



## うれしいひな祭り

本輪西スクール児童館で、ひな人形づくり。  
身近な材料を使って、かわいらしいお内裏様  
とおひな様ができました。(2月16日)

### もくじ

- 春から始まる各種講座の受講生を募集…………… 2
- 総合福祉センター巡回バス日程…………… 5
- 環境だより…………… 6
- まちかどトピックス…………… 8
- 相談、おでかけガイド…………… 9
- お知らせステーション…………… 10
- 伝言板、ひとこと声…………… 14
- 保健、子育て…………… 15
- ふるさと室蘭人…………… 16

# 春から始まる各種講座の 受講生を

# 大募集

ぼしゅう



## 体育館で開催のスポーツ講座

《詳細》体育館(〒050-0073宮の森町4-1-43) ☎447521  
いずれも料金のほかに、入館料(小・中学生30円、  
高校生以上130円)が必要です。

### 女性スポーツサークル(前期)

対象 市内に住む女性と65歳以上の男性

期間 4月第2週～9月末

時間 10時～12時

申込方法 3月23日まで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望種目(コース)、女性スポーツサークルの経験年数を記入し、往復はがきで(返信用にも住所、氏名を記入)

※定員を超えた種目は、3月24日14時から抽選し、受講者を決定します。

種目(1人1種目)	曜日	定員	料金
スポンジテニス	火・木	100人	6,000円
卓球	Aコース(中級)	30人	5,000円
	Bコース(初級)	60人	
バドミントン	水・金	50人	5,500円
ミニバレー (経験5年程度まで)	水・金	20人	4,500円
健康体操 (参加したい曜日を記入してください。参加は週1回です)	火	各100人	2,200円
	水		
	木		
	金		

### 女性スポーツサークルの

## 体験講座

日時 3月16日(月)10時～12時

種目 スポンジテニス、卓球、ミニバレー、バドミントン

定員 各先着25人

料金 各300円(入館料と保険料を含む)

申込方法 3月1日から、体育館または入江温水プールに備え付けの用紙に料金を添えて直接。

スポーツ・文化・生きがいつくり。  
春はいろいろな講座がスタートします。  
生活に合ったものや挑戦したい  
講座を見つけてください。

### ジュニアスポーツ教室

期間 4月第2週から1年間

時間 16時～18時

申込方法 3月3日から、体育館に備え付けの用紙に料金を添えて直接

種目	対象	曜日	定員(先着)	料金
バドミントン	小・中学生 (中学生の部活 動者は除く)	火	60人	4,500円
剣道	小・中学生	火	40人	4,000円
バスケットボール	小学生	水	100人	4,500円
体操	小学3～6年生	木	30人	4,000円
スポンジテニス	小学3～6年生	金	40人	4,500円
柔道	小・中学生	金	30人	4,000円



開館時間 9時～21時

休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

シェイプアップフィットネスの受講生を募集中。詳細は体育館(☎447521)にお問い合わせください。

入江温水プールの  
**入江プール教室(前期)**

《詳細》入江温水プール(〒051-0023入江町1-62) ☎22466

**期間** 4月13日～9月18日  
**料金** 月額2,500円  
**申込方法** 3月23日まで、入江温水プールまたは体育館に備え付けの用紙で ※いずれも定員を超えた場合は抽選。

**プールキッズ**

**対象** 5・6歳の未就学児童  
**曜日と時間** 月・水・木・金曜日のいずれか1日  
15時～16時  
**内容** クロールを目標として、水慣れ・水遊びが中心  
**定員** 各15人

**アクアエクササイズ**

**対象** 20歳以上  
**曜日と時間** 水曜日  
14時～15時  
**内容** ストレッチやウォーキングなどの水中運動  
**定員** 20人



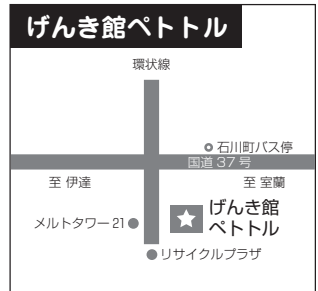
**開館時間** 10時～20時  
※7月20日から8月25日までは21時まで。  
**休館日** 火曜日  
(火曜日が祝日の場合は翌日)

げんき館ベトトルの  
**アクアエクササイズ教室**

《詳細》げんき館ベトトル(〒050-0051石川町20-3) ☎3443

**対象** 20歳以上  
**期間** 4月2日～5月28日(主に月・木曜日 全16回)  
**コースと時間** ①シェイプアクア(ダイエット・体脂肪燃焼) 9時55分～10時55分 ②ヘルシーアクア(基礎体力向上・膝腰痛予防) 11時5分～12時5分 ③どちらでも良い  
※2コース続けての受講はできません。  
**定員** 各25人(定員を超えた場合は抽選)  
**料金** 6,400円(保険料を含む)  
※別途、プール利用料(1回につき360円)が必要です。

**申込方法** 3月15日まで、直接、または住所、氏名、性別、年齢、生年月日、電話番号、経験の有無、希望コースを記入し、はがきで



**開館時間** 13時～20時  
**休館日** 水曜日  
(水曜日が祝日の場合は翌日)

**入江陸上競技場のスポーツ教室** 《詳細》体育館 ☎447521

**申込方法** 3月10日から31日まで、入江陸上競技場、入江温水プール、体育館に備え付けの用紙で ※いずれも定員を超えた場合は抽選。

**ジュニアコース**

リレーや縄跳び、ボール運動など、屋外でのスポーツを楽しもう。  
**期間** 4月第3週から9月まで(月に3回程度)  
**対象と曜日**  
小学1・2年生…火曜日  
小学3・4年生…水曜日  
**時間** 16時30分～17時30分  
**料金** 月額2,000円(別途保険料600円が必要)  
**定員** 各15人

**男のヘルシー教室**

働き盛りの男性が対象。メタボリックシンドローム対策に有酸素運動とストレッチで健康を保ちましょう。  
**日時** 5月13日～8月(水曜日 月3回程度)  
18時～19時  
**定員** 10人  
**料金** 月額2,000円

**ヘルシー教室**

40代から60代までの男女が対象。メタボリックシンドローム対策に有酸素運動とストレッチで健康を保ちましょう。  
**日時** 4月8日～8月(水曜日 月3回程度)  
14時～15時  
**定員** 10人  
**料金** 月額2,000円



**開場期間** 4月～11月  
**開場時間** 9時～19時  
※4・10・11月は17時まで。  
5・9月は18時まで。  
**休場日** 無し

**悠悠ライフの講座**

《詳細》生涯学習課(〒051-0016幸町6-23) ☎225075

**対象** 60歳以上 **期間** 4月から1年間

講座名	曜日	会場	年会費	連絡先
書道	月	文化センター	5,000円	本問 ☎224720
カラオケ	火	青少年研修センター	3,000円	花田 ☎430557
華道	水	文化センター	5,000円	佐々木 ☎224623
舞踊	水	弥生集会所(東町)	6,000円	細川 ☎438243
教養	木	胆振地方男女平等参画センターなど	2,000円	井形 ☎473975
園芸	木	文化センター	3,500円	今野 ☎441493

※参加人数により年会費が変わる場合があります。教材費の実費負担もあります。人数の制限はありません。

**実施回数** 各講座16回程度(時間は各講座で異なります)

**申込方法** 4月3日まで、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、1講座に1枚のはがきで(複数の受講も可能)

**開講式を講座合同で行います**

**日時** 4月16日(木) 10時(9時から受け付け)  
**会場** 市民会館  
**開講記念講演** 地球温暖化と私たちの生活(気象予報士 菅井真子さん)

## 総合福祉センターの講座

《詳細》総合福祉センター(〒050-0077天神町27-12) ☎④51333

教室名	曜日	時間	定員
太極拳	火	9時30分	20人
日本習字(漢字・かな)			30人
民謡		13時	40人
囲碁			30人
陶芸(初心者)	水	9時30分	30人
陶芸(一般)	木		30人
合唱			50人
絵画(水彩)			20人
茶道	金	9時30分	20人
毛糸手編み		10時	25人
ダンス(初心者)	土	9時30分	30人

※いずれも2時間程度です。

**対象** 60歳以上の人、心身に障がいのある人、母子世帯の母と子

**期間** 4月から1年間

**料金** 教室…年額2,500円、同好会…無料

※教材費などは実費負担です。



同好会名	曜日	時間	定員
絵画(油彩)	火	9時30分	20人
川柳			30人
書道(一般)	水	13時(隔週)	30人
ダンスA		13時	45人
ダンスB	金	9時30分	45人
ダンスC	土	13時	45人
民謡			40人
詩吟	木	13時	20人
カラオケA	水	9時30分	40人
カラオケB	金	13時	40人
陶芸A		9時30分	30人
陶芸B	木	13時	30人

**申込方法** 3月8日まで、1科目ごとに往復はがきで住所、氏名、生年月日、電話番号、教室または同好会名、曜日を記入し、郵送

※申し込み多数の場合、教室は抽選、同好会は隔週での参加になることがあります。

## 老人クラブ連合会の講座

《詳細》同事務局(〒051-0015本町2-2-11社会福祉協議会内) ☎②1858

**対象** 60歳以上 **期間** 4月から1年間 **料金** 各2,500円

**申込方法** 3月17日まで、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、はがきか電話で

### カジュアルダンス講座

**日時** 毎月第2・4土曜日 10時～12時

**会場** 本輪西会館(消防署隣)

### 絵手紙講座

**日時** 毎月第2・4水曜日 13時30分～15時30分

**会場** 文化センター

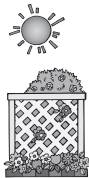


## 身体に障がいのある人の生きがい講座

《詳細》障害者福祉総合センター(びあ216)  
(〒050-0083東町2-1-6) ☎④56611 ☎④51003

**申込方法** 3月3日から17日(日・月曜日を除く)、印鑑、身体障害者手帳、本人および配偶者の平成19年中の収入がわかる資料を持参し、障害者福祉総合センター(びあ216)で  
※申し込みが多数の場合は抽選。定員に満たない講座は、随時受け付けます。

※1回につき利用者負担金が必要です。講座によっては材料代や必要な道具などがあります。  
※受講のための来館が困難な方は車椅子のまま乗降できるリフト付きバスの運行についてご相談ください。

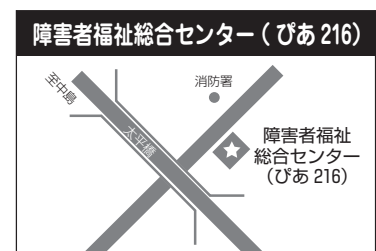


講座名	開講日	定員	
視覚障がいの方のパソコン	5月～3月 水曜日・全12回	各4人	
	4月～3月 金曜日・全12回		
生け花	4月～3月 火曜日・全16回	20人	
園芸	4月～9月 火曜日・全8回	各15人	
絵手紙	4月～3月 火曜日・全15回		
栄養バランスと簡単料理	4月～3月 火曜日・全11回		
書道	4月～3月 水曜日・全19回		
手づくり陶小物	4月～3月 水曜日・全19回		
パッチワーク	4月～3月 木曜日・全20回		
ヨガ	4月～3月 木曜日・全16回		
編み物	4月～3月 木曜日・全18回		
短歌	5月～3月 水曜日・全10回		
ガーデニング	10月～3月 火曜日・全8回		
カラオケ	4月～3月 金曜日・全30回		50人
ストレッチと手づくり健康体操	5月～3月 土曜日・全11回		各25人
健康体操	10月～3月 土曜日・全9回		
室内スポーツ	11月～3月 土曜日・全5回	20人	

※いずれも時間は13時から15時まで。会場はびあ216。

講座名	開講日	会場	定員
パソコン(入門コース)	6月2日～6月17日 全10回	室蘭アカデミーセンター	各20人
パソコン(実践コース)	10月1日～10月21日 全10回		
ボウリング	4月～3月 木曜日・全12回	室蘭グランドボウル	15人
パークゴルフ	4月～10月 土曜日・全11回	白鳥大橋パークゴルフ場	各25人
ウォーキング	4月～10月 土曜日・全7回	屋外	

※いずれも時間は13時から15時まで。



路線	月	日	発車時刻	停留所
絵鞆線 (港南町経由)	4	3・10・16・24	9:30	港南電器前
			9:31	函館どつく前
	5	1・13・22・29	9:33	祝津町酒本商店前
			9:37	公営住宅バス停
	6	5・12・23・30	9:38	絵鞆団地バス停
			9:40	絵鞆町2丁目バス停
	7	7・15・23・31	9:41	港南町2丁目バス停
			9:42	港南中学校前
	8	11・18・25・27	9:45	港南町バス停
			9:48	海岸町3丁目バス停
	9	4・11・18	9:51	中央町バス停
			9:54	文化センター前
	10	1・9・21・29	9:56	市役所正面玄関前
		10:00	母恋駅前バス停	
		10:02	御前水バス停	
		10:03	御崎アパート前	
		10:05	御崎駅前	
1	8・19・27	10:10	市民会館裏	
		10:15	東町集会所横	
2	2・10・18・26	10:20	東町つばめハイヤー向かい	
		10:26	東通りバス停	
3	5・11・19	10:28	知利別中央会館前	

路線	月	日	発車時刻	停留所
白鳥台線 (港北町・八丁平・宮の森町経由)	4	2・7・9・15・17・21・23	9:30	白鳥台4丁目バス停
			9:31	本室蘭小学校前バス停
	5	7・12・15・20・26	9:32	白鳥台中央バス停
			9:34	白鳥台2丁目バス停
	6	2・4・11・16・19・24	9:36	崎守町バス停
			9:40	陣屋バス停
	7	1・3・8・14・16・22・28	9:42	幌萌町バス停
			9:43	日本輪西郵便局前
	8	4・6・12・19・21・26・28	9:46	本輪西町ホームストア前
			9:48	本輪西小学校前
	9	2・8・10・16・24・29	9:53	本輪西町春雨橋バス停
			9:54	港北町1丁目バス停
	10	2・8・14・20・22・28・30	9:55	港北町3丁目バス停
			9:56	高平小学校前バス停
	11	5・10・12・18・20・25・27	9:57	港北町中央バス停
			10:02	八丁平中央バス停
	12	2・4・8・10・16・18	10:06	中島町ホームストア前
			10:09	丸井今井室蘭店前
1	13・15・20・26・28	10:10	中島町サンプラザ前	
		10:12	西口OMビル向かい	
2	4・9・12・17・19・23・25	10:13	宮の森4丁目バス停	
		10:14	宮の森3丁目バス停	
3	2・4・10・12・16・18・24・30	10:15	高砂1丁目バス停	
		10:17	NTTむろらん寮前	

### 帰りの出発時刻

4月～10月・平成22年3月…15時  
11月～平成22年2月…14時30分

《詳細》総合福祉センター ☎451333



4月～平成22年3月

## 総合福祉センター 無料巡回バス日程

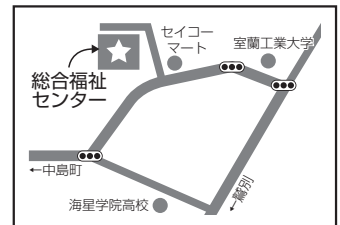
※バスの発車時刻と停留所が一部変更になりました。  
(一部)

総合福祉センターは、趣味や健康づくりのための憩いの場です。文化祭や盆踊りなど、季節の行事を行っていますので、気軽にお越しください。囲碁、将棋、ビリヤードは休館日を除き毎日利用できます。

### 利用できる人

市内に住む

- 60歳以上の人
- 心身に障がいのある人とその付き添い
- 母子世帯の母と子



開館時間 9時～16時30分

休館日 月曜日、祝日(祝日が月曜日の場合、火曜日も休館します)、年末年始

路線	月	日	発車時刻	停留所
蘭西線 (母恋南町経由)	4	1・8・14・22・28	9:30	公営住宅バス停
			9:31	絵鞆団地バス停
	5	8・19・27	9:32	セイコーマートこんどう向かい
			9:35	祝津町酒本商店前
	6	3・9・17・25	9:39	港南町バス停
			9:40	小橋内町バス停
	7	2・10・17・29	9:42	海岸町3丁目バス停
			9:44	中央町バス停
	8	5・13・20	9:46	文化センター前
			9:47	市役所正面玄関前
	9	1・9・15・25	9:56	宮前バス停
			9:57	地球岬団地バス停
	10	6・16・23・27	9:59	室蘭信用金庫母恋支店向かい
			10:00	日鋼健保会館前
	11	4・11・19	10:03	御前水バス停
		10:04	御崎アパート前	
12	3・11・17	10:05	御崎駅前	
		10:06	大沢町1丁目バス停	
1	14・22・29	10:10	市民会館裏	
		10:15	東町集会所横	
2	5・16・24	10:20	東町つばめハイヤー向かい	
		10:26	東通りバス停	
3	3・9・17・26	10:28	知利別中央会館前	

# 環境だより

《詳細》  
リサイクル清掃課  
☎221481

## 引っ越しなどでたくさんのごみが出たときは…

①「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」「プラスチック製容器包装」「資源物（空き缶・空きびん・ペットボトル）」に分別して、それぞれ指定された収集日に「ごみステーション」または「資源ステーション」に出してください。

※収集日に出せない場合は②または③の方法で処理してください。

②収集運搬許可業者に依頼する

収集運搬料金は、ごみの量などにより異なります。詳細は収集運搬許可業者（道南清掃㈱☎435580、(有)道南クリーンセンター☎55083、三協清掃㈱☎415071）に確認してください。

③自分で処理施設に運ぶ



	燃やせるごみ・燃やせないごみ	資源物（空き缶・空きびん・ペットボトル）
搬入場所	メルトタワー 21 石川町22-2 ☎502160	リサイクルプラザ 石川町22-2 ☎590319
受入日時	休みはありません。（日曜日は「燃やせるごみ」のみを受け入れ） 8時30分～17時30分	火曜日から土曜日まで 8時30分～17時30分
料金	100kgまで500円。100kgを超えると、10kgあたり50円を加算。 ※指定袋またはごみ処理券を使用している場合、料金を支払う必要はないので、事前に計量の係員に伝えてください。	無料
お願い	「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」の搬入施設は同じですが、投入口が違います。それぞれ分別してから持ち込んでください。	空き缶・空きびん・ペットボトルは、それぞれ分別してから持ち込んでください。



	プラスチック製容器包装	古紙
搬入場所	ストックヤード 御崎町1-75-8 ☎221481 ※職員が案内します。リサイクル清掃課（2階）まで、お越しください。	
受入日時	月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）	8時45分～17時15分
料金・お願い	プラスチック製容器包装の指定袋（さくら色）に入れてください（袋に入れないと受け入れません）。	無料の引き取りとなります。 新聞・雑誌・ダンボール・紙パック・その他（ティッシュの箱や包装紙など）に分けてください。袋に入れず、バラバラにならないよう、しっかりとひもで十字に縛ってください。

## ごみ収集車の火災防止にご協力ください！

収集車の火災は、ごみを収集している人をはじめ、通行人や付近の方々にも被害が及ぶ可能性があり、大変危険です。

火災の原因になる主な機器類は、カセットボンベやスプレー缶、着火装置が付いている石油ストーブ、ガスレンジ、湯沸かし器などです。

火災や事故を防ぐため、捨てるときは下記の出し方を必ず守るようご協力をお願いします。

**カセットボンベやスプレー缶など**

ガスを完全に使い切り、穴を開けてから出してください。

**着火装置の付いた石油ストーブ、湯沸かし器、ガスレンジなど**

着火用の電池を取り外してから出してください。

**使い捨てライター**

中身を完全に使い切ってから出してください。



収集車の中で燃えたごみを出し消火する消防隊員

# 使い終わった家電製品は、どうしたらいいの？

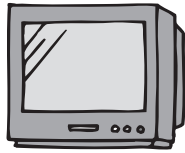
家電リサイクル法対象製品とパソコンは、リサイクルを推進するために市では収集していません。それぞれ処理の方法が違いますので、ご協力をお願いします。

## 家電リサイクル法対象製品 テレビ(ブラウン管式)、洗濯機、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫

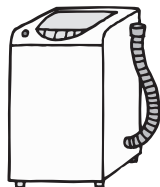
### リサイクル料金 (税込み)

メーカーや大きさによって料金が異なる場合がありますが、一般的にはおおむね下記のとおりです。

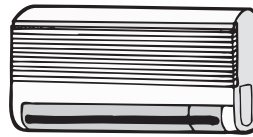
**ブラウン管式テレビ**  
16型以上 2,835円  
15型以下 1,785円



**洗濯機**  
2,520円



**エアコン**  
2,625円



**冷蔵庫・冷凍庫**  
171ℓ以上 4,830円  
170ℓ以下 3,780円



※4月1日から、薄型テレビ(液晶・プラズマ式)、衣類乾燥機が追加されます。

### 処理方法

次のいずれかの方法で処理してください

家電販売店に依頼する

郵便局で家電リサイクル券を購入する。(リサイクル料金を支払う)

家電製品を買い換えた時など、家電販売店に運搬処理を依頼する際は、リサイクル料金と運搬料金がかかります。運搬料金は販売店によって異なりますので、直接販売店にご確認ください。

指定された場所へ自分で運ぶ(メーカーにより異なります)

**Aグループの主なメーカー**  
パナソニック(株)(旧名・松下電器産業(株))、(株)東芝、日本ビクター(株)、(株)コロナ、日本サムスン(株)など

(株)鈴木商会  
東町3-1-10  
☎442073

**Bグループの主なメーカー**  
三洋電機(株)、シャープ(株)、ソニー(株)、アイワ(株)、三菱電機(株)、(株)富士通ゼネラルなど

**エア・ウォーター物流(株)**  
港北町1-25-35  
☎557121

収集運搬許可業者に依頼する

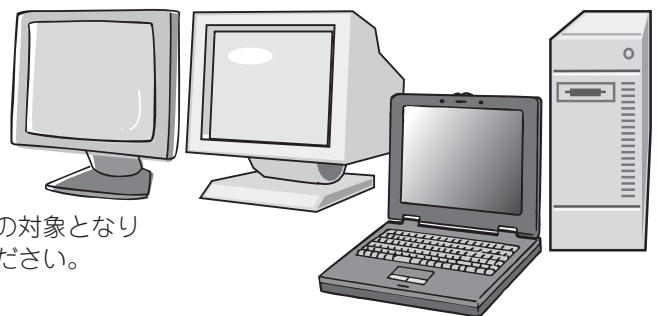
**道南清掃(株)**  
東町3-2-11 ☎45580  
**(有)道南クリーンセンター**  
高平町1-19 ☎55083  
**三協清掃(株)**  
日の出町2-18-2 ☎45071  
※業者によって運搬料金が異なりますので直接業者にご確認ください。

## パソコン

### パソコンリサイクルの対象となる機器

- ・CRTディスプレイ(一体型パソコンを含む)
- ・液晶ディスプレイ(一体型パソコンを含む)
- ・デスクトップパソコン(本体)
- ・ノート型パソコン

※プリンター、スキャナーなどの周辺機器は、リサイクルの対象となりません。下記の「その他の家電製品」と同様に捨ててください。



### 処理方法

各メーカーに回収を依頼してください

メーカーの問い合わせ先などの確認や、回収先のないパソコンは『有限責任中間法人3R推進センター』のホームページで確認してください。

<有限責任中間法人パソコン3R推進センター>  
ホームページ (<http://www.pc3r.jp/>)  
☎03-5282-7685  
FAX03-3233-6091

## その他の家電製品 電子レンジ、ストーブ、ビデオデッキ、掃除機など

「燃やせないごみ」の指定袋に入れて(袋に入らない場合は「ごみ処理券」を貼って)『燃やせないごみ』の収集日に出してください。



## 冬でも熱いだんパラ高原



むろらん冬まつり・だんパラ冬フェスティバルが、だんパラスキー場で開催。無料のスキー・スノーボード教室のほか、子どもたちは「雪山の宝探し」に熱中。今年初登場のチューブソリ「ゴムスレー」も、この日が最終日とあって、多くの親子が雪原の滑走を楽しんでいた。



ゴムスレー

(2月15日)

## オール室蘭で「丸井さん」支援



丸井今井室蘭店の営業存続を求める街頭署名が、同店前などで行われた。市や商工会議所、地元商店街などの呼びかけで、4時間で2,699人分の署名が集まった。今後は4月6日まで、市内企業や町内会など関係団体のほか、市のホームページを通して、市外在住の多くの人たちにも署名を呼び掛けていく。

(2月13日)

# まちかどトピックス

## 歌劇かんげき



3月末で閉校する文化女子大学室蘭短期大学保育科の学生が、常盤保育所で軽歌劇「オペレッタ」を披露。市内の保育所に通う子ども160人が観劇し、扮装したお姉さんたちの歌と演技の熱演に目を輝かせていた。

(2月6日)

## 親しまれて1万人



文化センターに併設する室蘭市民美術館の入館者が1万人を突破。昨年10月の開館以来、室蘭ゆかりの作家の作品などで、多くの市民の目を楽しませた。1万人目の家族には、同館と室蘭市民美術館をささえる会が記念品などを贈呈。家族連れでも気軽に作品を楽しめる美術館として、これからもさまざまな企画を予定している。

(2月15日)



# 相 談

相 談 名	実 施 日	時 間	会 場	申 込 先・詳 細
弁護士の無料法律相談 ※電話で申し込み(1回5人・先着順)	毎月第2・4土曜日	9:30~12:00 (相談時間30分以内)	中小企業センター	市民相談室 ☎252703
市民相談(生活の悩みなど)	土・日・祝日を除く毎日	9:00~17:00	市役所1階市民相談室	
行政相談委員による定例相談 (国や道、市の行政に関する相談)	毎月第2木曜日	13:00~15:00	丸井今井室蘭店7階	北海道管区行政評価局 行政相談課 ☎011-709-1803
	毎月第4木曜日		中小企業センター	
行政書士くらしの無料相談 (相続、各種認可、届出等に関する相談)	毎月第3土曜日	9:30~12:00	中小企業センター	北海道行政書士会室蘭支部 ☎233207
消費生活に関する相談	土・日・祝日を除く毎日	10:00~16:00	消費生活センター(栄町2-1-19) ☎253100	
精神障がい者の社会復帰施設利用 などの相談	9日(月)・25日(水)	9:30~16:00	保健センター	健康づくり課 ☎456610
身体・知的障がいのある人と家族 のための相談支援専門員による障 害福祉サービス利用などの相談	毎月第3金曜日	13:00~16:00	障害者福祉総合センター(びあ216) ☎456611 ☎451003	
納税相談(納付もできます)	18日(水)・19日(木) 23日(月)~27日(金)	17:15~19:00	納 税 課 ☎252314・2708・3177	
母子自立支援委員による相談 (離婚時の養育費、各種制度など)	土・日・祝日を除く毎日	8:45~17:15	子ども家庭課 ☎255551・2705	
育児や子育ての悩み相談	土・日・祝日を除く毎日	8:45~17:15	子育て相談ふれあいセンター☎456246 常盤保育所子育て支援センター☎256002	
	毎 日	17:00~22:00	子育て相談夜間ホットライン ☎236650(わかすぎ学園)	

**3月**

**おでかけガイド**

日程・内容は変更になる場合があります。



日	行 事	日	行 事
1 (日)	アマチュアバンドコンサート [有料] 12:30 NHKプラザミュージー 《詳細》☎414243(遊ずどカンパニー)	17~28 (火)~(土)	写真展「イタンキ 風と波と砂と」 10:00 市民活動センター 《詳細》☎090-1388-8965(相原)
3~14 (火)~(土)	山ぼうし「リフォーム手芸展」 10:00 市民活動センター 《詳細》☎230637(田上)	19 (木)	あさみちゆき コンサート・ツアー [有料] 18:30 文化センター 《詳細》☎011-642-5601(矢島)
4~7 (水)~(土)	室蘭市老人クラブ連合会「いきいき絵手紙展」 10:00 NHKプラザミュージー 《詳細》☎237101(池田)	20 (金)	エルムハイライトコンサート(ピアノ、エレクトーン) [有料] 15:00 市民会館 《詳細》☎41156(エルム楽器・中村)
6 (金)	映画「ブロードウェイ、ブロードウェイ」上映会 [有料] 18:30 室蘭劇場 《詳細》☎090-9750-0620(堀岡)	21 (土)	室蘭栄高等学校 総合芸術祭 展示(美術作品・書・写真など)・茶会13:00、ステージ(吹奏楽・合唱・朗読)15:00 市民会館 《詳細》☎43128(同校・越後)
8 (日)	室蘭folkプラスカペレ定期演奏会(吹奏楽) [有料] 14:00 市民会館 《詳細》☎84171(中野)	21・22 (土)・(日)	室蘭チャリティー骨董・雑貨 面白発掘市 10:00 文化センター 《詳細》☎27160(内海)
10~22 (火)~(日)	幼稚園作品展 ピノキオ編(ピノキオ幼稚園園児の作品) 10:00 市民美術館 《詳細》☎21124(同館)	24 (火)	むろらん刀談義 18:30 NHKプラザミュージー 《詳細》☎27271(NHK・加藤)
10~4/19 (火)~(日)	市所蔵作品展 人物・静物画展 10:00 市民美術館 《詳細》☎21124(同館)	24~4/1 (火)~(水)	市所蔵作品展 小品展(絵画、版画) 10:00 市民美術館 《詳細》☎21124(同館)
11 (水)	まちの薬相談室(薬剤師:多田昌央さんのお話) 13:30 ふれあいサロンよってけ浜町 《詳細》☎24616(浜町商店街振興組合)	25 (水)	健康相談会 11:00 ふれあいサロンよってけ浜町 《詳細》☎24616(浜町商店街振興組合)
14 (土)	春の歌を唄おう(ギター演奏:中岡陽介さん) 13:30 母恋駅 《詳細》☎233801(仁岸)	28・29 (土)・(日)	室蘭蘭友会 らん展示会 10:00 NHKプラザミュージー 《詳細》☎232440(佐藤)
15 (日)	米良美一 カウンターテナーリサイタル [有料] 15:00 文化センター 《詳細》☎449922(室蘭音楽文化協会)	29 (日)	歌謡フェスティバル [有料] 10:00 文化センター 《詳細》☎462249(宮川)
15 (日)	室蘭ウィンドソサイエティ定期演奏会 [有料] 15:00 市民会館 《詳細》☎090-1521-6876(矢野)	29 (日)	神島香織門下生によるスプリングピアノコンサート 13:00 市民会館 《詳細》☎41121(神島)

# お知らせ 暮らしの情報満載ステーション

〒051-8511 幸町1-2  
 ☎②1111(代) ②7601  
 Eメール info@city.muroran.lg.jp  
 ホームページ http://www.city.muroran.lg.jp/



冬の運動不足解消のために  
**はぴらん体操体験講座**  
 (無料)

健康づくり課 ☎456610  
 気軽にできる室蘭の健康ご当地体操です。

日時 3月16日(月) 13時30分  
 14時30分  
 会場 保健センター  
 定員 30人程度  
 申込方法 当日  
 会場



## 科学クラブと ロボットサッカークラブ 1日体験 無料

3/28  
土

会場 青少年科学館  
 申込方法 当日会場へ

### 科学クラブ

対象 小学新4・5・6年生  
 時間 13時～14時

### ロボットサッカークラブ

対象 小学新4～中学新3年生  
 時間 14時～15時

《詳細》青少年科学館 ☎②1058



### 花と野菜の苗作り教室

青少年科学館 ☎②1058

ペチュニアやマリゴールド、トマト、キュウリなどの種まき、苗の育て方などを学びます。育てた苗は、持ち帰っていただきます。

日時 3月26日(木)～4月29日(水)  
 (全5回) 10時30分から1時  
 間程度

会場 青少年科学館

定員 先着15人

料金 1千500円(鉢・土・種代など)

申込方法 3月7日から14日まで、電話または直接



### 市民手話を知る会(無料)

障害者福祉総合センター(びあ216)

☎469311 ④451003

日時 3月8日(日) 13時30分  
 16時(13時から受け付け)

会場 障害者福祉総合センター(びあ216)

内容 手話の体験や発表など

申込方法 当日会場へ



### きめこみパッチワーク講座

西いぶりサイクルプラザ

☎590319

日時 3月14日(土) 13時～16時  
 会場 西いぶりサイクルプラザ

定員 先着15人

料金 2千円または2千200円  
 申込方法 3月1日から電話で

### NHK学園 入学生と受講生を募集

NHK学園

☎042-5723151

広域通信制高等学校、生涯学習通信講座の学生と受講生を募集しています。詳細はお問い合わせください。

## 市税などのコンビニ納付を安心してご利用いただくために

室蘭市の市税や料金がコンビニエンスストアで納付できます。ご利用の際は、次の点にご注意ください。

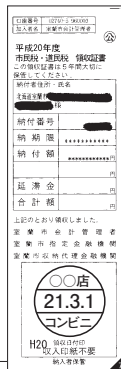
税や料金の種類・期別・金額をご確認のうえ、お支払いください

コンビニエンスストアでは、納付書の内容は確認せず、バーコードを読み取るだけです。手持ちの現金不足による取りやめは、収納上のトラブルにつながる可能性があります。現金は不足のないようご用意ください。

領収証書とレシートを必ず受け取り、大切に保管してください

領収証書は支払いを法的に証明する大切な書類です。領収日付印の内容を確認してください。また、レシートを受け取ることは、正しい手続きが行われたことの確認でもあり、収納ミスやトラブル防止に重要な役割を果たします。

《コンビニ納付に関する問い合わせ先》納税課 ☎252708



コンビニ〇〇店  
 ☆☆本日のご来店、誠にありがとうございます。またのご来店を心よりお待ちしております。☆☆  
 2009年3月1日(日)13:20  
 公共料金等の受付明細は以下の通りです。  
 C.N.S.課(市税) 1件

## 図書館の催し(無料)

《詳細》図書館 ☎②1658

※3月31日(火)は月末図書整理のため休館します。

### おはなし会

(いずれも20分程度)  
 申込方法 当日会場へ

### 本輪西おはなし会

日時 3月14日(土)  
 10時30分  
 会場 本輪西分室

### おはなし会

日時 3月4日(水)  
 28日(土)  
 10時30分  
 会場 図書館

### 英語のおはなし会

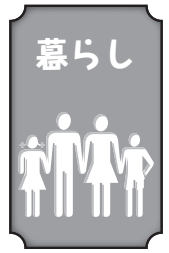
日時 3月6日(金) 15時  
 22日(日) 11時  
 会場 図書館

## 赤ちゃんライブラリー

3歳までの親子を対象に、絵本の読み聞かせを行います。

日時 3月18日(水)  
 10時30分から1時間程度  
 会場 図書館  
 定員 3組(定員を超えた場合は抽選)  
 申込方法 3月11日まで電話で





### 軽自動車を譲渡または廃車にしたときは忘れずに申告を

課税課市民税係 ☎252293

軽自動車税は、4月1日現在の所有者または使用者に課税されます。軽自動車を譲渡または廃車したときなどは、申告しなければいつまでも課税されます。詳細はお問い合わせください。平成21年度の納税通知書は、5月中旬に郵送します。

### 確定申告は自分で作成し早めに提出を

室蘭税務署個人課税第一部門  
〒051-0023 入江町1-13  
☎224151

市・課税課市民税係  
☎252294

確定申告書は、「確定申告の手引き」などを参考に自分で作成し、早めに提出してください。申告書は、国税庁ホームページ(確定申告書等作成コーナー)で簡単に作成でき、郵送または電子申告(e-Tax)で提出できます。

申告会場にお越しの人は、印鑑と前年の申告書等の控えを持参してください。  
受付・相談期限 所得税：3月16日(月)、個人事業者の消費税お

よび地方消費税：3月31日(火)会場 室蘭税務署  
※所得税の申告・相談は、市・課税課でも3月16日まで受け付けています。

### 不動産を公売

納税課 ☎252314

土地2筆と建物を一括公売します。  
日時 3月26日(木) 10時30分  
(事前説明は10時10分から)  
会場 市役所2階1号会議室  
公売の方法 入札(市税滞納者は参加できません)  
公売財産の所在地(番地)・面積など

土地 東町2-21-2 341・81平方メートル、東町2-21-3 16・52平方メートル  
※地番と住所は異なります。  
建物 鉄筋コンクリート・鉄骨造陸屋根3階建(店舗・事務所)見積(最低) 価格 1千700万円  
公売保証金 170万円  
※詳細は、納税課の「公売財産明細書」で閲覧できます。公売は中止することがありますので、事前に連絡をしてください。

### 次世代育成支援地域協議会の委員を募集

子ども家庭課 〒051-8511  
幸町1-2 ☎252400

市では安心して子どもを生み育てることができるよう、「後期次世代育成支援行動計画」を策定します。市民の皆さんの意

見を反映させるため、「次世代育成支援協議会」にボランティアで参加していただける委員を募集します。

計画策定後は、進捗状況などの検証にも参加していただきます。

対象と募集人数 就学前児童の母親1人、小学生の母親1人  
申込方法 3月12日まで、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入し、子育てについて感じることなどのレポート(800字以内)を添えて、郵送または直接

### もうすぐ春彼岸 墓参者の皆さんへ

市民生活課 ☎252382

墓園内には、ごみ箱がありません。ごみやお供物の持ち帰りにご協力ください。

**FM84.2メガヘルツ**

**市からのお知らせ**  
月～金曜日、各2分間  
7時55分、12時1分、17時26分

**特番(毎月第1月曜日、15分間)**  
3月2日(月) 16時44分  
住民票や戸籍の手続きについて  
《詳細》市民対話課 ☎252193

現在の納付方法	4月以降の納付方法
年金から差し引かれている	変更なし
保険料が軽減されたことによって、平成20年4・6・8月の年金差し引きで平成20年度分の保険料を納め終わっている	平成21年度分の保険料は、6月から9月までは、納入通知書または口座振替、10月からは、年金から差し引かれます
平成20年4月2日から10月1日までに加入し、納入通知書または口座振替で納めている	4月以降は、年金から差し引かれます
平成20年10月2日から12月1日までに加入し、納入通知書または口座振替で納めている	6月以降は、年金から差し引かれます
平成20年12月2日から平成21年2月1日までに加入し、納入通知書または口座振替で納めている	8月以降は、年金から差し引かれます
年金の年額が18万円未満で、納入通知書または口座振替で納めている	変更なし
介護保険と長寿医療制度の保険料の合計が、介護保険料が差し引かれている年金額の半分以上を超え、納入通知書または口座振替で納めている	変更なし

※納入通知書または口座振替から年金差し引きに変わる場合は、保険料の額や納入方法について「保険料額決定通知書」などでお知らせします。  
※年金差し引きの人は、手続きをすると、口座振替に変更することができます。

**（後期高齢者医療制度）**

## 長寿医療制度のお知らせ

4月からの保険料の納め方をお知らせします。左記の条件に当てはまらない場合など、詳細はお問い合わせください。

《詳細》  
保険年金課  
☎252433



住民票や国民健康保険などの  
窓口時間を19時まで延長

サービスセンター ☎252416  
保険年金課 ☎2702

市役所サービスセンターと保  
険年金課、蘭東支所（えきがる  
センター）の窓口時間を19時ま  
で延長します。

期間 3月27日(金)～4月7日(火)  
(土・日曜日を除く)

※4月8日以降は、通常どおり  
17時15分までとなります。

### 学校体育館の利用者募集

体育館 ☎47521

小学校(喜門岱小学校を除く)  
と星蘭・港南中学校の体育館を  
開放します。

## 介護予防教室で健康づくり 3月の「えみなメイト」**無料**

65歳以上の方が対象です。タオル  
と飲み物を持参し、当日直接お越し  
ください。  
いずれも2時間程度です。

日	時	会場
3日(火)		幌 萌 町 会 館
4日(水)	10:00	母 恋 会 館 (旧母恋サービスセンター)
5日(木)		白 鳥 台 会 館 (旧白鳥台サービスセンター)
10日(火)	13:30	丸 井 今 井 室 蘭 店
11日(水)	10:00	港 南 町 会 館
13日(金)	10:00	陣 屋 町 会 館 八 丁 平 会 館
16日(月)	10:00	天 神 町 会 館
	13:30	長 崎 屋 室 蘭 中 央 店
17日(火)	10:00	市 民 会 館
18日(水)	10:00	水 元 町 会 館
	13:30	舟 見 町 会 館
23日(月)		保 健 セ ン タ ー
24日(火)		御 崎 町 会 館
25日(水)	10:00	瑞の江会館(大沢町)
26日(木)		本 輪 西 会 館 (本輪西消防署隣)

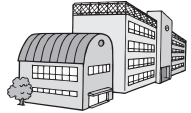
《詳細》介護福祉課認定予防係 ☎2861

対象 市民または市内に通勤し  
ている人がいて、定期的に活動  
できる15人以上のグループ

期間 4月1日から1年間  
平日：18時～20時30分、土・日  
曜日：9時～12時、13時～15時  
30分、15時30分～18時、18時～  
20時30分

※原則週1回。  
学校により、利  
用できる種目や  
時間帯に制限が  
あります。

料金 無料(照明代は1回540円)  
申込方法 3月1日から7日ま  
で体育館、入江温水プールに備  
え付けの用紙で、体育館へ直接



### 国民年金保険料の支払いは 便利でお得な口座振替を

室蘭社会保険事務所  
☎27104

国民年金保険料の支払いを口  
座振替にすると、預貯金口座か

ら、自動的に保険料が支払われ  
るので納め忘れがありません。

また、納期ごとに金融機関な  
どで納める必要がなく便利です。  
口座振替には、1年分や6カ  
月分を一括納付する「前納」(納  
付書で支払う前納より割引額が  
多い)や当月末に引き落としす  
る「早割」といった割引制度が  
あり、納付書払いよりお得です。  
割引額や申込方法などの詳細  
はお問い合わせください。

### 道営住宅の入居者を募集

胆振支庁建設指導課  
☎29903

募集団地 市内の道営住宅  
申込方法 3月2日から胆振支  
庁建設指導課で配布する申込書  
に必要書類を添えて、3月6日  
までに直接

抽選日 3月10日  
入居予定日 3月  
下旬



## 「市街化区域と 市街化調整区域の区分」 についてご意見を

北海道では、室蘭圏(室蘭市・登別市・伊達市)都市計  
画区域の「整備、開発及び保全の方針」を定め、「市街化区  
域と市街化調整区域の区分」について、見直しを行います  
のでご要望やご意見をお寄せください。

※「整備、開発及び保全の方針」とは、「市街化区域と市街  
化調整区域の区分」や用途地域、主要な道路や公園など、  
都市計画区域に定める都市計画のマスタープランとなるも  
のです。

※「市街化区域」とは、優先的かつ計画的に市街化を図る区  
域、また「市街化調整区域」とは、市街化を抑制すべき区  
域で、これまでおおむね5年ごとに見直しを行っています。

応募方法 3月31日まで、電話または、ご意見と氏名、住  
所、電話番号を記入し、郵送または、ファクス、Eメールで

《応募先・詳細》都市計画課(〒051-8511幸町1-2) ☎25292、  
☎242091、Eメール toshikei@city.muroran.lg.jp

※都市計画図は、市ホームページ (<http://www.city.muroran.lg.jp/main/org7310/tosi5.htm>) でも閲覧できます。

## 活用しませんか まちづくり活動支援補助金

《詳細》市民活動センター ☎27070

地域の活性化や課題解決に取り組む、  
市民による市民のためのまちづくり活動  
を支援する補助金です。

対象事業 4月から平成22年3月までに  
実施する、新たに取り組むものや今ま  
での活動を充実するもので、広く市民が参  
加できる事業

補助額 1年目…補助対象経費の10分の  
10以内(上限20万円)、2年目…補助対象  
経費の2分の1以内(上限10万円)

※選考会の審査結果により補助率などが  
変わります。

選考方法 市による事前協議・審査を経  
て、公募市民などによる選考会を行いま  
す。選考会では、申請者による事業内容  
などの説明に対して、公益性や将来性な  
どの観点から審査します。

申込方法 4月から7月上旬までに行う  
事業は3月25日まで、7月下旬から平成  
22年3月までに行う事業は6月25日まで、  
市民活動センターに備え付けの用紙で

※補助制度の概要と申込用紙は、市ホームページ  
([http://www.city.muroran.lg.jp/main/org100/machi\\_hojokin.html](http://www.city.muroran.lg.jp/main/org100/machi_hojokin.html)) にも掲載しています。

お知らせ  
します

# 広報紙モニターの 評価と意見

広報紙モニター13人の皆さんに、毎月、広報むろらの評価などをお願いしています。5段階評価の内訳をグラフで示し、主な意見をお知らせします。

## 写真・イラスト

市内の出来事を写真で振り返る「まちかどピックス」では、いろいろな活動を知ることができ、良いページという評価をいただいております。これからも身近な話題から、まちの動きを紹介していきたいと思えます。

## レイアウト

記事によって、文字が小さいという指摘もありました。限られた紙面の中ですが、できるだけ多くの情報をお知らせしたいと思いつながりながら広報を編集していきます。今後も、あまり文字を詰め込まず、分かりやすい表現、見やすいレイアウトを心がけます。

## 記事内容

「お知らせステーション」と「伝言板」の内容が似ているという意見がありました。「お知らせステーション」は市や行政機

関からのお知らせ、「伝言板」は市民からの掲載要望に応え、市民団体などが主に会員や参加者を募集するものを掲載しています。掲載希望が多い月は、記事内容を工夫しながら、できる限り多くの記事を掲載したいと考えています。

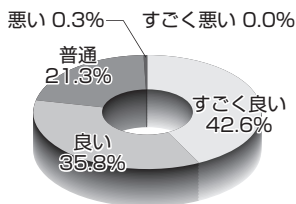
また、「人」を取り上げて欲しいという意見が多く寄せられています。毎月「ふるさと室蘭」で紹介していますが、今後も、地域のために頑張っている人やさまざまな活動を掘り起こしながら、広報紙を通して紹介していきます。

皆さんから寄せられた意見を、今後の編集に生かし、「毎月届くのが楽しみ」と思ってもらえる広報紙を目指します。

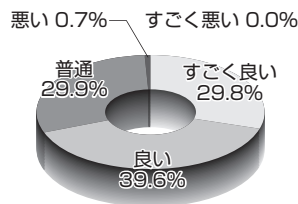
「広報むろら」に関するご意見や地域でのちよっとした話題などがありましたら、市民対話課まで情報をお寄せください。

## 5段階評価

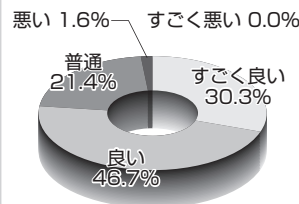
### 写真・イラスト



### レイアウト



### 記事内容



《詳細》

市民対話課 ☎252193

## とたりまちホットライン

### 伊達市のお知らせ



#### 伊達市開拓記念館 ひなまつり2009

伊達市開拓記念館で、ひなまつり特別展を行います。

監理伊達家の桃の節句の膳を再現するほか、新たに発見された江戸時代のひな人形を展示。

3日は入館無料。甘酒を先着100人に配りますので、皆さんの来館を心からお待ちしています。

日時 3月1日(日)～8日(日) 9時～17時  
入館料 小学生130円、中学・高校・大学生200円、大人260円

《詳細》伊達市開拓記念館 ☎0142232061

### 登別市のお知らせ



#### みちたしとがす 道下俊一さんの講演会(無料)

「北海道の赤ヒゲ先生」と呼ばれている、医師・道下俊一さんの「津波が変えた私の人生」と題した講演会を開催します。

日時 3月14日(出)  
開場14時、開演14時30分

会場 登別市民会館  
※入場には整理券が必要です。  
整理券取扱所 ぎんやレコード、エルム楽器室蘭店など

《詳細》登別市文化・スポーツ振興財団 ☎881116

### 3月の休日歯科救急医療(9時～11時)

診療日	医院名	電話番号
1日(日)	本田歯科 港南町1-9-19	☎23322
8日(日)	前田歯科医院 中央町3-5-6	☎25367
15日(日)	みうら歯科 港北町2-6-1	☎56330
20日(金)	森歯科クリニック 港北町2-5-18	☎550118
22日(日)	山本歯科医院 知利別町2-26-1	☎451677
29日(日)	横山歯科医院 母恋北町2-3-16	☎22394

### 移動献血車「ひまわり号」 3月の巡回日程

巡回日	会場・時間
16日(月)	株栗林商会(入江町1-19) 9時30分～11時30分
18日(水)	ポスフル室蘭 10時～13時、14時15分～16時30分

《詳細》北海道赤十字血液センター  
室蘭出張所 ☎458730

# 伝言板



## 国際婦人デー室蘭大会

3月8日(日)13時30分から15時30分まで、胆振地方男女平等参画センター(ミンクール)で開催。北海道民医連の佐藤誠一さんが「くらし・福祉の再生と社会保障」をテーマに講演します。参加費300円(大学生以下は無料)。託児希望者は、事前に連絡を。

《詳細》新日本婦人の会室蘭支部 ☎④4028

## オカリナ・ハーモニカスクールの受講生募集

4月から12月までの毎月第2・4水曜日にNHK室蘭放送局で開催。ハーモニカは10時から、オカリナは12時10分から各70分を行います。入会金1,000円、受講料は、月額2,500円。楽器はあっせんします。電話または住所、氏名、電話番号を記入し、ファクスで申し込み。

《詳細》オカリナ・ハーモニカ協会(高木) ☎・📠④8430

## 母と子の「生け花」講座受講生募集

母子・寡婦家庭の母と子を対象に、保健福祉部分庁舎(図書館裏)で開催。4月から平成22年3月までの毎月第1・3木曜日、17時30分から20時まで。受講料は、母の分が月額300円のほか別途教材費が必要。子どもは無料。練習用具は貸し出

します。先着30人。4月2日まで、電話または、はがきに住所、母と子の氏名、年齢、電話番号を記入して申し込み。4月2日以降も随時受け付け。

《詳細》室蘭母子福祉会(〒051-0015本町2-2-11) ☎②5366

## 通園バッグを縫う会

3月9日(月)10時から14時まで、室蘭友の家(東町4-14-7)で開催。入園・入学用のバッグをミシンで縫います。参加料は、会費400円と実費。持ち物は、布とひも、裁縫道具、バッグの大きさが分かるもの。昼食は各自持参。先着8人。申し込みは3月3日まで電話で。託児は1人150円(幼児の昼食も持参)で、事前に申し込み。

《詳細》室蘭友の会 ☎④0605

## リンパ体操と講演会(無料)

3月14日(土)10時30分から12時まで、市民活動センターで開催。健康とリンパについての講演と、簡単なリンパ体操などを行います。先着20人。市民活動センター(☎⑤7070)へ、電話で申し込み。

《詳細》NPO法人リンパ代替療法普及協会(川島) ☎080-3262-5774

## 室蘭港立市民大学がおもしろい！ 21年度受講生募集

室蘭の魅力を再発見するまちづくり講座などを年間12回開催。講座ごとの参加も可。受講料は、3,700円(保険料を含む)。入学式は、4月25日(土)13時30分から室蘭工業大学で行います。事前に住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、職業を記入して、はがき、ファクス、Eメール(toriyama@kuru2.net)で申し込みを。入学式当日の申し込みも可。

《詳細》同大学運営委員会(鳥山) (〒051-0022海岸町2-3-2産業会館NPO法人羅針盤内) ☎090-8169-2514 📠②8000

## ふくろう文庫ワンコイン美術講座 戦争に抵抗した叙情の画家／松本俊介

3月28日(土)13時30分から15時30分まで、ぷらっと・てついち集会室で開催。ふくろうの会の山下敏明さんが、画家の生涯と作品について講演を行います。参加料500円。当日直接会場へ。

《詳細》同会(図書館内) ☎②1658

## 登別室蘭トレッキングクラブ会員募集

四季を通じて低山などのトレッキング(軽登山)に参加しませんか。初心者歓迎。年会費3,000円、入会金1,000円。電話で申し込みを。

《詳細》同クラブ(福澤) ☎⑥5851

## 室蘭文学学校の受講生募集

隨筆や短詩型文学、児童文学などの創作実践講座を開校します。4月8日(水)から、平成22年3月までの毎月第2・4水曜日、18時から20時まで、胆振地方男女平等参画センター(ミンクール)で開催。受講料は、月額3,000円(過年度受講生は2,000円)。3月末まで、はがきに住所、氏名、電話番号を記入し、同校(〒051-0022海岸町3-6-12港の文学館内)に申し込み。

《詳細》室蘭文芸協会(井村) ☎②7063

## 室蘭パークゴルフ協会の会員募集

年会費1,300円、入会金500円。3月15日まで電話または住所、氏名、生年月日、電話番号を記入し、ファクスで申し込み。

《詳細》同協会(山西) ☎・📠②0777



定額給付金は  
いつもらえるの？

今、話題の定額給付金を、地域経済の活性化に役立てようと、もう買う物まで考えています。いつ、どのような手続きをすれば、もらえるのでしょうか。(中島町・主婦)

### お答えします

定額給付金については給付に向けて、現在準備を進めているところですが、室蘭市では3月中旬に皆さんに申請書を送る予定となっております。その申請書に必要な事項を記入し返送していただき、準備が出来次第、皆さんに給付する予定です。

給付は現金ではなく、原則世帯主本人名義の金融機関の口座に振り込みとなります。なお、今後、この定額給付金を悪用した振り込み詐欺が発生する恐れも出てきます。国や道、室蘭市が、皆さんに家族構成、口座情報を問い合わせたり、手数料の請求等をすることは一切ありません。おかしいと思ったら、すぐに問い合わせてください。(経済部定額給付金担当)

☎②1141

4月号に掲載する「伝言板」「ひとこと声」の原稿の締切日は3月5日(木)です。

〒051-8511 室蘭市幸町1-2 市民対話課 ☎⑤2193 📠⑤2835 Eメール shimintaiwa@city.muroran.lg.jp

行 事 名	実 施 日	時 間	対 象・内 容	料 金	持 ち 物	申 込 方 法
4カ月児健診	26日(木)・27日(金)	12:30~13:30	平成20年11月出生児(個人通知) ※健診後、BCG接種を行います。	無料	母子健康手帳	当日直接
1歳6カ月児健診	5日(木)・6日(金)	12:30~13:50	平成19年7月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
3歳児健診	11日(水)・13日(金)		平成18年2月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
ここま相談広場	18日(水)	10:00~11:00 13:15~14:00	幼児の自由計測・交流 計測や相談事のある乳児・妊婦			
予防接種 BCG	26日(木)・27日(金)	13:00~14:00	6カ月未満児 ※4カ月児健診時に行います。	800円	-	予 約 制
フッ素塗布	5日(木)・6日(金)・11日(水) 13日(金)・19日(木)	12:30~13:30 (19日は、13:00~14:45)	1歳3カ月~4歳未満児 平成19年12月出生児(個人通知)			
からだと食事の健康相談	24日(火)	9:30~16:00	保健師と栄養士による個別相談	無料	-	当日直接
メタボリック症候群に関する相談	4日(水)・9日(月) 16日(月)・26日(木)	9:30~16:00	肥満・高血圧・糖尿病・コレステロールのことが気になる人			
脂肪と筋肉の測定	18日(水)		体脂肪・筋肉量などを測りたい人 ※測定時は、はだしになります。			
ダイエット相談	12日(木)		体重を減らしたい人			
女性のための相談	30日(月)		不妊や更年期などの症状について相談したい人			
健康相談	毎週月・水・金曜日	10:00~11:30	健康全般で気になる人			
母子健康手帳の交付	毎週月・水・金曜日 ※交付日に来ることができない人は、ご相談ください。	8:45~17:00	母子健康手帳・妊娠一般健康診査票の交付、保健師・栄養士による妊婦相談		妊娠届出書	
専門医による 勤労者のための 健康相談	健診で異常のあった場合は、専門医に相談を。申し込みや詳細は、室蘭地域産業保健センターに電話(☎4393)で。 5日(木)14:00~16:00…神島 章 医師(内科、消化器科、放射線科) 12日(木)18:30~20:30…横山 洋子 医師(内科、呼吸器科) 19日(木)18:30~20:30…松田 幹人 医師(内科、心療内科) 26日(木)18:30~20:30…浜田 弘白 医師(外科)			無料	-	予 約 制

## 親子遊びと子育て講座(無料)

※再参加はできません。

### 0歳児のひよこクラブ 先着10組

対象 平成20年6月から平成20年10月生まれの子どもと親(第1子のみ)  
日時 4月7日・14日・21日(火曜日)3回1コース)13時30分~15時  
会場 子育て相談ふれあいセンター(中島保育所内)  
申込方法 3月6日8時45分から電話で

### 1歳児のすくすくクラブ 先着10組

対象 平成19年6月から平成19年12月生まれの子どもと親  
日時 4月8日・15日・22日(水曜日)3回1コース)10時~11時30分  
会場 常盤保育所子育て支援センター  
申込方法 3月6日8時45分から電話で

### 2歳児のちびっこクラブ 先着10組

対象 平成18年6月から平成19年3月生まれの子どもと親  
日時 4月7日・14日・21日・28日・5月12日(火曜日5回1コース)10時~11時30分  
会場 子育て相談ふれあいセンター(中島保育所内)  
申込方法 3月13日8時45分から電話で



《申込先・詳細》

ひよこクラブ・ちびっこクラブ…子育て相談ふれあいセンター ☎ 6 2 4 6  
すくすくクラブ…常盤保育所子育て支援センター ☎ 2 5 6 0 0 2



# とろろと 室蘭人

## ボランティアは年齢無制限

「ボランティアとは、自分のために行動するもの」と言う京極さんの原動力は、活動をサポートした人からの感謝の言葉。「ボランティアをやった良かった」と言われることが何よりもうれしい。その一言を聞くために、一人ひとり親身になって相談を受けています」と、笑顔で語る。

ここ数年は、高校生や専門学校生など若い世代からの相談が増えているという。「時代とともに意識が変

わってきてるんですね。今後はボランティアは高齢者が行うものというイメージをぬぐい去り、若者や企業の活動も支援していきたい。それが、このセンターの使命だと感じています」と、京極さんは力を込める。

同センターでは、毎月1回、団体の活動などを掲載した広報紙「ボランティアだより」を発行しているほか、小学校にボランティアの授業を取り入れてもらうなど、PRにも力を入れている。

京極 敏さん

ボランティア活動の拠点にと、社会福祉協議会が平成14年に開設したボランティアセンター。京極さんは、同センターでコーディネーターとして、活動のアドバイスをはじめ、ボランティアをお願いしたい人と、してくれる人との仲介などを一手に引き受けている。



市内では、多くのボランティア団体が活動。写真はボランティアアドバイザーの会による介護の講演会

「皆さんの持っている時間や技能、知識を生かす場がたくさんあります。ボランティアに年齢は関係ありません。気軽にご連絡ください」と呼びかける京極さん。同センター(社会福祉協議会内 ☎0143-21858)は、毎週月・水・金曜日、10時から15時まで開設。ボランティアを始める心構えや必要な知識など、さまざまな相談を受け付けている。

「皆さんの持っている時間や技能、知識を生かす場がたくさんあります。ボランティアに年齢は関係ありません。気軽にご連絡ください」と呼びかける京極さん。同センター(社会福祉協議会内 ☎0143-21858)は、毎週月・水・金曜日、10時から15時まで開設。ボランティアを始める心構えや必要な知識など、さまざまな相談を受け付けている。

2月28日完成

(海岸町1-4-1)

## むろらん広域センタービル

市役所と胆振支庁・商工会議所に加えて金融機関、民間事務所などが入居する官民複合施設です。市民の皆さんの利用頻度が高い市の窓口部門や道の税務部門、金融機関は1階に入居します。

3月16日から商工会議所、3月23日から胆振支庁、3月下旬から4月にかけて金融機関が業務を開始します。室蘭市役所も5月7日から一部の課が移転し、業務を開始します。

### 5月7日業務開始

室蘭市役所がむろらん広域センタービルで取り扱う主な業務  
(カッコ内は、現在の課名)

住民票、戸籍、印鑑登録  
(サービスセンター)

国民健康保険、国民年金、医療費助成(保険年金課)

市民税、軽自動車税、固定資産税  
(課税課、納税課)



## ダイヤモンド・プリンセス 船内見学会の参加者募集

5/9土  
10:30~  
12:30



対象 室蘭市民で健脚な人  
(船内で階段を使用します)

会場 崎守ふ頭

定員 100人

(定員を超えた場合は抽選)

申込方法

3月12日(必着)まで  
1通で2人まで応募できます  
当選通知 当選者にのみ郵送で通知します。当選権利を人に譲ることはできません

《申込先・詳細》

港湾部総務課振興係 (〒051-0022海岸町1-20-30) ☎23191

- 参加者全員(2名までの)
- 住所
  - 氏名(ふりがな)
  - 生年月日
  - 性別
  - 電話番号
  - 身分証明書の種類と番号

※身分証明書は、運転免許証かパスポートに限りません。



05140022  
港湾部総務課振興係  
海岸町1-20-30

国民健康保険料第10期、介護保険料第10期、後期高齢者医療保険料第10期は、3月31日までに納めましょう。

