

7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・祭日は午後5時まで)  
 休 第4木曜日



- キッズバレエダンス教室  
3日(水)・17日(水)・24日(水)  
対象 石巻圏域小学1～4年生  
定員 100人程度 料金 年間3,500円(保険料含む)
- 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 石巻圏域在住で18歳以上の方  
・バドミントン教室 料金 年間3,000円、保険料  
・卓球教室 料金 年間2,000円、保険料
- 仙台89ERSアカデミー  
2日(火)・23日(火)  
対象 小学3年生～高校1年生 料金 5,000円
- 子育てママのリアルフレッシュフィットネス教室  
(託児付き)  
2クール 運動習慣を身につけて、いつも元気に  
1日(月)・22日(月)・29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 年間1,500円、3,500円(クール毎)
- 市民スポーツフェスタ  
27日(土)

**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・祭日は午後5時まで)  
 休 25日(木)

- リラクسسストレッチ 講座  
4日(木)・11日(木)・18日(木)  
開 午前10時30分～11時30分  
対象 高校生以上 定員 10人 料金 入館料のみ
- ゆるゆるトレーニング教室  
12日(金)・19日(金)・26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
- すっきり脳トレ&ストレッチ  
8日(月)・22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
- ポッコリお腹エクササイズ教室  
30日(火) 午前10時30分～11時  
対象 高校生以上 定員 8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** 開なし

- Night Yoga-Morning Yoga  
5日(金) 午後7時～8時  
21日(日) 午前 8時～9時  
定員 50人(先着)※中学生以下は保護者同伴  
料金 1,000円※中学生以下無料

**稲井公民館 ☎22-4303**  
 開 午前9時～午後9時30分 休なし

- 稲井くらしの講座 7月学習会「移動研修会」  
5日(金)午前9時  
対象 稲井くらしの講座会員  
定員 30人(先着)

**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 休館日14日(日)、15日(月)・28日(日) 休講日30日(火)、31日(水)

- ブルー講座「流水リハビリ」体験会  
対象 中学生以上で初めて受講される方  
定員 2人程度 料金 年間1,300円  
申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
※随時開催しています。
- 7月サンデープログラム 紙で作るスライム  
21日(日) 午前10時～11時30分  
対象 小学生以上※小学3年生以下保護者同伴  
定員 15人 料金 2,200円  
申込方法 窓口で申し込みください。
- 子どもプールフェス  
28日(日) 午前10時～正午  
対象 小学生 定員 35人(先着)  
料金 2,200円※兄弟ペア割1,800円  
申込方法 窓口で申し込みください。
- 夏休み短期水泳教室  
23日(火)～8月23日(金)  
対象 年少～中学生 定員 各5人程度(先着)  
料金 3,750円 申込方法 窓口で申し込みください。 申込開始 2日(火)

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

- 石巻市子ども会育成会石巻支部  
「インテグダー研修会(サマーキャンプ)」  
20(土)事前説明会、27日(土)～28日(日)  
対象 小学生(1～3年生は保護者同伴)  
料金 4,000円 申込方法 小学校で配布するチラシを確認ください。 申込期限 10日(水)
- 子育てサロン「いしっこクラブ」  
・アロマスプレー 5日(金)  
・緑日 26日(金)  
対象 就学前の子供とその保護者  
定員 15組 申込方法 電話またはQRから申し込みください。
- 利用協議会  
「夏休み宿題片付け大作戦」  
27日(土) 対象 市内小学生  
定員 20人  
申込方法 電話またはQRから申し込みください。

**サン・ファン館 ☎24-2210**  
 開 リニューアルのため休館中

- 「第5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  
サン・ファン号や伊達政宗、支倉常長などに関する作品(絵画/デザインマーク)を募集します。  
対象 小・中学生  
応募方法 ホームページから作品応募票を取得し、必要事項を記入の上、応募してください。  
応募期限 11月11日(月)必着

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

- 市民教養講座「つまみ細工」  
26日(金)午後2時  
対象 小学生以上 定員 12人(先着)  
料金 1,500～2,000円(材料費)  
申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
申込期限 16日(火)まで

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

- 高齢者教室「寿大学」第3回学習会  
16日(火)午前9時30分
- 女性教室「くらしの講座」第3回学習会  
26日(金)午前8時30分

**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

- 蔵書点検のため北上分館を休館します  
22日(月)
- あかちゃんおはなし会  
5日(金)・19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
- たのしいおはなし会  
6日(土)・20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  
13日(土)・27日(土) 午前10時30分～11時
- おしゃべりなどくしよ会  
今月の本「筒井親子の絵本」  
14日(日) 午前10時30分～正午
- 読書会 今月の本「某」  
川上弘美著 9日(火) 午前10時～正午
- 絵本とおはなしの会勉強会  
11日(木) 午前10時～正午
- たなばたおはなし会  
6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)
- 宮西達也作品展  
23日(火)～8月31日(土)
- 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。  
2日(火)・16日(火)・30日(火)  
・べたの 午前10時～11時 蛇田公民館  
・わたのは 午後1時～2時 渡波公民館  
・ささえあいセンター 午後3時～4時  
ささえあいセンター2階ロビー

**「手作り絵本教室」の参加者募集!**  
 講師 今野薫  
とき 21日(日)午後1時～4時、  
28日(日)午前10時15分～午後4時  
対象 両日とも参加できる方  
定員 6組(先着)※1組4人以内  
申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
開・開 図書館 ☎93-8635

**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)

- マシン保守点検のためトレーニング室は利用できません。 3日(水) 午前9時～午後5時
- 第16回石巻市河南文化まつり・第15回石巻市合同文化祭  
7日(日) 午前9時40分  
開 石巻市河南文化協会 ☎73-3361
- 遊楽館パイオリアルガンフリー演奏体験  
13日(土) 午前9時～午後7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。
- 遊楽館パイオリアルガン体験教室  
20日(土) ①基礎コース(グループ) 午前10時～11時、②基礎コース(グループ) 午前11時15分～午後0時15分、③集中コース(個別1人15分) 午後1時30分～2時40分  
対象 ①小学3年生～中学生 鍵盤楽器の経験があり1曲程度弾ける方、②高校生以上 鍵盤楽器の経験があり1曲程度弾ける方、③小学3年生以上、パイオリアルガン経験者  
定員 ①、②各4人、③3人(先着)  
申込方法 電話または窓口で申し込みください。  
申込期限 13日(土)
- JOINTRECITAL in ishinomaki  
28日(日) 開場 午後1時30分、開演 午後2時  
料金 全席自由、一般 2,000円、中学生800円、小学生以下無料  
開 岩瀬 ☎090-2848-0986

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

- アクアピクス  
9日(火)・23日(火) 午後7時30分～8時30分  
12日(金)・26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
- アクアウォーク肩こり腰痛予防体操  
14日(日)・28日(日) 午前10時50分～11時50分  
対象 成人 定員 10人 料金 770円
- 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
- ヨガ教室  
5日(金)・19日(金) 正午～午後1時  
対象 成人 定員 10人 料金 550円
- 夏短期水泳教室1期  
13日(土)～15日(月・祝)  
午後0時15分～1時15分  
対象 4歳～小学6年生 定員 30人(先着)  
料金 会員3,500円、非会員4,000円

**トレーニング機器 使用講習会**  
 ※各施設要電話予約(午前9時～午後5時)  
 ●総合体育館 ☎95-8998  
2日(火)午後2時、11日(木)午後6時30分、  
23日(火) 午前10時  
●ビッグバン ☎62-1120  
12日(金)・26日(金) 午後3時、7時  
●遊楽館 ☎72-3561  
10日(水)・27日(土) 正午、午後5時

**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(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 恐竜くんとワグショー 恐竜の不思議おしえます!  
8月17日(土) 定員 400人  
料金 大人1,500円、中学生以下500円  
申込方法 ビッグバン・まきあーとテラス・遊楽館の窓口でチケットを購入してください。
- 恐竜くんによるワークショップ  
8月17日(土) 対象 中学生以下  
定員 50人 料金 500円  
申込方法 窓口にて申し込みください。

**Whale Town Oshika 東エールタウンおしика ☎24-6644**  
 開 午前8時30分～午後5時 休なし

- 漁網系でプレスレットを作ろう!  
6日(土) ①午前10時～11時 ②午後1時～3時  
対象 小学3年生以上
- クワラ先生からの挑戦状～クワラを探せ!～  
13日(土)～15日(月・祝) 午前9時～午後4時  
対象 中学生以下
- イルカの骨を観察してみよう!  
27日(土)  
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(先着)
- クワラの歯のレプリカを作ろう  
14日(日) ①午前11時～11時30分  
②午後2時30分～3時 対象 小学1年生以上  
定員 各回6人程度(先着)
- 学芸員とまわるうくワラ解説ツアー  
15日(月・祝) ①午前11時30分～正午 ②午後1時～1時30分 定員 各回10人程度(先着)
- クワラヒグのスクリムショーを作ってみよう!  
20日(土) 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)
- シカの角でキーホルダー作り  
17日(土)・29日(月)  
①午前9時～11時 ②午後1時30分～3時30分  
対象 5歳以上(未就学児は保護者同伴)
- ミツバチが作ったねんど「ミツロウ」であそぼう!  
28日(日)・30日(火)  
①午前9時～11時、②午後1時30分～3時30分  
対象 5歳以上(未就学児は保護者同伴)
- ふしぎな海のいさものの「イベント」のヒミツを探ろう  
8月3日(土)午後1時～3時  
8月4日(日)午前10時～正午  
対象 小学生以上 定員 15人

**石森基画館 開火曜 ☎96-5055**

- マンガタンフェスティバル2024  
20日(土)・21日(日) 午前10時～午後3時  
シージェッター海斗水上ショーや吹奏楽青空演奏会などの楽しい企画や、ご当地キャラクターたちが大集合!画館の23周年をみんなで祝おう!

**マルホンまきあーとテラス ☎98-5630**  
 開 午前9時～午後10時  
 休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 遊花・ニードル 落浸会 石巻公演  
6日(土) 開場 午後0時30分、開演 午後1時  
開 俣BB 花座 ☎022-263-9608
- 第41回県北合唱祭2024  
14日(日)  
開場 午前10時20分、開演 午前10時30分  
開 県北合唱祭2024実行委員会  
(石巻文化協会内) ☎22-4689
- 全日本吹奏楽コンクール第67回宮城県吹奏楽コンクール予選 第36回多賀城・石巻地区大会  
20日(土)・21日(日) 午前10時  
多賀城市立多賀城中学校 ☎022-365-7411
- 福田こうへい コンサートツアー2024  
27日(土)  
①開場 午前10時45分、開演 午前11時30分  
②開場 午後3時15分、開演 午後4時  
開 アプロヴォイス ☎0120-20-0153
- 石巻市放課後子ども教室 クラシックサマーコンサート 音楽デリバリーinいしのまき  
28日(日) 開場 午後1時30分、開演 午後2時  
開 放課後子どもクラブBremen ☎98-3095

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

- 毛利コレクション特集展  
「マツラバベルコレクション～広告とデザイン～」  
7日(日)まで
- 第8回企画展「市鹿鹿、桃生城と海道」  
蝦夷の反乱～神元元年から1300年、  
宝亀五年から1250年～」  
21日(日)まで
- 第8回企画展関連企画講演会  
7日(日) 午後1時30分～3時  
ところ マルホンまきあーとテラス 小ホール
- 布施辰治特集展「布施辰治と家族の肖像」  
8月12日(月・祝)まで
- 浅井元義スケッチ常設展 第5期「倉のある風景」  
8月19日(日)まで  
ところ 旧観慶丸商店2階展示室(火曜休館)
- 旧観慶丸商店ミニ収蔵品展-戦争関係資料-  
8月19日(日)まで  
ところ 旧観慶丸商店2階展示室(火曜休館)
- 毛利コレクション特集展  
「総七郎が見つめた近代石巻」  
13日(土)～11月10日(日)
- 博物館講座「葛西・大崎一揆と葛西氏・旧臣」  
27日(土) 午後1時30分～3時  
ところ マルホンまきあーとテラス 大研修室  
定員 80人