

イベント情報

盛岡劇場・河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりげきサロン ミニXmas会

楽しいミニクリスマス会を開きます。

🕒 12月20日(火)11時～12時

👤 20人 💲 300円

■もりげき八時の芝居小屋

盛岡第一高と盛岡第二高、盛岡南高の演劇部が出演。日程など詳しくは、お問い合わせください。

🕒 1月5日(木)～7日(土)

👤 各70人

💲 高校生以下500円、前売り1000円、当日1200円

📍 窓口・電話・応募フォーム：受け付け中 📞 1038706

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

表1のとおり教室を開催します。

📍 電話：12月20日(火)10時から

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

試合形式の練習とスイム練習をします。

🕒 12月18日(日)～27日(火)、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・中・高校生

💲 月4回コース3300円※1回追加は880円 📞 電話：随時受け付け

📞 1037738

■1月4日(水)新春・初泳ぎイベント

プール利用者にプレゼントを配ります。※数に限りがあります

▶ボディメンテナンส์教室体験会

関節や筋肉をほぐし、身体を整える。

🕒 1月4日(火)11時15分～12時15分

👤 16人※16歳以上

📍 窓口・電話：12月26日(月)まで

▶ステップエクササイズ教室体験会

階段昇降運動で体を動かします。

🕒 1月4日(火)19時15分～20時15分

👤 16人※16歳以上

📍 窓口・電話：12月26日(月)まで

市立武道館

☎020-0882 住吉町3-12
☎654-6801

■入学前の体操教室「チャレンジキッズ」

体操競技に必要な基礎技術の習得を目指します。

🕒 1月10日～3月7日、火曜、全7回、15時～16時

👤 16人※平成28年4月2日～平成30年4月1日生まれの子

💲 6190円

📍 電話：12月18日(日)10時から

■ピラティス道場

しなやかな体を目指して運動します。

🕒 1月16日～3月20日、月曜、全

10回、9時半～10時半

👤 10人※ピラティスの経験や運動習慣のある高校生を除く18歳以上

💲 6930円

📞 電話：12月19日(月)11時から

■ZUMBA (ダンスフィットネス)

ラテン系の音楽とダンスを組み合わせたエクササイズであるズンパで体を動かします。

🕒 1月24日～2月28日、火曜、全5回、11時半～12時半 👤 15人

💲 3850円

📞 電話：12月21日(火)13時から

■代謝アップピラティス

深い呼吸でエクササイズをして、自律神経調整や筋力向上などを目指します。

🕒 1月24日～3月14日、火曜、全7回、10時～11時10分

👤 20人※18歳以上 💲 4620円

📞 電話：12月18日(日)10時から

サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

表2のとおり講座を開催します。

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

■アイスリンク・クリスマスイベント

アイスリンクを無料開放します。

🕒 12月24日(土)11時半～17時

💲 貸靴代300円

■新春!家族でカーリング!

カーリングのゲームなどで楽しみます。

🕒 1月3日(火)・4日(水)・5日(木)・10日(火)・11日(水)・12日(木)・15日(日)・29日(日)、11時～13時※3・4・5日のみ14時～16時も開催

👤 各2組※小学生以上の家族

💲 各3000円※3人目からは1人につき1000円加算

📍 窓口・電話：12月21日(火)10時

📞 電話

表2 サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員※対象	内容 (費用)	申し込み
もっと釣りを楽しもう! ①頼もしい毛針づくり ②自作ルアーを作ろう	① 1/14(土) ② 1/28(土) 10時～11時45分	各6人	①オリジナルの毛針を作成②手作リルアーを作成 (各1000円)	12/20(火) 10時から
寒さに負けない! パンチングビューム®	1/27(金) 10時～11時半	10人※女性限定	ボクシングの動作を取り入れた有酸素運動を体験 (800円)	12/21(水) 10時から

から 📞 1032980

■平日初心者カーリング教室

カーリングのルールやマナーを学び、ゲームを体験します。

🕒 1月19日(木)・26日(木)、全2回、13時～14時半

👤 6人※18歳～70歳 💲 3000円

📞 電話：12月22日(火)10時から

ゆびあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

■クリスマスイベント

クリスマスプレゼントが当たる抽選会をします。

🕒 12月18日(日)

👤 80人※プールか浴場を利用した小学生以下

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0876

📞 電話：12月18日(日)9時から

■クリスマスリース・スワッグつくりのノウハウ

身近にある自然の素材を活用する方法などを学び、リースやスワッグ※を作ります。

※植物を束ねて壁にかける飾り

🕒 12月22日(火)10時～12時半

👤 25人※小学生以上

💲 500円 📞 1040000

■お洒落な自分だけの正月飾り

しめ縄をわからから作り、今風に装飾します。

🕒 12月24日(土)10時～12時半

👤 25人※小学生以上

💲 500円 📞 1039742

中央公民館

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

■ボランティア講座

「ステップアップ手話教室」

📞 電話

手話でさまざまな表現ができるようになることを目指します。

🕒 1月21日～2月18日、土曜、全5回、10時～11時半

👤 10人※手話で簡単な自己紹介ができる人 💲 990円

📍 往復はがき・応募フォーム：1月6日(金)必着

📞 1041260

上田公民館

☎020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

■麴ってなあに?

我が家自慢の味噌と塩麴作り

大豆と麴について学び、実際に味噌と塩麴を作ります。

🕒 1月19日(火)10時～12時

👤 20人 💲 2700円

📍 往復はがき：1月5日(木)必着

📞 1017348

■終活入門講座

豊かで充実した生涯を送るために医療や介護の具体的な知識や準備の方法を学びます。

🕒 2月2日(火)・9日(火)、全2回、10時～12時 👤 30人

📍 往復はがき：1月18日(火)必着

📞 1019643

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■かんたん!エクセル初心者入門編

基本操作やデータベースの活用、関数の使い方などを学びます。

🕒 1月18日(火)・19日(水)、全2回、10時～16時

👤 10人 💲 4100円

📞 電話：12月22日(火)10時から

📞 1041195

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354

☎kouza-himekami@mfca.jp

■新春書き初め会

🕒 1月4日(火)14時～21時 💲 500円

📍 窓口・電話：12月17日(土)10時から

📞 1032970

■男の料理教室

獣害の現状を学びながらジビエ料理を作ります。

🕒 1月28日(土)10時～12時

👤 8人※18歳以上の男性

💲 3030円

📍 メール・往復はがき：1月11日

(※)必着※定員を超えた場合は抽選 📞 1037338

市立図書館

☎020-0066 上田四丁目1-1(上田公民館内)
☎604-1515

■児童文学を読む会

吉野万理子作『昨日のぼくのパーツ』(講談社)

🕒 1月25日(火)10時～12時

📍 上田公民館(上田四)

原敬記念館

☎020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■入門講座「もっと知りたくなる原敬」

荒川孝司館長が原敬の生涯や功績などを詳しく解説します。

🕒 1月7日(土)13時半～15時半

👤 10人

📞 電話：12月18日(日)10時から

📞 1021846

遺跡の学び館

☎020-0866 本宮字荒屋13-1
☎635-6600

■冬休み!古代体験ひろば

古代風ストラップとお守りネックレス、板状土偶マグネットの中から1つを作ります。※最終日のみ着色勾玉も選べます

🕒 1月4日(火)～9日(月)、10時～11時と13時半～14時半 👤 4歳以上

💲 100円。着色勾玉のみ400円※別途入館料が必要

📞 1009438

高齢者権利擁護・虐待防止 市民講座

長寿社会課
☎603-8003 ファクス653-2839
☎chouju@city.morioka.iwate.jp

「8050問題～私たちにできること～」と題した高齢者の権利擁護と虐待の発生防止についての講演。

🕒 1月19日(火)13時半～15時

📍 プラザおでって(中ノ橋通一)

👤 100人

📞 電話・ファクス・メール：1月11日(火)17時まで 📞 1032490

初級クロスカントリースキー講習会

市スキー協会の関さん
☎090-3367-8091

クロスカントリースキーの基礎を楽しく体験します。

🕒 1月8日(日)9時半～15時

📍 ケツパレランド(雫石町)

👤 初心者・初級者 💲 2000円

📍 はがき：必要事項の他、生年月日を記入し、☎020-0642滝沢市中村47-10 盛岡市スキー協会関廣美さんへ送付。1月3日(火)必着

初初心級歩くスキー教室

市スキー協会の三浦さん
☎692-5899

男助山麓(雫石町)を歩くスキーで散策します。

🕒 1月8日(日)9時半～15時

📍 集合はケツパレランド(雫石町)

👤 10人※初心者・初級者

💲 2000円

📞 電話：1月5日(火)17時まで

ジュニアスキー教室

市スキー協会の紺野さん
☎090-9036-9427

☎iss.morioka@gmail.com

スキーの指導員が丁寧にスキーの

基礎を指導します。

🕒 1月21日(土)・22日(日)、全2回、10時～15時

📍 網張温泉スキー場(雫石町)

👤 15人※小学生 💲 5500円

📍 メール：必要事項の他、生年月日と学年、保護者名、技術レベルを記入し送信。1月7日(土)必着

「黒森神楽」盛岡巡回

もりおか町家物語館 ☎654-2911

国指定重要無形民俗文化財である黒森神楽(宮古市)を4年ぶり(※)に公演。

🕒 1月22日(日)、①舞込11時～11時半②公演13時～16時

📍 同館(鉈屋町) 👤 ②60人

💲 ②前売2500円、当日3000円

📍 予約：12月20日(火)10時から電話か応募フォームで受け付け

チケット：12月20日から同館プレイガイドかプラザおでって(中ノ橋通一)でも販売



冬休みは子ども科学館に行こう!

📍 子ども科学館 ☎ 634-1171

表のとおりイベントを開催します。

イベント名	内容 (費用)	日時	定員※対象	申し込み
冬休み実験工作教室「偏光万華鏡」	のぞくとステンドグラスのように見える万華鏡を作る (800円)	1/5 (木)・6 (金)・10 (火)・11 (水)・10時～11時・13時～14時・15時～16時	各9人※小学生以上小学1・2年は付き添いが必要。付き添いは1人まで	12/20(火) 9時～★
ナイトミュージアム 星を見る会◆	星座探しと、天体望遠鏡を使った天体観察	1/7 (土) 17時半～18時半	30人	12/18(日) 9時～★
スペシャルワークショップ「化石のレプリカ」	化石を観察してレプリカを作る (250円)	1/7～15の土・日曜と1/9(月)・9時半～10時・10時半～11時・14時半～15時、15時半～16時	各9人※保護者の付き添いが必要。付き添いは1人まで	当日9時から窓口で整理券を配布
ホリデーサイエンス「光のふしぎ」	懐中電灯などを使い、光のふしぎを知ることができる実験	1/21～29の土・日曜、10時10分～10時25分・11時～11時15分	各5組※1組3人まで。就学前の子のみの参加はできません	当日9時から窓口で整理券を配布
ワークショップ「バタバタマグネット」	磁石の性質を利用しておもちゃを作る (100円。別途展示室入場料が必要)	1/21～29の土・日曜14時半～16時	各24人	開催時間内に随時受け付け
たのしい科学技術作品展 小学校部門	市内の小学生が作成した理科工作と自由研究を公開	1/21(土)～2/5(日)	なし	なし

★は電話か窓口で申し込み ◆悪天候時は中止



▲偏光万華鏡



▲バタバタマグネット

広告

お買いください!

まるごとリサイクル

新品・リサイクル・アウトレット・ディスプレイ販売

ABC SHOP

(株)ロハス

盛岡市厨川三丁目11-11
☎019-648-9123

店物産 若手県公安委員会 第211170000528号

厨川店 ☎0120-73-9123 ☎019-648-9123

盛岡市厨川三丁目11-11 営業時間 AM9:00～PM6:00

運動公園前店 ☎019-647-7775

盛岡市月が丘一丁目30-51 営業時間 AM10:00～PM7:00

津志田横丁店 ☎019-656-0200

盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM10:00～PM7:00

年末年始の休業日12月30日(金)～1月2日(月)

液晶テレビ