morioka
広報 もりおか
2026
10
No.1676
発行部数／14万900部
市内全世帯に配布しています



特集 未来へつなぐ 公共交通

主な内容

4 冬のウイルスに負けないために！
5 介護予防
6-11 Information
12 特定保健指導、アグリイノベーション事業
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、市ホームページリニューアル、広報活動に関するアンケート

＼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

未来へつなぐ公共交通



誰もが移動しやすいまちづくりには、鉄道、バス、タクシーなどの公共交通が必要です。
今、自動車で移動している人も、地域の足を未来につなぐため、一緒に考えてみましょう。
【問】交通政策課☎626-7519

利用しないと…

1. 利用者が減る
2. 収入が減る
3. サービスが縮小する
4. さらに利用者が減る
5. 将来、公共交通がなくなるかも

公共交通がピンチ!?

皆さんは、いま、公共交通を使っていますか？
鉄道、バス、タクシーの利用者は、ここ数年減少が続き、交通事業者を取り巻く環境は非常に厳しい状況です。**利用者が減る**と、路線の**減便や廃止**などにより、公共交通が不便になります。その悪循環で将来的に公共交通がなくなるかもしれません。

10年後も乗るために

普段は自動車などで移動する人も、公共交通を今よりも利用することで、交通事業者の経営が安定し、サービスの維持につながり、**今ある公共交通を未来につなぐ**ことができます。
10年後も乗るために、「いつか乗ろう」ではなく「**いま乗る**」ことが大切です。

利用すると…

1. 利用者が増える
2. 収入が増える
3. サービスを維持・充実できる
4. さらに利用しやすくなる
5. 未来へつながる公共交通

鉄道・バスが不便な地域でも

盛岡市の鉄道・バスのカバー率
（令和6年4月時点）

利用圏内※ 77.4パーセント（22万4043人）
利用圏外 22.6パーセント（6万5426人）

※鉄道駅800㍍圏、バス停300㍍圏

市内の約77㌫の人が鉄道駅やバス停から徒歩で利用可能な場所に住んでいます。
鉄道やバスの利用が不便な地域でも、地域と一緒に地域に合った交通の導入を考える取り組みを始めています。

利用圏外にお住まいの方に向けた取り組み

もりもりGO

地域公共交通計画に基づき、路線バスを再編した飯岡地区の一部で予約型乗合タクシー「もりもりGO（ゴー）」の試験運行を実施しています。ご利用可能な地域の人はぜひご利用ください。

コミュニティ交通サポート補助金

地域住民などが主体となって地域で移動手段を確保するための経費の一部を補助します。困っているけどどうしたら良いか分からない、という場合も地域にとって何が必要なのか地域と一緒に考えます。

地域もがんばっています

大ケ生おでかけ便は、地域と近隣のスーパーや病院などを結ぶコミュニティ交通です。週1回程度ボランティアで運行しています。車内では利用者同士の会話が弾み、地域交流の場にもなっています。
運営費の確保が課題でしたが、コミュニティ交通サポート補助金を活用できることになりました。これからも地域の皆さんの大切な移動手段として運行を続けていきたいです。



大ケ生おでかけ便の利用者と運営する地域住民。手前右から３番目が代表の池内 絵美さん

みんなで支えよう、地域の足

一人一人が公共交通を利用することで、公共交通を未来につなぐことができます。皆さんが便利で快適に利用できるように交通事業者もさまざまな取り組みをしていますので、利用してみましょう。



バスに乗ってみよう!

「バスの乗り方が分からない」「ICカードってどう使うの？」と初めてバスに乗るときは不安に感じることも…。
県バス協会では、バスの乗り方・降り方、運賃の支払い方を紹介する動画を公開しています。ぜひご覧ください。



YouTube

「でんでんむし」でまちなかをお散歩

中心市街地を走る「でんでんむし」で盛岡のまちをゆっくり楽しもう！ルートが分かりやすい循環バスなので地理に不安な人も安心！
どこまで乗っても150円（こども80円）です。

でんでんむし



快適に移動

最近見かける電気バスは振動が少なく、とても静か。
さらに車内にUSBポートが設置されているので、充電しながら快適に移動できます。



みんなの利用が 公共交通を 未来につなぐ



いまどこ?がわかる

スマートフォンやパソコンからバスや列車の現在地などの運行情報を確認できます。これで待ち時間も心配なし！

- パスロケーションシステム
- JR東日本運行情報 どこトレ
- IGRリアルタイム運行情報

最近はバスの快適性が向上していると感じています。
運転士も安全を第一に、お客様に快適に乗っていただけるように心がけています。
ぜひ、たくさん利用していただきたいですし、私たちと一緒に運転士として公共交通を支える仲間も募集しています。



岩手県交通㈱ 樋口 潤さん

キャッシュレスで便利!

キャッシュレス決済で利用できる交通が増えています。切符も小銭も不要で、簡単決済。支払いをスムーズに、公共交通をスマートに乗りこなそう！



私たちも盛り上げています!



私たちは岩手大のサークル「山田線･花輪線つながり応援隊」です。
JRローカル線を盛り上げるため、駅を飾り付けるイベントなどを開催しています。冬にもイベントを開催予定です。詳しくは、Instagram（インスタグラム）でお知らせする予定ですので、ぜひご覧ください。

IWATELOCALOFFICIAL

市長コラム

誰もが安心して移動できるまちづくりに、公共交通は欠かせません。
買い物や通院、通勤・通学など、日々の暮らしを支える大切な移動手段である公共交通は、同時に未来への投資でもあると考えています。
例えば、高齢者が気軽に外出し、人と会い、まちを歩く。そうした機会が増えることは、健康づくりや生きがいにもつながります。また、多くの人がまちに出ることは、地域のにぎわいや経済を支えることにもつながります。
普段利用する機会のない人も、バスや鉄道を利用してみませんか。
一人一人が公共交通を利用することが、地域の足を守り、誰もが安心して暮らし続けられる盛岡の未来につながっていきます。

盛岡市長 内舘 茂



冬のウイルスに負けないために！　インフルエンザ　新型コロナウイルス　ノロウイルス



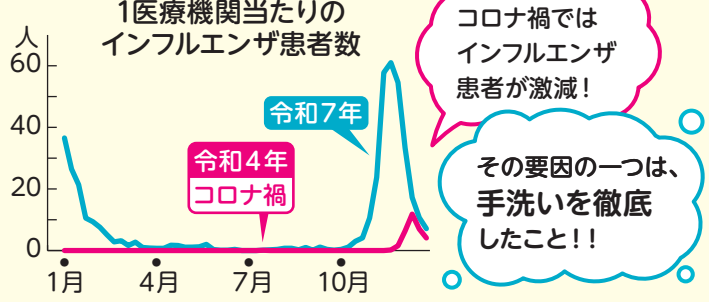
しっかり手洗いで この冬を乗り切りましょう



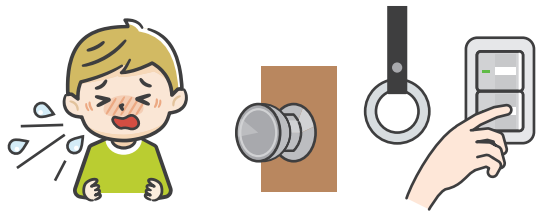
インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの呼吸器感染症。胃腸炎を起こすノロウイルス。冬はこれらのウイルスに感染しやすい季節です。感染しないための基本中の基本、それは「しっかり手洗い」。

職場や学校から帰ったら、トイレを済ませたら、夕食や朝食を作る前に、「しっかり手洗い」を習慣づけましょう。

【問】指導予防課☎603-8244



感染の原因



咳やくしゃみ　ドアノブなどに触れる

こんなときは しっかり手洗い



帰宅したとき　調理の前後　食事前　トイレの後

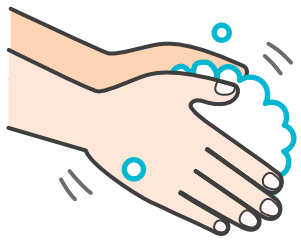
指先から手首まで！ しっかり手洗いのやり方





「しっかり手洗い」を習慣づけましょう。

1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲を伸ばすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



手洗いは「ていねい」がポイント

4 指の間を洗います。

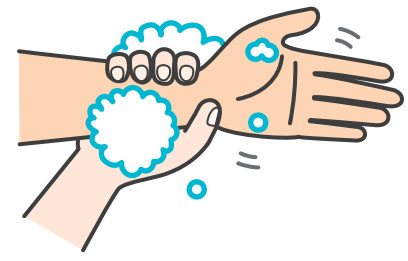


5 親指と手のひらをねじり洗いします。



洗い残しが多い場所
- 指先
- 指の付け根
- 手の甲から手首

6 手首も忘れずに洗います。



7 ❶～❻の手順で、30秒間しっかり洗いましょう。



ハッピーバースデートゥーユーを2回またはチューリップを1回歌うと約30秒になります

8 しっかりと手を拭きましょう。



ペーパータオルがおすすめです。清潔なタオルもOKですが、できるだけその人専用にした方が良いでしょう

アルコール消毒について

- 水で手洗いできないときの代用になります。
- インフルエンザや新型コロナウイルスに有効です。
- ノロウイルスなど「効かないウイルス」もあります。

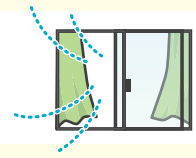




手が荒れる人は保湿クリームなどでケアしましょう。

こんなことにも気を付けよう

- 規則正しい生活
- 栄養バランスの取れた食事
- 無理のない運動
- 十分な休息
- 適度な加湿と換気
- マスクの適切な使用
- ワクチン接種



岩手県内の感染症流行状況はこちら

令和8年の感染性胃腸炎の集団発生状況について

令和8年9月～のインフルエンザの状況（随時更新します）

このページをダウンロードできます。
印刷して、洗面所に貼って使いましょう！

介護予防

元気な今から始めよう！

体を動かすきっかけを、毎日の暮らしに。



これから冬季を迎えると、寒さや雪のため家で過ごす時間が増え、体を動かす機会が少なくなりがちです。年齢を重ねても元気に暮らし続けるために、自分に合った方法で体を動かすきっかけを毎日の暮らしに取り入れてみませんか。

【問】長寿社会課☎613-8144

POINT 01 毎日の生活に体を動かす工夫を ～意識したい4つの習慣～

日常の家事や買い物なども体を動かす機会。まとまった時間を取れなくても、1日合計40分程度を目安に、まずは今より少しでも多く体を動かすことから始めましょう。

①小まめに立ち上がる

テレビを見るときなど、長時間座ったままにならないよう、時々立ち上がったり、体を動かしたりしましょう。

②家の中でも体を動かす

掃除機をかける、洗濯物を干すなど、家事も体を動かす機会です。合間に背伸びをしたり、室内を歩いたりするのもおすすめです。



③散歩や買い物に出掛ける

天気の良い日は散歩や買い物などで外出しましょう。積雪や路面凍結で転倒の危険があるときは、室内を歩く、座って足を動かすなど、安全な場所で体を動かしましょう。



④趣味や地域活動で人と交流する

興味のある教室や地域の活動に参加し、人と交流する機会を持ちましょう。



POINT 02 高齢者のための活動紹介サイト「いくよう」を活用しましょう

「何か始めてみたいけれど、どのような活動があるか分からない」という人は、市の高齢者のための活動紹介サイト「いくよう」で、自分に合った活動を探してみませんか。

「行く（いく）」ところと「用事（よう）」じを見つけよう！



「いくよう」は市内の65歳以上を対象にしたイベントやサークル活動、仕事やボランティアなどの情報を集めたウェブサイトです。

「いくよう」の仕組み

高齢者や家族、ケアマネなど

趣味を見つけたい、経験を生かしたい、友達と参加できる活動を探している

参加意向

情報掲載

地域の事業者やコミュニティ

活動の仲間を増やしたい、簡単な仕事や手伝いをお願いしたい



利用は無料！詳しくはこちら

POINT 03 運動が苦手でも楽しめます！ 高齢者eスポーツ体験会

テレビゲームやタブレットを使うeスポーツは、画面を見て考え、手を動かして脳トレ感覚で楽しめます。会場へ出掛け、参加者と一緒にゲームに挑戦することから、体を動かすきっかけをつくりませんか。



eスポーツで楽しく介護予防

- 太鼓のリズムゲームの対戦
- ドライビングゲームの対戦
- タブレットを使ったゲーム

日時　10月23日㈮14時～16時

場所　愛宕山老人福祉センター（愛宕町）

対象　65歳以上　　定員　20人

申し込み　電話・ファクス・メール・「いくよう」：10月1日㈭9時～20日㈪16時

問い合わせ　長寿社会課☎613-8144

申し込み方法など詳しくは▼

POINT 04 介護予防教室で 体操やレクリエーションを

市は、体操や健康についての講話、レクリエーションなどをする「介護予防教室」を開催しています。家庭でも無理なく続けられる内容です。興味のある教室から参加してみませんか。

参加者の声

- 教室では自然に会話が生まれ、今では参加者同士で交流するのが楽しみになっています
- 年齢や経験に関係なく参加できる雰囲気があり、初めての人も安心して参加できると思います
- 自然と外出の機会が増え、体を動かすきっかけになります。何より、仲間と楽しい時間を過ごせることが魅力です



開催日など詳しくは、広報もりおか9月号や市ホームページに掲載しています

Information
インフォメーション

時日時 所場所 対対象 定定員（㊊先着 ㊍抽選）¥料金 申申し込み 他その他 問問い合わせ ID広報ID
▶はがき・ファクス・メールで申し込むときの**必要事項**：①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話番号
▶無料・どなたでも参加可・申し込み不要の場合は、料金・定員や対象・申し込み方法を掲載していません
▶市ホームページの検索窓に広報 ID（７桁の数字）を入力すると、記事の詳細を確認できます

イベント・講座

もりおか女性センター
〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
プラザおでって5階☎604-3303

ひとり親応援講座　教育費のリアルと給付型奨学金の活用法と貯金の方法
時 11月14日㈮14時～16時
所 杜陵老人福祉センター（南大通一）
対 ひとり親家庭の親またはそれに準ずる人　定 30人㊊
申 電話・応募フォーム：10月5日㈰10時から
他 託児あり（有料・要予約）

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
時 10月6日・13日・27日、火曜、10時～15時半※出入り自由・マイカップ持参

もりげきライヴ
「くまさん音楽隊」によるライブ。
時 10月21日㈫19時～20時50分　定 85人㊊
¥ 前売り1000円、当日1200円※小学生以下無料
申 電話・応募フォーム：受け付け中

河南地区地元学講座「語るべ！盛岡の魅力」
盛岡を舞台にした映画「ナイスの森2」を撮影したアダム・トレルさんと河南で活躍する2人が盛岡の魅力を語り合います。
時 10月25日㈯14時～16時10分

いってみ隊であい旅 ～大槌・釜石ふたたび～
当地で文化活動をしている人たちから、防災・復興について学びます。
時 11月5日㈬8時半～18時
所 うのすまい・トモス（釜石市）ほか※バス移動。集合は同公民館
定 25人㊍　¥ 2000円
申 往復はがき・応募フォーム：10月17日㈮21時半必着

スマホ教室
貸し出し用端末を使って基本操作を学びます。
時 11月6日㈭10時～12時と13時～15時
対 おおむね60歳以上
定 各15人㊊
申 窓口・電話：10月16日㈭10時から

演劇基礎講座
演劇の表現や舞台づくりを体験しながら学びます。
時 11月21日㈮～来年3月7日㈰
対 高校生以上　定 15人㊍
¥ 高校生3000円、一般4000円
申 窓口・電話・応募フォーム：11月3日㈪21時半必着

もりおか町家物語館
〒020-0827 鉈屋町10-8
☎654-2911

江戸糸あやつり人形結城座公演「タクボク～雲は旅のミチヅレ～」
時 10月23日㈭18時半～20時、24日㈮11時～12時半・15時～16時半、25日㈯14時～15時半
¥ 前売り3000円※当日は500円増。学生や高齢者など割引あり
申 電話・メール：10月1日㈬9時から

▶江戸糸あやつり人形結城座と盛岡展
時 9月26日㈮～10月25日㈯10時～17時半

盛岡彫刻シンポジウム　野外展
「彫刻のある街と市民文化の推進を願う」をテーマとした展示。
時 10月4日㈯～25日㈯※初日は13時から。最終日は12時まで

市観光文化交流センター
〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
プラザおでって☎621-8800

おでって芸能館
早池峰神楽　岳神楽公演
時 11月8日㈯14時～15時半
¥ 一般：前売り1500円、中学生以下：前売り1000円※当日はそれぞれ500円増
申 窓口・電話・応募フォーム：11月3日㈪21時半必着

屋内ゲートボール場
〒020-0127 前九年三丁目9-37
☎641-8484

親子テニス体験会
時 10月17日㈮13時半～15時
対 小学生と保護者
定 10組㊊
¥ 1人500円
申 窓口・電話：10月5日㈰10時半から

都南体育館
〒020-0835 津志田14-19-1
☎637-2219

初級者のためのノルディックウォーキング教室
時 10月17日・24日・31日、土曜、全3回、10時～11時半
定 15人㊊
¥ 500円
申 電話：10月6日㈪9時から

みちのくコカ・コーラボトリングリンク
〒020-0866 本宮五丁目3-3
☎601-5001

初心者スケート教室
時 10月26日㈰・27日㈪、全2回、16時半～18時
対 小学生～60歳
定 8人㊊　¥ 2800円
申 窓口・電話：10月9日㈭10時から

きたぎんボールパーク
〒020-0834 永井7-16-2
☎613-3080

ボールパーク見学ツアー
普段は入れないエリアなどを職員が案内します。
時 11月20日㈭14時～15時
定 50人㊊　¥ 500円
申 窓口・電話：10月20日㈪9時から

飯岡農業構造改善センター
〒020-0853 下飯岡8-100
☎637-6383

センターまつり
同センターで活動する団体の展示や演奏会を開催。
時 10月10日㈮～11日㈯10時～16時※11日は15時まで

▶盛岡りんごを使ったクッキング教室
時 10月11日10時～11時
対 小学生　定 20人㊊　¥ 300円
申 電話：10月4日㈯13時から

そば打ち体験教室
時 11月4日㈫・10日㈪10時～12時半　対 18歳以上
定 各4人㊊　¥ 2000円
申 電話：10月22日㈫13時から

都南老人福祉センター
〒020-0853 下飯岡8-100
☎638-1122

対 おおむね60歳以上　定 各20人㊊

地球も家計も大満足！ 省エネ生活のすすめ
省エネのポイントと効果を学びます。
時 11月18日㈫10時半～11時半
申 電話：10月14日㈫13時から

終活&防犯セミナー
終活の準備と、消費者被害から身を守る方法を学びます。
時 11月20日㈭10時半～12時
申 電話：10月16日㈭13時から

都南つどいの森
〒020-0842 湯沢1-88
☎637-0877

森を愉しむワークショップ：熱水変質帯のナメ沢登りで行く箱ヶ森
キノコ採りしながら矢櫃川を沢登り し、箱ヶ森を目指します。
時 10月4日㈰9時～16時
定 12人㊍　¥ 1000円
申 電話・応募フォーム：10月1日㈬17時まで

森のトリセツ：竹の器と竹筒ご飯

時 10月17日㈮13時～15時
定 15人㊍　¥ 500円
申 電話・応募フォーム：10月10日㈮17時まで

都南つどいの森感謝祭
芋の子汁や各種出店、フリーマーケット、青空木工教室などを開催。
時 10月18日㈰10時～15時

木工教室「森のティッシュBOX」
時 10月24日㈮～26日㈰、9時半～15時
対 中学生以上
定 各5人㊊　¥ 2000円
申 電話：10月5日㈰12時から

大人のあかばやし探検隊：志波三山地域の最高峰須賀倉山に登る
時 10月31日㈮9時～16時
定 15人㊍　¥ 1000円
申 電話・応募フォーム：10月25日㈯17時まで

森のトリセツ：色とりどりの葉っぱでインスタグラデーション
紅葉を色別に並べてグラデーションを作ります。
時 11月3日㈪10時～12時
定 15人㊍　¥ 500円　申 電話・応募フォーム：10月25日㈯17時まで

市動物公園ZOOMO（ズーモ）
〒020-0803 新庄字下八木田60-18
☎654-8266

IWAYAMA HELLO FESTIVAL（ハロー フェスティバル） in ZOOMO

人と動物と自然の共存体験をテーマとしたアウトドアフェス。
時 10月17日㈮・18日㈯9時半～16時半

盛岡城跡公園
〒020-0023 内丸1-7
NPO法人緑の相談室☎681-0722

公園の木・歴史・不思議たんけん
森林インストラクターと園内を探検。
時 10月31日㈮10時～12時
定 20人㊊
申 電話：10月5日㈰～28日㈫

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

図書室展示「親子で学ぼう！食育ってなぁに？」
食育の本の展示・貸し出し。
時 10月2日㈭～18日㈯

すみっこおはなし会
絵本の読み聞かせ。
時 10月11日㈯・11月1日㈯11時～11時半

庭園で楽しむ秋の自然観察
時 10月25日㈯10時～11時半　定 15人㊍
¥ 30円　申 窓口・応募フォーム：10月14日㈫まで

紅茶とハンドケア ～おやすみ前のリラックスタイム～
おいしい紅茶を入れる方法と気軽にできるハンドケアを体験。
時 10月30日㈭18時半～20時15分
対 18歳以上　定 10人㊍
¥ 300円　申 窓口・ファクス・応募フォーム：10月14日㈫まで

女性のための 冬のやさしい着付け教室
時 11月19日～12月17日、木曜、全5回、10時～12時　対 18歳以上の女性　定 6人㊍　¥ 1000円
申 窓口・ファクス・応募フォーム：10月22日㈫17時まで

はじめての手話教室
あいさつや自己紹介などを手話で表現します。
時 11月21日～12月19日、土曜、全5回、10時～11時半
対 16歳以上　定 15人㊍
¥ 660円　申 往復はがき・ファクス・応募フォーム：10月29日㈫必着

●図書室臨時休室
図書点検のため休室します。
時 10月22日㈫～29日㈫

上田公民館
〒020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

岩手の伝統的工芸品で生活に潤いを ～南部鉄瓶の奥深さに触れよう～
南部鉄瓶の歴史や文化などを学び、工房を見学します。
時 11月17日㈪10時～11時半
所 薫山（くんざん）工房（繋字尾入野）※盛岡手づくり村内。現地集合　定 15人㊍
申 往復はがき・応募フォーム：10月28日㈫消印有効

初心者でも大丈夫 プロに学ぶスイーツ教室
①マロンプリンと焼き芋のバスクチーズケーキと②クリスマスケーキを作ります。
時 ①11月18日㈫②25日㈫、全2回、13時半～16時
所 西部公民館（南青山町）
定 12人㊍　¥ 3000円
申 往復はがき・応募フォーム：10月29日㈫消印有効

図書館だより

市立図書館（高松一）
☎661-4343

科学談話会
北海道大の阿部周一名誉教授による「サケ、その未来と私たち―どうなる自然史・水産・食文化」と題した講演。
時 10月15日㈫18時～19時半

かみしばいのへや (♥)
時 10月22日㈫・11月12日㈫15時半～16時

おはなしのじかん (♥)
時 対 10月24日㈮・11月14日㈮、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

児童文学を読む会
時 10月28日㈫10時～12時

こども図書館まつり (♥)
ミニゲームや折り紙工作など。
時 10月31日㈮13時～16時

えほんのへや (♥)
時 11月7日㈮15時半～16時

おはなしころころ
わらべ歌を歌い体を動かします。
時 対 11月13日㈭、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
時 10月21日㈫10時半～10時55分
対 0～2歳の子と保護者

おとぎのへや (♥)
時 毎週土曜11時～11時半

開館30周年記念事業
①本の譲渡会や②限定缶バッジ配布（期間中10冊本を借りた先着100人）、③記念図書展示。
時 ①10月31日㈮・11月1日㈯9時半～12時・13時～15時半※両日とも9時15分から整理券配布

(♥) は幼児～小学生が対象

②③10月27日㈫～11月29日㈯

とことこおはなし会
時 11月6日㈭10時40分～11時10分
対 4カ月～1歳3カ月の子と保護者

図書バッグワークショップ
時 11月14日㈮10時～11時半・13時半～15時　定 各5人㊍
¥ 500円　申 窓口・応募フォーム：10月20日㈫～31日㈮

渋民図書館（渋民字鶴塚）
☎683-2167

えほんのへや (♥)
時 10月14日㈫15時～15時半

本の交換広場
図書館やご家庭で不要になった本を自由にお持ち帰りできます。
時 10月24日㈮～28日㈫

ピヨピヨおはなし会
時 10月30日㈭11時～11時20分
対 0～2歳の子と保護者

今月のおすすめ図書
渋民図書館　推薦

失恋カルタ
文：又吉直樹・絵：たなかみさき（Gakken）


「カルタ」というと冬のイメージですが、この本は、ほろ苦くて、ちょっと切ない、けれども日常的な情景が切り取られていて、季節を問わず楽しめます。思わず読み札の前後を想像してしまう1冊です。

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！

表1　サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員㊊	費用	申し込み
おかしなお菓子体験！～がんづきつくろう！～	11/６㈭10時～12時と14時～16時	各９人	1000円	10/10㈮10時から
ステキにマーブルアート～マーブルシャンデリア～	11/28㈮13時～16時	10人	2500円	10/17㈮10時から

<広　告>


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、飲食コーナーなど。
時 10月23日(金)～25日(日)10時～16時※最終日は15時半まで

木の実のリース作りワークショップ
時 10月25日(日)13時～15時半
定 20人(先) ¥ 1000円～3000円
申 電話：10月1日(水)10時から

郷土探訪講座「パワースポット探訪～神社編～」
神社にまつわる言い伝えや歴史を学びます。
時 10月29日(水)8時45分～16時
所 早池峯神社、遠野郷八幡宮(いずれも遠野市)、丹内山神社(花巻市)※バス移動。集合は同公民館
定 20人(抽) ¥ 1600円
申 往復はがき・応募フォーム：10月15日(水)必着

朝活はじめ！ランニング教室
歩き方と走り方の違いを学び、疲れにくいランニング習慣を身につけます。
時 10月31日(土)・11月7日(土)、8時半～10時半
所 きたぎんボールパーク(永井7)
定 各20人(抽) ¥ 25円
申 応募フォーム：10月16日(金)必着

西部公民館

〒020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

パソコン・スマホお助け相談会
時 10月3日(土)・10日(土)・17日(土)・24日(土)・30日(金)、13時～16時 ¥ 500円

初心者のための俳句教室
時 10月22日・11月5日・19日、木曜、全3回、13時半～15時半 定 14人(先) ¥ 500円 申 電話・応募フォーム：10月4日(日)10時から

西部公民館祭
同公民館活動サークルによる展示や舞台発表、お茶会、屋台など。
時 10月30日(金)～11月1日(日)9時～16時※最終日は15時まで

ジャズ公開講座
ジャズのリズムやアドリブの解説、歌や演奏でジャズを体験。
時 11月1日(日)13時～14時45分

名作映画会
「こつなぎ～山を巡る百年物語～」を上映。
時 11月14日(土)10時～12時 定 30人(先) 申 電話・応募フォーム：10月27日(火)10時から

渋民公民館

〒028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-3526

玉山地域公民館まつり
玉山地域で活動する団体の展示や発表、体験会、フリーマーケットなど。
時 10月24日(土)9時半～16時半、25日(日)9時45分～15時
¥ 体験会は有料

▶盛岡市・玉山村合併20周年記念企画
①玉山地域5団体の神楽と永井の大念仏剣舞や②渋民中群読劇を披露。
時 ①24日15時～16時半、25日13時半～15時②24日13時半～14時

親子でチャレンジ！ 料理教室
郷土食のがんづきときりせんしょを作ります。
時 11月7日(土)9時半～12時半 対 小学生と保護者
定 16人(抽) ¥ 830円
申 往復はがき・応募フォーム：10月21日(水)必着

大人の社会科見学
企業の工場などを見学。
時 11月20日(金)・27日(金)、全2回、9時半～12時
所 (株)環境整備（川又字赤坂）、(株)東光舎岩手工場（岩手町）※バス移動。集合は同公民館
対 18歳以上 定 20人(抽)
¥ 560円 申 往復はがき・応募フォーム：11月5日(木)必着

松園地区公民館

〒020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

味噌づくり教室
県産大豆を使用したみそづくりを体験。
時 11月25日(水)・12月2日(水)13時～15時
定 各16人(抽) ¥ 2000円
申 往復はがき：必要事項の他、参加希望日を記入。11月2日(月)必着

乙部地区公民館

〒020-0403 乙部6地割79-1
☎696-2081

乙部公民館まつり・健康まつり
同公民館活動団体による展示や発表、屋台、体力測定、チャリティーバザーなど。
時 10月25日(日)9時40分～14時

らくらくスマホ教室～基本編～
時 11月11日(水)13時半～15時半 定 12人(先)
申 電話：10月15日(木)10時から

クリスマスクラフト講座
木の実などの自然の素材でクリスマスリースを作ります。
時 11月17日(火)10時～12時
定 12人(先) ¥ 500円
申 電話：10月21日(水)10時から

見前南地区公民館

〒020-0833 西見前13-50
☎601-6735

地元を学ぼう！ 都南ふしぎ発見
都南地域の不思議な事例を取り上げ、歴史・史跡・文化財の理解を深めます。
時 10月24日(土)10時～11時40分
定 30人(先)
申 窓口・電話：10月4日(日)10時から

もりおか歴史文化館

〒020-0023 内丸1-50
☎681-2100

企画展「盛岡藩領物産展～南部ブランドの底力～」
地域特性のある産物を通じて盛岡藩領の実態を紹介。
時 10月3日(土)～12月14日(月)
¥ 入館料が必要

▶盛岡藩領物産展real
企画展に合わせて土産や名産を販売。

▶企画展ギャラリートーク
時 10月27日(火)・11月28日(土)13時半～14時半 ¥ 入館料が必要

▶れきぶん講座「盛岡藩領産物帳の世界」
時 12月5日(土)13時半～15時半
定 30人(抽)
申 往復はがき・応募フォーム：11月9日(月)必着

テーマ展「干支コレクション・未」
同館収蔵資料の中から、来年の干支「未」を紹介。
時 10月21日(水)～来年1月18日(月) ¥ 入館料が必要

先人記念館

〒020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

ボランティアが1階記念室を展示案内
時 10月11日(日)・25日(日)①10時～12時②13時～15時 ¥ 入館料が必要

館長講座『海軍「良識派」の三提督～米内光政・山本五十六・井上成美～』
時 10月17日(土)13時半～15時 定 40人(先)
¥ 入館料が必要
申 電話：10月3日(土)9時から

特別講座「北に向かった岩手県人～佐藤昌介・新渡戸稲造と開拓者たち～」
北海道大の小笠原正明名誉教授による講演。
時 11月14日(土)13時半～15時10分 定 40人(先) ¥ 入館料が必要 申 電話：10月17日(土)9時から

原敬記念館

〒020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

秋の生家公開
時 10月10日(土)～25日(日)9時～16時
¥ 入館料が必要

盛岡てがみ館

〒020-0871 中ノ橋通一丁目1-10 プラザおでって6階☎604-3302

企画展 高村光太郎没後70年「高村光太郎と岩手の人～手紙にみる交流～」
高村光太郎と岩手の人々との交流を紹介。
時 10月14日(水)～来年2月8日(月) ¥ 入館料が必要

▶企画展ギャラリートーク
時 ①10月30日(金)②来年1月23日(土)、10時半～11時15分 定 各10人(先)
¥ 入館料が必要
申 電話：①10月16日(金)②来年1月9日(土)いずれも10時から

<広 告>

第12回 身元保証、生活支援等セミナー 無料 要予約

『この街でいつまでも安心して暮らしましょう』
―助け合って「老後ひとり難民」にならないために―

講師 株式会社日本総合研究所 創発戦略センター 沢村 香苗 様



●日時／2026年10月22日(木) 14時00分―15時30分
●場所／盛岡市 プラザおでって3階 大ホール

《参加申込み、お問い合わせは》 電話 019-681-3663 まで
KAKEHASHI 一般社団法人 もりおか架け橋の会 020-0839 盛岡市津志田南3丁目15番40号 2F

時日時 所場所 対対象 定定員（先先着 抽抽選） ¥料金 申申し込み 他その他 問問い合わせ ID広報ID

初心者のための解読講座
先人の崩し書きの手紙を読み解きます。
時 11月11日(水)・18日(水)、全2回、13時半～15時
定 10人(先) ¥ 1000円
申 電話：10月28日(水)10時から

遺跡の学び館

〒020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

企画展「北上川上流域の縄文時代早期土器～幾何学文様の系譜～」
最近の研究成果や土器文様の変遷を紹介。
時 10月10日(土)～来年1月24日(日) ¥ 入館料が必要

学芸講座「大新町遺跡・風林遺跡の縄文時代早期土器」
市内各地の遺跡を発掘調査した武田良夫氏の功績を紹介。
時 11月22日(日)13時半～15時
定 80人(先) ¥ 300円
申 電話・応募フォーム：10月4日(日)から

体験学習会「もりおか史跡・遺跡めぐり～上米内地域～」
時 11月8日(日)9時半～12時
所 上米内地域※集合は同館
対 小学生以上※小学生は保護者同伴
定 15人(抽) ¥ 50円
申 応募フォーム：10月4日(日)～25日(日)

志波城古代公園

〒020-0855 上鹿妻五兵工新田47-11
☎658-1710

国史跡「志波城跡」探索～志波城を知ると古代が見えてくる～
志波城造営当時の歴史などを学びます。
時 10月17日(土)13時～15時
定 15人(先)
申 電話：10月4日(日)9時半から

盛岡りんごフェア&キッズフェスティバル
農政課☎626-2270

▶盛岡りんごフェア
盛岡りんごがフェザン館内や地下道などを彩るほか、盛岡りんごをテーマにした期間限定メニューが味わえます。
時 10月13日(火)～11月19日(木)
所 盛岡駅ビルフェザン（盛岡駅前通一）ほか

▶キッズフェスティバル
りんごあめ作りや絵本の読み聞かせ。
時 11月3日(火)10時～、11時半～、14時～、15時半～※各回1時間程度 所 盛岡駅ビルフェザン
対 小学6年生以下
定 各32人(先) ¥ 700円
申 応募フォーム：10月1日(木)10時から

近代化遺産の全国一斉公開
歴史文化課☎639-9067
①施設の公開と②「もりおかの先人と近代化遺産」と題したパネル展。
時 ①10月14日(水)～16日(金)②10月14日～23日(金) 所 ①岩手銀行旧本店本館・旧第九十銀行本店本館（いずれも中ノ橋通一）、県公会堂（内丸）②もりおか歴史文化館（内丸）

ギター弾き語りライブ
産業振興課☎683-3852
元チェッカーズ大土井裕二氏による無料音楽ライブ。
時 10月18日(日)14時～15時
所 イオンスーパーセンター盛岡渋民店（渋民字鶴飼）

環境学習講座
環境企画課☎626-3754
¥ 各28円
申 電話・応募フォーム：10月13日(火)17時まで

▶町家と湧水めぐり
先人ゆかりの仏閣などを巡ります。
時 10月21日(火)9時半～11時半
所 鉈屋町かいわい 定 18人(抽)

▶秋の朝島山を散策しよう！
時 11月1日(日)9時～12時
所 集合は盛岡城跡公園地下駐車場車両出入り口付近（内丸）・乙部地区公民館（乙部6） 定 20人(抽)

中学生による人権尊重に関する意見発表会
総務課☎626-7513
中学生がさまざまな人権課題について考え、意見を発表します。
時 10月23日(金)13時半～15時半
所 大宮中学校（本宮字大宮）

お散歩景観ツアー
景観政策課☎601-5541 ファクス637-1919
歴史、自然、街並みが調和した盛岡らしい景観を眺めながら散策します。
時 10月24日(土)・31日(土)9時半～12時
所 大慈寺・鉈屋町かいわい※集合はもりおか町家物語館（鉈屋町）
対 小学生以上※小学生は保護者同伴
定 各15人(抽) 申 窓口・ファクス・応募フォーム：10月19日(月)10時まで

起業家塾@もりおか
ものづくり推進課☎626-7551
起業の手順や事業成功の具体例を学ぶ講座。対象者など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
時 10月28日～12月9日、水曜、全7回、18時半～20時半※最終日は18時～21時 所 産学官連携研究センター（上田四） 定 20人(抽) ¥ 3000円
申 応募フォーム：10月20日(火)まで

市民体力テスト
スポーツ推進課☎603-8013
握力測定や上体起こしなど6種目を測定します。
時 10月31日(土)13時半～17時 所 加賀野地区活動センター（加賀野四） 対 6歳～79歳
定 30人(先) 申 電話・応募フォーム：10月1日(木)9時から

「盛岡という星で」編集部が教える！SNS投稿のはじめ方
都市戦略室☎613-8370
スマートフォンひとつで日常の魅力を楽しく発信するコツを学びます。
時 10月31日(土)14時～15時半
所 盛岡という星で BASE STATION（菜園一） 定 30人程度(先)
申 応募フォーム：9月30日(水)から

地域防災リーダー養成講座
消防対策室☎・ファクス626-7404
自然災害の仕組みと、避難所運営や地域の自主防災を学びます。
時 11月14日(土)8時50分～16時20分
所 盛岡中央消防署（盛岡駅西通一）
定 50人(先)
申 電話・ファクス：10月1日(木)9時から

北のクラフトフェアMORIOKA
北のクラフトフェア実行委員会
✉info@kitanocraft.com
全国のクラフト作家による陶芸・木工・金属・ガラス・布など多彩なジャンルの作品を展示・販売。
時 10月11日(日)10時～16時・12日(月)9時～15時 所 盛岡城跡公園（内丸）

もりおか国際運動会
文化国際課内、(公財)盛岡国際交流協会☎626-7524
国や世代を越えてチームを組み、運動会で交流します。
時 11月8日(日)10時～13時
定 60人(抽)※うち外国籍の人は30人
所 西部公民館（南青山町）
¥ 100円
申 応募フォーム：10月1日(木)～15日(木)

もりおかこどもスポーツクラブ
(公財)盛岡市スポーツ協会☎601-5700
✉jigyoka@morioka-sport.or.jp
多種目のスポーツを体験。日程など、詳しくは同協会ホームページをご覧ください。
時 11月25日(水)～来年3月3日(水)、18時半～20時 対 小学3・4年生
定 35人(抽) ¥ 9200円
申 メール・応募フォーム：10月30日(金)まで

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
市内婦人合唱団体が日頃の練習の成果を披露する音楽祭。
時 10月4日(日)13時～16時半
所 市民文化ホール（盛岡駅西通二）
¥ 500円※中学生以下は無料

私たちの作品展
私たちの作品展実行委員会☎635-7362
市内活動団体の絵画・手芸・工芸・写真などの作品を展示。
時 10月21日(水)～25日(日)、10時～16時
所 市民文化ホール（盛岡駅西通二）

<広 告>

土地 建物 マンション 現状のまま買い取ります！
たんす等、家財道具を含めお荷物はそのままでもOK！
※弊社規定により買取できない場合があります
最新情報はHPで公開中！
TEL 0120-466-505 にお気軽にお電話を！ ◎無料査定◎無料相談 ◎広告無料◎秘密厳守
ESTEST 株式会社 エストエスト 岩手県知事（4）第2348号
営業時間 10:00～18:00 定休 毎週水曜・祝日 〒020-0866 岩手県盛岡市本宮4丁目33-8

建物・古家 解体 します！
使わなくなった建物にお困りではないですか？
お見積り・ご相談無料！
木造解体 プチ解体 鉄骨解体 RC解体
解体後の土地活用までワンストップでサポート
不動産売買仲介 不動産買取 リフォーム事業
お気軽にご相談ください！
解体ポン！ 0120-301-117
東野建設工業 株式会社 国土交通大臣許可（特-3）第24423号
営業時間 10:00～18:00 定休日 毎週水曜・祝日 〒020-0866 岩手県盛岡市本宮4丁目33-8

募集

障がい者の会計年度任用職員名簿に登録を

職員課☎626-7505

市は、障がいのある人を積極的に採用するため、会計年度任用職員を希望する人の名簿登録制度を実施しています。
申 障害者手帳など障がいの種別と等級の分かる書類のコピーと履歴書を、〒020-8530（住所不要）市役所職員課へ郵送または持参。

社会人ボランティア

東北ターボこども科学館☎634-1171
✉kokabou@goto.co.jp

館内展示物の体験支援などをするボランティアを募集します。詳しくは、同館ホームページをご覧ください。
申 往復はがき・メール：10月16日㈭消印有効

市営住宅の入居者

市営住宅指定管理センター☎622-7030

12月1日㈫からの入居者を**表2**のとおり募集します。
対 次の全てに該当する人①住宅に困っている②世帯収入が法定基準内③住民税を滞納していない④過去に市営住宅の家賃などを滞納していない⑤本人や同居する人が暴力団員でない
申 同センター窓口（中ノ橋通一）：10月7日㈫～14日㈫※申込用紙は市役所本庁舎1階の窓口案内所や各支所などに備え付け



表2　入居者を募集する市営住宅

住宅名（所在地）	戸数	家賃	間取り
北厨川アパート（厨川二）	7	1万6700円～3万8400円	3DK
谷地頭アパート（厨川五）	3	1万1200円～2万8400円	3DK
青山一丁目アパート（青山一）	1	2万6800円～5万2600円	3DK
青山二丁目アパート（青山二）※	1	2万1400円～4万2100円	2DK
青山三丁目アパート（青山三）※	4	2万1100円～5万6000円	2DK・3DK
川目アパート（東山一）	1	1万5500円～3万500円	3DK
仙北西アパート（西仙北一）	2	2万2700円～4万5800円	3DK
大ケ生住宅（乙部22）	2	1万5300円～3万400円	3DK
夏間木三（好摩字夏間木）	3	1万4900円～3万1600円	3DK

※エレベーター付き

中小企業退職金共済制度

（独）勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234

同制度は、中小企業が従業員のために退職金制度を整備できるよう、国が支援する制度です。詳しくは、同本部ホームページをご覧ください。

お知らせ

貨物運送事業者に支援金を支給

経済企画課☎613-8389

県が実施している「運輸事業者運行支援緊急対策支援金（第7弾）」の支給決定を受けた貨物自動車運送事業者を対象に、車両1台につき2万5000円の上乗せ支給を開始します。申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

ゆぴあすの休館

余熱利用健康増進センターゆぴあす
☎662-1414

施設点検のため、次の期間は休館します。
時 10月5日㈰～17日㈮

盛岡広域都市計画道路の変更案の縦覧

交通政策課☎613-8538

向中野安倍館線と仙北町駅東口線の変更案を縦覧します。縦覧期間中は、県知事へ意見書を提出できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

時 10月16日㈭～30日㈭、9時～17時

指定管理者の聞き取り審査

資産経営課☎603-8007

市は、来年4月1日から指定管理者を指定する施設について、聞き取り審査を**表3**のとおり開催します。傍聴を希望する人は、各施設の担当課へ事前に連絡してください。

ごみの受け入れ停止

クリーンセンター☎663-7153

設備点検のため、10月10日㈮はごみを搬入できません。また、11月下旬まで混雑が見込まれるため、少量のごみや処分を急がないごみの搬入はご遠慮ください。

全国地域安全運動

くらしの安全課☎603-8008

10月11日㈯～20日㈪は全国地域安全運動期間です。特殊詐欺被害の防止や鍵かけの徹底を家族と話し合うなど、防犯意識を高めましょう。また、特殊詐欺の電話はアプリでブロックする対策が有効です。警察庁推奨のアプリを活用しましょう。

マンション管理などに関する①相談②出前支援

建築指導課☎601-3387
ファクス637-1919

マンション管理士が、マンションの管理規約の見直し・長期修繕計画などの相談に応じます。
時 来年1月10日㈯までの①毎月第2日曜、10時～12時②希望する日時
所 ①キオクシア アイーナ（盛岡駅西通一）他②希望する場所

◀①相談
②出前支援▶

表3　聞き取り審査の日程など

施設名（所在地）	日時	場所	担当課
もりおか町家物語館（鉈屋町）	10/9㈭13時15分～	市役所本庁舎403会議室	観光課☎626-7539
もりおか啄木・賢治青春館（中ノ橋通一）	10/9㈭15時15分～		
かつら荘（住吉町）	10/27㈪11時～	総合福祉センター3階講習室（若園町）	こども家庭センター☎613-7521

違反建築防止週間

建築指導課☎601-3288

10月15日㈬～21日㈫は違反建築防止週間です。建築基準法などの関係法令を守り、違反建築の防止にご協力をお願いします。期間中の平日9時から17時に市役所都南分庁舎2階の同課で違反建築に関する相談窓口を開設します。

暴力団のない住みよいまちを

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しましょう。
▶①暴力団追放盛岡市民総決起大会②街頭キャンペーン
時 10月19日㈰14時～16時
所 ①プラザおでって（中ノ橋通一）②MOSSビル、クロステラス盛岡（いずれも大通三）、大通商店街

総合防災訓練を実施します

危機管理防災課☎603-8031

市民と防災関係機関が連携して、大雨洪水（土砂災害）を想定した応急対策訓練や避難訓練を実施します。
時 10月24日㈮9時～11時半
所 下小路中学校（愛宕町）

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。
対 大規模な土地を購入した人①市街化区域：2000平方㍍以上②都市計画区域（①を除く）：5000平方㍍以上③都市計画区域外の区域：1万平方㍍以上

<広 告>

ホームページ制作 承ります！
新規作成・リニューアル・EC サイト 等々
ワンストップで対応いたします。
運用でお困りのことなど、お気軽にご相談ください！



LEADKONAN
株式会社リードコナン
〒020-0056
岩手県盛岡市太田七丁目２番５号
TEL.019-656-3600
● 制作実績・お問合せ
リードコナン ウェブラボ 検索
https://www.leadkonan.co.jp/web

時日時 所場所 対対象 定定員（㊀先着 ㊁抽選） ¥料金 申申し込み 他その他 問問い合わせ ID広報ID

緑の募金にご協力を

林政課☎626-7541

市役所本庁舎1階の窓口案内所に振込用紙を用意します。ご協力をお願いします。
※春季の募金額は474万1452円でした。ご協力ありがとうございました
時 10月31日㈮まで

行政手続きのオンライン申請

情報企画課☎626-7514

市は、行政手続きのオンライン化を進めています。子育てや介護などの手続きで利用できます。

宝くじ助成で活動備品を整備

市民協働推進課☎626-7535

宝くじの社会貢献広報事業による助成で、厨川二丁目第一自治会が集会室にエアコンなどの備品を整備しました。

ごみの野外焼却は原則禁止

環境企画課☎613-8419

ごみの野外焼却は法律で禁止されています。農林業などやむを得ない焼却は例外的に認められていますが、その場合でも草木を十分乾燥させ少しずつ焼却するなど、周辺への影響に配慮をお願いします。

農地の転用利用などを予定している人はご相談を

農政課☎626-7540
産業振興課☎683-3852

市農業振興地域整備計画の定期見直しを令和9年度に行います。同年度内に農地の転用などを予定している人は、農用地区域からの除外が必要になる場合があるため、12月28日㈰までにご相談ください。

JR山田線の一部運休

JR東日本お問い合わせセンター
☎050-2016-1600

安定輸送の確保のため、一部列車を運休します。詳しくは、JR東日本ホームページをご覧ください。
時 10月5日㈰～12月4日㈮

不動産に関する無料相談会

（一社）県不動産鑑定士協会
☎604-3070

10月の土地月間に合わせ、不動産に関する相談会を**表4**のとおり実施します。各不動産鑑定事務所に直接電話で相談してください。
時 10月8日㈭

表4　相談先など

時間	相談先	連絡先
10時～12時	㈲横田不動産鑑定	681-7772
	（同）昭典不動産鑑定事務所	0198-29-4777
	有岡不動産鑑定事務所（同）	601-2845
13時～15時	中井不動産鑑定事務所	0192-47-3560
	㈱JHK不動産鑑定	652-6465
	小網不動産鑑定事務所	613-8967
	（一財）日本不動産研究所　盛岡支所	090-1662-0389

「盛岡築川風力発電事業　環境影響評価準備書」の縦覧と説明会

㈱タカ・クリエイト高島保夫代表取締役
☎090-9907-3626

同社が計画している風力発電事業の準備書を縦覧し、説明会を開催します。詳しくは、同社のホームページをご覧ください。
▶縦覧
時 10月16日㈭～11月16日㈪
所 市役所若園分庁舎1階、築川支所
▶住民説明会
時 10月30日㈭18時～19時半
所 築川老人福祉センター（川目10）
定 20人程度

ハロウィンジャンボ宝くじの販売

県市町村振興協会☎651-3461

宝くじの収益金は県内市町村の明るく住みよいまちづくりに使われています。宝くじは市内で買いましょう。
時 10月16日㈭まで　¥ 一枚300円

無料調停手続相談会

盛岡地方・家庭裁判所事務局総務課
☎622-3350

民事・家事調停委員や弁護士との相談ができます。
時 10月25日㈯9時半～13時半
所 トーサイクラシックホール岩手（内丸）

赤い羽根共同募金にご協力を

市社会福祉協議会内、盛岡市共同募金委員会☎651-1000

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。募金は地域福祉活動のために役立てられます。
時 10月～来年3月

青色申告特別控除の見直し

盛岡税務署☎622-6141

令和9年分確定申告から青色申告特別控除が見直されます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

寄付をいただきました

ミュージックパートナー盛岡
村山義彦会長
西厨川老人福祉センター看板1基。地域振興のために。

道路の異常はLINEでかんたんに通報できます！

問 道路管理課☎613-8543

道路の穴ぼこや段差などを見つけたら、市LINE（ライン）公式アカウントから通報できます。位置情報や道路損傷の内容を入力でき、24時間通報できます。皆さんの通報が、安全で快適な道路環境づくりにつながります。



「令和8年8月千葉豪雨災害義援金」を受け付けています

問 地域福祉課内、日赤盛岡市地区事務局☎626-7509

日赤盛岡市地区では、同義援金を受け付けています。募金箱は市役所本庁舎1階窓口・5階の同課、市役所都南分庁舎・玉山総合事務所に設置しています。日赤本社と日赤千葉県支部への振り込みもできます。

相談

内容	日時	場所	問い合わせ
夜間納付相談	10/8㈬17時半～19時	納税課（市役所本庁舎2階）	納税課☎613-8462
休日納付相談	10/25㈰9時～13時		納税課☎613-8463
補聴器相談★	10/21㈫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
ひとり親家庭等特別（法律）相談★	10/30㈭10時～15時	県福祉総合相談センター（本町通三）	市ひとり親家庭等就業・自立支援センター☎623-8539
市民無料法律相談★☆	11/16㈪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
無料法律相談★☆	11/4・11・18・25水曜、10時～15時		岩手弁護士会☎623-5005

★要事前申し込み　☆相談希望日の前週9時から受け付け

お忘れなく！市税の納期限
問 納税課☎613-8464

市・県民税・森林環境税第3期、国民健康保険税第4期
時 納期限：11月2日㈪
※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

推計人口と世帯数（8/1現在）
27万5786人（−56）　男：13万371人（+11）
13万3416世帯（+69）　女：14万5415人（−67）
※（　）は前月比
問 企画調整課☎613-8397

<広 告>

bloom（ブリングハート）
補聴器
暮らしの中できこえに関する不安はありませんか？認定補聴器専門店のブルームでは、購入前に自宅や職場での「試聴」を無料で体験いただけます。最新補聴器を試してみませんか？まずはお気軽にご相談ください。
※健康保険証など、ご自身を証明できるものをお持ちください。
最新補聴器 試聴体験 無料!

認定補聴器専門店
ブルーム盛岡店
☎019-654-1136
休 第1・3水曜 / 日曜 / 祝日　営 9:30~18:00
岩手県盛岡市本町通1丁目17番地17
ジェネラスマンション医大前105
本町通1丁目バス停徒歩1分 駐車場有り

健康への一歩

大切なのは、健診 後！

ニコニコチャレンジ

今年の健診結果はいかがでしたか？　ニコニコチャレンジでは、生活習慣病の予防が必要な人を対象に、保健師や管理栄養士などがあなたに合った健康習慣を見つけるお手伝いをしています。血圧や血糖、コレステロールなど「数値が少し高め」の今のうちに、生活習慣の改善にチャレンジしましょう！

問 健康増進課☎603-8306　ID 1031378

① 対象者にニコニコチャレンジの利用券が届く

市の国保の加入者（40～74歳）で、特定健康診査や国保人間ドックの結果、生活習慣病の予防が必要な人に、利用券を送付します。
※市の国保以外の人は、加入している健康保険者にお問い合わせください

対象者　次の①②両方に該当する人

①腹囲：男性85㌢以上、女性90㌢以上、またはBMI25.0以上
②血糖や血圧が高め、脂質異常がある（1つ以上該当）

BMI＝（体重㌔）÷（身長㍍の2乗）
計算例：身長160㌢で体重70㌔の人
BMI＝70÷（1.6×1.6）≒27.3



血圧や血糖などを下げる薬を服用している人、脳卒中や心臓病などの生活習慣病で通院中の人は対象外

② 参加を申し込む

参加は無料！

電話または市ホームページの応募フォームから申し込みできます。グループで講話などを受講する「集団形式」か、個別で管理栄養士や保健師から助言・支援を受ける「個別形式」かを選択できます。参加するクラスは送付される案内文書に記載されています。

③ チャレンジに参加する

ひまわりクラス
【対象】
生活習慣を改善する必要性が高い人

よつばクラス
【対象】
生活習慣を改善する必要性が中等度の人

ひまわりクラスの人には、月1回程度、保健師や管理栄養士から取り組み状況の確認や助言のため、手紙や電話で連絡します

教室や個別面接で保健師や管理栄養士と一緒に自分に合った生活習慣の改善プランを立て、取り組みます。

約3カ月後、体の状態や生活習慣の変化を確認。その後も健康的な生活習慣を維持していきましょう。

本年度最後！ 国保の特定健康診査　問 健康保険課☎626-7527

メタボリックシンドロームや生活習慣病の早期発見のため、特定健康診査を受けましょう！

時 12月6日㈯14時～15時半
所 県予防医学協会（北飯岡四）
定 60人※市の国保に加入し、本年度の特定健康診査や人間ドックを受診していない、40歳から74歳までの人
申 電話：11月2日㈰10時から　ID 1058294



文京区学生と創る アグリイノベーション事業

VOL.3

文京区内にある6つの大学の学生が、農作物の魅力の掘り起こしや課題解決に取り組むアグリイノベーション事業。
参加した学生の皆さんに活動内容や課題解決に向けた取り組みなどを聞きました。　問 産業振興課☎683-3852　▲詳しくは

学生にインタビュー！

「銀河のしずく」から考える地域の農業



これまでの活動内容と成果　景観や、米作りに関するさまざまなことについて、地域の人にお話を伺い、現地を視察しました。調査した内容をもとに、地域の皆さんとの交流会を開催し、一緒に地域について考えられたことは、一つの成果だったと思います。

本年度の活動内容　「銀河のしずく」の生産農家が増えていますが、そのことが周りの農家の品種選択に影響を与えているのかという点に目を向け、新しい品種が地域の農業にどのように取り入れられ、定着していくのかを考えたいです。



課題解決に向けて　「銀河のしずく」を選んだ経緯について、米価格など経営を取り巻く状況と関連があるのか、農家の皆さんから直接お話を伺いたいと思っています。加えて、地理情報システム（GIS）で捉えた地域の作付けの状況と農家のお話を照らし合わせることで理解を深めたいです。

盛岡に来てみての印象　何度も訪れるうちに、地域の中にもさまざまな違いがあることが分かってきました。農地を見て「誰が維持しているんだろう」と考えるようになり、目の前に広がる農村の景観の見え方が変わりました。



<広　告>

軽自動車5万円以上 普通車10万円以上で買取します!!
※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もあります。

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貝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

時日時 所場所 対対象 定定員（㊛先着 ㊝抽選） ¥料金
申申し込み 他その他 問問い合わせ IDID広報ID

子育てナビ

子育てを応援

マタニティサロン
時 10月14日㈫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㊛
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
時 10月31日㈮10時～12時と13時半～15時半
所 もりおか子育て応援プラザma*mall（大通一）
対 来年2月に出産予定の初妊婦と夫・パートナー
定 各12組㊛
申 応募フォーム：10月２日㈭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 11月17日㈫10時～11時45分
所 市保健所（神明町）
対 令和８年７月生まれの子と初めて子育てしている保護者　定 20組㊛
申 応募フォーム：10月27日㈫から
問 母子健康課☎603-8303

親子向け

親子でふれあい遊び
問 とりょう支援センター☎651-8580

▶にこにこルーム
時 所 10月７日㈫は盛岡タカヤアリーナ（本宮五）、10月29日㈬は河南公民館（松尾町）、10時～11時半　対 0～3歳の子と保護者

▶ぴよぴよルーム
時 所 10月９日㈭は高松地区保健センター（上田字毛無森）、10月23日㈭は飯岡地区保健センター（下飯岡８）、10時～11時半
対 0歳の子と保護者

赤ちゃんとヨガ教室
時 10月９日㈭・30日㈭、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㊛　¥ 各72円
申 電話：10月１日㈬９時から
問 飯岡地区公民館☎637-2270

市立保育園（７園）の一斉開放
時 10月13日㈫・27日㈫、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

おりがみでつくろう×保育士カフェ
親子で折り紙を楽しみます。保育に興味がある人向けの交流会も開催します。申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
時 10月17日㈮10時半～13時半
所 盛岡という星でBASE STATION（菜園一）
問 子育てあんしん課☎613-8347

ふたばわらべうた・おはなし会
時 10月21日㈫①10時～10時40分②10時50分～11時20分
対 ①1～3歳の子と保護者②0歳の子と保護者
所 問 西部公民館（南青山町）☎643-2288

おやとこひろば
時 10月22日㈬10時～11時半
対 0歳～就園前の子と保護者
所 問 松園地区公民館（東松園二）☎661-8111

ベビーダンス体験会
時 10月24日㈮10時～11時半
対 首の据わった2歳未満の子と保護者
定 15組㊛　申 電話：10月１日㈬10時から
所 問 都南公民館（永井24）☎637-6611

秋の親子ふれあいベビーヨガ教室
時 11月５日㈬10時～11時半
対 首の据わった生後３カ月～11カ月の子と保護者　定 10組㊛　¥ 30円
申 応募フォーム：10月７日㈫10時から
所 問 中央公民館（愛宕町）☎654-5366

親子ヨガを楽しもう
時 11月６日㈭10時～11時
対 0歳～就園前の子と保護者
申 窓口・電話：10月16日㈭９時から
所 問 見前地区公民館（津志田中央二）☎639-1788

パパと子のふれあい遊び
時 11月７日㈯10時～11時半
対 一人歩きできる就学前の子と父親
定 20組㊛　申 電話・応募フォーム：10月７日㈫10時から
所 問 西部公民館（南青山町）☎643-2288

親子ペイント教室
時 10月28日㈫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㊛　¥ 1500円
申 応募フォーム：10月１日㈬10時から
問 まつぞのスポーツクラブ☎663-9280

ママとベビーのハッピータイム
ピラティスやベビーダンスをします。
時 ①11月４日㈫②16日㈰・30日㈰、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㊛　¥ ①1000円②2000円
申 応募フォーム：10月１日㈬10時から
問 まつぞのスポーツクラブ☎663-9280

子ども向け

ボール遊び教室
時 11月９日・16日・30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㊛
¥ 各1000円
申 応募フォーム：10月１日㈬10時から
問 まつぞのスポーツクラブ☎663-9280

保活ワンポータルをご利用ください！

問 子育てあんしん課☎626-7511
保育園などの入園に向けた活動（保活）を支援するためのポータルサイトが10月１日㈬から利用できます。

東北ターボこども科学館へ行こう！

所 問 東北ターボこども科学館（本宮字蛇屋敷）☎634-1171
詳しくは▶


空気砲であそびまショー


ハロウィンコップ

開催日	イベント名
10/３㈯・４日㈰・10日㈯・12日㈪・24日㈯・31日㈯	サイエンスショー「空気砲であそびまショー！」
10/４㈰～31㈯の土・日曜・祝日	ワークショップ「ハロウィンコップ」
10/10㈯16時半～18時	大人のためのプラネタリウム
10/11・18・25、日曜、９時50分～10時20分と11時10分～11時40分	チャレンジサイエンス※岩手大の先生によるさまざまな実験や工作
10/17㈯18時半～19時半	星を見る会
11/１㈰10時～12時	サイエンスな休日
11/３㈫10時～、11時～、13時～、14時～、各20分	中高生による科学実験ショー

<広　告>

Government Educational Loans
国の教育ローン
あなたの“未来”応援します。
ご融資額 350万円以内 お子さま１人あたり
ご入学前のまとまった費用の準備が可能
固定金利 長期返済が可能
40年以上の取扱実績
ご相談・お問い合わせは
教育ローンコールセンター
受付時間 月～金 9:00~19:00
ハロー コール
0570-008656
※土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月31日～1月3日）はご利用いただけません。ナビダイヤルがご利用いただけない場合等は、03-5321-8656 におかけください。
JFC 日本政策金融公庫

健康ガイド

時日時 所場所 対対象 定定員（㊊先着 抽抽選） ¥料金 申申し込み 他その他 問問い合わせ ID広報ID

結核レントゲン集団検診

検診車が市内を巡回し、集団検診をします。

時 所 **表1**のとおり
対 自宅に受診券が届いた65歳以上
問 住民福祉課☎683-3869 ID 100662

表1　結核レントゲン検診の日程など

期日	時間	会場
10/22(木)	9時半～11時半	玉山地区公民館（日戸字鷹高）
10/25(日)	9時半～11時半	玉山総合福祉センター（渋民字泉田）
10/28(火)	13時半～15時	好摩地区公民館（好摩字野中）
11/4(火)		玉山総合福祉センター

かんたん！やさしいeスポーツ

ゲーム「太鼓の達人®」をします。

時 10月29日(木)10時半～11時半
対 おおむね60歳以上 定 15人㊊
申 電話：10月4日(日)13時から
所 問 都南老人福祉センター（下飯岡8）☎638-1122

足腰ゲンキ筋力・脳力アップ

時 11月4日～12月2日、水曜、全5回、13時半～14時半
対 50歳以上 定 18人㊊ ¥ 4000円
申 電話：10月7日(火)10時から
所 問 市立武道館（住吉町）☎654-6801
ID 1053141

“疲れを溜めない”カラダ作り講座

体の調子を整える運動で、不調を改善したり、代謝を上げたりする教室。

時 11月5日(木)10時半～11時45分
所 イオンモール盛岡（前潟四） 定 20人㊊
申 電話：10月7日(火)10時から
問 健康増進課☎603-8306 ID 1056222

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2**の健康教室を開催します。タオルと飲み物を持参。

申 電話：10月20日(火)13時から
所 問 都南老人福祉センター（下飯岡8）☎638-1122

表2　健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
11/5(木)	10時半～	リフレッシュ体操	15人㊊	各500円※
11/12(木)		かんたんコロコロつどりん体操教室	各20人㊊	
11/19(木)	11時半	やさしいエアロビクス		
11/27(金)		ピラティス体操教室		

※初めての人は無料

実践！正しいラジオ体操

ラジオ体操第1の正しい動き方を学びます。

時 11月6日(金)10時15分～11時半
所 市保健所（神明町） 定 20人㊊
申 電話・応募フォーム：10月5日(月)10時から
問 健康増進課☎603-8306
ID 1022919

笑顔ひまわり高松教室

介護予防のための①リズム健康体操②脳の活性化運動③太極拳。

時 ①11月10日②11月17日③11月24日、火曜、13時半～15時
所 高松地区保健センター（上田字毛無森）
対 55歳以上 定 各12人㊊ ¥ 各500円
申 電話：10月2日(金)10時から
問 まつぞのスポーツクラブ☎663-9280
ID 1058241

コツコツ予防！骨粗しょう症予防教室

保健師や栄養士などから骨を元気に保つためのコツやレシピを学びます。試食付きです。

時 11月27日(金)10時半～12時
所 市保健所（神明町） 定 40人㊊
申 電話：10月6日(火)10時から
問 健康増進課☎603-8306

心のサポーター養成研修

身近な人を支援する「心のサポーター」になるために心の不調やセルフケアについて学びます。

時 12月1日(火)13時半～15時45分
所 勤労福祉会館（紺屋町）
定 100人㊊
申 電話・応募フォーム：10月13日(火)10時から
問 健康増進課☎603-8309 ID 1052976

子どもの麻しん風しん予防接種

①第1期と②第2期があります。

時 ①通年②来年3月31日(火)まで
対 ①1歳の子②令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの子
問 指導予防課☎603-8307
ID 1029747

市8020歯科保健大会

健康な口腔機能の維持向上のための講演など。

時 11月1日(日)9時50分～11時45分
所 キオクシア アイーナ（盛岡駅西通一）
問 市歯科医師会☎651-1170

いわてピンクリボンフェスタ

問 いわてピンクリボンの会☎656-8224

▶ウェブ講演会

県立中部病院の梅邑明子先生による早期乳がんの治療についての講演とトークセッション。

時 10月18日(日)14時～15時半
所 県予防医学協会（北飯岡四） 定 200人
申 応募フォーム：受け付け中

▶スマイルウォーク

乳房の健康チェックを呼びかける行進に参加しませんか。

時 10月25日(日)9時半～12時
所 集合・解散は盛岡城跡公園多目的広場（内丸）

家族を支える方のための講演会

心の不調を持つ人やひきこもり、依存症などの人の家族向けの講話。

時 10月15日(木)14時～16時
所 紫波町情報交流館（紫波町）
申 電話・応募フォーム：受け付け中
問 県央保健所☎629-6574

こころの電話&Chat相談

どんなお話でもお聴きします。一人で悩まず、まずはご相談ください。

時 来年1月23日(土)まで。電話は土曜の14時～22時。chat相談は水・土・日曜の18時～22時
問 （一社）日本産業カウンセラー協会☎0120-018-522

もりおか健康21プランシリーズ

心とカラダに美味しいごほうび！

もりおか元気サポート店に行こう！

このステッカーが目印！



問 健康増進課☎603-8305

「外食も楽しみたいけれど、健康にも気を付けたい！」そんな皆さんの思いに応えるため、市と市内の飲食店がタッグを組んで「もりおか元気サポート店」の登録制度を実施しています。登録店では、美味しくて体にやさしいメニューや、健康づくりに役立つサービスをご用意しています。

毎日の食事を、もっと楽しく、もっと健康に。ぜひ、お近くの「元気サポート店」をご利用ください。

登録店にはこんなメニューが

- 主食・主菜・副菜が揃ったメニュー
- 塩分控えめメニュー
- 栄養成分表示があるメニュー
- 野菜たっぷりメニュー
- 朝食メニュー



<広　告>

茶畑内科消化器内科クリニック【院　長】安孫子 幸人
寄り添う診療を大切に

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	休
14:00～17:30	●	●	●	休	●	休	休

休診日／木・土午後、日、祝日　盛岡市茶畑1丁目8-2　☎019-613-3107

盛岡市各種成人検診の予約を受付しております
※詳しくは当院ホームページにてご確認お願いいたします
6月にリニューアル！当院HP▶



10月の休日・夜間診療

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
		※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～	内科・外科
		土・日曜、祝日	8時半～	
		※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金が必要になる場合があります。
- 各病院で、その日の当直診療科が異なります。事前に各医療機関に問い合わせるか、市医師会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

子どもの具合が悪くなったら

▶看護師に電話で相談できます（年中無休）

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。

問 ☎605-9000または #8000
時 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）
※10月1日から24時間対応（小児救急医療電話相談）に変更

▶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金が必要になる場合があります
時 17時～翌朝9時※土曜は13時から

小児救急受入病院▶



☆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け付けを終了する場合があります

内 内科　外 外科・整形外科　小 小児科　歯 歯科　薬 薬局

医療機関名	所在地	電話
10/4(日)		
茶畑内科消化器内科クリニック 内	茶畑一	613-3107
松園第二病院 内	西松園三	662-0100
双木整形外科医院 外	月が丘二	646-3855
山口クリニック 小	滝沢市	641-6818
手代森歯科クリニック 歯	手代森7	675-1133
ルナ薬局茶畑店 薬	茶畑一	601-5715
共創未来松園薬局 薬	西松園三	664-0397
エイシン薬局 薬	月が丘二	641-0454
キリン薬局 薬	滝沢市	647-8535
10/11(日)		
菜園循環器内科医院 内	菜園一	626-3211
石井内科消化器科医院 内	東緑が丘	662-1615
八角病院 内	好摩字夏間木	682-0201
鈴木整形外科 外	本宮字石仏	658-0202
川久保病院 小	津志田26	635-1305
ゆいとぴあ歯科医院 歯	本宮六	631-2222
菜園薬局 薬	菜園一	625-7521
しんせい薬局 薬	東緑が丘	663-2366
サンケア薬局盛岡長橋店 薬	長橋町	601-4777
オーロラ薬局 薬	南仙北三	635-1233
10/12(月)		
もりおか胃腸科内科クリニック 内	中ノ橋通二	606-6611

医療機関名	所在地	電話
三愛病院 内	月が丘一	641-6633
ヒロバランスクリニック 外	松園二	664-6037
小林小児科クリニック 小	三本柳11	638-0404
みどりが丘歯科クリニック 歯	緑が丘三	663-5313
まごころ薬局 薬	中ノ橋通二	606-1231
月が丘薬局 薬	月が丘一	648-3939
みずほ薬局月が丘 薬	月が丘一	601-8211
マリーン薬局 薬	松園二	664-0566
ワカバ薬局都南店 薬	三本柳11	637-6011
10/18(日)		
いわて飯岡駅前内科クリニック 内	永井17	637-1177
おいかわ内科クリニック 内	上田一	622-7400
八角病院 内	好摩字夏間木	682-0201
かとう整形外科クリニック 外	中央通二	622-2555
さいとう小児科クリニック 小	月が丘二	643-7171
きたがわ歯科クリニック 歯	長田町	656-7555
いわて飯岡駅前薬局 薬	永井17	656-1310
あおば薬局上田店 薬	上田一	622-0370
そうごう薬局盛岡中央通店 薬	中央通二	613-6671
よつば薬局 薬	月が丘二	643-2888
10/25(日)		
大通りクリニック 内	大通一	656-8037
森谷医院 内	高松三	663-1247

医療機関名	所在地	電話
たぐち脳神経外科クリニック 外	本町通一	621-1234
しおはたファミリークリニック 小	中ノ橋通一	656-7339
きむら歯科医院 歯	緑が丘三	662-9252
菜園よつば薬局 薬	大通一	681-3222
どんぐり薬局たかまつ 薬	高松三	661-6995
アイリス薬局 薬	高松三	665-3030
下小路薬局 薬	愛宕町	604-9101
もなか薬局 薬	中ノ橋通一	656-0483
どんぐり薬局さかな町 薬	中ノ橋通一	656-9700

接骨院の休日当番

時 10時～15時

実施日	名称（所在地）	電話
10/4(日)	村上整骨院（青山一）	645-2313
10/11(日)	さとう整骨院（月が丘一）	641-7586
10/18(日)	小山田接骨院（東松園二）	663-2574
10/25(日)	小笠原整骨院（好摩字上山）	682-0106

※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



<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

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
マーケティング イベント サイン広告 各種印刷物
お客様のPRをお手伝いします！　令和8年度「広報もりおか」広告取扱代理店
盛岡市盛岡駅前通13-23 阿部ビル4F
TEL 019-652-9190 Natural Com. ナチュラルコム株式会社
E-mail office@naturalcom.jp　www.naturalcom.jp

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
［院長］加藤 隆幸
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
ホームページ http://kaganoclinic.jp/

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30	●	●	／	／	●	●	●
16:00～20:00	●	●	／	／	●	●	●



わたなべ 内科 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
午前9:00～12:30	●	●	●	●	●	●
午後2:00～ 6:00	●	●	●	／	●	／

休診日／日曜、祝日
駐車場有(19台)
盛岡市高松三丁目9-8
TEL 019-605-1117　www.clinic-watanabe.com



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



盛岡手づくり村 秋のイベント

所 問 盛岡手づくり村（繋字尾入野）☎689-2201

工房まつり 10/3(土)・4(日) 10時～16時

年に一度の「訳あり市」や恒例の輪投げ大会、ジャンボせんべいの振る舞いもあります。



秋まつり 10/10(土)～12(月) 9時～16時

まつり期間限定の体験教室やさんさ踊りの披露など。



もりおか市民文化祭

10/17(土)・18(日) 11時～16時20分



所 ホットライン肴町（肴町）
問 文化国際課☎613-8465



石材彫刻などの作品展示、さんさ踊りのパレードやアカペラ、ギターのステージ発表など盛りだくさんです。参加団体など詳しくは、市芸術文化ポータルサイト「Art（アート） の Mori」をご覧ください。

盛岡市・玉山村合併20周年記念

もりおか味と工芸展

10/15(木)～19(月) 10時～19時 ※最終日は17時まで





所 カワトク（菜園一）
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。もりおか短角牛や合併20周年記念のスイーツを数量限定で販売するほか、特産品が当たるスタンプラリーも実施します！

美食王国もりおか 農業まつり

今年は会場が変わります

10/17(土)・18(日) 10時～15時

所 カワトク（菜園一）
問 農政課内、盛岡市農業まつり実行委員会☎626-2270

新鮮な盛岡産農畜産物の販売やグルメ、親子で楽しむ体験ブースなど盛りだくさん！

イベント
- 17日(土) 餅＆菓子まき、さんさ踊り（岩手大学さんさ踊り実行委員会）
- 18日(日) ぷっくりシールプレゼント、さんさ踊り（乙部さんさ踊り保存会）

体験ブース チョコレートスイーツづくり、盛岡りんご詰め放題、盛岡りんごタワーゲーム、モルック、丸太切り　など



10月1日

市ホームページ リニューアル！

問 広聴広報課☎613-8369

盛岡市公式ホームページは、より便利で親しみやすいサイトを目指し、10月から生まれ変わります！

ここがポイント

01 スマホでもパソコンでも見やすいシンプルでコンパクトなデザインに

02 暮らし・観光・事業者向けのトップページを統合し、入り口を分かりやすく

03 必要な情報を探しやすいように全体的なページ構造を再編



※画面はイメージです

ご注意 一部のページは、過去の広報などに掲載した二次元コードからアクセスできなくなる場合があります

盛岡市公式ホームページ▶

ご協力をお願いします！

市の広報活動に関するアンケート

本年度リニューアルした「広報もりおか」をはじめ、ホームページやSNSも活用したより良い広報活動の参考とするため、皆さんの声をお聞かせください！

回答はこちらから



10月14日(水)まで



今月の表紙 盛岡秋まつりに都南地域から初めて参加した見前組の山車。9月13日に地域を巡行する様子を撮影しました。澄んだ空の下、沿道の人々に見守られて練り歩く勇壮な姿が印象的でした。

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

紅葉を撮影するのが楽しみな時季になってきました。今年は公共交通を使って出かけて、車窓からの紅葉も楽しんでみたいです。（高橋）

今月の「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

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