



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

ホールであそぼう

▶対象 小学生20人 ▶日時 19㊦ 15:00-15:45  
▶内容 体をいっぱい動かす遊び  
▶申し込み 5㊦から

ぷくぷく測定

▶対象 乳幼児親子8組 ▶日時 16㊦ 10:30-11:00  
▶内容 子どもの成長を記録  
▶申し込み 2㊦から

ホッとサロン

▶対象 乳幼児親子3組 ▶日時 16㊦ 11:10-12:00  
▶内容 子育て相談員を交えて、子育ての悩みを相談  
▶申し込み 2㊦から

離乳食教室 ☎内線616

受付時間 ①9:30から②10:45から  
会場 母子健康センター

はじめてコース

▶対象 4-6カ月児 ▶日時 3/11㊦(約1時間)  
▶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、必要時ミルク  
▶申し込み 3/4㊦まで



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

すくすくハッピー1

▶対象 令和2年8月-11月生まれの親子8組  
▶日時 3/1㊦ 10:00-11:00  
▶内容 親子ピクス  
講師：OKJ認定インストラクター島貴照美氏  
▶申し込み 15㊦から

すくすくハッピー2

▶対象 令和2年2月-7月生まれの親子8組  
▶日時 3/4㊦ 10:00-11:00  
▶内容 わらべ歌、ふれあい遊び  
講師 ぼだい保育園 伊藤さとみ氏  
▶申し込み 18㊦から

すくっぴーみんなDE減災・防災

▶対象 乳幼児の保護者8組  
▶日時 3/18㊦ 10:00-11:15  
▶内容 子どもと一緒にの災害時の備えや対応について  
講師 東北大学 柴山明寛准教授  
▶申し込み 3/4㊦から

すくっぴーひろばおやじの会

▶対象 乳幼児の父親 ▶日時 14㊦ 10:00-11:30  
▶内容 父子の交流 ▶申し込み 随時(登録制)

おしゃべり広場

▶対象 ①7-12カ月の乳児と母親 8組  
②0-6カ月の乳児と母親 8組  
▶日時 ①26㊦、②3/5㊦ 13:30-14:30  
▶内容 ママの情報交換と交流  
▶申し込み ①22㊦から、②3/1㊦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

おいでよPON！プレミアム

▶対象 乳幼児親子  
▶日時 1㊦-6㊦(4㊦除く)、3/1㊦-6㊦(3/4㊦除く)  
11:00-11:30  
▶内容 2月は「節分」、3月は「ひなまつり」がテーマの  
お楽しみ週間

つるちゃん

▶対象 ①乳幼児親子、②④子育て中の人  
③0-1歳の乳幼児と保護者  
▶日時 ①18㊦ 9:00-12:00、②25㊦ 11:00-11:40  
③3/4㊦ 10:30-11:00、④3/4㊦ 11:00-11:40  
▶内容 ①ホールやロビーでおもちゃで遊ぼう  
②ママ同士で楽しく交流しながらさまざまなことに挑戦  
③ふれあいあそび、身体測定  
④子育て相談員とお話

つるっこ

▶対象 ①小学生、②小学4-6年生、③中高生  
▶日時 ①15㊦-17㊦(\*1)、26㊦(\*2) 15:00-16:00  
②20㊦ 14:00-15:00  
③3/6㊦ 11:00-12:00、15:00-16:00  
▶内容 ①一つの素材でじっくり遊ぶ(\*1)、「なわとび  
検定日(\*2)、②高学年向け活動、③中高生が優先的に遊べる時間



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

「朝トレ～姿勢改善トレーニング講座～」  
▶対象 18歳以上10人 ▶会場 総合体育館  
▶日時 14㊦ 10:30-11:30 ▶費用 500円  
▶内容 猫背などの姿勢をトレーニングで解消し、良い  
姿勢を手に入れましょう。  
▶申し込み 7㊦まで

おとなの朝活「朝ヨガ」

▶対象 18歳以上15人 ▶会場 総合体育館  
▶日時 14㊦ 7:30-8:30 ▶費用 500円  
▶内容 月1回の日曜の朝にヨガで心も身体もリラックス。  
▶申し込み 7㊦まで

シニアスポーツ体験教室

▶対象 65歳以上の男女10人 ▶会場 総合体育館  
▶日時 19、3/5、12㊦ 13:30-15:00  
▶費用 1,500円(全3回)、600円(1回)  
▶内容 体や頭も使って様々な運動をします。ムリなく！楽しく！健康づくりをしましょう。  
▶申し込み 実施日の前日17時まで

健康・スポーツ相談室

▶対象 中学生以上3人/回 ▶会場 総合体育館  
▶日時 ①11㊦㊦ 9:00-12:00(運動指導)②16㊦  
18:00-21:00(運動指導、栄養指導)③22㊦  
14:00-17:00(運動指導)  
▶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要望に沿った運動指  
導・栄養指導。1人40分。  
▶申し込み 実施日の前日17時まで

中央公民館

☎ 368-0133

離婚・再婚における「親子」のかたち  
～ステップファミリーを学ぶ～

▶対象 市内在住のステップファミリーおよび関心のある人  
30人(先着順)  
▶日時 25㊦ 9:30-12:30 ▶費用 無料  
▶内容 ステップファミリーとは、親の再婚または新た  
なパートナーと生活を経験する子ど  
ものいる家族のことで、その現状や  
「親子」の関係性などを学びます。  
▶申し込み 2㊦ 9:00-18㊦ QRコードより



山王地区公民館

☎ 368-6192  
受付時間 9:00-17:00

親子貝びなづくり教室

▶対象 小学生以上の子どもと保護者5組(10人)  
▶日時 27㊦ 10:00-12:00 ▶費用 300円(材料代)  
▶内容 ハマグリの貝がらでおひなさまを作ります。  
▶申し込み 13㊦-20㊦

My御朱印帳づくり教室

▶対象 市民(在住・在勤)10人  
▶日時 28㊦ 10:00-12:00  
▶費用 1,000円(参加料300円、材料代700円)  
▶内容 手づくりの御朱印帳を作ります。  
▶申し込み 13㊦-20㊦

大代地区公民館

☎ 364-8442  
受付時間 9:00-17:00

スクエアステップ教室

▶対象 市民10人  
▶日時 19、26㊦ 10:00-11:30 ▶費用 100円  
▶内容 スクエアステップマットを使った脳トレ健康運動  
▶申し込み 10㊦-18㊦

あの惨禍を忘れずに生きる(東日本大震災伝承行事)

▶対象 市民20人  
▶日時 3/10㊦ 10:00-11:30 ▶費用 無料  
▶内容 東日本大震災当時の市内を写真で振り返ります。  
▶申し込み 10㊦-3/5㊦

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
	3㊦*1	11:00-11:30	よつばの クローバー
	10㊦ 24㊦		スキップ♪
山王分室	9㊦	11:15-11:45	山王スキップ♪
大代分室	10㊦ *2	10:30-11:30	カンガルー 読書会

\*1 赤ちゃんおはなし会  
\*2 24㊦は大代地区公民館休館のため休み  
▶受け付け 市立図書館、分室/当日、直接会場にて



市民活動サポートセンター

☎ 368-7745

NPOいちから塾

▶対象 これから地域で活動を始めたい人、活動中の人8人  
▶日時 3/13㊦ 14:00-16:00  
▶費用 無料  
▶内容 NPOの意味やしぐみ、市内や周辺  
で活動している団体を紹介。  
▶申し込み 申込フォームか電話(先着順)



開館時間変更のお知らせ

施設工事に伴う停電のため、次の時間は利用できません。  
▶日時 20㊦ 9:00-13:00  
▶その他 20㊦は13時から開館します。午後・夜間の  
時間帯は利用できます。

多賀城史遊館

☎ 368-3127  
受付時間 9:00-16:30

大人のための貝びなづくり

▶対象 高校生以上、各回4人程度  
▶日時 21㊦①9:30-11:30、②13:30-15:30  
▶費用 300円  
▶内容 3月3日の桃の節句にあたり、ハマグリ貝殻に  
布や和紙を貼り重ね、一對の内裏びなを作ります。  
▶申し込み 19㊦まで電話または直接

開館時間変更のお知らせ

設備点検のため、次の時間は利用できません。  
▶日時 20㊦ 9:00-13:00  
▶その他 20㊦は13時から利用できます。  
▶問い合わせ 埋蔵文化財調査センター☎ 368-0134

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

ハウスクリーニング(定員10人)  
▶日時 3/3㊦ 9:00-12:00  
▶内容 基本と道具・洗剤の種類と使用方法、実技など  
▶申し込み 22㊦まで

植木剪定(定員10人)

▶日時 3/16㊦-17㊦ 9:00-16:00  
▶内容 基本と実技(松、一般木)など  
▶申し込み 3/8㊦まで

教室

折り紙教室(定員10人)  
▶日時 9㊦、12㊦ 9:30-12:00  
▶内容 「花くす玉・八角箱」の作成  
▶申し込み 2㊦まで

レザークラフト(定員9人)

▶日時 17㊦、19㊦、22㊦ 9:30-12:00  
▶内容 「三角小銭入れ、ダイヤ編みストラップ」の作成  
▶申し込み 8㊦まで