

3月

スポーツ・文化・催し



総合体育館 ☎95-8998

 ① 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 ② 第4水曜日

- 子育てママのリフレッシュフィットネス教室(紙見付き)
 7クール 筋力アップで基礎代謝アップ
 4日(月)・11日(月)・18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 1,500円(年間)、3,000円(1クール毎)
 - キッズパラエティクススポーツ教室
 6日(水) 対象 石巻圏域小学校1～4年生
 料金 1,750円(年間)
 - 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 1,500円(年間)、保険料
 卓球教室 料金 1,000円(年間)、保険料
 - 仙台89ERSアカデミー
 5日(火)・19日(火)
 対象 小学3年生～高校1年生
 料金 5,000円(月会費)
- ※いしのまき総合スポーツクラブ、キッズパラエティクス教室、バドミントン・卓球教室の令和6年度新規会員を3月1日(金)から募集します。詳しくは問い合わせください。

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

 ① 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 ② 28日(木)

- ゆるゆるトレーニング教室
 8日(金)・22日(金) 午後1時30分～2時30分
 対象 高校生以上(女性限定) 定員 8人
 料金 入館料のみ
- リラク্সストレッチ講座
 14日(木)・21日(木) 午前10時30分～11時30分
 対象 高校生以上 定員 8人
 料金 入館料のみ
- ずっさり脳トレ&ストレッチ
 11日(月)・25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

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 ①なし

- フットボール場、ふれあいグラウンド、多目的グラウンド 冬季期間貸出中止
 3月31日(日)まで

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640

 ① 午前10時～午後9時(日曜日・休日は午後5時まで)
 ② 10日(日)・20日(水)・初・24日(日)

- 春!!無料!!運動大相談会 ※要予約
 運動や栄養について、相談を受け付けます。
 気軽にお越しください。
 13日(水)まで 対象 18歳以上
 参加特典 ①In Body無料測定、②プール・トレーニング講座無料体験チケット2枚
 申込方法 電話または窓口にて申し込みください。

ホエールタウンおしか ☎24-6644

 ① 午前9時30分～午後5時 ①なし

- イルカの骨を観察してみよう!
 3日(日) ①午前11時30分～正午
 ②午後2時30分～3時
 対象 小学3年生以上 定員 各回6人程度
 ①おしかホエールランド ☎25-6422
- とけるかな?くじらパズル
 17日(日) ①午前10時～11時
 ②午後1時～3時
 対象 どなたでも
 ※小学3年生未満は保護者同伴
 ①おしかホエールランド ☎25-6422

石巻中央公民館 ☎22-2970
 ① 午前9時～午後9時30分 ①なし

- 子育てサロン「いしっこクラブ」リトミック
 8日(金) 午前10時～11時30分
 定員 親子15組 [先着]
- 子育てサロン「いしっこクラブ」いしっこそつぎょうしき、絵本の読み聞かせ、手遊びなど
 22日(金) 午前10時～11時30分
 定員 親子15組 [先着]
- 飲み物を持参してください。
 ・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。

渡波公民館 ☎24-0941
 ① 午前9時～午後9時30分 ①なし

- 女性教室「くらしの講座」
 第10回学習会及び閉講式
 8日(金) 午後1時30分
- 高齢者教室「寿大学」修了式
 13日(水) 午後1時30分

福井公民館 ☎22-4303
 ① 午前9時～午後9時30分 ①なし

- 福井くらしの講座 3月学習会「閉講式」
 8日(金) 午後1時30分

蛇田公民館 ☎95-0183
 ① 午前9時～午後9時30分 ①なし

- くらしの教室「明英大学」閉講式
 15日(金) 午前10時

トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998
 5日(火) 午前10時、14日(木) 午後6時30分、
 19日(火) 午後2時
 ※要電話予約(午前9時～午後5時)
- ビッグバン ☎62-1120
 8日(金)・22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
 13日(水)・24日(日) 正午、午後5時
 ※要電話予約(午前9時～午後5時)

図書館 ☎93-8635

 ① 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)
 ② 月曜日、11日(日)、23日(金)

- あかちゃんおはなし会
 1日(金)・15日(金) 午前10時30分～11時
 対象 赤ちゃん連れの親子、パパ・ママになる方
 終了後、午前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
 2日(土)・16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
- 紙芝居とお話の会
 9日(土)・23日(土)・30日(土)
 午前10時30分～11時
- おしゃべりなどくじら会
 今月の本「ししまゆこの2WAYおはなしブックシリーズ」
 10日(日) 午前10時30分～正午
- 読書会 今月の本「このやさしき大地」
 ウィリアム・ケント・フルーガ著
 12日(火) 午前10時～正午
- 絵本とおはなしの会勉強会
 14日(木) 午前10時～正午
- 定例おはなし会
 16日(土) 午前10時30分～11時
 としこ 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。
 12日(火)・26日(火)
 ・へびた 午前10時～11時 蛇田公民館
 ・わたくしは 午後1時～2時 渡波公民館
 ・しゃくしよ 午後3時～4時 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。

子ども読書の日にちなんだイベントを開催します

4月23日は「子ども読書の日」、4月23日～5月12日は「子ども読書週間」です。子ども読書週間の期間中、図書館ではイベントを開催しますので、ぜひお越しください。

- どくしよの木
 図書館で本を借りると、お花の形をした紙をもらえます。どくしよの木に貼って、お花をたくさん咲かせましょう。
- ほくのわたしの好きな本
 あなたの好きな本を教えてくださいませんか? 図書館で配布している用紙に好きな本を書いて、お渡しください。館内で掲示します。

遊楽館 ☎72-3561

 ① 午前9時～午後9時
 ② 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 佐藤ひらりコンサート
 2日(土) 開場 午後1時、開演 午後1時30分
 料金 3,000円(全席自由)(高校生以下無料)
 ① 佐藤ひらり石巻コンサート実行委員会
 ☎090-8925-7736
- 遊楽館パイオリアルガムフリー演奏体験
 24日(日) 午前9時～午後5時
 対象 鍵盤楽器がある程度弾ける方
 申込受付開始 10日(日) 午前9時
 申込方法 電話または窓口で申し込みください。

河内室内温水プール(遊楽館内) ☎72-3605

 ① 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 ② 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- アクアピクス
 12日(火)・26日(火) 午後7時30分～8時30分
 8日(金)・22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
- アックアウォーク肩こり腰痛フリー体験
 10日(日)・24日(日) 午前10時50分～11時50分
 対象 成人 定員 10人
 料金 770円(初回無料)
- 筋トレ&ストレッチ
 毎週土曜日 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
 1日(金)、15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
- 春短期水泳教室 申込受付中
 1期 29日(金)～31日(日)
 午後0時15分～1時15分
 対象 4歳～小学6年 定員 400人
 料金 会員 3,500円、非会員 4,000円
- 舌手克服教室投げ方・ドッチボール教室
 ①10日(日)、②17日(日)
 午前10時30分～11時30分
 対象 ①小学生、②4歳～1年長 定員 各20人
 料金 1,100円

河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120

 ① 午前9時～午後9時
 ② 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 河北地区民謡民舞同好会第38回発表会
 31日(日) 開場 午前9時30分、開演 午前10時
 定員 400人 料金 1,000円
 ① 民謡民舞同好会 神山 ☎090-1064-5869

マルホンまきあーとテラス

 ① 午前9時～午後10時
 ② 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

料金など、詳しくはホームページをご覧ください。

- 第2回石巻ポップスコンサート
 3日(日) 開場 午後1時、開演 午後2時
 プレトーク 午後1時40分
 料金 2,000円(全席自由)
 ① 石巻復興祈念演奏会実行委員会
 岩沢 ☎080-8546-5223
- THE BRIDGE CONCERT
 10日(日) 開場 午後3時30分、開演 午後4時
 ① 伊藤 ☎090-8776-4569
- リアリコダーアンサンブル
 第10回定期演奏会
 10日(日) 開場 午後1時30分、開演 午後2時
 ① 中塩 ☎080-5220-2932
- 【写真展】
 ① 3.11津波直後の石巻・女川・女川原発周辺
 13日(水)～20日(水)・祝)午前10時～午後8時
 ① 原発をとめた裁判長「石巻上映会実行委員会」
 近藤 ☎070-2025-8823
- 原発をとめた裁判長
 そして原発をとめる農家たち 石巻上映会
 16日(土) ①午前10時、②午後2時、
 ③午後6時30分 ※開場は各30分前
 料金 1,000円(高校生以下無料)
 ① 原発をとめた裁判長「石巻上映会実行委員会」
 近藤 ☎070-2025-8823
- 新春日本英学会石巻支部例会
 20日(水)・祝) 開場 午後1時30分、開演 午後2時
 料金 1,000円
 ① 伏見 ☎090-6622-5954

- 第28回石巻芸術文化祭
 第14回石巻市合同文化祭
 展示会
 23日(日) 午前10時～午後5時
 24日(日) 午前10時～午後4時
 呈堂茶 23日(土)・24日(日)
 舞台公演 24日(日)
 開場 午前9時30分、開演 午前10時
 料金 呈茶券 500円
 ① 石巻文化協会 ☎22-4689
 展示 ☎090-2959-8940 阿部
 舞台公演 ☎090-1493-0517 千葉
- 小山実雅恵ピアノリサイタル
 30日(土) 開場 午後1時、開演 午後2時
 料金 2,000円(全席自由)

石巻市博物館

 ☎98-4831
 ① 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 文化財レスキュー+新収蔵資料展
 9日(土)～5月6日(月)・休
 ※28日(木)は展示替えのため閉室
- 布施特集展「布施辰治と関東大震災」
 3日(日)まで
- 第2回 布施特集展「布施辰治と家族の肖像」
 5日(火)～8月12日(月)・休
- 毛利コレクション特集展
 「仙台藩の武士の世界」
 10日(日)まで
- 毛利コレクション特集展
 「マツチラペルコレクション～広告とデザイン」
 16日(土)～7月7日(日)
- 浅井元義スケッチ常設展
 第3期「いしのまき名店街」
 25日(月)まで
- 旧親慶丸商店特集展
 「河南町の先人たち 木村匡と齋藤莊次郎」
 25日(月)まで
 ところ 旧親慶丸商店2階展示室(火曜休館)

石巻海洋館

 ① 火曜日 ☎96-5055

- 臨時休館のお知らせ 3月29日(金)まで、館内修繕工事のため休館しています。
- シージェットター海斗デビュー20周年プロジェクト始動!!
 石巻のヒーロー「シージェットター海斗」が平成16年3月20日にデビューしてから、今年で20周年を迎えます。そこで、令和6年度は20周年記念イヤーとしてさまざまな企画を展開していきます。
 20周年を記念するキャッチコピーは「Next action for the future-」
 20周年を迎え、次なる時代への新しい「シージェットター海斗」に期待ください!
 詳しくは「シージェットター海斗デビュー20周年特設サイト」(QRコード)を確認ください。

石巻海洋館

 ① 火曜日 ☎96-5055

シージェットター海斗デビュー20周年プロジェクト

 NEXT ACTION FOR THE FUTURE