

各種講座情報

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。

7桁の数字：広報ID
記号：記号がある講座。詳しくは各主催者へお問い合わせください
△：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
ワカサギ釣りにチャレンジ! 浜民公民館(浜民字鶴塚) ☎683-2354	1/11(休) 7時～15時	岩洞湖のドーム船でワカサギ釣りを体験(1500円) 1021482	20人 ※小学3年～6年生	12/17(日) 9時
ベビーダンス教室 盛岡タカヤアリーナ(本宮五) ☎658-1212	1/11・18と2/7・8～22 木曜、全5回 10時～11時半	赤ちゃんを抱っこしながらのダンスと手遊び歌(4320円)	20組※首が据わった3～24カ月の子と保護者	12/18(月) 10時
昔の城西町の思い出 先人記念館(本宮字蛇屋敷) ☎699-3338	1/13(出) 13時半～15時	柿岡田醤油店の宮田克明代表取締役会長が講演(無料) 1021504	50人	12/23(出) 9時
新春 書初め大会 見前南地区公民館(西見前13) ☎601-6735	1/14(日) 13時～15時15分	書で新年の気持ちを表現する(300円) 1021557	40人	12/18(月) 10時
IT活用講座「目指せ! MOS試験Excel2013」 起業応援ルーム芽でるネット(中ノ橋通一) ☎624-3583	1/16～31の火曜～金曜、全10回、18時半～20時半	エクセル技能試験に向けてスキルアップを目指す(3660円) 1017597	10人※エクセルの基本操作ができる女性	12/18(月) 10時
じっくり学ぶパソコン教室 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	1/17(休) 10時～15時 1/23(火)～25(木)、全3回、13時～16時	インターネットを楽しむ(2600円) エクセル入門編(4400円)	各16人	1/10(水)10時 1/16(火)10時
瀧之澤神社と安倍貞任伝説 浜民公民館(浜民字鶴塚) ☎683-2354	1/20(出) 10時～12時	瀧之澤神社の伝説と安倍一族について学ぶ(無料) 1021483	20人	1/5(金) 9時
これでばっちり!ワードマスター 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	1/20(出)・21(日) 全2回 10時～16時	ワード応用編(4933円)	16人	1/12(金) 10時
学芸員講座 盛岡駅かいわいについて 先人記念館(本宮字蛇屋敷) ☎659-3338	1/20(出) 13時半～14時半	盛岡駅周辺の歴史について講話(無料) 1021506	50人	12/23(出) 9時
へんてこキャラクターを描いてみよう! サンライフ盛岡(仙北二) ☎635-9600	1/20(出) 15時～16時半	キャラクターの描き方などを学ぶ(500円)	10人 ※小学3年生以上	12/21(水) 14時
入学前の体育教室 チャレンジキッズ 市立武道館(住吉町)☎654-6801	1/23～3/13 火曜、全7回 14時半～15時半	体操競技の基本を学ぶ(4000円)	16人 ※23年4/2～25年4/1生まれの子	12/18(月) 9時
こびるカフェ～家庭でも美味しく簡単にコーヒーをいれるコツ 見前南地区公民館(西見前13) ☎601-6735	1/25(木) 10時半～12時	コーヒー豆にまつわる話とおいしい入れ方を学ぶ(800円) 1021553	12人	12/18(月) 10時
これでばっちり!エクセルマスター 浜民公民館(浜民字鶴塚) ☎683-2354	2/3(出)・4(日) 全2回 10時～16時	エクセルを基本操作からグラフの作成まで学ぶ(4933円) ※18歳以上 1021481	16人	1/6(出) 9時

中央通労働青少年ホーム(中央通三)の講座(電話☎623-2701)
【時間】19時～21時 **【対象】**35歳未満の勤労者 **【申込開始】**12/18(月)12時
 詳しくは、同ホームのホームページでご確認ください

講座名など	日時	定員	費用
冬だ!卓球をしよう! Welcome to Iwate Morioka! お・も・て・な・しの英会話	1/15～2/26、月曜、全6回	15人	無料
男前講座 腰痛・肩こり改善エクササイズ	1/16～2/6、火曜、全4回	15人	無料
冬に食べたい韓国料理	1/17・24、水曜、全2回	10人	1800円
楽しい!楽しい!フットサル 【場所】桜城小(大通三)	1/19～2/9、金曜、全4回	20人	無料
ぶきっちゃんさんのサタデーナイトフックン グ～定番の和食おかずといえは～	1/20(出)17時～19時	10人	600円
若い人のライフ&マネー講座 知って得する「お金の貯め方、増やし方」	1/25(木)	20人	無料
トカラリ!機織り体験はいかが? 【場所】みちのくあかね会(名須川町)	1/27(出)10時半～12時半	6人	1400円
恵方巻を作ろう!	2/1(休)	10人	700円

※電話で申し込み講座は7ページに続きます

盛岡体育館(上田三)の各種教室(電話☎652-8855)
【申込開始】12/19(火)9時。★は10時

講座名	日時	内容(受講料・費用)	定員※対象
冬休み器械体操教室	1/10(水)～1/12(金)、全3回 ①10時～11時 ②11時15分～12時15分	マット運動や鉄棒など(各3000円)	各15人※①は5歳～6歳、②は小学1・2年生
①ピラティス教室	1/22～3/12 月曜、各全6回	①姿勢改善・体のゆがみを矯正するエクササイズ(各4320円) ②椅子に座ったままできるストレッチやエアロビクス(4320円)	①各20人※10時～は18歳以上(高校生を除く)、19時～は16歳以上②25人
②ずわってエクササイズ教室	①朝コースは10時～11時 夜コースは19時～20時 ②13時～14時		
①アロマでリラクゼーション★	2/1～3/22 木曜、全8回	①アロマの香りを楽しみながらヨガをする②エアロビクスの動作でシェイプアップ(各5760円)	各15人

ファクスで申し込み講座

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、講座を主催する各施設・担当課へファクスでお申し込みください。
 ☆は定員を超えた場合は抽選。★は先着順。

講座名	日時・回数・会場	内容(受講料・費用)	定員(※対象)	申込期限または申込開始
①アウトドア・イン区界冬の巻☆ ②区界土遊☆ 区界高原少年自然の家(宮古市) ファクス0193-77-2124 中途失職・難聴者のための手話・読話講座～トータルコミュニケーション教室☆ 障がい福祉課 ファクス625-2589 ☎613-8346 ジュニアアスリートの体づくり りこりこ館～筋肉量をアップさせよう!★ 市体育協会 ファクス652-7557 大人の発達障がいへの対応 工夫「こまっちゃうな!困った人といわれる大人たち」★ 保健予防課 ファクス654-5665	①1/20(出)9時半～15時、区界高原ウォーキングセンター(宮古市) ②2/3(出)10時～15時 1/20～2/10、土曜、全4回、10時～11時半※20日のみ12時まで 1/21(日)9時半～13時半 中央公民館(愛宕町) 1/21(日)13時～15時 プラザおでっ(中ノ橋通一)	①輪かんじきでの散策やそり滑り、小正月の飾り作り ②歩くスキー体験とアイス作り(各1200円) 1000376 日常生活で使う多様なコミュニケーション方法を学ぶ(無料) ジュニアアスリートのためのスポーツ栄養学講座と調理実習(高校生以下1000円、一般2000円)	①25人 ②20人 ※いずれも小・中学生と保護者 20人 ※中途失職者・難聴者とその関係者 20人	申込期限 ①1/5(金) ②1/18(水) 申込期限 1/10(水) 17時 申込開始 12/18(月) 9時 申込開始 12/19(火) 10時

少年自然の家の講座の申し込みには▶学校名・学年▶会場までの交通手段も記入してください

往復はがきで申し込み講座

往復はがきには①住所②名前③年齢(学校名・学年)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お申し込みください。定員を超えた場合は抽選。
 ☆印の講座には、生年月日も記入

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
冬休み作品づくり 「バステルアート教室」 ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	1/9(火) 10時～12時	バステルアートの魅力に触れ、作品作りを楽しむ(1000円) 1021890	20人※小学3年～中学生の参加も可	12/27(水)
ちあき先生と「英語であそぼう」 ☎020-0873松尾町3-1 河南公民館☎622-2258	1/10(水)・11(木) 全2回 10時～11時30分	歌やゲームなどで英語に親しむ(無料) 1021476	20人 ※小学1年～3年生	12/22(金)
英語で遊ぼう～Winter～ ☎020-0106東松園二丁目5-3 松園地区公民館☎661-8111	1/11(木)・12(金) 全2回 10時～12時	歌やゲームなどで英語に親しむ(無料) 1021899	30人 ※小学生	12/27(水)

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)	定員(※対象)
パソコン・タブレットお助け相談会 西部公民館(南青山町) ☎643-2288	12/20(水)、10時～12時 と13時～15時※開催時間内で随時受け付け	パソコン・タブレット全般に関する相談(500円)	なし
冬休み・盛岡の先人調べ学習サポート 先人記念館(本宮字蛇屋敷) ☎659-3338	12/23(出)・24(日)・27(水)、10時～12時と13時～16時	ボランティアが先人を調べのお手伝い(無料) 1020025	なし ※小・中学生
冬休み特別企画工作教室 手づくり村(紫字尾山野) ☎689-2201	12/23(出)～1/21(日) 9時～16時	木工や蒔絵工、とんぼ玉などの工作教室(費用はお問い合わせください)	なし
①盛岡山車太鼓打ち体験 ②新春・お琴演奏会 もりおか歴史文化館(内丸) ☎681-2100	①1/3(水)、11時半～12時と13時～13時半 ②1/7(日) 14時～15時	①新年を祝い、太鼓打ちを体験(無料) 1021501 ②盛岡二高専曲部による演奏(無料) 1021502	①各10人 ②50人
冬休み!古代体験ひろば 遺跡の学び館(本宮字荒屋) ☎635-6600	1/4(水)～1/8(月) 10時～11時半と13時～14時半	①古代風ストラップなどの作成②火おこしの体験(①各100円～300円②無料。いずれも別途入館料が必要)	なし
スキーの日ウィークイベント 「ポール練習会」 市スキー協会の佐々木さん ☎090-4882-7651	1/14(日) 9時～15時 岩手高原スノーパーク(栗石町)	スキーのポールの使い方を学ぶ(無料)	なし

健康づくり!マッサージ等指導教室【問】長寿社会課☎603-8003【広報ID】1003805
 マッサージ師による健康づくりの講話と体のケアの基礎的な技術や知識のアドバース【対象】60歳以上【定員】各15～25人。開始10分前から先着順【費用】無料※タオル持参

日時	会場
12/19(火)・1/6(出)	愛宕山老人福祉センター(愛宕下)
12/20(水)13時半～15時半	高松老人憩いの家(高松三)
12/21(木)10時～12時	都南老人福祉センター(湯沢1)
12/22(金)10時～12時	太田老人福祉センター(上太田細工)
1/5(金)13時半～15時半	青山老人福祉センター(青山山)
1/10(水)13時半～15時半	大慈寺児童老人福祉センター(茶畑二)

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
①親子スキー教室☆ ②スノーボード初心者教室☆ ③ジュニアスキー教室☆ ☎020-0803新庄字岩山 岩山パークスキー場 ☎624-4476	①1/13(出)・20(出) ②1/20(出) ③1/27(日)・28(日)、全2回 10時～15時	スキーを学ぶ(①各回2500円、②保護者3500円③3000円)⑤5000円 いずれもリフト代別途	①各回20人 ※小学生以上の初心者と保護者②10人③なし ※小学生	①1/3(水) ②③ 1/9(火) ③ 1/15(月)
初級クロスカントリースキー教室☆(*1) ☎020-0642滝沢市中村47-10 市スキー協会の関広美さん ☎090-3367-8091	1/14(日) 9時半～15時 ケッパレランド(栗石町)	クロスカントリーを学ぶ(2000円)。別途1000円で用具貸し出し	なし	1/10(水)

講座名	日時・回数・会場	内容(受講料・費用)	定員(※対象)	申込期限
すくすくキッズ体操教室 ①パンダ組 ②うさぎ組 ③きりん組 ④アコラ組 ☎020-0066上田三丁目17-60 盛岡体育館 ☎652-8855	①1/22～3/12、月曜、14時半～16時 ②1/23～3/6、火曜、10時半～11時半 ③1/26～3/2、金曜、14時半～16時 ④2/1～3/8、木曜、10時半～11時半	リズム体操やボール遊びなどの運動(1組①③5460円②④3840円) ※きょうだい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①24年4/2～26年4/1②④25年4/2～27年7/31③23年4/2～25年4/1	1/4(水)

講座名	日時・回数・会場	内容(受講料・費用)	定員(※対象)	申込期限
①れきびん講座 もりおか民俗風信帖 ②南部菱刺し体験 ☎020-0023内丸1-50 もりおか歴史文化館 ☎681-2100	①1/28(日) ②2/4(日) 13時半～15時半	①県立博物館元館長の金野静一さんが「遺物物語」を通し北国の冬文化について講演(無料) 1019613 ②南部菱刺しでコースターを作る(1000円) 1021503	①50人 ②6人 ※小学生以上	1/14(日) ② 1/19(金)

講座名	日時・回数・会場	内容(受講料・費用)	定員(※対象)	申込期限
英語通訳講座<冬> ☎020-8530内丸12-2 盛岡国際交流協会 ☎626-7524	2/1～3/8、木曜、全6回、18時半～20時、プラザおでっ(中ノ橋通一)	プロの通訳者から通訳の心構えや実践的知識を学ぶ(3000円)	20人 ※日常英会話ができる人	1/12(金)

*1の教室は、普通はがきで申し込み。

広告

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

[診療科目]美容皮膚科・美容外科・形成外科
 美容に関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

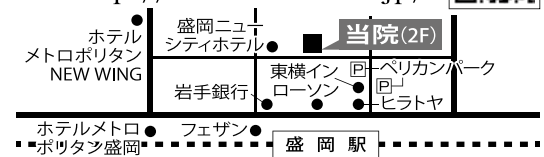
Twitter始めました @sakurakeisei



院長 田崎 治子

☎0120-777-392

[診療時間]10:00～19:00 [定休日]不定休
 〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F
 HP http://sakura-keisei.jp/



広告

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト 出しと発見 T-SITE

求人広告募集中! 年間定額制 **60,000円(税別)**
 年間何度使っても60,000円、掲載もスピーディーに対応します。
 TSUTAYAやTポイント等を展開する、カルチャアコンビニエンスクラブグループ(CCC)のネット総合サイト「T-SITE」の圧倒的な集客力を生かして、貴社の求人をお手伝いします。
http://job.tsite.jp

お問い合わせ・お申し込みは
Natural Com.
 ナチュラルコム株式会社
 岩手県盛岡市盛岡駅前通13-23阿部ビル4F
 TEL 019-652-9190 FAX 019-652-9130
 E-mail:office@naturalcom.jp URL:http://www.natural.com