

# 12月の お知らせ

お知らせの見方  
 申し込み  問い合わせ  
 申し込み・問い合わせ  
**【先着】** 先着順  
**【抽選】** 申し込み多数のときは抽選

■電話番号案内

市役所	95-11111
河北総合支所	62-21111
雄勝総合支所	57-21111
河南総合支所	72-21111
桃生総合支所	76-21111
北上総合支所	67-21111
牡鹿総合支所	45-21111
波井支所	24-0151
渡稲支所	95-2171
萩支所	90-2111
蛇田支所	95-1442

■石巻市ホームページ  
<http://www.city.ishinomaki.lg.jp>



※スポーツ関係の行事予定は、各種教室および県大会以上の競技会のみを掲載しています。その他の行事については、各施設へ直接お問い合わせください。

## トレーニング機器使用講習会 総合体育館

3日(木)・16日(木) 午後6時30分  
 (受け付けは、午後6時〜6時25分)  
**ビッグバン (要電話予約)**  
 11日(金)・25日(金) 午後3時〜7時

## 遊楽館 (要電話予約)

13日(日) 午前10時〜午後2時  
 17日(木) 午前10時〜午後7時

## 牡鹿交流センター (要電話予約)

随時

※トレーニング機器の使用を希望する方は、トレーニング機器使用講習を事前に受講してください。  
 ※運動着・運動靴を持参ください。  
 ※対象は中学生以上ですが、中学生の方は、次の条件をご了解願います。

- (1) 使用できる機器は、有酸素系機器、ストレッチ系機器に限ります。
- (2) 夜間利用の際は、保護者同伴とし、保護者は所定の場所待機願います。
- (3) 講習会は、保護者同伴で受講してください。

## 総合体育館

☎95-8998

・体育館利用の際は、運動着・運動靴・ラケットなどを持参ください。

・一般利用の詳細については、体育館窓口にある月間行事予定表をご覧ください。(市のホームページにも掲載しています)

休館日 24日(木)

年末年始の休館日 28日(月)〜平成22年1月4日(月)

## ビッグバン

☎62-1120

休館日 7日(月)・14日(月)・21日(月)  
 年末年始の休館日 28日(月)〜平成22年1月4日(月)

## 遊楽館

☎72-3561

開館時間 午前9時〜午後9時  
 ※6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)は、午前9時〜午後5時

## お知らせ

休館日 7日(月)・14日(月)・21日(月)  
 年末年始の休館日 28日(月)〜平成22年1月4日(月)

## 屋内温水プール(管理運営ポルス)

☎72-3605

利用時間 午前10時〜正午  
 午後1時〜5時/6時〜9時  
 ※無料体験教室&各種水泳教室(大人、小人)受付中!【要予約】  
 ※バス運行あり(有料)【要予約】  
 ※日曜日と23日(水・祝)は、午後5時までの営業となります。

## ◆特別スクール やさしいクロール【要予約】

とき 13日(日)午前11時〜11時30分  
 /対象 16歳以上/定員 10人(先着)/参加費 無料  
 休業日は遊楽館と同じ

## かなんパークゴルフ場

(管理運営ふれあいパーク)

☎72-2933

利用時間 午前9時〜午後4時  
 ※大会などが行われる場合がありますので確認してください。

## 休業日は遊楽館と同じ 牡鹿交流センター

☎45-3618

屋内温水プール  
 利用時間 午後1時〜8時  
 ※水中運動水泳教室開催中!【要電話予約】

休館日 7日(月)・14日(月)・21日(月)  
 年末年始の休館日 28日(月)〜平成22年1月1日(金・祝)

※休館日の前日は、午前10時〜午後5時の営業となります。(ただし、27日(日)は午後3時まで)

## あいプラザ・石巻 プール体験レッスン開催

### 「ウォーク&水泳」 無料!!

プールが初めての方、泳げるようになりたいと思っている方にオススメ!!

水の浮力と抵抗を利用した水中ウォーキング

+

浮き身やパタ足などの初歩の水中運動

=

柔軟性と体力を高めます

【とき】12月23日(水・祝) 午後1時〜2時  
 【参加費】無料 【定員】20人(先着)  
 【申込方法】予約制(電話可) 【申込締切】12月14日(月)

トレーニングルームの「メタボ撃退イベント」継続中!!

⇒ 体脂肪、筋肉量、ウエスト周囲、むくみなどの測定を無料サービス!  
 さらに内臓脂肪減少に効果的なトレーニング方法をご指導します

★12月の体成分(In Body)測定日…13日(日)、23日(水・祝日)、27日(日)

☎ あいプラザ・石巻 ☎95-8640

## 第6回 かなん クロスカントリー大会

とき 12月6日(日)  
 午前9時開会式  
 ところ 遊楽館  
 種目 小学生男・女、中学生男・女、高校生男・女、一般男・女、壮年男子(40歳以上)



☎ 遊楽館 ☎72-3561

**石巻健康センターあいプラザ・石巻**

☎95-8640

**開館時間**

午前10時～午後9時(月～土)  
午前10時～午後5時(日・祝日)

※各曜日で利用時間が異なりますので、事前にご確認ください。

※後期講座(平成22年3月まで)

受講生は、随時募集中です。(詳細は、開講講座パンフレットをご覧ください)

**休講日** 23日(水・祝)・平成22年

1月11日(月・祝)・ブル・トレーニングルームのフリー利用のみとなります)

**年末年始の休館日** 28日(月)～平成

22年1月4日(月)



**文化センター**

☎94-2811

**第88回 高学年鑑賞会 『ジョン・ルーカス ゴスペルコンサート』**

4日(金)午後7時開演

石巻子ども劇場

小学4年生以上 1,500円

**石巻専修大学SWO第18回定期演奏会**

6日(日)午後2時開演

石巻専修大学吹奏楽研究会

一般300円

小学生以下無料

**ダンスパーティー**

10日(木)午後6時30分開場

カトー教室

一般1,000円

**クリスマス・ダンスパーティー**

12日(土)午後6時開場

サークルカリブ

前売り2,000円

当日2,500円(プロのデモンストラーションあり)

**磯絵里子&井上俊次 ミュージックギャラリー**

『クリスマスの贈りもの』

19日(土)午後2時開演

石巻市文化スポーツ振興公社

一般1,000円

高校生以下500円

**在宅緩和ケア講演会**

『あなたは最期をだれとどこで過ごしたいですか』

大石 春美 講演会

20日(日)午後1時30分開演

宮城県東部保健福祉事務所

入場無料(事前申し込みが必要)

**休館日** 7日(月)・14日(月)・21日(月)・24日(木)

**年末年始の休館日** 28日(月)～平成

22年1月4日(月)

**市民会館**

☎94-1500

**爆笑!バラエティショー・スペシャル**

『こんなに笑ってもいいんですか!』

1日(火)午後6時30分開演

M I N O N

全席自由4,300円

**第28回労働協賛会**

『リタイアカラオケ大会』

5日(土)午後5時30分開演

石巻地方労働者福祉協議会

全席自由400円

**休館日** 7日(月)・14日(月)・21日(月)・24日(木)

**年末年始の休館日** 28日(月)～平成

22年1月4日(月)

**遊楽館かなんホール**

☎72-3561

**フラヴィオ・ヴァラーニ ピアノリサイタル**

6日(日)午後2時開演

M O D

一般3,000円

高校生以下1,000円

**第6回かなん少年の主張発表大会**

10日(木)午後6時30分開演

教育委員会河南事務所

入場無料

**早川音楽教室発表会**

13日(日)午後1時開演

早川音楽教室 入場無料

**ピアノコンサート2009**

20日(日)午後1時開演

平塚由美子ピアノ教室、内海美奈子ピアノ教室 入場無料

**休館日** スポーツ欄に掲載

**雄勝硯伝統産業会館**

☎57-3211

◆1階展示ホール

細田孝春創作写真展

21日(月)まで

◆2階企画展示室

木村満写真展

平成22年1月31日(日)まで

**休館日** 1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)

**年末年始の休館日** 28日(月)～平成

22年1月5日(火)

お知らせ

**遊楽館 イベント情報!**

☎72-3561

**こもれびフォーラム ヒルズコンサート**

**ヒルコン クリスマススペシャル!**  
【とき】 12月12日(土)午後0時15分～1時40分  
【第I部】 バイブオルガンソロコンサート  
デュリュフレ「ソワソン大聖堂の時の鐘によるフーガ Op.12」  
デュボア「結婚の歌」、フランク「コラール 第3番 イ短調」

【第II部】 バイブオルガン、ソプラノ、ピアノによるアンサンブル  
「アメージング・グレイス」「オーホリナイト」、フランク「天使のパン」  
サン・サーンス「アベ、マリア」、アレグロ、アパーショナート」  
(オルガン) 戸田彩子 (遊楽館パイプオルガン講座講師)  
(ソプラノ) 中澤香織 (常磐木学園高校音楽科非常勤講師)  
(ピアノ) 半澤協子 (ピアノ教室 コンチェルト主宰)

※12月のヒルコンはクリスマススペシャル開催に伴い、1回のみ開催となりますので、26日(土)はお休みとなります。

**冬休み特別企画 参加費無料!**

**こもれびフォーラム パイプオルガン体験演奏**  
【期間】 12月12日(土)～平成22年1月11日(月・祝)  
午前9時～午後5時のうち、一人(1グループ)1回 30分以内  
※休館日と正午～午後1時を除く

【対象】 小学生以上でピアノまたはエレクトーンがある程度弾ける方(個人または少人数のグループが対象のため、団体での申し込みはご遠慮願います)  
※自分の好きな曲を演奏できます。(楽譜をご持参ください)  
※写真やビデオ撮影は自由です。  
【申込受付】 体験希望日の2週間前より受け付けします。希望日・時間帯をご連絡ください。(電話可)

※都合により提供できない場合もあります。必ず予約をお取りください。

**ヒルコン情報!**

新春、1月9日(土)の第89回は「ニューイヤー コンサート」を開催します。出演は、遊楽館パイプオルガン講座講師の後藤香織さんです。遊楽館は、来年3月に開館5周年を迎えます。記念の年の幕開けにふさわしい、パイプオルガンの幻想的なコンサートをお楽しみください。