



各種講座情報

電話で申し込む講座

講座を主催する各施設・担当課へ電話でお申し込みください。表中の申込開始日から先着順に受け付けます。

講座名・主催・連絡先	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
夏休み器械体操教室 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	7/25(月)~27(水) 全3回、①9時半 ~10時半②10時 45分~11時45分	体操の基本技術を身に付ける (各4500円)	各15人 ※①年中②年長	7/18 (月) 9時
夏休み学びっこクラブ 中央公民館(愛宕町) ☎654-5366	①7/27(水) 10時~11時半 ②7/27(水) 13時半~15時 ③7/29(金)9時20分~12時	①ユニット折り紙を楽しむ②将棋対戦にチャレンジ③四十四田ダムの見学(無料。③は保険料別途)	①10人 ②10人 ③20人 ※①②は小学生③は小学生と保護者	7/18 (月) 10時
フォトショップで写真加工 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/27(水)・28(木) 全2回 10時~16時	フォトショップで写真の補正と加工(4814円)	16人	7/20 (水) 10時
ゆらっくす みちのこコカ・コーラボトリング 本宮五) ☎601-5001	7/27(水) 10時半~11時半	椅子やマットに座っての骨盤体操とピラティス(500円)	5人 ※50歳以上の女性	7/20 (水) 11時
脳活笑ひヨガ 心も体も脳もスッキリ 都南老人福祉センター (湯沢1) ☎638-1122	7/29(金) 10時~11時	笑いの要素とヨガの呼吸法を合わせた健康講座(無料)	30人 ※60歳以上	7/20 (水) 10時
ゆかた着付教室 経済企画課 ☎613-8389	7/30(土)14時半~16時半、プラザお7 でって※交流会17時~、Nanak(いづれも中橋通一)	浴衣の涼やかな着こなし方などを学ぶ(無料。交流会は2000円)	男性15人 女性15人 ※浴衣を持参できる人	7/19 (火) 9時
やぶ川で遊ぼう！ 浜民公民館(浜民字鶴塚) ☎683-2354	8/4(水)8時~15時 外山森林公園(鮫川字大の平) ほか	川遊びやクラフト体験などを楽しむ(330円)	20人 ※小学生	7/18 (月) 9時
エクセル・関数入門 起業応援ルーム芽でるネット (中ノ橋通一) ☎624-3583	8/4(水) 10時~12時	エクセルの初歩的な関数について学ぶ(無料)	4人 ※起業や就労を目指す女性	7/19 (火) 10時
8月水球教室 ①月4回コース②月8回コース ③月12回コース④フリーコース 市立総合プール(本宮五) ☎634-0450	日曜は13時~15時、木曜は18時半~20時半、土曜は16時半~19時	水球の初歩的な試合形式で練習(①3240円②5400円③7020円④8100円)	20人 ※小学4年~6年生	7/21 (水) 10時
わくわく科学講座 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	8/5(金) 10時~15時	砂糖を使っての実験や綿あめ作り(400円)	20人 ※小学4年~6年生	7/23 (土) 10時
めざせ団体！ボウリング教室 団体推進局競技運営課 ☎603-8026	8/6(土)10時~12時、盛岡スターレーン(中野一)	プロのボウリング選手から投げ方などを学ぶ(無料)	50人 ※小学4年~高校生	7/19 (火) 9時
生家で寺子屋 手習い編 原敬記念館(本宮四) ☎636-1192	8/6(土) 10時~11時	原敬生家で原敬にまつわる字句の習字をする(無料)	10人 ※小学生	7/18 (月) 10時
くらしに役立つアロマの話 サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	8/6(土) 13時半~15時半	アロマオイルでハンドクリームなどを作る(2500円)	20人	7/19 (火) 14時
夏休み子どもエネルギー教室 ソーラーカーを作ろう~ 環境企画課☎626-3754	8/9(火)10時~12時、高松地区保健センター(上田字毛無森)	エネルギーについて学び、ソーラーカーを作る(1人28円)	20人 ※小学生と保護者	7/19 (火) 9時
じっくり学ぶパソコン教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	8/9(火)・10(水)、全2回、10時~16時 8/17(水)~19(金)、全3回、13時~16時	インターネットとメール(4400円)エクセルの使いこなし方(4400円)	16人	8/2(火) 10時 8/10(水) 10時
考えてみませんか？ 空き家の相続と活用 上田公民館(上田四) ☎654-2333	8/10(水) 10時~12時	まちづくりの課題である空き家の有効活用などについて学ぶ(無料)	30人	7/20 (水) 10時
工作体験 七宝焼でオリジナルアクセサリーをつくらう！ 河南公民館(松尾町) ☎622-2258	8/10(水) 13時~16時	地域のサークル会員を講師に、七宝焼に挑戦する(1000円)	20人 ※小学3年~6年生	7/19 (火) 10時
やさしい心理学 ~怒りの感情に向き合う~ サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	8/20(土) 13時半~15時半	怒りの感情をコントロールする方法を学ぶ(1000円)	20人	7/20 (水) 14時
ピラティス教室 ①朝コース②夜コース 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	8/22~10/3 月曜、全6回 ①10時~11時 ②19時~20時	姿勢の改善や体のゆがみを補正する初心者エクササイズ(各4320円)	各20人 ※①高校生を除く18歳以上 ②16歳以上	7/20 (水) 9時
すわってエクササイズ教室 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	8/22~11/14 月曜、全10回 13時~14時	椅子に座ってのストレッチなど(7200円)	25人	7/20 (水) 9時
秋のバドミントン教室 盛岡体育館(上田三) ☎652-8855	8/23~11/29 火曜、全10回 19時~21時	バドミントンの基本を学び試合をする(8100円)	30人 ※高校生を除く18歳以上	7/20 (水) 10時
国際理解講座 パラグアイ共和国編 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	8/24(水)・31(火) 全2回 10時~12時	同国の文化や言語について学び、郷土料理作り挑戦(1500円)	20人	8/5 (金) 10時

※電話で申し込みの講座は右上に続きます

皆さんの暮らしに役立つ講座の募集情報をお知らせするページです。詳しい内容は市公式ホームページhttp://www.city.morioka.iwate.jp/をご覧ください。また本号掲載以外の講座も掲載していますので、併せてご覧ください。

赤丸：託児がある講座。詳しくは各主催者へお問い合わせください
赤四角：会場までバスで移動する講座

講座名・主催・連絡先	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込開始
はじめてのパソコン教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	8/24(水)~26(金) 全3回 10時~15時	文書作成やインターネット、メールなど基本操作(4080円)	16人 ※初心者	8/17 (水) 10時
釜石市、震災と復興 乙部地区公民館(乙部6) ☎696-2081	8/26(金)8時半~17時半、鉄の歴史館など釜石市内	被災地域で現地ガイドから体験談を聞く(2246円)	27人 ※高校生を除く18歳以上	7/20 (水) 9時
シリーズ講座「戦火とスポーツ 幻の東京五輪」 先人記念館(本宮字蛇屋敷) ☎659-3338	8/27(土) 13時半~15時	杉村陽太郎をはじめ、五輪や団体に間違った先人について紹介(無料)	50人	8/13 (土) 9時
外来生物の駆除と生物多様性について学ぼう！ 環境企画課☎626-3754	8/28(日) 10時~12時 エコアス広場(上田字上堤頭)	外来生物駆除の実習を通じ生物多様性について学ぶ(28円)	20人	7/19 (火) 10時
お店の魅力を画像を使って発信 起業応援ルーム芽でるネット (中ノ橋通一) ☎624-3583	8/28(日) 10時~12時半	情報発信に欠かせない写真撮影のコツを学ぶ(500円)	12人※起業したい、または起業した女性	7/19 (火) 10時
こんにちはママさん講座 「あんあんコース」 とりょう保育園子育て支援センター(有町) ☎651-8580・624-4103	9/1(水)・8(木) 全2回、9時50分~11時半 西部公民館(南青山町)	育児、離乳食のアドバイスや看護師の講話、母親同士の交流など(100円)	25組 ※28年1/1~28年3/31生まれの子と保護者	7/29 (金) 10時
オペラ鑑賞講座 Vivaldiオペラ13 キャラホール(永井24) ☎637-6611	9/2(金)・9(金)・21(水)・10/6(水)・14(金)、全5回 19時~20時半	「魔笛」を中心にオペラの魅力に触れる(2000円)	80人 ※高校生以上	8/4 (水) 10時
体にやさしい料理教室 浜民公民館(浜民字鶴塚) ☎683-2354	9/3(土) 10時~13時	旬の食材でヘルシーな料理を作って会食する(1030円)	20人 ※18歳以上	8/7 (日) 9時
学芸員講座「スポーツと盛岡の先人たち」 先人記念館(本宮字蛇屋敷) ☎659-3338	9/3(土) 13時半~14時半	スポーツの分野で活躍した盛岡の先人について、学芸員が紹介(無料)	50人	8/13 (土) 9時
女性防災リーダー養成講座 災害が起きた時、私ができること もりおか女性センター (中ノ橋通一) ☎604-3303	9/9~30 金曜、全4回 10時半~15時半	女性ならではの視点から地域の防災・減災について学ぶ(無料)	20人 15人 ※女性	7/20 (水) 10時

直接会場で受け付ける講座

講座がある当日、直接会場で受け付けます。

講座名・主催・連絡先	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)
夏休み工作教室 盛岡手づくり村 (蟹字尾入野) ☎689-2201	7/16(土)~8/21(日) 9時~16時	木工や繻細工、とんぼ玉、マープルアートなど8種類の工作教室(800~3000円)
じっくり学ぶパソコン教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	7/26(火)10時~15時に随時	パソコン・タブレットに関する全般的な相談会(500円)
認知症サポーター養成講座 (公開講座) もりおか老人大学本校講座 長寿社会課 ☎613-8144	7/26(火)14時~15時半 キャラホール(永井24)	認知症の症状や対応の仕方について学ぶ(無料)
航空自衛隊北部航空音楽隊によるコンサート (無料)	7/27(水) 14時~15時半 市民文化ホール(盛岡駅西通二)	航空自衛隊北部航空音楽隊によるコンサート(無料)
若手の伝統・文化講座 盛岡の伝統行事、舟っこ流しと盛岡秋まつり山車について学ぶ(無料)	7/30(土)10時~12時	盛岡の伝統行事、舟っこ流しと盛岡秋まつり山車について学ぶ(無料)
夏休み！古代体験ひろば 遺跡の学び館(本宮字荒屋) ☎635-6600	7/30(土)~8/7(日) 10時~11時半と13時~14時半に随時	火おこし体験(無料)、土玉彩色・古刀風ストラップ(各100円)、勾玉作り(300円)※いづれも入館料別途
夏休み自由研究 わくわく縄文時代 遺跡の学び館(本宮字荒屋) ☎635-6600	7/30(土)~8/1(月) 10時~11時半と13時~15時に随時	縄文文化をテーマにした自由研究に職員がアドバイス。縄文の土器や暮らしなどの自由研究が可能(入館料が必要)【対象】小学生以上
生家で寺子屋 ①手作り紙芝居 ②自由研究サポート 原敬記念館(本宮四) ☎636-1192	8/6(土) ①11時5分~11時50分と13時5分~13時50分 ②14時~16時	①「もりおかの伝説」「原敬の生涯」の読み聞かせ。盛岡駄菓子付き ②原敬をテーマにした小・中学生の自由研究をサポート(無料)
曲がり屋で昔話 中央公民館太田分館 (中太田深持) ☎658-1330	8/9(火)10時半~11時 15分、太田民俗資料館(中太田深持)	方言による昔話を親子で聞く(無料)

中央通勤青少年ホームの体験講座(電話で申し込み講座)
【主催・会場】中央通勤青少年ホーム(中央通三) ☎623-2701
【対象】35歳未満の勤労者(求職中含む) 【登録料】800円【申込開始】7/19(火)12時

講座名	期間・曜日・回数	定員	費用など
ヨーガで心も体もリラックス	8/18~9/8、木曜 全4回	15人	
ちゃんこ入門 夏場所	8/18(木)・25(水) 全2回	10人	材料代1800円 エプロンと三角巾持参
ベビーマッサージ	8/20(土) 13時半~15時半	10組	【対象】首の据わった生後3カ月~12カ月の子と保護者
みんなでDIY! アースバックの土壁塗り体験 心と行動を快適にする心理学 ~交流分析~	8/21(日) 10時~16時 8/22~10/3、月曜 全6回	12人	材料代ほか1500円【会場】 ピネムの森(八幡平市) テキスト代1700円
マールブアート 夏の涼やか リースづくり パレエクスサイズで美しい 姿勢づくり!	8/23(火)・30(火) 全2回 8/31~9/14、水曜 全3回	10人	材料代2500円 白いタオルが必要 【対象】女性 靴下持参

往復はがきで申し込む講座

往復はがきで①住所②名前③年齢④性別⑤電話番号⑥講座名を記入し、表の申込期限必着で、主催する各施設・担当課の各講座の係へ郵送してください。定員を超えた場合は抽選。

講座名 (住所・主催・連絡先)	日時・回数・会場	内容 (受講料・費用)	定員 (※対象)	申込 期限
ワクワク探検隊(※1) ①SL銀河に乗って宮澤賢治の世界にふれよう! ②御所湖探検カヌーの旅 ③020-0066上田四丁目1-1 上田公民館☎654-2333	①8/3(水)9時~16時、宮沢賢治記念館(花巻市) ほか ②8/5(金)8時半~16時、御所湖(紫字除小) ☎654-2333	①SL乗車体験や記念館見学など(1050円程度) ②カヌー体験やダム施設見学など(350円程度)	20人 ※①小学生 ②小学5年~6年生	①7/23 (土) ②7/27 (水)
ピンホールカメラ体験講座 ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館☎654-5366	8/7(日) 10時~15時	カメラ作りから撮影・現像まで体験(500円)	20人	7/28 (水)
Waの日~森あそび~ ☎020-0884神明町1-24 「工房夢喃・花」内、ハートフルワークいわて ☎623-6509	8/8(月) 9時半~15時 外山森林公園(鮫川字大の平) ☎623-6509	森に親しみ遊びや森の素材を活用したクラフト作りなど(1人1000円※昼食代含む)	30人※小学生と保護者(参加者の名前とバス利用の有無も記入)	7/31 (日)
すくすくキッズ体操教室 ①コアラ組 ②パンダ組 ③きりん組 ④うさぎ組 ☎020-0066上田三丁目17-60 盛岡体育館☎652-8855	①8/18~9/29 木曜、10時~11時 ②8/22~10/3 月曜、14時半~16時 ③8/26~9/30 金曜、14時半~16時 ④8/30~10/18 火曜、10時~11時 全6回	リズム体操とボール遊び、跳び箱・マット・平均台・鉄棒を使った運動(1組①③480円②③5460円) ※兄弟姉妹の同伴の有無も記入	各17組 ※次の期間生まれの子と保護者各1人 ①④ 24年4/2~26年1/31 ②23年4/2~25年4/1 ③22年4/2~24年4/1	7/28 (水)

市営住宅の入居者を募集

市は、表のとおり市営住宅の入居者を募集します。
【入居可能日】9月1日(木)
【入居資格】次の全てに該当する人①住宅に困っている②世帯の収入月額が法定の基準内である③住民税を滞納していない④本人も同居する人も暴力団員でない※入居には、家賃3カ月分の敷金と連帯保証人が必要【申し込み】7月21日(水)~27日(水)(土・日曜を除く)の9時~17時、市営住宅指定管理センター(中ノ橋通一、106ビル9階)で受け付け。本人が同居の家族が手続きしてください。申込用紙は、同センターと市役所別館8階の建築住宅課、同本館1階の窓口案内所、各支所・出張所に備え付けます。応募多数の場合は抽選
【問】同センター☎622-7030

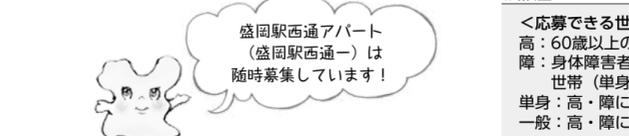


表 入居者を募集する市営住宅

住宅名(所在地)	応募できる世帯		階数・戸数	家賃	間取り
	高・障	単身・一般			
谷地頭アパート(厨川五)	○	○	1階・1戸	1万1500円~2万2600円	6・4.5・3・DK
	○	○	3階・1戸	1万1300円~2万2200円	
	○	○	3階・1戸	1万4600円~2万8600円	
前九年アパート(前九年三)	○	○	2階・1戸	1万7900円~3万5100円	6・6・4.5・DK
	○	○	4階・1戸	1万7600円~3万4500円	
	○	○	1階・1戸	1万8800円~3万6900円	
北厨川アパート(厨川二)	○	○	3階・1戸	1万8700円~3万6800円	6・6・4.5・DK
	○	○	5階・1戸	1万7900円~3万5200円	
	○	○	1階・1戸	2万4400円~4万7900円	
青山一丁目アパート(青山一)	○	○	1階・1戸	2万5400円~4万9800円	8・6・DK
青山三丁目アパート(青山三)	※1 車いす専用	○	1階・1戸	2万5400円~4万9800円	6・6・6・DK
	中学生以下の子が2人以上いる世帯	○	1~4階(エレベーター付き)・5戸	2万9300円~5万7600円	
	○	○	4階・1戸	2万3400円~4万6000円	
青山西アパート(青山三)	○	○	4階・1戸	2万5500円~5万100円	8・6・5・DK
	○	○	1階・1戸	1万5000円~2万9400円	
	○	○	2階・1戸	2万2300円~4万3800円	
仙北西アパート(仙北一)	○	○	3階・1戸	2万1700円~4万2600円	8・6・5・DK
	○	○	5階・1戸	2万1600円~4万2500円	
	○	○	2階・1戸	1万8900円~3万7100円	
月が丘アパート(月が丘三)	※2 高齢者世帯付き	○	2階(エレベーター付き)・1戸	1万8900円~3万7100円	9.5・DK
見前アパート(東見前)	○	○	2階・1戸	2万7000円~5万3000円	8・6・6・DK
	○	○	3階・1戸	2万6100円~5万1300円	
	○	○	2階・1戸	2万3600円~4万6300円	
柿の木アパート(西見前)	○	○	2階・1戸	2万300円~3万9800円	6・6・6・DK
法領町アパート(乙部)	○	○	1階・1戸	2万300円~3万9800円	6・6・6・DK

<応募できる世帯について>
高：60歳以上の人がいる世帯(単身者含む)
障：身体障害者手帳4級以上の障がいのある人がいる世帯(単身者含む)
単身：高・障に該当せず、同居者がいない人一般：高・障に該当しない世帯
※1：下肢または体幹が2級以上の身体障害者手帳を持ち、車いすを常用する人がいる世帯
※2：高齢者世帯付住宅のため、次のいずれかに該当する世帯が対象です。安否確認の必要な60歳以上の①単身世帯②その配偶者ととの2人世帯③その親族(60歳以上)との2人世帯