



# 春の講座のご案内

☆ 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。

☆ 詳しい内容は ウェブもりおか <https://www.city.morioka.iwate.jp/> からご覧になれます。

講座内容は令和7年3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。

盛岡市中央公民館 TEL:654-5366 〒020-0013 盛岡市愛宕町14-1

● 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>

E メールやファクス、往復はがきで、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。

※託児を希望する場合：お子様の氏名、年齢、性別（○歳○ヵ月）、託児を希望する期日

受付メールアドレス [chuo.ph@city.morioka.iwate.jp](mailto:chuo.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
<b>不来方大学院</b> 65歳以上の方を対象に、 一般教養や自治問題などの 学習をします。クラブ活動 もあります。	5月8日(木曜日) から 11月6日(木曜日)  講座 10:00～12:00 クラブ 13:00～14:45  (全20回)	受講料無料 自治会活動費 4,500円 (年会費)	65歳以上の 市民120人	4月15日 (火曜日)  (a)～(e) を記入  HPの申込 フォーム、 往復はがき で申込

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>社会教育学級・ 家庭教育学級事業説明会</b></p> <p>「社会教育学級」、「家庭教育学級」を対象に、制度や助成に関する事業説明会を開催します。</p>	<p>◎4月25日(金曜日) 10:00～11:30</p> <p>◎5月9日(金曜日) 10:00～11:30</p>	<p>無料</p>	<p>社会教育学級 家庭教育学級 運営担当者 100人 ※両日同じ内容を実施</p>	<p>託児希望する場合 ◎4月分 4月17日(木曜日) ◎5月分 5月1日(木曜日)</p> <p>無ければ ◎4月分 4月24日(木曜日) ◎5月分 5月8日(木曜日)</p> <p>(c)、(d)、 (o)、団体 名を記入</p> <p>メール、 ファクスで 申込</p>
<p><b>茶の湯講座 「表千家茶道への誘い」</b></p> <p>表千家茶道の心得から、基本の動作、客の作法等、風炉の薄茶点前を学ぶ講座です。</p> <p>講師：(一社)表千家同門会 岩手県支部教授</p>	<p>①5月17日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>②5月24日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>③5月31日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>④6月7日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>⑤6月21日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>⑥6月28日(土曜日) 9:30～11:30</p> <p>(全6回)</p>	<p>受講料等5,000円 (抹茶、菓子代含む) 【全6回分】</p> <p>(別途、懐紙、帛紗、扇子等、菓子切)</p> <p>※腰紐(ベルト) 白い靴下着用</p>	<p>高校生以上の 市民15人</p>	<p>4月30日 (水曜日)</p> <p>(a)～(d) を記入</p> <p>メール、HP の申込 フォーム、 ファクス、 往復はがき で申込</p>



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>お茶席体験！</b></p> <p><b>盛岡の五流派を知ろう</b></p> <p>盛岡で活動している茶道の五流派について、歴史や作法を学び、月釜茶会に参加します。</p> <p>※お茶を点てる講座ではありません。</p>	<p>①6月8日(日曜日) 10:30~12:00</p> <p>②6月15日(日曜日) 11:00~13:30</p> <p>③7月20日(日曜日) 11:00~13:30</p> <p>④9月21日(日曜日) 11:00~13:30</p> <p>⑤11月16日(日曜日) 11:00~13:30</p> <p>⑥3月8日(日曜日) 11:00~13:30</p> <p>(全6回)</p>	<p>受講料1,000円 月釜茶会年会券 5,400円</p>	<p>小学生以上の 市民15人 ※小学生は保 護者同伴</p>	<p>5月20日 (火曜日)</p> <p>(a)~(d)、 (f)を記入</p> <p>HPの申込 フォーム、 ファクス、 往復はがき で申込</p>
<p><b>大学の森で学ぼう</b> <b>～森の植生と</b> <b>人々のなりわいとの関係～</b></p> <p>岩手大学演習林を訪ね、自然観察と現場作業見学を通して地域の環境についての意識を高めるとともに、大学の取り組み・地域貢献について学びます。</p> <p>講師：岩手大学農学部 寒冷フィールドサイエンス 教育研究センター 教授 山本 信次 さん</p>	<p>①6月27日(金曜日) 12:30~16:20</p> <p>②10月10日(金曜日) 11:30~16:30</p> <p>(全2回)</p>	<p>受講料等560円</p>	<p>市民25人</p>	<p>6月17日 (火曜日)</p> <p>(a)~ (d)、(f) を記入</p> <p>HPの申 込フォー ム、ファ クス、往 復はが きで申 込</p>

● 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
<p><b>春休みクイズ</b></p> <p>春休み限定！児童書コーナーで本を題材にしたクイズを出題します。 正解した人にはすてきな景品をプレゼント！</p>	<p>開催中 4月6日(日曜日)まで</p>	<p>無料</p>	<p>子供向け</p>

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>わくわく♪おはなし会</b> 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: 「おはなしちゅーみん」(4・6月) 「おはなしポット」(5月)	4月5日(土曜日) 11:00~11:30  5月10日(土曜日) 11:00~11:30  6月14日(土曜日) 11:00~11:30	無料	どなたでもどうぞ
<b>すきまの時間</b> <b>—おとなのためのおはなし会—</b> 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」	4月5日(土曜日) 14:00~14:40  5月10日(土曜日) 14:00~14:40  6月7日(土曜日) 14:00~14:40	無料	おおむね中学生以上
<b>すみっこおはなし会</b> 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」	4月6日(日曜日) 11:00~11:30  5月4日(日曜日) 11:00~11:30  6月1日(日曜日) 11:00~11:30	無料	おおむね中学生以上



● 往復はがき・応募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)住所 (c)氏名(ふりがな) (d)年代 (e)電話番号 (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
<p><b>歴史入門講座</b></p> <p>岩手の歴史を知りたいけど、「わかりにくい」「難しい」と思っている方のための入門講座です。多角的な視点から岩手の歴史について学びます。</p> <p>①(仮題)「東北の歴史」入門 講師:岩手大学人文社会科学部 教授 樋口 知志 さん</p> <p>②「盛岡藩主南部家の女性の遺言」 講師:東北学院大学 文学部 歴史学科 教授 兼平 賢治 さん</p>	<p>①5月10日(土曜日) 10:00~12:00</p> <p>②5月31日(土曜日) 10:00~12:00</p> <p>(全2回)</p>	<p>受講料 500円</p>	<p>市民80人</p>	<p>4月24日 (木曜日) 往復はがきは (a)~(f) を記入</p> <p>応募フォームは必要事項を入力</p>
<p><b>初心者のための剪定教室</b></p> <p>「枝のどこを切ればいいのかわからない」「一度切ってしまった枝は伸びてこないから不安」…。そんな悩みを抱える初心者向けの講座です。</p> <p>講師は盛岡が誇る天然記念物「石割桜」の剪定を長年担当してきた藤村 孝史 氏です。講義と剪定作業をとおして、庭木の剪定の基本を楽しく学んでみませんか?</p> <p>講師:(有)豊香園 会長 藤村 孝史 さん</p>	<p>①5月22日(木曜日) 10:00~12:00</p> <p>②5月29日(木曜日) 10:00~12:00</p> <p>(全2回)</p>	<p>受講料等 530円</p> <p>持ち物: 刈り込みばさみ ※手ばさみ不可、 手袋、帽子、 動きやすい服装 (長袖、長ズボン/ 黒色を避ける)、 雨具(カッパ)、 飲み物、 汗拭きタオル、 筆記用具 ※暑さ、日よけ、 雨、虫への備えを 可能な範囲で準備 願います。</p>	<p>市民30人</p>	<p>5月9日 (金曜日) 往復はがきは (a)~(f) を記入</p> <p>応募フォームは必要事項を入力</p>



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>自然環境講座</b> <b>～安比高原ブナ二次林軽登山～</b> 「森林浴の森日本100選」にも選ばれている安比高原ブナ二次林を観察し、自然のしくみを学ぶ4時間ほどの軽登山です。  講師:岩手県環境アドバイザー 大友 晃 さん	6月6日(金曜日)  集合:9:00 西部公民館 解散(予定):16:00頃	保険料 30円 持ち物:昼食、飲み物は各自持参、長袖、長ズボン等の軽登山に適した服装、トレッキングシューズ、帽子、雨合羽、軍手、虫除け用品	市民16人	5月16日(金曜日) 往復はがきは(a)～(f)を記入  応募フォームは必要事項を入力

● 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 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
<b>和菓子作り講座</b> 馬ッコ本舗「みやざわ」の職人さんから本格的な和菓子作りを学びます。和菓子はわらび餅、上生菓子を作ります。  講師:馬ッコ本舗「みやざわ」 代表 宮澤 祐一 さん	4月17日(木曜日) 10:00～12:00	材料費1,000円  持ち物:エプロン、三角巾、手拭きタオル、持ち帰り用入れ物	市民16人	3月25日(火曜日) 10:00
<b>親と子の楽しいプレイランド</b> 親子で楽しくリフレッシュしましょう！ ① ふれあい親子体操を楽しもう！ ② 人形劇を楽しもう！ ③ おもちゃひろばで遊ぼう！  講師 ①親子体操インストラクター 岩渕 みどり さん ②おはなしグループ プレーメンの皆さん ③公認心理師 おもちゃコンサルタント 新田 紗希 さん	①5月27日(火曜日) 10:30～11:30  ②6月5日(木曜日) 10:30～11:30  ③6月12日(木曜日) 10:30～11:30  (全3回)	無料	幼児と親子 12組  ※5月27日 のみ16組	5月8日(木曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>パソコン点訳</b> <b>ボランティア養成講座</b> 文字や文章を点字に書き換える点訳を、実際の点訳ソフトを使って体験します。 講師:西部公民館活動サークル「西部点字パソコンサークル・ステップ」の皆さん	①5月21日(水曜日) ②5月28日(水曜日) ③6月4日(水曜日) ④6月11日(水曜日) ⑤6月18日(水曜日) ⑥6月25日(水曜日) 13:00~15:30 (全6回)	教材費 2,000円	点訳に関心があり、パソコンの基本操作ができる 市民6人	5月8日(木曜日) 11:00
<b>健康いきいきスポーツ教室</b> ボッチャ、シャフルボード、モルック、ボールを使ったストレッチなどのニュースポーツを楽しみます。 講師:盛岡市スポーツ推進委員	4月23日(水曜日) 10:00~11:30 5月28日(水曜日) 10:00~11:30 6月25日(水曜日) 10:00~11:30	保険料1回30円 持ち物:運動ができる服装、上履き、飲み物、タオル	市民 20名	◎4月分 4月8日(火曜日) ◎5月分 5月13日(火曜日) ◎6月分 6月10日(火曜日) 10:00
<b>健康生き生きマージャン教室</b> 「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的とした健康麻雀。脳トレとしての効果があるとも言われています。適度な運が関わるこのゲーム、初心者・経験者を問わず、皆でわいわい卓を囲んでみませんか? 講師:西部公民館職員	5月14日(水曜日) 13:30~15:30 6月11日(水曜日) 13:30~15:30	無料	市民16人 ※定員外の見学可	◎5月分 5月1日(木曜日) ◎6月分 5月29日(木曜日) 10:00

● 電話・応募フォームで申し込む講座 <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)

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	申込開始
<b>名作映画会</b> さまざまな映画作品を集まって鑑賞することを通じて、皆で感情の共有をしませんか?	6月7日(土曜日) 10:00~12:00	無料	市民30人	5月20日(火曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>英語で盛岡</b> <b>ツアーガイド入門</b> 世界から注目され、多くの外国人が訪れるようになった盛岡。本講座は「盛岡ツアーガイド」テーマにした初歩の英会話入門です。AI翻訳も進化していますが、実際の「言葉」での「伝え合い」に挑戦してみませんか？	① 6月21日(土曜日) 10:00~12:00  ② 6月28日(土曜日) 10:00~12:00  ③ 7月5日(土曜日) 10:00~12:00	受講料 500円 (全3回分)	市民 20人	6月4日 (水曜日) 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
<b>ふたば</b> <b>わらべうた・おはなし会</b> 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(読み聞かせサークル)	4月16日(水曜日)  5月21日(水曜日)  6月18日(水曜日)  1部 10:00~10:40 2部 10:50~11:10	無料	3歳以下の乳幼児と保護者 1部: 1歳3ヵ月~3歳 2部: 0歳~1歳3ヵ月向け 各回当日先着13組または26人



● 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-kyara@mfca.jp](mailto:kouza-kyara@mfca.jp)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>生涯青春講座</b></p> <p>人生いつまでも若々しく健やかに！和菓子づくり、特殊詐欺講座、中尊寺の歴史学習など充実の内容。館外研修先は中尊寺など</p> <p>講師:竹芳 長澤 武久 さん</p> <p>平泉世界遺産ガイドセンター 八重樫 忠郎 さん</p> <p>岩手県復興防災部 消防安全課職員 ほか</p>	<p>①5月7日(水曜日) 10:00~12:00</p> <p>②5月14日(水曜日) 13:30~15:00</p> <p>③5月21日(水曜日) 10:00~12:00</p> <p>④5月28日(水曜日) 9:00~15:30</p> <p>(全4回)</p>	<p>材料費・保険料・ 館外研修費等実費</p>	<p>60歳以上の 市民30人</p>	<p>4月24日 (木曜日)</p> <p>(a)~(f) を記入</p>
<p><b>キャラホール子育て応援講座</b> 「おとうさんとあ・そ・ぼ！」</p> <p>今年も「新米パパコース」と「幼児パパコース」に分けて実施！保育のプロでもあり、先輩パパでもある講師と一緒に楽しく過ごしましょう♪</p> <p>講師:男性保育士連チームファンタジスタ</p>	<p><b>【新米パパコース】</b></p> <p>①6月8日(日曜日) 10:00~11:30</p> <p>②6月15日(日曜日) 10:00~11:30 (全2回)</p> <p><b>【幼児パパコース】</b></p> <p>6月29日(日曜日) 10:00~11:30</p>	<p>材料費・保険料等 実費</p>	<p><b>【新米パパコース】</b> 第1子が首すわり~12か月の父親10組</p> <p><b>【幼児パパコース】</b> 年少~年長の子と父親15組</p>	<p><b>【新米パパコース】</b> 5/24 (土曜日)</p> <p><b>【幼児パパコース】</b> 6/14 (土曜日)</p> <p>(a) (b) (d) (g)~(i) (k) (l)を 記入</p>



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>新米ママの子育て講座</b> はじめての子育てに奮闘中のママに育児について専門家から温かいアドバイス。あれこれ楽しく学びながら仲間作りができる講座です。2～5回は託児があります。  講師: 幼児教室講師 木村 純子 さん  岩手大学名誉教授 武田 京子 さん ほか	① 6月25日(水曜日) 10:00～11:30  ② 7月 2日(水曜日) 10:00～11:30  ③ 7月9日(水曜日) 10:00～11:30  ④ 7月17日(木曜日) 10:00～11:30  ⑤ 7月23日(水曜日) 10:00～11:30  (全5回)	調理試食・保険料等実費 300 円	第1子が8～24ヵ月未満の母親 10組	6月11日(水曜日)  (a)～(d)、(f)、(g)、(h)、(k)、(l)、(o)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 都南公民館(019-637-6611)

子育て支援センター(019-651-8580)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>キャラホール少年少女合唱教室</b>  みんなおいでよ！いっしょに歌おう♪  合唱が大好きなお友達がたくさん集まる教室です。合唱をとおして、よい自分と出会おう！  講師: 赤沼 利加 さん 松本 圭子 さん 磯貝 友絵 さん 小原 恵美子 さん	4月12日(土曜日)から 12月20日(土曜日)  低学年クラス 14:00～14:50  高学年クラス 15:00～16:30  ※感染症対策として、練習時間は変動する可能性があります。  (全30回)	教材費 2,500 円/年  親の会活動費 1,000 円/年  ※令和5年度実績	低学年クラス (小3、4) 40人  高学年クラス (小5～中3) 40人  	申込受付中  メールでの申込み可  (a)～(n)、当館までの交通手段、クラブ・土曜日の習い事、アレルギー、健康面等伝えておきたい事を記入して、 syounen-syoujyo@mfca.jp まで
<b>キャラホール子育て応援講座 つくってあ・そ・ぼ!</b> 身近な材料でおもちゃを作って親子でたくさん遊んじゃおう！ 講師: とりょう保育園保育士	5月7日(水曜日) 10:00～11:30	無料	1～2才の子とその親 10組	4月7日(月曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>こんにちはママさん講座</b> <b>あんあんコース</b> 子育てについての悩みを共有！同じくらいの月齢のお子さんを持つママ同士が集まって一緒に遊べる講座です。	①5月15日(水曜日) 10:00～11:30  ②5月22日(水曜日) 10:00～11:30  (全2回)	材料費 (離乳食代) 150円	令和6年10月 ～12月に生まれた子と保護者 20組	4月7日 (月曜日) 10:00 ※子育て支援センターへ

● 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
<b>にこにこルーム</b> 親子の遊びの広場を開催します。保育士さんと一緒に遊ぼう！手作りおもちゃも沢山あるよ。お母さん同士の交流もできます♪	4月10日(木曜日) 10:00～11:30  6月5日(木曜日) 10:00～11:30	無料	0歳～おおむね3歳までの親子
<b>子どもシネマランド</b> 3本の名作映画を上映します。 「きつねのしっぽ」 「アリとキリギリス」 「こじのはしがかかるとき」	5月11日(日曜日) 10:30～11:15	無料	幼児・小学生と保護者



● 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](mailto: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
<p><b>歌ごえをみんなで♪</b></p> <p>抒情歌や歌謡曲などを楽しく歌う人気の講座です。5回を通して、やさしい二部合唱にも取り組みます。講師が丁寧に指導してくれますので、合唱経験がなくても大丈夫！                  みんなで気持ちよく歌って心も身体もリフレッシュしましょう♪</p> <p>講師:門脇 次郎 さん                  鈴木 たたえ さん                  櫻野 杏里 さん</p>	<p>①5月28日(水曜日) 13:15~15:15</p> <p>②6月4日(水曜日) 13:15~15:15</p> <p>③6月11日(水曜日) 13:15~15:15</p> <p>④6月18日(水曜日) 13:15~15:15</p> <p>⑤6月25日(水曜日) 13:15~15:15</p> <p>(全5回)</p>	<p>受講料等 1,200円</p>	<p>市民 50人</p>	<p>5月14日 (水曜日)</p> <p>(a)~(e)を記入</p> <p>往復はがき、またはメールでの申込</p> 
<p><b>世界がひろがる！ はじめての韓国語</b></p> <p>韓国人の先生から本場の言葉や文化を学ぶ初心者向けの講座です。                  韓国に興味を持っている方、一緒に楽しく学びましょう！</p> <p>講師:韓 希暲 さん</p>	<p>①7月13日(日曜日) 10:00~11:30</p> <p>②7月20日(日曜日) 10:00~11:30</p> <p>③7月27日(日曜日) 10:00~11:30</p> <p>(全3回)</p>	<p>受講料 500円</p>	<p>市民 20人</p>	<p>7月3日 (木曜日)</p> <p>(a)~(e)を記入</p> <p>往復はがき、またはメールで申込、または、専用申込用紙をFAXで送付</p> 

● 来館又は電話、申し込み用紙の FAX で申し込む講座 <定員を超えた場合は抽選となります>

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
<p><b>少年自然教室</b></p> <p>農業体験(植え付け～収穫)、カヌー体験、冬の雪あそびなど、四季を通して活動を行います。新しいお友達と自然の中でさまざまな体験を通して楽しみましょう!</p> <p>講師:森林インストラクター ほか</p>	<p>①6月 14日(土曜日) (開講式・保護者説明会)</p> <p>②8月 7日(木曜日)</p> <p>③9月 20日(土曜日)</p> <p>④令和8年 1月 24日(土曜日) (閉講式)</p>	<p>実費 4,000 円 (傷害保険料、 手数料、材料費等)</p>	<p>小学4～6年 20人</p>	<p>電話、直接 来館で申 込、また は、申込用 紙を郵送・ FAX 5月15日 (木曜日) 21:30 必着</p>

● 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
<p><b>もりげきサロン</b></p> <p>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も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。</p>	<p>4月8日、15日、22日 5月13日、20日、27日 6月10日、17日、24日 10:00～15:30 (火曜日)</p>	<p>無料 ※マイカップ持 参でご利用く ださい。</p>	<p>市民</p>
<p><b>にこにこルーム</b></p> <p>親子のあそびの広場を開催します。 保育士さんとおもちゃや歌と一緒にあそぼう!お母さん同士の交流もできます♪ お気軽にお越しください!</p>	<p>5月8日(木曜日) 10:00～11:30</p>	<p>無料</p>	<p>0歳～おおむね3歳までの お子さんとその親</p>

● 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>

メール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)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-himekami@mfca.jp](mailto:kouza-himekami@mfca.jp)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>ヒストリア玉山</b> ①生出 講師:砂子田 英一郎 さん 「もりおか近郊自然歩道 生出コース」約4km・約2時間をめぐります。 ②日戸 講師:熊谷 透さん 姫神ウィンドパークとサクラパーク姫神をめぐります。 ③渋民 講師:石川啄木記念館学芸員 4月にリニューアルオープンした「石川啄木記念館・玉山歴史民俗資料館」を解説と共にめぐります。	①4月17日(木曜日) 9:00~13:00 ②4月24日(木曜日) 9:00~13:00 ③5月1日(木曜日) 9:00~13:00 (全3回) ①のみユートランド姫神 集合・解散 ②③の集合・解散は 渋民公民館	受講料590円 (受講料・保険料)	市民20人 ※約4km・約2時間を歩ける方	4月3日 (木曜日) 必着 (a)~(e)を記入
<b>はじめての 親子トレッキング 鞍掛山</b> 初心者向け。山頂は目指しません。 講師:八幡平市山岳協会 会長 田中 耕一 さん	5月10日(土曜日) 9:30~14:30 集合、解散は渋民公民館 雨天中止	1人130円 (保険料)	盛岡市の 4~7歳の子と 保護者 12人	4月23日 (水曜日) 必着 (a)、(b)、 (d)、(g)、 (h)、(l) を記入



● 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)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
<b>軽登山・環境トレッキング</b> <b>(春)</b> 場 所:高洞山(盛岡市上米内) 指導者:田中 耕一 さん	4月25日(金曜日) 9:50~14:15 ※バスにて公民館集合・解散	参加費 300円 (保険代・写真代 等)	登山経験のある 概ね18歳 以上の市民 21人	4月1日 (火曜日) (a)~(e)を 記入
<b>軽登山・環境トレッキング</b> <b>(夏)</b> 場 所:兜明神岳(区界) 指導者:田中 耕一 さん	6月13日(金曜日) 9:00~15:30 ※バスにて公民館集合・解散	参加費 300円 (保険代・写真代 等)	登山経験のある 概ね18歳 以上の市民 21人	5月22日 (木曜日) (a)~(e)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(019-611-8111)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>家族といっしょに</b> <b>『母の日』に贈る</b> <b>スイーツづくり教室</b> 講師:お菓子教室『カスタード』 鈴木 かおる さん	5月11日(日曜日) 10:00~12:00	材料費 2,000円 (箱代・ラッピング 代含む)	小中学生とそ の父親8組	4月7日 (月曜日) 10:00
<b>スマホ教室</b> 1・2 スマホの基本と キャッシュレス体験 3・4 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	5月26日(月曜日) 1 10:00~12:00 2 13:00~15:00 5月27日(火曜日) 3 10:00~12:00 4 13:00~15:00	無料	市民各回10人	5月7日 (水曜日) 10:00 受講希望日 を選択
<b>初級英会話講座</b> <b>~お茶de英会話~</b> 講師:菊池 千保里 さん	①6月3日(火曜日) 10:00~12:00 ②6月10日(火曜日) 10:00~12:00 (全2回)	受講料等 1,500円 (茶菓代・資料代 等)	市民18人 (英語初心者)	5月8日 (木曜日) 10:00

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>松園を学ぶ</b> 講師:(未定)	①6月20日(火曜日) 10:00~12:00  ②6月27日(火曜日) 10:00~12:00  (全2回)	無料	市民30人	5月14日 (水曜日) 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
<b>おやとこひろば</b> 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 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	4月10日(木曜日) 10:00~11:30  5月16日(金曜日) 10:00~11:30  6月11日(水曜日) 10:00~11:30	無料	0歳児から就園前の子 どもとその保護者
<b>春のお楽しみ映画会</b> ・ゲーフィーのバスケットボール ・10ぴきのかえる ・おにたのぼうし	4月23日(水曜日) 15:00~16:00	無料	市民(小学生中心)50人

● 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
<p><b>五感で楽しむ トレッキング講座</b></p> <p>トレッキングの基礎を確かめながら知り合った仲間と山を楽しみ、健康な体づくりに取り組みます。</p> <p>①「リンゴの花 北上川」パノラマを楽しもう トレッキングの基礎を学びながら盛岡市乙部朝島山を散策します。</p> <p>②太平洋を眼下に望み五十万本の「つつじ」を堪能しよう 気仙沼市の徳仙丈山を散策し太平洋の海原と五十万本の「つつじ」を堪能します。</p> <p>③風の音 潮の香「みちのく潮風トレイル」を散策しよう 宮古市田老の真崎海岸から山王岩までの海岸を散策します。</p> <p>講師:環境アドバイザー 今宮 英男 さん</p> <p>赤松 義則 さん 沼宮内 敬 さん</p>	<p>①5月 2日(金曜日) 8:30~13:00</p> <p>②5月 29日(木曜日) 8:00~16:30</p> <p>③6月 12日(木曜日) 8:30~16:00</p> <p>(全3回)</p>	<p>参加費 1,600 円 (保険料・入湯料 1回分・高速料 等)</p>	<p>市民 24 人</p>	<p>4月 18 日 (金曜日) 8:30~ 9:00 に 公民館窓 口で整理 券を配布 し9:00 から抽選 します</p>



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<p><b>歩いてワクワク教養講座</b></p> <p>地域の歴史と文化、さらに環境について学ぶことで現在と未来を考えます。</p> <p>①明治・大正・昭和の時代に タイムスリップ もりおか町家物語館を中心とした鉾屋町界隈の歴史について学びます。</p> <p>講師:もりおか町家物語館職員 NPO 法人盛岡まち並み塾 ボランティア</p> <p>②盛岡の神社・新庄界隈歴史探訪 盛岡八幡宮から住吉神社、そして天満宮までを散策し神社と地域の歴史について学びます。</p> <p>講師:盛岡文化地層研究会 眞山 重博 さん</p> <p>③蘇った! 「ヤマメが住む北上川」 ヤマメが住む川になった北上川。そこに至るまでの人間の努力と日本の技術を学び、将来の環境について学びます。</p> <p>講師:松尾鉾山資料館職員 旧松尾鉾山新中和処理施設職員 岩手県県民の森森林ふれあい学習館職員 岩手県内水面水産技術センター職員</p>	<p>①5月22日(木曜日) 9:00~12:00</p> <p>②6月6日(金曜日) 9:00~12:00</p> <p>③6月20日(金曜日) 8:30~16:00</p> <p>(全3回)</p>	<p>参加費 2,000 円 (保険料・昼食代 1回分・高速料 等)</p>	<p>市民 20 人</p>	<p>4月25日 (金曜日) 8:30~ 9:00に 公民館窓 口で整理 券を配布 し9:00 から抽選 します</p>

● 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
<p><b>パッチワークキルト教室</b></p> <p>パッチワークキルトを学び文化の向上と生活の充実を図ります。</p> <p>①パッチワークの基本を学ぼう 「鍋敷き」を作るための生地選び、デザイン画、製図に取り組みます。</p> <p>②世界にひとつだけの「鍋敷き」を作ろう 鍋敷きづくりに挑戦します。</p> <p>③世界にひとつだけの「鍋敷き」の完成！ 鍋敷きを完成させます。</p> <p>講師:キルトあやめ会 室月 あさ子 さん</p>	<p>①5月27日(火曜日) 10:00~12:00</p> <p>②6月10日(火曜日) 10:00~12:00</p> <p>③6月24日(火曜日) 10:00~12:00</p> <p>(全3回)</p>	<p>参加費 100 円 (材料費)</p>	<p>市民4人</p>	<p>4月30日 (水曜日) 9:00~ (先着順)</p>
<p><b>「健康なからだづくり」料理講座</b></p> <p>日々の食事に一工夫のヒントを知り健康料理を味わいます。</p> <p>①チーズ、納豆、ヨーグルトの健康パワー 献立:豆ごはん、酒粕汁、鶏肉のいきなりしょうゆ煮、春キャベツの白和あえ、コーヒーゼリー</p> <p>②きのこ、野菜の健康パワー 献立:ビビンバ、わかめスープ、マーボー豆腐、スパゲティーサラダ、カップケーキ</p> <p>③芋、果物の健康パワー 献立:卵サンドイッチ、コンソメスープ、鶏肉のトマト煮こみ、白菜の生姜しょうゆあえ、オレンジゼリー</p> <p>講師:管理栄養士 小笠原 美津子 さん</p>	<p>①5月30日(金曜日) 10:00~12:30</p> <p>②6月13日(金曜日) 10:00~12:30</p> <p>③6月27日(金曜日) 10:00~12:30</p> <p>(全3回)</p>	<p>参加費 2,200 円 (保険料・材料費)</p>	<p>市民8人</p>	<p>5月1日 (木曜日) 9:00~ (先着順)</p>