

**シルバー人材センター**

☎ 368-2350

入会説明会

- ▶日時 4/10㊟、24㊟ 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
- ▶予約 不要

**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

- ▶日時 5/21㊟、22㊟ 9:00～16:00
- ▶定員 20人
- ▶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 5/10㊟まで

折り紙

- ▶日程 4/23㊟、25㊟ 9:30～12:00
- ▶定員 20人
- ▶内容 折り紙で、季節の花などを制作
- ▶申込 4/16㊟まで

シルバーヘルスプラザ ☎ 365-2851

受付時間 9:30～17:00

受講は申し込みが必要、費用無料、市内に住所を置く60歳以上が対象

シニアヨガ（全3回）

- ▶日時 4/23㊟ 10:00～11:00
- * 5月、6月（2回目、3回目）の日時については要問い合わせ
- ▶定員 20人
- ▶内容 初心者向けのヨガやストレッチ
- ▶講師 多賀城市民スポーツクラブ 上野由美子氏

**インクルーシブスポーツキャラバン
2024in多賀城**

介護・障害福祉課障害福祉係 ☎ 368-1478

- ▶日時 4/21㊟ 13:30～15:00
- ▶場所 さんみらい多賀城イベントプラザ（STEP）
- ▶対象 どなたでも
- ▶内容 障がいの有無に関わらず、みんなが楽しめるスポーツイベント
- ▶費用 無料
- ▶申込 電話

**山王地区公民館 ☎ 368-6192****～多賀城創建1300年に思いをはせて～
春の草花を楽しむ講座**

- ▶日時 4/27㊟ 10:00～12:00
- ▶場所 多賀城政庁跡周辺
（市川地区集会所（多賀城市市川字大畑16番地）集合）
- ▶対象 市民および市内通勤者20人
- ▶費用 100円
- ▶内容 政庁跡周辺を散策しながら、身近に咲く野草、雑草や樹木などの生態を学ぶ
- ▶持ち物 動きやすい服装（運動靴、帽子、リュック）、水分補給用飲料、雨具、タオル
- ▶申込 4/13㊟～24㊟に費用を添えて直接

母の日フラワーアレンジメント教室

- ▶日時 5/4㊟ 10:00～11:30
- ▶対象 市内在住の小学生15人（1、2年生は保護者同伴）
- ▶費用 1,500円（材料代、当日支払い）
- ▶内容 母の日のプレゼントとしてフラワーアレンジメントを作成
- ▶持ち物 上靴、水分補給用飲料
- ▶申込 4/19㊟ 9時～4/28㊟に市公式LINEから

**多賀城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 4/12㊟、26㊟ 14:00～15:00
（月2回、4月～9月の全12回開催）
- ▶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（運動強度：★★★☆☆）
- ▶申込 電話または直接

おとなの朝活「朝ヨガ」

- ▶日時 4/21㊟ 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 2日前まで（スポーツクラブHPまたは直接）
* 定員になり次第締め切り

健康・スポーツ相談室（運動指導）

- ▶日時 4/8㊟ 14:00～17:00、
14㊟ 9:30～12:30、
23㊟ 18:00～21:00
- ▶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要望に沿った運動指導（1人40分）
- ▶申込 実施日の前日17時まで電話または直接

4月のイベント情報

離乳食教室

子ども家庭課親子保健係 ☎368-1109

申し込みは、子育て応援アプリ「たがすく」→「教室申込」→「離乳食ごっくんコース」

*アプリからの申し込みは4/1㊦から開始

*アプリ未登録の人は右のアプリQRコードから登録して申し込みんでください。



離乳食教室ごっくんコース

- ▶日時 4/17㊦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
- ▶持ち物 母子健康手帳、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で

すくっぴー親子DE食育

「わかめの不思議～パペット博士に聞いてみよう～」

- ▶日時 4/25㊦10:00～11:30
- ▶対象 2歳以上の幼児と保護者8組
- ▶内容 わかめのお話と、わかめを使った親子クッキング
- ▶費用 400円
- ▶協力 理研食品株式会社
- ▶申込 4/11㊦から

おたんじょう会

- ▶日時 4/26㊦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、スタッフからのおたのしみ
- ▶申込 4/12㊦から（誕生児以外の人は申込不要）

双子ちゃん集まれ！～手形をとろう！～

- ▶日時 4/27㊦10:00～11:00
- ▶対象 双子・三つ子の乳幼児と保護者
- ▶内容 手形をとって持ち帰る
- ▶申込 4/13㊦から

鶴ヶ谷児童館 ☎362-0763

受付時間9:00～16:30 申し込みは直接または電話で

令和6年度 登録制行事の申し込み

- ▶対象 ①みんなであそぶはっぴくん（小学生）
②幼児クラブ（2～3歳児の幼児親子）
- ▶申込 ①4/13㊦から②4/17㊦から（要来館）

鶴ヶ谷児童館であそぼう

- ▶日時 4/16㊦10:30～11:30
- ▶対象 乳幼児親子
- ▶内容 館庭でしゃぼん玉をして楽しむよ！
- ▶共催 子育てサポートセンター、西部児童センター

あそびのひろば

- ▶日時 4/10㊦、5/8㊦
9:00～12:00、13:00～16:30
- ▶対象 乳幼児親子
- ▶内容 プラレールやボールプールなどのおもちゃあそび、10:30からのおたのしみタイム

西部児童センター ☎368-4142

受付時間9:00～16:30 申し込みは直接または電話で

よさこいをおどろう！

- ▶日時 4/18㊦15:30～16:00
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 よさこい乱舞を踊ろう
- ▶申込 4/4㊦から

おはなしぱれった

- ▶日時 4/24㊦10:30～11:00
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 絵本やパネルシアターとお誕生会
- ▶申込 4/10㊦から

ホールであそぼう

- ▶日時 4/24㊦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 4/10㊦から