕9:00～21:00



笑顔でつながる豊かな人生を創る シルバー人材センター
会員募集中!! 興味のある方は、入会説明会にぜひご参加ください。(事前申込制)
入会説明会 6月12日(金)／6月26日(金)／7月6日(月)女性限定 各日 10:00～11:30 **☎019-622-3363**
 公益社団法人 盛岡市シルバー人材センター ●事前にお電話ください。
 〒020-0885 盛岡市紺屋町2番9号 盛岡市勤労福祉会館 2階 HPはこちら

< 告 告 >

企業も地域も人も、元気にする広告会社です。

新	聞	テ	レ	ビ	ラ	ジ	オ	市	町	村	広	報	誌
マ	ー	ケ	ー	テ	ィ	ン	グ	イ	ベ	ン	ト	サ	ィ
ン	グ	イ	ベ	ン	ト	サ	ィ	ン	告	各	種	印	刷

お客様のPRをお手伝いします!
令和8年度「広報もりおか」 **Natural Com.** TEL **019-652-9190** E-mail **office@naturalcom.jp**
広告取扱代理店 ナチュラルコム株式会社 盛岡市盛岡駅前通13-23 阿部ビル4F URL **www.naturalcom.jp**

「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」の作品

長寿社会課☎603-8003

11月13日(金)に市民文化ホール(盛岡駅西通二)で開催する同イベントで、

自分の思いを発表する作品を募集します。テーマは①私の生きがい・特技②私の夢・希望③若者に伝えたいこと④私たちの役割⑤地域活動に参加して⑥これまでの体験から学んだこと⑦その他自由主題のいずれか一つで、2000字以内の自作で未発表のものに限りです。*

作品の著作権は市に帰属し、原稿は返却しません

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

☎ 60歳以上※4月1日時点

☑ 原稿に題名と必要事項を記入し、〒020-8530(住所不要)市役所長寿社会課へ郵送または持参。

受付期間は6月22日(月)～9月9日(水)。郵送は9月9日必着。持参は同日17時半まで

加の申し込みが必要です。

☎ 市役所本庁舎4階403会議室

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

表2 売却物件や入札日など

入札日時	所在地	面積	地目
7/8(水)10時～	下飯岡	163.91平方m	宅地

指定管理者申請予定者説明会

資産経営課☎603-8007

公募により指定管理者を指定する施設の説明会を表3のとおり開催します。申請を予定している団体などは、各担当課へ事前に連絡の上、できる限り説明会へ出席してください。*

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

表3 説明会の日程など

施設名	日時	会場	担当課
かつら荘(住吉町)	6/15(月)14時～	総合福祉センター(若園町)	子ども家庭センター ☎019-613-7521
厨川児童センター(前九年一厨川児童センター城西分室(中屋敷町))	6/16(火)13時半～	市役所本庁舎4階403会議室	子ども青少年課 ☎019-613-7257

☎ 20人☎

☎ 電話:6月19日(金)10時から

6月は環境月間です

環境企画課☎626-3754

環境月間にちなみ、気候変動への対策やゼロカーボンの取り組みを紹介するパネル展を開催します。

☎ ①6月1日(月)～11日(休)②6月13日(水)～30日(水)※土・日曜は17時まで

☎ ①都南図書館(永井24) ②市立図書館(高松一)

私道整備に補助

道路管理課☎613-8542

私道を整備する場合、補助金の交付や砂利の支給をします。

☎ 補助金 ▶

6月は鍵かけ実践推進月間

くらしの安全課☎603-8008

自転車の盗難被害の約8割は、鍵をかけていない状態で盗まれています。

☎ ①6月1日(月)～11日(休)②6月13日(水)～30日(水)13時～

☎ 5月29日(金)13時～6月15日(月)23時

親元就農給付金の支給

農政課☎613-8458

親の農業経営を継ぐ人に給付金を支給します。1人当たり年額60万円、期間は最長2年間です。

☎ 市内に住所があり、本年度内に新たに就農する55歳以下の人。市内に親(三親等内の親族を含む)が所有する農地を取得または利用権設定するほか、事前に就農計画の審査が必要です。国の農業次世代人材投資資金や経営開始資金との重複受給はできません

☎ 6月1日(月)～6月30日(火)

漏水調査・発見にご協力を

水道維持課☎623-1411

▶水道の漏水調査にご協力ください

市上下水道局は、貴重な水資源の有効活用と道路陥没などの二次災害の防止のため、年間を通して給水区域内の漏水調査を実施しています。調査のため皆さまの宅地内へ立ち入る場合がありますので、ご協力をお願いします。

☎ 調査員による調査の様子

児童手当の更新をお忘れなく

子ども青少年課☎613-8354

更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

☎ 更新の案内が届いた人は6月に更新手続きが必要

お知らせ

市有地を売却します

管財課☎613-8340

市有地を入札により売却します。売却物件は表2のとおり。購入希望者は入札参

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

☎ 6月1日(月)9時～6月30日(火)12時

▶道路などで漏水を発見した場合

晴れているのに道路がいつも濡れていたたり、側溝にいつもきれいな水が流れていたりする場合は、地下の水道管から漏水している可能性があります。水のごりや断水、道路の陥没や凍結などの原因にもなり、大きな事故を引き起こす可能性があります。漏水が疑われたら、すぐに同課へご連絡ください。

☎ 6歳以上

☎ 応募フォーム:6月1日(月)～30日(火)

アメリカオニアザミの駆除のお願い

環境企画課☎613-8419

アメリカオニアザミは、生態系被害防止外来種に指定されており、在来植物の居場所を奪ってしまいます。自宅の庭や自己所有の敷地内で見つけたら、種が拡散する前に駆除のご協力をお願いします。駆除の際には、とげにお気を付けてください。

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

☎ 駆除のお願い

こんにちは！ 民生委員・児童委員です

私たちのまちでは、「民生委員・児童委員」が日頃から地域住民の見守り役・相談役として活動しています。
今号では民生委員・児童委員の活動内容を紹介します。
☎ 地域福祉課 ☎626-7509



- 民生委員・児童委員とは -

民生委員・児童委員は、民生委員法と児童福祉法に基づき厚生労働大臣から委嘱を受けた地域のボランティアで、住民一人一人の人権とプライバシーを尊重し、秘密を保持する守秘義務を持って活動しています。
全国では、約22万人が民生委員・児童委員として活動しています。

どんな活動をしているの？

民生委員・児童委員はそれぞれ担当地区で活動しています。主な内容は以下のとおりです。
お住まいの地区を担当している民生委員・児童委員を知りたい場合は、同課へお問い合わせください。

- 子どもや高齢者の見守り
- 子育てや介護などの相談相手
- 相談内容に応じて専門機関を紹介
- 毎月の地区民生委員協議会への参加
- 65歳以上の世帯の調査（5月～7月）
- 赤い羽根共同募金運動（10月～12月）
- 歳末たすけあい運動（11月～12月）



活動の対象外となるもの

ボランティアで見守り役・相談役として活動しているため、以下のような内容は役割に含まれていません。

- 買い物をする、ごみを出す
- 子どもを預かる
- お金を貸す、保証人になる
- 身の回りの世話をする
- 災害時に救助しに行く
- 救急車に同乗する など

活動している委員さんにインタビュー！

民生委員・児童委員になって良かったと思うことは？



市民生児童委員連絡協議会
古内保之会長

民生委員・児童委員になるまでは、近所に誰が住んでいるかも知らないほど地域に関わっていませんでした。地域の皆さんと顔見知りになり、地域を知ること、地域住民の一員なのだという意識を持てるようになったこともうれしいですね。皆さんとさまざまな話をするのが、自分の生きる糧になっていると感じます。

市民の皆さんに向けて

自分の地域の民生委員・児童委員は誰なのか関心を持ってもらいたいです。そして、気軽に声を掛けてください。顔見知りになることで、相談事がある時にスムーズに話せると思います。私たち民生委員・児童委員側も、地域の皆さんに知ってもらおう努力を地道に重ねていきたいです。

共に活動する仲間を探しています！

現在、市内では561人が活動していますが、まだ民生委員・児童委員を募集している地域があります。興味のある人は、同課へお問い合わせください。



活動して感じることは？

訪問活動は大変な面もありますが、日程に縛られず、自分の都合に合わせて活動できるのが良いところだと思います。自分のリズムが生まれると楽しく活動できるようになり、長く続けられるのではないかと思います。あまり堅く考えず、自分にもできることがあるのではないかと、という気持ちで活動しています。

会長として思うことは？

民生委員・児童委員になる方は責任感があり、誠実な人が多いため、お互い信頼して活動ができる組織だと感じます。そういった仲間がたくさんいるということは、活動する上でとても心強いことですね。

< 広 告 >

悲しむ暇もない、相続手続き……

財産内容の確認 相続人同士話し合い
遺産分割 不動産登記 預金解約

遺言書のない相続は、大変です。
あなたの大切な人のために、今できることの一つ。
あなたの遺言書づくりを丁寧にサポート致します。

無料相談会 実施中！

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。

ご予約はこちら

士業の森 相続・贈与相談センター

運営会社：士業の森グループ 佐藤税理士法人 〒020-0866 盛岡市本宮二丁目3-30 TEL019-656-4600

子育てナビ

子育てを応援

マタニティサロン
出産後の生活についてのアドバイス。
時 6月17日(火)10時～11時半
所 盛岡バスセンターあそびの広場(中ノ橋通一)
対 初産婦 定 3人宛
問 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

パパママ教室
出産の準備や赤ちゃんとの生活についての講話、パパの妊婦体験など。
時 6月20日(土)10時～12時と13時半～15時半
対 10月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー
所 もりおか子育て応援プラザ*mall (大通一)
定 各12組宛
申 応募フォーム：6月5日(金)12時から
問 いわて子育てネット事務局 ☎652-2910

離乳食教室
時 7月14日(火)10時～11時45分
所 市保健所(神明町)
対 令和8年3月生まれの子と初めて子育てしている保護者 定 20組宛
申 応募フォーム：6月23日(火)から
問 母子健康課 ☎603-8303

親子向け

親子でふれあい遊び
とりょう支援センター ☎651-8580
▶にこにこルーム
時 6月4日(休)は都南公民館(永井24)、10日(休)は西部公民館(南青山町)、24日(休)は高松地区保健センター(上田字毛無森)、10時～11時半 対 0～3歳の子と保護者
▶びよびよルーム
時 6月19日(金)は飯岡地区保健センター(下飯岡8)、7月3日(金)は高松地区保健センター、10時～11時半 対 0歳の子と保護者

赤ちゃんヨガ教室
時 6月5日(金)・15日(月)、10時半～11時半
所 飯岡地区保健センター(下飯岡8)
対 首の据わった生後3～10カ月の子と保護者 定 各8組宛 費 各72円
申 電話：6月1日(月)9時から
問 飯岡地区公民館(下飯岡8) ☎637-2270

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。

時日時 場所 対象 定員(◎先着 ◎抽選) 料金
☑申し込み ☑問い合わせ ☑その他 ☑広報ID

時 6月7日(日)・7月5日(日)、11時～11時半
所 中央公民館(愛宕町) ☎654-5366

市立保育園(7園)の一斉開放
時 6月9日(火)・23日(火)、10時～11時
対 就学前の子と保護者、妊婦
問 とりょう支援センター ☎651-8580

おやとこひろば
時 6月10日(水)・7月3日(金)、10時～11時半
対 0歳～就園前の子と保護者
所 松園地区公民館(東松園二) ☎661-8111

わくわくおはなし会
絵本の読み聞かせやさまざまな語り。
時 6月13日(土)11時～11時半、7月4日(土)10時半～11時半
所 中央公民館(愛宕町) ☎654-5366

ふたばわらべうた・おはなし会
時 6月17日(火)①10時～10時40分 ②10時50分～11時20分
対 ①1歳～4歳未満の子と保護者 ②1歳未満の子と保護者 定 10組宛
所 西部公民館(南青山町) ☎643-2288

親子ペイント教室
食紅絵の具で色の混ざりや動きを楽しみながら絵を描きます。
時 6月24日(火)13時半～14時半
所 松園地区公民館(東松園二)
対 首の据わった生後3カ月～3歳の子と保護者 定 8組宛 申 応募フォーム：6月18日(休)まで
問 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

子育てママのピラティスでリフレッシュ講座
時 7月2日(休)10時～11時40分

子育て支援WEB予約「ジモイク」をご利用ください！
子育て関連イベントを、24時間WEBから予約できるサービスの試行実験を行っています。多くの利用がある場合は継続予定ですので、ぜひご利用ください！

子ども科学館へ行こう！
※子ども科学館は6月1日(月)から、東北ターボこども科学館(愛称)になります

開催日	イベント名
6/6(土)～28日(土)・日 曜※6/20(土)を除く	サイエンスショー「空気のちから」
6/6(土)～28日(土)・日曜	ワークショップ「ペットボトル空気砲」
6/13(土)・20(土)	太陽を見る会
6/20(土)	星を見る会
6/27(土)・28(日)	ペビープラネタリウム

対 女性※託児は0～3歳 定 16人宛
申 電話・応募フォーム：6月9日(火)10時から
他 託児希望の場合は電話で申し込み
所 西部公民館(南青山町) ☎643-2288

ママとベビーのハッピータイム
赤ちゃんと一緒にピラティスやベビーダンスをします。
時 ①7月8日(火)②7月13日(月)・27日(月)、13時半～14時半
所 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)
対 首の据わった生後3カ月～2歳の子と保護者 定 各8組宛 費 ①1000円②2000円
申 応募フォーム：①7月1日(休)まで②7月6日(月)まで
問 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

つくってあ・そ・ぼ！
身近な素材でおもちゃを作って遊べます。
時 7月15日(火)10時～11時半
対 0歳の子と保護者 定 10組宛
申 電話・窓口：6月24日(火)10時から
所 都南公民館(永井24) ☎637-6611

子ども向け

ボール遊び教室
時 7月6日・13日・27日、月曜、15時～16時
所 高松地区保健センター(上田字毛無森)
対 本年度4～6歳になる子 定 各8人宛
費 各1000円 申 応募フォーム：6月29日(月)まで
問 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

読み聞かせなど図書館のイベントは、6月「図書館だより」に掲載しています

子ども青少年課 ☎613-8356
「ジモイク」ロゴ

子ども科学館(本宮字蛇屋敷) ☎634-1171
詳しくは▶

< 広 告 >

軽・不動産 3万円※ 普通車 4万円※ で買取します!!

※抹消手続きなど諸経費は一切かかりません。保管状況等によって買取できない場合があります。

K's Dream ケーズ ドリーム 県内引取・見積等すべて無料!

TEL.090-9745-2336

盛岡店 TEL:019-601-3070 〒020-0855 岩手県盛岡市上鹿妻田員7-2
滝沢店 〒020-0731 岩手県滝沢市篠木明法127-2 岩手県公安委員会許可 古物商許可番号：第211170000454号

健康ガイド

高齢者eスポーツ体験会

脳のトレーニングになるeスポーツを通じて仲間や友人をつくりませんか。

時 7月16日(火)・7月7日(火)、14時～16時
所 都南公民館(永井24) 定 65歳以上
定 各20人(定) 電話・応募フォーム:6月1日(月)9時から
回 長寿社会課 ☎613-8144 ID 1049935

「疲れを溜めない」カラダ作り講座

コンディショニング(身体の調子を整える運動)による不調改善などを学びます。

時 ①6月18日(木)・7月2日(木)、全2回
②6月25日(木)・7月9日(木)、全2回、10時～11時45分
所 市保健所(神明町)
回 64歳以下 定 各20人(定)
電話・応募フォーム:6月4日(木)10時から
健康増進課 ☎603-8306 ID 1056222

認知症サポーター養成講座

認知症の人との接し方のコツなどを学びます。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。

時 6月25日(木)10時～11時半
所 もりおか町家物語館(鉦屋町)
回 市内に在住または通勤・通学する人
定 40人(定) ①6月1日(月)9時から
回 長寿社会課 ☎613-8144 ID 1055019

MORIOKAスマートウォーク

講師と一緒にウォーキングや室内でもできる運動をします。

時 7月1日(火)9時～10時半
所 市保健所(神明町) 定 20人(定)

表2 結核レントゲン検診の日程

期日	会場	所在地	時間
7/2(木)	ユニバース中野店	中野一	9:30～10:30
	盛岡劇場	松尾町	11:00～11:30
	盛岡八幡宮駐車場	八幡町	13:00～14:00
7/3(金)	ユニバース鉦屋町店 ★①	鉦屋町	14:30～15:00
	都南地区保健センター ★①	津志田14	9:30～10:30
	仙北地区活動センター ★①	仙北二	11:00～12:00
7/7(火)	マルイチ本宮店 ★①	本宮三	13:30～14:30
	市立総合ビル	本宮五	15:00～15:30
	ジョイス本町店 ★①	本町通一	9:30～10:30
7/8(水)	高松の池入口広場	高松一	11:00～12:00
	いわて生協ベルフ青山 ★①	青山四	13:30～14:30
	西部公民館 ★①	南青山町	15:00～15:30
7/14(火)	マート桜台店	桜台二	9:30～10:00
	松園小学校 ★①	松園三	10:30～11:30
	松園地区公民館	東松園二	13:00～14:00
7/15(水)	業王堂三ツ割店	三ツ割五	14:30～15:30
	ジョイス盛岡緑が丘店 ★①	緑が丘二	13:30～14:30
	上堂児童老人福祉センター	上堂三	15:00～15:30
7/16(木)	ケースデンキ盛岡南店	三本柳5	9:30～10:00
	津志田老人福祉センター	津志田西二	10:30～11:00
	マイヤ青山店 ★①	青山一	9:30～10:30
7/17(金)	サンデーホームマート盛岡店	月が丘一	11:00～11:30
	県青少年会館 ★①	みたけ三	13:00～14:00
	徳寿の森隣(市営谷地頭アパート向かい)	厨川五	14:30～15:00

< 広 告 >

各種健康診断・人間ドック・特定健診・出張健診・生活習慣病予防検診(随時受付中)

健診から医療介護まで同一施設で受診できます。

診療時間 平日 8:30～12:30(受付11:30まで)
13:30～16:00(受付15:30まで)

■ 関連施設 ■
●介護老人保健施設 アルテンハイム青山 ●訪問介護ステーションとおやま
●介護ケアサポート長宅介護支援事業所とおやま ●訪問看護ステーション虹ノ橋
●通所リハビリテーション 鹿匠小路 ●サービス付高齢者向け住居グレイス明治橋

盛岡城跡公園 ●杜陵小学校
三ツ割五 ●下橋中学校
至盛岡駅 →印、車同一方通行

感謝して、共に生きる

医療法人 遠山病院
盛岡市下ノ橋町6-14 FAX019-624-6060
☎019-651-2111(代)
URL:https://www.toyama-byouin.jp

内科 呼吸器内科 皮膚科 婦人科
循環器内科 糖尿病内科 外科

時日時 所場所 回対象 定定員(※先着 抽選) 料料金 申申し込み 問問い合わせ 他その他 ID 広報ID

電話・応募フォーム:6月9日(火)10時から
健康増進課 ☎603-8306 ID 1040552

高齢者向け健康づくり

おおむね60歳以上の人を対象に、表1の健康教室を開催します。タオルと飲み物を持参。

電話:6月18日(木)13時から
都南老人福祉センター(下飯岡8) ☎638-1122

期日	時間	教室名	定員	費用
7/2(木)		リフレッシュ体操	15人(定)	
7/9(火)	10時半	かんたんコロナ予防体操教室	各20人(定)	各500円※
7/16(水)	11時半	やさしいエアロビクス		
7/24(金)		ピラティス体験教室		

※初めての人は無料

働き盛りのための初級ピラティス

7月8日(火)・15日(水)、全2回、19時～20時半
市保健所(神明町)
64歳以下 定 15人(定)
電話・応募フォーム:6月10日(木)10時から
健康増進課 ☎603-8306 ID 1040138

バランス改善 リンパの流れも整うレッスン

7月9日～8月6日、木曜、全5回、10時～11時半
15人(定) ¥1350円
往復はがき・応募フォーム:6月27日(土)必着
市民公民館(浜民字鶴ヶ家) ☎683-2534
ID 1030860

ゲートキーパー研修

悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげるゲートキーパー養成のための研修。

7月16日(火)14時～15時半
市勤労福祉会館(紺屋町)
50人(定)
電話・応募フォーム:6月18日(木)10時から
健康増進課 ☎603-8309 ID 1036471

高齢者の带状疱疹予防接種

対象者には6月上旬から順次はがきを送付します。

本年度65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人、60歳以上65歳未満でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のため身体障害者手帳1級の人
生ワクチン4300円、組み換えワクチン1万9000円※いずれも1回あたり。組み換えワクチンは2回接種が必要
指導予防課 ☎603-8307 ID 1050211

結核レントゲン検診

結核レントゲン検診を表2のとおり実施します。予約は不要です。

65歳以上※6月下旬に受診券を送付します
指導予防課 ☎603-8244 ID 1006625

笑顔ひまわり高松教室

①リズム体操②太極拳③気功健康体操をします。

①6月16日②7月7日③7月14日、火曜、13時半～15時
高松地区保健センター(上田字毛無森)
55歳以上 定 各12人(定)
各500円 電話:6月4日(木)10時から
まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280 ID 1056113

6月の休日・夜間診療

症状が比較の軽い場合は、「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
		※年中無休。受け付けは23時まで。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	
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
		※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	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

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

- 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、市医師会ホームページをご覧ください。

☆休日救急当番医・薬局

医療機関名	所在地	電話番号
6/7(日)		
鈴木内科医院(内)	八幡町	623-3038
みたけ消化器内科クリニック(内)	みたけ四	641-8511
なおや脳神経・頭痛クリニック(外)	本宮字小坂小瀬	656-3708
よしだクリニック(小)	西仙北一	635-8341
いけだ歯科口腔外科(歯)	南大通二	604-7061
八幡町薬局(薬)	八幡町	604-7770
てんとむし薬局(薬)	みたけ四	681-9227
おおたばし調剤薬局(薬)	本宮字小坂小瀬	656-3131
ひばり薬局(薬)	西仙北一	635-9797
6/14(日)		
鎌田内科クリニック(内)	本宮二	636-1725
こたに内科・甲状腺クリニック(内)	上厨川字横長根	681-8818
八角病院(内)	好摩字夏間木	682-0201
吉田整形外科・リウマチクリニック(外)	本町通一	604-3820
子どもは未来もりおかこどもクリニック(小)	上田字松屋敷	656-1366
いとう歯科医院(歯)	東山一	626-5252
6/21(日)		
あざみ薬局本宮店(薬)	本宮二	631-2888
サンケア薬局盛岡インター店(薬)	上厨川字横長根	601-9134
本町薬局(薬)	本町通一	652-8200
こなん薬局(薬)	上田字松屋敷	664-1115
6/21(日)		
大浦内科・歯科クリニック(内)	津志田西二	639-3315
なかつか消化器内科クリニック(内)	太田五	613-2727
けやき整形外科クリニック(外)	上田一	656-1677
村田小児科医院(小)	紺屋町	622-7132
岩淵歯科医院(歯)	天神町	654-1017
つばさ薬局(薬)	津志田西二	632-2166
イス薬局(薬)	太田五	656-8036
リープ薬局(薬)	上田一	601-3030
こんや町薬局(薬)	紺屋町	653-1521
6/28(日)		
小豆嶋胃腸科内科クリニック(内)	仙北三	636-1503
メディケアプラザ中央通りクリニック(内)	中央通三	654-3781

もりおか健康21 プランシリーズ

～"早期発見"があなたの暮らしを守る～ **がん検診のすすめ** 健康増進課 ☎603-8305

がんは早期発見が大切
胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんの5年生存率は、早期に見つかった人と進行した状態で見つかった人とで大きな差があります。

早期がんの5年生存率 90%以上
進行がんの5年生存率 40%未満

がん検診の定期受診を
令和5年度の患者体験調査によると、65歳未満でがんになった時に働いていた人のうち、8割以上の人が、がんと診断された後も仕事を続けています。医療の進歩により、治療を受けながら働くなど、これまでの生活を続けられる時代になっています。自覚症状がなくても、定期的に検診を受け、早期発見につなげましょう。

出典:国立研究開発法人国立がん研究センター

< 広 告 > 広告掲載に関するお問い合わせは、ナチュラルコム㈱ ☎652-9190へどうぞ

土・日を含む全診療日、加賀野 消化器内科・内科クリニック
夜8時まで受付します。祝日も通常診療!

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 岩大附属小 至国道4号
祝日も通常診療! 盛岡市天神町11-8
TEL 019-604-1123 当院

ホームページ http://kaganoclinic.jp/ 城南小 至天満宮

小林眼科 保険医療機関 労災保険指定診療所
白内障・日帰り手術応需

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

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)
経験豊富な看護師に、病気への対処や受診について相談できます。
☎ ☎605-9000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。

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。
※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
17時～翌朝9時※土曜は13時から 小児救急受入病院 ▶

内科 外科・整形外科 小児科
歯科 薬局

医療機関名	所在地	電話番号
見前ファミリークリニック(外)	三本柳12	632-6300
◆紫波中央小児科(小)	紫波町	672-1110
うしぶくろ歯科医院(歯)	中堤町	647-8668
せんばく調剤薬局(薬)	仙北三	635-0330
そうごう薬局盛岡中央通西店(薬)	中央通三	681-7101
銀河調剤ミルマ工業局(薬)	三本柳12	614-0071
◆みずほ薬局オガール店(薬)	紫波町	601-7204
◆:16時まで		

接骨院の休日当番

実施日	名称(所在地)	電話番号
6/7(日)	もとみや接骨院(本宮四)	601-6778
6/14(日)	コスモ接骨院(緑が丘四)	681-3328
6/21(日)	接骨院りゅう(本宮一)	636-0066
6/28(日)	みかわ接骨院(西仙北一)	681-2577

※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

チャグチャグ馬コ 行進行事

6月13日(土) 9時半～13時55分



▲詳しくは

鬼越蒼前神社(滝沢市)から盛岡八幡宮までの約14kmの道のりを、鮮やかな装束を身にまとった農用馬約70頭が行進します。
 〇 観光課内、チャグチャグ馬コ保存会事務局 ☎613-8391

行進コースと通過予定時間



※行進コース周辺で大規模な交通規制を実施しますので、ご協力をお願いします。詳しくは、ホームページをご覧ください
 ※馬はとても臆病な動物です。「フラッシュ撮影」や「車のクラクションなどの大きな音」はお控えください



盛岡花火の祭典 前売りチケット 盛岡市民先行販売



8月11日(火)に開催する「盛岡花火の祭典」の指定席・イス席の前売り券を先行販売します。

- 対 市内に住んでいる人
- ¥ 2500円(別途手数料が必要) ※クレジットカードまたはPayPayでの支払いのみ
- 印 応募フォーム: 6月1日(月)～14日(日) ※同一住所から1組のみ、6枚まで応募できます。座席の指定はできません。抽選の上、当選者にはチケットを郵送します。一般販売は7月1日(火)から
- 〇 盛岡商工会議所都南支所内、花火の祭典実行委員会 ☎638-3399

子ども科学館のネーミングライツ・パートナーと愛称が決定



〇 生涯学習課 ☎639-9046

子ども科学館(本宮字蛇屋敷)のネーミングライツ※・パートナーと愛称を次のとおり決定しました。6月1日から愛称を使用します。

愛称 **東北ターボ子ども科学館**

ネーミングライツ・パートナー:
株式会社東北ターボ工業

※ネーミングライツ(命名権): 施設に愛称として企業名やブランド名などを付与する権利



盛岡の最近の出来事や話題を写真で紹介!

他の写真はホームページに掲載▶



庄ヶ畑さんさ踊り

4/26

オオヤマザクラまつり

1万本の桜の名所・サクラパーク 姫神(日戸字新田)を会場に、花見やさまざまなイベントでにぎわいました。



市消防演習

規模を縮小し下小路中会場のみで開催となりましたが、消防団が日頃の訓練の成果を披露し、防火意識を新たにしました。

#picmorioka No.23

Instagramで投稿された盛岡の魅力あふれる写真を紹介します。

すてきな投稿をお待ちしています!

@cherishmydaily さんの投稿写真



撮影場所: 開運橋

盛岡の玄関口・開運橋の花壇。人々を出迎えるように咲き誇るたくさんの花がきれいですね。

【応募方法】 ID 1046864

- 盛岡市公式Instagramアカウントをフォロー
- 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

盛岡市公式Instagram @morioka_city_official



投稿してくれた皆さんありがとうございます!



今月の表紙

市消防演習の1コマ。消防団員は火災や災害のときに活躍するだけでなく、日頃から地域の安心を支える大切な存在です。訓練の中で見せた真剣なまなざしに頼もしさを感じました。

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

編集後記

疲れた愛馬を癒やすために始まったとされるチャグチャグ馬コ。軽やかな鈴の音とともに優しさや思いやりの心も未来へ受け継いでいきたいものです。(赤松)

もりけんに挑戦(11号)の答え

③愛宕山

広報もりおかへのご意見をお待ちしています



UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています

地球環境に配慮したインキを使用しています

重要

令和8年度 盛岡市

検診だより

検診の実施期間

6月23日(火)～10月31日(土)

(乳がん・子宮頸がん検診・成人歯周病検診は
来年3月10日(水)まで)

【問】企画総務課 ☎603-8301
健康保険課 ☎626-7527



早期発見・早期治療で病気から大切な命を守るために、1年に1回は検診を受けましょう。
自覚症状がある人は、検診ではなく、速やかに医療機関で診察を受けてください。検診に
必要な受診券は、**6月22日(月)まで**に対象者に郵送します。6月23日(火)になっても受診券が
届かないときや紛失したときは、各検診の担当課までお問い合わせください。

大切に保管してください。
この受診券は、令和8年5月31日時点の住民台帳
を基にお送りしています。

料金後納
郵便

郵便区内特別

**受診券
見本(表面)**

【整理番号】

市内編制による住所・姓の変更はそのままご使用いただけます。

令和8年度 盛岡市健診・成人検診等受診券

各検診名称	実施期間
成人検診(がん検診) 国保特定健康診査 後期高齢者健康診査	令和8年6月23日(火)～ 令和8年10月31日(土)
子宮頸がん検診 乳がん検診	令和8年6月23日(火)～ 令和9年3月10日(水)

成人検診(がん検診)は、令和7年度から、70歳以上の
方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者についても、受
診料が有料となります。(市民税非課税世帯、生活保
護受給者等を除く。)

お問い合わせ先

①成人検診(がん検診) 603-8301(市保健所企画総務課)
②国保特定健康診査 626-7527(健康保険課業務係)
③後期高齢者健康診査 613-8439(健康保険課高齢者医療係)
・結核レントゲン検診 603-8244(市保健所指導予防課)
・玉山地域健康診査 683-3869(玉山総合事務所住民福祉課)

市公式ホームページ及び広報モリおか6月号折
込の「検診だより」に、検診の詳細な内容や費
用を掲載しています。実施医療機関は市公式ホ
ームページを参照してください。

企画総務課 〒020-0884 盛岡市神明町3番29号
健康保険課 〒020-8530 盛岡市内丸12番2号

がん検診等の大人数お申し込みは、
個別の案内がのりこりに合わせてご確認ください。

受診時
要持参

令和8年度
盛岡市

●成人検診
●国保特定健康診査
●後期高齢者健康診査

**受診券
見本(中面)**

○氏名
○住所
○生年月日
○年度末年齢 (令和9年3月31日時点)

①成人検診(がん検診) ●受診料 無料

●整理番号
●有効期限

※受診料は、令和8年4月30日時点の状況に基づいています。

乳がん検診 X線・内視鏡*	結核検診	大腸がん検診	前立腺がん 検診
40歳以上 月 日	40歳以上 月 日	40歳以上 月 日	55歳以上 の男性 過去に前立腺癌 または前立腺がん と診断された人は 検診料がかかります。
子宮頸がん検診	乳がん検診	女性健康診査	肝炎ウイルス 検診
20歳以上 の女性 2年に1回	40歳以上 の女性 2年に1回	15～39歳 の女性	40歳以上 過去に急性肝炎 と診断されたこと のある人は、 検診料がかかります。
健康診査	結核レントゲン 胸部検診	骨粗鬆症 予防検診	もの忘れ検診
生活保護受給者 40歳以上	55歳以上	40、45、50、 55、60、65、 70歳の女性	65歳以上
月 日	月 日	月 日	月 日

※印の検診は、受診料がかかります。

②国保特定健康診査 ●受診料 無料

●整理番号
●有効期限

盛岡市国保被保険者
40歳～74歳

医療機関確認欄 詳細項目(眼底検査)

受診日 月 日

③後期高齢者健康診査 ●受診料 無料

●整理番号
●有効期限

75歳以上、その他後期高齢者医療被保険者

受診日 月 日

8～10月に75歳になる方の3後期高齢者健康診査受診券は後日発送します。

成人検診 (3ページをご覧ください)

【内容】各種がん検診など(*印で消されていない検診を選択して受けることができます)

【自己負担額】3ページ参照

【対象】

- ①市の国民健康保険または、後期高齢者医療制度に加入している人
 - ②生活保護の受給者
 - ③勤務先または加入している健康保険者★1でがん検診(人間ドックや扶養者検診、家族検診も含む)を受ける機会がない人
- ★1 健康保険者:全国健康保険協会(協会けんぽ)各健康保険組合、共済組合、船員保険、国保組合など

【問】企画総務課 ☎603-8301

玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

※もの忘れ検診:長寿社会課 ☎613-8144

※結核レントゲン検診:指導予防課 ☎603-8244

国保の特定健康診査 (2ページをご覧ください)

【内容】メタボリックシンドロームに着目した健診

※健診項目は2ページ参照

【対象】40～74歳の市の国民健康保険加入者(*印で消されていない人が対象)

【自己負担額】無料

【問】健康保険課 ☎626-7527

後期高齢者健康診査

【内容】フレイル★2予防のための健診。検査項目は腹囲、眼底検査を除く国保の特定健康診査と同じです

【対象】75歳以上(一定の障がいのある人は65歳以上)で後期高齢者医療制度の加入者(*印で消されていない人が対象)

※8～10月に75歳になる人には、後期高齢者健康診査受診券を後日送付します

【自己負担額】無料

【問】健康保険課

☎613-8439

★2 年齢を重ねたことにより、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態

10月は医療機関が混み合いますので、早めに受けましょう



無料クーポンについて

成人検診の受診のきっかけとなるように、下記の人に無料クーポンをお送りしています。4月19日以降に転入した該当年齢の人は、企画総務課 ☎603-8301へご連絡ください。

勤務先または加入している健康保険で下記の検診が受けられる人は、そちらで受けましょう



■ 肝炎ウイルス検診

有効期間:6月23日(火)～10月31日(土)

41歳	昭和60年4月2日～ 61年4月1日生まれ
46歳	昭和55年4月2日～ 56年4月1日生まれ
51歳	昭和50年4月2日～ 51年4月1日生まれ
56歳	昭和45年4月2日～ 46年4月1日生まれ
61歳	昭和40年4月2日～ 41年4月1日生まれ

※令和9年3月31日時点の年齢

■ 乳がん検診

有効期間:6月23日(火)～来年3月10日(水)

41歳	昭和60年4月2日～ 61年4月1日生まれ
-----	--------------------------

■ 子宮頸がん検診

有効期間:6月23日(火)～来年3月10日(水)

21歳	平成17年4月2日～ 18年4月1日生まれ
-----	--------------------------

各検診の受診について

各検診の受け方について、詳しくは4ページをご覧ください。

最新の医療機関情報は市ホームページで確認!



これまで紙面でお知らせしていた、「成人検診の実施医療機関一覧」は、より便利にご利用いただけるよう、市ホームページに掲載します。パソコンやスマートフォンなどで、いつでもどこでも医療機関を調べることができるので、ぜひご利用ください!
※実施医療機関の一覧を紙でご覧になりたい場合は、各支所に備えています

成人検診の実施医療機関一覧はこちら



検診受診時のお願い

- ◆医療機関での検診時はマスクを着用しましょう
- ◆発熱や咳など、体調不良のときは検診を見合わせましょう

国保の特定健康診査・特定保健指導

メタボが気になる人へ

メタボリックシンドローム(メタボ)とは、「内臓脂肪型肥満」に加えて高血圧や脂質異常、高血糖などの症状が複数重なった状態をいいます。この状態を放っておくと動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病になりやすいといわれています。

令和6年度の市の国保加入者の特定健康診査受診結果によると、男性の57.2%、女性の21.3%がメタボやその予備群。メタボはとても身近な問題です。

皆さんも特定健康診査を受けて、メタボを早期に発見・改善しましょう。

※加入する健康保険が変わった場合、それまで加入していた健康保険者から発行された特定健康診査受診券は使用できません

※国保以外の健康保険に加入している人の特定健康診査については、各健康保険者にお問い合わせください

※6月～9月に特定健康診査を受けていない人は、文書や携帯電話へのショートメールで受診案内が届く場合があります



【問】健康保険課 ☎626-7527

市の国保の特定健康診査は、指定医療機関で受ける個別健診です。

なお、玉山地域では、個別健診のほか、指定された日時・会場で行われる集団健診を受診することができます。

1 受診券が届く

■ 対象

市の国保加入者(40～74歳)

※次の人は対象外です

- 妊産婦
- 病院または診療所に6カ月以上継続して入院している人
- 養護老人ホームなどの施設に入所・入居している人

2 健診の予約・申し込み

■ 個別健診

【期間】6月23日(火)～10月31日(出)

※医療機関での健診を個人で受診します。予約が必要な場合がありますので、受診する医療機関に確認してください。実施医療機関はホームページをご覧ください

※10月は混み合うため、なるべくその前に受診しましょう。事前予約もご利用ください

■ 集団健診(玉山地域の人のみ)

【期間】9月24日(木)、25日(金)、10月22日(木)、25日(日)、28日(水)、11月4日(火)

※当日の受け付けです。時間など詳しくは、お問い合わせください

【問】玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

特定健康診査に行こう!

3 健診を受診する

■ 検査項目

問診:服薬歴・喫煙習慣など

計測:身長、体重、BMI*、腹囲、血圧

*BMI=体重(kg)÷身長(m)の2乗

血液検査:中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、肝機能、血糖、貧血、クレアチニン(eGFR値による腎機能評価含む)、尿酸など

尿検査:尿糖・尿タンパク

心電図・眼底検査:医師が必要と認めた場合のみ

健診は無料で受けることができます!

4 健診結果を知る

■ 健診で分かる主な疾患

内臓脂肪型肥満や高血圧、糖尿病、貧血、心疾患、肝疾患、腎疾患、痛風など

5 特定保健指導の必要な人に、特定保健指導

「ニコニコチャレンジ」

の利用券が届く

特定健康診査を受けるとこんなにいいことが!

- メタボの早期発見
- 健康状態を正確に把握
- 生活習慣改善のきっかけ
- 健康維持が医療費の抑制に

保健師や管理栄養士が、皆さんの生活スタイルに合った改善方法を一緒に考え、サポートします。ご自身の健康のために、特定保健指導をぜひご利用ください。

ひまわりクラスとよつばクラス利用終了者のうち、体重・腹囲の値が改善した人の平均値

	腹囲	体重
令和6年度	-4.0%	-2.1%
令和5年度	-4.0%	-2.2%
令和4年度	-3.8%	-2.5%

ニコニコチャレンジ 参加者の声

- ・少しでも体重が減ってとてもうれしいです
- ・血圧が正常になってきた
- ・食事と運動への意識が変わり、参加して良かったです
- ・調子が良いので、今度の健診が楽しみです
- ・とても参考になりました

※特定保健指導の対象者となる選定基準とメタボの判定基準は異なります

成人検診(各種がん検診など)

【問】企画総務課 ☎603-8301、玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

成人検診については、市ホームページと市LINE公式アカウントでも確認できます



市ホームページ(成人検診)



市LINE公式アカウント登録方法

画面上のボタンから情報を確認できます



市LINE公式アカウント登録後の画面

成人検診(がん検診など)は 有料 です

令和7年度から、70歳以上の人と65歳以上の後期高齢者医療被保険者のうち、課税世帯の人は、成人検診(がん検診など)の受診料が有料となりました。今後も検診事業を継続していくため、ご理解とご協力をお願いします。

※国保特定健康診査および後期高齢者健康診査、もの忘れ検診、結核レントゲン検診はこれまでどおり無料

成人検診を 無料で受けられる人

- 生活保護受給者
- 中国残留邦人支援給付の受給者
- 市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)

※課税状況が変わったときは、検診を受ける1週間前までにお問い合わせください

表1 成人検診の種類や内容など(対象者の年齢は、令和9年3月31日時点) ※受診券が必要ですよ

検診の種類	検診の内容 (全ての検診で問診を行います)	自己負担額	対象者	
			男性	女性
肺がん検診	胸部レントゲン撮影	1300円	40歳～	
大腸がん検診	便潜血反応検査	1400円	40歳～	
胃がん検診 ※個別検診はX線か内視鏡検査を選択してください	指定医療機関で個別検診	4400円	40歳～	
	指定医療機関で個別検診	3600円		
	巡回検診車で集団検診(日程は下表のとおり)	1900円		
肝炎ウイルス検診	血液検査(C型肝炎ウイルス・B型肝炎ウイルス)(肝炎ウイルス検診を受診したことがない人が対象)	1200円	40歳～	
健康診査	▶計測(身長・体重・腹囲測定・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶心電図検査 ▶血液検査(脂質・血糖・貧血・肝機能・クレアチニン(eGFR値による腎機能評価含む)・尿酸など)	無料	40歳～(生活保護受給者、中国残留邦人支援給付受給者)	
訪問診査	健康診査と同じ内容(受診者宅へ訪問) ※受診を希望する場合は、企画総務課 ☎603-8301までお問い合わせください	無料	40歳以上の在宅で寝たきりの人	
介護家族訪問診査			上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
女性健康診査	▶計測(身長・体重・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶血液検査(貧血・LDLコレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪)	1900円	-	18～39歳
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診・内診	2300円	-	20歳～
乳がん検診(受診は2年に1回)	視触診・乳房X線検査(マンモグラフィ検査)(豊胸手術を受けた人や妊娠または授乳中の人、パースメーカー装着の人は対象外)	2400円	-	40歳～
骨粗しょう症予防検診	超音波法による、かかとの骨強度測定	1100円	-	40・45・50・55・60・65・70歳
前立腺がん検診	血液検査(PSA腫瘍マーカー)	1000円	55歳～	-
もの忘れ検診★	認知機能やうつ症状の問診	無料	65歳～	
結核レントゲン検診(巡回検診車で実施)	集団検診:胸部レントゲン撮影(実施期間は7～11月。ただし10～11月は玉山地域会場のみ) ※7月の日程は、広報もりおが6月号14ページに掲載。8月以降の日程は、実施月の前月号に掲載	無料	65歳～	

※玉山地域にお住まいの人は、「玉山地域集団検診のお知らせ」チラシを併せてご覧ください

表2 胃がん集団検診(バリウムでのX線検査)の日程

<盛岡・都南地域>

実施日	会場(所在地)
8/4(火)	仁王小学校(本町通二)
8/6(木)	上田小学校(上田三)
8/22(土)◆	タカヤアリーナ(本宮五)
8/24(月)	羽場小学校(羽場17)
8/25(火)	都南総合支所(津志田14)
8/26(水)	北松園児童センター(北松園四)
8/30(日)	盛岡市保健所(神明町)
9/1(火)	高松地区保健センター(上田字毛無森)
9/13(日)★	都南総合支所(津志田14)
9/15(火)	西部公民館(南青山町)
9/18(金)	松園地区公民館(東松園二)
9/25(金)	盛岡市保健所(神明町)
9/26(土)★	青山地区活動センター(青山三)
9/29(火)	見前南地区公民館(西見前13)
9/30(水)	中野地区活動センター(東安庭字小森)
10/8(木)	みたけ老人福祉センター(みたけ三)
10/9(金)	乙部体育館(乙部4)
10/10(土)●	盛岡市保健所(神明町)
10/14(水)	緑が丘地区活動センター(黒石野二)
10/15(木)	加賀野児童センター(加賀野四)
10/16(金)	太田地区活動センター(中太田深持)
10/18(日)★	高松地区保健センター(上田字毛無森)

実施日	会場(所在地)
10/20(火)	西部公民館(南青山町)
10/21(水)	サンライフ盛岡(仙北二)
10/22(木)	盛岡市保健所(神明町)
10/27(火)	みたけ地区活動センター(みたけ四)
10/27(火)	北松園児童センター(北松園四)
10/28(水)	都南総合支所(津志田14)

<玉山地域>

実施日	会場(所在地)
8/17(月)	巻堀地区コミュニティセンター(巻堀字巻堀)
8/18(火)	玉山地区公民館(白戸字鷹高)
8/31(月)	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)
9/4(金)	好摩体育館(好摩字野中)
9/5(土)	
9/27(日)	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)

胃がん集団検診を安心して受けるために

早朝に行う胃がん集団検診は、クマの出没など、受診時の安全確保のため、受付開始10分前までは自家用車などの安全な場所

■胃がん検診の受付時間

<盛岡・都南地域>

平日:6時半～9時

休日★:6時半～7時半、8時～9時

休日●:6時半～9時

休日◆:7時半～8時半、9時～10時

<玉山地域>

6時半～8時半

■胃がん検診の申し込み方法

6月30日(火)必着で、成人検診受診券に添付の申し込み用はがきを返送してください。7月1日(水)以降は、企画総務課 ☎603-8301で受け付けます。

でお待ちください。

なお、整理券などは配布せず、受け付け順にご案内します。



各検診の受け方

①受診券が届く※6月22日頃

受診券が届いたら、受けることができる検診（健診）の種類を確認してください。

受診券が届かなかった人で、職場などでがん検診を受ける機会がない場合は、**6月23日以降**に電話受け付けのほか、市ホームページ「受診券」のページの申し込みフォームからも検診を受け付けます。



②医療機関を選ぶ

次の二次元コードから、受きたい検診医療機関を選んで受診してください。病院によっては予約が必要な場合もあるため、電話などで確認することをお勧めします。



③受診する

受診日当日、次のものを必ず持参してください。

【持ち物】

- ▶受診券
- ▶成人検診の自己負担額（該当する人）
- ▶マイナ保険証（または健康保険資格確認書）
- ▶検診手帳（お持ちの人）
- ▶お薬手帳（お持ちの人）

④結果の説明を受ける

受診した医療機関で、結果の説明を受けましょう。

精密検査の対象になった人は、必ず精密検査（有料の保険診療）も受診しましょう。
※がん以外でも、精密検査が必要となる場合があります



人間ドックを受診する人

本年度に人間ドックを受診する人は、検診の対象外です。二重に受診しないようご注意ください。

検診手帳

検診手帳は、受診した医療機関で配付しています。市ホームページからもダウンロードできます。

受診料（有料・無料）は受診券で確認を

「市民税非課税世帯の人」や「生活保護を受けている人」、「中国残留邦人等支援給付受給者」は、無料でがん検診を受診できます。

これらに該当し「有料」の受診券が届いた場合は、「無料」の受診券に変更する手続きが必要ですので、6月23日以降に、保健所企画総務課へご連絡ください。手続きをせず有料で受診した場合、返金はありませんのでご注意ください。

※初めから受診券に「無料」と書かれている人は、手続きは不要です



受診時 要持参	令和8年度 盛岡市	●成人検診 ●国保特定健康診査 ●後期高齢者健康診査	受診券
○氏名			
○住所			
○生年月日			
○年度末年齢			
①成人検診（がん検診）			
●受診料			
*受診料は、令和8年4月30日時点の状況を基に判断しています。			
★内視鏡検査	胃がん検診 X線・内視鏡★	肺がん検診	大腸がん検診
	40歳以上	40歳以上	40歳以上
			前立腺がん 検診
			55歳以上の 男性 過去に要精密検査対
			*印の検診は、

受診券のこの部分に、有料または無料の表示があります！

「マイナポータル」でがん検診や特定健診の検診結果を確認できます

マイナンバーカードをお持ちの人がマイナポータルの利用者登録をすると、自分が受診したがん検診などの受診状況を閲覧できます。

※各検診の受診状況が登録されるまで、通常検診受診後、約2～3カ月程度かかります。詳しくは、「マイナポータル わたしの情報ページ」をご覧ください



▲マイナポータル

マイナポータルで確認できる検診

- ◆がん検診(胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診)
- ◆肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症予防検診
- ◆特定健康診査

過去の受診結果はマイナポータルから確認できますが、**受診結果は必ず医療機関から説明を聞きましょう。**

盛岡市成人歯周病検診 ※これまでの「成人歯科健診」から名称と内容を見直しました

これまで対象外だった**20歳と30歳の人**も、市の歯周病検診を受けられるようになりました。

この検診は、10年に1度の大切な機会です。対象となった年には、受診券を使ってぜひ受診してください。

※指定の歯科医療機関へ直接予約のうえ受診しましょう
※内丸メディカルセンターや県立中央病院などを除き、市内の歯科医療機関で本年度1回受診できます

歯周病は、20～30代でも増加傾向にあり、**進行すると糖尿病・心筋梗塞・脳梗塞など全身の病気に影響する**といわれています。早期発見・予防のため、定期的な検診が大切です。



検診前にチェック！

【対象】本年度中に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳、80歳になる人

【検診内容】歯や歯茎の状態などを診る口腔内診査や、歯科保健指導

※成人検診受診券とは別に受診券を郵送します
※4月20日以降に市内に転入した人で、検診を受けたい場合や、受診券を紛失した場合は、企画総務課 ☎ 603-8301へお問い合わせください

【自己負担額】500円

【持ち物】成人歯周病検診受診券（はがき）、マイナ保険証または健康保険資格確認書、検診手帳（お持ちの人）、お薬手帳（お持ちの人）

受診券の見本
※デザインなどは変更の可能性があります

料金は前 郵便	重要
盛岡市成人歯周病検診 受診券	
10年に1度(限定)の大切なご案内です	
受診券の有効期限 令和8年 6月23日(火)から 令和9年 3月10日(水)まで	費用 通常料金 約4000円 >>> 500円
対象 令和8年度中に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳、80歳になる盛岡市民の方	
【問合せ先】盛岡市保健所 企画総務課 〒020-0884 盛岡市神町3番29号 TEL 019-603-8301	

注意事項

歯科治療中・治療目的・入院中・自分の歯が1本も無い人は検診の対象外です

職場で歯科健診を受けられる人は、職場で受けましょう

検診結果が「要精密検査」となった場合は、有料の保険診療を受診しましょう