

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 25㊥10:00～11:00
- ▶講師 市民スポーツクラブ 佐藤あけみ氏
- ▶定員 15人
- ▶内容 テニスボールを使用した簡単なストレッチ、体操



多賀城市民 スポーツクラブ

総合体育館 ☎ 365-1918

多賀城市民スポーツ大会

なわとび大会～短なわスピードリレー～

- ▶日時 8/6㊥8:10～12:30
- ▶対象 市内在住またはスポーツクラブの会員、市内スポーツ少年団所属の小学生
低学年（1～2年生）の部、中学年（3～4年生）の部、高学年（5～6年生）の部
- ▶費用 無料
- ▶内容 1チーム4人で、1人30秒ずつ跳び合計回数を競う
- ▶申込 1㊥～23㊥（各カテゴリー先着12チーム）

おやこふれあい教室

- ▶日時 10㊥10:00～11:00
- ▶対象 1歳～1歳11カ月までの親子
- ▶費用 800円/回
- ▶内容 バランスボールを使って子どもと一緒に体を動かす
- ▶申込 前日まで（先着順）

おとなの朝活 ①「朝ヨガ」②「朝トレ」

- ▶日時 9㊥①7:30～8:30②10:30～11:30
- ▶対象 18歳以上（学生除く）①20人②10人
- ▶費用 500円
- ▶内容 ①朝ヨガで心と身体をリフレッシュ
②ストレッチボールを使ってカラダのチェックとゆがみ改善トレーニング
- ▶申込 2日前まで

健康・スポーツ相談室（運動指導）

- ▶日時 2㊥9:30～12:30
10㊥18:00～21:00
31㊥14:00～17:00
- ▶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（任意）
- ▶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

中央公民館 ☎ 368-0133

実験で天気と防災を楽しく学ぼう！

- ▶日時 29㊥10:00～11:30
- ▶対象 市内在住の小学4～6年生16人（先着順）
- ▶費用 無料
- ▶内容 天気のしくみと防災に役立つ知識を実験で学ぶ（工作有）
- ▶申込 1㊥～9㊥に市公式LINEから

夏休み子ども陶芸教室

- ▶日時 30㊥①10:00～11:30②14:00～15:30
- ▶対象 市内在住の小学生 各回12人（先着順）
- ▶費用 1,900円（材料費：当日持参ください）
- ▶内容 オリジナル作品を制作（完成までに約2カ月かかります。）
- ▶申込 1㊥～9㊥に市公式LINEから

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 22㊥10:00～10:45
- ▶場所 オンライン（仮想空間内）
*パソコンまたはスマートフォン、タブレット端末が必要となります。持ってない人、操作が難しい人は公民館でのツアーの様子を見学可。
- ▶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
- ▶内容 「cluster」を用いてメタバースを体験
- ▶費用 無料 ▶申込 20㊥まで

多賀城史遊館 ☎ 368-3127

受付時間 9:00～16:30

親子でチャレンジ！縄文土器づくり（二市三町連携事業）

- ▶日時 8/26㊥10:00～12:00
- ▶対象 小学生親子 *二市三町で最大50人
- ▶内容 野焼き用の粘土で縄文土器を作成
- ▶費用 1組600円（1名追加ごとに+300円）
- ▶申込 19㊥～8/1㊥に電話または直接



市民活動 サポートセンター

☎ 368-7745

たがさぼの雑貨市きつづ講座

- ▶日時・内容
- 第1回 8/27㊥10:00～11:30
多賀城で活躍する「ちょっと先輩」に聞く
- 第2回 9/24㊥10:00～11:30
子どもたちの「笑顔いっぱい」を目指して
- 第3回 10/14㊥10:00～11:30
「あそびの場」をプロデュースしよう
- 第4回 11/25㊥13:00～15:00
雑貨市ボランティア説明会・出展団体との交流会
- 第5回 12/3㊥9:00～13:00
「たがさぼのクリスマス雑貨市」あそびブース出展、出展団体補助ボランティア&買い物体験
- *活動者の話や体験を通して地域の事や市民活動、ボランティアについて知るきっかけとなる5回連続講座
- ▶対象 市内小学生 *保護者の参加可
- ▶定員 15人（申込多数の場合、抽選）
- ▶費用 無料（一部、材料費が必要）
- ▶申込 15㊥～31㊥に電話、センター窓口、申込フォームから



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㊥	11:00～11:30	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、直接会場にて

7月のイベント情報

離乳食教室 子ども家庭課親子保健係

申込は市公式LINE「福祉・子育て」→「予約・申請」→「乳幼児関係申請」

離乳食教室ごっくんコース

- ▶日時 21㊤10:00～11:30
- ▶場所 母子健康センター ▶対象 4～6カ月児
- ▶費用 100円 ▶申込 14㊤まで
- ▶受付 9:45から
- ▶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、おむつ、ミルク

離乳食教室もぐもぐコース

- ▶日時 14㊤10:00～11:30
- ▶場所 母子健康センター ▶対象 7～11カ月児
- ▶費用 100円 ▶申込 7㊤まで
- ▶受付 9:45から
- ▶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、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

双子ちゃん集まれ

- ▶日時 8/5㊤10:00～11:30
- ▶対象 双子・三つ子の乳幼児と保護者8組
- ▶内容 おもちゃづくり・情報交換・仲間づくりなど
- ▶申込 22㊤から

おはなし会

- ▶日時 ①21㊤②8/1㊤14:00～14:30
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶内容 絵本や紙芝居の読み聞かせ（①市立図書館スタッフ②ちいさいおうち）
- ▶申込 不要

すくっぴー親子DE食育

- ▶日時 10:00～11:30①31㊤②8/24㊤
- ▶講師 子ども家庭課親子保健係栄養士
- ▶対象 2歳以上の幼児と保護者8組
- ▶内容 ①親子で楽しくカレーを作ろう！（出前講座）
②ひんやりゼリーを作ろう！
- ▶費用 200円（親子2人）
- ▶申込 ①17㊤㊤から②8/10㊤から
- ▶協力 ①ハウス食品㈱ ②ゼライス㈱

志引保育所 ☎368-9887

保育所であそぼう！

- ▶日時 26㊤10:00～11:00
- ▶対象 市内在住の親子10組（0～6歳の未就学児）
- ▶内容 水遊び、パネルシアター、子育てについての相談
- ▶申込 25㊤まで

八幡保育所 ☎367-5200

保育所であそぼう！

- ▶日時 19㊤10:00～11:00
- ▶対象 市内在住の親子10組（0～6歳の未就学児）
- ▶内容 水遊び、身長体重測定、子育てについての相談
- ▶申込 18㊤まで



西部児童センター

☎368-4142

受付時間9:00～16:30

対象は市内在住者限定

チャレンジ教室

- ▶日時 19㊤15:00～16:00 ▶対象 小学生20人
- ▶内容 ニュースポーツを楽しもう ▶申込 5㊤から

ホールであそぼう

- ▶日時 24㊤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そう
- ▶申込 10㊤から

ジュニアリーダーとあそぼう

- ▶日時 29㊤10:30～11:00 ▶対象 小学生20人
- ▶内容 エステパンの皆さんと遊ぼう
- ▶申込 15㊤から



鶴ヶ谷児童館

☎362-0763

受付時間9:00～16:30

対象は市内在住者限定

幼児水あそび

- ▶日程 7～8月 ▶対象 幼児親子
- ▶内容 タライの中におもちゃを浮かべて水あそび

小学生水あそび

- ▶日程 29㊤ ▶対象 小学生
- ▶内容 水鉄砲を使って水あそび

小学生あそびのひろば

- ▶日程 8/3㊤ ▶対象 小学生
- ▶内容 夏休みの特別企画。どんなおもちゃがあるかは来てからのお楽しみ。



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。

技能講習

クロス張り

- ▶日時 18㊤、19㊤9:00～16:00 ▶定員 20人
- ▶内容 基本と道具・材料の種類と使用方法、実技など
- ▶申込 10㊤まで

網戸張り

- ▶日時 21㊤9:00～16:00 ▶定員 20人
- ▶内容 基本と実技など ▶申込 10㊤まで

スポット教室

はじめてのスマホ（基礎編）

- ▶日時 ①14㊤13:30～15:00②8/7㊤10:30～12:00
- ▶定員 15人
- ▶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 ①7㊤まで、②31㊤まで

はじめてのスマホ（SNS編）

- ▶日時 ①27㊤13:30～15:00②8/18㊤10:30～12:00
- ▶定員 15人 ▶内容 LINEの登録や使用方法など
- ▶申込 ①20㊤まで、②8/10㊤まで

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
- ▶申込 不要