3月のイベント情報

すくっぴーひろば　☎ 355-7085
受付時間 9:00 ～ 16:30 ／申込は直接または電話で

■おたのしみ会
▶日時　4/10 ㊎ 10:00 ～ 10:30
▶対象　4 月生まれの乳幼児と保護者
▶内容　冠のプレゼント、スタッフによる「おたのしみ」
▶申込　3/27 ㊎から
＊毎月開催しています。
＊誕生月以外の人は申込不要で参加可

■親子 DE クッキング
わかめの不思議「パペット博士にきいてみよう！」
▶日時　4/23 ㊍ 10:00 ～ 11:30
▶対象　2 歳以上の幼児と保護者 8 組
▶内容　「わかめの話」と親子クッキング（おにぎり、スープ、サラダ）
▶費用　親子 2 人一組で 400 円
▶協力　理研食品株式会社
▶申込　4 /9 ㊍から

西部児童センター　☎ 368-4142
受付時間 9:00 ～ 16:30 ／申込は直接または電話で

■プラレールの日
▶日時　3/13 ㊎ 10:00 ～ 11:30
▶対象　乳幼児親子
▶内容　電車のおもちゃで遊ぼう！
▶申込　不要

■チャレンジ教室
▶日時　3/18 ㊌ 15:15 ～ 16:00
▶対象　小学生 20 人
▶内容　ニュースポーツに挑戦！
▶講師　多賀城市民スポーツクラブ
和泉　匡倫氏、和泉　眞喜子氏
▶申込　3/4 ㊌から

■ホールであそぼう
▶日時　3/19 ㊍ 15:00 ～ 16:00
▶対象　小学生 20 人
▶内容　広いホールで体を動かそう
▶持ち物　上靴
▶申込　3/5 ㊍から

市民スポーツクラブ（総合体育館）　☎ 365-1918

■健康アップスポーツ教室
▶日時　3/13 ㊎、3/27 ㊎ 14:00 ～ 15:00
▶対象　65 歳以上
▶費用　800 円 / 回
▶内容　体力アップ、健康アップが目的の運動教室です。
▶申込　電話または体育館窓口で

■健康・スポーツ相談室（運動指導）
▶日時　3/10 ㊋ 9:30 ～、10:30 ～、11:30 ～
3/16 ㊊ 14:00 ～、15:00 ～、16:00 ～
3/29 ㊐ 14:00 ～、15:00 ～、16:00 ～
▶対象　中学生以上
▶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、要望に沿った運動指導を行います。
▶申込　実施日の前日までに HP または体育館窓口で

シルバーヘルスプラザ　☎ 365-2851
受付時間 9:30 ～ 17:00 ／申込は直接または電話で

■健康教室「免疫アップ術」
▶日時　3/10 ㊋ 10:30 ～ 11:30
▶対象　60 歳以上の市内に住所がある人　15 人
▶内容　乳酸菌と免疫について
▶講師　みやぎ中央ヤクルト株式会社

シルバー人材センター　☎ 368-2350

■入会説明会
▶日時　3/11 ㊌、3/25 ㊌ 14:00 から
▶場所　シルバーワークプラザ（シルバー人材センター）
▶対象　60 歳以上の働く意欲がある健康な人
▶申込　不要

市民活動サポートセンター
☎ 368-7745
申込は、電話、センター窓口または申込フォームで

■多賀城 LUNCH トーク⑳「あの日の教訓　こども真ん中のまちづくり」
▶日時　3/6 ㊎ 12:05 ～ 12:50
　(開場 11:45)
▶場所　SHARE　LOUNGE 多賀城（多賀城駅北ビル A 棟 2 階）
▶定員　20 人程度
▶費用　無料（フリードリンク利用の場合は 440 円）＊ラウンジ内食事持ち込み可
▶ゲスト　小幡　幸拓氏（下馬みどり保育園園長）

■たがさぽ交流会 2026
▶日時　3/14 ㊏ 13:30 ～ 16:00
▶場所　市民活動サポートセンター
▶対象　ＮＰＯ・市民活動団体、生涯学習団体、自治会･町内会、社会貢献に関心のある企業、活動を始めたい人　30 人程度（1 団体 2 人まで）
▶費用　無料
▶内容　地域の活動に関心のある人たちとの交流・情報交換会です。
　組織や立場、活動分野を超えたつながりや、活動の輪がさらに広がります。

■わたし色デコレーションマルシェ
▶日時　3/15 ㊐ 11:00 ～ 15:00
▶対象　小学生以上のこども、親子
▶費用　材料費あり
▶内容　Tagajo Youth Challenge 部参加者企画のワークショップイベントを開催！自分らしく貼って飾って楽しむワークショップで、わたし色カスタムを楽しみましょう。
▶申込　不要

子ども家庭課親子保健係　☎ 368-1109
申込は子育て応援アプリ「たがすく」→「教室申込オンライン予約」→「離乳食教室」
＊アプリ未登録の人は裏表紙の QR コードから登録して申込

■離乳食教室ごっくんコース
▶日時　4/9 ㊍ 10:00 ～ 11:30
　(当日受付 9：45 から)
▶場所　母子健康センター
▶対象　4 ～ 6 カ月児
▶費用　100 円
▶持ち物　母子健康手帳、筆記用具、お気に入りのおもちゃ、バスタオル、おむつ

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（登録はシルバー人材センターへ直接）
受講料無料（テキスト代は自己負担）
60 歳以上の市内に住所がある人

■教室（4 月～ 6 月）3 カ月コース
パソコン（初級）　定員　20 人
パソコン（中級）　定員　20 人
日曜大工　定員　20 人
書道　定員　20 人
手芸　定員　20 人
俳句　定員　20 人
英会話　定員　20 人
料理　定員　25 人

＊各教室の日時・内容・申込期日などの詳細は、シルバーワークプラザ設置のチラシやＨＰを確認するか、電話で問い合わせてください。

鶴ケ谷児童館☎ 362-0763
受付時間 9:00 ～ 16:30 ／申込は直接または電話で

■あそびのひろば
▶日時　3/10 ㊋ 9:00 ～ 12:00、13:00 ～ 16:30
▶対象　乳幼児親子
▶内容　たくさんのプラレールやボールプールであそべるよ！

■すくすく測定
▶日時　3/25 ㊌ 9:00 ～ 16:30
▶対象　乳幼児親子
▶内容　身長・体重測定

■ぷら～っとタイム
▶日時　毎週㊏
　11:00 ～ 12:00、15:15 ～ 16:00
▶対象　中高生
▶内容　ホールを中高生優先で使用できます。

3月のイベント情報

市民文化創造課文化創造係
☎ 368-2084

■「SILK ROAD RUNWAY 2025-2026」
＊観覧無料
▶日時　3/ 8㊐ 14:30 から（14:00 開場）
▶場所　多賀城南門前　南北大路
▶内容　古代東北の交流拠点として栄えた多賀城を舞台に、東北で服飾を学ぶ若者が自ら制作した作品を自らがモデルになって披露するファッションショーを開催します。
＊多賀城跡ガイダンス施設は、終日休館です。

■多賀城幻燈会　新伝説「千年椿」
多賀城創建千三百年を記念して上演された新時代の創作オペラ「いしぶみの譜～多賀城創世記～」のスピンオフ物語、新伝説「千年椿」の幻燈会を開催します。
千年の祈りが花開く―多賀城を舞台にアテルイとアラバキ姫の想いが時を超えて受け継がれる物語。
運命と再生の新たな伝説をぜひご体験ください。
詳しくは、市ＨＰを確認してください。
▶日時　3/19㊍
① 14:00 から　② 18:00 から
3/20㊎㊗
③ 13:30 から　④ 17:30 から
▶場所　①②③多賀城跡ガイダンス施設
④ TAGAJO CENTRAL PARK COFFEE
＊多賀城跡ガイダンス施設は 3/19㊍および 3/20㊎㊗は終日休館
▶費用　無料
▶申込　3/13㊎までにＱＲコードから

▲申込フォーム　▲市 HP

健康長寿課保健予防係　☎ 368-1494

■健康づくり展
～女性＆心の健康づくり編～　＊観覧無料
３月は、「女性の健康週間」や「こころの強化促進（自殺対策強化）月間」です。
女性特有の不調やカラダと心をメンテナンスしながら健やかに暮らすヒント、食事や運動の健康づくりについても展示紹介します。
▶期間　3/ 7㊏ ～ 17㊋
▶場所　文化センター回廊、階段横スペース
＊ 3/14㊏ 9:00 ～ 12:00 中央公民館児童創作室（文化センター内）で健康づくり協定のカーブスジャパンが無料体験イベント開催（参加無料）

■こころと体の健康づくり講座
こころを知ろう、いたわろう
～心と眠りの関係～
日々の生活で、ふと心が疲れてしまうことはありませんか？自覚がなくても「眠れない」といった体の不調に表れているかもしれません。こころのセルフケアや病気への理解、睡眠や休養のポイントなど心の健康につながるヒントを、精神科医からお話いただきます。
▶日時　3/14㊏　14:00 ～ 15:20
▶場所　市立図書館１階　住まいの部屋
▶対象　市民、市内に通勤通学している人 30 人（先着順）
▶講師　東北大学大学院医学系研究科　精神神経学分野　准教授　菊地　紗耶先生
▶申込　3/11㊌までに QR コード、電話または窓口

■運動教室（申込不要・参加無料）
●健康ストレッチ教室（60 歳以上）
山王地区公民館　通常㊋月２回
大代地区公民館　通常㊍月２回
文化センター　通常㊏月２回
●筋運アップ教室（40 歳以上）
山王地区公民館　通常㊍月２回
大代地区公民館　通常㊋月２回
さんみらい多賀城イベントプラザ（STEP）　通常㊏月１～２回
＊詳しい日時、持ち物、内容などは市 HP を確認してください。

東北歴史博物館　催事情報

【開館時間】9:30～17:00（発券は16:30まで）
㊊休館（㊗の場合は翌平日）
【常設展観覧料】一般460円、高校生以下無料
☎368-0106　＊詳しくは、博物館HPを確認してください。

■れきはく講座＊要事前申込
【日時】3/ 7㊏ 13:30 ～ 15:00
第４回「多賀城跡の発掘調査成果に学ぶ」
3/14㊏ 13:30 ～ 15:00
第５回「奥大道と中世の東北」
3/21㊏ 13:30 ～ 15:00
第６回「貨幣の誕生と流通　－近代以前のヨーロッパ・アジア世界を中心として－」
【費用】無料
【定員】280 人（先着順）

■春季特別展「さくらももこ展」
【期間】4/18㊏～6/21㊐
【費用】一般 1,600 円（前売 1,400 円）
小中高生 800 円（前売 600 円）
＊4/17㊎まで前売券発売中