

イベント情報

市民文化ホール

☎020-0045 盛岡駅西通二丁目9-1
☎621-5100

■パイプオルガン プロムナードコンサート

オルガニストの原田真侑さんがバッハの「ピエス・トルグ」などを演奏。
🕒 4月24日(木)12時15分～12時45分
🕒 3月21日(金)から同ホールのほか、盛岡劇場(松尾町)、キャラホール(永井24)、姫神ホール(渋民字鶴塚)で整理券を配布※1人4枚まで
ID 1039856
■いわぎんPresents
ベルリン交響楽団
ハンスイェルク・シェレンベルガー(指揮・オーボエ)と石井琢磨(ピアノ)の共演で贈る、クラシック音楽界に新たな1ページを刻む公演。
🕒 7月2日(木)19時～21時
¥ 全席指定。SS席1万1000円、S席1万円、A席9000円、B席8000円、U-25チケットは各半額(S・S席はなし)※当日は各500円増
🕒 同ホールのほか、市内プレイガイドで発売中 ID 1043879

姫神ホール・渋民公民館

☎028-4132 渋民字鶴塚55
姫神ホール ☎683-3526
渋民公民館 ☎683-2354
✉kouza-himekami@mfc.jp

■姫神ホール ピアノ開放(春)
同ホールのグランドピアノ2台を舞台で演奏できます。
🕒 5月3日(土)～5日(月)、10時～20時
👤 鍵盤楽器の演奏経験者※18歳未満は保護者同伴
¥ 1時間1000円※複数で利用の場合、2人目以降は1時間500円。連続利用は2時間まで
🕒 電話：4月4日(金)10時から
ID 1037986
■ヒストリア玉山 🗺
講師の解説を聞きながら、玉山地域の見どころを巡ります。
🕒 ①4月17日②24日③5月1日、木曜、全3回、9時～13時
🗺 ①もりおか近郊自然歩道生コース②サクラパーク姫神(日戸字姥懐)、姫神ウィンドパーク(姫神山南部山麓)③石川啄木記念館・玉山歴史民俗資料館(渋民字

渋民)※①はユートランド姫神(下田字生出)集合・解散、②③は同公民館集合・解散
👤 20人※18歳以上 ¥ 590円
🕒 往復はがき・メール：4月3日(木)必着 ID 1034329

総合プール

☎020-0866 本宮五丁目3-1
☎634-0450

■水球教室
🕒 3月20日(木)～30日(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※1回追加は880円
🕒 窓口・電話：随時受け付け
ID 1037738
■水泳教室
幼児水泳、一般水泳、アクアビクス・水中運動教室。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
🕒 4月7日(月)～5月31日(日)
ID 1024634
■フィットネス教室
内容や費用、定員など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
🕒 4月7日(月)～5月23日(金)
🕒 窓口：3月20日(木)14時から
ID 1050352

きたぎんボールパーク

☎020-0834 永井7-16-2
☎613-3080

■野球のためのトレーニングセミナー
野球の上達につながるトレーニング方法を学びます。
🕒 3月29日(土)13時～16時
👤 30人※高校生 ¥ 1000円
🕒 応募フォーム：3月22日(土)まで
※定員を超えた場合は抽選
ID 1050349

盛岡タカヤアリーナ

☎020-0866 本宮五丁目4-1
☎658-1212

■卓球教室
🕒 4月9日(木)・22日(木)・30日(木)・5月7日(木)、全4回、10時～12時
👤 32人※18歳以上 ¥ 3200円
🕒 電話：3月19日(木)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。

盛岡体育館

☎020-0066 上田三丁目17-60
☎652-8855

■ボディコンディショニング教室
ピラティスやヨガの動きを取り入れた運動で体を調整します。
🕒 4月3日～5月22日、木曜、全6回、10時15分～11時15分※5月1日・8日を除く
👤 10人※18歳以上 ¥ 4800円
🕒 電話：3月20日(木)10時から
ID 1047221
■楽々エアロビクス教室
エアロビクスの基本動作による有酸素運動をします。
🕒 4月8日～6月24日、火曜、全8回、14時半～15時半※4月29日・5月6日・27日・6月17日を除く
👤 25人※女性 ¥ 6400円
🕒 電話：3月21日(金)10時から
ID 1027070
■香りラックスヨガ教室
音と香りを楽しみながら、ヨガの深い呼吸法と簡単なポーズで体のゆがみを修正し、冷えや腰痛などを改善します。
🕒 ①4月8日・15日・22日・5月13日・20日・6月3日・10日・24日、火曜、全8回、13時10分～14時10分
②4月9日・16日・23日・5月14日・21日・6月4日・11日・25日、水曜、全8回、19時10分～20時10分
👤 各20人※女性 ¥ 各6400円
🕒 電話：3月21日(金)10時から
ID 1024911
■すわってエクササイズ教室
ストレッチや筋力向上のため、椅子に座ったままでできるエクササイズをします。
🕒 4月14日・28日・5月12日・26日・6月9日・23日、月曜、全6回、13時10分～14時10分
👤 15人 ¥ 4800円
🕒 電話：3月19日(木)10時から
ID 1042507
■骨盤調整ヨガ教室
ヨガのポーズで骨盤周りを中心に筋肉のほぐし・引き締めをし、体のゆがみを改善して柔軟性を高めます。
🕒 4月14日・28日・5月12日・26日・6月2日・9日、月曜、全6回、10時～10時50分

👤 20人※女性 ¥ 4800円
🕒 電話：3月19日(木)10時から
ID 1050344

■ハタヨガ教室
ヨガのさまざまなポーズで体力の向上や体幹の強化をし、自律神経のバランスを整えます。
🕒 4月15日～6月17日、火曜、全7回、19時15分～20時15分※4月29日・5月6日・27日を除く
👤 20人※18歳以上 ¥ 5600円
🕒 電話：3月19日(木)10時から
ID 1047225
■フローヨガ教室
「静」と「動」の流れのような動きで新陳代謝を促進し、集中力の強化とストレス解消を図ります。
🕒 4月17日～6月12日、木曜、全7回、19時15分～20時15分※5月1日・22日を除く
👤 20人※18歳以上 ¥ 5600円
🕒 電話：3月19日(木)10時から
ID 1047227

太田テニスコート

☎020-0053 上太田穴口4-3
☎・ファクス658-0113

■盛岡パラテニスアカデミー
基礎コースと実践コースに分かれて硬式テニスを学びます。
🕒 5月11日～7月27日、日曜、全10回、11時～13時※6月15日・7月13日を除く
👤 各5人※障がいのある人 ¥ 5500円※別途保険料が必要
🕒 窓口・電話・ファクス：3月21日(金)10時から ID 1050255
■盛岡シニアテニスアカデミー
硬式テニスの基礎を学びます。
🕒 5月16日～8月1日、金曜、全11回、13時～15時※6月13日を除く
👤 20人※60歳以上(女性は50歳以上) ¥ 1万6500円※別途保険料が必要
🕒 窓口・電話・ファクス：3月21日(金)10時～4月4日(金)17時※定員を超えた場合は抽選 ID 1050254

サンライフ盛岡

☎020-0861 仙北二丁目4-12
☎635-9600

■おかしなお菓子体験！
～かまやきつくろう！～

岩手の郷土菓子「かまやき」作りを体験します。

🕒 4月5日(土)・11日(金)、13時半～15時半
👤 各9人 ¥ 各1000円
🕒 電話：3月18日(木)10時から
■消しゴムはんこでお名前はんこをつくろう

消しゴムはんこアートの技法で自分の名前のはんこを作り、持ち物に押印して楽しめます。
🕒 4月19日(土)13時～15時半
👤 6人 ¥ 2500円
🕒 電話：3月22日(土)10時から
■ウォーキングエアロ&ストレッチポール®
音楽に合わせて歩くエアロビクスとストレッチポール®を使って筋肉をほぐすストレッチを体験します。
🕒 4月23日(木)10時～11時半
👤 6人 ¥ 800円
🕒 電話：3月19日(木)10時から
■春を奏でる はじめての和音

盛岡生まれの小型琴「和音」の弾き方など基本を学び、春の曲を演奏します。
🕒 4月25日(金)13時半～15時
👤 5人 ¥ 500円
🕒 電話：3月21日(金)10時から

ゆびあす

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103
☎662-1414

■フロア教室
🕒 ¥ 表のとおり。4月1日(木)～来年3月31日(木)
👤 高校生を除く18歳以上
🕒 電話：3月22日(土)10時から

表 ゆびあすのフロア教室の時間など

教室名	曜日・時間	費用
やさしいピラティス	月曜、10時半～12時 金曜、10時半～12時	
筋力アップかんたんエアロ	月曜、13時～14時半 木曜、10時半～12時	
はじめての太極拳	月曜、14時～15時半	
カラダメンテナンス入門★	火曜、10時15分～11時15分	
身体も心もリフレッシュ	火曜、10時半～12時	
メディカルプランナーによるキラキラ体操	火曜、14時半～15時45分	月1600円～4000円 ※開催回数により異なります。4月は初めての人の1回に限り無料
香る朝ヨガ	水曜、10時15分～11時15分	
かんたんステップエクササイズ	水曜、14時～15時 金曜、14時～15時	
エアロビクス	水曜、19時～20時15分	
ココロとカラダととのうヨガ	木曜、13時半～14時半	
はじめてのボクシング	木曜、19時～20時15分	
ボディメイクダンスエアロ	金曜、19時～20時15分	
癒しの夜ヨガ	金曜、19時～20時	
ZUMBA(ズンバ)	土曜、10時半～11時半	
えらべるレッスン (好きな教室から選んで受講※★を除く)		月5回コース4000円、月10回コース7500円、1ヵ月通い放題コース1万円

都南つどいの森

☎020-0842 湯沢1-88
☎637-0877

■森を楽しむワークショップ
冬芽の観察とスケッチをしてみよう
早春の野山を歩いて冬芽を採取し、特徴をつかむ簡単なスケッチをして作品に仕上げます。
🕒 3月22日(土)10時～12時
👤 15人 ¥ 500円
🕒 電話：3月18日(木)12時から



■木工教室 森のアクセサリースタンド

アカマツの板から糸のこで鳥や魚の形を切り抜いてアクセサリースタンドを作ります。
🕒 3月22日(土)～24日(月)、10時～11時45分
👤 各5人※小学生以上。小学生は保護者同伴 ¥ 1000円
🕒 電話：3月18日(木)9時から



■大人のあかばやし探検隊 フキノトウのオリブオイル漬けつくり
フキノトウを採取して、パスタやお

かゆ、ブルスケッタなどに使えるオリブオイル漬けを作ります。

🕒 3月23日(日)10時～12時
👤 15人 ¥ 500円
🕒 電話：3月18日(木)12時から



中央公民館

☎020-0013 愛宕町14-1
☎654-5366

■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」によるさまざまな文芸作品の朗読や楽器の演奏など。
🕒 4月5日(土)14時～14時40分
👤 おおむね中学生以上
ID 1041433

西部公民館

☎020-0134 南青山町6-1
☎643-2288

■和菓子作り講座
馬ッコ本舗みやざわの和菓子職人からわらび餅と上生菓子の作り方を学びます。
🕒 4月17日(木)10時～12時
👤 16人 ¥ 1000円
🕒 電話：3月25日(木)10時から
ID 1047390

市立図書館

☎020-0114 高松一丁目9-45
☎661-4343

■児童文学を読む会
エーリヒ・ケストナー作『点子ちゃん』と『アントン』(岩波少年文庫)
🕒 4月23日(木)10時～12時
ID 1040089

原敬記念館

☎020-0866 本宮四丁目38-25
☎636-1192

■生家公開
嘉永3(1850)年建築の原敬生家(市指定有形文化財)を公開。
🕒 4月～10月の土・日曜と祝日、9時～16時

¥ 入館料が必要
ID 1020029

サケの稚魚放流会

環境企画課 ☎613-8419

サケの稚魚を中津川に放流します。
🕒 3月29日(土)11時～12時
🗺 中津川橋付近の河川敷※駐車場はありません
👤 小学生以下は保護者同伴
ID 1025714

さんさ踊りでおもてなし
～ようこそ、盛岡へ～

盛岡観光コンベンション協会内、盛岡さんさ踊り振興協議会 ☎621-8800

大宮さんさ踊り保存会と太田さんさ踊り保存会による伝統さんさ踊りと盛岡さんさ踊り(統一さんさ踊り)の演舞のほか、ミニミニ体験を開催。大宮さんさ踊り保存会は「盛岡万歳」も披露します。
🕒 3月22日(土)13時半～14時半
🗺 プラザおでつて(中ノ橋通一)
👤 150人 ¥ 200円※中学生以下無料
ID 1050343



食の匠に学ぶ郷土菓子作り

飯岡農業構造改善センター
☎637-6383

盛岡の郷土菓子「おちゃもち」「がんづき」を作ります。
🕒 3月29日(土)10時～12時
🗺 飯岡農業構造改善センター(下飯岡8)
👤 16人※18歳以上 ¥ 1000円※エプロンとマスク、三角巾を持参
🕒 電話：3月18日(木)13時から
ID 1049490

歩くスキーツアー八幡平

市スキー協会の三浦さん
☎692-5899

早春の源太森や八幡沼、八幡平山頂周辺(いずれも八幡平市)を歩くスキーで散策します。
🕒 4月20日(日)9時半～16時
🗺 集合は東北自動車道西根インターチェンジ駐車場(八幡平市)
👤 10人※歩くスキー経験者でスキー中級以上の人 ¥ 2000円※歩くスキー用のスキー板と靴、ストック、雨具、昼食持参
🕒 電話：4月15日(木)17時まで
ID 1025808

広告

春のメガネフェア

3月15日(土)～4月5日(土)

フレーム10%OFF!

セットメガネ・一部商品を除きます

税込11,000円以上のメガネフレーム・メガネレンズ購入の方に

粗品プレゼント!

https://www.morioka-suishodo.com/

信頼と安心

メガネの水晶堂

岩手銀行中ノ橋支店

盛岡バスセンター

中ノ橋

中ノ橋

ガリモノ

monaka

南大通

当ビル裏、指定駐車場をご利用下さい。

広告

パソコン・周辺機器の廃棄

お任せください!

パソコン1台5,500円～承ります。
(来社持込の場合)

ご不要になったパソコンなどを適切に処分します!

◆お申込み・お問い合わせ◆

LEADKONAN

株式会社リードコナン

TEL.019-656-3600

受付時間：平日9:00～18:00

〒020-0051 盛岡市下太田沢田 68-40

ご来店の際は事前にお電話ください。

※出張回収をご依頼の場合は、エリアにより別途出張費が発生します。

※数量が多い場合や、マニフェスト票の発行が必要な法人様は弊社営業担当までお問い合わせください。

岩手県産業廃棄物収集運搬業許可 許可番号 00301119299

6 広報もりおか 7. 3. 15

6 広報もりおか 7. 3. 15 7