

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
つどいの森リフレッシュ体操教室 都南老人福祉センター (湯沢1) ☎638-1122	2/20(水) 10時半～11時半	脳トレやストレッチなどをして介護や認知症の予防に役立てる (無料)	20人 ※医師による運動制限のない60歳以上	2/18 (日) 10時
木製・アンブレラド・スピーカー作り教室 都南つどいの森 (湯沢1) ☎638-2270	2/22(木)～24(土) 9時半～15時	スマホなどに使える無電源スピーカーを木で作る (1000円)	各8人 ※中学生以上	2/18 (日) 9時
まちしり隊おとな組 珈琲あ～と倶楽部・冬 河南公民館 ☎622-2258	2/22(木) 9時半～11時 珈琲愛名亭 茶歇 (八幡町)	街歩きをして喫茶店を訪ね、地域の魅力を再発見する (500円)	15人	2/18 (日) 10時
香りのお手軽セラピー アロマを使いたいやしの教室 もりおか障害者自立支援プラザ ☎632-1331	2/24(土) 14時～15時半 都南公民館 (永井24)	手のマッサージや芳香剤作り、手浴など (無料)	20人 ※障がい者とその関係者	2/17 (土) 9時
ふれる・したしむ伝統工芸 藍染め体験 河南公民館 ☎622-2258	2/25(日) 13時～16時 染め木の 佐々木龍大 (大慈寺)	天然藍でオリジナルの手ぬぐいを染める (1300円)	15人 ※小学生以上	2/18 (日) 13時
カーリング教室 ①シニアコース ②休日コース みちのくコカ・コーラボトリングリンク (本宮五) ☎601-5001	①2/26～3/26 月曜、全5回 13時～14時半 ②3/10～24 土曜、全3回 10時～11時半	基礎動作と用具の使い方やルール、マナーなどを学ぶ (①5000円②高校生以下3000円、一般4000円)	①10人 ※50歳以上 ②8人 ※小学5年生～70歳	2/19 (月) 10時
子どもと大人のスケート教室 みちのくコカ・コーラボトリングリンク (本宮五) ☎601-5001	2/26(月)～28(水) 全3回 17時～18時	スケートの基礎や滑走技術を学ぶ (3000円)	25人 ※小学1年生～60歳	2/19 (月) 10時
郷土料理・雑糧頭作り教室 都南老人福祉センター (湯沢1) ☎638-1122	2/28(水) 10時～12時	ひなまんじゅうの作り方を学ぶ (300円)	15人 ※60歳以上	2/18 (日) 10時
環境学習講座～シジュウカラをうち呼ぼう！ 巣箱作り環境企画課 ☎626-3754	3/3(土) 10時～12時 都南つどいの森 (湯沢1)	シジュウカラの巣箱を作り、身近な野鳥について学ぶ (528円)	20人	2/19 (月) 10時
健康ヨガ教室 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280	3/5～26、月曜 19時～20時半 松園地区活動センター (西松園二)	ヨガの動きを学んで体をリラックスさせる (各600円)	各20人 ※20歳以上	2/19 (月) 10時
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	3/7(水)・14(水)・28(水)、全3回 13時～14時15分 松園地区公民館 (東松園二)	週替わりでベビダンダンスやベビーマッサージ、ファーストサインを学ぶ (3000円※個別参加は1250円)	20組 ※首の据わった3～24カ月の子と保護者	2/19 (月) 10時
いきいきスポーツ倶楽部 まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280	3/7(水)・14(水)・28(水) 15時～16時半 松園地区公民館 (東松園二)	介護予防のための運動 (各500円)	各20人 ※55歳以上	2/19 (月) 10時
がんばらない介護予防講座 浜民公民館 (浜民字鶴塚) ☎683-2354	3/10(土) 9時半～12時	フットケアと腰痛対策について学ぶ (30円)	20人	2/18 (日) 9時
パソコンセミナー 起業応援ルーム芽でるネット (中ノ橋通一) ☎624-3583	①3/15(木) 10時～12時 ②3/22(木) 13時～15時 ③3/29(木) 13時～15時	①エクセル入門 ②ワード入門 ③エクセル関数入門 (各300円)	8人 ※起業や就労を目指している女性	2/19 (月) 10時

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
- バス：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
シングルマザー応援講座 「頑張らずの自分をリセット」 もりおか女性センター (中ノ橋通一) ☎604-3303	3/21(水) 10時～15時	シングルマザーが抱える問題を乗り越えるためのヒントを得る (300円)	10人 ※子育て中のシングルマザーなど	2/19 (月) 12時
春にうたう 詩吟講座 サンライフ盛岡 (仙北二) ☎635-9600	3/23(金) 10時～11時半	詩吟に親しみ、ストレス解消に役立てる (500円)	5人	2/22 (木) 10時
親子一日飼育係体験 動物公園 (新庄字下八木田) ☎654-8266	3/24(土)・31(土) 8時半～17時	飼育係を体験し、動物について学ぶ (無料)	各40人。定員を超えた場合は抽選 ※小・中学生と保護者	2/17 (土) 9時
歴史館リーディングカフェ もりおか歴史文化館 (内丸) ☎681-2100	3/25(日) 14時～15時	和楽器の演奏に合わせ、宮沢賢治の詩碑を朗読 (1000円)	15人	2/18 (日) 11時

西部公民館 (南青山町) の各種教室 (電話 ☎643-2288 で申し込み)

教室名	日時・回数	内容 (受講料・費用)	定員	申込 開始
温活アロマヨガ講座	2/28・3/7、水曜 全2回 13時半～15時	アロマとヨガで心身にリフレッシュ (500円)	15人	2/17 (土) 10時
そば打ち体験教室	3/3(土) 9時半～12時	①初心者コースと②本格派コースに分かれてそば打ちを体験 (①500円②1500円)	①20人 ②5人	2/20 (火) 10時
じっくり学ぶパソコン教室	3/3(土)・4日、全2回 10時～16時	エクセル入門編 (4400円)	16人	2/23(金) 10時
	3/8(木)10時～15時	デジカメ写真の取り込み・整理・加工を学ぶ (2500円)	16人	3/1 (木) 10時
ふれあいスポーツ交流会	3/10(土)・11日、全2回 10時～16時	ワード応用編 (4200円)	16人	3/2 (金) 10時
	3/17(土)・18日、全2回 10時～16時	エクセル応用編 (4200円)	16人	3/9 (金) 10時
ふれあいスポーツ交流会	3/10(土) 13時20分～15時10分	健康体操や気功術などの運動体験 (無料)	20人	2/20 (火) 11時
思い通り！フォトショップで写真加工	3/15(木)～16(金) 全2回 10時～16時	フォトショップエレメンツ14の基本操作を学ぶ (4814円)	16人	3/8 (木) 10時

中央通勤労青少年ホーム (中央通三) の講座 (電話 ☎623-2701)
【時間】19時～21時 【対象】働いているか求職中の35歳未満 【申込開始】2/19(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	期日など	定員	費用
おひなさまの茶巾寿司を作ろう！	3/2(金)	10人	700円
初めてのバスケットボール	3/6～20、火曜 全3回	15人	無料
若い人のためのライフ＆マネー講座 知っておこう「カードとローンの上手な利用法」	3/8(木)	20人	無料
集まれキッズ！親子で楽しくからだ遊び【対象】1～4歳の未就園児とその親	3/10(土)10時～12時	10組	600円
ホワイトデーは？バイクドチーズケーキを作ろう！	3/14(水)	11人	600円
ぶきっちゃんさんのサタデーナイトクッキング～お赤飯を作ってみよう～	3/17(土)17時～19時	10人	600円

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)
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	2/28(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)
認知症サポーター養成講座 長寿社会課 ☎613-8144	3/16(金)13時半～15時 みたけ老人福祉センター (みたけ三)	認知症の基本的な症状や対応方法を学ぶ (無料)

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イス【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
2/22(水)13時～15時	乙部老人福祉センター (乙部28)
2/23(金)10時～12時	太田老人福祉センター (上太田細工)
2/24(土)・3/13(火)、10時15分～12時15分	愛宕山老人福祉センター (愛宕下)
3/2(金)・16(金)、13時半～15時半	青山老人福祉センター (青山三)
3/14(水)13時半～15時半	大慈寺児童老人福祉センター (茶畑二)

申込用紙で申し込む講座

必要事項を記入し、3月27日(火)21時半までに、市民文化ホール事務室 (盛岡駅西通二) へ提出してください。書類と実技審査で選考します。【問】同ホール ☎621-5151

講座名・主催	期間・回数	内容 (受講料)	定員	申込用紙配置場所
パイプオルガン 初級演奏講座 市民文化ホール (盛岡駅西通二)	4月～来年2月 主に木曜 全13回 1回30分	オルガニストの波澤久美さんからパイプオルガンを学ぶ (6万円)	8人 ※高校生以上の鍵盤楽器経験者	同ホール事務室に設置するほか、同ホールホームページにも掲載

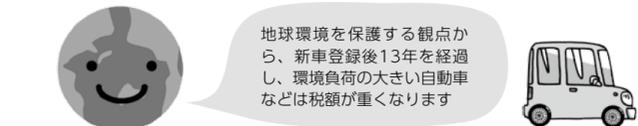
軽自動車・オートバイなどを所有する皆さんへ

廃車や名義変更のタイミングに注意

軽自動車税は4月1日時点で登録されている軽自動車などの所有者に課税されます。軽自動車税には月割課税制度がないため、4月2日以降に廃車や名義変更などの手続きをしても、その年度は全額納める必要があります。廃車や名義変更を予定している人は、手続きのタイミングに気を付けましょう。表の窓口で手続きを受け付けます。

表 廃車や名義変更手続きの窓口

種別	受付窓口	問い合わせ
軽自動車	軽自動車検査協会若手事務所 (湯沢16)	050-3816-1833
オートバイ (125cc超～250cc以下)	全国軽自動車協会連合会若手事務所 (湯沢16)	639-8021
オートバイ (250cc超)	東北運輸局若手運輸支局 (矢巾町)	050-5540-2010
原動機付自転車 (125cc以下)	市役所本館2階市民税課 (内丸)	613-8499 (市民税課)
小型特殊自動車など	都南総合支所 (津志田14) 玉山総合事務所税務住民課 (浜民字泉田)	



往復はがきで申し込む講座

往復はがきに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・会場	内容 (受講料・費用)	定員 ※対象	申込 期限
本格薬膳料理を楽しむ～ゲンキの出る参湯に挑戦！ ☎020-0066上田四丁目1-1 上田公民館 ☎654-2333	3/2(金) 10時～13時	薬効のある食材を使った料理を学ぶ (1200円)	20人	2/20 (火)
高校生のための短歌ゼミ めざせ！短歌甲子園 ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館 ☎654-5366	3/4(日) 9時～16時	短歌作りのレベルアップを目指す (無料)	30人 ※高校生	2/23 (金)
シニア向け初心者スマホ講座 ☎020-0134南青山町6-1 西部公民館 ☎643-2288	3/7(水) 13時半～15時半	スマホの基本的な使い方を学ぶ (無料)	20人 ※65歳以上	2/25 (日)
盛岡の先人とホストタウン・カナダ～私達の知らなかった盛岡の先人とカナダの深い関係～ ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館 ☎654-5366	3/10(土) 10時～11時半	カナダにも先人にも詳しい菊池孝育さんが、カナダと盛岡の関係について語る (無料)	20人	2/27 (火)
みんなで吹奏楽体験！ ☎020-0834永井24-10-1 都南公民館 ☎637-6611	3/18(日) 13時～16時半 キャラホール (永井24)	生演奏の鑑賞と本物の楽器体験、簡単な楽器制作など (1400円)	20人※小・中学生 (親も参加可)	3/1 (木)
古武道を知って体験する講座 ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館 ☎654-5366	①3/18(日) 新明館橋市道場 (夕顔瀬町) ②3/24(土)、市武道館 (住吉町) 9時15分～12時半 全2回	①南部家の古武道を学ぶ ②なごなたを学ぶ (1000円) ※生年月日も記入	20人	3/8 (木)
弦楽器体験講座～あこがれのヴァイオリン・チェロにふれてみよう！ ☎020-0013愛宕町14-1 中央公民館 ☎654-5366	3/18(日) 13時半～15時半	日常触れることの少ないバイオリンとチェロの演奏体験 (無料)	20人 ※5歳～高校生	3/7 (水)

平昌2018冬季大会パブリックビューイングでカナダを応援しよう！

大画面でカーリングカナダを応援。試合の見どころやカーリングの魅力を、ソチオリンピック・カーリング女子日本代表の吉米地美智子さんが解説します。

【日時】2月19日(月)9時～12時
【場所】タカヤアリーナ (本宮五)
【費用】無料
【問】スポーツツーリズム推進室 ☎603-8009

あなたもスポーツ・パル会員に登録しませんか？

【対象】中学生以上
【登録料】無料

カーリング交流会参加者募集 (スポーツ・パル交流会)

吉米地さんを講師に迎え、カーリングのルールを学び、簡単なゲームを行う交流会を開催します。
【日時】2月22日(木)17時半～19時20分
【場所】みちのくコカ・コーラボトリングリンク (本宮五)

【日時】2月19日(月)9時～12時
【場所】タカヤアリーナ (本宮五)
【費用】無料
【問】スポーツツーリズム推進室 ☎603-8009

【申し込み】スポーツ・パルホームページ、やスポーツ施設窓口から登録

学校納付金や授業料等、教育資金全般にご利用いただけます！
ATMでご利用可能
もりしん教育カードローン
好評取扱い中!!
ローンプラザもりしん
0120-160-656 土曜日も営業
盛岡市下ノ橋町2番14号(六日町本部)FAX ☎0120-702-540
【営業時間】月～土曜(祝日を除く)9:00～17:00
http://www.morishin.co.jp/

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/