

秋の講座のご案内



☆ 盛岡市の公民館で開催する講座等のご案内です。

☆ お問い合わせは、各公民館へ。

☆ このご案内は 右記二次元コード または、盛岡市公式ホームページ

<https://www.city.morioka.iwate.jp/kurashi/shiminkatsudo/kominkan/1036072.html> から
もご覧になれます。



講座内容は令和7年8月28日時点の予定ですので、事前に実施する公民館へお問い合わせください。

索引

中央公民館	P2～3
上田公民館	P4～5
河南公民館	P6～7
都南公民館	P8～10
西部公民館	P11～14
渋民公民館	P14～15
松園地区公民館	P16～17
見前地区公民館	P17～19
乙部地区公民館	P19～20
見前南地区公民館	P20～21
好摩地区公民館	P21～22

パソコンなどでご覧の方は、上記の「公民館名」をクリックすると、該当する公民館のページへ移動します。
また、令和7年8月28日時点でホームページが公開（予定含む）されている講座については、「講座名」をクリックすると、市のホームページの講座ページへ接続されます。（※ホームページがまだ公開されていない場合があります。）

● 申込フォーム、ファクス、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

(a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e) メールアドレス を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
社会教育関係団体体験講座 「着物のお直し体験講座」 講師:中央公民館利用サークル 「シルクの会」 鈴木妙子 さん・吉田さく さん	①10月3日(金曜日) ②10月17日(金曜日) ③11月7日(金曜日) ④11月21日(金曜日) 各回 9:30～12:00 (全4回)	受講料 500 円	市民6人	9月24日 (土曜日) (a)～(e) を記入
ステップアップ絵画教室 デッサン・スケッチの基礎的な指導を受けたことのある方を対象に、水彩絵具を用いた静物画の描き方やコツを教えます。 ①三原色で色づくり ②スケッチと着彩 ③下絵・下描き ④下描き・着彩 ⑤着彩・仕上げ 講師:「あたごアトリエ」主宰 村上 紘一 さん	①10月15日(水曜日) 18:30～20:30 ②10月22日(水曜日) 18:30～20:30 ③10月29日(水曜日) 18:30～20:30 ④11月5日(水曜日) 18:30～20:30 ⑤11月12日(水曜日) 18:30～20:30 (全5回)	受講料・教材費 2,000 円 持ち物 ・2B、HBの鉛筆 ・ねり消しゴム ・カッターナイフ あれば ・水彩絵具 ・筆 ・パレット	高校生以上の 市民で、 デッサンやス ケッチの基礎 的な指導を受 けたことのあ る方 16名	10月1日 (水曜日) (a)～(e) 、年齢を 記入 応募 フォーム から 必要項目 を入力  ファク ス、往復 はがきで の申込も 可



● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<u>すきまの時間</u> <u>ーおとなのためのおはなし会ー</u> おはなしボランティア「おはなしポット」の皆さんによる、詩やエッセイなどの文芸作品の朗読や歌、様々な語りなど、「おとな」向けのおはなし会を開催します。 語り手:「おはなしポット」	9月6日(土曜日) 14:00～14:40 10月4日(土曜日) 14:00～14:40	無料	おおむね中学生以上
<u>すみっこおはなし会</u> おはなしボランティア「おはなしすみっこ」の皆さんが当館図書室児童コーナーのすみっこで行う、ちいさなちいさなおはなし会です。 語り手:「おはなしすみっこ」	9月7日(日曜日) 11:00～11:30 10月5日(日曜日) 11:00～11:30	無料	どなたでもどうぞ
図書室展示 「認知症と向き合う」 認知症に関する本や予防に役立つ本の展示・貸出のほか、パンフレットやチラシの配布を行います。	9月9日(火曜日) から 9月30日(火曜日) 10:00～17:00	無料	市民
<u>わくわく♪おはなし会</u> おはなしボランティア「おはなしポット」、「おはなしちゅーみん」の皆さんが絵本の読み聞かせなどを行います。 語り手: 「おはなしポット」 (9月) 「おはなしちゅーみん」 (10月)	9月13日(土曜日) 11:00～11:30 10月11日(土曜日) 11:00～11:30	無料	どなたでもどうぞ



● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名
(h) 児童氏名 (i) 保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年
(o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス ueda.ph@city.morioka.iwate.jp

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
岩手の土にこだわった 南部焼不來方窯 陶芸教室 木村先生にご指導いただきながら、自分で茶碗やコーヒーカップなどを工房で作る教室です。南部焼不來方窯の工房は、見る価値ありの建物です。 講師:木村 裕 さん (岩手大学教育学部特設美術科卒)	9月20日(土曜日) 午前の部 10:00～12:00 (受付 9:30) 午後の部 13:00～15:00 (受付 12:30) ※希望する時間帯を記入してください。(どちらでもよいも可) 集合・解散は 上田公民館駐車場	自分で作る物を選択できます。 茶碗・湯飲み茶わんの場合 1,030 円 コーヒーカップの場合 1,330 円 (費用には、保険料を含んでいます。)	各回とも 市民 15 人	9月4日 (木)の消印 まで有効 往復はがき の場合(a) ～(d) 応募 フォームの 場合、 必要項目を 入力
地元の魅力再発見！ 盛岡・鉾屋町界隈歴史講座 第1回では、盛岡藩内に流行した疫病に、当時の人々がどのように立ち向かったのかを学びます。 講師:筑波大学 名誉教授 浪川 健治 さん 第2回では、鉾屋町界隈を講師と共に散策し町屋や寺院を巡ります。 講師:文化地層研究会 真山 重博 さん	①10月9日(木曜日) 10:00～12:00 (受付 9:30～) 都南公民館 第一研修室 ②10月23日(木曜日) 10:00～12:00 集合解散は もりおか町屋物語館 (受付 9:30～) (全2回)	受講料・保険料 530 円	市民 20 人	9月24日 (水)の消印 まで有効 往復はがき の場合 (a)～(d)を 記入 応募 フォームの 場合、 必要項目を 入力



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
「美を味わう～体験と鑑賞をとおして」 第1回では布描き絵具を使ってオリジナルエコバックの制作をします。 当館社会教育指導員 佐藤 あい子 第2回ではレプリカではありますが「紅白梅図屏風」や「色絵藤花文茶碗」等を講師の説明を受けながら鑑賞します。 講師:MOA 美術文化 インストラクター 大村 光代 さん	①11月8日(土曜日) 10:00～12:00 ②11月15日(土曜日) 10:00～12:00 両日とも 都南公民館 美術室 受付(9:30～) (全2回)	850 円 (受講料 500 円・ エコバック代 350 円)※第1回の講座 で集金 持ち物 第1回 ・筆、カッター、カ ッターマット、筆 洗、汚れても良い服 装 筆記用具はどちらの 回でも使います。	市民 18 人	10月23日 (木)の消印 まで有効 往復はがき の場合 (a)～(d)を 記入 応募 フォームの 場合、 必要項目を 入力
エンジョイ！生き生きライフ ～大自然を満喫し、リフレッシュしよう～ ①「八幡平の魅力」講話 ②安比高原ブナ二次林散策 講師:大友 晃 さん	①9月25日(木曜日) 13:30～15:30 (受付 13:00～) 渋民公民館視聴覚室 ②10月16日(木曜日) 9:00～16:30 (受付 8:30～) 集合・解散は 渋民公民館駐車場 (全2回)	受講料・保険料 530 円	市民 20 人	9月10日 (水)の消印 まで有効 往復はがき の場合 (a)～(d)を 記入 応募 フォームの 場合、 必要項目を 入力



● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名
(h) 児童氏名 (i) 保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年
(o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス kouza.morikana2258@mfca.jp

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
いってみ隊であい旅 ～陸前高田ふたたび～ 河南公民館を中型貸し切りバスで出発し、陸前高田市を訪れます。市立博物館や令和7年3月に復旧した旧吉田家住宅主屋を見学するほか、復興祈念公園をパークガイドの案内で巡ります。 昼食は発酵パーク CAMOCY で豚ロールもろみ焼きを食べます。	9月18日(木曜日) 8:00～18:00	昼食代・保険料等 3,000円	市民25人	9月2日 (火曜日) (a)～(e) メール または 往復ハガ キでの申 込み 定員を超 えた場合 は 抽選

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から**先着順**に受け付けます。 **受付電話 河南公民館(019-622-2258)**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
スマホ教室 スマホ操作に不安を感じている方、もっとスマホを使いこなしたい方に！ 初歩的なことからゆっくり進めていきます。お気軽にご参加ください。 講師: ソフトバンク派遣講師	11月7日(金曜日) ①10:00～12:00 ②13:00～15:00	無料 ※Androidのスマートフォンを1人一台お貸しします。	概ね60歳以上のスマホ初心者20人	10月18日 (土曜日) 10:00



● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
もりげきサロン 河南公民館の部屋を1室憩いの場として開放しています。気軽に立ち寄ってお茶でもしませんか？ただただおしゃべりを楽しんでOK。編み物や本などを持ち寄り自由にお過ごしいただけます。「お互いが気持ちよくいられるように心配りを」がルールです。	9月9日、16日、30日 10月7日、14日、21日 (火曜日) 10:00～15:30	無料 ※マイカップ持参でご利用ください。	市民
第32回地元学講座 河南寄席～漫談&講談～ 出演:福々亭 ナミ子 さん(漫談) 地伏亭 金目 さん(講談) 岩手で活躍するお二人の寄席を開催します。笑いあり！学びあり！素敵なひと時をお過ごしください。	10月26日(日曜日) 開場:13:30 開演:14:00 終演:15:10(予定)	無料	どなたでもどうぞ
にこにこルーム 親子のあそびの広場を開催します。保育士さんと一緒にあそぼう！お母さん同士の交流もできます♪	10月29日(水曜日) 10:00～11:30	無料	おおむね3歳までの親子



● 申込フォーム、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

当館ホームページにある申込フォームまたは往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f) メールアドレス (g) 保護者氏名
(h) 児童氏名 (i) 保護者年齢 (j) 保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年
(o)託児希望の有無を記入。往復はがきは申込期限**必着**で郵送ください。

※応募数に関わらず抽選権はお1人につき1回となります。

※自動返信メールが届かない場合は、お手数ですがお電話にてお問い合わせください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
健康講座 「初心者のためのランニング教室」 いきなり走ることはしません！初心者向けに、歩き方と走り方の違いなどを学んでから実際に走ってみます。健康のため、体力づくりのため、疲れにくい走り方を学んでみませんか？ 講師: 畠山 正昭 さん (トライゲインランニングクラブ代表)	11月8日(土曜日) 11月15日(土曜日) 9:00~11:00	保険料 50 円	市民 20 人 ※運動制限のない方 ※小学生以上の親子での参加も可	10月22日(水曜日) (a)~(e)を記入 ※定員を大幅に超えた場合は抽選
シニアのための スマホ講座・中級編 スマホをより効果的・継続的に使うためのノウハウを学びます。(要らないデータの整理など) 講師: ドコモショップ矢巾店スタッフ	10月22日(水曜日) 10:00~12:00	無料	60歳以上の市民 15 名	10月8日必着(申込フォームか往復はがき(a)~(e)、他スマホの機種を記入) ※定員を超えた場合は抽選

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から**先着順**に受け付けます。 **受付電話 都南公民館(TEL019-637-6611)**

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
「心が伝わる」 絵手紙“入門”講座 年末・クリスマスなど手紙の盛んな時期を前にばば先生と絵を楽しみませんか。初めての方、ぜひどうぞ！ 講師: ばば あきら さん (「心が伝わる絵手紙」主宰)	9月12日(金曜日) 9月19日(金曜日) 9月26日(金曜日) 13:30~15:30 (全3回)	1,300 円 (3回分合計)	市民 15 人	電話または来館にて受付中

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
こどもシネマランド ・さるかにがっせん ・王さまライオンとカエル ・一休さん	11月9日(日曜日) 10:30～ 45分間程度	無料	幼児・小学生とその保護者
にこにこルーム 親子の遊びの広場を開催します。 保育士さんと一緒にあそぼう！ お母さん同士の交流もできます♪	11月13日(木曜日) 10:00～11:30	無料	1歳～おおむね3歳までの親子

● 第33回 都南公民館まつり(都南芸術祭) 10月17日(金曜日)から19日(日曜日)

事業名・演者ほか	開催日時	費用等	備考
展示発表 書道・華道・パッチワーク・絵画・水墨画・ステンドグラス・陶芸・写真 ほか	10月17日(金曜日)から 10月19日(金曜日) 10:00～16:00 最終日は15:30まで	無料	お誘いあわせの上、お気軽にお越しください♪
わくわくスタンプラリー♪ 館内をまわってスタンプとキーワードを Get! キーワードを並べ替えてお菓子をもらおう♪	10月17日(金曜日)から 10月19日(日曜日) 10:00～16:00 最終日は15:30まで	無料	
舞台発表 ダンス・吟舞・健康体操・伝統芸能・吹奏楽・合唱・楽器演奏ほか	10月18日(土曜日) 11:00～15:30 10月19日(日曜日) 11:00～15:00	無料	【10月18日(土曜日)】 吹奏楽、合唱、ギター、大正琴 など 【10月19日(日曜日)】 バンド演奏、舞踊、ダンス、郷土芸能 など
飲食コーナー 料理サークル自慢の美味しい料理を販売しますので、ご利用ください。 18日:レモンの会 19日:さといもの会	10月18日(土曜日) 11:00～14:00 10月19日(日曜日) 11:00～14:00	要食券	【10月18日(土曜日)】 ・ホットドック ・コッペパンフルーツサンド 各¥400 【10月19日(日曜日)】 キーマカレー ¥600

事業名・演者ほか	開催日時	費用等	備考
ハロウィン工作教室 小さいお菓子を入れる「おかしバッグ」、オバケの顔が描ける「折り紙リース」、好きなものを選んで作ろう♪ 講師:さわだ しょうこ さん (親子ふれあいあそび主宰)	10月18日(土曜日) 10:00～12:00 都南公民館 工芸室	無料	
オリジナル缶バッチづくり すきなイラストを描いてオリジナルの缶バッチづくりを体験♪	10月18日(土曜日) 13:30～16:00 都南公民館 2階工芸室	無料	
子どもあそびコーナー ジャンボお絵かき、ストラックアウト、竹トンボづくりなど楽しいあそびが盛りだくさん♪	10月19日(日曜日) 10:00～12:00 都南中央公園 ※雨天時は 都南公民館 2階工芸室	無料	

● 都南公民館まつり(都南芸術祭) お申込みが必要なイベント

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 都南公民館(019-637-6611)

事業名・演者ほか	開催日時	費用等	対象・定員	申込開始
<u>ベビーダンス体験教室</u> 爆睡率92%!ぐずった時に、寝かしつけに…抱っこ紐で抱っこをしながら、リズムに合わせてステップを踏むだけの魔法のダンスです♪ 講師:ベビーダンスインストラクター 神田 容識美 さん	10月17日(金曜日) 10:00～11:30 都南公民館 3階和室	無料 (要申し込み)	首がすわった 0～1歳くらいの子どもと 保護者15組 ※抱っこ紐で抱っこができる お子さん	9月23日 (火・祝) 10:00 ※電話または来館
<u>木の実のリースづくり</u> 好きな木の実を選んで、クリスマスはもちろんインテリアにもなるリースを作りましょう。 講師:工房寿限無 田中 潔 さん	10月19日(日曜日) 13:00～15:30 都南公民館 2階工芸室	材料費 大(25cm)3,000円 中(20cm)2,000円 小(15cm)1,000円	20人	9月23日 (火・祝) 10:00 ※電話または来館

● 往復はがき・申込フォームで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきで申し込む場合は講座ごとに必要な項目を記入し、申込期限**必着**で郵送してください。

(a)講座名 (b)氏名(ふりがな) (c)住所 (d)電話番号 (e)年代 (f)駐車場利用の有無

応募フォームで申し込む場合は必要事項を入力してください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
古代・中世史講座 ①「室町時代中期の城館」 ～永享七・八年 和賀・稗貫の大乱を中心に～について学びます。 ②「藤原経清の白符と赤符について考える」 ～中国の符と日本の符～について学びます。 講師： ①花巻市総合文化財センター 文化財専門官 室野 秀文 さん ②岩手大学 平泉文化研究センター 教授 廣瀬 薫雄 さん	①9月13日(土曜日) 10:00～12:00 ②9月27日(土曜日) 10:00～12:00 (全2回)	受講料500円 (全2回分)	市民80人	8月28日 (木曜日) 必着 往復はがきの場合は (a)～(f)を記入 応募フォームの場合は 必要事項を入力
第2回縄文講座 「世界文化遺産 縄文遺跡見学」 第2回縄文講座は、御所野遺跡の見学を通して、縄文時代の生活文化や世界遺産登録までの道のりなどを学んでいきます。 ※現地への移動には市のバスを利用します。	10月4日(土曜日) 集合 9:00 西部公民館 解散 16:00頃(予定)	受講料・入館料・ガイド料・保険料 880円 ※昼食は各自持参	市民30人	9月18日 (木曜日) 必着 往復はがきの場合は (a)～(f)を記入 応募フォームの場合は 必要事項を入力



● 電話、応募フォームなどで申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 西部公民館(019-643-2288)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
西部地区 あんしん地域づくり連 携講座 ～知っておきたい 防犯と防災の今～ いつ巻き込まれるか分からない災害 や犯罪。普段の生活の中に「どのよう な危険が潜んでいるのか」、「もしも の時は、どのように対処したらよいの か」を皆さんで学び、今後の備えにつ いて学びます。 講師:盛岡市危機管理防災課職員 盛岡西警察署生活安全課職員	9月3日(水曜日) 13:30～15:00	無料	市民50人 ※地域安全 に関心があ る方どなた でも参加で きます。	8月5日 (火曜日) 10:00 電話で先 着申込
名作映画会 『橋のない川』 明治から大正時代を、人間の尊厳を かけて激しく生き抜いた被差別部落の 人々の生活を描いた住井すゑ原作の作 品。<監督:東陽一>	9月6日(土曜日) 10:00～12:00	無料	市民30人	8月19日 (火曜日) 10:00 電話、応 募フォー ムで先着 申込
初心者のための俳句教室 自分の思いを俳句で表現したり、作 品を鑑賞したりすることを通して、四 季の移ろいを深く味わってみません か。 講師:岩手県俳人協会副会長 俳誌「樹氷」編集長 澤口 航悠 さん	①9月25日(木曜日) ②10月9日(木曜日) ③10月23日(木曜日) 13:30～15:30 (全3回)	受講料:500円 持ち物:筆記用具 飲み物	市民14人	9月4日 (木曜日) 11:00 電話、 応募フォー ムで 先着申込
はじめての！ デコパージュ教室 デコパージュは、紙に描かれた絵を 切り取り、無地の家具や小物などに張 りつけて装飾を楽しむヨーロッパ発祥 の手工芸です。今回の講座では水仙の 3Dアートを作成します！ 講師:サロンドデコパージュ所属 沢目 ミサ さん	①9月30日(火曜日) ②10月7日(火曜日) 10:00～12:00 (全2回)	材料費:1,000円	市民10人	9月5日 (金曜日) 10:00 電話、 応募フォー ムで 先着申込

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
子育てパパ・ママ支援講座 ～ピラティスでリフレッシュ～ 疲れた体をリフレッシュ、癒しのひととき！ピラティスを楽しめます。 【託児付き】 講師： ピラティスインストラクター 神田 容識美 さん	10月2日(木曜日) 10:00～11:40	無料	市内の 子育て中の 父親・母親 等 16 人 託児 6 人まで	9月18日 (木曜日) 10:00 電話で先 着申込
家族のため・自分のための介護教室 高齢者を抱える家族と高齢者本人、どちらも学べる講座です。グループワークや講話を通して、認知症や心身の衰えについて考え、対応の仕方・介護の仕方・暮らし方・相談方法について学びます。健康寿命を延ばすために大切なことも学びます。 ①青山和敬荘施設介護部長 榎 知子 さん ②青山和敬荘施設相談部主任 東山 美香 さん ③株式会社ケアテック 福祉用具プランナー 吉谷地 亮 さん ④青山和敬荘主任介護支援専門員 中田 桂敏 さん	①10月2日(木曜日) ②10月9日(木曜日) ③10月16日(木曜日) ④10月23日(木曜日) 10:00～12:00 (全4回)	無料	市民 16 名	9月4日 (木曜日) 10:00 電話、 応募フォー ムで 先着申込
親子で楽しい おもちゃづくり おもちゃづくりや遊びを通して、子供の健やかな発育を促し、子育ての情報交換などを行います。 講師:盛岡市とりょう保育園 子育て支援センター保育士	10月8日(水曜日) 10:00～11:30	無料 持ち物:はさみ、 スティックのり、 飲み物等	1～3歳の 幼児とその 保護者 10 組	9月18日 (木曜日) 10:00 電話、 応募フォー ムで 先着申込
茶の湯をたのしむ 表千家茶道同好会「萩の会」による「初心者茶道体験教室」 ふすまの開け閉め、歩き方、菓子のおたき方や抹茶の飲み方などの体験を通して茶道の基本を学びます。 講師:表千家教授 丸谷 スミ子 さん	10月18日(土曜日) 14:00～16:00	受講料:500 円	小学3年生以上の茶道初心者 15 名(小学生と中学生は要保護者同伴)	9月19日 (金曜日)10:00 電話、 応募フォー ムで 先着申込

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
パソコン・スマホお助け相談会 パソコンやスマホでお困りの方へ、相談員が悩み事にお答えします。 相談員:シニアネットいわての皆さん	① 9月5日(金曜日) ② 9月13日(土曜日) ③ 9月19日(金曜日) ④ 9月27日(土曜日) 13:00～16:00	1回500円	盛岡市民
ふたば わらべうた・おはなし会 楽しいわらべうたや絵本の読み聞かせを行います。 語り手:「のはらうた」の皆さん	9月17日(水曜日) 10月15日(水曜日) いずれも1部10:00～10:40 2部10:50～11:20	無料	3歳以下の乳幼児と保護者 1部:1歳3カ月～3歳 2部:0歳～1歳3カ月向け 各回当日先着13組または26人

市民公民館 TEL:683-2354 〒028-4132 盛岡市市民字鶴塚55

● 申込フォーム、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

申込フォーム、往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)年齢 (f)メールアドレス (g)保護者氏名
 (h)児童氏名 (i)保護者年齢 (j)保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年
 (o)託児希望の有無 (p)託児する子の年齢を記入し、申込期限必着で郵送ください。

申込フォームはそれぞれの二次元コードを読み取ってお進みください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
子育てパパママ趣味の時間 ミニぼうきづくり 玉山地域でとれた「ホウキモロコシ」を使ったミニぼうきを作ります。 講師:三浦 葉子 さん	10月18日(土曜日) 9:30～12:30	参加費1,730円 (材料費・保険料)	子育てをしている市民10人	9月30日 (火曜日) (a)～(e)、 (o)(p)を 記入 
親子でチャレンジ！料理教室 黒平豆を使ったごはん、けんちん汁を作ります。 講師:生活研究グループ 須藤 ヒサ さん	11月8日(土曜日) 9:30～12:30	参加費1人830円 (材料費・保険料)	市内の小学生とその保護者 16人	10月22日 (水曜日) (a)～(e)、 (h)(l)を 記入 

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
パパとつくろう！「おめでとう」のガーランド 切ったり、塗ったり、トントン押したり。お父さんと力をあわせて、リボンで吊るすお祝いの飾り「ガーランド」をつくりましょう！ 講師: コドモ to アート Lab 熊谷 珠 さん	11 月 16 日(日曜日) 10:00～11:30	参加費 1 組 560 円 (材料費・保険料)	盛岡市内の 4 歳～小学生と、その男性保護者 8 組 ※男性保護者以外の付き添いはご遠慮ください	10 月 30 日(木曜日) (a)～(d)、(g)～(i)、(l)を記入 

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対 象
第 20 回 玉山地域公民館まつり 玉山地域で活動するサークル・団体等による作品展示、舞台発表、体験会、フリーマーケットほか各種イベントなど。 好摩地区公民館、玉山地区公民館、藪川地区公民館との 4 館合同開催。 今年度は開催第 20 回、渋民公民館・姫神ホール開館 30 周年の記念企画も実施します。 【記念企画】 玉山地域 神楽の饗宴 ～四季に舞う、里人の祈りと神々～ 地域内の神楽 5 団体による演舞 巻堀神楽、玉山神楽、日戸神楽、藪川神楽、川又神楽 進行・解説: 中嶋 奈津子さん (佛教大学総合研究所特別研究員、盛岡市文化財保護審議会委員) 渋民中学校群読劇「アテルイ」 書道教室 啄墨会による記念の書作品展示	【10 月 25 日(土曜日)】 9:30～17:00 9:30～オープニングセレモニー 開場 10:00～舞台発表開演 14:00～記念企画「玉山地域神楽の饗宴」 (17:00 終演予定) 【10 月 26 日(日曜日)】 10:00～15:00 9:45～開場 10:00～舞台発表開演 14:00～記念企画「渋民中学校群読劇『アテルイ』」 (15:00 終演予定)	無料 ※体験会など一部有料	どなたでも ※一部、申し込みが必要な催しがあります。詳しくはお問い合わせください

● 往復はがきで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

(a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)年齢 を記入し、申込期限必着で郵送ください。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
防災学習～被災地を巡って～ 指導者:①もりおか女性センター職員 ②いのちをつなぐ未来館職員	①10月24日(金曜日) 10:00～12:00 松園地区公民館 ②10月28日(火曜日) 9:00～16:00 うのすまいトモス (釜石市) (全2回)	参加費 300円 (保険料・写真代等) ②の昼食代は別途 集金	市民21人	9月25日 (木曜日) (a)～(e) を記入
味噌づくり教室 講師:岩手大学名誉教授 小野 伴忠 さん 味噌づくりアドバイザー 長沢 光雄 さん	1.12月3日(水曜日) 10:00～14:30 2.12月10日(水曜日) 10:00～14:30	受講料 500円 参加費 1,500円 (材料費・資料代等)	1、2とも 市民16人	10月27日 (月曜日) (a)～(e) の他、希 望する日 を記入

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。受付電話 松園地区公民館(019-661-8111)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
スマホ教室5・6・7・8 5・6 スマホの基本と キャッシュレス体験 7・8 スマホの基本と 防災アプリ体験 講師:ソフトバンク(株)スタッフ	10月1日(水曜日) 5 10:00～12:00 6 13:00～15:00 10月2日(木曜日) 7 10:00～12:00 8 13:00～15:00	無料	市民各回10人	9月4日 (木曜日) 10:00 受講希望 日時を選択



● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
おやとこひろば 絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びや ゲーム、体操などの軽運動や育児相談など をします 講師 社会福祉法人愛育園 地域子育て支援センター保育士	9月11日(木曜日) 10:00～11:30 10月23日(木曜日) 10:00～11:30	無料	0歳児から就園前の 子どもとその保護者
松園いきいき教室3 映画会 「GOING WEST 西へ…」 を上映	11月12日(水曜日) 10:00～12:00	無料	60歳以上の市民

見前地区公民館 TEL:639-1788 〒020-0838 盛岡市津志田中央2-9-1

● 公民館窓口で申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>(電話受付はありません)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
秋のトレッキング講座 知り合った仲間と登山を楽しみ、 紅葉真っ盛りの八幡平市七時雨山 (標高1,063メートル)を堪能します。 講師:赤松 義則 さん	10月24日(金曜日) 8:30～16:00	参加費 400 円 (保険料・高速代)	市民 24 人	9月25日 (木曜日) 8時30分 ～9時に 公民館窓 口で整理 券を配布 し9時か ら抽選し ます。



● 公民館窓口もしくは電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 見前地区公民館(019-639-1788)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
いきいき健康講座 「すぐに役立つ健康体操 ① ② ③」 健康的な生活を送るために必要なからだの手入れの仕方を、理論と実践的なストレッチを通して学びます。 講師:柔道整復師 しんどう整骨院 院長 進藤 貴彦 さん	①9月17日(水曜日) 10:00～11:45 ②10月1日(水曜日) 10:00～11:45 ③10月15日(水曜日) 10:00～11:45	参加費 300 円 (保険料等)	市民 10 人	8月20日 (水曜日) 9:00～ (先着順)
先人に学ぶ講座 郷土の先人を顕彰し、遺徳を偲び、偉大な人間形成の過程を学びます。 ①「石川啄木記念館」訪問 講師:石川啄木記念館学芸員 ②「盛岡てがみ館」・「もりおか啄木・賢治青春館」訪問 講師:盛岡てがみ館学芸員・もりおか啄木・賢治青春館学芸員 ③「花巻市 宮沢賢治記念館」訪問 講師:花巻おもてなし観光ガイド	①10月9日(木曜日) 8:30～12:00 ②10月23日(木曜日) 9:00～12:00 ③11月13日(木曜日) 8:30～12:30	参加費 600 円 (保険料 入館料)	市民 12 人	9月11日 (木曜日) 9:00～ (先着順)
手作り味噌講座 手作り味噌の美味しさを味わうとともに、発酵食品を手作りする楽しさを体験します。 講師:だんこの会 梅津 八須子 さん	どちらかご都合の良い日をお選びください。 11月12日(水曜日) 9:30～12:00 11月19日(水曜日) 9:30～12:00	参加費 1,500 円 (材料費) ※約6キログラムの味噌が入る樽をご持参ください。	各回市民 5 人 計 10 人	10月8日 (水曜日) 9:00～ (先着順)
資産管理講座 ～知っておきたい 贈与する人・相続する人～ 贈与と相続について学び、それぞれの立場で「今」やるべきことについて考えます。 講師:Rita 税理士法人 税理士 馬内 和志 さん ソリュース行政書士事務所 行政書士 馬内 果南 さん	11月21日(金曜日) 10:00～11:30	参加費無料	市民 50 人	10月22日 (水曜日) 9:00～ (先着順)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
手打ちそば講座 自分でそばを打ち、手作りそばを味わいます。 講師:そば打ち名人 三浦 俊孝 さん	どちらかご都合の良い日をお選びください。 12月3日(水曜日) 10:00～12:00 12月10日(水曜日) 10:00～12:00	参加費 600 円 (材料費)	各回市民 5 人 計 10 人	10月27日 (月曜日) 9:00～ (先着順)

乙部地区公民館 TEL：696-2081 〒020-0403 盛岡市乙部6地割79番地1

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。 受付電話 乙部地区公民館(019-696-2081)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
自然観察講座Ⅰ 「復興支援」 東日本大震災で被災した地域を訪ね、当時の模様について現地の方から話を聞くことで、自然の威力の大きさを知るとともに防災意識を高めます。 場所:大船渡市	9月3日(水曜日) 8:30～17:00	昼食代・ガイド料・保険料等 2,600 円程度	市民 20 人	8月5日 (火曜日) 10:00
おもしろイラスト講座 筆1本でイラストを描くコツを学び、生活の中に取り入れることで暮らしに彩を添えます。 講師:藤原 和博 さん	①9月4日(木曜日) 10:00～11:30 ②9月5日(金曜日) 10:00～11:30 (全2回)	受講料 500 円	市民 15 人	8月6日 (水曜日) 10:00
自然観察講座Ⅱ 「地元の自然に親しむ」 「黒森山へ行こう！」 乙部地区を代表する山に登り、山に由来する話や植物について学びます。 講師:今宮 英男 さん	9月17日(水曜日) 8:10～14:00	保険料 54 円	市民 15 人	8月18日 (月曜日) 10:00
健康体操 ～自分の体を チェックしてみませんか～ 簡単なストレッチや筋力トレーニングのほか、音楽のリズムに合わせて体操を行います。 講師:(公社)日本フィットネス協会認定インストラクター 我妻 和子 さん	9月24日(水曜日) 10:00～12:00	無料	市民 12 人	8月19日 (火曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
月面X観察講座 望遠鏡で月面のクレーターが作るX(エックス)の文字に似た模様が刻々と変化していくのを観察します。 講師:乙部地区公民館長 作山 智規 さん	9月29日(金曜日) 18:00～19:00	無料	市内の小学生と保護者 10組(20人)	9月4日(木曜日) 10:00
ミニチュア箱庭づくり教室 身近な自然の素材などを使って、ミニ箱庭を作ります。 講師:環境アドバイザー 川村 晃寛 さん	10月10日(金曜日) 10:00～12:00	材料費 500 円	市民 12 人	9月5日(金曜日) 10:00
初めての方でも安心！ 「らくらくスマホ教室」 ～ 基本編 ～ スマホをあんしん・安全に使用する。インターネットを使い、アプリを楽しむため、分かりやすく丁寧に説明します。 講師:ドコモショップ スタッフ	11月12日(水曜日) 10:00～12:00	無料 ※スマホは講師が準備しますので、お持ちでない方でも大丈夫です。	市民 12 人	10月20日(月曜日) 10:00
クリスマスクラフト講座 木の実などの自然素材を使ってクリスマスリースを作ります。 講師:環境アドバイザー 川村 晃寛 さん	11月14日(金曜日) 10:00～12:00	材料費 500 円	市民 12 人	10月21日(火曜日) 10:00

見前南地区公民館 TEL:601-6735 〒020-0833 盛岡市西見前 13-50

● 電話で申し込む講座 <定員になり次第、受付を終了いたします>

表中の申込開始時間から先着順に受け付けます。受付電話 見前南地区公民館(019-601-6735)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
紙コップランドで遊ぼう！ 2万個の紙コップをならべたり、つんだりしながら色々なものをつくれます。 講師:岩手大学教育学部 准教授 深作 拓郎 さん	9月23日(火曜日) 10:00～12:00	無料	小学生 20 人	8月30日(土曜日) 10:00
タペストリー講座 おひなさまタペストリー ひなまつりに飾る、おひな様をモチーフにしたタペストリーを作ります。 講師:日本手芸普及協会 葛西 妙子 さん	9月27日(土曜日) 10月4日(土曜日) 10月11日(土曜日) 9:30～12:00 (全3回)	参加費:1,500 円 (受講料:500 円 材料費:1,000 円)	市民 9 人	9月5日(金曜日) 10:00

● 事前の申し込みが必要ない講座 <当日直接ご来館ください>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
悠々閑々講座 ① リハビリ体操にチャレンジ ② お月見リースを作ろう ③ カルタで防犯対策を学ぼう ④ ステンドグラス風飾りを作ってみよう	①9月 1日(月曜日) ②9月 15日(月曜日) ③10月 6日(月曜日) ④10月 20日(月曜日) 10:00～12:00	参加費: 1回参加ごとに 100円	盛岡市在住、 日中一人で過ごしている おおむね65歳以上の方
シネマ上映会 ① 「GOINGWEST 西へ・・・」 東京から故郷四国・松山を目指し、一人のおばあちゃんが夫の形見である愛車のミニクーパーで若いカップルとスリリングな旅を展開するロードムービー 出演:淡島千景、大沢樹生、森繁久弥、前田吟 他 ② 「フランダースの犬」 19世紀のベルギー、フランダース地方。少年ネロとおじいさんは貧しいながらも牛乳運びで生計を立てていた。ある日、弱り切って野原に捨てられていた労働犬を拾うネロ。これがネロとパトラッシュの出会いであり、友情の始まりだった。	①9月 20日(土曜日) ②10月 18日(土曜日) 10:00～12:00	無料	盛岡市在住・在勤の方

好摩地区公民館 TEL：682-0055 〒028-4125 盛岡市好摩字野中69-48

● メール、往復はがきなどで申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

往復はがきに、講座ごとに必要な項目を確認し、

- (a)講座名 (b)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)電話番号 (e)生年月日 (f)メールアドレス (g)保護者氏名
 (h)児童氏名 (i)保護者年齢 (j)保護者生年月日(k)児童生年月日 (l)児童年齢 (m)学校名 (n)学年
 (o)託児希望の有無を記入し、申込期限**必着**で郵送ください。

受付メールアドレス 208800 mbx@city.morioka.iwate.jp.

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
バウンドテニスに挑戦！ 講師:盛岡市バウンドテニス協会 会長 佐藤 光作 さん	①9月 13日(土曜日) ②9月 20日(土曜日) ③9月 27日(土曜日) ④10月 4日(土曜日) 10:00～11:30 (全4回)	受講料 無料	市民10人	8月 28日 (木曜日) (a)～(f) を記入

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
岩手再発見講座 ～民話と地酒・ホップの里 “遠野”を訪ねて～ 「遠野ふるさと村」の語り部による 民話の口演と「上閉伊酒造」の見学	10月16日(木) 8:00～17:40	入村料・昼食代 2,000円	市民10人 (20歳以上)	9月30日 (火曜日) (a)～(f) を記入
家庭でできる 地元食材を活かした洋食料 理に挑戦！ 講師:市内老舗ホテルシェフ 前川 隆太郎 さん	10月28日(火曜日) 9:30～13:30	材料費 2,000円	市民6人	10月10日 (金曜日) (a)～(f) を記入