



令和7年度 盛岡市公民館総合講座案内(令和7年11月～12月)

# 冬の講座のご案内



☆ 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10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

<a href="#">中央公民館</a>	P2～5
<a href="#">上田公民館</a>	P6～7
<a href="#">西部公民館</a>	P8～12
<a href="#">都南公民館</a>	P13～14
<a href="#">河南公民館</a>	P14
<a href="#">松園地区公民館</a>	P15
<a href="#">見前地区公民館</a>	P16
<a href="#">乙部地区公民館</a>	P17～18
<a href="#">好摩地区公民館</a>	P18
<a href="#">見前南地区公民館</a>	P19～20

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。



中央公民館の駐車場台数には限りがあり、混雑時は満車となり駐車出来ません。  
また、周辺には有料駐車場も無いため、公共交通機関等での来館に御協力ください。

● 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>

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 [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>盛岡の魅力講座</b> <b>(街歩き編・秋)</b> 盛岡の名所見学や街歩きを通して、地域の魅力を発見する講座。 ①盛岡八幡宮見学 ②旧石井県令邸見学 ③盛岡ふるさとガイドによる街歩き	① 11月12日(水曜日) 10:00～11:30 ② 11月19日(水曜日) 10:00～11:30 ③ 11月26日(水曜日) 10:00～11:30  (全3回)	受講料 500 円 (保険料別途 90 円)	市民 15 人  問題なく階段の昇降や 90 分の街歩きができる方	10月31日 (金曜日) 11:00 往復はがきは同日必着 (a)～(d)を記入
<b>はじめての手話教室</b> 初めて手話に触れる方を対象に、あいさつや自己紹介など、日常で使える簡単な表現を学びます。 講師:岩手県聴覚障害者協会派遣 葛西 のり子 さん	① 11月22日(土曜日) ② 11月29日(土曜日) ③ 12月6日(土曜日) ④ 12月13日(土曜日) ⑤ 12月20日(土曜日) 各 10:00～11:30  (全5回)	テキスト代 660 円	16 歳以上の市民 15 名	11月5日 (水曜日) (a) (b) (c) (d) (e) (f) を記入
<b>防災教室 いざ避難！</b> <b>あなたはその時、どうする？</b> 講師:地域防災サポーター	<b>【Aコース】</b> 12月7日(日曜日) 10:00～12:00 「マイ・タイムライン体験」  <b>【Bコース】</b> 12月14日(日曜日) 10:00～12:00 「避難所体験」  (各々別の講座)	受講料 無料	市民 40 人 先着	11月26日 (水曜日) (a)～(g)を記入
<b>おとなのための絵本講座</b> 絵本の魅力や奥深さを学ぶ講座です。 講師:藤村 友樹子 さん	12月18日(木曜日) 13:30～15:00  (全1回)	無料	市民 15 人 (18 歳以上)	12月9日 (火曜日) (a)～(d)を記入 フォーム・FAX・窓口で受付


講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>ひらめき算数探検隊</b> <b>～図形と数の不思議に挑戦～</b> 図形や数字に隠された仕組みやルールを、ひらめきで解き明かすチャレンジ講座です。クイズやパズルのような問題に挑戦しながら、算数の奥深さと面白さを体験します。親子での参加也大歓迎です！ 講師： 元岩手県中学校数学教育研究会 会長 佐藤 精晋 さん	令和8年 ① 1月7日(水曜日) 10:00～11:30 ② 1月8日(木曜日) 10:00～11:30 ③ 1月9日(金曜日) 10:00～11:30 (全3回)	無料	算数や数字・図形に興味がある小学4年生～中学生の盛岡市民(親子も可) 20名	12月19日 (金曜日) フォームから申込 

● 申込フォーム、窓口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。

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>はじめてのスマホ入門</b> スマホの基本操作とLINE体験 ※ 講座では、貸出用のAndroid端末を使います。ご自身のスマホは使用しません。 講師：ソフトバンク株式会社職員 (スマホアドバイザー)ほか	11月26日(水) ① 10:00～12:00 ② 13:00～15:00 ※①・②とも同一の内容	無料	盛岡市民 15人	11月5日 (水曜日) 10:00～ 窓口での受付も可 ※受講希望時間(①か②)を選択
<b>先人講座</b> <b>王朝のコレクター・</b> <b>太田孝太郎を知る</b> 実業家、郷土史家、書家等様々な面を持つ太田孝太郎について学び、岩手県立博物館が所蔵する太田孝太郎が蒐集した貴重な中国古印コレクションを鑑賞する。 講師：岩手県立博物館 専門学芸調査員 工藤 健 さん	12月18日(木曜日) 10:00～12:00 中央公民館発着バス 9:30 発 12:30 着 (予定) 現地集合可 (全1回)	受講料無料 (別途保険料 30 円 入館料 350 円)	市民 24人	11月18日 (火曜日) 10:00 窓口と申込フォーム



講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込期限
<b>親子ふれあい ベビーヨガ教室</b> 赤ちゃんと一緒にヨガを楽しみながら、心も体もほっとひと息つけるリラックスタイムです。 講師: ヨガインストラクター 梅原 麻梨子 さん	<b>【A日程】</b> 12月4日(木曜日) 10:00～11:00  <b>【B日程】</b> 12月11日(木曜日) 10:00～11:00  <b>【それぞれ単発講座】</b>	保険料 1名 30 円	盛岡市民の親子 先着 10 組 <b>【首が座っている～歩く前まで(3か月～11か月頃)】</b>  未就学児のきょうだいを対象に託児あり(各回先着3名)	11月18日(火曜日) 10:00～受付開始 11月24日(月曜日) 15:00 締切  フォームから申込 
<b>冬もわらべうたで遊ぼう！</b> 子でいっしょに、わらべうたで遊びながらスキンシップの時間を楽しみましょう。 講師: 「のはらうた」 主宰 小田 葉 さん	令和8年 ① 1月20日(火曜日) ② 1月27日(火曜日)  10:30～12:00  ※ ①と②は対象が異なります	無料	① 0歳～1歳前後の子どもと保護者 ② 1歳頃～2歳前後の子どもと保護者	12月19日(金曜日) 10:00～ フォームで受付

● 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>すきまの時間 ーおとなのためのおはなし会ー</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」	11月1日(土曜日) 14:00～14:40  12月6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」	11月2日(日曜日) 11:00～11:30  12月7日(日曜日) 11:00～11:30	無料	どなたでもどうぞ
<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: 「おはなしポット」(11月) 「おはなしちゅーみん」(12月)	11月8日(土曜日) 11:00～11:30  12月13日(土曜日) 11:00～11:30	無料	どなたでもどうぞ

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>図書室展示 秋の読書週間</b>  <b>職員おすすめの本を紹介します</b>	11月9日(日)まで 9:00～17:00	無料	どなたでも
<b>図書室展示</b> <b>「文学賞受賞作品」</b> 芥川賞や直木賞、本屋大賞などの受賞 作品を展示・貸出します。	11月14日(金曜日) ～ 11月30日(日曜日) 9:00～17:00	無料	どなたでも
<b>図書室子ども向け行事</b> <b>「冬休みクイズ」</b> 本の内容についてのクイズを出題 します。正解した人には、ささやか ですがプレゼントがあります。	12月13日(土曜日) ～ 令和8年1月12日(月曜日) 9:00～17:00	無料	子どもと保護者
<b>環境講座</b> 盛岡城跡公園でザリガニ大会を企 画・運営した姉妹の実践発表を通し て、身近な水質問題を考えます。 講演者:澤崎 わかな さん 澤崎 なのは さん	12月14日(日曜日)  14:00～15:00	無料	市民
<b>おんがくとおはなしの            クリスマス会(仮)</b> <b>クリスマスコンサートとお            はなし会を行います。</b> <b>演奏: 岩手☆ママさん吹奏            楽団 IHATOV(イーハトーヴ)</b> <b>おはなし会:</b> <b>中央公民館おはなしボラン            ティアのみなさん</b>	12月21日(日曜日) 10:30～12:00	無料	0歳からご家族みなさんで お越してください



● 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](mailto: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
<b>魅力たっぷりの岩洞湖で そばうち体験</b> 岩洞湖活性化センターの講師の指導で、新そば(薮川蕎麦)を打って食べる体験講座です。	① 11月29日(土曜日) ② 11月30日(日曜日) 時間①、②とも9:30~14:10 (集合・解散は都南総合支所駐車場)	体験料1,060円(保険・暖房料含む) エプロン・薄手のゴム手袋・三角巾	①は市民20人(一人で参加できる中学生以上) ②は小学生の親子20名(保護者2名と小学生2名まで一緒に応募できます)	11月12日(水曜日)の消印有効 往復はがきの場合(a)~(d)②は、参加する全員の氏名。小学生は(n)(o)も 応募フォームの場合、必要項目を入力
<b>「冬の和菓子を作って味わおう」</b> 冬の植物の美しさを、自分の手でおいしい和菓子にして目と舌で味わいましょう。 講師:造り菓子 竹芳 長澤 武久 さん	12月6日(土曜日) 13:30~15:30 会場:中央公民館、調理実習室	材料費 600円	市民30人	11月19日(水曜日)の消印有効 往復はがき(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
<b>親子体験教室</b> <b>「親子でクリスマスケーキを作ろう」</b> 北欧ではクリスマス時期に、ブッシュドノエルという丸太型のケーキを作っています。そのブッシュドノエルを、親子で手作りしませんか。 講師:成田クッキングセミナー主宰 成田 健児 さん	12月7日(日曜日) 13:30~16:00  会場:都南公民館 調理実習室	材料費 1,500円程度	小学生の親子 11組(小学生の兄弟姉妹はと保護者2名は一緒に応募できます)	11月19日 (水曜日) の 消印有効  往復はがきの 場合、(a) ~ (d) 小 学生は (n) (o) も 記入  応募 フォーム の場合、 必要項目 を入力
<b>「大人も子どもも楽しめる 初心者向けクラシック講座」</b> ピアノとバイオリンデュオ <b>SEKIREI</b> のお2人による生演奏と解説でクラシックの魅力を味わう講座。 講師:ピアニスト 関 和歌子さん バイオリニスト 伊禮 しおりさん	1月9日(金曜日) 13:30~15:30  会場:都南公民館 小ホール	受講料無料	小学生以上の 市民50名 (小学生は、 保護者同伴。 保護者と小学生は一緒に応募できます)	12月19日 (金曜日) の消印有効  往復はがきの 場合、 (a)~(d) 小学生は (n) (o) を記入  応募 フォーム の場合、 必要項目 を入力



● 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) 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
<b>近世・近代史講座</b> ① 「盛岡武士の湯治」 ② 「小繫事件と入会」 について学びます。  講師:① 盛岡大学 文学部 教授 上白石 実 さん  ② 岩手小つなぎの会 事務局長 八木 光則 さん	① 11月29日(土曜日) 10:00~12:00  ② 12月13日(土曜日) 10:00~12:00  (全2回)	受講料 500円 (全2回分)	市民 80人	11月11日 (火曜日) 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・申込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)

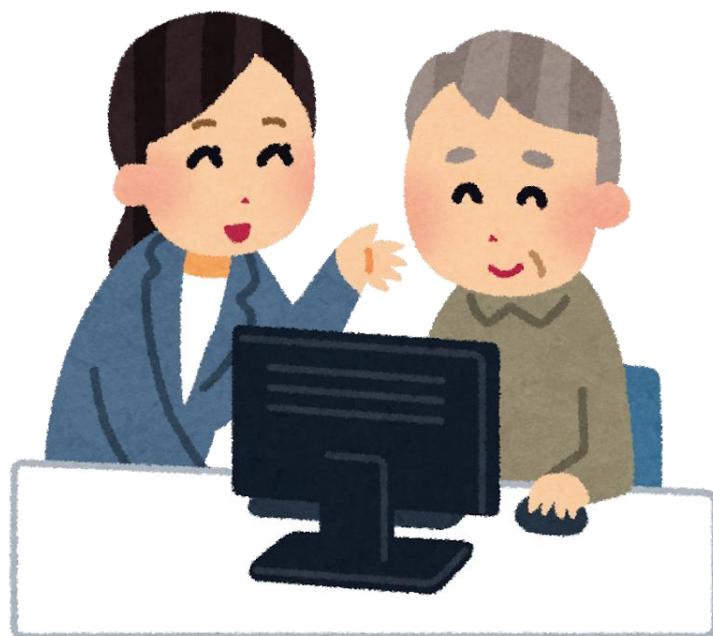
講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象・定員	申込開始
<b>名作映画会</b> <b>『あゝ野麦峠』</b> 20世紀初頭。13歳の少女が飛騨の山村から野麦峠を越えて、長野県岡谷市の製糸工場に働きに行く。実家の家計を助けるために過酷な労働に耐える少女の悲劇。1979年に山本薩夫監督、大竹しのぶ主演で映画化され、多くの人々に感動を与え、近代日本の民衆史を照らし出す作品。	11月1日(土曜日) 10:00~12:30	無料	市民 30人	10月15日 (水曜日) 10:00
<b>はじめての消しゴムはんこ教室~クリスマスカードや年賀状を作ろう~</b> 自分だけのオリジナルはんこを作ります。 講師:はたけだ まさこ さん	① 11月22日(土曜日) ② 12月20日(土曜日) 9:30~12:00  全2回	受講料 500円 保険料 30円 材料費 1,500円  持ち物 ティッシュ ウェットティッシュ 持ち帰り用の袋	市民 20人 (小学5年生以上)	10月28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
<b>親子で楽しい おもちゃづくり</b> 身近な材料でおもちゃを作って、 親子でたくさんあそびましょう。 講師:盛岡市とりょう保育園子育て 支援センター保育士	12月3日(水曜日) 10:00～11:30	無料	1～3才の幼 児とその保護 者10組	11月18日 (火曜日) 10:00
<b>健康教室 ピラティスでリフレッシュ！</b> ピラティスを通して、姿勢改善や ストレス解消を図ります。 講師:Basi ピラティスマットインストラクター 中村 葉子 さん	① 12月4日(木曜日) ② 12月11日(木曜日) 13:30～15:00  全2回	受講料 500円 持ち物 ヨガマッ トまたは大きめの バスタオル、飲み 物 ※内履きは不要	市民20人 ※医師から運 動制限をされ ていない方	11月19日 (水曜日) 10:00
<b>フラワーアレンジメント講 座～クリスマス＆お正月ア レンジメント～</b> クリスマスとお正月にご自宅を飾る フラワーアレンジメントを作ります。 講師: フラワーショップ「レ・クルール」 代表 木村 公子 さん	① 12月5日(金曜日) ② 12月26日(金曜日) 10:00～12:00  (全2回)	受講料 500円 (2回分) 材料費 2,800円 (各回)  持ち物 花きりばさみ (持っていれば)	市民16名	11月18日 (火曜日) 11:00
<b>ちびっこ広場映画会</b> 「映画 すみっコぐらし とびだす絵 本と秘密のコ」を上映します。	12月6日(土曜日) 10:30～11:40	無料	幼児・小学生と その保護者 30人	11月18日 (火曜日) 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 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」の皆さん	11月19日(水曜日) 12月17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10組
<b>パソコン・スマホお助け 相談会</b> 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 10月4日(土曜日) ② 10月11日(土曜日) ③ 10月18日(土曜日) ④ 10月24日(金曜日) ⑤ 11月1日(土曜日) ⑥ 11月8日(土曜日) ⑦ 11月14日(金曜日) ⑧ 11月22日(土曜日)  13:00~16:00	1回500円	盛岡市民



● 西部公民館祭 2025 11月7日(金曜日)から11月9日(日曜日)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>【作品展示】</b> 写真、手芸、絵画など17団体	11月7日(金曜日) から 11月9日(日曜日) 9:00~16:00 ※最終日は15時まで	無料	お誘いあわせの上、 お気軽にお越しください！
<b>【舞台発表】</b> 合唱、ダンス、中国武術、合奏 など合計20団体 会場: 1階プレーホール	① 11月7日(金曜日) 14:00~14:10 大新保育園きりん組 ~マーチング~  14:15~14:30 大新小学校4年生 ~合唱~  ②11月8日(土曜日) 9:55~13:55 西部公民館利用サークルによ る合唱、中国武術、ダンス、 詩吟など17団体  ③11月9日(日曜日) 10:30~11:00 シンフォニエッタ盛岡に よるコンサート  13:00~14:45 <b>【公開講座】</b> ジャズ入門講座 ※詳細は次ページに記載	無料	
<b>【ブックリユース！            (本の無料譲渡会)】</b> お好きな本を自由に(5冊以内) お持ち帰りください。 会場: 3階大会議室 ※本の寄付も同会場で受付 入れ物をお持ちください	11月8日(土曜日) 9:00~16:00 11月9日(日曜日) 9:00~15:00		
<b>【カナンの園ヒソプ工房            喫茶】</b> 自家製パンや焼き菓子の販売 コーヒーの提供など 会場: 3階エレベーターホール	11月7日(金曜日) 11月8日(土曜日) 10:00~ 売り切れ次第終了		

● 西部公民館祭 2025 11月7日(金曜日)から11月9日(日曜日)

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>【青山コミュニティ番屋 たこやき愛好会】</b> たこやきの販売	11月8日(土曜日) 10:00～ 売り切れ次第終了		
<b>【盛岡杉生園屋台】</b> 焼きとり、フランクフルトなどの 販売 会場: 1階玄関前	11月9日(日曜日) 10:00～ 売り切れ次第終了		
<b>【ユリノキ会 杜の家】</b> クレープなどの販売 会場: 1階玄関前	11月8日(土曜日) 11月9日(日曜日) 10:00～ 売り切れ次第終了		
<b>【手打ちそば食堂】</b> 盛岡手打ちそばの会による 手打ちそばのふるまい	11月9日(日曜日) 11:00～ 売り切れ次第終了	一食 500 円 (200 食限定)	
<b>【お茶会】</b> 茶道同好会白水会(江戸千家) によるお茶会 会場: 3階和室	11月9日(日曜日) 10:00～12:30 ※受付は 12:00 まで	一席 500 円 (70 席限定)	
<b>【初心者囲碁教室】</b> 西部囲碁クラブによる 初心者向けの囲碁教室 会場: 3階大会議室	11月9日(日曜日) 10:00～15:00	無料	
<b>【公開講座】</b> <b>ジャズ入門講座</b> <b>馬場葉子先生のジャズのお稽古塾～ジャズライブを楽しもう！～</b> ジャズスタンダードナンバーを中心としたスペシャルジャズライブ！ ジャズの特徴的なリズム(スイング)やアドリブの解説をします。  ピアノ: 馬場 葉子 先生 ボーカル: 鈴木 雅子 先生 ベース: 桜井 勝 先生 ドラム: 山内 協 先生	11月9日(日曜日) 13:00～14:45	無料	



● 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>

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。

※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
<b>防災講座</b> <b>「クルマの防災&amp;御所ダム見学」</b> 講師:一般社団法人日本自動車連盟 岩手支部 渡辺 定則 さん  豪雨・豪雪等の災害時に役立つ知識を学びます。 その後御所ダムを見学し(階段の上り下り有)、手づくり村でダムカレーの昼食をいただきます。	全1回 11月19日(水) 10:30~15:30  都南公民館第1研修室	1,150円 (保険代、資料代、昼食代)	市民20名	11月11日 (火曜日) 必着  
<b>親子の楽しい体験教室</b> <b>「クリスマスケーキ教室」</b> 講師:食育インストラクター 成田 健児 さん  親子でひとつ、基本の丸いホールケーキを作ります。	全2回 12月20日(日) 【午前の部】 9:30~12:30 【午後の部】 13:30~16:30  都南公民館調理室	1組2名 1,540円  1組3名 1,559円	市内小・中学生と保護者 各12組  ※1組3名まで	12月4日 (木曜日) 必着  

● 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** とりょう保育園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>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。	① 12月4日(木曜日) 10:00~11:30  ② 12月11日(木曜日) 10:00~11:30  (全2回)  都南公民館 和室	材料費 (離乳食代) 150円	令和7年4月1日から令和7年6月30日 生まれの子と保護者20組	10月27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>子どもシネマランド</b> 3本の名作映画を上映します。 <11月上映作品> ・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) 10:30～11:15 都南公民館小ホール	無料	幼児・児童と保護者
<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手遊びや手作りおもちゃで遊びます。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 都南公民館小ホール	無料	在宅0歳～おおむね3歳までの親子

河南公民館 TEL：622-2258 〒020-0873 盛岡市松尾町3-1

● 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>もりげきサロン</b> 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。 12月23日はミニクリスマス会を行います。ぜひ遊びにいらしてください♪	11月11日、18日、25日 12月16日、23日 (火曜日) 10:00～15:30 ★12月23日 11:00～12:00 ミニクリスマス会を行います。どなたでもご参加いただけます♪通常サロンは12:00～となります。	無料 ※マイカップ持参でご利用ください。	市民



● 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
<b>味噌づくり教室</b> 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	11月10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>

表中の申し込み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
<b>おしゃれでかわいい 「飾り巻き寿司」づくり教室</b> 指導者: Happy キッチン♪ 浅沼 よしこ さん	12月2日(火曜日) 10:00~12:30	参加費 1,500 円 (材料費・資料代等)	市民16人	11月5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>松園いきいき教室3 映画会</b> 「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
<b>冬のお楽しみ映画会</b> ① 映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ	12月22日(月曜日) 14:00~15:00	無料	市民(小学生中心)50人
<b>おやとこひろば</b> 絵本の読み聞かせ、遊びやゲーム、体操などの軽運動、育児相談などをします。 講師: 愛育園地域子育て支援センター 保育士	11月14日(金曜日) 12月16日(火曜日) 10:00~11:30	無料	0歳から就園前の子どもとその保護者

● 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
<b>資産管理講座</b> 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	受講料 無料	市民20人	10月22日 (水曜日) 9:00～ (先着順)
<b>スマホ講座</b> スマホの基本操作とスマホを使っ ての防災対策について学びます。 講師:ソフトバンク株式会社 ソフトバンク スマホアドバイザー	12月12日(金曜日) 10:00～12:00	受講料 無料  ※当日は講師の方が準備するスマホ(OS:Android)を使用します。	市民10人	11月11日 (火曜日) 9:00～ (先着順)

● 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>見前地区公民館まつり</b> 当館を利用している各団体が、今年度の活動の成果を展示発表します。 ○オープニング くまさん音楽隊 吹奏楽ミニコンサート ○展示発表 ○ステージ発表 ○食事コーナー ○野菜の直売	11月8日(土曜日) 9:00～15:00	無料 ※食事と野菜直売は有料です。	市民

● 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
<b>初めての方でも安心！ 「らくらくスマホ教室」 ～ 基本編 ～</b> 基本的な操作や応用的な活用方法を 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 ても大丈夫です。	市民12人	10月20日 (月曜日) 10:00
<b>クリスマスクラフト講座</b> 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
<b>ふたご座流星群観察会</b> 年間四大流星群の一つに数えられ る「ふたご座流星群」を観察します。 講師:乙部地区公民館長 作山 智規 さん	12月12日(金曜日) 19:00～20:30	無料	市民20人	11月5日 (水曜日) 10:00
<b>お正月飾り 手作り体験講座</b> お正月飾りをご自分で作ってみま せんか。 講師:環境アドバイザー 川村 晃寛 さん	12月19日(金曜日) 10:00～12:00	材料費 500 円	市民12人	11月20日 (木曜日) 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>令和7年度乙部地区公民館 まつり・健康まつり</b> ◇オープニングイベント&餅まき ◇作品展示・ステージ発表 ◇チャリティーバザー・フリーマ ーケット ◇測定コーナー、健康教室 そして、スタンプラリーなど楽し いイベントが盛り沢山です！	11月2日(日祝日) 9:40～14:00	●減塩 芋の子 汁 試食コー ナー実施 ●農産物、イワ ナ・ヤマメの塩 焼き、軽食等は 有料販売	どなたでも

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>親子で楽しむシネマ館</b> ～いつもより 大きい画面で楽しもう～ ① 「10ぴきのかえる」 ② 「ちびねこチョビ」	①11月2日(日曜日) 12:30～12:50 ②11月2日(日曜日) 13:20～13:40 乙部地区公民館まつり ・健康まつり開催中 各1回	無料	幼児・児童と保護者

**好摩地区公民館 TEL：682-0055 〒020-8530 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
<b>はじめてのそば打ち体験</b> <b>～十割そばに挑戦！～</b> 講師:農(みのり)そばの会 代表 池内 博 さん	11月29日(土曜日) 9:30～12:00	受講料1,700円 (材料費等)	市民8人	11月13日 (木曜日) (a)～(f) を記入
<b>冬休み親子工作教室</b> <b>～木の実のマスコットづくりに挑戦！～</b> 講師:盛岡市区界高原自然少年の家	12月27日(土曜日) 10:00～12:00	受講料100円 (材料費等)	小学生とその ご家族5組 10人 (小学生だけの 参加も可)	12月12日 (金曜日) (a)～(i) (1)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 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
<b>冬のチャレンジ体験日</b>  岩手大学工学 GIRLS サイエンス教室（自転車発電・炎色反応・黒い炎）や都市鉱山金箔入りスノードーム作り、空気砲の実験を行います。  講師：岩手大学准教授 山口 明 さん 岩手大学工学 GIRLS	12 月 21 日(日曜日) 10:00～11:30	材料費 300 円	小学生 12 人	11 月 23 日 (日曜日) 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>見前南地区公民館 文化まつり</b>  ～8 日(土)～ ・ 10:00～12:30 【サークル団体ステージ発表】 当館で活動しているサークル団体が日頃の成果を発表します  ・ 12:30～13:30 【ひつつみ汁のおふるまい】 毎年好評のひつつみ汁！ 先着 80 名様に無料でおふるまいをします  ・ 13:30～15:00 【カラオケまつり】 カラオケ機器を大開放！歌が好きな人、1 人でも友達同士・仲間同士……時間の限り自由に歌って OK です。出入り自由です  ・ 10:00～15:00 【作品展示】 当館で活動しているサークル団体や南ちゃんギャラリーで写真や絵画を展示しているみなさんの作品展示	11 月 8 日(土曜日) 10:00～15:00	無料	どなたでも

講座名・講師	開催日時・回数	費用等	対象
<b>見前南地区公民館 文化まつり</b>  ～9日(日)～ 『たいけん会 in ミルナン』 ・クラフトたいけん ～クルクルストローを作ろう～ 毎年人気の盛岡市少年指導員さん によるクラフト教室。今年もストロー を使った楽しいクラフトが待ってい ます  ・おいしゃさんのお仕事たいけん 岩手医科大学学生サークル 「IWAMSA(イワムサ)」のみなさんによ る、おいしゃさんたいけん。ぬいぐる みを患者さんに見立てて、本物の医療 器具を使い、おいしゃさんたいけんを します  ・ヘア・ネイルお仕事たいけん 北日本ヘア・スタイリストカレッジ のみなさんによる、ヘア&ネイルたい けん。ヘアアレンジやネイルのおしご とをたいけんします  ・きょうりゅうと化石の ミニミニたいけん 岩手県立博物館さんから化石を数 点お借りしてきました。アルバートサ ウルスの頭骨、エドモントサウルスの 大腿骨や脛骨、アンモナイトなどを展 示します  ・【作品展示】 当館で活動しているサークル団体 や南ちゃんギャラリーで写真や絵画 を展示しているみなさんの作品展示	11月9日(日曜日) 10:00～13:00	無料	どなたでも
<b>悠々閑々講座</b> ① 貼るだけ！リバーシブルコースタ ーを作ろう ② キラキラスノードームを作ろう ③ クリスマスツリーを飾ろう & 映画鑑賞 ④「ポールふじむらさん」と生伴奏で 歌を楽しもう♪②	①11月3日(月曜日) ②11月17日(月曜日) ③12月1日(月曜日) ④12月15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
<b>シネマ上映会</b> 「三十四丁目の奇跡」	12月20日(土曜日) 10:00～12:00	無料	盛岡市在住・在勤の方