

イベント情報

マークの
見方

- 📅 日時
- 📍 会場
- 👤 定員、対象
- 💰 費用
- 📄 申し込み
- 🗨️ 問い合わせ
- 📄 広報ID
- 👤 託児
- 🚌 会場までバス移動

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：左記①～⑥とのファクス番号を記入し、ファクスで申
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

もりおか女性センター

☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■もりおか女性塾「少女マンガをジェンダーの視点で読み解いてみよう!」
少女マンガを通して、無意識の偏見への気づきや、ジェンダー平等社会について考えてみませんか。少女マンガ研究家・東北芸術工科大のトミヤマキコ講師によるオンライン（Zoom）講座。

📅 来年1月6日(休)・20日(休)、全2回、18時半～20時半 📍 20人※女性

📄 応募フォーム：12月6日(月)12時から
📄 ID 1022926

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5151

■コレクション展「心に沁みる色彩のオアシス～風景と静物から～」
盛岡ゆかりの画家などが残した、市所蔵の美術作品展。

📅 来年1月4日(休)～16日(日)、10時～17時 📄 ID 1025668

▶ギャラリートーク
同展の見どころなどを解説します。

📅 来年1月9日(日)10時15分～10時45分 📍 15人
📄 電話：12月8日(休)10時から

盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258 ファクス622-1910
📄 kouza-morigeki@mca.jp

■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。

📅 12月14日(休)・21日(休)、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参

▶Xmasイベント
クリスマスキャンドルを作ります。

📅 12月21日(休)10時～11時半
📍 15人 ¥ 800円

📄 電話：12月9日(休)10時から

■こどもエンゲキ体験・はじめの一步!～冬組～

子どもたちが仲間の輪を広げながら、演劇作りを体験します。

📅 来年1月4日(休)～9日(日)、全6回、13時～16時※土・日曜は10時～16時

📍 25人※小学3年～中学生
¥ 3000円

📄 電話・ファクス・窓口・メール：12月17日(日)17時まで 📄 ID 1033138

■ちあき先生と「英語であそぼう」
歌やゲームなどを楽しみながら、英語に親しみます。

📅 来年1月5日(休)・6日(休)、全2回、10時～11時半
📍 10人※小学1～3年生

📄 窓口・電話・ファクス・同公民館に備え付けの申込用紙：12月8日(休)10時～12月21日(休)21時半まで。郵送は21日必着 📄 ID 1037471

キャラホール

☎020-0834 永井24-10-1
☎637-6611

■キャラホール少年少女合唱団コンサート
合唱ミュージカル「ひょっこりひょうたん島～魔女リカの巻～」と合唱曲を披露します。

📅 来年2月13日(日)13時半～15時10分
📍 900人 ¥ 全席指定。500円

📄 12月1日(休)から同ホールの他、市民文化ホール、盛岡劇場、姫神ホール（渋民字鶴塚）、カワトク（菜園一）で販売 📄 ID 1033418

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室
📅 12月2日～14日、火・木・金曜は18時半～20時半、土曜は16時半～18時半、日曜は14時～16時

📍 小学生～高校生
¥ 月4回コース：3300円、月8回コース：5500円

📄 窓口・電話：随時受け付け
📄 ID 1036207

■障がい者スポーツ教室
①クロールの習得②鉄棒と跳び箱、マット運動など。

📅 ①12月8日(休)②12月16日(休)、いずれも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週間前まで
📄 ID 1036208

■フィットネス教室
エアロビクスやヨガ、体育教室など。内容や申し込み方法など詳しくは、同プールホームページをご覧ください。

📅 来年1月17日(月)～3月18日(日)
¥ 各4290円～7425円

■水泳教室
幼児、一般、水中運動・アクアピクス。内容や申し込み方法など詳しくは、同プールホームページをご覧ください。

📅 来年1月17日(月)～3月19日(日)
¥ 各4200円～7920円

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
マンツーマンで体組成の測定とトレーニング内容の案内をします。

📅 12月15日(休)・24日(日)、14時～14時45分と15時～15時45分
📍 各1人※18歳以上
¥ 各1100円※別途トレーニングルーム使用料が必要

📄 電話：12月4日(出)10時から
📄 ID 1037383

■骨盤ゆらくす
骨盤を動かすための導入的な運動をします。

📅 12月27日(月)10時半～11時半
📍 10人※50歳以上の女性
¥ 550円

📄 電話：12月4日(出)10時から
📄 ID 1035982

■誰でもできるはじめてのキックボクシング教室
📅 来年1月7日～3月18日、金曜、全6回、19時10分～20時40分
📍 12人※小学生以上の初心者。小・中学生は保護者の参加が必要
¥ 小・中学生：2475円、高校生以上：4950円

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

■初心者スケート教室
📅 12月13日(月)～15日(休)、全3回、16時半～18時
📍 20人※未経験、初心者の小学生～59歳 ¥ 3500円

📄 電話：12月4日(出)10時から
📄 ID 1037381

■冬休みキッズカーリング教室
📅 12月27日(月)・28日(休)と来年1月5日(休)・6日(休)、いずれも全2回、①小学

📄 電話：12月6日(月)10時から
📄 ID 1034230

■さわやかピラティス教室
姿勢を改善し、体のゆがみを補正するエクササイズ。

📅 来年1月7日～21日、金曜、全3回、10時～11時
📍 10人※18歳以上 ¥ 2211円

📄 電話：12月7日(火)9時から
📄 ID 1032744

■ハタヨガ教室
ヨガにより体力向上や体幹強化、自律神経のバランスを整えます。

📅 来年1月11日～3月1日、火曜、全6回、19時15分～20時15分
📍 20人※18歳以上 ¥ 4422円

📄 電話：12月7日(火)10時から
📄 ID 1032413

■骨盤ストレッチ
骨盤動作や骨盤機能の改善を目指す運動をします。

📅 来年1月11日～2月22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：12月15日(休)10時から
📄 ID 1032746

■フローヨガ教室
「動」と「静」のポーズを連続することで、新陳代謝を促進します。

📅 来年1月13日～3月3日、木曜、全6回、19時15分～20時15分
📍 20人※18歳以上 ¥ 4422円

📄 電話：12月7日(火)10時から
📄 ID 1034231

1・2年コースは11時～12時半②同3・4年コースは14時～15時半③同5・6年コースは15時45分～17時15分

📍 各4人※未経験、初心者の小学生
¥ 3300円

📄 電話：12月8日(休)10時から
📄 ID ①1031424②1031425③1031426

中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366 ファクス653-3505

■本と過ごす冬
冬をテーマに、実用書や小説など幅広いジャンルの本を展示・貸し出します。

📅 12月7日(火)～来年1月14日(日)
📄 ID 1037395

■中3レベルの英語で学ぶアクティブ英語講座
英語の歴史を学ぶ他、英語を楽しみながらスキルアップし、最後に海外スターへのファンレターを書きます。

📅 来年1月8日～29日、土曜、10時～11時40分と2月6日(日)、10時～12時、全5回
📍 12人 ¥ 1500円

📄 往復はがき・ファクス・応募フォーム：12月17日(日)必着 📄 ID 1037394

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354
📄 kouza-himekami@mca.jp

■子どもスペシャル(冬)親子で楽しむ体操教室
子どもと体育指導に取り組む団体の「BLUE ties Impression」による新体操の演舞の鑑賞と体操教室。

📅 来年1月8日(出)10時～11時半
📍 20組※3歳以上の子と保護者 ¥ 1組60円

📄 メール・往復はがき：12月17日(日)必着 📄 ID 1037472

松園地区公民館

☎020-0106 東松園二丁目5-3
☎661-8111

■シニアエンジョイスキー教室
📅 来年1月14日(日)9時～16時

📍 網張温泉スキー場(雫石町)
📍 12人※50歳以上のシユテムターン★ができる中級者 ¥ 3000円

📄 往復はがき：来年1月5日(休)必着
📄 ID 1037322

★スキー板をハの字に開いてターンし、その後、板をそろえる滑り方

乙部地区公民館

☎020-0403 乙部6-79-1
☎696-2081

■手づくり体験講座
稲わらや自然素材を使って、お正月飾りを作ります。

📅 12月24日(日)10時～12時
📍 6人 ¥ 500円

📄 電話：12月3日(日)10時から
📄 ID 1029005

見前南地区公民館

☎020-0833 西見前13-50
☎601-6735

■シネマ上映会
①「サントさんはおおいそがし」、[クイール]②「人生いろいろ」③「なつかしの昭和50～52年」、「紅い襷」の上映。

📅 ①12月18日②来年1月22日③来年2月26日、土曜、10時～12時
📍 各20人※市内在住または在勤の人
📄 ID 1037480

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■盛岡の古町名展「三戸町かいわい」
盛岡城下でも大きな賑わいを見せた旧三戸町周辺の歴史を紹介します。

📅 12月11日(出)～来年2月20日(日)
¥ 入館料が必要 📄 ID 1023452

▶展示解説
📅 12月26日(日)と来年1月30日(日)、11時～11時半 ¥ 入館料が必要

▶学芸員講座「三戸町かいわいと先人たち」
📅 来年1月15日(出)13時半～14時半

📍 40人
📄 電話：12月25日(出)9時から
📄 ID 1029006

▶シリーズ講座「旧三戸町とその周辺 時間空間おもいで散歩」
文化地層研究会の真山重博さんによる、昭和30年代の三戸町かいわいの様子についての講話。

📅 来年1月22日(出)13時半～15時
📍 40人
📄 電話：12月25日(出)9時から
📄 ID 1029007

区界高原自然の家

☎028-2631 宮古市区界2-111
☎0193-77-2048 ファクス0193-77-2124
📄 sizennoie@city.morioka.iwate.jp

■親子でチャレンジ「冬の親子キャンプ」
雪像作りや輪かんじきまたは歩くスキーの体験、そり遊び、みずき団子作りなど。

📅 来年1月8日(出)9時～9日(日)12時10分
📍 10組※小・中学生とその家族(就学前の子を除く) ¥ 1人3000円

📄 はがき・ファクス・メール：必要事項の他、学校名と学年、交通手段、食物アレルギーの有無を記入し送付。
12月17日(日)必着 📄 ID 1031485

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■考古学者になってみよう!
土器の観察と記録、破片の接合などを体験します。

📅 12月26日(日)10時～12時
📍 5組※小学生以上、1組3人まで。小学生は保護者同伴 ¥ 1人100円

📄 電話：12月7日(火)10時から
📄 ID 1009440

市障がい者芸術文化祭

障がい福祉課 ☎613-8346

障がいのある人が制作した絵画などを展示します。

📅 12月4日(出)～6日(月)、10時～16時※6日は10時～13時
📄 プラザおでって(中ノ橋通一)

環境学習講座 ミニチュア箱庭枯山水作り!

環境企画課 ☎626-3754

石やコケなどの自然素材を使ったエコな箱庭作りを楽しみます。

📅 12月11日(出)10時～12時
📍 高松地区保健センター(上田字毛無森) 📍 30人
¥ 528円

📄 応募フォーム：12月6日(月)17時まで

相続と空き家の終活講座

くらしの安全課 ☎603-8008

相続や空き家の売却などについて、専門家から学びます。個別相談も受け付けます。

📅 12月20日(月)13時半～15時
📄 プラザおでって(中ノ橋通一)
📍 50人
📄 電話：12月16日(休)17時まで
📄 ID 1001113

ポッチャ教室

まつぞのスポーツクラブ ☎663-9280

パラリンピックの正式種目「ポッチャ」のルールを学び、ゲームを楽しみます。

📅 12月27日(月)10時～11時半
📍 松園地区公民館(東松園二)
📍 12人※18歳以上
¥ 600円

📄 電話：12月20日(月)16時まで
📄 ID 1035937

初めての方のスキー教室

市スキー協会の有馬さん ☎080-1830-5144 (18時～20時)

📅 来年1月8日(出)・9日(日)、全2回、10時～15時

📍 岩山パークスキー場(新庄字岩山)
📍 20人※小学生以上の未経験、初心者
¥ 5500円※別途リフト代と昼食代が必要

📄 往復はがき：必要事項の他、生年月日と学年を記入し、☎020-0634 滝沢市室小路662-20盛岡市スキー協会の有馬さんへ郵送。12月15日(休)必着 📄 ID 1024804

広告

今までも これからも 医大内丸メディカルセンター

診療時間 月～金 8:30～12:00 / 13:00～17:00 (歯科医療センターのみ月・水・金は18:00まで)
土(第1・4のみ) 8:30～12:30 ※診療科によって診察時間が異なる場合があります。お問い合わせください。

岩手医科大学附属 内丸メディカルセンター
TEL. 019-613-6111 盛岡市内丸19番1号 HP www.hosp.iwate-med.ac.jp/uchimaru/

紹介状がなくてもお気軽に相談ください!

(広告主) 学校法人 岩手医科大学 紫波郡矢巾町医大通1-1-1 TEL.019-651-5111

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 あったかいごひこいち
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

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

グループ全20事業