

8月

# スポーツ・文化・催し



**総合体育館 ☎95-8998**  
 開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
 休 第4水曜日

### ●仙台89ERSアカデミー

1日(火)・22日(火)  
 対象 小学3年生～高校1年生 料金 5,000円  
 申込方法 電話または窓口にて申し込みください。  
 ※学年により時間が異なります。詳しくは問い合わせください。無料体験も行っていますので、ぜひ一度参加ください。

### ●子育てママのリフレッシュフィットネス教室

・3クール ポッコリお腹を撃退しよう  
 7日(月)・21日(月) 午前10時30分～正午  
 対象 0～3歳児とそのママ 定員 15組  
 料金 4,500円  
 ペビシーターがお子さんを預かります。

### ・4クール 心地よく汗を流して

心もからだもすっきりと  
 28日(月)・9月4日(月)・11日(月)・25日(月)  
 ・10月2日(月)・16日(月)  
 午前10時30分～正午  
 対象 0～3歳児とそのママ 定員 15組  
 料金 4,500円

### ●キッズパラエティクス教室

2日(水)・23日(水)  
 対象 石巻圏域小学1～4年生  
 料金 年間3,500円  
 さまざまなスポーツを体験し自分に合った種目を見つけよう。

### ●バドミントン・卓球教室

毎週金曜日 午前10時～11時30分  
 対象 石巻圏域在住の18歳以上の方  
 ・バドミントン教室  
 料金 年間3,000円、保険料(任意加入)  
 ・卓球教室  
 料金 年間2,000円、保険料(任意加入)

**セイホクパーク石巻(総合運動公園)トレーニングセンター ☎25-7731**  
 開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
 休 5日(土)

### ●ゆるゆるトレーニング教室

18日(金)・25日(金) 午後1時30分～2時30分  
 対象 高校生以上 定員 5人  
 料金 入館料のみ

### ●リラク্সストレッチ講座

10日(木)・31日(木) 午前10時30分～11時30分  
 対象 高校生以上 定員 5人  
 料金 入館料のみ

### ●すっきり脳トレ&ストレッチ

21日(月)・28日(月) 午前10時～10時45分  
 対象 高校生以上 定員 10人  
 料金 入館料のみ  
 ※22日(火)・24日(木) 午前中は貸切のため利用できません。

**セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111**  
 開 なし

### ●ナイトヨガ

講師 IHTA認定ヨガインストラクター 坂本佳那  
 25日(金) 午後7時～8時  
 対象 一般市民 中学生以下は無料  
 定員 50人 料金 1,000円(中学生以下無料)  
 ※市民球場で行います。雨天時は屋内施設で行います。

### ●ティーボール教室

講師 石巻野球会議 26日(土) 午後5時～6時  
 対象 小学1～4年生 定員 20人  
 料金 500円 兄弟参加の園児は300円  
 ※小雨決行。中止の場合は連絡します。

**石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640**  
 開 午前10時～午後9時(日曜日・休日は午後5時まで)  
 休 5日(土)・6日(日)・11日(金)・16日(木)

### ●8～9月サンデープログラム

- ・スマホで簡単チラシ作り初めてのCanva講座  
 20日(日) 午前10時～正午 料金 1,150円
- ・夏のリフレッシュアロマヨガ  
 20日(日)・27日(日)・9月3日(日)・17日(日)  
 午後1時45分～2時45分 料金 4,600円  
 定員 10～15人程度(先着)  
 申込方法 受講前日までに窓口にて申し込みください。
- 平日短期講座  
 はじめようみんなで楽しくマジック教室  
 4日(金)・9月15日(金)・22日(金)・29日(金)  
 午後1時～3時 料金 4,600円  
 定員 10～15人程度(先着) 料金 500円(毎回)  
 申込方法 受講前日までに窓口にて申し込みください。

**蛇田公民館 ☎95-0183**  
 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

### ●夏休み少年教室

「風力発電の仕組みを知らう!」  
 22日(火) 午前10時～11時30分  
 (午前9時蛇田公民館集合)  
 対象 市内在住の小学3年生以上の児童  
 定員 15人(先着)  
 見学先 ユーラス石巻ウィンドファーム(東福田)  
 持ち物 帽子、運動靴着用、水筒  
 申込方法 電話で申し込みください。  
 申込期限 16日(水)午後4時(平日のみ)

### トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998  
 1日(火) 午前10時、17日(木) 午後6時30分、  
 22日(火) 午後2時
- ビッグバン ☎62-1120  
 11日(金・祝)・25日(金) 午後3時、7時  
 ※要電話予約(午前9時～午後5時)
- 遊楽館 ☎72-3561  
 11日(金・祝)・23日(水) 正午、午後5時  
 ※要電話予約(午前9時～午後5時)

**渡波公民館 ☎24-0941**  
 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

### ●一般教養講座「つまみ細工教室」

9月10日(日) 午前10時  
 定員 15人(抽選) 料金 2,000円  
 申込期限 29日(火) 正午  
 申込方法 電話で申し込みください。

**図書館 ☎93-8635**  
 開 午前10時～午後6時  
 休 休日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで  
 休 月曜日

### ●蔵書点検のため雄勝分館を休館します。

8日(火)

### ●あかちゃんおはなし会

4日(金)・18日(金) 午前10時30分～11時  
 対象 赤ちゃんと一緒に親子、これからパパ・ママになる方  
 ※おはなし会終了後、11時30分まで多目的室を開放しています。

### ●たのしいおはなし会

5日(土)・19日(土) 午前10時30分～11時  
 対象 幼児～小学校低学年くらいの方  
 ●読書会 今月の本「心淋し川」  
 西條奈加著 8日(火) 午前10時～正午

### ●紙芝居とお話の会

12日(土)・26日(土) 午前10時30分～11時  
 ●定例おはなし会  
 19日(土) 午前10時30分～11時30分  
 ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)

### ●出張図書館

予約を中心とした本の貸し出しを行っています。  
 ・へびた 1日(火)・15日(火)・29日(火)  
 午前10時～11時 ところ 蛇田公民館  
 ・わたのは 1日(火)・15日(火)・29日(火)  
 午後1時～2時 ところ 渡波公民館  
 ・しゃくしょ 1日(火)・15日(火)・29日(火)  
 午後3時～4時 ところ 市役所5階市民サロン  
 ※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認ください。

### 手作り絵本・昭和の石巻の写真を募集します

手作り絵本と図書館竣工50周年記念企画「どこコレ?～おしえてください昭和の石巻～」で展示します。場所がわからない昭和の石巻の写真の手掛かりを集めてみませんか?  
 募集期間 8月1日(火)～31日(木)  
 定員 写真は15人程度(先着)  
 申込方法 1階カウンターに持参してください。

**石巻市 LINE公式アカウント**  
**友だち募集中!!**  
 市政の役立つ  
 情報をお届けします

**石巻中央公民館 ☎22-2970**  
 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

### ●子育てサロン「いっしょクラブ」水遊び

4日(金)・18日(金) 午前10時～11時30分  
 定員 親子15組(先着)  
 持ち物 水筒、着替え、タオル、飲み物  
 申込方法 当日の参加も可能ですが、なるべく電話で予約をお願いします。

### ●子ども自然体験教室「カヌーに挑戦!」

9月2日(土) 午前8時45分～正午  
 ところ 北上運河 ※雨天時、北上川・運河交流館にて「石井蘭門の歴史」の講話、ロープワーク、ライフジャケット着用方法など  
 対象 小学1年生～6年生  
 (小学3年生以下は保護者同伴)  
 定員 20人(先着) 料金 300円  
 持ち物 着替え、帽子・タオル・運動靴、飲み物  
 ※濡れてもいい服装で参加してください(スカート不可)  
 申込方法 各小学校に配布する申込書にて、参加費を添えて申し込みください。

**遊楽館 ☎72-3561**  
 開 午前9時～午後9時  
 休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

### ●遊楽館パイプオルガンフリー演奏体験

11日(金・祝)・12日(土)  
 午前9時～午後5時(1人30分)  
 対象 鍵盤楽器がある程度弾ける方  
 申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
 申込開始 7月29日  
 ●石巻市民交響楽団演奏者によるユニット演奏会  
 27日(日) 開場 午後1時20分、開演 午後2時  
 料金 1,000円  
 開 石巻復興祈念演奏会実行委員会  
 ☎06-6632-1090

**河南室内温水プール(遊楽館内) ☎72-3605**  
 開 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
 休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)・27日(日)

### ●アクアピクス

8日(火)・22日(火) 午後7時30分～8時30分  
 25日(金) 午後1時30分～2時30分  
 対象 成人 定員 10人 料金 1,100円  
 講師 健康運動指導士 笠安子

### ●筋トレ&ストレッチ

毎週土曜日(12日(土)は休講)午後7時～8時  
 対象 成人 定員 10人 料金 550円(初回無料)  
 講師 健康運動指導士 平山時生

### ●ヨガ教室

4日(金)・18日(金) 正午～午後1時  
 対象 成人 定員 10人 料金 550円(初回無料)  
 講師 健康運動指導士 平山時生

### ●夏短期水泳教室

Ⅲ期 18日(金)～20日(日) 全3回  
 午後0時15分～1時15分  
 対象 4歳～小学6年 定員 40人  
 料金 会員3,500円、非会員4,000円

### ●プールde運動会

11日(金・祝) 午前10時30分～正午  
 対象 潜りができる小学生  
 定員 20人 料金 1,100円

**ホエールタウンおしか ☎24-6644**  
 開 午前8時30分～午後5時 休 なし

### ●船乗りさんの必修科目?！ロープワーク

11日(金・祝)～13日(日) 午前11時、午後2時  
 対象 小学3年生以上 定員 各回6人程度  
 料金 300円(入館料別途)  
 開 おしかホエールランド ☎25-6422

**マルホンまきあーとテラス**  
 ☎98-5630  
 開 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

### ●第66回宮城県吹奏楽コンクール

全日開場 午前9時30分  
 3日(木) 高等学校小編成の部、高等学校の部  
 開演 午前9時50分  
 4日(金) 中学生小編成の部 開演 午前10時  
 5日(土) 中学生の部 開演 午前9時45分  
 6日(日) 小学生、大学の部、職場→一般の部  
 開演 午前9時50分  
 開 宮城県吹奏楽連盟 ☎022-275-6761

### ●舞台スタッフ体験道場

9日(水) 午後2時、20日(日) 午後2時  
 対象 小学1年生～中学生  
 (小学生は保護者同伴)  
 定員 各回10人(先着)  
 申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
 開 マルホンまきあーとテラス

### ●荒野に希望の灯をともし 映画上映会

11日(金・祝) ①午前10時30分、②午後1時、  
 ③午後3時30分、④午後6時30分  
 ※開場はすべて30分前  
 定員 各300人(先着)  
 開 ながめま ☎070-2324-1381

### ●宮城県石巻好文館高等学校吹奏楽部

第18回定期演奏会  
 13日(日) 開場 午後1時、開演 午後2時  
 開 石巻好文館高等学校吹奏楽部 伊藤・鈴木  
 ☎22-9161

### ●SGO 16th

石巻高校吹奏楽部OB・OG演奏会  
 15日(火) 開場 午後2時、開演 午後3時  
 開 実業家 久保田  
 ☎ otter0941@gmail.com

### ●石巻市放課後子ども教室Bremen

音楽デリバリー-in石巻  
 18日(金) 開場 午後2時30分、開演 午後3時  
 開 タカラ ☎98-3095

### ●ゴーゴーマルシェ

19日(土) 午前10時～午後3時  
 開 ゴーゴーマルシェ実行委員会  
 ☎ mamanfleurie5103@gmail.com

**石巻市博物館**  
 ☎98-4831  
 開 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

### ●旧観慶丸商店・博物館合同展

「浅井元義スケッチ展―石巻の風景―」  
 9月10日(日) まで  
 料金 一般300円、高校生200円、  
 小中学生100円※旧観慶丸商店は無料  
 ※旧観慶丸商店は火曜日休館。

### ●まちあるきツアー

9月2日(土) 定員 約20人 料金 1,200円  
 申込方法 旧観慶丸商店へメールで申し込みください。  
 ☐ info@kankeimaru.jp

### ●毛利コレクション特集展「在野の考古学をひも解く―交流と蒐集―」

11月12日(日) まで  
 料金 一般300円、高校生200円、小中学生100円  
 ところ 常設展示室 毛利コレクション展示室

### ●第5回企画展「石巻市博物館×武蔵野美術大学 民具のデザイン図鑑―くらしの道具から読み解く造形の発想―」

8月20日(日) まで  
 料金 一般600円、高校生400円、  
 小中学生200円  
 ところ 企画展示室  
 企画展の観覧料で常設展も観覧可能です。

### ●ワークショップによる展示「民具のその先へ」

8日(火)～20日(日)  
 ところ 博物館前ロビー

**サン・ファン館**  
 サンファン館企画広報課 ☎24-2210  
 開 リニューアルのため休館中

### ●「第4回「伊達政宗の黒船」サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」作品募集

「絵画」「デザインマーク」の2部門からサン・ファン・パティスタ号や伊達政宗、支倉常長などに関する作品を募集しています。  
 対象 全国の小中学生  
 応募方法 作品応募票に必要事項を記入の上、応募してください。応募票はホームページからも取得できます。  
 ※応募期限 10月11日(水) 必着  
 ※余裕をもってご応募ください。  
 ※最新情報はサン・ファン館HPをご覧ください。

**石巻美術館**  
 ☎96-5055

### ●サイボーグ008 ピュンマ誕生祭2023

11日(金・祝)～20日(日)  
 サイボーグ008ことピュンマの誕生日をお祝いのイベントを開催します! イベント期間中は、ピュンマにスポットを当てた特集コーナーや限定メニューが登場します。