

マークの見方
 📍日時 📍会場 📍定員、対象 📍費用 📍申し込み
 📞問い合わせ 📠広報ID 📠託児 📠会場までバス移動

※特に記載がない場合、費用は無料

申し込みが必要なイベントについて

電話：記載されている申込開始日時から先着順に受け付けはがき/往復はがき：①催し名②住所③名前④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、申込期限必着で郵送。定員を超えた場合は抽選

ファクス・メール：左記①～⑥と⑦ファクス番号（ファクスのみ）を記入し、申し込み。申込開始日時から先着順に受け付け。※定員があって特に記載がないものは、当日先着順に受け付け

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

📍プラザおでつて(中ノ橋通一)
■認知症の当事者と家族それぞれが自分らしく生きるために
 認知症カフェで仲間になった当事者と家族が経験を語り合います。

📍9月26日(出)13時半～15時半
 📍60人
 📞電話：9月4日(出)10時から
 📠ID 1029437
■もりおか女性センターフェスティバル
 ①日本テレビ放送網の谷生俊美プロデューサーによる「誰も歩いたことのない道を」と題したオンライン講演やパネルディスカッションなど。※動画配信あり②コロナ禍における盛岡のひとりの親が抱える本音を記したパネル展示。

📍①10月9日(出)13時～15時15分※動画配信は10月15日(休)まで②10月9日～15日
 📍①会場参加：25人、動画視聴：100人
 📞①電話・専用応募フォーム：9月9日(休)10時から
 📠ID 1001892



谷生俊美さん

■学び、拡げる! 女性差別撤廃条約
 同条約の理解を深め、性別で差別されない社会を目指すためのワークショップ。

📍10月10日(出)10時～12時半
 📍20人
 📞電話：9月9日(休)10時から
 📠ID 1032173

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■市コレクション展
澤田哲郎〜サムホルの世界〜
 市内出身の画家、澤田哲郎の額装作品100点以上を展示します。

📍9月5日(出)～22日(休)、10時～17時
 📠ID 1032186

「顔合わせ」(油彩・昭和48年)

盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりけきサロン
 お茶を飲みながら、気軽におしゃべりを楽しみませんか。

📍9月1日～29日(22日を除く)、火曜、10時～17時※出入り自由・マイカップ持参

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■ルーシーダットン教室
 📍9月30日～12月9日、水曜、全6回、10時半～11時半
 📍15人 ¥4422円
 📞電話：9月4日(出)10時から
 📠ID 1026164

■コンディショニング&ピラティス
 📍10月6日～12月8日、火曜、全5回、14時半～15時半
 📍12人 ¥2750円
 📞電話：9月4日(出)10時から
 📠ID 1030763

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■フィットネス教室〜キッズ体育・ジュニア体育無料体験会〜
 📍9月7日(月)・8日(火)・11日(金)※開催時間は各教室により異なります。詳しくは、同プールのホームページをご覧ください
 📞電話：9月5日(出)14時半から

■ドライランド教室
 簡単なトレーニングやストレッチなどで筋力と柔軟性の向上を目指します。

📍9月24日(休)・10月1日(休)、全2回、13時～14時と19時～20時
 📍各15人※18歳以上
 ¥各1320円
 📞電話：9月10日(休)10時から
 📠ID 1024625

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366 ファクス653-3505

■図書室展示
歴代NHK大河ドラマ特集
 歴代NHK大河ドラマの小説や、登場人物に関する伝記と研究書の展示。

📍9月8日(火)～9月27日(日)
 📠ID 1032183



展示予定の書籍

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■近世・近代史講座
 江戸時代の飢饉や盛岡藩の百姓一揆などを詳しく学びます。

📍9月26日(出)・10月10日(出)、10時～12時
 📍50人 ¥500円
 📞往復はがき：9月15日(休)必着

■初心者のための囲碁教室
 📍9月30日～10月28日、水曜、全5回、13時半～15時
 📍10人 ¥1000円
 📞電話：9月9日(休)10時から
 📠ID 1021010

■盛岡の農業・畜産業
 もりおか短角牛の肥育農家と、ニジマスの養魚場の飼育方法を見学。

📍10月1日(休)9時45分～15時20分
 📍ファーム中村(下田字柴沢)と大坪養魚場(下田字仲平) ※集合は同公民館
 📍10人 ¥2636円
 📞往復はがき：9月15日(休)必着
 📠ID 1028405

都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■子どもシネマランド
 「三年寝太郎」「一休さん」「目立ちたがり屋の猿」の3本を上映。

📍9月12日(出)10時半～11時半
 📍60人※幼児～小学生と保護者
■女子カアップ講座
 ～女性向けマネーセミナー～
 働く女性ならではの悩みの悩みや将来の不安を減らすヒントを学びます。

📍10月11日(日)10時～12時
 📍20人※高校生を除く18歳～39歳の女性
 📞窓口・電話：9月10日(休)10時から

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■軽登山・環境トレッキング(秋)
 秋の自然を観察し、登山を楽しみながら自然や環境保全について学びます。

📍9月25日(出)9時15分～15時
 📍鞍掛山(滝沢市)※集合は同公民館
 📍10人 ¥300円
 📞往復はがき：9月14日(月)必着
 📠ID 1032192



昨年の様子

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■ミニ二畳製作教室
 人形や飾り物を置くことができるミニ二畳を作ります。

📍9月29日(火)10時～12時
 📍9人 ¥500円
 📞電話：9月8日(休)10時から

もりおか歴史文化館

☎020-0023 内丸1-50
☎681-2100

■合子形兜実物公開
 黒田官兵衛ゆかりの合子形兜(県指定有形文化財)の実物を公開します。

📍9月12日(出)～9月27日(日)
 📍展示室入場料が必要
 📠ID 1020522

●休館のお知らせ
 9月は第4水曜日が休館です。
 📍9月23日(休)

先人記念館

☎020-0866 本宮蛇屋敷2-2
☎659-3338

■そめをしよう
 藍染めのハンカチを作ります。

📍10月3日(出)、9時半～11時半と13時半～15時半
 📍各5人※小学4年～中学3年生
 ¥各500円
 📞往復はがき：必要事項と参加者の学年と保護者の名前、希望の時間を記入し郵送。9月19日(出)必着
 📠ID 1023451

盛岡てがみ館

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3302

📍プラザおでつて(中ノ橋通一)
■特別講座「北海道と岩手の先人たち」
 新渡戸基金の藤井茂理理事長による新渡戸稲造など、北海道で活躍した岩手県人についての講座。

📍9月22日(火)13時半～15時
 📍25人
 📞電話：9月5日(出)10時から
 📠ID 1032163

■気軽に楽しむ絵手紙講座
 📍10月8日(休)・16日(金)・23日(金)、全3回、13時半～15時半 📍10人 ¥1500円
 📞往復はがき：9月16日(休)必着
 📠ID 1019673



区界高原少年自然の家

☎028-2631 宮古市区界2-111
☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124
✉sizennoie@city.morioka.iwate.jp

■区界土遊塾
 自然散策と森で採れた素材を使った工作。

📍10月3日(出)9時～13時
 📍20人程度※未就学児と保護者
 ¥1000円
 📞はがき・ファクス・メール：必要事項の他、交通手段、アレルギーの有無を明記。9月17日(休)必着
 📠ID 1026533

■歴史の道 旧宮古街道探訪
 一里塚や古碑に触れながら旧宮古街道の一部(約14km)を歩きます。

📍10月10日(出)7時半～16時10分
 📍区界ピーブピレッチ(宮古市)～高畑公民館(川目3) ※集合・解散は都南総合支所(津志田14)
 📍20人程度※小学4年生以上。小・中学生は保護者同伴 ¥2000円
 📞はがき・ファクス・メール：必要事項の他、参加者全員の名前と年齢、性別、学校名・学年、交通手段、アレルギーの有無も明記。9月17日(休)必着
 📠ID 1032188



昨年の様子

いつでも!どこでも!お手軽ウォーキング

健康増進課 ☎603-8305

健康運動指導士の指導を受けながらウォーキングをします。参加者にはMORIÖ-Jポイントが付きまます。雨天時は各集合場所で室内運動。

📠ID 1022801

▶高松の池周辺コース
 📍9月16日(休)10時～11時25分
 📍高松地区保健センター(上田字毛無森)に集合

📍15人※運動制限のない人
 📞電話：9月4日(出)10時から

▶仁王地区コース
 📍10月1日(休)10時～11時10分
 📍仁王児童・老人福祉センター(名須川町)に集合
 📍20人※運動制限のない人
 📞電話：9月11日(出)10時から

環境学習講座

環境企画課 ☎626-3754

📞電話：9月4日(出)10時から
■盛岡の秋の夜空を観察しよう!
 📍9月26日(出)18時～20時
 📍エコアス広場(上田字上堤頭)
 📍20人 ¥28円
 📠ID 1032191

■エコキッズ 外山森林公園で森の生き物たちを観察しよう!
 📍9月27日(出)10時～12時
 📍外山森林公園(藪川字大の平)
 📍15組※小学生以下の子と保護者
 ¥28円 📠ID 1032190

■もりおかの未来を描くSDGsを学ぼう!
 SDGs※を学び、カードゲームを通して盛岡地域の未来を考えます。※国連のサミットで決められた持続可能でより良い社会を目指すための国際社会共通の目標

📍9月27日(出)9時半～12時
 📍高松地区保健センター(上田字毛無森)
 📍20人 ¥28円
 📠ID 1032258

実践!正しいラジオ体操

健康増進課 ☎603-8305

ラジオ体操第一の効果がさらにアップする、正しい動きを学びます。参加者にはMORIÖ-Jポイントが付きまます。

📍10月7日(休)14時～15時
 📍高松地区保健センター(上田字毛無森) 📍15人
 📞電話：9月8日(休)10時から

女性人材育成セミナー ～少しのコツで、まわりが動く～

岩手大男女共同参画推進室 ☎621-6998
✉equality@iwate-u.ac.jp

「マネジメント思考」と「ロジカルシン

キング]を身に着けるためのオンライン講座を開催します。

📍9月14日(月)13時半～15時
 📍15人※盛岡地域の事業所で働く、将来リーダーになることが期待される女性
 📞メール：必要事項の他、所属を入力し送信。9月7日(月)必着
 📠ID 1032257



精神障がいの人を支える家族の個別相談会

県精神保健福祉連合会事務局 ☎637-7600

📍①9月11日(出)10時～13時②9月29日(火)13時～17時※以降、毎月開催。詳しくはお問い合わせください
 📍①ふれあいランド岩手(三本柳8)②市総合福祉センター(若園町)
 📍各3～4人※統合失調症などの精神障がいがある人の家族
 📞電話：毎週火・木・金曜、9時～16時。各開催日の前日まで
 📠ID 1029182

お父さんとバドミントン体験

いはとーぶスポーツクラブ ☎622-1110
✉ihatov@iispo.jp

📍9月26日(出)10時～11時半
 📍盛岡体育館(上田三)
 📍15組※小学4～6年生とその父親
 📍5人 ¥500円
 📞メール：必要事項の他、学校名と学年、参加者全員の名前、託児利用の有無を入力し送信。9月11日(休)必着
 📠ID 1032256

ノルディックウォーキング教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

高い運動効果が得られる、ポールを使った歩き方を学びます。

📍10月5日(月)・12日(月)、全2回、10時～11時半
 📍松園中央公園(東松園二)
 📍10人
 ¥1600円※ポール貸し出し料を含む
 📞電話：9月7日(月)10時から
 📠ID 1032171

多彩なラインナップであなたのカーライフをサポートする。

もりしんカーライフプラン

新車の購入から、車検や修理費用、ローンプラザもりしんカーポートの設置まで!!

“あなたのそばに もっと身近に”

盛岡信用金庫

0120-160-656

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～金曜日(祝日を除く)9:00～17:00
 ※12月31日～1月3日は休業致します。

盛岡市中ノ橋通一丁目4番6号 ☎019-623-2221(代)
 http://www.morishin.co.jp/

エコカー減税対象車の購入には「カーライフプラン・エコ」をご用意しています。詳しくは、「ローンプラザもりしん」または、最寄の各店までご相談ください。

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。

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/

ホタルメトロ、ポリタンNEW WING、ホテルメトロ・ポッタツ盛岡