

# 冬の講座のご案内

☆ 盛岡市の公民館で開催する講座等のご案内です。

☆ お問い合わせは、各公民館へ。

☆ 詳しい内容は **ウェブもりおか** <https://www.city.morioka.iwate.jp/> からご覧になれます。

**講座内容は令和6年10月31日時点の予定ですので、事前に実施する公民館へお問い合わせください。**

盛岡市中央公民館 TEL：654-5366 〒020-0013 盛岡市愛宕町14-1

● メール・申込フォームなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

(a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)年齢 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名

(h) 児童氏名 (i) 保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年

(o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス [chuo.ph@city.morioka.iwate.jp](mailto:chuo.ph@city.morioka.iwate.jp)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>ステップアップ絵画教室</b> 講師の指導の下、当館の歴史ある美しい庭園を水彩絵具で描きます。 ①「庭園解説・構図選び」 ②「下描き(1)」 ③「下描き(2)・着彩(1)」 ④「着彩(2)」 ⑤「仕上げ・講評会」 講師：「あたごアトリエ」主宰 村上 紘一 さん	①11月20日(水曜日) 10:00～12:00 ②11月27日(水曜日) 10:00～12:00 ③12月4日(水曜日) 10:00～12:00 ④12月11日(水曜日) 10:00～12:00 ⑤12月18日(水曜日) 10:00～12:00 (全5回)	受講料・教材費 2,000円  持ち物 ・2B、HBの鉛筆 ・カッターナイフ ・ねり消しゴム ・構図撮影用のスマートフォン・タブレット・デジタルカメラ	18歳以上の市民(※水彩絵具を扱ったことがある人) 16人	11月6日(水曜日) (a)～(f)を記入  申込フォームファクス、往復はがきでの申込も可



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>はじめての手話教室</b></p> <p>はじめて手話を学ぶ方を対象に、声は使わずに指や体の動き、表情や口の動きなどを使って、目に見えるように表現し、意思疎通をはかります。コミュニケーションの幅を広げること挑戦する「手話」の入門講座です。</p> <p>講師： 岩手県聴覚障害者協会派遣講師</p>	<p>①11月23日(土曜日) 10:00～11:30</p> <p>②11月30日(土曜日) 10:00～11:30</p> <p>③12月7日(土曜日) 10:00～11:30</p> <p>④12月14日(土曜日) 10:00～11:30</p> <p>⑤12月21日(土曜日) 10:00～11:30</p> <p>(全5回)</p>	<p>教材費 660 円</p>	<p>16 歳以上の 市民 15 人</p>	<p>11 月 12 日 (火曜日) (a)～(f) を記入</p> <p>申込 フォーム ファクス、 往復 はがき での申込 も可</p>
<p><b>バスで行く!! みんなの社会科見学 in クリーンセンター</b></p> <p>大人になると見学する機会の少ない「ごみ焼却施設」の見学や、ごみとリサイクルの啓発教室を通じて、正しいごみの分別方法や捨て方などを学びます。</p> <p>講師： 盛岡市資源循環推進課職員 盛岡市クリーンセンター職員</p>	<p>11 月 27 日(水曜日) 10:00～12:00</p> <p>※集合：解散は中央公民館 (クリーンセンターに 現地集合・解散も可)</p>	<p>保険料 30 円</p>	<p>市民 25 人</p>	<p>11 月 13 日 (水曜日) (a)～(d)、 見学先 までの 交通手段 を記入</p> <p>申込 フォーム ファクス、 往復 はがき での申込 も可</p>
<p><b>はじめてのスマホ入門</b></p> <p>スマートフォンの基本の操作を学ぶ講座です。</p> <p>「基本操作・電話・メール、カメラ、地図、インターネット検索、SNS(LINE)」</p> <p>講師：ソフトバンク (株)</p>	<p>11 月 20 日(木曜日)</p> <p>①10:00～12:00 ②13:30～15:30</p> <p>※①、②とも同内容</p>	<p>無料</p> <p>※講座で使用するスマートフォンは講師が貸し出します。(android 端末) 筆記用具をお持ちください。</p>	<p>市民各回 10 人</p>	<p>11 月 13 日 (水曜日) (a)～(d)、 申込番号 (希望時間)を記入</p> <p>往復 はがき、 ファクス のほか、直 接公民館 窓口、電話 での申し 込みも可</p>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>優雅に競う正月を！ 競技かるた入門講座</b></p> <p>日本の伝統文化のひとつである「小倉百人一首」の内容や競技かるたのルール等を学び、実際の競技かるたも体験します！</p> <p>講師：盛岡みちのく会 会長 細川 ミエ さん</p>	<p>①11月24日(日曜日) 13:00～15:30</p> <p>②12月1日(日曜日) 13:00～15:30</p> <p>(全2回)</p>	<p>受講料500円</p>	<p>競技かるた未経験、小学生以上の市民20人</p>	<p>11月17日 (日曜日) (a)～(f) を記入</p> <p>応募 フォーム、 ファクスのほか、 直接公民館窓口、 電話での申し込みも可</p>
<p><b>ライフプラン講座 「ミドルエイジのための ライフデザイン講座」</b></p> <p>「老後2,000万円問題」など、将来のお金に対する不安感や先行きの不透明感も、老後生活に向けてライフプランをしっかりと立てておくことが大切！ミドル世代を対象とした講座です。</p> <p>①「定年退職後の生活を見据え 知っておきたいお金の話」</p> <p>②「将来に向けて知っておきたい お金の話」</p> <p>講師： 金融経済教育推進機構(J-FLEC) 認定アドバイザー 落安 昭三 さん</p>	<p>①12月8日(日曜日) 13:00～15:30</p> <p>②12月15日(日曜日) 13:00～15:30</p> <p>(全2回)</p>	<p>受講料500円</p>	<p>おおむね 30歳～60歳の 市民30人</p>	<p>11月28日 (木曜日) (a)～(f) を記入</p> <p>応募 フォーム、 ファクス、 E-mail での申し込み</p>
<p><b>なるほど算数楽講座</b></p> <p>「算数」や「数学」と聞くと、つい 「難しいそう…」と身構えがちですが、 まるでクイズやパズルのようなユニークな 算数の問題に挑戦することで、算数や数学の 面白さや楽しさを体験する講座です！</p> <p>講師： 元岩手県中学校数学教育研究会 会長(元公立中学校数学教師) 算数問題出題WEBサイト運営 佐藤 精晋 さん</p>	<p>①令和7年1月7日 (火曜日) 10:00～11:30</p> <p>②1月8日(水曜日) 10:00～11:30</p> <p>③1月9日(木曜日) 10:00～11:30</p> <p>(全3回)</p>	<p>無料</p>	<p>小学4年生以上の市民10人 (※親子での受講も可)</p>	<p>12月24日 (火曜日) (a)～(f) を記入</p> <p>応募 フォーム、 ファクス、 E-mail での申し込み</p>

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<p><b>図書室展示</b> <b>「一行で出会う楽しさ」</b></p> <p>令和6年度の読書週間標語「この一行に逢いに来た」にちなみ、職員おすすめの本と、その本の中の1行(1文)をポップで紹介し、本とともに展示します。</p>	<p>10月27日(日曜日) から 11月10日(日曜日) 9:00~17:00</p> <p>※10月28日、11月5日は休館日</p>	無料	どなたでもどうぞ
<p><b>すきまの時間</b> <b>—おとなのためのおはなし会—</b></p> <p>おはなしボランティア「おはなしポット」の皆さんによる、詩やエッセイなどの文芸作品の朗読や歌、様々な語りなど、「おとな」向けのおはなし会を開催します。</p> <p>語り手： 「おはなしポット」</p>	<p>11月2日(土曜日) 14:00~14:40</p> <p>12月7日(土曜日) 14:00~14:40</p>	無料	おおむね中学生以上
<p><b>すみっこおはなし会</b></p> <p>おはなしボランティア「おはなしすみっこ」の皆さんが当館図書室児童コーナーのすみっこで行う、ちいさなちいさなおはなし会です。</p> <p>語り手： 「おはなしすみっこ」</p>	<p>11月3日(日曜日) 11:00~11:30</p> <p>11月17日(日曜日) 11:00~11:30</p> <p>12月1日(日曜日) 11:00~11:30</p> <p>12月15日(日曜日) 11:00~11:30</p>	無料	どなたでもどうぞ
<p><b>わくわく♪おはなし会</b></p> <p>おはなしボランティア「おはなしポット」、「おはなしちゅーみん」の皆さんが絵本の読み聞かせなどを行います。</p> <p>語り手： 「おはなしポット」 (11月) 「おはなしちゅーみん」 (12月)</p>	<p>11月9日(土曜日) 11:00~11:30</p> <p>12月14日(土曜日) 11:00~11:30</p>	無料	どなたでもどうぞ

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>月釜茶会</b> 武者小路千家官休会と表千家同門会による茶会。	11月17日(日曜日) 9:30～15:00	当日券1,300円	どなたでもどうぞ
<b>岩手・モノクロ写真の時代展</b> 昭和～平成初期の時代、岩手には中央の写真専門誌で様々な賞に輝き、一時代を築いたアマチュア写真家たちが数多くいました。 岩手県写真連盟の協力の下、当時活躍していた歴代の連盟会長の作品を中心に展示。彼らが追い求めたモノクロ写真の美しさに迫ります。会期中には展示解説会も開催！ 展示協力：岩手県写真連盟	12月3日(日曜日)から 12月15日(日曜日) 9:00～17:00 ※12月9日は休館日 ◎展示解説会(申し込み不要) 12月14日(土曜日) 15:00～16:00	無料	どなたでもどうぞ
<b>冬休みスペシャル</b> 冬休み限定！児童書コーナーで本を題材にしたクイズを出題します。正解した人にはすてきな景品をプレゼント！	12月10日(火曜日)から 令和7年1月13日(月曜日)まで	無料	子供向け
<b>「こどもクリスマス会」</b> 子ども向けアニメ映画の上映(第1部)と、おはなしボランティアの皆さんによる楽しいおはなし会！(第2部)	12月21日(土曜日) 10:00～12:00	無料	どなたでもどうぞ

● その他の事業 <詳細は、当館にお問い合わせください。>

問い合わせ電話 中央公民館(019-654-5366)

講座名・講師	募集期間	概要
<b>市民企画講座公募事業</b> 地域社会や現代社会の課題に対する講座やイベント、各種芸術・文化イベント、生涯学習の推進に関連する企画を対象として、市民発信の講座や展示を募集、イベントの周知や事業実施にかかる費用(1事業あたり20,000円を限度)を支援します。	募集中 11月15日(金曜日)まで ※最終日は17時必着	◎応募資格 盛岡市民、市内のNPO、町内会、ボランティア等(代表が未成年の場合、成人の代表1人を含める) ◎応募方法 事業実施計画書、事業収支計画書及び参考資料を当館あて郵送、ファクス、窓口持参のいずれかで提出 ※実施条件や支援内容等詳細については当館にお問い合わせ願います。

## ● メール、往復はがきなどで申し込む講座 &lt;定員を超えた場合は抽選となります&gt;

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名  
 (h) 児童氏名 (i) 保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年  
 (o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス [ueda.ph@city.morioka.iwate.jp](mailto:ueda.ph@city.morioka.iwate.jp)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>本場韓国のキムチと料理の魅力!</b> 発酵食品の代表格のキムチとキンパ等、本場の韓国料理を習って、食卓を美味しく彩りませんか! 講師：李 <sup>イ</sup> 美 <sup>ミスク</sup> 淑さん	①12月4日(水曜日) 13:00~16:00 ②令和7年1月15日 (水曜日) 10:00~13:00 (全2回)	受講料・材料費 4,000円	市民12人	11月19日 (火曜日) (a)~(d) を記入
<b>日本の名画『富嶽三十六景』を味わおう</b> 第1回では、富嶽三十六景の『凱風快晴』を中心として鑑賞ポイントを学びます。他にも、新1000円札の裏面『神奈川沖波裏』、南部藩政時代の地元の作品も鑑賞できます。 講師：MOA美術文化 インストラクター 大村 光代さん 第2回では、初心者でも簡単に楽しめるステンシル版画の技法で絵葉書を作ります。 講師：当館社会教育指導員 佐藤 あい子	①11月16日(土曜日) 10:00~12:00 ②11月23日(土曜日) 10:00~12:00 (全2回)	受講料500円 第2回の持ち物 絵の具セット、台所用スポンジ、カッター、カッターマット、葉書(複数) 絵の具の無い方は第1回の講座で注文を受けます	市民24人	11月6日 (金曜日) 往復はがきの場合 (a)~(d) を記入 応募フォームの場合 必要項目を入力
<b>岩洞湖で蕎麦打ち体験</b> 岩洞湖活性化センターの講師の指導で、新そば(薺川蕎麦)を打って食べる体験講座です。	12月1日(日曜日) 9:30~14:00 (※集合・解散は 上田公民館)	体験料1,060円 (保険・暖房料含む) エプロン・薄手の ゴム手袋・三角巾	市民25人 (小・中学生が申し込む場合は、保護者も)	11月18日 (火曜日) 往復はがきの場合 (a)~(d) 小・中学生が申し込む場合 (h)も記入 応募フォームの場合 必要項目を入力

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>食文化講座「発酵と食」</b> ①発酵食品とお酒について講話 ②工業技術センターの見学 講師 上席専門研究員 山下 佑子 さん	①11月21日(木曜日) 13:30～15:30  ②11月28日(木曜日) 9:00～12:00  (全2回)	受講料・保険料 530円	市民20人	11月5日 (火曜日)  往復はがき の場合 (a)～(d) を記入  応募フォーム の場合 必要項目を 入力
<b>産業講座「鉱業特集」</b> ①岩手の鉱山資源とその開発史 ②実験！鉱物の性質と鉱床探査 講師 紫波町文化財調査委員 蒲田 理 さん	①12月12日(木曜日) 13:30～15:30  ②12月19日(木曜日) 13:30～15:30  (全2回)	受講料500円	市民20人	11月25日 (月曜日)  往復はがき の場合 (a)～(d) を記入 応募フォーム の場合 必要項目を入 力

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>なかよしおはなし会</b> 絵本の読み聞かせと手遊び・簡単な工作などを行います。 語り手：図書奉仕員	11月13日(水曜日) 11月27日(水曜日) 12月11日(水曜日)  11:00～11:30	無料	幼児とその保護者
<b>図書室企画展</b> <b>「～新聞に見る～ノーベル賞に輝いた日本人」</b> 今年ノーベル平和賞を受賞した日本被団協を中心に、歴代の日本人受賞者を紹介します。(閲覧のみ)	11月30日(土曜日) から 12月21日(土曜日) 9:00～17:00  ※12月2日、9日、16日は休館日	無料	市民

● 往復はがき・申込フォームで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきで申し込む場合は講座ごとに必要な項目を記入し、申込期限**必着**で郵送してください。

(a)講座名 (b) 住所 (c) 氏名(ふりがな) (d) 年代 (e) 電話番号 (f)駐車場利用の有無

応募フォームで申し込む場合は必要事項を入力してください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>近世・近代史講座</b> ①「お殿様の湯治事情」 ②「東條英機と岩手」 について学びます。 講師：①盛岡大学文学部 教授 上白石 実 さん ②岩手大学 人文社会科学部 准教授 麻田 雅文 さん	①11月30日(土曜日) 10:00～12:00 ②12月14日(土曜日) 10:00～12:00 (全2回)	受講料500円 (全2回分)	市民80人	11月12日 (火曜日) 必着 往復 はがきの 場合 (a)～(f) を記入 応募 フォーム の場合は 必要事項 を入力

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から**先着順**に受け付けます。 **受付電話 西部公民館(019-643-2288)**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>名作映画会</b> <b>『人生、いろどり』</b> 徳島県の山間にある上勝町。四国で最も人口が少なく高齢化の進んでこの町は、希望という言葉とは無縁の典型的な過疎地だった。しかし、あるとき奇跡が起こる。	11月2日(土曜日) 10:00～12:00	無料	市民30人	10月23日 (水曜日) 10:00
<b>誰でもかんたん！</b> <b>パソコンで年賀状</b> ワードを使って年賀状の作り方を学びます。 講師：テクノ株式会社 インストラクター	11月13日(水曜日) 10:00～16:00	受講料・ テキスト代 1,929円	市民10人	10月18日 (金曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>もの作り講座②消しゴムはんこ教室～年賀状やクリスマスカードを作ろう～</b> 消しゴムはんこを作って年賀状やクリスマスカードにお楽しみましょう！ 講師：はたけだ まさこ さん	①11月20日(水曜日) 9:30～12:00 ②12月18日(水曜日) 9:30～12:00 (全2回)	受講料・保険料等 1,530円 持ち物 ティッシュ ウェット ティッシュ 持ち帰り用の袋	市民20人	10月22日 (火曜日) 10:00
<b>【託児付き】子育てママのリフレッシュ講座Ⅱ クリスマスリース</b> クリスマスリースを作ります。 講師：手芸クリエイター 村井 順子 さん	11月28日(木曜日) 10:00～11:40	材料費1,000円 持ち物 作品を持ち帰る袋 ※託児利用の場合 飲み物、おやつ、 バスタオル、着替え等を必要に応じて各自持参	市民12人 (託児7人)	11月6日 (水曜日) 10:00
<b>親子で楽しい おもちゃづくり</b> 身近な材料でおもちゃを作って、親子でたくさんあそびましょう。 講師：盛岡市とりょう保育園 子育て支援センター保育士	12月4日(水曜日) 10:00～11:30	無料	1～3才の幼児とその保護者10組	11月19日 (火曜日) 10:00
<b>健康教室 ピラティスで リフレッシュ！</b> ピラティスを通して、姿勢改善やストレス解消を図ります。 講師：BASI ピラティスマット インストラクター 中村 葉子 さん	①12月5日(木曜日) 13:30～15:00 ②12月12日(木曜日) 13:30～15:00 ③12月19日(木曜日) 13:30～15:00 (全3回)	無料 持ち物 ヨガマットまたは 大きめの バスタオル、 飲み物 ※内履きは不要	市民20人	11月22日 (水曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>フラワーアレンジメント講座</b> <b>～クリスマス&amp;お正月アレンジメント～</b> クリスマスとお正月に自宅を飾るフラワーアレンジメントを作ります。 講師：フラワーショップ「レ・クルール」代表 木村 公子 さん	①12月 6日(金曜日) 10:00～12:00  ②12月 27日(金曜日) 10:00～12:00	受講料・材料費 5,500円  持ち物 花きりばさみ (持っていれば)	市民 16人	11月 6日 (水曜日) 10:00
<b>かんたん！</b> <b>パソコンで写真加工</b> デジカメやスマホで撮った写真をLINEやSNSにアップする写真に編集する方法を学びます。 講師：テクノ(株)インストラクター	12月 7日(土曜日) 10:00～15:00	受講料・テキスト代 2,820円  持ち物 筆記用具	市民 10人	11月 20日 (水曜日) 10:00
<b>ちびっこ広場映画会</b> 「アリとキリギリス」、「ぼくは王さま～王さまタクシー～」など計4本の作品を上映します。	12月 7日(土曜日) 10:30～11:40	無料	幼児・小学生とその保護者 30人	11月 21日 (木曜日) 10:00

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>ふたば</b> <b>わらべうた・おはなし会</b> 楽しいわらべうたや絵本の読み聞かせを行います。 語り手：「のはらうた」の皆さん	11月 20日(水曜日) 12月 18日(水曜日)  いずれも 1部 10:00～10:40 2部 10:50～11:10	無料	3歳以下の乳幼児と保護者 1部: 1歳3カ月～3歳 2部: 0歳～1歳3カ月向け  各回当日先着 13組または 26人



● 第25回 西部公民館祭 2024 11月8日(金曜日)から11月10日(日曜日)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<p><b>【作品展示】</b> 写真、手芸、絵画など19団体</p>	<p>11月8日(金曜日) から 11月10日(日曜日) 9:00~16:00 ※最終日は15時まで</p>	<p>無料</p>	<p>お誘いあわせの上、 お気軽にお越しください!</p>
<p><b>【舞台発表】</b> 合唱、ダンス、中国武術、合奏 など合計22団体 会場：1階プレーホール</p>	<p>11月8日(金曜日) 14:00~14:10 大新保育園きりん組 ~マーチング~ 14:15~14:30 大新小学校4年生 ~合奏・合唱~</p> <p>11月9日(土曜日) 13:00~14:30 <b>【公開講座】</b> ジャズ入門講座 ※詳細は次ページに記載</p> <p>11月10日(日曜日) 9:20~13:25 西部公民館利用サークルによる 合唱、中国武術、ダンス、 詩吟など19団体</p>	<p>無料</p>	
<p><b>【ブックリユース!本の持ち帰りコーナー】</b> お好きな本を自由に(5冊以内) お持ち帰りください。 会場：3階大会議室前廊下 ※本の寄付は1階図書室で受付中 ※11月10日(日曜日)は図書室閉館のため1階事務室で受付</p>	<p>11月8日(金曜日) から 11月10日(日曜日) 9時~16時 ※最終日は15時まで</p>		
<p><b>【カナンの園ヒソプ工房 喫茶】</b> 自家製パンや焼き菓子の販売 コーヒーの提供など 会場：3階エレベーターホール</p>	<p>11月8日(金曜日) から 11月9日(土曜日) 10:30~ 売り切れ次第終了</p>		
<p><b>【盛岡杉生園屋台】</b> 焼きとり、からあげなどの販売 会場：1階玄関付近</p>	<p>11月9日(土曜日) から 11月10日(日曜日) 10:00~ 売り切れ次第終了</p>		
<p><b>【ユリノキ会 杜の家】</b> お弁当、おだんご、レモネードなどの販売 会場：3階エレベーターホール</p>	<p>11月10日(日曜日) 10:00~ 売り切れ次第終了</p>		

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<p><b>【お茶会】</b> 表千家茶道同好会「萩の会」 によるお茶会 会場：3階和室</p>	<p>11月10日(日曜日) 10:00～14:00 ※受付は13:30まで</p>	<p>一席500円 (80席限定)</p>	
<p><b>【初心者囲碁教室】</b> 西部囲碁クラブによる 初心者向けの囲碁教室 会場：3階大会議室</p>	<p>11月10日(日曜日) 10:00～15:00</p>	<p>無料</p>	
<p><b>【公開講座】</b> <b>ジャズ入門講座</b> <b>馬場葉子先生のジャズのお稽古塾～ジャズライブを楽しもう！～</b></p> <p>ジャズスタンダードナンバーを中心としたスペシャルジャズライブ！ ジャズの特徴的なリズム（スイング）やアドリブの解説をします。</p> <p>ピアノ：馬場 葉子 先生 ボーカル：鈴木 雅子 先生 ベース：桜井 勝 先生</p>	<p>11月9日(土曜日) 13:00～14:30</p>	<p>無料</p>	



● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名  
 (h) 児童氏名 (i)保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年  
 (o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス [kouza-kyara@mfc.jp](mailto:kouza-kyara@mfc.jp)

※応募数に関わらず抽選権はお1人につき1回となります。

※自動返信メールが届かない場合は、お手数ですがお電話にてお問い合わせください。

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から**先着順**に受け付けます。 **受付電話 都南公民館(019-637-6611)**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>こんにちはママさん講座 あんあんコース</b> 子育てについての悩みを共有！同じくらいの月齢のお子さんを持つママ同士が集まって一緒に遊べる講座です。	①12月5日(木曜日) 10:00～11:30  ②12月12日(木曜日) 10:00～11:30  (全2回)	材料費 (離乳食代) 100円	令和6年4月1日から令和6年6月30日 生まれの子と保護者20組	10月28日 (木曜日) 10:00 ※子育て支援センターへ

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>子どもシネマランド</b> 3本の名作映画を上映します。 <11月上映作品> ・神様がくれたクリスマスツリー ・一人ぼっちの狼と7ひきの子やぎ ・年神様とお正月	11月10日(日曜日) 10:30～11:15	無料	幼児・児童と保護者
<b>にこにこルーム</b> 親子の遊びの広場を開催します。保育士さんと一緒に遊ぼう！手作りおもちゃも沢山あるよ。 お母さん同士の交流もできます。	11月14日(木曜日) 10:00～11:30	無料	在宅0歳～おおむね3歳までの親子

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象	申込期限
<b>シニアのためのスマホ講座中級編</b> スマホをお持ちの中級者を対象としたアプリの楽しみ方をはじめ、QRコードの読み方、便利な検索機能などを学ぶ講座です。	11月27日(水曜日)	無料	概ね60歳以上の市民15人	11月13日(水曜日) (a)～(e)及びお手持ちのスマホの機種名を記入

河南公民館 TEL:622-2258 F020-0873 盛岡市松尾町3-1

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>第31回河南地区地元学講座</b> <b>民俗芸能鑑賞会</b> <b>～秋に愉しむ郷土の芸能～</b> 今年地元学講座は、盛岡の郷土芸能団体が出演する民俗芸能鑑賞会を開催します。 出演は、盛岡の夏を代表する祭り“さんさ踊り”より「東安庭わかば会」、古より受け継がれている勇壮の舞「築川高館剣舞」、渋民の有志による情熱の和太鼓「愛宕火防太鼓」。 秋も深まる頃、郷土の芸能をお楽しみください。	11月4日(月曜日・休) 13:00～14:40 (開場 12:30) 盛岡劇場 メインホール	無料	511人
<b>もりげきサロン</b> 河南公民館の部屋を1室憩いの場として開放しています。気軽に立ち寄ってお茶でもしませんか？ただただおしゃべりを楽しむ！はもちろん、編み物や本などを持ち寄り自由にお過ごしいただけます。「お互いが気持ちよくいられるように心配りを」がルールです♪	11月5日、19日、26日 12月10日、17日、24日 (火曜日) 10:00～15:30 ★12月24日 11:00～12:00 ミニクリスマス会を行います。どなたでもご参加いただけます♪通常サロンは12:00～となります。	無料 ※マイカップ持参でご利用ください。	市民

● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

メールまたは往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

(a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)年齢 を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス [kouza-himekami@mfa.jp](mailto:kouza-himekami@mfa.jp)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>大人の社会科見学</b> 玉山地域にある美和ロック株式会社盛岡工場と株式会社戸田久姫神工場を見学します。見学後は工場隣接の「久太屋」で実食します。	11月22日(金曜日) 9:30~14:00	保険料 30円 ※昼食代は実費負担	成人市民 10人	11月6日(水曜日) (a)~(e)を記入
<b>男の料理教室</b> 魚をさばいて、その魚の特色を活かした魚料理に挑戦します。 講師：元お魚屋さん 岡本 初雄 さん	12月7日(土曜日) 9:30~12:30	材料費・保険料 3,030円	成人市民男性 8人	11月20日(水曜日) (a)~(e)を記入

● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

(a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)年齢を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>味噌づくり教室</b> 講師：岩手大学名誉教授 小野 伴忠 さん 味噌づくりアドバイザー 長沢 光雄 さん	1. 11月20日(水曜日) 10:00~14:30 2. 11月27日(水曜日) 10:00~14:30	受講料・材料費等 2,000円	1,2とも 市民 16人	11月8日(金曜日) (a)~(e)の他、希望する日を記入
<b>シニア エンジョイスキー教室</b> 指導者：全日本スキー連盟 公認指導員等	1月17日(金曜日) 9:00~16:00	リフト代・保険料等 5,500円 【シーズン券を所有している方は 1,000円(保険料等)】	概ね50歳以上の市民 12人 【*参加者が8名に満たない場合は中止】	12月20日(金曜日) (a)~(e)を記入

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申し込み開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 松園地区公民館(019-661-8111)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>おしゃれでかわいい 「飾り巻き寿司」づくり教室</b> 指導者：Happy キッチン 浅沼 よしこ さん	12月3日(火曜日) 10:00~12:30	材料費・資料代等 1,500円	市民16人	11月18日 (月曜日) 10:00

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>冬のお楽しみ映画会</b> ① ええことするのはええもんや ② きつねのおくりもの ③ マイロ	12月20日(金曜日) 14:00~15:00	無料	市民(小学生中心)50人
<b>おやとこひろば</b> 絵本の読み聞かせ、遊びやゲーム、体操などの軽運動、育児相談などをします。 講師：愛育園地域子育て支援センター 保育士	11月15日(金曜日) 10:00~11:30  12月5日(木曜日) 10:00~11:30	無料	0歳から就園前の子どもとその保護者



## ● 電話または来館で申し込む講座 &lt;定員になり次第、受付を終了いたします&gt;

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 見前地区公民館(019-639-1788)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>冬休み子ども科学教室</b> <b>ザ・爆発ショー &amp;</b> <b>「光るビーズを使ったストラップ」</b> さまざまな燃料を使った「爆発」によって引き起こされるスゴイ現象を楽しみます！ 光をたくわえる不思議な「蓄光ビーズ」を使ってオリジナルのストラップを作ります。 講師：元子ども科学館 学芸指導主事 南幅 正勝 さん	令和7年1月11日 (土曜日) 9:30~11:45	材料費等 600円	市内の小学生 児童10人 (低学年は 保護者同伴)	11月29日 (金曜日) 9:00

## ● 電話で申し込む講座 &lt;定員になり次第、受付を終了いたします&gt;

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 乙部地区公民館(019-696-2081)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>クリスマスクラフト講座</b> 木の実などの自然素材を使ってクリスマスリースを作ります。 講師：環境アドバイザー 川村 晃寛 さん	11月15日(金曜日) 10:00~12:00	材料費500円	市民10人	10月18日 (金曜日) 10:00
<b>体験講座</b> <b>「はじめての太極拳」</b> ゆっくりとした動きで全身を動かす太極拳を学んでみませんか。 講師：太極拳指導員 高橋 智子 さん	11月19日(火曜日) 10:00~11:30	保険料24円	市民15人	11月5日 (火曜日) 10:00
<b>初めての方でも安心！</b> <b>「らくらくスマホ教室」</b> <b>～ 基本編 ～</b> 基本的な操作や応用的な活用方法を分かりやすく丁寧に説明します。 講師：ドコモショップ スタッフ	11月20日(水曜日) 13:30~15:30	無料  ※スマホは講師が準備しますので、お持ちでない方でも大丈夫です。	市民10人	10月25日 (金曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>ミニ門松手作り体験教室</b> 自然の素材を使って、ミニ門松づくりに挑戦してみませんか。 講師：環境アドバイザー 川村 晃寛 さん	12月20日(金曜日) 10:00～12:00	材料費 500円	市民10人	11月18日 (月曜日) 10:00

● **電話で申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります。>**

表中の申込開始期間に電話で受け付けます。定員を超えた場合は抽選となります。当選結果等については、後日文書等にて通知します。 **受付電話 乙部地区公民館(019-696-2081)**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>料理講座 「年越し!手打ちそば教室」</b> そばの打ち方を学びます。 講師：三浦 俊孝 さん	12月6日(金曜日) 10:00～12:00  12月13日(金曜日) 10:00～12:00	材料費 500円	各日市民4人 計8人 (両方に申し込みはできません。)	11月11日 (月曜日) 10:00 から 11月15日 (金曜日) 17:00 まで

● **事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>親子で楽しむシネマ館</b> ～TVでおなじみ 「おしりたんてい」を楽しもう～ ①「ププッとかいけつ! おしりたんていとうじょう!」  ②「ププッあやしいほうもんしゃ」	①11月3日(日曜日) 12:30～12:50  ②11月3日(日曜日) 13:20～13:40  乙部地区公民館まつり ・健康まつり開催中 各1回	無料	幼児・児童と保護者



● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 見前南地区公民館(019-601-6735)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>お菓子っくらぶ</b> 身近な材料を使い、クリスマスのお菓子を作ります 講師：盛岡市食生活改善推進員 藤村 祥子 さん	12月7日(土曜日) 10:00~12:00	材料費 500 円	小学生 6 人	11月16日 (土曜日) 10:00
<b>冬のチャレンジ体験日</b> 岩手大学工学GIRLSサイエンスショー(つかめる水の実験・紙コップとばし等)やオリジナルせっけん作り、空気砲の実験を行います。 講師：岩手大学准教授 山口 明 さん 岩手大学工学GIRLS	12月22日(日曜日) 10:00~11:30	材料費 300 円	小学生 12 人 ※親子での参加も可	11月23日 (土曜日) 10:00

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>文化まつり</b> ①「サークルステージ発表・作品展示」「ひつつみ汁のおふるまい」「カラオケ祭」 ②「サークル作品展示」「ふれあい移動動物園 Ricky」「クラフト体験」	①11月9日(土曜日) 10:00~15:00 ②11月10日(日曜日) 10:00~13:00	無料	どなたでも参加できます



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<p><b>悠々閑々講座</b></p> <p>地域のシルバー世代の交流の場として、脳トレやものづくりをしながらみんなで笑って楽しい時間を過ごします。</p> <p>①ちぎり絵 ②クリスマスオーナメント作成 ③クリスマスツリー飾り・点灯式・閉講式</p>	<p>①11月4日(月曜日) 10:00~12:00</p> <p>②11月18日(月曜日) 10:00~12:00</p> <p>③12月2日(月曜日) 10:00~12:00</p> <p>(全3回)</p>	<p>参加費 100円</p>	<p>盛岡市在住の日中一人で過ごしている65歳以上の方</p>
<p><b>シネマ上映会</b> <b>「人生、いろどり」</b></p> <p>葉っぱを売って年商2億円。四国一小さな町で起きた奇跡の実話から生まれた物語。主演は吉行和子、富司純子、中尾ミエほか。</p>	<p>12月21日(土曜日) 10:00~12:00</p> <p>※映画上映10分前までにお越しください</p>	<p>無料</p>	<p>盛岡市在住・在勤・在学の方</p>

