

イベント情報

マークの見方
 ①日時 ②会場 ③定員、対象 ④費用 ⑤申し込み
 ⑥問い合わせ ⑦広報ID ⑧託児 ⑨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

盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
 ☎622-2258 ファクス622-1910

■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。

① 5月11日～25日、火曜、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参
 ID 1034714

■季節の歌をみんなで♪
 童謡や抒情歌などを歌います。

① 6月2日～30日、水曜、全5回、13時15分～15時15分

② 50人
 ③ ¥1200円
 ④ 往復はがき：5月22日(出)必着
 ID 1034715

■少年自然教室
 登山やカヌー体験、雪遊びなど。

① 6月19日(出)・7月10日(出)～11日(日)・8月5日(休)・9月25日(出)・来年1月29日(出)、全5回、おおむね8時半～15時半

② 区界高原少年自然の家(宮古市)や御所湖広域公園(繋字除キ)、岩手山青少年交流の家(滝沢市)など

③ 15人※小学4年～6年生
 ④ ¥5000円
 ⑤ 窓口・電話・ファクス・申込書：5月30日(日)21時半まで。郵送は同日必着
 ID 1030858

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
 ☎634-0450

■フィットネス教室 ポルドブラ体験会
 フランス語で腕を運ぶという意味のポルドブラ。エレガントな動きで体幹を鍛え、肩こりの解消、基礎代謝のアップを目指します。

① 5月5日(休)10時15分～11時
 ② 18人※18歳以上
 ③ 電話：5月4日(休)14時から
 ID 1033982

●利用制限のお知らせ
 大会のため、次の期間は一般開放はありません。

① 5月5日(休)16時～20時半と22日(出)・23日(日)・29日(出)・30日(日)

盛岡タカヤアリーナ

☎020-0866 本宮五丁目4-1
 ☎658-1212

■お子様連れOK♪ピラティス教室
 産後の体力回復やリフレッシュ、親子の交流などをします。

① 6月2日～7月5日、おおむね月曜、全5回、10時～11時
 ② 20組※3歳以下の子と親
 ③ 1組4400円
 ④ 電話：5月5日(休)10時から
 ID 1031910



昨年の教室の様子

みちのくコカ・コーラボトリングリンク

☎020-0866 本宮五丁目3-3
 ☎601-5001

✉ icerink@morioaka-sport.or.jp

■平日初心者カーリング教室
 ① 5月27日～6月17日、木曜、全4回、13時～14時半

② 8人※75歳未満の未経験者
 ③ ¥6000円
 ④ 電話：5月6日(休)10時から
 ID 1034708

■カーリングレッスン
 体験講習が随時受けられます。

① 20人※80歳未満の個人、グループ
 ② ¥1人高校生以下2000円、一般3000円
 ③ 電話・メール
 ID 1034710

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
 ☎652-8855

■トレーニングカウンセリング
 ① 5月19日(休)・5月27日(休)、14時～14時45分と15時～15時45分

② 各1人※18歳以上
 ③ 各1100円※トレーニングルーム使用料は別途
 ④ 電話：5月6日(休)10時から
 ID 1026304

ランダムに体トレ

筋力トレーニングと全身ストレッチ。

① 5月24日(月)10時半～11時半
 ② 10人※高校生を除く18歳以上
 ③ ¥550円
 ④ 電話：5月6日(休)10時から
 ID 1034711

■すわってエクササイズ教室
 椅子に座ってできるストレッチとエアロビクス。

① 5月24日～8月2日、月曜、全9回、13時10分～14時10分
 ② 20人 ¥6633円
 ③ 電話：5月4日(休)11時から
 ID 1025160

■①ナイトピラティス教室②さわやかピラティス教室
 姿勢改善や身体のゆがみを補正するエクササイズ。

① 5月24日～6月7日、月曜、全3回、19時～20時②6月4日～18日、金曜、全3回、10時～11時

③ 各10人※18歳以上
 ④ 各2211円
 ⑤ 電話：5月5日(休)10時から
 ID ①1031453②1024275

■コンディショニング&ピラティス
 ストレッチボールの使用とピラティスの基礎などにより、姿勢や呼吸を整えるエクササイズ。

① 5月25日～6月29日、火曜、全5回、14時半～15時半
 ② 12人※18歳以上の女性
 ③ ¥2750円
 ④ 電話：5月4日(休)10時から
 ID 1031452

■骨盤ゆらっくす
 骨盤体操などにより、骨盤動作や骨盤機能の改善を目指します。

① 5月31日(月)・6月14日(月)、10時半～11時半
 ② 各7人※50歳以上の女性
 ③ 各550円
 ④ 電話：5月6日(休)10時から
 ID 1030378

屋内ゲートボール場

☎020-0127 前九年三丁目9-37
 ☎641-8484

■もりおか健康ウォークin御所湖

新緑の御所湖の周辺を歩きませんか。ウォーキングは7*0:00、10*0:00、15*0:00、ポールを使ったノルディックウォーキングは4*0:00、10*0:00の部門があります。

① 5月30日(日)9時～13時半
 ② つなぎ多目的運動場駐車場(繋字除キ)に集合

③ 小学生以下300円、中学生以上500円※就学前の子は無料
 ④ 電話：5月14日(休)17時まで
 ID 1024117

勤労福祉会館

☎020-0885 紺屋町2-9
 ☎654-3480

■月食観察基礎講座
 5月26日(休)に起きる皆既月食の観察に向けて学習しませんか。

① 5月12日(休)19時～20時
 ② 電話：5月6日(休)9時から

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
 ☎654-5366

■月釜茶会
 裏千家淡交会と表千家同門会によるお茶会。

① 5月23日(日)9時半～15時
 ② ¥1000円 ID 1034697

都南公民館

☎020-0834 永井24-10-1
 ☎637-6611

✉ kouza-kyara@mfcja.jp

■子どもシネマランド
 「あずきおぼけ」など3本を上映します。

① 5月9日(日)10時半～11時半
 ② 60人※幼児・小学生と保護者
 ID 1034716

■大人のための健康講座
 ストレッチや体操、ヨガをします。

① 6月1日～15日、火曜、全3回、19時～20時半
 ② 15人※18歳以上 ¥72円
 ③ 往復はがき・メール：5月21日(休)必着※応募多数の場合は抽選
 ID 1030859

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
 ☎643-2288

■土日で学ぶエクセル入門
 エクセルの基本操作などを学ぶ初心者向けの講座。

① 5月22日(出)・23日(日)、全2回、10時～16時
 ② 10人 ¥4650円
 ③ 電話：5月7日(休)10時から
 ID 1034421

■パソコン点訳ボランティア養成講座
 触読文字・点字や点訳などについて理解を深め、点字ソフトの使い方を学びます。

① 5月26日～6月30日、水曜、全6回、13時～15時半
 ② 8人 ¥2000円
 ③ 電話：5月12日(休)10時から
 ID 1026624

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
 ☎683-2354

■初心者向け 登山教室
 初夏の八幡平頂上から源太森(いづれも八幡平市)をハイキングします。

① 6月2日(休)9時～15時
 ② 同公民館に集合
 ③ 15人※18歳以上
 ④ ¥200円
 ⑤ 電話：5月13日(休)9時から
 ID 1032206

■ホットと息。ママの時間
 子育てがママが一息できる時間を過ごしませんか。色彩を活用した心理学やパステルアートなどを体験します。

① 6月3日～17日、木曜、全3回、10時～11時半
 ② 5人※1歳未満の子を持つ母親
 ③ ¥500円
 ④ 電話：5月13日(休)9時から
 ID 1034718

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
 ☎661-8111

■初級英会話講座～お茶de英会話～

① 6月8日～29日、火曜、全4回、10時～12時
 ② 18人 ¥2500円
 ③ 往復はがき：5月27日(休)必着
 ID 1034244

■軽登山・トレッキング(夏)
 安比高原ブナの二次林(八幡平市)を歩きます。トレッキング用シューズと雨具、飲み物、昼食を持参。

① 6月11日(日)9時半～15時半
 ② 同公民館に集合
 ③ 13人※20歳以上で登山経験者
 ④ ¥900円
 ⑤ 往復はがき：6月2日(休)必着
 ID 1034333

見前南地区公民館

☎020-0833 西見前13-50
 ☎601-6735

■もりおか啄木ゆかりの地めぐり
 石川啄木記念館の森義真館長による啄木のふるさとを想う心情などについての説明を聞きながら、盛岡駅周辺の啄木ゆかりの地を徒歩で巡ります。

① 6月23日(休)9時15分～15時
 ② 桜城児童センター(大通三)前に集合※駐車場はありません
 ③ 10人
 ④ ¥1000円
 ⑤ 窓口・電話：5月29日(出)10時から
 ID 1034723

好摩地区公民館

☎028-4125 好摩字野中69-48
 ☎682-0055

■八幡平ドラゴンアイハイキング
 八幡平鏡沼でこの時期にしか見られない絶景「ドラゴンアイ」と、芽吹き始めた高山植物などを観察し、松川温泉で入浴します。

① 6月10日(休)9時～15時半
 ② 同公民館に集合
 ③ 14人※18歳以上
 ④ ¥761円
 ⑤ 電話：5月7日(休)9時から
 ID 1034780

■パッチワーク教室
 ショルダー紐を好みで替えることが

できるショルダーバックを作ります。
 ① 6月16日～30日、水曜と7月9日(休)、全4回、13時～16時
 ② 14人※18歳以上
 ③ ¥2200円※ショルダー紐は付きません
 ④ 電話：5月10日(月)9時から
 ID 1034781

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
 ☎661-4343

■児童文学を読む会
 河合雅雄著「少年動物誌」(福音館書店)。

① 5月26日(休)10時～12時

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
 ☎659-3338

■先人ゆかりの町めぐり
 下の橋かいわいを徒歩で巡ります。

① 6月6日(日)9時～12時
 ② 賢治清水(大沢川原一)に集合
 ③ 10人※2～3*ぶ歩ける人
 ④ ¥500円
 ⑤ 往復はがき：5月22日(出)必着
 ID 1026135

●休館のお知らせ
 燻蒸作業のため、次の期間休館します。

① 5月18日(火)～21日(金)

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
 ☎635-6600

■縄文ふれあいDAY
 お守りネックレスと古代風ストラップ、拓本とりの中から1つを作ります。

① 5月8日(出)、10時～11時半と13時～14時半
 ② 各100円※別途入館料が必要
 ID 1009440



お守りネックレス 古代風ストラップ

環境学習講座

環境企画課 ☎626-3754

① 20人 ② 電話・eco
 もりおか応募フォーム：
 ① 5月11日(火)17時まで
 ② 5月17日(月)17時まで

③ 盛岡の春の夜空を観察しよう!
 日没後の空を見上げて、大気環境について学び、日中とは異なる夜の自然を観察します。

④ 5月15日(出)19時～20時半
 ⑤ エコアス広場(上田字上堤頭)
 ⑥ ¥28円

⑦ 春の姫神山に登ってみよう!
 自然観察をしながら登山をします。

⑧ 5月27日(休)9時～16時
 ⑨ 姫神山一本杉登り口駐車場(玉山馬場)に集合 ¥126円

マリ共和国ホストタウン 記念講演会

盛岡のホストタウン相手国であるマリ共和国出身であり、アフリカ出身で日本初の大学学長となった京都精華大学のウスピ・サコ学長が、東京2020オリンピック・パラリンピックを目指す真の共生社会について講演します。また、同国と本市の交流について、本市出身でカラ西アフリカ農村自立協会の村上一枝代表と対談します。

① 5月31日(月)14時～15時半
 ② 県民会館(内丸) ③ 100人
 ④ ファクス・メール：5月20日(休)17時必着

⑤ スポーツツーリズム推進室
 ☎603-8009 ファクス603-8015
 ✉ sports-t@city.morioka.iwate.jp
 ID 1034693

新型コロナウイルス感染防止対策に伴うイベント中止のお知らせ

●産業振興課☎683-3852
 ▶姫神山やま開き
 5月16日(日)に開催を予定していた同山やま開きは開催を中止します。
 ▶オオヤマザクラまつり
 同まつりは、開催を中止します。

広告

一般財団法人 岩手済生会
こころのホスピタル 三田記念病院
 当院ではストレス、うつ、不安、もの忘れ等、こころに関する治療を行っております。
 認知症病棟の他、5階病棟には個室も用意しております。

●受付時間/8時30分～11時
 ●休診日/土曜・日曜・祝日
 ●診療時間/8時30分～17時15分
 創立記念日 6月18日
 年未年始 12月29日～1月3日

Tel 019-624-3251
 盛岡市加賀野三丁目14-1 三田記念病院 検査
 (一)岩手済生会 盛岡市長田町24-7 ☎019-622-7327

広告

あったかいごグループ が支える地域の介護

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1 岩手県盛岡市 あったかいご本部 | 6 岩手県盛岡市 GHあったかいご神子田マルシェ |
| 2 岩手県盛岡市 GHみんなのいえ | 7 岩手県盛岡市 あったかいごレジデンス東安庭 |
| 3 岩手県盛岡市 あったかいごDSみこだ | 8 岩手県盛岡市 あったかいごGH東安庭 |
| 4 岩手県盛岡市 さんきょう居宅介護支援事業所 | 9 岩手県遠野市 あったかいごひといち |
| 5 岩手県盛岡市 さんきょう訪問看護ステーション | 10 岩手県北上市 あったかいごGH大堤 |

住み慣れた地域にいるお客様に、安心していただける介護サービスを提供しています。三協メディアクア本社/盛岡市北館町1丁目6-8 TEL.019-601-5862

グループ全20事業