マークの見方と詳しい 申し込み方法は、表紙 をご覧ください

市税の 納期限σ お知らせ

①市•県民税第2期②国民健康保険税第2期

● 納期限:8月31日以※□座振替を利用している人は、 預貯金残高を確認してください

②健康保健課☎613-8438 ▶ 1003580

キャラホール

23637-6611

■オペラ鑑賞講座「Viva!オペラ」

オペラの魅力について講師が徹底解 説します。

W·11月2日W·12日 金、全5回、19 時~20時半 ¥ 2000円

D 1032283

☎622-2258

● 9月1日 例~3日 金、20 時~21 時

- ₩ 各50人
- ♥ 前売り1000円。当日 1200円
- ーム:受け付け中

■いってみ隊であい旅~沿岸・この

陸前高田市の震災遺講や文化施設 などを見学し、まちの歴史に触れこ れからについて考えます。

- 9月9日休8時~18時※集合は同館
- **D** 1036136

■「劇団モリオカ市民」公演関連企画 戯曲ワークショップ

演劇の脚本づくりを基本から楽しく 学びます。

● 9月23日休11時~16時

- 6 15人※高校生以上 ¥ 500円
- 電話・窓口・メール:8月20日金10

時から 1036133

総合プール

靊020-0866 本宮五丁目3-1 **☎**634-0450

6 広報もりおか 3.8.15

■8月後期水球教室

広 告

❸ 8月17日以~31日以、火·木·金 曜は18時半~20時半、土・日曜は8 時~10時

- 骨 小·中·高校生
- ¥ 月4回コース:3300円、月8回コ -ス:5500円
- 電話・窓口: 随時受け付け
- **D** 1026381

■障がい者スポーツ教室

①鉄棒とマット運動②クロールの習 得をします。

- ①8月19日休②25日份、17時半~ 18時半
- ⋒ 各10人※知的・発達障がいのあ
- る小学生 ¥ 各660円
- 電話:各開催日の1週間前から

D 1028692 ●施設の利用制限

大会のため次の日付は利用できません。

❷ 8月28日(土)

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 **23**601-5001

■①平日初心者カーリング教室 ②休日初心者カーリング教室

用具の使い方や動作などの基礎を学 び、カーリングの試合をします。

● ①8月24日~9月14日、火曜、全4 回、13時~14時半②9月4日~10月2 日、土曜、全4回、9時~10時半※9月 11日(土)を除く

- ₿ 各8人※小学生~75歳
- ¥ 各6000円
- 電話:①8月18日姒②8月24日 火、いずれも10時から

盛岡体育館

●020-0066 上田三丁目17-60 **2**3652-8855

■骨盤ストレッチ

骨盤周りの筋肉をほぐし、骨盤の動作 や機能の改善を目指します。

- ❷ 9月7日~10月19日、火曜、全5 回、10時半~11時半
- ₩ 15人※50歳以上の女性
- ¥ 2750円
- 電話:8月11日例10時から

1031420

■コンディショニング&ピラティス

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。

- 9月14日~10月19日、火曜、全5
- 回、14時半~15時半 **8** 12人※女性
- ¥ 2750円
- 電話:8月19日休10時から

■バドミントン教室

- 9月14日~12月14日、火曜、全8 回、19時15分~20時45分
- ₩ 20人※高校生を除く18歳以上
- ¥ 8844⊞

■ 電話:8月18日例10時から

⊚020-0102 上田字小鳥沢148-103

ゆぴあす

2662-1414

①ヨガなどの各種フロア教室と②水 泳教室を開催します。費用や定員は 教室によって異なります。詳しくは、 市ホームページをご覧ください。

- □ ①毎月3~5回②9月7日以~12月 2日休、全10回
- 電話: ①8月28日(土)10時から②8 月29日(日)10時から
- **D** 1036064

都南つどいの森

〒020-0842 湯沢1-88 **25** 638-2270

■木製・孫のための万能イス作り教室 幼児用の木製イスを作ります。

- ❷ 8月26日休~28日仕、9時半~ 15時
- ❸ 各4人※中学生以上
- ¥ 各1500円
- 電話・窓口:8月18日似9時から
- **D** 1036128

外山森林公園

〒028-2711 薮川字大の平31-1 ☎・ファクス 681-5132

■現地集合!森林インストラクターと 行く自然観察会の極意~初秋編

初秋の草葉の観察ポイントを学びな がら散策します。

● 9月15日例10時~14時半

₩ 15人 ¥ 1000円

■ 往復はがき・ファクス:必要事項を 記入の上、郵送。9月2日休必着

D 1032472

中央公民館

靈020-0013 愛宕町14-1 **2**3654-5366

■図書室展示

▶「怖い本」

民話を中心に 「怖い」と感じる本を展 示・貸し出します。

▶ 8月21日(土)~9月12日(日)

▶にっぽんの食

食育について親子で学べる本を展示 します。

❷ 9月12日(□)~26日(□)

■わくわく盛岡チャレンジクラブ

スポーツ吹き矢やドミノ倒し、しおり の作成、ダブルダッチに挑戦します。

- ❷ 9月18日・10月9日・11月20日・12 月18日、土曜、全4回、9時半~11時半
- ⋒ 15人※小学1年~4年生(5·6年)
- ❷ 往復はがき・応募フォーム:9月8 日似必着
- **D** 1031921

笑いヨガや終活、縄文文化、ウイスキ 一の歴史などについて学びます。

- ⑤ 9月30日株·10月7日株·9日 出・28日休・30日出、全5回※主に 19時~20時半
- ₿ 12人※40歳~64歳
- ¥ 1000円※教材費など別途
- 往復はがき:9月2日休必着
- **D** 1031919

〒028-4132 渋民字鶴塚55 **2**3683-2354

来年の干支である寅をモチーフにし たミニ羽子板を作ります。

● 9月9日休12時半~16時半

- ¥ 1800円

■ 電話・窓口:受け付け中

〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F HP http://sakura-keisei.jp/ ● 盛岡ニュー パーク 当院 シティH+・● (2F) ズイヤパークロ 東横イン●

☞020-0134 南青山町6-1

西部公民館

❷ 9月17日 金8時半~13時半 ₩ 24円 **☎**643-2288

をします。

■ 電話:8月24日以10時から

■児童文学を読む会

の少年! (岩波書店)。

■和綴じ体験

D 1025958

D 1020951

■縄文ふれあいDAY

時~14時半

D 1009440

ナルノートを作ります。

● 9月18日出13時半~15時

■ 往復はがき:9月3日 金必着

● 8月25日例10時~12時

市立図書館

∞020-0114 高松一丁目9-45

☎661-4343

ジョン・ボイン作「縞模様のパジャマ

もりおか歴史文化館

靊020-0023 内丸1-50

☎681-2100

伝統的な和綴じで、自分だけのオリジ

盛岡てがみ館

∞020-0871 中/橋通一丁目1-10

☎604-3302

くずし書きの手紙を読み解きます。

⑤ 9月1日(水)·2日(木)、全2回、13時半~

15時 🛅 プラザおでって(中ノ橋通一)

遺跡の学び館

〒020-0866 本宮字荒屋13-1

☎635-6600

古代風ストラップとお守りネックレス、

拓本とりの中から一つ選んで作ります。

❷ 9月11日出、10時~11時半と13

/ 中ノ橋通

水晶堂ビル4階 対数 □ななっく 大

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通 1-4-20

¥ 各100円※入館料が必要

10人※未経験者 ¥ 1000円

■ 電話:8月19日休10時から

■初心者のための解読講座

■名作映画会

「分校日記 イーハトーブの赤い屋根」

- 9月4日出10時~12時
- 8 22人
- 電話:8月18日例11時から
- ■ばっちり!パワーポイントでプレゼ ンテーション
- 9月7日以~9日休、18時半~21時
- 10人 ¥2798円
- 電話:8月25日 ※ 10時から

■古代·中世史講座

①安倍氏の滅亡~前九年合戦の真相 をめぐって②文治5年奥州合戦の一 断面~「吾妻鏡」をテーマに講演。

- ①9月25日
 □ ②10月9日
 □ 、10 時~12時 8 56人 ¥ 500円
- 往復はがき:9月10日 金必着

見前南地区公民館

ᡂ020-0833 西見前13-50 **2**3601-6735

■地元に学ぼう!

見前地区の自然や文化、歴史などを学芸 調査員の解説を聞きながら散策します。

- 10月1日 金9時半~12時
- 10人 ¥24円
- 電話・窓口: 9月1日 ※ 10時から
- **D** 1036138

■ 電話

サンライフ盛岡

●020-0861 仙北二丁目4-12 **2**635-9600

表のとおり講座を開催します。

乙部地区公民館

〒020-0403 乙部6-79-1 **2**696-2081

■地元の自然に親しむ「黒森山へい こう!」

乙部地区を代表する黒森山の軽登山

9:30~13:00

備 考 ただし、土曜日は午前9:00~12:00

表 サンライフ盛間	サンライフ盛岡の講座内容など			
講座名	日時	定員	内容(費用)	申し込み
ポルドブラde美姿勢	9/3金	10人	音楽に合わせ美しい姿勢を意識し	8/20金
	13時半~15時	※女性	たエクササイズをします。(500円)	10時~
はじめてのオカリナ	9/7伙) 14時~15時半	10人	オカリナの吹き方などの基本を学び演奏します。(500円)	8/18(水) 10時~
ワイヤーワークde クラフト	9/25生) 13時半~16時半	Qλ	ワイヤーで、花をモチーフにしたレー スラインのタペストリーを作ります。 (2000円)	8/21生 10時~

糖尿病専門医として地域の皆様の支えでいたい

内科、糖尿病内科、消化器内科、整形外科

お問い合わせ

019

601-2277

子ども科学館

〒020-0866 本宮字蛇屋敷13-1 **☎**634-1171

■ワークショップ「光るプラ板バッジ」

プラ板の熱変形を利用したバッジを

● 9月の土・日曜・祝日、14時半~

■ナイトミュージアム「星を見る会」

星座探しと、天体望遠鏡を使用した

品 30人 ■ 電話:8月18日 89時から

■市小学校児童理科作品展示研究発表

①夏休みに行った研究の発表会と②

理科工作と自由研究の公開をします。

⑤ ①9月11日 (1)9時半~11時②9月

次の回は、同発表会のため休みます。

小学4年生向けの月・星の勉強

● 9月18日出18時15分~20時

■ 電話:8月21日出9時から

■プラネタリウムコンサート

の生演奏と歌を楽しみます。

● 9月25日出17時半~18時

■ 電話:8月28日出9時から

高校生以上は500円

い合わせください。

80人 ¥ 4歳~中学生は100円、

プラネタリウムによる演出の中、上

村嘉聴×Resonanceによるバンド

8 50人 ¥ 4歳~中学生は200円、

ほんわか家族教室

保健予防課 ☎603-8309

ひきこもりの人との家族の関わり方

などについて学びます。開催場所や

申込方法など詳しくは、同課にお問

● 6か月以上自宅にひきこもり、社

会参加しない状態が続いている人の

家族で、同教室の参加が始めての人

11日(土)·12日(日)、9時~16時半

● 9月11日仕10時半からの回

●プラネタリウムの休止

¥ 各200円※入館料が必要

■ 窓口: 随時受け付け

天体観測をします。

8 ①50人

■親子で遊ぼう

も観察します。

高校生以上は300円

● 9月4日出19時~20時

作ります。

16時 🚹 各24人

留学生による各国の伝統行事の紹介

- 9月4日出13時半~16時
- プラザおでって (中ノ橋通一)
- 860人

さんさ踊り親子体験

盛岡観光コンベンション協会 **☎**621-8800

盛岡さんさ踊りの振り付けを習得し、

- プラザおでって (中ノ橋通一)
- 小学3年生以下は保護者同伴
- 電話:8月27日 金まで

小学4年生向けの月・星の学習をプ ラネタリウムでする他、晴天時は外で 盛岡観光コンベンション協会 **☎**621-8800

- 9月4日出13時半~16時 ਜ਼ 石川啄木記念館内、旧渋民尋常
- □から送迎バスあり 🔒 15人 ■ 往復はがき:必要事項の他、バス 利用の有無を記入し、5028-4132 渋民字渋民9、石川啄木記念館「啄木

歴史探訪~盛岡城跡とその周辺 地域の「歴史まちづくり」を学ぶ

盛岡城跡やもりおか町家物語館など の歴史的な建造物を先人記念館館 長と一緒に巡ります。詳しくは、お問

- ❸ 8月31日以·10月18日/月·12月 ● 9月9日休8時半~17時
- 15日似:来年2月21日月 ● 市保健所(神明町)※8月31日は、 市勤労福祉会館(紺屋町) 敷) か盛岡駅

D 1023890 広告に関するお問い合わせはナチュラルコム (株) ☎019-652-9190へどうぞ



診療時間 月 火 水 木 金 土 午前 9:00~12:30

■ 電話:8月18日似9時から **D** 1028167

留学生と市民の交流イベント

文化国際課内、盛岡国際交流協会 **2**626-7524

や盛岡芸妓による踊りの披露など。

- 電話・メール:8月18日 ※ 10時から
- **D** 1033533

- 全員で輪踊りをします。
- 8月28日出13時~16時
- ₩ 30人※小学生~高校生の初心者。
- **D** 1035971

啄木学級 故郷講座

盛岡大文学部の塩谷昌弘准教授によ る講演や石川啄木記念館の館長との

- 対談など。
- 小学校舎(渋民字渋民)※盛岡駅西

学級」係へ郵送。8月20日 金必着

トラベルリンク(株) 25658-8644

- い合わせください。
- 盛岡城跡公園 (内丸) 他 📟 集合は先人記念館 (本宮字蛇屋
- ¥ 4000円 ■ 電話:8月17日火10時から

広報もりおか 3.8.15 7

⊚020-0834 永井24-10-1

⑤ 9月22日似·10月6日似·19日

- 電話・窓口:8月25日 ※ 10時から
 - 盛岡劇場・河南公民館 靈020-0873 松尾町3-1
- ■もりげき八時の芝居小屋 演劇ユニット幻灯とカンザスハリケ 一ンが合同で「薔薇とモデルガン」を 上演します。
- 電話・窓口・応募フォ

10年・これから~ 📟

- ₩ 2000円 ■ 電話・窓口:8月21日仕10時から

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

「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。

クレジットカード、

医療ローンにも対応しております。



生のきょうだいも参加できます)

■もりおかミドルアカデミー

渋民公民館

■大人クラフト教室 ミニ羽子板作り

8人※18歳以上