

子育て情報ひろば

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください。

親子向け 子育てを応援

マタニティサロン

とりょう保育園地域子育て支援センター
(以下、とりょう支援センター) ☎651-8580

出産後の生活についてのアドバイス。

㉓ 2月19日(木)・3月12日(木)、10時～11時半

㉔ 盛岡バスセンターあそびの広場
(中ノ橋通一) ㉕ 各3人※初妊婦

☎ 電話：開催日の前日まで

ID 1002663

子育て応援在宅育児支援金

子ども青少年課 ☎613-8354

保育所などを利用せず在宅で育児

する世帯を対象に、対象児童1人につ

き月額1万円を支給する子育て

応援在宅育児支援金の申請は3月

14日(金)までです。新たに転入した

人や、出産した人も申請が必要です。

詳しくは、同課に問い合わせるか

市ホームページをご覧ください。

㉕ 次のすべてに該当する世帯①第

2子以降で生後8週間から3歳未

満の子がいる②児童が保育所など

を利用していない③父母ともに育

児休業給付金を受給していない

㉖ 市保健所(神明町)の同課に備

え付け、または市ホームページから

ダウンロードした申請書に必要事

項を記入し、必要書類を添えて☎
020-0884神明町3-29子ども青
少年課へ郵送または持参

ID 1043391

パパママ教室

母子健康課 ☎603-8303

出産の準備や赤ちゃんとの生活につ

いての講話と沐浴見学。

㉓ 3月23日(日)10時～12時と13

時半～15時半

㉔ 市保健所(神明町)

㉕ 各18組※7月に出産予定の初

妊婦と夫・パートナー

㉖ 応募フォーム：3月7日(金)12

時から ID 1002116

親子向け

一緒に楽しもう

市立保育園(8園)の一斉開放

とりょう支援センター ☎651-8580

園児と遊んだり、保育園の遊具や

園庭で遊んだりします。

㉓ 2月25日(木)・3月11日(木)、10時

～11時

㉔ 就学前の子と保護者、妊婦

ID 1002663

親子でふれあい遊び

とりょう支援センター ☎651-8580

ID 1002663

▶びよぶろム

親子で遊ぶほか、離乳食など子育て

での悩みを相談できます。

㉓ 2月28日(金)は飯岡地区保健

センター(下飯岡8)、3月4日(木)

は高松地区保健センター(上田字

毛無森)、10時～11時半

㉔ 0歳の子と保護者

▶ウッドトイ遊びの広場

㉓ 3月7日(金)10時～11時

㉔ 高松地区保健センター

㉕ 2歳以下の子と保護者

▶にこにこルーム

保育士と一緒に親子の触れ合い遊

びや体操などを楽しみます。

㉓ 3月14日(金)は都南公民館

(永井24)、3月18日(木)は高松地

区保健センター、10時

～11時半

㉔ 0～3歳の子と保護者

ボール遊び教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

ボールを使ったさまざまなゲーム

で、遊びながら体の動かし方を学

びます。

㉓ ①3月3日～31日、月曜、全4回※

10日を除く②3月5日(木)、15時～16時

㉔ ①高松地区保健センター(上田

字毛無森)②松園地区公民館(東

松園二)

㉕ 各8人※本年度4～6歳になる子

¥ ①3200円②1200円

㉖ 応募フォーム：①2

月25日(木)まで②2月26

日(木)まで

ママとベビーのハッピータイム

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

ピラティスとベビードダンスをします。

㉓ ①3月5日(木)・12日(木)②3月24

日(月)・31日(月)、13時半～14時半

㉔ 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)

㉕ 各8組※首の据わった生後3カ

月～2歳の子と保護

¥ 各2000円

㉖ 応募フォーム：①2月

27日(木)②3月18日(木)

親子アート教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

オイルパステルやラメ入りペンで宇

宙を描きます。

㉓ 3月19日(木)13時半～14時半

㉔ 松園地区公民館(東松園二)

㉕ 8組※本年度4～6歳になる子

と保護者 ¥ 1500円

㉖ 応募フォーム：3月12

日(木)まで

親子ペイント教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

スクラッチアートを使ったびょうぶ

を作ります。

㉓ 3月26日(木)13時半～14時半

㉔ 松園地区公民館(東松園二)

㉕ 8組※首の据わった生後3カ月

～3歳の子と保護者

¥ 1500円

㉖ 応募フォーム：3月19

日(木)まで

上田公民館(上田四)

☎654-2333

■なかよしおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊び、簡単

な工作など。

㉓ 2月26日(木)・3

月12日(木)、11時～

11時半

㉔ 幼児と保護者

ID 1000698

松園地区公民館(東松園二)

☎661-8111

■おやとこひろば

絵本の読み聞かせや軽運動、育児

相談など。

㉓ 3月11日(木)10時～11時半

㉔ 0歳～就園前の子と保護者

ID 1047115

(♡) は幼児～小学生が対象の催しです。

浜民図書館(浜民字鶴塚)

☎683-2167

■えほんのへや(♡)

ボランティア「とんがりやま」によ

る読み聞かせ。

㉓ 3月12日(木)15時～15時半

ID 1000842

中央公民館(愛宕町)

☎654-5366

■すみっこおはなし会

おはなしボランティア「おはなしす

みっこ」による絵本の読み聞かせ。

㉓ 3月2日(日)・16日(日)、11時～11

時半 ID 1040414

■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。

㉓ 3月8日(出)11時～11時半

ID 1030404

●他品目のリースもあります ●おトクな一括前払いリースもあります ●詳しくはお問合せください

初期費用なし 無料修理 無償譲渡 動産保険付

リース取扱店は こちらから！

TEL.019-607-2630

盛岡市紺屋町1-25 東北電力株式会社 岩手支店内

盛岡市東安庭二丁目12-15 TEL.019-604-6860

岩手県知事許可(般・第1)20634号 岩手県知事(3)2390号

友達いっぱい！

児童館・児童センター

みんなおいでよ 遊ぼうよ！



児童館・児童センターは、主に小学生が放課後を楽しく安全に過ごすための施設です。読書をしたり、一輪車や遊具などで遊んだり、さまざまな活動ができます。また、安全に過ごせるよう児童厚生員や専門の講師が遊びなどの指導もします。

㉓ 子ども青少年課 ☎613-7257 ID 1002515・1002516

■利用時間や休館日など

利用時間や休館日などは次のとおりで、費用は無料です。ただし、任意の保険加入や保護者会費のご協力をお願いしています。利用方法など詳しくは、各施設にお問い合わせください。

●盛岡・都南地域

【利用時間】

㉓ 9時～18時

※土曜と夏休み期間などは8時～18時

※日曜・祝日は保護者の付き添いが必要

【休館日】年末年始



■利用説明会と利用申し込み

●盛岡・都南地域

施設利用の申し込みは各児童センターで受け付けます。利用説明会の時間など詳しくは、各施設へお問い合わせください。説明会に出席できない場合、申し込み方法などは各施設へお問い合わせください。

㉓ 利用説明会：3月1日(出)

●玉山地域

【利用時間】

㉓ 平日、10時半～19時

※土曜は8時～18時

※夏休み期間などは8時から

【休館日】日曜・祝日・年末年始

※巻堀児童館では、就学前の子を有料で預かります。詳しくは、各児童館へお問い合わせください



表 児童館・児童センター一覧(令和7年2月現在)

施設名(所在地)	電話番号	施設名(所在地)	電話番号
青山児童センター(青山二)	647-7570	杜陵児童センター(清水町)	623-0465
上田児童センター(上田四)	623-0092	仁王児童センター(名須川町)	654-6187
加賀野児童センター(加賀野四)	623-0407	松園児童センター(西松園二)	661-9876
河北児童センター(西下台町)	654-2860	みたけ児童センター(みたけ四)	641-2998
上堂児童センター(上堂三)	643-0330	緑が丘児童センター(緑が丘三)	661-8236
上米内児童センター(桜台二)	667-1271	向中野児童センター(向中野五)	636-0050
川目児童センター(東山一)	654-2193	本宮児童センター(本宮四)	635-4595
川目児童センター築川分室(川目10)	622-0742	山岸児童センター(下米内一)	625-3601
北厨川児童センター(厨川一)	641-3733	飯岡児童センター(下飯岡)	638-7131
北松園児童センター(北松園四)	661-6657	乙部児童センター(乙部8)	696-4301
厨川児童センター(前九年三)	647-1982	津志田児童センター(津志田中央二)	637-3955
桜城児童センター(大通三)	653-6211	手代森児童センター(黒川六)	696-3977
山王児童センター(山王町)	654-6269	永井児童センター(永井18)	637-3755
下太田児童センター(下太田橋)	658-0681	見前児童センター(西見前13)	639-0350
太田児童センター(上太田上吉本)	656-3010	見前北児童センター(西見前18)	638-0922
城西児童センター(中屋敷町)	646-5408	湯沢児童センター(湯沢6)	637-7667
仙北児童センター(東仙北一)	635-1190	生田児童館(下田字仲平)	683-2088
高松児童センター(上田字宇登坂長根)	662-0712	好摩児童館(好摩字野中)	682-0208
大新児童センター(南青山町)	646-1992	浜民児童館(浜民字鶴塚)	683-3020
大慈寺児童センター(茶畑二)	623-0218	日戸児童館(日戸字市の坪)	685-2433
月が丘児童センター(月が丘二)	645-1024	巻堀児童館(巻堀字巻堀)	682-0228
士淵児童センター(上厨川字下川原)	643-1181		

放課後や土曜日など小学生の利用時間以外は、就学前の幼児や地域の人も利用できます



●玉山地域

利用を希望する場合は、各児童館に備え付けの申請書を利用希望する施設に提出してください。

㉓ 申込期間：2月15日(出)～3月7日(金)、10時半～18時

※日曜・祝日を除く

開設時間、利用方法など詳しくは、各クラブへ直接お問い合わせください。

㉕ 共働きのなどで、保護者が日中家にいない小学生



各クラブの問い合わせ先▲

本とのふれあい

市立図書館(高松一)

☎661-4343

ID 1040089

■おはなしのじかん

うれし野こども図書室の皆さんによる語りや絵本の読み聞かせ。

㉓ 2月22日(出)・3月8日(出)、11

時～11時20分は4歳～小学1年生、

11時半～12時は小学2年生以上

■かみしばいのへや(♡)

紙芝居と絵本の読み聞かせ。

㉓ 2月27日(木)・3月13日(木)、15時

半～16時

■えほんのへや(♡)

㉓ 3月6日(木)15時半～16時

■おはなしところ

わらべ歌を歌いながら体を動かして遊びます。

㉓ ㉔ 3月14日(金)、10時20分～11

時は1歳3カ月以上の子と保護者、

11時10分～11時半は1歳2カ月以

下の子と保護者

都南図書館(永井24)

☎637-3636

ID 1000831

■とことこおはなし会

わらべ歌と絵本の読み聞かせ。

㉓ 3月7日(金)10時半～10時55分

㉔ 4カ月～1歳3カ月の子と保護者

■おはなしのじかん

絵本の読み聞かせと手遊びなど。

㉓ 3月12日(木)11時～11時25分

㉔ 0～2歳の子と保護者

■おとぎのへや(♡)

絵本の読み聞かせと紙芝居など。

㉓ 毎週土曜日11時～11時半

広告

エコで快適な暮らしを応援します!

東北電力 eライフ リース

株式会社 Eライフ・パートナーズ 盛岡営業所

エコキュート(フルオートタイプ)リース(一例)

パナソニック・HE-LS37LQS

月額 3,806円 税込 寒冷地仕様 工事費別途

他取扱いメーカー/コロナ、ダイキン、日立、長府、三菱

●他品目のリースもあります ●おトクな一括前払いリースもあります ●詳しくはお問合せください

初期費用なし 無料修理 無償譲渡 動産保険付

東北電力推薦暖房エアコンリース(一例)

パナソニック・CS-UX 405

イベント情報

市民文化ホール

〒020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■コレクション展2024

生誕120年齊藤二男展

市が所蔵する作品の中から、盛岡ゆかりの洋画家・齊藤二男の作品に焦点を当てます。

🕒 2月22日(土)～3月9日(日)、10時～17時※期間中金曜は10時～19時半 📍 1040418

盛岡劇場・河南公民館

〒020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■演劇基礎講座卒業公演

「岩山DIE 開けゴマ」

演劇初心者が基礎から公演までを実践的に学んだ講座の卒業公演。

🕒 3月9日(日)、11時～11時半と15時～15時半 📍 各100人

📍 同劇場、市民文化ホール（盛岡駅西通二）、キャラホール(永井24)、姫神ホール(浜民宇鶴塚)で整理券配布中 📍 1040681

■日々是好日ステップアップ講座

ラッピングの包み方や、和包装のマナーについて楽しく学びます。

🕒 3月15日(土)10時～12時
📍 20人※おおむね50歳以上
¥ 770円
📍 窓口・電話：2月21日(金)10時から
📍 1040769

総合プール

〒020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

🕒 2月20日(木)～28日(金)、火・木・金曜は18時半～20時半、土曜は16時半～18時半、日曜は14時～16時
📍 小学生～高校生
¥ 月4回コース3300円※1回追加は880円

📍 窓口・電話：随時受け付け
📍 1036454

■短期幼児水泳教室

🕒 3月24日(月)～26日(水)、全3回、15時半～16時半
📍 20人※令和7年度に4～6歳になる幼児 ¥ 2970円
📍 電話：3月2日(日)10時から

📍 1050166

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

🕒 2月25日(水)・26日(木)、全2回、16時半～18時
📍 15人※小学生～60歳
¥ 2600円
📍 窓口・電話：2月19日(木)10時から
📍 1036965

■平日カーリング体験教室

未経験者向けのカーリング教室。
🕒 3月25日(水)・26日(木)、全2回、13時～14時半
📍 6人※18～75歳 ¥ 4000円
📍 窓口・電話：3月4日(木)10時から
📍 1037073

市立武道館

〒020-0882 住吉町3-12
☎654-6801

■スポーツチャンバラ交流大会

申し込み方法など詳しくは、同館ホームページをご覧ください。

🕒 3月20日(木)9時～13時
📍 50人
¥ 小学生550円、一般1100円
📍 1046844

盛岡体育館

〒020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■お子様連れOK!

チアダンスエクササイズ教室

チアダンスの動きを取り入れた有酸素運動でスッキリと汗を流します。
🕒 3月25日(木)10時半～11時半
📍 10人※18歳以上の女性
¥ 600円
📍 電話：2月19日(木)10時から
📍 1050149

もりおか町家物語館

〒020-0827 鉾屋町10-8
☎654-2911

■浜藤ZINEマーケット2025

ZINE（自主制作本）のブックマーケット。

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください。

🕒 3月9日(日)10時～15時半
■浜藤朗読会 後藤のりこアナウンスアカデミー朗読会
🕒 3月15日(土)14時～16時 📍 80人
📍 電話：2月18日(木)10時から

都南つどいの森

〒020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0877

📍 電話：2月18日(木)12時から
■森のトリセツ「ウリハダカエデの樹液採取」

樹液を採取する現場を見学し、樹液を味見します。

🕒 2月22日(土)10時～12時
📍 15人 ¥ 500円
■木工教室「森のツール」
スギの板を木ネジで組み立てて椅子を作ります。
🕒 2月22日(土)・23日(日)・24日(月)、9時半～15時
📍 各5人※中学生以上
¥ 各1500円

■森を楽しむワークショップ「タイヤチュープボスレーとイグラー」
ボブスレーを楽しみ、雪のブロックを使って作るイグラーの中で肉料理を食べます。
🕒 2月23日(日)10時～15時
📍 15人 ¥ 1000円

サンライフ盛岡

〒020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

表のとおり講座を開催します。
📍 電話

中央公民館

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

■すきまの時間
～大人のためのおはなし会～
おはなしボランティア「おはなしポ

表 サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員	内容（費用）	申し込み
ステキにマーブルアート～星の雫のペンダント～	3/1(土) 13時～16時	10人	マーブルアートの技法でペンダントを作ります（2300円）	2/18(木) 10時から
おかしなお菓子体験！～くるみゆべしをつくろう！～	3/7(金)・8(土) 13時半～15時半	各9人	和菓子の「くるみゆべし」作りを体験します（各1000円）	2/22(土) 10時から
美姿勢ピラティス～おなか集中ストレッチ～	3/14(金) 13時半～15時	12人	腹式呼吸で整えながら、おなかや腰周りを集中してピラティスを体験（800円）	2/19(木) 10時から

ット」による朗読など。
🕒 3月1日(土)14時～14時40分
📍 おおむね中学生以上
📍 1041433
■能登半島大雨災害支援チャリティコンサート

復興を支援するコンサート。同日は募金や「祈りの灯火」の灯籠制作もします。内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 3月2日(日)11時～12時
📍 1037524

■月釜茶会
煎茶道三彩流彩茗会と裏千家淡交会による茶会。

🕒 3月9日(日)9時半～15時
¥ 1300円 📍 1000672
■市民講座「豊饒の海、沈黙の海」～The Works Of Yasuaki Kagii～

水中写真家の鍵井靖章さんによる、海や海洋生物についての講義。
🕒 3月16日(日)10時～11時45分
📍 150人
📍 電話・ファクス・はがき・応募フォーム・メール：2月19日(木)10時から
📍 1050192

西部公民館

〒020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■健康いきいきスポーツ教室
ボッチャ、モルック、シャフルボードなどを楽しみます。
🕒 3月26日(木)10時～11時半
¥ 30円
📍 窓口・電話：3月4日(木)10時から
📍 1047382

市立図書館

〒020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■3.11東日本大震災資料展
🕒 2月22日(土)～3月12日(木)
■地球の歩き方プレゼンツ『地球の歩き方 みちのく』の歩き方

『地球の歩き方 みちのく』の担当編集者によるトークイベント。
🕒 3月22日(土)14時～15時半
📍 50人
📍 電話・応募フォーム：2月22日(土)9時から※定員を超えた場合は抽選
📍 1050198
■児童文学を読む会
エリノア・ファージョン作『町かどのジム』（童話館出版）
🕒 3月26日(木)10時～12時

都南図書館

〒020-0834 永井24-90-2
☎637-3636

📍 1000831
■3.11東日本大震災資料展
🕒 3月1日(土)～12日(木)
■いわてワンプロ パネル展
育てよう災害救助犬プロジェクトの「いわてワンプロ」の活動を紹介するパネル展。
🕒 3月1日(土)～12日(木)

もりおか歴史文化館

〒020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■季節展「鉾屋町から吊るし雛がやってきた!」
愛らしく華やかなつるしびなを展示します。
🕒 2月19日(木)～3月17日(月)
📍 1028442

■特別展「南部鉄器展～受け継がれる技と美～」
市を中心に南部鉄器工房で働く現役職人の作品を展示します。
🕒 3月1日(土)～17日(月)

📍 1020948



▶ギャラリートーク

現役職人による展示解説。

🕒 3月15日(土)13時半～14時半
📍 30人
▶イベント「南部鉄瓶のお湯試飲会」
🕒 3月1日～15日、土曜、10時～12時と13時～15時※15日は10時～12時と14時半～15時 📍 1050169

原敬記念館

〒020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■市民講座「原敬日記を読む」
原敬が19歳から亡くなる直前まで書き続けた「原敬日記」を講師と一緒に輪読しながら、原敬の足跡をたどります。
🕒 3月8日(土)13時半～15時半
📍 10人 ¥ 200円
📍 電話：2月22日(土)10時から
📍 1046836

遺跡の学び館

〒020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■埋蔵文化財調査資料展
国史跡盛岡城跡、木節遺跡（上飯岡）など、令和6年度の発掘調査の最新成果を紹介します。
🕒 3月1日(土)～5月18日(日)
¥ 入館料が必要
📍 1009440

子ども科学館へ行こう！

■サイエンスショー
「発見！身近なしくみ!」
いろいろな「しくみ」の実験をみて学びます。
🕒 3月の土・日曜と祝日、11時～11時20分
¥ 展示室入場料が必要
■ワークショップ「ゆみ矢」
プラシートでゆみ矢を作ってあそびます。
🕒 3月の土・日曜と祝日、14時半～16時 📍 各30人
¥ 各100円※別途展示室入場料が必要 📍 随時受け付け



◀アルコールストーブ

同館（本宮字蛇屋敷）では次のとおりイベントを開催します。

📍 子ども科学館☎634-1171

募集情報

■少年少女発明クラブ会員募集

①工作の基礎技術を学ぶ「ダ・ビンチ班(基礎コース)」と②発明くふう展へ出品する作品を作るなど工作技術の向上を目指す「エジソン班(応用コース)」の会員を募集します。コースごとの内容や申し込みなど詳しくは、同館ホームページをご覧ください。
🕒 4月～来年2月のおおむね日曜日、全35回程度、①9時半～11時半②13時半～15時半
📍 各15人①市内の新小学4・5

年生で発明クラブ未経験者にお勧め②市内の新小学5年～中学3年生で発明クラブ経験者にお勧め
¥ 各5000円



みんな、あそびに来てね！

子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう



一ノ倉邸「ひな遊ぶ」

一ノ倉邸管理保存委員会 ☎646-1817

段飾りひな人形や歴史あるひな飾りなどを展示。

🕒 3月5日(木)まで
📍 一ノ倉邸（安倍館町）
📍 1010430



もりおか郷土芸能フェスティバル

🕒 歴史文化課☎639-9067 📍 1025596

盛岡には、祈りの手だてとして受け継がれてきた民俗芸能が数多くあります。今回は、市内10団体が演舞し、日々の修練の成果を披露するほか、特別出演として、北上市の岩崎鬼剣舞保存会の皆さんが出演します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 2月23日(日)10時～16時
📍 キャラホール（永井24）
¥ 前売り800円、当日1000円。中学生以下は無料
📍 市内プレイガイドで販売中



岩崎鬼剣舞保存会（北上市）

◆出演団体（11団体予定、順不同）
神楽：大宮神楽保存会
田植踊り：上鹿妻田植踊保存会
獅子踊り：山岸獅子踊保存会
剣舞：上鹿妻念仏剣舞保存会
さんさ踊り：山岸さんさ踊り保存会、盛岡さんさ踊り清流、東安庭わかば会、下久根さんさ踊り保存会、黒川参差踊連中
古武道：南部藩古武道保存会
特別出演：岩崎鬼剣舞保存会（北上市）



黒川参差踊連中

もりおかインフォ

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください。

募 集

岩手育英会の奨学生

学務教職員課内、岩手育英会事務局
☎639-9044

県内に本籍がある大学・短期大学生に奨学金を貸与します。県内の学校の場合は月1万5000円、県外の学校の場合は月3万円です。また、令和7年度入学の新規奨学生のうち、希望する人に入学一時金10万円を給付します。応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 📍 若干名
- 📅 2月21日(金)～3月21日(金)
- 📞 1013272

介護予防教室運営業務の受託者

長寿社会課 ☎613-8144

65歳以上の人を対象とした介護予防教室を運営する受託者を募集します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 📍 市役所本庁舎5階の同課に備え付け、または市ホームページから

ダウンロードした応募用紙に必要事項を記入し、☎020-8530（住所不要）市役所長寿社会課へ郵送または持参。2月25日(火)必着。持参は同日17時まで 📞 1018990

岩手保護院全面改築への寄付

地域福祉課 ☎626-7509

刑務所を出所した人に宿泊場所や食事を提供し、自立に向けた生活指導などをする更生保護施設「岩手保護院」が、老朽化に伴う全面改築に向けて寄付を募集しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。📞 1023414

盛岡芸術祭出品作品と出演者

盛岡芸術祭事務局の土澤さん
☎090-4553-8021

4月20日(日)から6月8日(日)まで開催する同芸術祭の美術展へ出品する作品と舞台発表の出演者を募集します。
📍 ▶美術展:日本画・洋画・彫塑・工芸・書道・写真▶舞台発表:ピアノ・声楽
📍 部門により申し込みの方法や期限が異なります。詳しくは、市役所本庁舎1階と都南分庁舎1階の窓口

■市の推計人口（1月1日現在）

27万9870人（男：13万2222人、女：14万7648人）【対前月比】227人減
【世帯数】13万2679世帯 📞 企画調整課☎613-8397 📞 1019915

案内所や玉山総合事務所1階市民ホールなどに備え付け、または市ホームページに掲載している開催要項をご覧ください 📞 1037987

お知らせ

新たな盛土などの規制についての個別相談会

都市計画課 ☎601-2117

市では、盛土規制法に基づき、5月23日から市内全域を新たな規制区域に指定します。制度の開始に向けて、個人や事業者の疑問・相談に答える個別相談会を表のとおりに開催します。

📞 1047039

表 個別相談会の日時など

開催日	時間	会場
2/27(木)	10時～15時	玉山総合事務所 (法民字泉田)
2/28(金)		プラザおでっ (中ノ橋通一)

建築物防災週間

建築指導課 ☎601-3387

不特定多数の人が利用する建築物

の立ち入り査察と改善指導を実施します。また、都南分庁舎2階の同課内に木造住宅やブロック塀の地震対策などに関する相談所を開設します。

- 📍 3月1日(出)～7日(金)※相談所の開設は、土・日曜を除く9時～17時
- 📞 1016380

地域共生社会推進フォーラム～孤独・孤立対策～

地域福祉課 ☎626-7509

「望まない孤独」の根絶を目指し、24時間365日誰でも無料・匿名で利用できるチャット相談窓口を運営するNPO法人あなたのいばしょ根岸督和理事長による講演などを開催します。

- 📍 3月2日(日)13時～16時
- 📍 プラザおでっ (中ノ橋通一)

📍 150人

📍 電話・応募フォーム:受け付け中

保護猫の譲渡会

生活衛生課 ☎603-8312

市と認定NPO法人もりねこが猫の譲渡会を開催します。※もりね



市税の納期限のお知らせ

①固定資産税・都市計画税第4期②国民健康保険税第8期

- 📍 納期限：2月28日(金)※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
- 📍 ①納税課☎613-8464②健康保険課☎613-8438
- 📍 ①1047483②1003580

この猫の譲渡は有料

- 📍 3月2日(日)11時～15時
- 📍 フラップいわて（みたけ三）
- 📞 1036626

児童生徒の就学援助

学務教職員課 ☎639-9044

経済的な理由で子どもの就学が困難であると認められる家庭に、小・中学校でかかる給食費（ランチボックス給食を含む）や学用品費などの一部を援助します。

- 📍 小・中学校に在学する子の保護者
- 📍 子どもが在学する学校に相談の上、申込用紙に必要事項を記入し、令和6年中の収入が分かる書類や振込口座の通帳の写しなど必要書類を添えて同校へ提出
- 📞 1021976

医療費受給者証を発送

医療助成年金課 ☎626-7528

小・中・高校などの入学や卒業にあたる年齢で医療費受給者証が更新される人に、4月1日(火)から利用できる新しい同受給者証を2月28日(金)に発送する予定です。現在同受給者証を持っていない人は交付申請が必要です。手続き方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。📞 1029671

繋支所の閉所

市民登録課 ☎626-7501

繋支所は3月31日に閉所します。6月からは住民票の写しなどの各種証明書の交付等を、7月からはマイナンバーカードの電子証明書更新手続きを磐温泉郵便局に委託予定です。それまでは、本庁舎や他の支所等の窓口をご利用ください。📞 1006772

つなぎ地区活動センターの閉館

市民協働推進課 ☎626-7500

つなぎ地区活動センターは3月31日に閉館します。閉館後は近隣の地区活動センターなどをご利用ください。📞 1007332

耳の日特別企画

～聞こえを大切に～

岩手医大耳鼻咽喉科頭頸部外科学講座 ☎613-7111

岩手医大耳鼻咽喉科の池田怜吉講師による講演会や、専門医によ

る耳に関する個別無料相談。

- 📍 3月2日(日)10時～12時
- 📍 リリオ（大通一）
- 📍 個別相談は講演会参加者対象

外国人市民と一緒に学ぼう 防災の基本

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

ボランティアと外国人市民が、普段からの防災対策や災害発生時の初動対応をグループワークで学びます。

- 📍 3月15日(出)10時～12時
- 📍 上田公民館（上田四）
- 📍 20人※外国人支援に興味のある人、外国人市民
- 📍 電話・メール・応募フォーム:2月18日(火)10時から



ねんきんネットをご利用ください

ねんきんネット専用 ☎0570-058-555
※050で始まる電話からは☎03-6700-1144

ねんきんネットでは、パソコンやスマートフォンから、自分の年金情報の確認などが手軽にできます。また、マイナポータルとねんきんネットを連携すると、電子版ねんきん定期便を利用できるなど、更に便利になります。登録方法など詳しくは、ねんきんネットのホームページをご覧ください。



もりおか啄木・賢治記念館

市民企画公募

いわてアートサポートセンター ☎604-9020
✉seishunkan@iwate-arts.jp

石川啄木や宮沢賢治、または市民の暮らしの文化や芸術文化などの分野の企画を、同館の展示ホールなどを使用して準備・開催することができます。詳しくは、同館ホームページをご覧ください、メールでお問い合わせください。



寄付をいただきました

■JA全農Aコープ(株)

宗村達夫代表取締役社長

9万8250円。子ども未来基金のために。

■（公財）盛岡市文化振興事業団 三浦宏理理事長

27万7000円。子ども未来基金のために。

令和6年度住民税非課税世帯に

給付金を支給します

- 📍 盛岡市価格高騰重点支援給付金コールセンター☎0120-819-044
- ※受付時間：平日9時～18時 📞 1050120

物価高による負担増を踏まえて、令和6年度住民税非課税世帯に、1世帯あたり3万円を支給します。そのうち18歳以下の児童がいる世帯には、児童1人あたり2万円を支給します。（いずれも1回限り）

▶対象

令和6年12月13日（基準日）時点で盛岡市に住民登録があり、世帯全員の令和6年度の住民税が非課税の世帯

▶申し込み

基準日時点で対象と見込まれる世帯には、2月5日(火)に関係書類を発送しました。※対象世帯で関係書類が届かない場合は、コールセンターへお問い合わせください

▶受付期間

7月31日(木)まで（当日消印有効）

詳しくは、コールセンターへお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。



24時間 365日 子どもが悩みごとや困りごとを相談できる

無料のチャット相談を始めました

📍 こども相談室☎613-7520 📞 1047737

市は、24時間365日、無料・匿名で利用できる子どもチャット相談を始めました。子ども本人からの相談はもちろん、子どもに関するのであれば、どなたでも相談できます。

一人で悩まず、まずはご相談ください

■あなたのいばしょチャット相談

専門の相談員がお返事します。

■利用方法

①市ホームページから

➡

②チャット相談のリンクをタップ（クリック）

各種相談

内容	日時	場所	問い合わせ
休日納付相談	2/23(日)9時～16時	納税課（市役所本庁舎2階）	納税課☎613-8463
市民無料法律相談★	3/3(月)・17(月) 10時～15時	広聴広報課（市役所本庁舎6階）	広聴広報課の予約専用ダイヤル☎626-7557
無料法律相談★	3/5・12・19・26 水曜、10時～15時		岩手弁護士会☎623-5005

★要事前申し込み。相談希望日の前週の9時から受け付け※3月3日分は2月25日(火)から受け付け

広 告

ゆいとぴあ歯科医院

院長 藤本 淳 副院長 藤本 梓

スタッフ募集中

求人内容

歯科

小児歯科

●受付時間:月～金/8:30～11:30 13:30～17:30
【第2土曜】のみ、新患以外の診療日となります。

●休診日:土曜・日曜・祝日 ●駐車場完備
盛岡市本宮6-11-10(市立病院入口)バス停前

TEL.019-631-2222 www.yuitopia-dc.com

広 告

たかしクリニック

内科 外科 整形外科 皮膚科 形成外科

診療時間

月 火 水 木 金 土

午前 9:00～12:00

午後 1:30～5:30

〔院長〕黒田 敬 〔休診日〕水・日・祝日 〔駐車場有〕

国道4号沿いに新築移転しました

新クリニック

有 料 老 人 ホーム 併 設
・丸 庄 クリーニング

盛岡市東仙北二丁目4-28 TEL.019-681-6731

たかしクリニック 検索

広 告

こたに内科・甲状腺クリニック

院長 小谷 康彦

診療時間

月 火 水 木 金 土

9:00～13:30

15:30～18:00

★15:30～20:00 休診日:木曜・土曜午後・日曜祝日

内科・内分泌内科

〒020-0143 盛岡市上川字横長根76-3 TEL.019-681-8818

イオンモール盛岡

秋田 盛岡 盛岡市立高校

広 告

わたなべ 脳神経内科 クリニック

脳神経内科・内科 リハビリテーション科・脳神経外科・整形外科

〔院長〕渡邊 活見 日本神経学会 神経内科専門医

診療時間

月 火 水 木 金 土

休診日/日曜、祝日

午前 9:00～12:30

午後 2:00～6:00

盛岡市高松三丁目9-8

TEL.019-605-1117 www.clinic-watanabe.com

至盛岡第三高

メグスの松田

千倍

当院 駐車場有

高松神社

高松の地

ファミリーマート

ファミリーマート 岩手銀行 高松支店

健康ひろば

マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください。

高齢者向け健康づくり

都南老人福祉センター ☎638-1122

おおむね60歳以上の人を対象に、表の健康教室を開催します。タオルと飲み物持参。※医師からの運動制限がある人は参加できません

📍 都南老人福祉センター(下飯岡8)

☎ 電話：2月18日(火)13時から

表 健康教室の日程など

期日	時間	教室名	定員	費用
3/6 (木)		リフレッシュ体操	各15人	各500円※
3/13 (木)	10時半～11時半	かんたんコロナコロどりん体操教室		
3/28 (金)		ピラティス体操教室		

※初めての人は無料

笑顔ひまわり高松教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

介護予防のために①リズム健康体操②太極拳③ピラティスをします。

🕒 ①3月4日②11日③18日、火曜、13時半～15時

📍 高松地区保健センター(上田字毛無森)

👤 各12人※55歳以上

💰 各500円

☎ 電話：2月19日(水)10時から

ID 1050150



もりおか健康21プランシリーズ

📞 健康増進課 ☎603-8305

＼忙しい毎日だからこそ健康に！／

外食や中食※¹に野菜をプラス1
おいしくバランスよく食事を楽しもう！

※¹ 中食：弁当など調理済みの料理を購入して家や職場で食べる食事のこと

野菜を食べるメリット

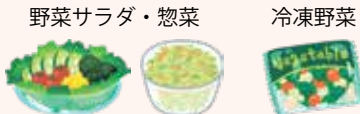
- エネルギーの摂りすぎを防ぐ
- 不足しがちな栄養素(ビタミン・ミネラル・食物繊維など)を補給できる
- 生活習慣病の予防になる※²
- おなかの調子が整う

※² 腎臓病の人は制限が必要な場合があるため、主治医に相談してください

特にこんな人にオススメ！

- 外食や中食をよく利用する
- 忙しくて料理を作る時間がない
- 自分や家族の体重増加が気になる
- 生活習慣病を予防したい

野菜をプラス1



- カット野菜や冷凍野菜、乾燥野菜をトッピング！
- 付属のドレッシングなどは、かける量に気をつけましょう



▲出典：厚生労働省スマート・ライフ・プロジェクト
<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/plus1tool>

接骨院の休日当番

受付時間：10時～16時

※当番院が変更になることがあるので、事前に電話で確認してから利用してください

実施日	名称	所在地	電話番号
3/2(日)	コスモ整骨院	緑が丘四丁目1-50アスティ緑が丘205号	681-3328
3/9(日)	小山田接骨院	東松園二丁目2-2	663-2574
3/16(日)	村上整骨院	青山一丁目2-16	645-2313
3/23(日)	接骨院りゅう	本宮一丁目15-15	636-0066
3/30(日)	みかわ接骨院	西仙北一丁目31-34フラットキュー1階A	681-2577

ヒトパピローマウイルス（HPV）感染症の予防接種
期間を条件付きで延長します

📞 指導予防課 ☎603-8307 ID 1037942

HPVワクチンの接種期間が条件付きで延長となります。これがHPVワクチンを公費で接種する最後の機会です。期間延長の対象となるには、キャッチアップ接種期間中に1回以上接種する必要があるため、今まで1回も接種していない人は、本年度中に接種を始めましょう。

🕒 令和7年4月1日～令和8年3月31日

👤 次の条件全てに当てはまる人

- 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性
- 令和4年4月1日～令和7年3月31日の間(キャッチアップ接種期間中)にHPVワクチンを1回以上接種している
- 接種が完了していない



診療時間外に具合が悪くなったなら

■症状が比較的軽い場合は、「初期救急医療機関」へ

名称	所在地・電話番号	診療時間	診療科目
市夜間急患診療所	神明町3-29 (市保健所2階) ☎654-1080	19時～23時半	内科・小児科
市立病院	本宮五丁目15-1 ☎635-0101	平日 17時15分～ 土・日曜、祝日 8時半～	内科・外科★
休日救急当番医	休日救急当番医・薬局のとおり	9時～17時(歯科は15時まで、薬局は17時半まで)※休憩時間帯がある場合があります	内科・外科 小児科・歯科 薬局

★内科または外科医師のみの場合がありますので、来院前に市立病院へお問い合わせください

休日救急当番医・薬局

※往診はできません

🏠 内科 🏠 外科・整形外科
🏠 小児科 🏠 歯科 🏠 薬局



日	区分	名称	所在地	電話番号
2/23 (日)	内	おおどり鎌田内科クリニック	大通二丁目 7-23	606-5161
		臼井循環器呼吸器内科	松園二丁目 2-10	662-9845
	外	くわた脳神経外科クリニック	北飯岡一丁目 2-68	656-5636
	小	小林小児科クリニック	三本柳11-12- 4	638-0404
	歯	黒田歯科クリニック	上田一丁目 5-38	625-8889
	薬	大通よつば薬局	大通二丁目 7-20	681-4091
		のぞみ薬局	松園二丁目 3- 3	662-7733
		本宮センター薬局	北飯岡一丁目 2-71	656-5867
ワカバ薬局都南店		三本柳11-12- 1	637-6011	
2/24 (月)	内	ゆい内科呼吸器科クリニック	向中野二丁目54-18	631-1159
		大屋内科胃腸科クリニック	西青山一丁目16-43	647-3255
		八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201
	外	池田外科・消化器内科医院	境田町 5-18	648-3200
	小	よしだクリニック	西仙北一丁目30-50	635-8341
	歯	タケダ歯科盛岡インプラントクリニック	上田一丁目 3-10イースタンキャッスル 1 階	606-4618
	薬	むかいなかの調剤薬局	向中野二丁目54-12	631-3100
		西青山薬局	西青山二丁目 4-17	601-4141
みつや薬局		中屋敷町 1-33	648-6060	
ひばり薬局		西仙北一丁目30-51	635-9797	
3/2 (日)	内	やまだ胃腸内科クリニック	津志田中央二丁目18-31	614-0180
		おおひら内科・循環器科クリニック	梨木町 2- 2	606-3765
		秋浜内科クリニック	浜民字駅103	683-2333
	外	むろおか骨粗鬆症・整形外科クリニック	菜園一丁目11-1 エスビル菜園 4 階	613-2760
	小	西島こどもクリニック	上田一丁目19-11	651-1369
	歯	コバヤシデンタルクリニック	中央通二丁目10-15	604-8848
	薬	なの花薬局津志田店	津志田中央二丁目18-23	614-9986
		ぺんぎん薬局	梨木町 2-14	652-3345
たくぼく薬局		浜民字駅104	669-5800	
	あおば薬局桜小路店	上田一丁目20- 1	656-1250	

■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、市医師会のホームページをご覧ください。



2次救急医療機関の受入診療科はこちら