

## 室蘭友の会 1day カフェ

手作りお菓子やお茶、50食限定で豚肉のハヤシライスを販売します。  
**日時** 7月13日(土)  
 11:00~14:00 (最終入場13:30)  
**会場** 室蘭友の家 (東町4-14-7)  
**詳細** 同会・鎌田 ☎59-7869

## 室蘭ユネスコ協会 世界寺子屋運動 KAKIBO STATION

発展途上国の教育支援のため、切手や書き損じはがきの収集と募金を行っています。

| KAKIBO STATION | 住所                    |
|----------------|-----------------------|
| 母恋めし本舗         | 絵鞆町4-2-14 (エンルムマリーナ内) |
| スターマリン         | 祝津町1-127-12           |
| 清泉幼稚園          | 祝津町3-10-7             |
| 立野音楽学院         | 幕西町3-1                |
| 本所工業           | 東町3-1-9               |
| 花のよしおか         | 宮の森町4-23-28           |
| 道南事務機器         | 寿町1-16-1              |
| 高橋衛生工業         | 知利別2-8-15             |
| 聖天閣            | 中島本町1-12-14           |
| 北海道大谷室蘭高等学校    | 八丁平3-1-1              |

**詳細** 同協会・小鷹 ☎090-2059-9690

## 空手道連盟カラテ体験・見学会【無料】

運動しやすい服装で参加してください。基本動作やミット蹴りなどを行います。  
**対象** 5歳以上  
**日時** 火・金曜日 18:00~19:00  
**会場** 高橋ビル2階 (中島町4-14-5)  
**定員** 各10人程度  
**申込方法** 事前に電話で  
**詳細** 同連盟・樋口 ☎080-5594-8618

## もとむろランチ食堂

地域のさまざまな世代と一緒に、食事やレクリエーションを通じて交流する地域食堂の場を提供しています。  
**日時** 7月21日(日) 11:30~13:30  
**会場** 白鳥台ショッピングセンターハック (白鳥台5-1-4)  
**料金** 大人300円、高校生以下100円  
**申込方法** 7月14日まで、電話で  
**詳細** 同事務局 ☎59-5255

## 子ども食堂「なかよし食堂」

子どもたちに食事を提供して、温かく見守る活動を行っています。  
**日時** 7月13日・27日(土)  
 12:00~14:00  
**会場** ハートセンタービル (東町2-3-3)  
**料金** 大人300円 (高校生以下は無料)  
**申込方法** 当日会場で  
**詳細** 室蘭母子福祉会 ☎84-8730

## みんなで学ぼう

### 遺伝子組み換え食品って悪いの？

健康でいるための食事と病気について専門家の動画を見て、意見交換を行います。

| 日時                      | 会場             |
|-------------------------|----------------|
| 7月11日(木)<br>13:00~14:30 | 生涯学習センター「きらん」  |
| 7月23日(火)<br>12:00~13:30 | 道宮住宅「であえーる」集会所 |

**定員** 各先着10人 **料金** 各1,000円  
**申込方法** 各前日まで、電話またはメールで  
**詳細** ライフアドバイザー・澤田 ☎080-6069-4254  
 ✉sawadahiromi.smile@gmail.com

## 市民サイクリング

体育館(宮の森町)から登別市・岡志別の森運動公園までの往復35キロメートルを走ります。  
**対象** 小学生以上 (小学生は保護者同伴、中学生は保護者の同意書が必要)  
**日時** 7月21日(日) 9:30~15:45  
**集合場所** 体育館(宮の森町)  
**料金** 500円 (保険料など)  
**申込方法** 7月16日まで、電話または室蘭・登別市内の各自転車販売店に直接  
**詳細** 室蘭サイクリング協会・鈴木 ☎87-2415

## 室蘭ソフトボール選手権大会

高校生以下は、参加できません。ただし、高校生以上の女性は、参加できます。  
**日時** 8月4日(日) 8:30~  
**会場** 少年野球場(神代町)  
**定員** 16チーム (定数超えは抽選)  
**料金** 1チーム5,000円  
**申込方法** 7月16日まで、電話で  
**詳細** 室蘭ソフトボール協会・佐々木 ☎0142-25-4742

## がん治療をしている人のためのレンタルウイッグ相談会とタオル帽子講習会

**日時** 7月21日(日) 10:00~15:00  
 (タオル帽子講習会は、最終受付13:00)  
**会場** 生涯学習センター「きらん」  
**料金** レンタルウイッグ 年間5,000円  
 タオル帽子講習会 1,000円  
**申込方法** 事前に電話で  
**詳細** ホット・ハンドむろらん・久保 ☎090-3398-5435

## ひとり親家庭の父母のための相談

(託児は無料、予約が必要)

| 女性弁護士による無料法律相談            | 巡回相談                       |
|---------------------------|----------------------------|
| (養育費や債務返済などの相談。先着4人・事前申込) | (社会的自立の支援や生活全般に関する相談。事前申込) |

**時間** 13:00~15:00 (相談時間は30分以内) **時間** 10:00~15:00

**実施日** 7月20日(土)  
**会場** 登別市鉄南ふれあいセンター(登別市幌別町3-17-1)  
**詳細** 母子家庭等就業・自立支援センター ☎83-7047

## 行政書士による無料相談 (先着5人・事前申込)

**実施日** 7月11日(木) **時間** 9:30~12:00(相談時間は30分以内)  
**会場・詳細** 市民相談室(市役所本庁舎1階) ☎25-2703

## 障がいのある人のための出張就労相談

(障がいの未診断者も含む。原則、事前予約が必要)

**実施日** 7月3日(水) **時間** 13:00~16:00  
**会場** 市役所本庁舎1階1号会議室  
**詳細** 胆振日高障がい者就業・生活支援センターすて〜じ ☎0142-82-3930 ㊟0142-82-3933

## 障がいのある人と家族のための相談

(生活・福祉サービス・就労に関する相談、10日までに申し込み)

**実施日** 7月19日(金) **時間** 13:00~16:00  
**会場・詳細** 障害者福祉総合センター(びあ216) ☎45-6611 ㊟45-1003

## 弁護士による無料法律相談

(先着5人・事前申込)

**実施日** 7月6日(土)・27日(土)  
**時間** 9:30~12:00(相談時間は30分以内)  
**会場** 中小企業センター  
**詳細** 市民相談室(市役所本庁舎1階) ☎25-2703

## 司法書士による無料法律相談

(事前申込)

**実施日** 7月10日(水)・24日(水)  
**時間** 17:30~20:30  
**会場** 中小企業センター  
**詳細** 札幌司法書士会法律相談センター ☎011-272-9035

## 行政相談委員による定例相談

(国や道、市の行政について)

**実施日** 7月11日(木)  
**時間** 13:00~15:00  
**会場** モル工中島内サンドラッグ横通路  
**詳細** 北海道管区行政評価局行政相談部 ☎011-709-1803

## 消費生活に関する相談

**実施日** 月~金曜日(祝日を除く)  
**時間** 9:00~17:00  
**会場・詳細** 消費生活センター(市役所本庁舎1階) ☎25-3100

## 困ったときの

# あれこれ相談

## 市民相談 (生活の悩みなど)

**実施日** 月~金曜日 (祝日を除く)  
**時間** 9:00~17:00  
**会場・詳細** 市民相談室(市役所本庁舎1階) ☎25-2703

## 行政書士くらしの無料相談

(相続、各種認可、届け出など)

**実施日** 7月20日(土)  
**時間** 9:30~12:00  
**会場** 中小企業センター  
**詳細** 北海道行政書士会室蘭支部 ☎23-3207