

## 6 大木囲貝塚ネイチャースクール



大木囲貝塚を散策しながら春と秋の植物の観察会と木の実を使ったリース作り教室です。

|     |   |
|-----|---|
| 日時  | ①ネイチャーウォーク・春 10:00~12:00<br>5月2日(土) 予備日10日(日)<br>②ネイチャーウォーク・秋 10:00~12:00<br>10月17日(土) 予備日24日(土)<br>③木の実のリース作り 9:30~12:00<br>11月7日(土) 予備日15日(日) |
| 会場  | 歴史資料館・大木囲貝塚   |
| 対象等 | ①・② 小学生以上 20名程度<br>③ 小学生以上 12名程度  |
| 参加料 | ①・② 200円 ③ 400円   |

## 7 だいき歴史体験教室



歴史資料館が所蔵する昔の資料に触れたり、モノづくりを体験する歴史教室です。

|     |   |
|-----|---|
| 日時  | ①外部講師による講座<br>7月26日(日) 10:00~12:00<br>②資料館のお仕事体験<br>土器や石器を観察、記録するなど、歴史資料館のお仕事を体験します。<br>8月2日(日) 10:00~12:00 |
| 会場  | 歴史資料館 研修室   |
| 対象等 | 小学生 15名程度   |
| 参加料 | 無料  |

## 8 見る!知る!歴史講座



小学生から大人を対象とした、無料の歴史講座です。魅力再発見文化財ツアーでは町内の遺跡や文化財を解説付きで巡ります。

|            |  |
|------------|--|
| 日時         | ① クルミの樹皮を使ったかご作り<br>6月21日(日) 10:00~12:00<br>② 魅力再発見文化財ツアー<br>11月3日(火・祝) 10:00~12:00<br>③ 土器片クッキー作り 2月6日(土)<br>9:30~12:00、13:30~16:00 |
| 会場         | ① 歴史資料館 研修室<br>② 歴史資料館集合・解散(バス移動)<br>③ 生涯学習センター1階 調理室  |
| 対象等<br>参加料 | ①:16名程度 ②:20名程度<br>③:各回12名程度<br>各回ともに無料  |

## 9 縄文土器作り教室



オリジナルの縄文土器を作る教室です。多賀城市・塩竈市・利府町・松島町・七ヶ浜町の各教育委員会による連携事業です。

|     |   |
|-----|---|
| 日時  | ① 土器作り<br>8月下旬頃 10:00~12:00<br>② 土器焼き<br>9月下旬頃 9:30~13:00 |
| 会場  | ① 塩竈市または松島町内の公共施設<br>② 大木囲貝塚遺跡公園(七ヶ浜町)                    |
| 対象等 | 町内在住の小学生と保護者 4組程度   |
| 参加料 | 1名 400円程度   |

※6~9は、事前申込みが必要です。詳細は、広報や町 web サイト、SNS等でお知らせします。

## 4.生涯学習サークル紹介

サークル活動の見学や参加を希望する場合は、中央公民館までお問い合わせください。

| No. | サークル名                    | 活動内容                                 | 活動日                | 活動時間                       |
|-----|--------------------------|--------------------------------------|--------------------|----------------------------|
| 1   | 楽団トロイカ                   | バンド演奏(マンドリン・マンドラ・ギター・ベース・パーカッションの編成) | 月3~4回不定期           | 18:00~20:00                |
| 2   | 盆栽・草花愛好会                 | 盆栽、草花の作り方・育て方                        | 毎週木曜日              | 10:00~12:00                |
| 3   | パッチワーク・ヒロ                | パッチワーク、他小物作り                         | 第1・3土曜日            | 10:00~12:00                |
| 4   | カフラ・オ・ハワイ ハウオリ           | フラダンス                                | 第2・4土曜日            | 19:00~20:30                |
| 5   | 太極拳 心静                   | 楊名時太極拳                               | 毎週火曜日              | 9:00~10:30                 |
| 6   | 太極拳サークル シルクロード           | 楊名時太極拳                               | 毎週火曜日              | 10:30~12:00                |
| 7   | 女声合唱団“和ぐ“                | 合唱曲の練習                               | 毎月3回金曜日            | 19:00~21:00                |
| 8   | プリザーブドフラワーバニー            | プリザーブドフラワーを使ったアレンジメント                | 偶数月第1木曜            | 10:00~12:00                |
| 9   | プリザーブドフラワー華美             | プリザーブドフラワーを使ったアレンジメント                | 第3木曜日              | 10:00~12:00                |
| 10  | ハミハルヨーガ                  | ヨガ                                   | 第1・2・4木曜日          | 19:20~20:50                |
| 11  | 健康体操ひよっこ                 | レクダンス                                | 第2・4金曜日            | 10:00~12:00                |
| 12  | 元気クラブ こでらんね              | ニューススポーツを楽しむ                         | 第1・3土曜日            | 10:00~12:00                |
| 13  | コールミュゼット                 | コーラス                                 | 月3回 木曜日か金曜日        | 14:00~16:00                |
| 14  | 押し花 すみれ                  | 押し花を使った作品作り                          | 第2水曜日              | 9:30~12:00                 |
| 15  | 3B セケ浜                   | 体操                                   | 毎週水曜日              | 13:00~15:00                |
| 16  | セケ浜健康麻雀クラブ               | 認知症防止&健康寿命を延ばそう                      | 毎週火・木曜日            | 9:00~16:00                 |
| 17  | ちりめん細工おはりこや              | つるし飾り・ちりめん細工物                        | 第1・3金曜日            | 9:30~12:00                 |
| 18  | 大正琴 琴音会                  | 大正琴                                  | 不定期                | 10:00~12:00                |
| 19  | あねっこだーず                  | レクダンス                                | 第1・3金曜日            | 10:00~12:00                |
| 20  | カフラ・オ・ハワイ マルヒアカイ         | フラダンス                                | 第1・2・3土曜日          | 10:30~12:00                |
| 21  | ちぎり絵 タンポポ                | 和紙をちぎり、風景や花を表現します。和気あいあいと楽しんでいます。    | 第2・4火曜日            | 9:30~12:00                 |
| 22  | マーガレット                   | 社交ダンス(プロの先生が指導)                      | 毎週火曜日              | 10:00~12:00                |
| 23  | 朗読サークルきずな                | 朗読                                   | 第1・3木曜日            | 9:30~11:30                 |
| 24  | 茶の湯 雪月花                  | 茶道                                   | 基本第1・3金曜日          | 13:00~17:00                |
| 25  | WINGS☆チア                 | キッズチアダンス                             | 月3回水曜日             | 17:30~18:20<br>18:00~19:00 |
| 26  | ナツメロ&ヒットソング愛好会「絆」        | 歌の練習                                 | 第2・4水曜日            | 10:00~12:00                |
| 27  | ちりめん細工わらべ                | ちりめん細工                               | 第2火曜日              | 10:00~12:00                |
| 28  | 書道クラブ                    | 書道                                   | 第3水曜日              | 9:30~12:00                 |
| 29  | はじめてのお茶教室                | 紅茶・中国茶・日本茶のお茶会とレッスン                  | 不定期                | 10:00~12:00                |
| 30  | 貞山運河がつなぐ「めぐみの寺子屋」withセケ浜 | キャリア・防災セミナー、ルバーブやかヌー体験型カルチャー         | 不定期                |                            |
| 31  | 丘のチェアヨガ・ピラティス            | チェアヨガとピラティス                          | 第2・4木曜日            | 13:30~15:30                |
| 32  | 海風                       | チェアヨガ・ピラティス                          | 第1・3火曜日            | 13:30~15:00                |
| 33  | 陶芸サークル                   | 陶芸                                   | 第1~4木曜日<br>第1・2金曜日 | 10:00~12:00<br>13:00~15:00 |
| 34  | パソコン愛好会                  | Excel、word、写真、その他の入力等                | 毎月第3土曜日            | 9:00~12:00                 |
| 35  | 楽しいクッキング                 | 料理                                   | 不定期                | 9:30~13:00                 |

## 5.生涯学習まちづくり出前セミナー

出前セミナーは、住民が「お品書き」から希望する講座などを選び、町や企業が直接出向いて開催する、地域への出張サービスです。

### (1) 出前セミナー申込みの流れ



#### 1) 注文

- 10人以上集まればお品書きから希望のメニューを注文できます。
- 出前を希望する1か月前までに、申込書を生涯学習課に提出してください。
- 一部のメニューを除き、生涯学習センターにて出前セミナーを開催することが可能です。なお、施設使用料は発生しません。

#### 2) 受付

- 生涯学習課が申込書を受付後、出前を行う担当課や企業などに受付内容を連絡します。
- 希望日時に日程が確保できない場合は、注文者へご連絡し、日程の再調整を行います。

#### 3) 出前

- 日時が確定したら、注文者へご連絡します。
- 指定された日時場所で、出前セミナーを開催します。

### (2) お品書き「体験」

| 番号 | メニュー               | 説明  | 担当          |
|----|--------------------|---|-------------|
| 1  | ドライビングシミュレーター      | ドライビングシミュレーターの体験をします。                                     | 防災対策室       |
| 2  | ダーツを投げてみよう         | スポーツダーツの体験をします。   | 七ヶ浜アロープログラム |
| 3  | ニュースポーツを知ろう        | ニュースポーツの体験をします。   | 生涯学習課       |
| 4  | 縄文プレート作り           | 粘土を使った壁かけの製作体験をします。                                       | 歴史資料館       |
| 5  | 土偶作り               | 粘土を使った土偶の製作体験をします。  | 歴史資料館       |
| 6  | 勾玉作り               | 石を使った勾玉の製作体験をします。   | 歴史資料館       |
| 7  | 小型石斧作り             | 石を使った小型石斧の製作体験をします。                                       | 歴史資料館       |
| 8  | 国際交流員とモルック体験       | モルックは、フィンランド発祥の投てき競技。木製の棒を投げて、点数の書かれたピンを倒し得点を競うゲームを体験します。 | 七ヶ浜国際村      |
| 9  | 国際交流員とStretching体験 | 国際交流員と英語を交えながら、簡単なストレッチ体験をします。                            | 七ヶ浜国際村      |

※4～7は、材料費分が実費負担となります。

### (3) お品書き「講座」

| 番号 | メニュー                        | 説明   | 担当         |
|----|-----------------------------|--|------------|
| 1  | わかりやすい情報公開                  | 情報公開の趣旨やその手法について、わかりやすく説明します。                          | 総務課        |
| 2  | まちづくりあれこれ                   | 町の概要やまちづくりについてのお話です。                                   | まちづくり振興課   |
| 3  | 統計あれこれ                      | 毎年町で作成している「統計書」からわかる町に関する様々なデータを紹介します。                 | まちづくり振興課   |
| 4  | 議会のしくみ                      | 議会とはどういうところか、議会議員はどんな仕事をしているのか、わかりやすくお話しします。           | 議会事務局      |
| 5  | 道路ができるまで                    | 道路ができるまでの流れについて、写真などを利用しながらわかりやすく説明します。                | 建設課        |
| 6  | 建築工事のおはなし                   | 工事の流れや届出、規制など、どんな流れで建物が建つのか、基本的な内容についてお話しします。          | 建設課        |
| 7  | 地場産品開発と産地直売について             | 町で進めている新たな地場産品の開発とにぎわい創出につながる産地直売イベントについてお話しします。       | まちづくり振興課   |
| 8  | 学校教育について                    | 学校教育の現状や学校の取組に関して、聞いてみたいことなどを中心に説明します。                 | 教育総務課      |
| 9  | 避難行動要支援者制度の取組について           | 避難行動要支援者制度や町がどのような取組みをしているかなどについて紹介します。                | 長寿社会課      |
| 10 | 介護保険サービスの利用について             | 介護保険サービスを利用するまでの流れと実際に利用できるサービス内容について、わかりやすく説明します。     | 長寿社会課      |
| 11 | 認知症について                     | 認知症の進行や状態に合わせて受けられる医療・介護・福祉サービスについて説明します。              | 地域包括支援センター |
| 12 | 認知症サポーター養成講座                | 地域において認知症の人や家族を支援するために必要な認知症の基礎知識等について学ぶ講座です。          | 地域包括支援センター |
| 13 | こころとからだの健康づくり               | 生活習慣病とストレスを予防し、健康的に過ごすためのポイントを紹介します。                   | 健康福祉課      |
| 14 | 子どもとあそぼう                    | お子さんが喜ぶ遊びを体験してみよう! (年齢別)                               | 子ども未来課     |
| 15 | 子育て座談会                      | 子育ての悩みや「あるある」みんなで共有しませんか。                              | 子ども未来課     |
| 16 | 子育て支援センターってどんなところ           | 子育て支援センターで実施している事業内容の説明や施設案内をします。                      | 子育て支援センター  |
| 17 | ごみとリサイクルのおはなし               | 町のごみとリサイクルはどのようになっているのかについてお話しします。                     | 町民生活課      |
| 18 | 税のあれこれ                      | 税金について理解を深めていただく講座です。                                  | 税務課        |
| 19 | 水道のおはなし                     | ダムの水を浄水場できれいにして各家庭に届くまでのお話をします。                        | 上下水道事業所    |
| 20 | 下水道のおはなし                    | 下水道の役割や下水道に流した水はどのようなのかについてのお話をします。                    | 上下水道事業所    |
| 21 | まるごと見せます国際村                 | 普段見られない国際村のバックステージなどをご案内します!                           | 七ヶ浜国際村     |
| 22 | そっつこっつ参上 CIR～国際交流員がおじゃまします～ | CIR と気軽にコミュニケーションを図りましょう。子ども会や地区の行事など、いろんなところにおじゃまします! | 七ヶ浜国際村     |
| 23 | 保育所ってどんなところ                 | 保育所の一日の流れを中心に、お友達との関わりや給食の工夫など、子育てのヒントとなるお話を紹介します。     | 遠山保育所      |

| 番号 | メニュー                        | 説明   | 担当                  |
|----|-----------------------------|--|---------------------|
| 24 | 見てみよう発電所                    | ジェットエンジンと同じ「ガスタービン」と「蒸気タービン」で発電する火力発電所と太陽光発電所を見学いただけます。  | 東北電力(株)<br>仙台火力発電所  |
| 25 | エネルギーのおはなし                  | 再生可能エネルギーをはじめとするエネルギーミックスや震災時の状況、災害への備え等についてお話しします。  | 東北電力(株)<br>仙台火力発電所  |
| 26 | ENEOS わくわく環境教室              | 石油と私たちの暮らしの関わりや石油製品の作り方(模擬原油の蒸留実験)、新エネルギーについてご紹介します。   | ENEOS(株)<br>仙台製油所   |
| 27 | 製油所見学                       | ENEOS(株)仙台製油所のバスでの見学の他、製油所概要についての説明や製油所紹介 DVD の上映も行います。  | ENEOS(株)<br>仙台製油所   |
| 28 | 今日から始める健腸生活<br>～腸は健康の源～     | 腸が「健康の源」である理由や「快腸」になるための秘訣、健康チェックに役立つ「うんち」を知るプログラムです。  | 宮城中央<br>ヤクルト販売(株)   |
| 30 | 明治楽しく健活セミナー                 | 日々の生活に役立つ情報が満載!食についての新たな「気づき」を得ることで「健康な食生活」の関心を高める多彩なプログラムを用意しています。毎日の過ごし方を見直すきっかけとしてぜひお役立てください(対象:大人 25 名以上)。   | (株)明治               |
| 31 | 明治出前授業                      | 身近な食品や健康を題材として、楽しく学べる出前授業を実施します。明治食育セミナー出前授業は「牛乳」、「カカオチョコレート」、「SDGs」、「ヨーグルト」の4つのプログラムよりお選びいただけます(対象:子ども 25 名以上)。 | (株)明治               |
| 32 | マネーセミナー                     | ライフプランニングなどのお話をしながら、資産形成をはじめするための基礎知識を学ぶことができます。   | メットライフ<br>生命保険(株)   |
| 33 | 救命講習会                       | 心肺蘇生法や応急手当についてお話しします。  | 七ヶ浜消防署              |
| 34 | 「うまい話」にご用心!～金融犯罪被害にあわないために～ | 振り込め詐欺などの金融犯罪への注意点についてお話しします。  | 東北財務局               |
| 35 | 多重債務に陥らないために                | 多重債務に陥る原因と解決方法について解説します。   | 東北財務局               |
| 36 | お金と生活の知恵～出ていますか?家計のやりくり～    | 家計管理、生活設計について解説します。  | 東北財務局               |
| 37 | 考えてみよう日本の財政と経済              | 「日本の財政状況や課題、本年度予算のポイント」、「東北地方や宮城県内の経済の動き」をわかりやすく解説します。   | 東北財務局               |
| 38 | パパ・ママ向けミニマネー講座              | 子育てに必要なお金や、人生の三大費用、つみたて NISA や iDeCo などの活用など、お役に立つ情報をお届けします。   | 東北財務局               |
| 39 | 海の交通ルールとは?<br>灯台を見学しよう!     | 海の交通ルールと灯台の仕組みや灯台の歴史についての紹介、灯台の見学などを行います。  | 宮城海上保安部             |
| 40 | 海遊びどんな危険が潜んでいる?             | 遊泳中又は釣り中の事故防止策(事故なく安全に海で遊ぶポイントの説明など)についてお話しします。  | 宮城海上保安部             |
| 41 | 海上汚染の現在と未来<br>～テレビより少し詳しく～  | きれいな海を守るための取り組み(環境教育、漂着ごみ調査など)についてお話しします。  | 宮城海上保安部             |
| 42 | アワビ稚貝やヒラメ稚魚を観察しよう!          | 種苗生産施設を見学しながら、アワビの稚貝(周年)やヒラメの稚魚(7～8 月)の観察をします。(50 名程度まで/回)   | 公益財団法人<br>宮城県水産振興協会 |
| 43 | 栽培漁業について考えよう                | アワビ、ヒラメ、トリガイ等の栽培漁業や県内の秋さけふ化放流について、見学+学座で紹介いたします。(10 名程度まで/回)   | 公益財団法人<br>宮城県水産振興協会 |

# 新規会員募集中!

## 6. 総合型地域スポーツクラブ アクアゆめクラブ の紹介

子どもからシニア世代までスポーツを気軽に楽しめるプログラムをご用意しています。  
世代間の交流、健康づくり、生きがいづくりに是非スポーツを始めてみませんか。

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| <p><b>エンジョイ卓球</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生以上</p> <p>時間 火曜日 19:00-20:30</p> <p>場所 七ヶ浜中学校</p> <p>参加費 2,500 円/月</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎練習を中心に卓球を楽しみます。</p>   | <p><b>エンジョイバスケットボール</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生</p> <p>時間 水曜日 18:30-20:00</p> <p>場所 松ヶ浜小学校</p> <p>参加費 2,500 円/月</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎練習を中心にバスケットボールを楽しみます。</p> | <p><b>エンジョイバドミントンキッズ</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生<br/>※バドキッズプラスは5・6年生のみ</p> <p>時間 木曜日 19:15-20:45<br/>※バドキッズプラスは木曜日と土曜日 18:00-20:00の週2回</p> <p>場所 七ヶ浜中学校<br/>向洋中学校</p> <p>参加費 2,500 円/月(木曜日のみ)<br/>4,500 円/月(バドキッズプラス)</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎練習を中心にバドミントンを楽しみます。</p> | <p><b>エンジョイサッカー</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生</p> <p>時間 土曜日 15:30-17:00</p> <p>場所 フットサルコート</p> <p>参加費 2,500 円/月</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎練習を中心にサッカーを楽しみます。</p>   | <p><b>アクアドリームス(軟式野球)</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生</p> <p>時間 火曜日 17:00-19:00<br/>土曜日 9:00-11:00</p> <p>場所 屋内運動場<br/>第2スポーツ広場</p> <p>参加費 2,500 円/月(月1回)<br/>4,000 円/月(月2回)</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎練習を中心に野球を楽しみます。</p> |
| <p><b>スイミーキッズ</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 年中から小学生</p> <p>時間 水曜日 W1クラス 15:30-16:25 / W2クラス 16:30-17:25<br/>木曜日 T1クラス 15:30-16:25 / T2クラス 16:30-17:25<br/>金曜日 F1クラス 15:30-16:25 / F2クラス 16:30-17:25<br/>土曜日 S1クラス 10:05-11:00 / S2クラス 11:05-12:00</p> <p>場所 町民プール</p> <p>参加費 3,500 円/月<br/>キャップ代 600 円(初回のみ)</p> <p>水慣れから4泳法までステージ、レベル別に指導します。</p> |  | <p><b>チャレンジゆめキッズ</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 小学生</p> <p>時間 火曜日 16:00-17:30<br/>(月2回)</p> <p>場所 各小学校体育館</p> <p>参加費 2,000 円/月</p> <p>体育の種目のコツを学んだり運動能力アップのための運動をみんなで楽しく行います。</p>   | <p><b>ユースバドミントン</b></p> <p>対象 中学生</p> <p>時間 火曜日 19:00-21:00<br/>土曜日 18:00-21:00</p> <p>場所 向洋中学校<br/>七ヶ浜中学校</p> <p>参加費 5,500 円/月</p> <p>基礎から実践の指導を行い大会入賞を目指します。</p>   | <p><b>ユースアクアドリームス</b></p> <p>対象 小学6年生から中学生</p> <p>時間 水曜日 17:00-19:00<br/>金曜日 17:00-19:00<br/>日曜日 13:30-16:30</p> <p>場所 屋内運動場<br/>野球場、学校校庭</p> <p>参加費 5,000 円/月</p> <p>初心者大歓迎!<br/>基礎から実践の指導を行い野球を楽しみます。</p>                                  |
| <p><b>エンジョイバドミントン</b></p> <p>対象 中学生以上</p> <p>時間 火曜日 19:00-21:00</p> <p>場所 向洋中学校</p> <p>参加費 3,000 円/月</p> <p>基礎練習を中心にバドミントンを楽しみます。</p>  | <p><b>成人スイミング</b></p> <p>対象 中学生以上</p> <p>時間 水曜日 AMクラス 10:30-11:30<br/>PMクラス 19:30-20:30</p> <p>場所 町民プール</p> <p>参加費 3,500 円/月</p> <p>4泳法取得を目的としたレベル別のレッスンです。</p>                            | <p><b>いきいき体操教室</b> <span style="float:right">送迎あり</span></p> <p>対象 シニア</p> <p>時間 水曜クラス 10:00-11:30<br/>木曜クラス 10:00-11:30</p> <p>場所 中央公民館</p> <p>参加費 3,000 円/月</p> <p>楽しみながら筋力、体力アップを目指します。</p>   | <p><b>硬式テニス</b></p> <p>対象 小学生以上</p> <p>時間 第1・3日曜日 13:00-15:00<br/>※8月・1月・2月は除く</p> <p>場所 テニスコート</p> <p>参加費 2,200 円/月</p> <p>レベル別に基礎からゲームまでを楽しみます。</p>  | <p>年間を通して様々なスポーツイベントを実施しています!</p> <p><b>春</b> スポーツ1day体験会(屋外スポーツの部)<br/>出張体力測定 in 住民健診</p> <p><b>夏</b> 着衣水泳体験会</p> <p><b>秋</b> 親子ゆめ運動会<br/>スイミーフェスタ<br/>バドミントンチャレンジ大会</p> <p><b>冬</b> スポーツ1day体験会(屋内スポーツの部)</p>                              |
| <p><b>ろまんかい夢歩会(トレッキング)</b></p> <p>対象 成人</p> <p>時間 毎月第3火曜日</p> <p>場所 毎月行き先が異なります</p> <p>参加費 3,000 円前後/月</p> <p>月に様々な場所へ行き、トレッキングを楽しみます。</p>   | <p><b>ソフトテニスサークル</b></p> <p>対象 高校生以上</p> <p>時間 金曜日 19:00-21:30</p> <p>場所 テニスコート</p> <p>参加費 500 円/回</p> <p>レベル別に分かれてゲームを中心に楽しみます。</p>   | <p><b>大人のなんでもサークル</b></p> <p>対象 高校生以上</p> <p>時間 毎月第1・3月曜日<br/>時間は内容によります</p> <p>場所 七ヶ浜中学校他</p> <p>参加費 内容により異なります</p> <p>球技や街歩き、運動不足の方お待ちしています。</p>   | <p><b>その他</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プログラム内容は変更となる場合があります。</li> <li>・人数に満たない教室に関しては開催しない場合があります。予めご了承ください。</li> <li>・費用については、年会費、各教室参加費、スポーツ保険料が必要となります。</li> <li>・ご不明な点は以下お問い合わせ先までご連絡ください。</li> </ul> |  |

## 7. アクアリーナの紹介(指定管理者(株)グラン・スポール)

〒985-0802 宮城県宮城郡七ヶ浜町吉田浜字野山 5-1 (電話 022-357-7890)

- 開館時間 10時～21時30分 / 10時～20時30分(12/1～3/31 バーデゾーンのみ)
- 休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合翌日)・年末年始(12/28～1/4)

### (1) アクアリーナ 施設利用料(個人利用・ワンデイ利用・1回につき)

| 区分                                      | 年齢          | 利用料       |
|---|-------------|-----------|
| アクアリーナ会員(曜日問わず)                         | 16歳以上 60歳未満 | 220円      |
|   | 60歳以上、小・中学生 | 110円      |
| 会員以外で全館利用(平日)                           | 16歳以上 60歳未満 | 880円      |
|   | 60歳以上、小・中学生 | 440円      |
| 会員以外で全館利用(土曜日・日曜祝日)                     | 16歳以上 60歳未満 | 1,320円    |
|   | 60歳以上、小・中学生 | 660円      |
| 会員以外でアリーナ・トレーニングルーム・フィットネススタジオ利用(曜日問わず) | 16歳以上 60歳未満 | 440円      |
|   | 60歳以上、小・中学生 | 220円      |
| フィットネススタジオ(2時間あたり) ※貸切の場合               |             | 550円      |
| アクアスタジオ(1時間あたり) ※貸切の場合                  |             | 440円      |
| 水素吸引ガス+マッサージ(30分あたり) ※水素チューブ別売          |             | 1回 330円   |
|   |             | 5回 1,100円 |

※プールエリア・お風呂を利用の際は、タオル使用料として別途 110円がかかります。

※フィットネススタジオ貸切の利用の際は、おひとり様ずつ別途会員 110円～・非会員 220円～利用料がかかります。

### (2) アクアリーナ会員会費(1年間有効)

- 町内 5,500円
- その他 11,000円

※会費のほか、顔写真1枚(縦3cm・横2cm)をご用意ください。

### (3) トレーニングルーム会費

- 1名(3年間有効) 550円
- パーソナルトレーニング(1回30分、初回のみ1時間)  
1回コース 2,000円 4回コース 6,000円(有効期限3ヶ月)

※ご利用は16歳以上の方に限ります。

※初めてトレーニングルームを利用される場合は、初回オリエンテーションを受講する必要があります。

※会費のほか、顔写真1枚(縦3cm・横2cm)をご用意ください。

### (4) スタジオレッスン

エアロビクスやヨガなどの有料レッスン、リズムウォーキングなどの無料レッスンを毎週行っています。  
 日程などについては、アクアリーナまでお問い合わせください。

## 8.生涯学習センターのご利用方法

- 会議室や調理室、軽運動場など、地域の方々が様々な活動をすることができます。
- 図書センター、学習室、町民交流室、キッズルームは無料でご利用いただけます。
- 図書センターとキッズルームのみ、ご利用時間は9時～17時です。
- 自由開放している施設以外をご利用したい場合は、ご予約が必要です。

### (1) 予約について

- ご予約の際は、生涯学習センター窓口にて直接お申込みください。
- インターネットによるご予約も可能です。詳細については生涯学習センターにお問い合わせいただくか、町webサイトでもご確認いただけます。
- 町内の方：3か月前、町外の方：2か月前からご予約を受け付けます。

#### 1) 利用区分

| 午前                 | 午後                  | 夜間                  | 午前・午後              | 午後・夜間               | 全日                 | 時間外                              |
|--------------------|---------------------|---------------------|--------------------|---------------------|--------------------|----------------------------------|
| 9:00<br>～<br>12:00 | 13:00<br>～<br>17:00 | 17:30<br>～<br>21:30 | 9:00<br>～<br>17:00 | 13:00<br>～<br>21:30 | 9:00<br>～<br>21:30 | 12:00～13:00<br>又は<br>17:00～17:30 |

#### 2) 施設一覧

| 室名       | 階数 | 定員                   | 詳細                               |
|----------|----|----------------------|----------------------------------|
| 大会議室     | 2階 | 机使用100名、<br>椅子のみ200名 | 長机、椅子、放送設備、移動式舞台、天吊りプロジェクター      |
| 中会議室     | 1階 | 机使用26名               | 長机、椅子                            |
| 小会議室     | 1階 | 机使用12名               | 長机、椅子                            |
| 第1・2研修室  | 2階 | 机使用36名               | 長机、椅子、黒板、放送設備                    |
| 第3研修室    | 2階 | 机使用12名               | 円卓、椅子、黒板                         |
| 第4研修室    | 2階 | 机使用30名               | 長机、椅子、放送設備、アップライトピアノ             |
| 和室       | 2階 | 机使用24名               | 座卓、畳敷き(24畳)                      |
| 茶室(試食室)  | 1階 | 机使用24名               | 座卓、畳敷き(21畳)                      |
| 1階調理室    | 1階 | —                    | ガス・オープン付調理台×4台、調理器具、食器           |
| 2階調理室    | 2階 | —                    | IH式調理台×2台、調理器具、食器                |
| セミナー室    | 1階 | 机使用16名               | 長机、椅子                            |
| 多目的ホール   | 2階 | 机使用20名               | 長机、椅子、アップライトピアノ                  |
| 集会室(A・B) | 2階 | 机使用56名               | 座卓、畳敷き(26畳×2室)、座布団               |
| 研修室(A)   | 2階 | 机使用9名                | 長机、椅子                            |
| 研修室(B)   | 2階 | 机使用20名               | 長机、椅子                            |
| 講習室(A)   | 2階 | 机使用20名               | 長机、椅子                            |
| 講習室(B)   | 2階 | 机使用20名               | 長机、椅子                            |
| 軽運動場     | 1階 | —                    | 22.4×14.5m / バドミントンコート、バレーボールコート |
| 陶芸館      | 別棟 | —                    | 作陶室、陶芸窯                          |

#### 3) 利用料金

##### 施設利用料

各部屋の利用料については、窓口・町webサイト・電話にてご確認ください。  
※冷暖房料、放送・音響設備、ピアノは、施設使用料に含まれます。

##### 設備使用料

プロジェクター1台210円・展示パネル1枚50円・陶芸窯1回1,680円