

# 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

**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  
お茶を飲みながら、気軽にしゃべりませんか？  
🕒 4月14日・21日・28日、火曜、10時～15時半※出入り自由・マイカップ持参 ID 1034327  
■もりげきライブ  
杉山清貴&オメガドライブのカバーバンド「Refrain」が演奏します。  
🕒 4月15日(水)19時～20時50分  
👤 80人  
💰 前売り1000円、当日1200円※小学生以下は無料  
📞 電話・応募フォーム：受け付け中  
ID 1035652

**都南公民館・キャラホール**

☎020-0834 永井24-10-1  
☎637-6611

■ジャズ鑑賞講座  
「マイ・フェイバリット・ジャズ」生演奏を聴き、ジャズの魅力を知ります。  
🕒 5月7日(木)・13日(水)・20日(水)・27日(水)・6月3日(水)、全5回、19時～20時半 💰 2000円  
📞 窓口・電話：4月4日(出)10時から ID 1055796



■つくってあ・そ・ほ!  
身近なおもちゃを作り、遊びます。  
🕒 5月13日(水)10時～11時半  
👤 10組※1～2歳の子と保護者  
📞 電話：4月22日(水)10時から ID 1051219  
■生涯青春講座 🗨️  
染め物体験や簡単健康体操、クマ対策講座など。北上市・奥州市での館外研修もあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
🕒 5月20日(水)9時半～11時半、27日(水)10時～11時半、6月3日(水)10時～11時半、11日(木)8時40分～15時45分、全4回  
👤 20人※60歳以上

💰 2500～2600円  
📄 往復はがき・応募フォーム：5月7日(木)必着※定員を超えた場合は抽選  
ID 1032204



**屋内ゲートボール場**

☎020-0127 前九年三丁目9-37  
☎641-8484

■レディーステニス教室  
硬式テニスの基礎を学びます。  
🕒 4月24日～7月24日、金曜、全10回、10時～12時※5月1日・15日・6月19日・7月17日を除く  
👤 10人※テニス初心者の女性  
💰 1万2500円  
📞 電話：4月13日(月)10時半から ID 1026542



**総合プール**

☎020-0866 本宮五丁目3-1  
☎634-0450

●施設の利用制限  
次の日は利用できません。  
🕒 4月26日(日) ID 1055713

**都南体育館**

☎020-0835 津志田14-19-1  
☎637-2219

■初級者のためのテニス教室  
硬式テニスの基礎を学びます。  
🕒 5月12日～6月16日、火曜、全6回、13時半～15時半  
👤 10人 💰 5500円  
📞 窓口・電話：4月6日(月)9時から ID 1055645

**市立武道館**

☎020-0882 住吉町3-12  
☎654-6801

■レインボーキッズ  
基礎体力と運動能力の向上を目指します。対象など詳しくは、同館へお問い合わせください。  
🕒 5月8日(金)～来年3月15日(月)、全34回  
👤 ①12人※満4歳の子②若干名※満5歳の子③16人※小学1年生④若干名※小学2年生

💰 月額3800円※初回は月4600円  
📞 電話：4月6日(月)、①②10時から③④11時から  
ID 1055743

■入学前の体育教室  
学校体育の基礎を学びます。  
🕒 5月26日～7月14日、火曜、全7回、15時15分～16時15分※6月16日を除く  
👤 10人※満4歳の子  
💰 9200円  
📞 電話：4月19日(日)10時から ID 1028033



■エアロビクス  
運動不足解消と不調の改善を目指します。  
🕒 5月12日～7月14日、火曜、全8回、11時半～12時20分※5月19日・6月16日を除く  
👤 15人※18歳以上  
💰 6600円  
📞 電話：4月14日(水)10時から ID 1047345

■月曜ピラティス  
しなやかな体づくりを目指します。  
🕒 5月18日～7月13日、月曜、全8回、10時～11時15分※6月15日を除く  
👤 25人※18歳以上  
💰 6500円  
📞 電話：4月13日(月)10時から ID 1055747

■火曜ピラティス  
ストレッチボール®なども使います。  
🕒 5月12日～7月14日、火曜、全8回、10時～11時15分※5月19日・6月16日を除く  
👤 5人※18歳以上  
💰 6500円  
📞 電話：4月24日(金)10時から ID 1055748

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
おかしなお菓子体験!～「草もち」つくろう!～	5/1(金) ①10時～12時 ②14時～16時	各9人	和菓子の「草もち」作りを体験します(各1000円)	4/4(出)10時から
癒しのリンパコンディショニング	5/8(金) 13時半～15時	10人	体に優しいアロマオイルを使い、全身を整えるリンパコンディショニング(1000円)	4/8(水)10時から
リズムウォーク&ストレッチボール®	5/22(金) 13時半～15時	8人	リズムウォークとストレッチボール®を使った筋トレを体験(800円)	4/10(金)10時から
赤ちゃんといっしょにフラダンス	5/23(土) 10時～11時半	6組	助産師の資格を持つ講師による赤ちゃんと一緒にできるフラダンス※首の据わった生後5カ月～1歳未満の子と母(800円)	4/11(出)10時から
見て、さわって、吹いてみよう!はじめてのオカリナ	5/26(火) 14時～15時半	10人	オカリナの持ち方、吹き方など基本を学び、演奏体験をします(500円)	4/14(火)10時から

**ゆびあす**

☎020-0102 上田字小鳥沢148-103  
☎662-1414

■骨盤底筋ケアレッスン  
理学療法士によるケアトレーニング。  
🕒 4月9日～30日、木曜、13時15分～14時15分  
👤 各25人※18歳以上の女性  
💰 各500円  
📞 窓口・電話：受け付け中  
ID 1053153

**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

**都南つどいの森**

☎020-0842 湯沢1-88  
☎637-0877

👤 15人  
💰 500円  
■森のトリセツ「つどいの森の山野草とスマホ写真の撮り方」  
スプリングエフェメラルと呼ばれる春の花々を見て歩き、歩きながら写真の撮り方を学びます。  
🕒 4月11日(出)10時～12時  
📞 電話：4月5日(日)9時から  
■森を愉しむワークショップ  
「赤林山のイワウチワを見てその環境を学びます」  
イワウチワ群落を見に行き、植物の他感作用と春の植物の生態を学びます。



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

🕒 4月12日(日)10時～14時  
📞 電話：4月5日9時から  
■大人のあかばやし探検隊  
山菜を採ってその場で料理します。  
🕒 4月19日(日)10時～14時  
📞 電話：4月12日9時から  
■森のトリセツ「変わった山菜、希少な山菜に挑戦しよう」  
めったに食べないけど実はおいしい山菜などを採取、調理します。  
🕒 4月29日(水)9時～12時  
📞 電話：4月12日9時から

**外山森林公園**

☎028-2711 藪川字大の平31-1  
☎・ファクス681-5132  
✉mori-sotoyama@f-morioka.jp

■しいたけ原木栽培に挑戦  
しいたけの植菌を体験し、きのこの原木栽培について学びます。  
🕒 4月29日(水)・5月3日(日)、9時半～12時  
👤 各15組※18歳以上。親子で参加の場合は年齢制限なし  
💰 1組2500円  
📞 往復はがき・ファクス・メール・応募フォーム：4月17日(金)必着※定員を超えた場合は抽選  
■探鳥会へのお誘い  
夏鳥たちの姿と鳴き声を求めて園内を散策します。  
🕒 5月16日(土)9時半～13時  
👤 15人 💰 1500円  
📞 往復はがき・ファクス・メール・応募フォーム：5月1日(金)必着※定員を超えた場合は抽選  
■初夏の植物観察会  
園内を歩き、植物を観察します。  
🕒 5月23日(土)9時半～13時  
👤 15人 💰 1500円  
📞 往復はがき・ファクス・メール・応募フォーム：5月8日(金)必着※定員を超えた場合は抽選

**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～  
詩やエッセイ、文芸作品の朗読。  
🕒 5月9日(出)14時～14時40分  
👤 おおむね中学生以上  
ID 1041433

■はじめての絵画教室  
鉛筆の使い方やデッサンの仕方、水彩絵具を用いた技法を学びます。  
🕒 5月13日～6月10日、水曜、全5回、18時半～20時半  
👤 16人※高校生以上 💰 3000円  
📄 応募フォーム：4月4日(出)10時から※先着順 ID 1035181  
■不來方大学院  
健康、防災、郷土、先人など幅広いテーマについて学びます。  
🕒 5月14日～11月5日、木曜、全20回、10時5分～14時45分※8月と9月24日を除く  
👤 120人※65歳以上 💰 4500円  
📄 往復はがき・応募フォーム：4月22日(水)必着※定員を超えた場合は抽選 ID 1034331

**西部公民館**

☎020-0134 南青山町6-1  
☎643-2288

■パソコン・スマホお助け相談会  
パソコンやスマホの相談会。  
🕒 4月3日(金)・11日(土)・18日(土)・25日(土)、13時～16時  
💰 各500円 ID 1055762  
■歴史入門講座  
鍛冶の墓や盛岡藩南部家と長府藩毛利家との関係について学びます。  
🕒 5月9日(土)・30日(土)、全2回、10時～12時  
👤 80人 💰 500円  
📄 窓口・往復はがき・応募フォーム：4月30日(木)必着 ID 1055761  
■盛岡食いしん諦と行く 盛岡まち歩き  
街中を散策し、自然や歴史の素晴らしさを再発見します。  
🕒 5月19日(水)・26日(水)、全2回、9時半～12時  
👤 12人 💰 530円  
📄 往復はがき・応募フォーム：4月21日(水)必着※定員を超えた場合は抽選 ID 1055759  
■初心者のための剪定教室  
庭木の剪定の基本や低木の剪定などの基本について学びます。  
🕒 5月21日(木)・28日(木)、全2回、10時～12時  
👤 30人 💰 530円  
📄 往復はがき・応募フォーム：4月30日必着※先着順

**渋民公民館**

☎020-4132 渋民字鶴塚55  
☎683-2354

■ヒストリア玉山  
講師の解説付きで玉山の見どころを巡ります。詳しくは、同公民館へお問い合わせください。  
🕒 5月14日～28日、木曜、全3回、9時～13時  
👤 20人※18歳以上 💰 590円  
📄 往復はがき・応募フォーム：4月28日(水)まで必着※定員を超えた場合は抽選 ID 1055766

**松園地区公民館**

☎020-0106 東松園二丁目5-3  
☎661-8111

■春のお楽しみ映画会  
映画「おぼけうんどうかい」「ことりのふえ」「人魚姫」を上映。  
🕒 4月30日(木)15時～16時  
👤 30人※保護者も同伴できます ID 1055771  
■家族といっしょに「母の日」に贈るスイーツづくり教室  
ロールケーキを作ります。  
🕒 5月10日(日)10時～12時  
👤 8組※小・中学生とその家族  
💰 2000円  
📞 電話：4月6日(月)10時から ID 1055738

**市立図書館**

☎020-0114 高松一丁目9-45  
☎661-4343

■科学談話会  
岩手県立大の松田智裕先生による「哲学のインテレストー20世紀フランス哲学の場合」と題した講演。  
🕒 4月16日(水)18時～19時半  
■ころんとかわいい菌細工  
可愛い動物を菌クラフトで作ります。  
🕒 4月29日(水)10時～12時  
👤 10組※4歳～小学生までの子と保護者 💰 1100円  
📄 窓口・電話・応募フォーム：4月4日(出)9時から ID 1055443  
■児童文学を読む会

ファン・ファリアス『日ざかり村に戦争がくる』(福音館書店)  
🕒 5月27日(水)10時～12時

**もりおか歴史文化館**

☎020-0023 内丸1-50  
☎681-2100

■楽市楽the手仕事倶楽部  
ハンドメイド作家による作品の販売会を開催します。  
🕒 4月18日(土)・19日(日)・25日(土)・26日(日)・5月4日(月)・5日(火)・6日(水)、10時～17時 ID 1055737  
■合子形兜実物公開  
黒田官兵衛ゆかりの合子形兜の実物を公開します。  
🕒 4月22日(水)～5月6日(水)  
💰 入館料が必要 ID 1020522  
■テーマ展「豊臣と南部」  
南部家が戦国乱世を切り抜けるために必要だった、豊臣政権との関係を示す古文書を展示します。  
🕒 4月22日(水)～7月20日(月)  
💰 入館料が必要 ID 1035935  
■盛岡さんざ踊り公演  
ミスさんざ踊りによる公演。  
🕒 5月4日(月)、11時半から・13時半から ID 1022475  
■盛岡山車太鼓打ち体験  
盛岡山車に乗って太鼓打ちを体験します。  
🕒 5月5日、11時半から・13時半から ID 1021501  
●れきぶんひろめ隊 隊員募集  
同館をより多くの人に知ってもらうために広報活動を行うれきぶんひろめ隊の隊員を募集します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
👤 50人 ID 1020024

**先人記念館**

☎020-0866 本宮字蛇尾敷2-2  
☎659-3338

■ボランティアによる1階記念室の展示案内  
🕒 4月12日(日)・26日(日)、10時～12時と13時～15時  
💰 入館料が必要 ID 1047485  
■先人ゆかりの町めぐり  
学芸員の解説付きで本町かいわいを歩きます。  
🕒 5月16日(土)10時～12時  
👤 15人※2～3\*歩ける人

広告

求む!あなたの想い  
**受講者募集中**  
受講料はかかりません。

まずは体験してみませんか?  
**体験会**開催  
4月9日(木)  
9時45分～12時15分  
12時45分～15時15分

目の不自由な方のために図書資料等を製作するボランティア  
**点訳・音訳・デジタル録音図書編集奉仕員**

お申込み ☎019-606-1743 FAX 019-606-1744  
お問合せ 岩手県立視聴覚障がい者情報センター  
Eメール iwatesan@aiaa.jp 〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通一丁目7-1 アイーナ4F

当センターは、見えない・見えにくい方、聞こえない・聞こえにくい方のための施設です。

広告

**全国の処方せん受付します**

あなたの薬を見守る「かかりつけ薬剤師」  
**大通よつば薬局**  
営業時間 月～金 9:00～18:00 (土9:00～13:00)  
住所 盛岡市大通2丁目7-20  
電話 019-681-4091  
休日 日曜・祝日

居宅・在宅訪問ご相談下さい  
**菜園よつば薬局**  
営業時間 月・火・木・金 9:00～18:00 (水8:30～16:30 土9:00～13:00)  
住所 盛岡市大通1丁目11-5  
電話 019-681-3222  
休日 日曜・祝日

(有)プロス・カンパニー 札幌市南区石山桑6丁目1番地18 / TEL:011-206-7535