

イベント情報

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

- 新春!家族でカーリング!
ミニゲームなどでカーリングを楽しみながら、基礎を学びます。
- 📅 1月3日(休)・4日(休)・8日(月)・9日(火)・10日(水)・11日(木)、11時～13時
- 👤 各2組※小学生以上の親子
- 📄 各3000円※3人目からは1人につき1000円加算
- 📍 窓口・電話:12月20日(火)10時から
- 📞 1046339



総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

- 新春初泳ぎ 各種イベント
内容や定員など詳しくは、同プールホームページをご覧ください。
- 📅 1月4日(休)10時～
- 📍 窓口・電話:12月20日(火)13時から



- 短期大人水泳教室
内容や定員など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- 📅 1月9日(火)～12日(金)、10時半～11時半
- 👤 高校生を除く18歳以上
- 📄 各880円
- 📍 電話:12月19日(火)10時から
- 📞 1039989



市立武道館

☎020-0882 住吉町3-12
☎654-6801

- ビューティBodyWave®
バンドを使い姿勢や肩こりの改善を目指すエクササイズ。
- 📅 1月9日～3月26日、火曜、全6回、11時半～12時半
- 👤 15人

- ¥ 4800円
- 📍 電話:12月18日(月)12時から
- 📞 1046377

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。
- 📅 1月10日～3月27日、水曜、全6回、10時半～11時半
- 👤 15人※高校生を除く18歳以上
- ¥ 4500円
- 📍 電話:12月19日(火)10時から
- 📞 1024277
- フローヨガ教室
「動」と「静」のポーズを連続ですることで、新陳代謝を促進します。
- 📅 1月11日～3月7日、木曜、全7回、19時15分～20時15分
- 👤 20人※18歳以上
- ¥ 5250円
- 📍 電話:12月19日(火)10時から
- 📞 1034231
- すわってエクササイズ教室
椅子に座ったままできるストレッチ。
- 📅 1月12日(金)14時10分～15時10分
- 👤 20人
- ¥ 600円
- 📍 電話:12月19日(火)10時から
- 📞 1046354
- ハタヨガ教室
ヨガにより体力向上や体幹強化をし、自律神経のバランスを整えます。
- 📅 1月16日～3月5日、火曜、全7回、19時15分～20時15分
- 👤 20人※18歳以上
- ¥ 5250円
- 📍 電話:12月19日(火)10時から
- 📞 1032413
- ナイトピラティス教室
- 📅 1月22日～2月5日、月曜、全3回、19時～20時
- 👤 10人※18歳以上
- ¥ 2250円
- 📍 電話:12月20日(水)10時から
- 📞 1031453
- お子様連れOK!
チャアダンスエクササイズ教室
チャアダンスの動きを取り入れた有酸素運動でスッキリと汗を流します。
- 📅 1月30日(火)10時半～11時半
- 👤 10人※18歳以上の女性

- ¥ 600円
- 📍 電話:12月20日(水)10時から
- 📞 1046355

もりおか町家物語館

☎020-0827 鉦屋町10-8
☎654-2911

- 親子で書き初め会
親子で書き初めを体験するワークショップ。
- 📅 1月6日(出)14時～17時※受け付けは16時半まで
- 👤 15人
- ¥ 500円
- 📍 電話・応募フォーム:12月18日10時～24日(日)18時まで
- 📞 1041433
- 読書ボランティア養成講座
読書ボランティアと、読み聞かせの知識・技術を学びます。
- 📅 1月20日(出)・27日(出)、全4回、共に10時～11時半と13時～14時半
- 👤 15人※定員を超えた場合は抽選
- 📍 3人※1月20日13時～14時半は子どもの参加も可能
- 📍 往復はがき・ファクス・応募フォーム:必要事項のほか、託児希望の有無を記入し送付。1月10日(火)必着
- 📞 1036222
- ボランティア講座「Step Up 手話講座」
手話表現を豊かにする技法を学びます。
- 📅 1月20日～2月17日、土曜、全5回、10時～11時半
- 👤 15人※基本的な手話ができる人
- ¥ 990円
- 📍 往復はがき・応募フォーム:1月5日(金)必着
- 📞 1041260



サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

- 表のとおり講座を開催します。
- 📍 電話



中央公民館

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

- 「素晴らしき学校レコードの世界」展
盛岡タイムスの鎌田大介さんが長年収集した中から学校に関連する記録レコードを展示します。

表 サンライフ盛岡の講座内容など

講座名	日時	定員	内容(費用)	申し込み
おかしなお菓子講座～きりせんしょつくろう!～	1/12(金)13時～15時 1/20(土)10時～11時45分	各9人	岩手の郷土料理「きりせんしょ」作りの体験(各1000円)	12/23(土)10時から
もっと釣りを楽しもう! ①管釣りフライを作ろう ②水中フライを作ろう	① 1/13(出) ② 1/27(出) 10時～11時45分	各8人	①管理釣り場で使うフライを製作②水中に沈めて使うフライを製作(各1000円)	12/18(月)13時から
美姿勢ピラティス～背中集中ストレッチ～	1/31(休)10時～11時半	10人	背中周りをストレッチしながら、美しい姿勢を意識し整えるピラティスを体験(800円)	12/20(火)10時から



マークの見方と詳しい申し込み方法は、表紙をご覧ください。

- 📅 1月6日(出)～1月14日(日)、9時～17時
- 📞 1046401
- ▶コレクショントーク
- 📅 1月13日(出)15時～16時

- すきまの時間
おとなのためのおはなし会
おはなしボランティア「おはなしポット」による詩やエッセイなどの朗読や歌、民話の語りなど。
- 📅 1月6日(出)14時～14時40分
- 👤 おおむね中学生以上
- 📞 1041433
- 読書ボランティア養成講座
読書ボランティアと、読み聞かせの知識・技術を学びます。
- 📅 1月20日(出)・27日(出)、全4回、共に10時～11時半と13時～14時半
- 👤 15人※定員を超えた場合は抽選
- 📍 3人※1月20日13時～14時半は子どもの参加も可能
- 📍 往復はがき・ファクス・応募フォーム:必要事項のほか、託児希望の有無を記入し送付。1月10日(火)必着
- 📞 1036222
- ボランティア講座「Step Up 手話講座」
手話表現を豊かにする技法を学びます。
- 📅 1月20日～2月17日、土曜、全5回、10時～11時半
- 👤 15人※基本的な手話ができる人
- ¥ 990円
- 📍 往復はがき・応募フォーム:1月5日(金)必着
- 📞 1041260

■市の推計人口(11月1日現在)
28万3120人(男:13万3712人、女:14万9408人) 【対前月比】178人減
【世帯数】13万2713世帯 📞 企画調整課☎613-8397 📞 1019915

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17日(火)・18日(水)、全2回、10時～16時
- 👤 10人
- ¥ 4188円
- 📍 電話:12月20日(水)10時から
- 📞 1046239

見前南地区公民館

☎020-0833 西見前13-50
☎601-6735

- パティシエが教える世界のスイーツ
フランスのクラシックなお菓子「ガトー・モカ」をプロの技を体験しながら一人一台作ります。
- 📅 1月11日(休)・13日(出)、10時～12時半・13時半～16時
- 👤 各3人
- ¥ 各1300円
- 📍 電話・窓口:12月16日(出)10時から

📞 1037855

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

- 児童文学を読む会
安田夏菜作『むこう岸』(講談社)
- 📅 1月24日(水)10時～12時
- 📍 上田公民館(上田四)

都南図書館

☎020-0834 永井24-90-2
☎637-3636

- 新春 青春(アオハル)開運みくじ
おすすめのアオハル文庫の本またはCDと開運みくじ、プレゼントが入った開運セットを貸し出します。
- 📅 1月6日(出)～1月8日(月)

もりおか歴史文化館

☎020-0023 内丸1-50
☎681-2100

- 二階展示室休室のお知らせ
次の日は二階展示室を休室します。

- 📅 12月20日(火)・21日(休)
- 📞 1006829

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」
荒川享司館長が原敬の政治理念や戦略などについて解説します。
- 📅 1月6日(出)13時半～15時
- 👤 15人
- 📍 電話:12月17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一つ選んで作ります。
- 📅 1月6日(出)～1月14日(日)、10時～11時・13時半～14時半
- 👤 4歳以上※小学生以下は保護者同伴

- ¥ 各150円※別途入館料が必要
- 📞 1009440

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7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2日(火)必着

初心初級歩くスキー教室

市スキー協会の三浦さん
☎692-5899

- 勇助山麓(雫石町)を「歩くスキー」で散策します。
- 📅 1月7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4日(休)17時まで

冬休みは子ども科学館へ行こう!

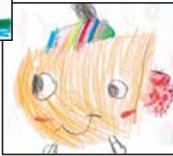
同館(本宮字蛇屋敷)では次のとおりイベントを開催します。 📞 子ども科学館☎634-1171

募集情報

- こかぼう似顔絵コンテスト作品募集
マスコットキャラクターのこかぼうの似顔絵を募集します。応募者全員に「こかぼうパッジ」をプレゼント。入賞作品はプラネタリアムで紹介いたします。※プレゼントは作品展当日にお渡しします
- 📅 募集期間:12月16日(出)～1月14日(日)
- 👤 小学生以下
- 📍 窓口:同館に備え付けの応募用紙に記入し、提出



前回の入賞作品



予定イベント情報

- 冬休み実験工作教室「液体万華鏡」
ゆっくりと模様が変わる万華鏡を作ります。
- 📅 1月4日(休)・5日(金)・9日(火)、10時～11時・13時～14時・15時10分～16時10分
- 👤 各15人※小学生
- ¥ 各900円
- 📍 窓口・電話:12月19日(火)～開催日の前日まで※1月4日開催分は12月28日(休)まで
- スペシャルワークショップ「光るスライム」
暗いところで光るスライムを作ります。
- 📅 1月6日～14日、土・日曜と祝日、9時半～10時・10時半～11時・14時半～15時・15時半～16時
- 👤 各18人※就学前の子は保護者同伴
- ¥ 各200円
- 📍 当日9時から整理券を配布
- サイエンスショー
「おどろき・ドキドキ・せいでんき!」
静電気を使用したさまざまな実験をします。
- 📅 1月の土・日曜と祝日、11時～11時20分

- ワークショップ「紙トンボ」
紙を使って、回転しながらよく飛ぶおもちゃを作ります。
- 📅 1月20日～28日、土・日曜、14時半～16時
- 👤 各24人
- ¥ 各50円※別途展示室入場料が必要
- 📍 随時受け付け

- たのしい科学技術作品展 小学校の部
市内の小学生が作製した理科工作・自由研究を公開します。
- 📅 1月27日(出)～2月12日(月)

みんな遊びに来てね!

子ども科学館マスコットキャラクターこかぼう



広告

お売りください!
まるごとリサイクル
新品・リサイクル・アフリート・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
古物商 岩手県公安委員会 第211170000528号

厨川店 ☎0120-73-9123 ☎019-648-9123 運動公園前店 ☎019-647-7775
盛岡市厨川三丁目11-11 営業時間 AM9:00～PM7:00 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 年末年始の休業日 12月30日(土)～1月2日(火)
盛岡市津志田南三丁目7-95 営業時間 AM10:00～PM7:00

暖房器具と家具家電
買取強化中! 買取強化中! 買取強化中! 買取強化中! 買取強化中!
石油ファンヒーター・業務用ストーブ・鋳物ストーブ・ソファ・ダイニングテーブル・食器棚・液晶テレビ・ブルーレイレコーダ・冷蔵庫・洗濯機・電子レンジ・ガス湯沸器・ガスコンロ等

1月31日までいつもの買取り価格の**20%UP** 出張無料 倉庫買取 年式や状態により買い取れない場合があります

初売り3日朝9時
2024年も新春恒例は**最大50%値引き**
恒例空くじなしの開運くじ引き、射的やダーツで豪華景品が当たるチャンス!

広告

広告に関するお問い合わせはナチュラルコム(株) ☎019-652-9190 へどうぞ

相続税・贈与税についての**悩み・疑問**をお聞かせください
相続発生前にできること、相続発生後にやるべきことをご提案しあなたの相続を解決へと導きます。
「相続贈与相談センター」では、盛岡で45年以上相続・贈与を取り扱ってきた税理士が、弁護士・司法書士・行政書士等各種専門家と連携してサポートします。

無料相談会 実施中!
ご予約はこちら ➡

相続・贈与相談センター®
運営会社: 土家の税グループ 佐藤税理士法人
〒020-0866 盛岡市本宮二丁目3-30

TEL019-656-4600