

シルバーヘルスプラザ ☎ 365-2851

受付時間 9:30~17:00
受講は利用登録が必要（登録は直接）。費用無料。
市内に住所を置く60歳以上が対象。

テニスボールストレッチ

- ▶日時 18㊦10:00~11:00
- ▶定員 15人
- ▶内容 テニスボールを使用したストレッチ、体操

山王地区公民館 ☎ 368-6192

受付時間 9:00~17:00

母の日フラワーアレンジメント教室

- ▶日時 5/6㊦10:00~11:30
- ▶対象 小学生10人（1、2年生は保護者同伴）
- ▶費用 1,500円
- ▶内容 母の日のプレゼント（フラワーアレンジメント）を作る
- ▶申込 15㊦~23㊦費用を添えて直接

**多賀城市民
スポーツクラブ**

総合体育館 ☎ 365-1918

おとなの朝活「朝ヨガ」

- ▶日時 23㊦7:30~8:30
- ▶対象 18歳以上20人（学生除く）
- ▶費用 500円
- ▶内容 朝ヨガで心も身体もリフレッシュ
- ▶申込 21㊦まで（先着順）

健康・スポーツ相談室（運動指導）

- ▶日時 4㊦18:00~21:00
15㊦14:00~17:00
28㊦9:30~12:30
- ▶対象 中学生以上3人/回
- ▶費用 1,000円/回、別途初回登録料500円
- ▶内容 体組成計の測定結果を基に、運動指導（1人40分）
- ▶申込 前日17時まで

トレーニング講習会

- ▶日時 7㊦13:30から、15㊦11:30から
18㊦18:30から、27㊦13:30から
- ▶対象 トレーニング室を初めて利用する高校生以上5人/日
*他ジムの登録者は講習不要で利用可
- ▶費用 高校生150円
大人（一般・大学生・専門学校生）200円
- ▶内容 トレーニング室やマシンの使い方
- ▶申込 先着順

多賀城市民スポーツ大会

- ▶日程 ソフトボール大会 7/16㊦
なわとび大会 8/6㊦
グラウンド・ゴルフ大会 9/9㊦（予備日 9/10㊦）
卓球大会 11/12㊦
- *詳しくは今後、スポーツクラブHPなどでお知らせします。

**市立図書館（おはなし会 定員各10人）
☎ 368-6226**

場所	日程	時間	読み手
市立図書館	毎週㊦	14:00~14:30	図書館スタッフ
	5㊦*	11:00~11:30	
	19、26㊦		スキップ/山王スキップ
山王分室	13㊦	11:15~11:45	山王スキップ
大代分室	12、26㊦	10:30~11:30	カンガルー読書会

* 赤ちゃんおはなし会
▶受付 市立図書館、分室/当日、直接会場

大代地区公民館 ☎ 364-8442

受付時間 9:00~17:00

メタバースツアー

- ▶日時 21㊦19:00~19:45
- ▶場所 オンライン（仮想空間内）
*要PCまたはスマートフォン、タブレット。
持っていない人、操作が難しい人は公民館でのツアーを見学可
- ▶対象 どなたでも
*事前に仮想空間（メタバース）プラットフォーム「cluster」のアカウント登録（無料）が必要
- ▶定員 5人
- ▶費用 無料
- ▶内容 メタバースを体験
- ▶申込 19㊦まで



4月のイベント情報

子ども家庭課親子保健係

受付時間 9:45から 会場 母子健康センター

離乳食教室ごっくんコース

- ▶日時 21㊦10:00～11:30
- ▶対象 4～6カ月児
- ▶費用 100円
- ▶申込 14㊦まで
- ▶持ち物 母子健康手帳、すくすく、筆記用具、バスタオル、お気に入りのおもちゃ、必要時おむつ、ミルク



すくっぴーひろば

☎ 355-7085

受付時間 9:00～16:30
申し込みは直接または電話

すくっぴー親子DE食育「わかめの不思議」

- ▶日時 27㊦10:00～11:30
- ▶対象 2歳以上の幼児と保護者8組
- ▶内容 わかめを使った親子クッキングと講話
- ▶協力 理研食品(株)
- ▶申込 13㊦から

おはなし会

- ▶日時 ①21㊦②5/2㊦14:00～14:30
- ▶場所 ①市立図書館②ちいさいおうち
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶内容 絵本や紙芝居などの読み聞かせ

身長体重測定

- ▶日時 17㊦10:00～11:00
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶内容 身長体重の測定と発育相談



西部児童センター

☎ 368-4142

受付時間 9:00～16:30
対象 市内在住者限定

つくってあそぼう

- ▶日時 12㊦15:15～16:00
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 季節に合わせた工作
- ▶申込 3/29㊦から

もくもくひろば

- ▶日時 13㊦10:00～11:00
- ▶対象 幼児と保護者
- ▶内容 木製のおもちゃで遊ぶ
- ▶申込 3/30㊦から

ホールであそぼう

- ▶日時 17㊦15:00～15:45
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 センターの遊戯室で体を動かす
- ▶申込 3㊦から



鶴ヶ谷児童館

☎ 362-0763

受付時間 9:00～16:30
対象 市内在住者限定

登録制行事の申込

- ▶対象 ①はっぴくん(小学生)
②幼児クラブ(2～3歳の幼児親子)
- ▶申込 ①17㊦から②26㊦から*申込は直接

鶴ヶ谷児童館であそぼう

- ▶日時 18㊦10:30～11:30
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶内容 児童館のいろいろなおもちゃで遊ぶ
- ▶共催 子育てサポートセンター、西部児童センター

乳幼児対象行事「つるちゃん」

- ▶日時 ①10㊦、25㊦開館中
②13㊦10:30～11:00
③13㊦11:00～11:40
④20㊦10:30～11:15
- ▶対象 ①乳幼児と保護者
②0～1歳の乳幼児と保護者
③④子育て中の人
- ▶内容 ①身体測定
②ふれあいあそびや絵本の読み聞かせ
③子育て相談員とお話
④ママ同士の交流

シルバー人材センター ☎ 368-2350

入会説明会

- ▶日時 12、26㊦14:00から
- ▶場所 シルバーワークプラザ
- ▶対象 60歳以上の働く意欲がある健康な人

シルバーワークプラザ ☎ 368-2350

受付時間 8:30～17:15

受講は利用登録が必要(登録は直接)。受講料無料(テキスト代は自己負担)。市内に住所を置く60歳以上が対象。

塗装(定員 20人)

- ▶日時 5/23㊦、24㊦9:00～16:00
- ▶内容 塗装の種類・扱い方・塗り方・乾燥の仕方、実技(木部・鉄部・モルタル)など
- ▶申込 5/9㊦まで

はじめてのスマホ

●SNS編(定員 15人)

- ▶日時 27㊦13:30～15:00
- ▶内容 LINEなどの登録や使用方法など
- ▶申込 20㊦まで(先着順)

●基礎編(定員 15人)

- ▶日時 5/12㊦13:30～15:00
- ▶内容 電源の入れ方やアプリの操作体験、写真の撮り方など
- ▶申込 5/6㊦まで(先着順)