

7月 スポーツ・文化・催し

表記の見方

開

開館時間、利用時間

休

休館日、休業日

※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。

※新型コロナウイルスの影響により、行事が中止や延期となる場合があります。

総合体育館
☎95-8998

開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)
休 第4木曜日

11日(土)・12日(日) 午前9時 第7回宮城ヤンマーカップU-15 (フットサル)

いしのまき総合スポーツクラブ
令和2年度会員は随時募集しています。詳しくは問い合わせください。

キッズバラエティスポーツ教室
令和2年度会員は随時募集しています。
料 金 3,500円 対 象 小学校1年生～3年生 定 員 100人
詳しくは問い合わせください。

バドミントン・卓球教室
令和2年度生徒は随時募集しています。
卓 球 教 室 料 金 2,000円+保険料(任意加入)
バドミントン教室 料 金 3,000円+保険料(任意加入)
詳しくは問い合わせください。

トレーニングセンター
☎25-7731

開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)
休 なし

石巻トレーニングセンター
利用料金：1回券 大人 500円、大学生 300円、高校生 200円
回数券(11回分) 大人 5,000円、大学生 3,000円、高校生 2,000円

セイホクパーク石巻(総合運動公園)
☎22-9111 FAX22-9112

開 午前7時～午後9時
休 なし

12日(日) 午前9時～午後5時 宮城県不惑交流大会(ラグビー)

18日(土)・19日(日) 午前9時～午後5時 東北リーグ1部(サッカー) フットボール場

4日(土)・5日(日)・23日(木)～26日(日) 午前9時～午後5時【フィールド第1】 2020リスペクトリーグU10 フットボールフィールド

石巻中央公民館
☎22-2970 FAX21-6050

開 午前9時～午後9時
休 なし

行事予定はありません

石巻健康センターあいプラザ・石巻
☎95-8640 FAX95-8664

開 午前10時～午後9時(日・休講日は午後5時まで)
休 なし

★大好評「サンデープログラム」8～9月期 申し込み受け付け中!!
サンデープログラムとは、日曜限定の短期講座(2カ月間)です。

≪8～9月のサンデープログラム≫

・プールでスタート&ターン	全3回	午前11時30分～午後0時30分
・はじめてのフローヨガ	全4回	午前11時～正午
・はじめての韓国語	全4回	午後3時～4時15分
・初めてのステンドグラス	全1回	午前10時～正午

※対象年齢は問い合わせください。
料 金 全1回コース 1,150円/全3回コース 3,450円/全4回コース 4,600円
※途中申し込みが可能な講座もあります。
※別途材料費がかかる講座もあります。
申込方法 窓口にて、各講座初回開講日前まで直接申し込みください。
(定員になり次第締め切ります)

プール(事前申込制)フリー利用ご利用の際は、事前の申し込みが必要です。
※時間帯や料金など、詳しくは問い合わせください。
※割引料金でのご利用の際は、各種証明書をお持ちください。
※トレーニングルームフリー利用は、当面の間利用できません。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどお願いいたします。

【7月の休館日・休講日】 休館日…なし 休講日…23日(木・祝)、24日(金・祝)

蛇田公民館
☎95-0183

開 午前9時～午後9時
休 なし

行事予定はありません

稲井公民館
☎22-4303

開 午前9時～午後9時30分
休 なし

17日(金) 午後1時30分～3時30分 稲井くらしの講座7月学習会「陶芸教室」
講 師 笠 政彦 対 象 者 稲井くらしの講座会員

渡波公民館 ☎24-0941

開 午前9時～午後9時30分
休 なし

31日(金) 午後1時30分 一般教養講座「陶芸教室」
講 師 東和焼 瑞樹 窯元 笠 政彦
定 員 20人(抽選) 料 金 2,100円(材料費)
申込方法 22日(水)正午まで材料費を添えて申し込みください。

河北総合センター「ビッグバン」
☎62-1120

開 午前9時～午後9時
休 月曜日

12日(日) サークル・カリブ 夏のダンスパーティー
開場 午前11時 開演 午後1時 料 金 1,000円
終演 午後4時 園 サークル・カリブ ☎23-5674

トレーニング機器 使用講習会

- ビッグバン ☎62-1120 10日(金)・24日(金・祝) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
- 遊楽館 ☎72-3561 3日(金)・26日(日) 正午/午後5時 ※要電話予約
- 牡鹿交流センター ☎45-3618 利用時間 午前11時～午後7時
※日曜日および休館日の前日は、午前10時～午後5時まで 随時受付(要電話予約)

図書館
☎93-8635

開 午前10時～午後6時
(水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで)
休 月曜日、23日(木・祝)・24日(金・祝)



※各行事への参加、出張図書館「へびた」・「わたのは」の利用の際はマスクの着用と手指の消毒にご協力をお願いします。出張図書館「えほんびより」は子育て支援センターなどに確認してください。

毎週火曜日 午後3時30分～4時 紙芝居とお話の会
紙芝居・絵本・手遊びなどを一緒に楽しみましょう。
定 員 5組(先着)

3日(金)・17日(金) 午前10時30分～10時50分 あかちゃんおはなし会
赤ちゃん絵本・わらべうた・手遊びなどで、親子一緒に楽しみましょう。
これからパパ・ママになる方もご参加ください。
定 員 5組(先着)
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、短縮します。

4日(土)・18日(土) 午前10時30分～10時50分 たのしいおはなし会
絵本・紙芝居・手遊びなどで、お話に親しみましょう。
対 象 幼児～小学校低学年くらい 定 員 5組(先着)
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、短縮します。

9日(木) 午前10時～正午 絵本とおはなしの会勉強会
絵本の読み聞かせやストーリーテリング(お話の語り)と一緒に練習しませんか。

12日(日) 午前10時30分～正午 子どもの本を読む会
今月の本「ヨシタケシンスケの絵本」
大人になってからもう一度、子どもの本を読んでみませんか?

14日(火) 午前10時～正午 読書会
今月の本「こころ」 夏目 漱石 著
この作品を読んで感想をおしゃべりしませんか。

<出張図書館「へびた」の開催予定> 蛇田公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
と き 7日(火)・21日(火) 午前10時～11時

<出張図書館「わたのは」の開催予定> 渡波公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
と き 7日(火)・21日(火) 午後1時～2時

<出張図書館「えほんびより」の開催予定> 子育て支援センターなどに出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。

8日(水) 午前10時30分～11時30分 子育て支援室「わくわく」
湊子育て支援センター ※読み聞かせもあります。

14日(火) 午前10時～11時30分 すくすく赤ちゃん(ネンネ・寝返りグループ)
なかよし保育園地域子育て支援センター

15日(水) 午前10時30分～11時30分 あそびのひろば
河北子育て支援センター ※読み聞かせもあります。

27日(月) 午前11時～正午 Mカフェ 子どもセンターらいつ

遊楽館
☎72-3561

開 午前9時～午後9時
休 月曜日



行事予定はありません

河南室内温水プール(遊楽館内)
☎72-3605

開 午前10時～午後9時
(日・祝は午後5時まで)
休 休場日は遊楽館と同じ



会員利用

<一般区分> 一般：600円 シルバー：500円
高・中・小学生：300円 幼児：200円 3歳以下：無料

<会員区分> フルタイム：6,500円 週一：4,200円
デイトタイム：5,700円 週二：5,300円
ウィークエンド：3,700円
ナイトタイム：4,200円
※各教室参加可・無料体験随時実施中!!

<利用時間> ○通常時
月～土曜日：午前10時～午後9時
日・祝：午前10時～午後5時
※新型コロナウイルス感染症予防のため、営業時間を以下のとおり入れ替え制としています。(通常の利用時間への変更時期は未定です)
土曜日：午前11時30分～午後9時
日・祝：午前10時～正午(1回目)
午後0時30分～2時30分(2回目)
午後3時～5時(3回目)

19日(日) 午前11時～正午 アクアアーク ～肩こり腰痛予防緩和教室～
料 金 500円 ※初めての方は無料 定 員 5人
申込方法 電話または直接申し込みください。

9日(木) 午前9時～9時45分 ホットヨガ
料 金 1,000円 定 員 15人 講 師 笠 安子
持 ち 物 運動できる服装・タオル・飲み物
申込方法 電話または直接申し込みください。

イベント日程変更
7・8月に予定していた、夏休み短期水泳教室は、新型コロナウイルス感染症予防のため、開催日を9月20日(日)～22日(火)に変更しました。
申込開始日などが決まりましたら、ホームページなどで周知します。

にっこりサンパーク
☎67-2038または67-2712

開 午前9時～午後5時(電話予約があれば、午後9時まで)
休 月曜日

野球場・テニスコート：要電話予約

牡鹿交流センター屋内温水プール
☎45-3618

開 午前11時～午後7時
※日曜日および休館日の前日は、午前10時～午後5時まで
休 月曜日

利用料金 一般・学生 600円 小・中・高校生 300円 幼児 200円 3歳未満：無料

7月の健康コーナー

【健康推進課】☎95-1111 【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117 雄勝☎57-2113
 河南☎72-2094 桃生☎76-2111 北上☎67-2113 牡鹿☎45-2113

こころの体温計



※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。

相談

相談名	とき	ところ	☎・☎ 健康推進課
健康相談	月～金 (祝日を除く)	健康推進課	内線2425
育児相談			内線2422
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談	6日(月)	10:00～12:00	保健相談センター
歯科相談	13日(月)	13:00～15:00	

心理カウンセラーなどによるこころの相談会 要予約

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症などこころの問題についての相談を行います。

とき	ところ	担当	☎・☎
9日(木) 10:45～15:15	市役所2階相談室	桑島 由美	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
30日(木) 13:30～16:00	河北総合支所	桑島 由美	保健福祉課(内線163) ☎62-2117

東部保健福祉事務所(県石巻合同庁舎内石巻保健所) 要予約

相談・教室名	内容	とき	☎・☎
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談	17日(金) 10:00～15:00	☎95-1431
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談	16日(木) 13:00～17:00	

からこころ相談ダイヤル：心の無料電話相談

☎ 0120-322-016 (午前10時～午後4時)
 担当:震災こころのケア・ネットワークみやぎ
 ※留守番電話対応になる場合もあります。

仙台いのちの電話

☎ 022-718-4343 (24時間年中無休)
 ・毎月10日「自殺予防いのちの電話」
 ☎ 0120-783-556 (午前8時～翌朝8時)

わかちあいの会：大切な方を亡くした方が話せる場所です。

とき 18日(土) 午後2時～4時30分
 ところ 石巻レインボーハウス
 (中里二丁目2-3)

☎ 仙台グリーンケア研究会
 ☎ 070-5548-2186

問 健康推進課 ☎ 94-9132

食育推進コーナー



《中学生のためのお魚料理教室》

魚食文化の普及と食育の推進を図ることを目的に、昭和63年から実施しています。

毎年、市内の中学生を対象に、石巻魚市場に水揚げされた旬の魚を使用して、料理教室を開催しています。講習や調理・試食を通して「石巻の水産」や「魚の栄養と健康」について楽しく学ぶ機会となりました。
 ☎ 水産課(内線3515)

妊婦歯科健康診査のお知らせ

対象 市内に住所を有し、母子健康手帳の交付を受けた妊婦
受診方法 指定歯科医療機関に直接予約を入れて、受診してください。
 ※母子健康手帳交付時に、受診券を交付しています。
 ※妊娠安定期の体調の良いときに受けることをお勧めします。
 ☎ 健康推進課(内線2417)

市立病院健康講座

「なるほど健康塾」

【開催延期のお知らせ】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面延期します。日程が決まり次第、改めてお知らせします。
 ☎ 市立病院病院総務課 ☎25-5555

愛の献血

とき・ところ

実施日	実施場所	受付時間
5日(日)	カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分
25日(土)	イオンモール石巻	午後1時～4時30分

☎ 健康推進課(内線2418)

熱中症に気をつけましょう!!

「熱中症は予防が大切です」

- 気温が高い、風が弱い、湿度が高い、日差しが強い、急に暑くなったときは気をつけましょう。
- 肥満の方、体調の悪い方、持病のある方、高齢者や幼児は熱中症にかかりやすいので注意しましょう。

予防方法

- 日傘・帽子
- 水分を小まめにとる
- 日陰を利用
- 休憩をする
- 風通しを良くする

熱中症を疑う症状

大量の汗、高体温、頭痛、不快感、吐き気、嘔吐(おうと)、だるさ、脱力感、けいれん、めまい、失神など

☎ 健康推進課(内線2425)

がん体験者のための電話相談

がんになり抱える悩み・不安について、一緒にお話ししましょう。ご家族の方もぜひご参加ください。

対象	とき	内容
がん体験者と家族の皆さん	月・水・金曜日 10:00～16:00	○ピア電話相談 ピア=仲間のがん体験者が対応します。お気軽にご連絡ください。

☎ NPO法人 パセリの会 菅原 ☎070-5320-5538

乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	実施日	受付時間	会場
石巻	3～4カ月児健診	17日(金)・21日(火)・30日(木)	個別に通知します。	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	15日(水)・22日(水)・28日(火)		
	3歳児健診	3日(金)・7日(火)・14日(火)		
河北雄勝北上	3～4カ月児健診	29日(水)		河北総合センター「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診	22日(水)		
河南桃生	3～4カ月児健診	31日(金)		河南母子健康センター
	3歳児健診	30日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	30日(木)	保健相談センター	
	1歳6カ月児健診	28日(火)		
	3歳児健診	22日(水)		

※対象者には、日程や受付時間などを個別に通知しています。
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期・変更する場合がありますが、その場合は個別に連絡します。

各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	☎・☎
もぐもぐ育児相談(石巻会場)	対象 5～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方や生活リズムについての個別相談 定員 6組程度 ※時間を区切って個別に対応します。	9日(木)	13:00～15:00 時間予約制	保健相談センター	健康推進課(内線2617)
もぐもぐ育児相談(河南・桃生会場)		14日(火)	13:00～15:00 時間予約制	河南母子健康センター	河南総合支所保健福祉課(内線271)

【本庁地区】 個別健診について「お願い」

～特定・健康診査、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査～

と き 6月8日～10月2日(金)

と ころ 石巻市医師会特定健診等実施医療機関
(送付する受診票で確認してください)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、診療時間や休診日などが変更になることがあります。事前に、受診希望の各医療機関に実施状況を問い合わせの上、受診してください。

※健(検)診受診の際は、自宅での体温測定にご協力ください。発熱やかぜ症状がある場合は、症状が治まった後に受診してください。



☎ 保険年金課(内線2333)
健康推進課(内線2415)

がん検診推進のためクーポン券を送付します

がん検診の受診促進や、がんの早期発見と正しい健康意識の普及・啓発のため、一定の条件を満たす方に対して、がん検診を無料で受診できるクーポン券と通知書を送付します。

詳しくは、通知書をご覧ください。

対 象 令和2年4月20日現在、石巻市に住民登録があった方
・子宮頸がん検診 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方
・乳がん検診 昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれの方
☎ 健康推進課(内線2413)

雄勝・北上地区総合健(検)診を実施します

特定健康診査・健康診査、結核・肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、胃がん検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診

・雄勝地区

と き・と ころ 15日(水)・16日(木)
雄勝硯伝統産業会館(雄勝町下雄勝二丁目19)

・北上地区

と き・と ころ 17日(金) 北上子育て支援センター
18日(土)・19日(日) 北上公民館(北上町十三浜字小田93-4
新北上総合支所内)
※17日(金)は夜間検診を北上公民館で実施
(胃がん検診はありません)

申し込みをした方には、検診票を送付します。検診の対象者で追加申し込みを希望する場合や、検診の申し込みをされていて通知書が届かない場合はご連絡ください。通知書の日程表で時間などを確認の上、受診してください。

※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。

☎ 雄勝総合支所 保健福祉課 ☎57-2113
北上総合支所 保健福祉課 ☎67-2113

【石巻地区】 乳がん検診の夕方検診を実施します

と き 7月16日(木)(受付時間 午後4時30分～6時30分) ※要電話予約

と ころ 保健相談センター

対 象 30歳代、41歳(クーポン対象者)、65歳以上(偶数年齢)の女性
(対象年齢は令和3年3月31日を基準としています)

検診票をお持ちの方……乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-8383)に申し込みください。

検診票をお持ちでない方……問い合わせください。

※40歳～64歳(偶数年齢)の方の、検診開始は8月20日(木)です。

☎・☎ 健康推進課(内線2413)

夜間急患センターの診療時間

●夜間診療

	小 児 科	内 科	外 科
月～金曜日	午後7時～10時	午後6時～翌朝7時	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時		
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時	午後6時～9時

○休日(昼間)診療

	外 科
日曜日・休日	午前9時～午後5時 (受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4時)

所在地 蛇田字西道下71(石巻赤十字病院敷地内)
※駐車場は、石巻赤十字病院駐車場をご利用ください。
☎ 夜間急患センター ☎94-5111

市立病院のご案内

診療時間(休日 土日・祝日・年末年始)

診療科	受付時間	診療開始
内科・外科・整形外科	初診 午前8時～11時	午前9時
	再診 午前8時～11時30分	
眼科・皮膚科	午前8時～11時	午前9時
耳鼻咽喉科	午前9時	午前9時
午前【火・木】	火曜日:午前8時～11時 木曜日:午前8時～10時30分	午前9時
午後【月・火・木・金】	午後0時30分～3時	午後1時

診療日

診療科	受付	月	火	水	木	金
内 科	午前	○	○	○	○	○
外 科	午前	○	○	○	○	○
整形外科	午前	○	—	○	○	○
眼 科	午前	—	○	—	—	○
皮 膚 科	午前	—	—	—	○	—
耳鼻咽喉科	午前	—	○	—	○	—
	午後	○	○	—	○	○

※ 整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。
☎ 市立病院 ☎25-5555

7月の休日等救急当番医

◇担当医は変更になることがあります。
各医療機関に確認の上、受診してください。

※診療時間は、午前9時～午後5時です。
※担当医や受付終了時間、休休み時間は、各医療機関に確認の上、受診してください。
※下表に記載のない産婦人科の対応は当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。
※外科は、「夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
5日(日)	内 科	いしのまき矢吹クリニック(大橋三丁目)	21-6117
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
12日(日)	内 科	古山内科・循環器科(元倉一丁目)	23-0221
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111
19日(日)	内 科	いしづか内科クリニック(恵み野五丁目)	92-7311
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111
	産婦人科	あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
23日(木・祝)	内 科	茜平クリニック(茜平二丁目)	98-5108
	小 児 科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
24日(金・祝)	内 科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	95-6118
	小 児 科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
26日(日)	内 科	中浦内科医院(中浦一丁目)	21-7551
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯 科
5日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	植木歯科クリニック(中里六丁目) 22-0066
12日	(日)	紫桃内科医院(鹿又) 75-2325	やもと内科クリニック(矢本) 98-3260	内海歯科(水明北一丁目) 93-3156
19日	(日)	栗原医院(桃生町寺崎) 76-4170	イオンタウン矢本内科(小松) 24-6119	よしだファミリー歯科(渡波字栄田) 24-1185
23日	(木・祝)	簡野医院(鹿又) 74-2244	森さい生医院(野蒜ヶ丘) 98-8891	及川歯科クリニック(中央一丁目) 95-1243
24日	(金・祝)	中川内科外科医院(前谷地) 72-2123	藤野整形外科(矢本) 83-2121	かとうデンタルクリニック(向陽町四丁目) 23-8077
26日	(日)	成田医院(相野谷飯野川町) 62-3221	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井) 82-1310	さくらんぼ歯科クリニック(あゆみ野一丁目) 93-9339

石巻歯科医師会
休日診療所
(中里三丁目)
94-8223

7月の子育て支援コーナー

行事内容や申し込み方法など、詳しくは各支援センターにお問い合わせください。またはホームページをご覧ください。

支援センター
詳細はこちら



子育てメール相談



子育て支援センターは

- ・費用無料(イベントによって参加費あり)
- ・申し込み不要(要予約イベントもあり)
- ・利用年齢(0歳児～就学前)・電話相談、来所相談ができます。

※予定は変更になる場合もあります。詳しくはホームページをご覧ください。

湊子育て支援センター

園・圃 湊こども園2階 ☎94-2366

- 《主な行事》
- 1日(水) 歯科衛生士講話「歯の大切さのお話」 ※要予約
 - 6日(月) ふれあいサロン「たなばた会」 ※要予約
 - 8日(水) えほんびより
 - 10日(金) みんなと遊ぼうの日 ※要予約
 - 20日(月) 助産師の成長測定(母子手帳持参) ※要予約
 - 29日(水) ヤクルト講話「腸内細菌のお話」 ※要予約
 - ★あそびの広場(稲井公民館) 7日(火) ※稲井地区の方対象
 - ★自由開放日(3カ月～就学前)
 - ・午前、午後開放 14日(火)・21日(火)・30日(木)・31日(金)
 - ・午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
 - ・午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～4時

渡波子育て支援センター てんとうむし

園・圃 渡波保育所内 ☎25-0567

- 《主な行事》
- 6日(月) 七夕祭り会
 - 10日(金) ベビーマッサージ ※要予約
 - 15日(水) 幼児安全法「子どもの応急手当、病気と看護の仕方」 ※要予約
 - 27日(月) 成長測定・子育て相談
 - ★自由開放日
 - ・午前開放 2日(木)・9日(木)・13日(月)・16日(木)・20日(月)・30日(木) 午前9時30分～11時30分
 - ・午後開放 あかちゃん☆ひろば(妊婦～生後3カ月) 毎週月・火・木曜日 午後1時～3時
 - ハイハイ★ひろば(生後4カ月～11カ月) 毎週水・金曜日 午後1時～3時

釜子育て支援センター「あおぞら」

園・圃 釜保育所内 ☎24-6113

- 《主な行事》
- ★育児講座
 - 6日(月) 助産師による身体測定(持ち物 母子手帳) ※要予約
 - 22日(水) 子どもの症状を見るポイント ※要予約
 - 29日(水) 子育てふれあいサロン ※要予約
 - ※3日前までに要予約(予約受付時間 午前10時～午後3時)
 - ★自由開放日(就学前まで)
 - ◎あそび場自由開放日 午前10時～午後3時
 - 3日(金)・10日(金)・13日(月)・17日(金)・20日(月)・27日(月)・31日(金)
 - ※前日までに要予約

マタニティ・子育てひろば「スマイル」

園・圃 NPO法人 ベビースマイル石巻 ☎98-5322

- ★0歳児講座(要予約) 4回セット
 - 2日(木)・9日(木)・16日(木)・30日(木) 午前10時30分～11時30分
- ★スマイルトーク「ワンオペ育児のママ」
 - 6日(月) 午後1時30分～ ※要予約
- ★自由開放日
 - ・自由開放日 月～金曜日、第1・3土曜日 午前10時～午後3時
 - ・0歳開放日 7日(火)・14日(火)・28日(火) 午前10時～午後3時
 - ・1歳開放日 3日(金)・13日(月) 午前10時～午後3時

なかよし保育園地域子育て支援センター

園・圃 なかよし保育園内 ☎96-4551・FAX22-9881

- 《主な行事》
- 3日(金)・17日(金) ツインズデーと孫育て広場 ※要予約
 - 6日(月) たまごひよこサロン ※要予約
 - 13日(月) 3B中里28会ふれあい広場 ※要予約
 - 20日(月) ベビーマッサージ ※要予約
 - 27日(月) 育児講座「リトミック教室」 ※要予約
 - 31日(金) 「わいわい!水遊び」 ※要予約
 - ★自由開放日 10日(金) 午前9時30分～午後4時30分

にじいろひろば

園・圃 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- 《主な行事》
- 10日(金) はじめましての会 午前10時30分～11時30分 ※要予約
 - 17日(金) 保健講話「からだどハートを整える」 午前10時30分～11時30分 ※要予約
 - 29日(水) ファミサボ説明会 午前10時30分～11時30分
 - ★自由開放日
 - ・毎週 火・水・金曜日(祝日を除く) 午前10時～午後3時

河南子育て支援センターパプラ

園 河南農村環境改善センター 2階 ☎・FAX72-4670

- 《主な行事》
- 7日(火) そらまめくん歌とお話し&ミニヨガ
 - 7日(火) 保健師・栄養士の身体測定、子育て相談
 - 9日(木) 助産師小田嶋さんの親子ピクス
 - 21日(火) インストラクター佐々木牧江さんの運動教室
 - 28日(火) 歯科衛生士による歯の話
 - ★小原先生のミニ講座 「子どもと薬&新型コロナウイルスの話」 14日(火)
 - ★自由開放日
 - ・午前、午後開放 6日(月)・13日(月) 午前9時30分～11時30分
 - 午後1時～2時30分
 - ・午後開放 毎週火・木曜日 午後1時～2時30分

河北子育て支援センター

園 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

- 《主な行事》
- 6日(月) 七夕会
 - 13日(月) 保健師来所 ～身体測定～
 - 15日(水) えほんびより
 - ★講座
 - 29日(水) メディカルメガバンク講座 「子どもと薬の上手な付き合い方」
 - ★自由開放日
 - ・午前自由開放(0歳～未就園児) 月・金曜日 午前10時～11時30分
 - ※20日(月)…毎週金曜日は0～4歳
 - ・午後自由開放(赤ちゃん限定) 月～金曜日 午後1時30分～3時
 - ※月・火・木・金曜日…7カ月～11カ月
 - ※水曜日…3カ月～6カ月

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

園・圃 桃生バイオ研修センター内 ☎・FAX76-4521

- 《主な行事》
- 1日(水) 七夕飾り制作
 - 2日(木) 保健講話「手洗い講座」
 - 15日(水) 東北メディカルメガバンク講座 「ワクチンや治療薬、最近の話題について」
 - 16日(木) 健康セミナー
 - 22日(水)・29日(水)・30日(木) 水遊び(お天気が悪い時は室内遊び)
 - ★自由開放日
 - 3日(金)・7日(火)・13日(月)・14日(火)・21日(火)・31日(金) 午前9時30分～午後3時
 - ★どんぐり子育て広場「たなばた会」
 - と き 28日(火) 午前10時～11時30分
 - 申込期限 22日(水) ※要予約(先着7組限定)

北上子育て支援センター

園 相川保育所内 ☎66-2177

- 《主な行事》
- 6日(月) 七夕会
 - 13日(月) 歯みがき教室
 - 29日(水) 健康講話「リラックス法について」
 - ★ひまわりキッズ
 - と き 1日(水)・15日(水) 午前10時～11時30分
 - ところ 北上公民館
 - ★自由開放日 毎週月～金曜日 午前10時～午後4時
 - ※1日(水)・15日(水)の午前、16日(木)・17日(金)は自由開放はお休みです。

雄勝子育て支援センター

園 雄勝保育所内 ☎25-6331

- 《主な行事》
- 16日(木) わらべうた遊び(地域交流会)
 - 28日(火) 保健師来所日・身体測定
 - ★自由開放日
 - ・午前開放 毎週水・金曜日 午前9時30分～11時30分
 - ・午後開放 毎週火～金曜日 午後1時30分～4時30分
 - ※休館日 毎週月曜日

牡鹿子育て支援センター

園 牡鹿保健福祉センター内 ☎45-2197

- 《主な行事》
- ★ぐんぐんすくすく
 - 1日(水) 製作遊び(七夕飾り)
 - 8日(水) 七夕会
 - 15日(水) 子育てセミナー「熱中症を防ごう」
 - 22日(水) わいわいパチャパチャ水遊び ※保健師が来所し、育児相談をします。
 - 29日(水) 交流センターのプールで遊ぼう
 - ★自由開放日
 - ・午前、午後開放 毎週月・火・金曜日 午前9時～午後3時
 - ・午後開放 毎週水曜日 午後1時～3時
 - ※休館日 毎週木曜日

子どもセンターらいつ(児童館)

園 子どもセンターらいつ(児童館) ☎23-1080

- 《主な行事》
- 27日(月) 午前10時～午後1時 Mカフェ(図書館DAY)
 - ※休館日 2日(木)・16日(木)・23日(木・祝)・24日(金・祝)

らいつ
予定はこちら



子育て駅伝

旧相川中学校跡地に建つ保育所



相川保育所 園 北上町十三浜字崎山181 ☎61-2008

旧相川中学校跡地の高台に移転新築され、平成23年8月に開所しました。北上子育て支援センターも併設しています。カモシカなどが近くに姿を現わす豊かな自然環境の中、1歳児から5歳児までの14人が伸び伸びと遊んでいます。

廃品で作った楽器で演奏を披露



保育所のテラスで、おままごとを楽しむ



所庭にある桜の木の下でパチリ



近くの北公園に散歩し、大声大会



利用者さんへインタビュー



♥田口春香さん・真央ちゃん(5歳)(写真左)

お世話になって5年目になります。保育所ではいろいろな言葉を覚え、お友達もたくさんできて、年を追うごとに成長を感じます。自宅の庭で虫を捕まえたり、花を摘んだりして外遊びが大好き。将来は絵描きさんになりたいそうです。

♥佐藤有沙さん・心美ちゃん(5歳)(写真右)

2歳児から通っています。入所当初は少し人見知りな面がありましたが、保育所生活を通じて、お友達とも打ち解け、活発になりました。お絵描きが好きでバレリーナになるのが夢だそうです。誰にでも優しい子になってほしいです。

