

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

もりおか女性センター

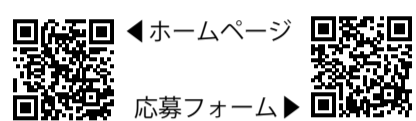
☎020-0871 中ノ橋通一丁目1-10
☎604-3303

■非正規で働くシングル女性のあなたへ〜知っておきたい、健康管理と介護のこと〜

内容や日時など詳しくは、もりおか女性センターホームページをご覧ください。

👤 非正規雇用で働く独身女性※シングルマザーを除く

📄 応募フォーム：1月4日(木)12時から



盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■ルーシーダットン教室

タイ式の健康体操を体験します。

🕒 1月11日～3月22日、水曜、全6回、10時半～11時半

👤 15人※高校生を除く18歳以上

💰 4422円

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 ID 1024277

■香りラックスヨガ教室

🕒 ①1月17日～3月14日、火曜、全8回、13時10分～14時10分②1月25日～3月15日、水曜、全8回、19時10分～20時10分

👤 各20人※女性

💰 各5896円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 ID 1027069

■楽々エアロピクス教室

🕒 1月17日～3月14日、火曜、全8回、14時半～15時半

👤 20人※女性

💰 5896円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 ID 1024278

■トレーニングカウンセリング

🕒 1月19日(木)・25日(木)、14時～16時

👤 各2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：1月5日(木)10時から

📄 ID 1026304

■骨盤ゆらくす

骨盤体操などをし、骨盤動作や機能の改善を目指します。

🕒 1月23日・2月13日・27日、月曜、全3回、10時半～11時半

👤 10人※50歳以上の女性

💰 1650円

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 ID 1030378

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室

🕒 1月4日(木)～13日(金)、火～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※1回追加は880円

📄 電話・窓口：随時受け付け

📄 ID 1036207

■フィットネス教室「ボディメンテナンクス無料体験会」

体のバランスを整える運動をして柔軟性と筋力向上を目指します。

🕒 1月19日(木)11時15分～12時15分

👤 16人※16歳以上

📄 電話：1月5日(木)10時から

📄 ID 1024631

●利用制限のお知らせ

次の日は利用できません。

🕒 1月14日(出)・15日(日)

みちのくココ・コーラボトリングリンク

☎020-0866 本宮五丁目3-3
☎601-5001

■親子初心者スケート教室

🕒 1月9日(月)・10日(火)、全2回、9時半～11時

👤 10組※未経験・初心者の小学生までの子と60歳未満の保護者

💰 子ども1500円、大人2500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 ID 1025156

■初心者スケート教室

🕒 1月23日(月)・24日(火)、全2回、16時半～18時

👤 10人※未経験・初心者の小学生～60歳

💰 2500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 ID 1041335

渋民運動公園

☎028-4135 川崎字川崎1-1
☎683-1636

■1 day スキーメンテ講習会

スキー板のクリーニングやワックスでの仕上げなどを学びます。

🕒 1月14日(出)16時～18時

📄 生出スキー場(下田字生出)

👤 10人

💰 高校生以下660円、一般1100円

📄 電話・窓口：1月4日(木)10時から

📄 ID 1032981

■スキー・スノーボード教室

🕒 1月26日～2月9日、火・木曜、19時～20時半と2月11日(出)9時～10時半、全6回

📄 生出スキー場(下田字生出)

👤 スキー25人、スノーボード5人※初心者的小・中学生

💰 5500円

📄 電話：1月4日(木)10時から

📄 ID 1033112

■生出スキー場まつり

①アルペン大回転競技と②スノーボード大回転競技をします。競技種目など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

🕒 2月5日(日)9時半～12時

📄 生出スキー場(下田字生出)

👤 小学生以上

💰 高校生以下700円、一般1360円

📄 電話：1月4日(木)10時から。生出スキー場 ☎683-2215でも受け付けます

📄 ID 1041407

ゆびあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

■新春イベント

「サイコロなげて!運だめし」サイコロを投げて、出た目に応じてはづれなしで景品を進呈します。

🕒 1月8日(日)

👤 当日プールが浴場を利用する人

📄 ID 1033218

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-1-41
☎637-0876

■雪の林内タイヤチューブボブスレーカラマツ林の中に入った雪を踏み

固めたコースを、そりやタイヤチューブを使って滑ります。

🕒 1月8日(日)10時～12時半

👤 25人※小学生以上

💰 500円

📄 電話：1月4日(木)9時から

📄 ID 1041455

■スノーシューでアニマルトラッキング

スノーシューを履いて雪の山で動物の足跡を探します。

🕒 1月28日(出)10時～12時半

👤 25人※小学生以上

💰 500円

📄 電話：1月4日(木)9時から

📄 ID 1041459

中央公民館

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

■新年を寿ぐ

地域の伝統行事と食文化

小正月や食文化など、郷土の伝統行事に関する資料の展示と貸し出しをします。

🕒 1月4日(木)～22日(日)

📄 ID 1041435

■すきまの時間

～おとなのためのおはなし会～

詩やエッセイ、文芸作品の朗読、楽器の弾き語り、民話の語りなど、大人向けのおはなし会。

🕒 1月7日・2月4日・3月4日、土曜、14時～14時40分

👤 中学生以上

📄 ID 1041433

上田公民館

☎020-0066 上田四丁目1-1
☎654-2333

■自然科学講座

「ウイルスは、なかよし!?」ワクチンのことや病気の原因、ウイルスと人間の関係など、最新の科学的知見を分かりやすく学びます。

🕒 2月12日(日)・19日(日)、全2回、10時～12時

👤 30人

💰 500円

📄 往復はがき：2月1日(木)必着

📄 ID 1041444



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

都南公民館

☎020-0834 永井24-10
☎637-6611

■子どもシネマランド

「一休さん」「はなたれこぞうさま」「すてきなコンサート」の3本を上映。

🕒 1月8日(日)10時半～11時半

👤 60人※小学生以下の子と保護者

📄 ID 1037867

河南公民館

☎020-0873 松尾町3-1
☎622-2258

■もりげきサロン

お茶を飲みながら、気軽におしゃべりを楽しみませんか。

🕒 1月10日～31日、火曜、10時～16時※出入り自由・マイカップ持参

📄 ID 1037922

渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
☎683-2354

☎kouza-himekami@mfc.jp

■親子でチャレンジ!料理教室

「絵本の中のクッキング『にんげんになったニクマンジュウ』」をテーマに、肉まんとおまんを作ります。

🕒 2月11日(出)13時半～15時半

👤 12人※小学生と保護者

💰 1人850円

📄 メール・往復はがき：1月18日

※必着※定員を超えた場合は抽選

📄 ID 1033094

市立図書館

☎020-0066 上田四丁目1-1(上田公民館内)
☎604-1515

■岩手の読書週間講座「本と喫茶のおいしい関係 おいしい時間」

読書文化・喫茶店文化が日常に溶け込む盛岡。地元で愛される有名店から、①コーヒー②日本茶③中国茶、それぞれのおいしい入れ方など、プロだからこそ知る技術を学びます。

🕒 ①2月5日(日)10時半～12時②2月10日(金)13時半～15時③2月12日(日)10時半～12時

👤 ①12人②③8人

💰 ①2000円②500円③700円

📄 電話・窓口：1月12日(木)10時から

📄 ID 1041552

先人記念館

☎020-0866 本宮字蛇屋敷2-2
☎659-3338

■特別講座「父の軍事郵便が伝える一庶民の戦争体験『相聞』～知らなかった父母の姿」

盛岡てがみ館の及川政己館長を講師に、当時の軍事郵便から分かる戦争体験について学びます。

🕒 2月4日(出)13時半～15時

👤 40人

📄 電話：1月21日(出)9時から

📄 ID 1023890



啄木生誕祭

啄木かるた大会

📄 石川啄木記念館 ☎683-2315・ファクス683-3119
📄 ID 1041332

石川啄木の短歌100首で作られた「啄木かるた」。3年ぶりに開催される啄木かるたを使った同大会の参加チームを表のとおり募集します。

🕒 2月18日(出)

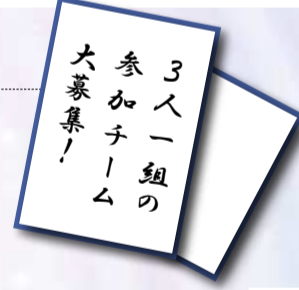
📄 姫神ホール(渋民字鶴塚)

👤 玉山総合事務所2階産業振興課や市役所本庁舎1階の窓口案内所、渋民公民館などに備え付け、または市ホームページからダウンロードし

た申込用紙に必要事項を記入し、☎028-4132渋民字渋民9石川啄木記念館へ郵送または持参。ファクスでも受け付けます。1月22日(日)必着

表 開催種目や時間など

	種目	開催時間	募集チーム数
①	小学生1～3年の部	10時～12時	24チーム
②	小学生4～6年の部	13時～16時	32チーム
③	中学生の部	10時～12時	16チーム
④	一般の部(高校生以上)	13時～16時	10チーム



前回の同大会の様子