

10月

スポーツ・文化・催し

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

●キッズバラエティスポーツ教室
 7日(水)・28日(水)
 対象 石巻圏域小学1～4年生
 定員 100人程度 [先着]

●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

●仙台89ERSアカデミー
 13日(火)・27日(火)
 対象 小学3年生～高校1年生

●子育てパパママフィットネス(託児付き)
 3クール
 5日(月)・19日(月)・26日(月)
 午前10時30分～11時30分
 対象 0～3歳児とパパママ
 定員 10組 [先着]

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640
 図 午前10時～午後9時(日曜日・休日は午後5時まで)
 図 休館日 11日(日)・12日(月)・祝日・25日(日)

●2026年度後期(10月～3月)受講生募集
 1日(木)～令和9年3月31日(水)
 対象 生後6か月以上 申込方法 窓口

●あいプラザ・秋の文化祭「あいプラザ祭り」
 12日(月)・祝 午前10時～午後4時
 ※駐車場は利用できません

●【日曜のヨガ】からだ改善ヨガ
 4日(日)・18日(日)・11月1日(日)
 午後2時～3時
 対象 中学生以上 定員 各15人 [先着]
 申込方法 窓口

●あいプラザ健康デー「かたんたん体操」
 29日(木) 午後1時30分～2時
 対象 成人 定員 20人 [先着]

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
 図 午前9時～午後9時(日曜日、祝日は午前9時～午後5時)
 図 22日(木)

●かたんたんサーキットトレーニング教室
 9日(金)・23日(金)・30日(金)
 午後1時30分～2時30分
 対象 高校生以上 定員 各8人 [先着]

●ポッコリお座工ササイズ教室
 6日(火)・13日(火)・20日(火)
 午後1時30分～2時30分
 対象 高校生以上 定員 各5人 [先着]

●シニアストレッチ講座
 8日(木)・15日(木)・29日(木)
 午前10時30分～11時30分
 対象 高校生以上 定員 各5人 [先着]

●ゆるステップ&ストレッチ
 5日(月)・19日(月)・26日(月)
 午後1時30分～2時30分
 対象 高校生以上 定員 各5人 [先着]

●からだコンディショニング
 14日(水)・21日(水) 午後1時30分～2時15分
 対象 高校生以上 定員 各8人 [先着]

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 図22-9112
 図 jimukyoku@shinomaki-sports.or.jp
 図 午前7時～午後9時

●つなGOいしのまき 東洋紡エムシー杯
 第3回ガラスパレーボール大会inいしのまき
 3日(土) 午前8時15分 開会式

●Morning Yoga
 10日(土) 午前9時～9時
 定員 30人 [先着]
 申込方法 電話、FAX、メール、窓口

稲井公民館 ☎22-4303
 図 午前9時～午後9時30分

●一般教養講座「健康リズム体操教室」
 8日(木) 午前10時
 対象 市内在住の方 定員 30人 [先着]
 申込方法 電話、窓口 申込期限 5日(月)

●第28回稲井地区パークゴルフ大会
 11日(日) 午前8時30分
 対象 稲井地区在住の方

●稲井くらしの講座
 10月学習会「ハロウィンアレンジ」
 16日(金) 午後1時30分
 対象 稲井くらしの講座会員

河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120
 図 午前9時～午後9時
 図 休館日 11日(日)・祝日は祝日の場合は翌日

●話題のニューススポーツ!ピクブルボール体験会
 3日(土) 午後1時～3時
 対象 小学生以上 定員 20人 [先着]
 申込方法 窓口、電話、公式Instagram
 申込期限 1日(木) 午後5時

遊楽館 ☎72-3561
 図 午前9時～午後9時
 図 休館日 11日(日)・祝日は祝日の場合は翌日

●音楽定食
 11日(日) 開場 午後1時30分 開演 午後2時
 図 音楽定食実行委員会
 図 ongaku.teishoku@gmail.com

●第57回市民合唱祭
 18日(日) 開場 正午 開演 午後1時
 図 石巻合唱連盟 金田 ☎090-3759-2845

●第32回かなんまつり
 24日(土) 午前10時～午後3時
 ※駐車場が少ないため、シャトルバスの運行あり
 図 河北総合支所地域振興課 ☎72-2114

渡波公民館 ☎24-0941
 図 午前9時～午後9時30分

●女性教室「くらしの講座」第5回学習会
 ヨガ教室 16日(金) 午後1時30分
 対象 くらしの講座受講生

●高齢者教室「寿大学」第5回学習会
 移動学習会(定義山・仙台方面)
 23日(金) 午前8時30分
 対象 寿大学受講生

石巻中央公民館 ☎22-2970
 図 午前9時～午後9時30分

●第63回石巻中央・渡波公民館文化祭
 サークル合同展
 書道・五行歌・水彩絵画・木彫教室・絵手紙
 17日(土)・18日(日) 午前10時～午後4時

●第63回石巻中央公民館文化祭
 ・2026模型展示会
 11日(土) 午前9時～午後4時
 ・折りづるの会「折り紙展」
 17日(土) 午前10時～午後4時
 18日(日) 午前10時～午後3時
 ・Rハミニミニコンサート
 ～Rハでおくる昭和歌謡～
 17日(土)
 午前11時30分～正午、午後1時30分～2時
 ・石巻マンドリンさわやかコンサート
 11月1日(日) 開場 午後1時 開演 午後1時30分
 ・石巻シティウィンドアンサンブル2026コンサート
 11月3日(火・祝)
 開場 午後1時30分 開演 午後2時

●フォークダンス同好会
 創立69周年記念パーティー
 11月15日(日) 午前9時30分～午後4時

●いっしょクラブ
 収穫祭 おにぎりを食べるよ
 9日(金) 午前10時～11時30分
 対象 就学前の子と保護者 定員 15組 [先着]
 申込方法 申込フォーム、電話

●つくも大学学習会
 軽運動スポーツツクリエーション体験会
 16日(金) 午前10時～11時30分
 対象 石巻つくも大学受講者

●石巻彫刻倶楽部第3回展「5人のアーティスト」
 22日(木)～25日(日) 午前10時～午後4時

●石巻日日新聞共催 終活セミナー
 31日(土) 午前10時～正午

いっしょクラブ 市長表敬訪問
 「トリック・オア・トリート」
 ハロウィンの衣装を着て、市長に「トリック・オア・トリート」の挨拶をしに行きましょう。
 とき 23日(金) 午前10時～11時30分
 ところ 市役所4階401会議室
 対象 就学前の子と保護者
 定員 15組30人程度 [先着]
 申込方法 申込フォーム、電話
 申込期限 9日(金)
 図・圖 石巻中央公民館 ☎22-2970

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
 6日(火) 午前10時、15日(木) 午後2時、
 20日(火) 午後6時30分

●ビッグバン ☎62-1120
 7日(水)・24日(土) 午後1時、7時

●遊楽館 ☎72-3561
 10日(土)・22日(木) 正午、午後5時

施設表記の見方 開館時間、利用時間 休館日、休業日 料金などはホームページをご覧ください。

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

●アクアワーク肩こり腰痛予防緩和
 11日(日)・25日(日)
 午前10時50分～11時50分
 対象 成人 定員 10人 [先着]

●フィットネス教室
 3日(土)・10日(土)・17日(土)・31日(土)
 午後7時～8時
 対象 中学生以上 定員 20人 [先着]

●ヨガ教室
 2日(金)・16日(金) 正午～午後1時
 対象 成人 定員 11人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室
 ・苦手克服の部(4歳～小学3年生)
 25日(日) 午前10時～11時
 定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)
 25日(日) 午前11時15分～午後0時15分
 定員 20人 [先着]

蛇田公民館 ☎95-0183
 図 午前9時～午後9時30分

●市民教養講座
 料理教室「フライパンで簡単おやき作り」
 25日(日) 午前10時～正午
 対象 市内在住の方
 定員 14人 [先着]
 申込方法 申込フォーム、電話、
 窓口
 申込期限 15日(木)

サン・ファン館
 サンファン館企画広報課 ☎24-2210
 図 午前9時30分～午後4時30分 ※最終入館午後4時
 図 火曜日(祝日は除く)

●企画展「山口晃 ファスクラ渡海遠道奇から読み解くトリビア10」
 24日(土)～令和9年2月1日(月)

●企画展開演講演会
 「作家とひとくファスクラ渡海遠道奇」
 24日(土)
 午後1時30分～3時
 定員 120人 [先着]
 申込方法 申込フォーム

図書館 ☎93-8635
 図 午前10時～午後6時(日曜日は午後5時まで)
 図 月曜日

●あかちゃんおはなし会
 2日(金)・16日(金) 午前10時30分～11時
 対象 赤ちゃん連れの親子

●たのしいおはなし会
 3日(土)・17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
 10日(土)・24日(土)・31日(土)
 午前10時30分～11時

●読書会
 今月の本「あなたの名」小池水音 著
 13日(火) 午前10時～正午

●絵本とお話の会勉強会
 8日(木) 午前10時10分～正午

●定例おはなし会
 17日(土) 午前10時30分～11時
 18日(日) 開場 午後2時30分 開演 午後3時
 ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)

●出張図書館 13日(火)・27日(火)
 ・へびた 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
 ※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

展示用の手作り絵本募集

自宅で制作した作品、市販の制作キットを使った作品など、形式は自由です。数年前に出品した作品も再度出品できます。
 対象 手作り絵本を直接持参でき、手作り絵本展終了後に引き取り可能な方
 申込方法 図書館本館カウンター
 申込期間 1日(木)～18日(日)
 ※著作権に抵触する恐れのある場合は申し込みできない場合があります。
 図・圖 図書館 ☎93-8635

石巻市博物館
 ☎98-4831
 図 午前9時～午後5時(最終入館午後4時30分)
 図 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

●第7回布施辰治特集展
 「布施辰治と朝鮮・台湾」
 令和9年3月7日(日)まで

●特別展
 「石巻化石トラベラー～太古の海をめぐる～」
 18日(日)まで
 ※本特別展のみ、小中学生はゆうゆうパスポートほか県内6園域パスポートの利用可

●毛利コレクション特集展「昭和100年展」
 11月8日(日)まで

●特集展「高橋英吉が学んだ美術たち」
 令和9年2月28日(日)まで

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

●第41回石巻市美術展
 4日(日)～12日(月・祝) 午前10時～午後5時
 ※12日(月・祝)は午後4時まで
 図 市生涯学習課(内線5056)

●七宝焼ワークショップ
 キーホルダー作成
 11日(日) 午後1時30分～3時
 定員 20人程度 [先着]

●蛇田中学校吹奏楽部第10回定期演奏会
 11日(日) 開場 午後1時 開演 午後1時30分

●蛇田中学校 ☎22-2558
 ●第31回石巻写真友会写真展
 15日(木)～18日(日) 午前10時～午後5時
 ※18日(日)は午後4時まで

●徳永ゆうき
 ～とくちゃんのエンタメ歌謡SHOW～
 18日(日) 開場 午後2時30分 開演 午後3時

●MOA美術館石巻見聞作品展
 24日(土) 午後1時～7時
 25日(日) 午前9時～午後3時

●石巻市民交響楽団 創立50周年記念演奏会
 11月1日(日) 開場 午後1時 開演 午後2時

●環境フェア2026
 11月7日(土)
 図 市環境未来推進課(内線3376)

ホエールタウンおしか
 ☎24-6644
 図 午前8時30分～午後5時 図 年中閉休

・ホエールタウンおしか7周年祭
 3日(土)・4日(日)

●牡鹿半島ビジターセンター(☎24-6912)

・自然とあそぶふ〜ホ・石・風と友だちになろう〜
 3日(土)・4日(日) 午前10時～午後3時

●おしかホエールランド(☎25-6422)

・「トビック」展示
 鮎川 鯨のミュージアム～復興への航路～
 11月29日(日)まで

・クララヒゲでストラップを作ろう!
 3日(土)・4日(日)
 午前10時～11時、午後1時～3時
 対象 小学生以上(未就学児保護者同伴)
 定員 各10人 [先着]

・クララ先生からの挑戦状～クララを探せ!～
 3日(土)・4日(日)・10日(土)～12日(月・祝)
 午前9時～午後4時
 対象 中学生以下

・もしものそなえ 防災ボトルを作ろう!
 31日(土) 午前11時30分、午後2時
 対象 小学生以上(小学3年生未満保護者同伴)
 定員 各5人 [先着]

石森基画館
 ☎96-5055
 図 午前9時～午後5時(最終入館 午後4時30分)
 図 毎週火曜日、10月中旬～令和9年1月上旬

●萬画館3階整備工事に伴い臨時休館します
 ・全館休館期間 10月中旬～令和9年1月上旬
 ・3階フロア閉鎖期間 10月中旬～令和9年4月上旬

第4回 石巻 モーニング・ブースト祭り

とき 10月25日(日) 午前6時～10時
 ところ かわまちオープンパーク
 図 口笛書店
 図 contact@kuchibueshoten.co.jp
 市観光政策課(内線3537)