



室蘭ねりこみ (7月28日)

沿道からの水を浴び、威勢の良い掛け声を響かせ練り歩いた室蘭ねりこみ。観客と担ぎ手が一つになって夏を盛り上げた。

もくじ

- 年齢を重ねても「笑顔」や「元気」いっぱいの
生き生きライフ…………… 2
- 10月から地上デジタル放送がスタート…………… 5
- 夏のイベントトピックス…………… 6
- 相談、おでかけガイド…………… 7
- お知らせステーション…………… 8
- 伝言板、ひとこと声…………… 14
- 保健…………… 15
- ふるさと室蘭人…………… 16

年齢を重ねても 「笑顔」や「元気」いっぱいの 生き生きライフ



市内の高齢者（65歳以上）は、約2万7千人（7月末現在）。人口に対して約27%と、4人に1人が高齢者となり、10年前と比べ約7千人も増えていきます。

しかし、年齢を重ねても若者に負けないくらい「まだまだ青春」と笑顔を輝かせ、元気はつらつに活動する人たちがたくさんいます。

例えば、長年培った知識や経験、技術を、次世代に伝える人、シルバー人材センターの会員となって、家庭や企業から依頼された仕事をする人、さまざまなボランティア活動に参加し、地域貢献に汗を流す人など。また一方では、同世代が集う講座などに参加して、趣味を楽しみながら健康維持や友達づくりをする人などもあります。

9月号では、生きがいを見つけ元気に活動する人や、60歳以上の人が参加できる講座などを紹介します。皆さんも笑顔や元気いっぱいの生き生きライフを送りませんか。

生活を楽しもう

仲間が集う「悠悠ライフ」は 活力の源です

悠悠
おおみち 大道 タニ子さん



親の介護などが一段落した60歳の時、悠悠ライフの舞踊講座に参加しました。いつまでも若くいたい、体を動かして運動不足を解消しながら、新しい趣味を見つけて、老後の生活を楽しまたいと思ったことがきっかけでした。

講座に参加して11年になりますが、練習が終わったすぐ後でも、次の練習まであと何日かなとカレンダーを見ては、楽しみにするほど、今ではすっかり生きがいになっています。

最初は、みんなについていけるのか、みんなと仲良くできるのかななどの不安がありました。先生が基礎から丁寧に教えてくれて、まわりの人たちも声をかけてくれたので、不安は打ち消されました。また、できないかなと思いつつ

挑戦してみたことが、できた時には、本当にうれしかったですね。

そして、講座に参加することで、同世代の新しい友達も増えました。舞踊の話だけではなく、孫やテレビ番組の話など、何気ない会話をすることで、ストレス発散にもなるので、心の健康維持に役立っています。

練習には、約40人の男女が集い、みんな和気あいあいとした雰囲気の中で、気持ちいい汗をかいています。笑顔いっぱい踊り、まるで青春時代にタイムスリップしたかのような時間を過ごしていますよ。

私にとって悠悠ライフは、体と心の健康づくりや夢中になれる趣味ができただけでなく、家から外に出るきっかけとなりました。友達との楽しい時間が過ごせる貴重な場に皆さんもぜひ参加しませんか。



曲に合わせて、扇を器用に使いながら踊りに夢中になる、60歳代から90歳代までの受講生たち

講座名	曜日	会場	連絡先
書道	月	文化センター	☎②4720 (本間)
カラオケ	火	青少年研修センター	☎④0557 (花田)
華道	水	文化センター	☎④3669 (三浦)
舞踊	水	弥生集会場(東町)	☎④38243 (細川)
教養	木	胆振地方男女平等 参画センターなど	☎④73975 (井形)
園芸	木	文化センター	☎④41493 (今野)

対象
60歳以上
申込方法
電話で随時



100人以上が熱唱するカラオケ講座

《詳細》生涯学習課 ☎ 5075
新しい友達や
趣味を見つけよう
悠悠ライフ
受講生を募集中

明るく生き生きした生活を楽しもう「健康づくりセミナー」参加者を募集

60歳以上を対象に、高齢期の健康に必要な講義や実技などを行います。

《申込み・詳細》社会福祉協議会 ☎ ②1858

知識や経験、技術などを活かそう

昔話や遊びを教えるなど 子どもたちとの交流は 生きがいになります

井形 眞一さん



高齢者の知識や経験を子どもたちに教え、交流する「高齢者と子どものふれあい交流事業」に参加しました。

交流会では、室蘭の昔を知る高齢者が「昔は今みたいに食料が豊富でなく、お菓子といえばイモなどを食べていたんだよ」、「みんなが遊びに行く水族館の周辺は海だったんだよ」など、今では想像もつかない話などを聞かせると、子どもたちは驚いた表情をしていました。昔の話などを聞かせてあげられることは、高齢者だからこそできることであり、もっともっと伝えていきたいという気持ちが、生きがいにもなります。

また、おはじきやお手玉などの昔ながらの遊びもしました。最初はルールや遊び方を知らな

い子どもたちがいましたが、教えながら一緒になって遊んでいるうちに、上手になり「家でテレビゲームしているよりおもしろい」と子どもたちの生き生きした表情が見られて、うれしかったです。

今回の交流のように、子どもたちに限らず、今では体験できない昔話や昔の遊びを次世代に伝えながら、一緒に楽しみ、喜んでもらうことで、自分たちも笑顔でいられます。何より持っている技術や経験を活かせるのは、高齢者の生きがいづくりになりますよ。



昔話を聞かせたり、おはじきやお手玉などの遊びを一緒に楽しみ、笑い声や笑顔があふれた交流事業



仕事

知識や経験、技術を活かして働く機会を得たい、地域に役立つ仕事をしたいという、おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある人のため、シルバー人材センターでは家庭や企業などから依頼された仕事を会員に提供しています。

☎45-8155

《詳細》シルバー人材センター

会員を募集中
シルバー人材センター

高齢者でも
まだまだ現役

- 一般作業分野 ○草刈りや草取り
 - 引越しの手伝い○畑仕事○自動車の運転など
 - 技術分野 ○庭木のせん定○ペンキ塗り○大工仕事など
 - サービス分野 ○家事手伝い○通院の付き添い○子育て支援など
 - 事務分野 ○一般事務○経理事務
 - 葬儀手伝い○パソコン指導○毛筆筆耕など
 - 管理分野 ○施設管理○受付管理
 - 駐車場管理
 - その他 ○包丁研ぎ○ふすま張り
 - ビラ配り
- 入会方法 電話で

ボランティアや市民活動に参加しよう

ボランティアを始めたい時などは、ボランティアセンター(社会福祉協議会内) ☎21858へ
市民活動を始めたい時などは、市民活動センター(港湾部庁舎1階) ☎7070へ

10月
から

地上デジタル放送が スタート

2011年からの地上デジタル放送完全移行に向け、10月1日から市内でも地上デジタル放送が開始される予定です。

この地上デジタル放送が、今までの地上アナログ放送とどう違うのか、地上デジタル放送を見るには何が必要かなどをお知らせします。



**地上デジタル放送で
何がかわるの**

美しい
ハイビジョンの高画質映像を見ることが出来ます。

便利
テレビのリモコンを使って、ニュースや天気、交通情報など、暮らしに役立つ情報を見ることが出来ます。

やさしい
字幕放送や音声による解説放送など、高齢者や障害者にやさしいサービスが充実します。

楽しい
クイズ番組やアンケートなどにテレビのリモコンを使って参加するなど、さまざまな楽しみ方が出来ます。

簡単
番組表をテレビ画面に呼び出して、見たい番組を探したり、録画予約も簡単に出来ます。



**地上デジタル放送を
見るには**

**今使っているテレビ
を引き続き使う人**

専用チューナーを接

続することで地上デジ

タル放送を見ることが

出来ます。また、DV

Dレコーダーなどの録

画機器には、地上デジ

タルチューナーがついて

いるものも

あります。販売店にご

相談ください。

デジタルチューナー



DVDレコーダー



**2011年
7月24日までに
地上アナログ放送は
終了します**

それまでにテレビを地上デジタル放送対応にしてください。皆様のご理解とご協力をお願いします。



※テレビをかえることによってアンテナもかえなければならぬ場合があります。販売店にご相談ください。

〈対応マーク〉



新しくテレビを買いかえる人
「地上デジタルテレビ」と指定して買しましょう。地上デジタル放送に対応しているかを見分けるには、左のマークを目印にしてください。

や、データ放送や番組表を画面に呼び出すなどの地上デジタル放送の機能が、使えない場合があります。

《詳細》総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター

☎0570-07-0101 (平日 9時~21時、土・日曜日・祝日 9時~18時)

※ I P 電話からおかけになる場合は ☎03-4334-1111 ホームページ <http://www.soumu.go.jp>

夏のイベントトピックス



室蘭港の夏の夜空を彩った納涼花火大会

港まつり

7月27~29日



ダイナミックな舞を披露したよさこいソーラン・イン・むろらん。全チームが一堂に会して踊る「やっちょれ」では会場が一体となって祭りのフィナーレを飾った。



担ぎ手も観客もずぶぬれで楽しんだ室蘭ねりこみ。



1千人以上が室蘭ばやしと北海盆唄に合わせて商店街を踊り歩いた総参加市民おどり。



**水族館
1日飼育係**
8月2~3日

夏休み中の小学生約30人が、水族館1日飼育係を体験。アザラシのいる海獣プールをデッキブラシでこすり、掃除に汗を流したほか、えさの小魚を手渡しで与えるなど、水族館の仕事を学んだ。



**酔ってけ浜町
ビアフェスタ**
7月19~20日

大漁旗で彩られた中央町のアーケードに「かんぱーい」の音が響き、ビールを傾ける仕事帰りのサラリーマンなどでにぎわった。

相談

相談名	実施日	時間	会場	申込み・詳細
弁護士の無料法律相談 ※電話で受け付け(1回5人・先着順)	8日(土)・29日(土)	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 ☎2703
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	市民生活課 ☎2380
	毎月第4木曜日			
行政書士くらしの無料相談 (相続、各種許可、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 ☎3207
精神障がい者の社会復帰施設利用などの相談	19日(水)	9:30~16:00	保健センター	健康づくり課 ☎6610
	27日(木)			
身体障がい・知的障がいのある人と家族のための相談	毎月 第3金曜日	13:00~16:00	びあ216 (障害者福祉 総合センター)	びあ216 ☎6611 ☎1003
納税相談(納付もできます)	26日(水)・27日(木)・28日(金)	17:15~19:00	納税課☎2314・2708・3177	
子どもの人権110番	17日(月)~21日(金)	8:30~19:00	特設電話相談所 フリーダイヤル0120-007-110	
	22日(土)・23日(日)	10:00~17:00		

日	行事	日	行事
1 (土)	菅原峰子ソプラノリサイタル 14:30 文化センター (詳細)☎6160(門山)	15~24 (土)~(月)	ひまわりサークル パステル画合同展 10:00 グリンデパート (詳細)☎6370(浅川)
1 (土)	“プレリウド”コンサート(ピアノ、トランペット) 16:00 市民会館 (詳細)☎45749(尾崎)	16 (日)	岳風会室蘭支部第2次支部資格審査会(詩吟) 10:00 市民会館 (詳細)☎6528(山田)
1~3 (土)~(月)	室蘭市小・中学校生席書大会 9:00 文化センター (詳細)☎45076(東中学校・内浦)	16・17 (日)・(月)	池坊胆振中央支部 花展 10:00 NHKブラザミュール (詳細)☎26942(沼田)
2 (日)	座長芸能まつり(民謡、民舞など) 10:00 市民会館 (詳細)☎462249(宮川)	16・17 (日)・(月)	本輪西八幡神社祭典(露店) 16日15:00、17日9:00 同神社 (詳細)☎57217(同神社)
2 (日)	ポピュラーミュージック音楽祭~PMSフェスティバル~ 14:00 文化センター (詳細)☎1156(エルム楽器)	16~18 (日)~(火)	パッチワークキルト展 新田淑美と「あん」の仲間たち 10:00 丸井今井室蘭店 (詳細)☎0142☎3919(新田)
3・4 (月)・(火)	骨董・古民具市(手づくり小物、古布、木工など) 3日11:00、4日10:00 市民会館 (詳細)☎090-1380-2257(まねっこまねこ)	17 (月)	マンドリンコンサート 18:00 市民会館 (詳細)☎2366(山田)
4 (火)	劇団カッパ座公演「天のたまご」 18:00 文化センター (詳細)☎438028(流)	19~22 (水)~(土)	室蘭地区陶芸協会チャリティーバザー 10:00 旧室蘭駅舎 (詳細)☎47893(村田)
4~8 (火)~(土)	ステンドグラス教室展 10:00 NHKブラザミュール (詳細)☎437257(小田桐)	20 (木)	白鳥英美子 ウィズ トワエモア コンサート 18:30 文化センター (詳細)☎011-642-5601(民主音楽協会)
7~10 (金)~(月)	道展室蘭支部展(絵画など) 10:00 ポスフル室蘭 (詳細)☎64553(赤谷)	21~23 (金)~(日)	室蘭市退職校長会(こぶしの会)作品展 (絵画、工芸、写真など) 10:00 ポスフル室蘭 (詳細)☎0142☎5060(猪俣)
7~10 (金)~(月)	室蘭市所蔵作品展(書道) 10:00 文化センター (詳細)☎25094(生涯学習課)	21~24 (金)~(月)	田中恵 書と絵画の作品展 10:00 NHKブラザミュール (詳細)☎23943(田中)
8 (土)	着物の帯結びミニショー(帯結びの実習) 13:30 母恋駅 (詳細)☎23801(仁岸)	22 (土)	小さな小さな音楽会(ピアノ、エレクトーン) 12:30 市民会館 (詳細)☎8434(中川)
8 (土)	ピアノ・エレクトーン発表会 15:30 市民会館 (詳細)☎463710(大場)	23 (日)	梅木康代門下生によるピアノコンサート 15:00 市民会館 (詳細)☎1280(梅木)
9 (日)	大太鼓一本打全国大会 10:00 文化センター (詳細)☎432333(櫛引)	23 (日)	ニッ森智恵子門下生によるピアノコンサート 18:30 市民会館 (詳細)☎65827(ニッ森)
9 (日)	ピアノ・エレクトーン発表会~プレーメンの仲間たち~ 10:00 市民会館 (詳細)☎090-7059-3744(小山)	24 (月)	ナターシャ・グジー・コンサート (ウクライナの歌や民族楽器の演奏など) 14:00 市民会館 (詳細)☎4643(田中)
10 (月)	梅沢武生劇団特別公演 梅沢富美男魅力の総て 13:00、17:00 文化センター (詳細)☎03-3372-8120(プラムプロッサムプロモーション)	25 (火)	むろらん刀談義 18:30 NHKブラザミュール (詳細)☎27271(NHK)
12 (水)	高齢者演芸大会(歌、踊りなど) 13:00 文化センター (詳細)☎221858(社会福祉協議会)	26 (水)	天満敦子バイオリンコンサート 18:30 市民会館 (詳細)☎41113(市民会館)
12 (水)	室蘭大谷高等学校創立50周年記念講演 15:00 市民会館 (詳細)☎445641(室蘭大谷高校)	26~30 (水)~(日)	道美展 写真部胆振支部展 10:00 NHKブラザミュール (詳細)☎26787(兼田)
14~16 (金)~(日)	ひこばえ日本画展 10:00 ポスフル室蘭 (詳細)☎447846(荒谷)	27~30 (木)~(日)	陶植樹会 陶芸チャリティーバザー 10:00 グリンデパート (詳細)☎40257(徳橋)
15 (土)	室蘭吹奏楽連盟 合同野外演奏会 13:30(雨天中止) 入江運動公園芝生広場 (詳細)☎445712(工業高校・三浦)	28~30 (金)~(日)	赤い屋根 絵画展 10:00 ポスフル室蘭 (詳細)☎64553(赤谷)
15 (土)	ユーゲントコール合唱団コンサート 15:00 市民会館 (詳細)☎64012(森)	29 (土)	手もみ茶体験会(お茶の試飲会) 13:00、16:00 市民会館 (詳細)☎41113(市民会館)



おでかけガイド

日程・内容は変更になる場合があります。



お知らせ 暮らしの情報満載ステーション



室蘭市役所 〒051-8511 幸町1-2
 ☎ 1111(代) ☎ 7601
 Eメール info@city.muroran.hokkaido.jp
 ホームページ http://www.city.muroran.hokkaido.jp/



食生活改善推進員協議会 明日葉の会 食と健康のまつり

健康づくり課 ☎ 6610
 日時 9月11日(火) 10時～15時
 会場 保健センター
 内容 骨密度・血管年齢・血圧・
 血糖・体脂肪測定、塩分測定(希
 望者はみそ汁50ccを持参)、
 健康・栄養相談、はぴらん体操、
 レクダンス(12時～)
 参加料 300円(コーヒー・お菓

図書館の催し(無料)

〈詳細〉図書館 ☎ 21658 会場 図書館

おはなし会

申込方法 当日会場
 ※いずれも20分程度です。

おはなし会

9月2日(日) 14時～
 5日(水) 10時30分～
 12日(水) 15時～
 26日(水) 15時～



英語のおはなし会

9月16日(日) 11時～

赤ちゃん ライブラリー

対象 3歳以下の親子
 日時 9月19日(水) 10時30分～
 1時間程度
 定員 3組(定員を超えた場合は抽選)
 申込方法 9月12日まで、電話で

秋の全国交通安全運動 三万人人と旗の波運動

市民生活課 ☎ 2380



日時と内容 9月27日(木) 12時
 30分～車両パレード(祝津公園
 からの出町、本室蘭小学校～蘭
 東中学校)
 ※14時から蓬棘殿で北海道警察
 音楽隊演奏会(無料)を開催しま
 す。当日会場へお越しください。

動物愛護週間(9月20日～26日) ペットの新しい飼い主さがしと無料検診・飼育相談

胆振支庁環境生活課 ☎ 2495
 78、市・市民生活課 ☎ 252
 382

日程 9月22日(土)(雨天中止)
 会場 東サービスセンター
 新しい飼い主さがし
 受け付け 10時～10時20分(希

喜門岱小学校見学会 参加者を募集

喜門岱小学校 ☎ 53850
 学校教育課 ☎ 5055

同校は、児童数35人で、一定
 の条件を満たせば、市内のどこ
 からでも入学できる特認校です。
 日時 9月22日(土) 9時～
 申込方法 前日まで、電話で

ふれあいまつり(無料)

障害福祉課 ☎ 6611

日時 9月9日(日) 10時～14時
 30分
 会場 新日鐵体育館
 内容 障害者団体などによる軽
 食や手作り作品の販売、抽選会、
 手話・点訳体験など

プールで楽しく体を動かそう

会場 げんき館ペトトル

アクアエクササイズ教室

対象 20歳以上
 期間 10月1日～11月26日(月・木曜日) 16回1
 コース)
 コースと時間 ①シェイプアクア(初心者向け、
 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、ひざ・腰痛予防)11時5分
 ～12時5分、③どちらのコースでも良い
 ※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 9月15日まで、住所、氏名、性別、年
 齢、生年月日、電話番号、希望コース、水中運動
 経験の有無を記入し、はがきが直接
 ※詳細は、13時から20時までにお問い合わせください。
 《詳細》げんき館ペトトル(〒050-0051石川町20
 -3) ☎ 3443

会場 入江温水プール

①入江アクアエクササイズ

日時 10月17日～12月19日
 (水曜日10回1コース) 14時
 ～15時
 内容 ストレッチや水中ウ
 オーキングなど
 定員 先着20人
 料金 5,000円
 ※別途保険料として年間
 1,500円が必要。



申込方法 ①は9月17日から、②は10月10日まで、入江温
 水プールに備え付けの用紙で

《詳細》入江温水プール ☎ 2466

入江温水プールは、9月25日から10月6日まで、定期点検のため
 休館します。

②入江プールキッズ

対象 5・6歳の未就学児童
 日時 水曜日コース… 10月
 17日～平成20年3月12日、
 木曜日コース… 10月18日～
 平成20年3月13日(いずれも
 20回1コース) 15時～16時
 内容 水に慣れ親しむなど
 定員 各10人(定員を超えた
 場合は抽選)
 料金 1か月2,000円
 ※別途保険料として年間500
 円が必要。

9月16・17日 中小企業センターと胆振地方男女平等参画センターは、休館します。

《詳細》生涯学習課 ☎ 5081

故・山田秀三氏のアイヌ語地名研究資料を展示(無料)

北海道立アイヌ民族文化研究センター ☎011-272-1880 1

日時 9月27日(木)～10月8日(月) 9時～17時
会場 文化センター
講演会

山田秀三文庫の地名調査資料について

日時 9月29日(土) 15時～
講師 同研究センター職員
「上と下」アイヌの地理的認識
日時 10月6日(土) 15時～
講師 北海学園大学准教授 切替英雄さん

キックベース・イン・むろらんの参加者を募集

体育館 ☎47-521

日時 10月14日(日) 9時～
会場 だんぱら公園運動広場
チーム編成 小学生の部、一般の部(中学生以上)：各7～10人(男女混合可)
定員 先着40チーム

参加料 1チーム3千円
申込方法 9月19日から10月8日まで、体育館、入江温水プール、入江陸上競技場に備え付けの申込用紙に参加料を添えて直接

札幌で室蘭市内企業との面接会 U・インターンフェア

産業振興課 ☎21-1117

室蘭で就職を希望する人のための面接会です。
日時 9月22日(土) 11時～16時

会場 アステイ45ビル4階(札幌市中央区北4条西5-1)
申込方法 当日会場



はびらん体操推進員の養成講座(無料)

健康づくり課 ☎66610

室蘭の名所や名物を取り入れた「はびらん体操」の推進員になって、健康づくりのためにサークルや仲間と続けてみませんか。

日時 9月19日・26日(水曜日) 2回1コース 13時30分～15時30分

会場 保健センター
定員 先着30人
申込方法 9月14日まで、電話で

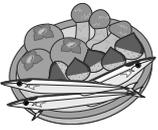
料理教室 スマイルキッチン工房

青少年研修センター ☎47-5824

①男だらけのパンづくり工房
日時 9月8日(土) 10時～
内容 ピザパン作り

②スマイル親子工房
日時 9月8日(土) 13時～
内容 ピザパン作り

③秋の食卓2品
日時 9月29日(土) 13時～
内容 秋の食材を



使った料理

会場 青少年研修センター

定員 ①は男性6人、②は親子6組、③は12人

※いずれも定員を超えた場合は抽選
料金 ①②は2千500円、③は2千円

申込方法 ①②は9月4日まで、③は9月22日まで、電話で
※用意するものなど、詳細はお問い合わせください。

郷土の歴史「語り部」養成講座

生涯学習課 ☎25081

日時 9月22日(土)～平成20年1月(5回1コース) 10時30分～
※2回目以降の日程など詳細はお問い合わせください。

会場 民俗資料館
講師 室蘭地方史研究会副会長 駒木佐助さんなど
定員 先着20人
申込方法 9月21日まで、電話で

排水設備工事

責任技術者の試験

水道部建設課 ☎46-1312

日時 11月7日(水) 13時30分～
受験料 4千円

事前講習
日時 10月17日(水) 10時～17時
受講料 3千円

会場 蓬岫殿
申込方法 9月12日まで、水道部建設課に備え付けの用紙で

西いぶりリサイクルプラザからのお知らせ

きめこみパッチワーク

ハロウィーンにちなんだ作品を作ります。
日時 9月22日(土) 13時～16時
定員 先着40人
料金 2,700円、または2,400円
※作品によって料金が異なります。
用意するもの はさみ、木工用ボンド、目打ち



会場 西いぶりリサイクルプラザ
申込方法 電話で

ちりめん小物作り

お手玉金魚
日時 9月7日(金) 13時～15時
定員 先着20人
料金 1,500円
用意するもの 裁縫道具一式

リフォーム講座

葉っぱのパッチバッグ
日時 10月4日(木)・18日(木)、14日(日)・28日(日)(2回1コース) 10時～15時
内容 葉っぱのパッチワークをつけたバッグ作り
定員 各先着30人 料金 3,000円
用意するもの 裁縫道具一式、昼食

再生家具の展示と購入申込を受け付け

日時 9月1日(土)～15日(土) 10時～17時(15日は13時30分まで)
会場 西いぶりリサイクルプラザ
申込方法 当日会場

フリーマーケット出店者募集

日時 10月14日(日) 10時～14時
会場 げんき館ペトトル前の多目的広場
募集区画数 先着70区画(1区画2メートル×3メートル)
出店料 500円(保険料含む)
申込方法 9月6日から、電話で

《詳細》西いぶりリサイクルプラザ ☎990319 (10時～17時まで、水曜日は休館日)



ゼンスアップ教室 (無料)

女性センター ☎ 29 3200

日程と内容

日程	テーマ	講師
9月28日(金)	「裁判員制度」あなたは知っていますか?	札幌地方裁判所 室蘭支部判事補 三浦康子さん
10月5日(金)	文学・歴史を歩んだ女 たち(歌人と謝野晶子・ 詩人新川和江)	港の文学館館長 三村美代子さん
10月12日(金)	女性と人権(地域、家 庭、職場、学校で)	室蘭人権擁護委員 協議会会長 三浦敦子さん

幼児安全法の講習会

子育て相談ふれあいセンター
☎ 45 6246

対象 乳幼児の親、育児支援ボ
ランティア
日時 9月29日(土) 10時~12時

会場 子育て相談ふれあいセン
ター(中島保育所内)
内容 乳幼児期に起こりやすい
けが・事故の予防と手当て
定員 先着10人
料金 200円(教材費)
申込方法 9月3日から、電話で
※講習中は無料で託児します。

フラワーアレンジメン ト講習会

サンライフ室蘭 ☎ 55 3040、
☎ 55 3041

日時 9月29日(土) 14時~
会場 サンライフ室蘭
定員 先着20人
料金 2千円
用意するもの 花用はさみ、
カッターナイフ、持ち帰り用袋

申込方法 9月25日まで、電話
か住所、氏
名、年齢、
電話番号を
記入しフア
クスで



男性のスキルアップ講座 はじめての料理実習

胆振地方男女平等参画セン
ター ☎ 44 8184 ☎ 44 81
91

ご飯の炊き方やみそ汁の作り
方など、家庭料理の基礎を学び
ます。

日時 9月29日(土)、10月13日
(土) 28日(日)(3回1コース) 10
時30分~13時
講師 管理栄養士 原田正彦さん

会場 胆振地方男女平等参画セ
ンター
定員 先着20人
用意するもの エプロン、ふき
ん、タオル、スリッパ、筆記用具
料金 3千円(材料費を含む)
申込方法 9月20日まで、電話
か住所、氏名、年齢、電話番号
を記入しフアクスで

救急の日 応急手当講習会 (無料)

消防署救急担当 ☎ 43 0119

対象 中学生以上
日時 9月9日(日) 9時~12時
会場 消防総合庁舎
内容 心肺蘇生法とAED(自
動体外式除細動器)の使用
方法
定員 先着30人
申込方法 9月1日から、電話で

救急の日 市民健康教室 (無料)

室蘭市医師会 ☎ 45 4393

日時 9月7日(金) 18時30分~
会場 保健センター
演題と講師 「心肺蘇生法とA
ED」:市立室蘭総合病院麻酔
科主任 副部長 下館勇樹さん、
「放っておけない「めまい」」:
かみと耳鼻咽喉科クリニック院
長 上戸敏彦さん、大川原脳神経
外科病院脳神経外科医長 山口
裕之さん、あだち内科クリニッ
ク院長 安達健生さん
※講演終了後、健康相談を受け
付けます。

申込方法 当日会場で

「山の駅」に遊びに行こう

だんパラ科 フェスティバル

9/17(月) 9時~15時
会場 山の駅ロッジ だんパラ周辺

- ◆乗馬体験...10時~15時
サラブレッド(500円)、ポニー
(300円)
- ◆きのこ採取体験(無料)...
9時30分~、先着50人
- ◆公園散策ウォーキング(3
km・6kmコース)(無料)...9
時30分~、先着100人
- ◆収穫祭...10時~15時
ジャガイモ、キャベツ、白菜、
トウモロコシなど地元の新鮮な
野菜を直売
- ◆パークゴルフ大会(500円)
...9時30分~、先着72人、事前
に申し込み(山西 ☎ 29 0777、白
鳥大橋パークゴルフ場 ☎ 29
5266)
- ◆室蘭工業大学
ペットボトルロケット、電動ラジコ
ン飛行機教室(無料)
対象 小・中学生と保護者
○ペットボトルロケットづくりと打ち上げ
時間 9時~ 定員 先着70人
○電動ラジコン飛行機の組み立てと飛行体験
時間 13時30分~(受け付けは、10時か
ら12時)
定員 30人(定員を超えた場合は抽選)
※絵鞆公園を7時47分に出発する臨時バ
ス(有料)を運行します。詳細は問い
合わせください。

《詳細》山の駅ロッジだんパラ ☎ 43 5600

科学の祭典

9月16日(日)
10時~16時
会場 青少年科学館

入館無料

※プラネタリウムは有
料です。

主な内容
ジャンボシャボン玉、スライムづくり、ドラム
缶つぶし、極低温の世界、蒸しパンづくり
9時から15時30分まで、室蘭工業大学によ
る小型ターボジェットエンジンの仕組みと
ペットボトルロケットの打ち上げ教室を開
催。当日直接お越しください。

新登場 人体の不思議
「老化を体験しよう」

《詳細》青少年科学館 ☎ 29 1058

「知ってますか?警察相談#9110」
困りごと、急を要しない相談や要望は警察相談専用電話 ☎ #9110

男女共生セミナー(後期)

生涯学習課(〒051-0001 6
幸町6-23) ☎(22)5081、
☎(22)6602

日時と内容

日時	テーマ	講師
10月6日(土) 10時～12時	「いのちの輝き」 ～人間の誕生・いのちの バトンについて～	(社)日本助産師協 会北海道支部長 東 紀子さん
11月10日(土) 10時～12時	「団塊世代はおもしろ い」～生き生きが周りを 元気にする～	北翔大学教授 谷川 松芳さん
12月1日(土) 13時30分～ 15時30分	「幸福ってなあに 自分 らしく輝くために」 ～男女平等参画の視点か ら～	(財)日本女性学習 財団理事長 大野 瞳さん

※3回1コース

会場 胆振地方男女平等参画セ
ンター
定員 先着50人
料金 500円
申込方法 9月21日まで、住所、
氏名、年齢、電話番号を記入し、
郵送またはファクス、Eメール
(syougaiakusyu@city.muro
ran.hokkaido.jp) で
※託児を希望する人は事前に申
し込み。

女性スポーツサークル

体育館(〒050-0073宮の森
町4-1-43女性スポーツサー
クル参加申込係) ☎(44)7521
対象 市内に住む女性(65歳以

上の男性も可)
期間 10月第2週～3月末

種目(1人1種目)	曜日・時間	定員
卓球	Aコース (中級)	25人
	Bコース (初級)	50人
健康体操(参加した い曜日を記入。参加 は週1回)	火・水・木・ 金曜日 10時～12時	各100人

料金 卓球4千円、健康体操1
千700円
※別途入館料130円と種目に応じ
た消耗品費などが必要です。
申込方法 9月13日(必着)ま
で、住所、氏名、年齢、性別、
電話番号、希望種目(コース)、
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、9月14
日14時から公
開抽選で受講
者を決定しま
す。



室蘭工業大学で学ぼう

同大学地域連携推進課(〒050
18585水元町27-1) ☎
(46)5023

①パソコンを使って
紙飛行機づくり(無料)
対象 小学4～6年生と保護者

日時 10月14日(日) 9時30分～
13時
定員 15人(定員を超えた場合
は抽選)
注意するもの 上履き

②公開講座・旅行英会話
(初級～中級)
対象 社会人、大学生
日時 10月11日～12月13日(木
曜日10回1コース) 18時30分
～19時30分
定員 先着15人
料金 1千円

③公開講座・現代教養講座
「父性愛を求めて」
対象 高校生以上
日時 10月16日～11月20日(火
曜日6回1コース) 18時30分
～20時
定員 先着20人
料金 1千円
会場 室蘭工業大学
申込方法 ①は9月3日から28
日まで、②は9月3日から、③
は9月10日から、同大学地域連
携推進課に備え付けの用紙で

起業支援講習・交流会(無料)

北海道中小企業団体中央会胆
振支部 ☎(45)8104
対象 独立開業を目指す人
日時 9月26日(水) 15時～
会場 蓬岫殿
内容 起業するために必要な知
識などの講義や情報交換など
申込方法 9月21日まで、電話
で

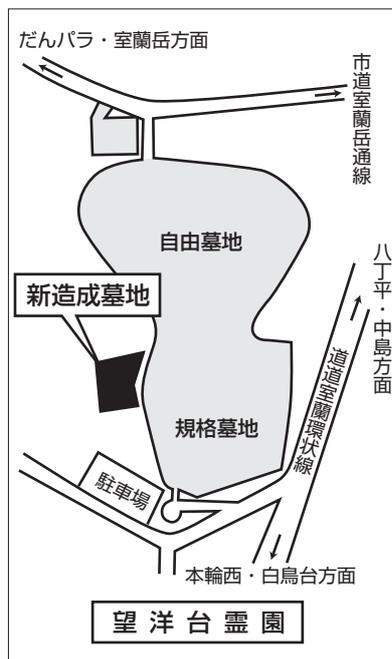
望洋台霊園の新造成墓を貸し出し

対象 6か月以内に墓を建てる人
種類 自由墓地
区画数と墓園使用料
○4㎡・・・386区画(1区画8万8千円)
○6㎡・・・107区画(1区画16万2千円)
※1人1区画まで、先着順
永代管理手数料
○4㎡・・・6万6千円
○6㎡・・・9万9千円
申込方法 9月末から、使用者の本籍
のあった住民票と印鑑を持参し、墓園
使用料と永代管理手数料を添えて市民
生活課で直接
※9月末から現地の確認ができます。
申し込み前に希望区画を決めておいて
ください。

墓参時のお供物などは、
持ち帰るようお願いいた
します。



《申込み・詳細》市民生活課 ☎(25)2382



中島・日新小学校が 統合して開校する 新小学校の校名を募集

地域や学校関係者で組織
する中島地域小学校統合推
進協議会では、新たに開校
する小学校の校名を募集し
ます。



なお、校名には、「中島」
「日新」の旧校名は使用でき
ませんが、1文字程度の使
用は可能です。応募数の多少で採用を
決定することはありません。
申込方法 9月28日まで、校名とその
由来、住所、氏名、電話番号を記入し、
はがきかファクス、Eメール(kyoiku-
somu@city.muroran.hokkaido.jp)ま
たは直接

《詳細》中島小学校(〒050-0073宮
の森町1-5-7) ☎(44)3757、☎(44)
3347、日新小学校(〒050-0075中島
本町1-8-5) ☎(44)3794、☎(44)
3325



秋の園芸教室（無料）

室蘭を緑いっぱいにする会事務局（市・都市計画課公園係内）
☎2603、☎242091

日時 9月29日(土) 10時～12時
会場 中小企業センター
講師 フラワーマスター 矢野隆平さん

定員 先着100人
申込方法 9月3日から、電話またはファクスで

ロボットサッカーコンテストの参加者を募集

室蘭工業大学学生課☎5125

自作のロボットを操作してサッカーを行うコンテストの参加者を募集します。製作相談やアドバイスも行います。気軽に連絡ください。コンテストは、平成20年1月12日・13日に、同

大学で開催します。
申込方法 9月28日まで、同大
学学生課に備え付けの用紙で



まちづくり活動支援補助金事業を募集

市民活動センター☎7070
地域の活性化や課題解決を目的とし自主的なまちづくり活動を支援します。

対象事業 10月から平成20年3月までに実施する、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2分の1以内（上限20万円）、2年目：補助対象経費の3分の1以内（上限10万円）

申込方法 9月21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.nuroran.hokkaido.jp/main/0100.html）にも掲載しています。

豪華客船 再び入港！

平成17年に入港した
サファイア・プリンセス

飛鳥II
9月10日(月) 8時
(出港11時)
9月14日(金) 14時
(出港17時)
接岸場所 中央ふ頭

サファイア・プリンセス
9月23日(日) 8時
(出港18時)
接岸場所 崎守ふ頭

《詳細》 港湾部総務課 ☎3191

室蘭市生活文化伝承者表彰候補者の推薦を

生涯学習課☎5094

選考基準 個人表彰：おおむね65歳以上で生活文化の保存・伝承に30年以上かかっている人
団体表彰：生活文化にかかわっている会員などで組織され、10年以上の活動実績がある団体
申込方法 9月21日まで、生涯学習課に備え付けの用紙で
※関係団体、関係者の推薦が必要。

平成20年成人祭の実行委員を募集

青少年課☎5095、☎6602

対象 新成人など
募集人数 15人程度
申込方法 9月21日まで、住所氏名、生年月日、電話番号、職業を記入し、ファクスかEメール（seisyounen@city.nuroran.hokkaido.jp）、または電話で
※報酬はありません。

道営住宅の入居者募集

胆振支庁建設指導課☎249903

募集団地 市内の道営住宅
申込方法 8月29日から31日まで胆振支庁建設指導課で配付の申込書に必要書類を添えて、9月3日から5日まで直接
抽選日と入居 9月12日の抽選により決定し、10月1日から入居予定

9月の市民文化祭日程（無料）

行事名	日時	会場	内容
展示部門	美術協会公募展	9月19日(水)～23日(日) 10時～17時(23日は16時まで)	文化センター 絵画や工芸、彫刻など、公募作品や会員の作品を展示。(美術協会)
	現代文学の集い	9月29日(土) 14時30分～16時30分	胆振地方男女平等参画センター 北海道詩人協会の会員による、散文詩と地域社会のとの関係について講演。(文芸協会)
舞台部門	吟道大会	9月30日(日) 9時30分～15時45分	文化センター 独吟、合吟、特別番組(構成吟、剣舞、詩舞吟)全道コンクール入賞吟など。(吟道協議会)
	三曲演奏会	9月30日(日) 13時～16時	市民会館 箏、三弦、尺八の合奏。(三曲協会)

介護予防教室で健康づくり 9月の「えみなメイト」**無料**

65歳以上の方が対象です。おしゃべりや軽い運動などで楽しいひとときを過ごしましょう。当日直接お越しください。

日	時	会 場
3日(月)		天 神 町 会 館
4日(火)		幌 萌 町 会 館
5日(水)	10:00	母 恋 会 館 (旧母恋サービスセンター)
	12:00	
6日(木)		白 鳥 台 会 館 (旧白鳥台サービスセンター)
		文 化 セ ン タ ー
10日(月)	13:30	弥生集会所(東町)
11日(火)	15:30	丸井今井室蘭店
14日(金)		陣 屋 町 会 館
18日(火)	10:00	市 民 会 館
19日(水)	12:00	瑞 の 江 会 館 (大 沢 町)
25日(火)	13:30	中 島 会 館 (中島サービスセンター2階)
	15:30	
26日(水)	10:00	水 元 町 会 館
27日(木)	12:00	本 輪 西 会 館 (本輪西消防署隣)

《詳細》介護福祉課認定予防係 ☎2881

就業構造基本調査にご協力を

調査の対象となった世帯には9月中旬に統計調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

総務課統計係 ☎2108

母子世帯などに 就学資金を貸し付け(無利子)

子ども家庭課母子自立支援員 ☎2705

高校や短大、専修学校、大学などに進学・在学する子を持つ母子、寡婦、または両親のいない世帯に対し、就学資金の貸付制度があります。詳細はお問い合わせください。

メルトタワー21の 排ガス(煙突)測定結果

西いぶり広域連合 ☎0705

メルトタワー21の「ダイオキシン類対策特別措置法」による排出基準値は0.1ナノグラムです。5月30日の1号炉の測定結果は0.0055ナノグラムと基準値を下回っています。※ナノグラムは10億分の1グラム

道の仕事に関して、皆さんの利害に関わる苦情を、苦情審査委員が面談し、苦情を受け付けます。

日時 9月12日(水) 10時~16時
会場 胆振支庁道政相談室

北海道苦情審査委員の巡回相談
胆振支庁道政相談室(〒051-8558 幸町9-11) ☎249902

国立北海道障害者職業能力開発 校(砂川市)入校前の適性相談

平成20年度の入校希望者を対象に、障がいの程度や能力に合った訓練科目が選択できるように適性相談を行っています。詳細はお問い合わせください。

相談期間 平成20年2月29日まで

同校 ☎0125(52)2774

募集種目	応募資格	受付期間	試験日
防衛医科大学 衛生学 科 校 生	高校卒業(見込みを含む)21歳未満	9月7日 ~28日	一次 11月 3・4日
防 大 学 衛 校 生	一般 高校卒業(見込みを含む)21歳未満		一次 11月 10・11日
看 護 学 生	推薦 高校卒業(学校長の推薦が必要)	9月5日 ~7日	9月 23・24日
看 護 学 生	高校卒業(見込みを含む)24歳未満	9月7日 ~28日	一次 10月14日

白衛官等の募集
自衛隊札幌地方協力本部
蘭地域事務所 ☎495333
市・総務課 ☎2215

申込方法 道のホームページまたは同相談室に備え付けの申立書に記入し直接

とちりまちホットライン

伊達市のお知らせ



オーケストラがやってくる
トヨタファミリーコンサート イン 伊達

札幌フィルハーモニー管弦楽団の演奏会を開催します。総勢70名が奏でるシンフォニーをごたんのうください。

日時 9月17日(月) 14時~

会場 だて歴史の杜カルチャーセンター
入場料 前売り1,000円(当日1,200円)、小・中・高校生無料(前売り券販売所で配付している学生券が必要)

前売り券販売所 エルム楽器、ぎんやレコード

《詳細》だて噴火湾アートビレッジ実行委員会 ☎0142②5050

登別市のお知らせ



ちりゆきえ
知里幸恵フォーラム'07イン登別
(無料)

日時 9月17日(月) 13時~16時(開場12時30分)

会場 ホテル平安(登別市中央町5-1-1)

内容 児童文学作家の矢崎節夫さんによる講演「幸恵さんとみすゞさん」と、アイヌ民族楽器奏者の加納沖さんによる弦楽器「トンコリ」の演奏

※知里幸恵さんは、登別出身のアイヌ女性で、「アイヌ神謡集」の著者。1922年に19歳の若さで逝去しました。

《詳細》知里森舎 ☎③3677

9月の歯科救急医療(9時~11時)

日程	医 院 名
2日(日)	八丁平歯科医院 八丁平2-27-16 ☎461182
9日(日)	サイトウ歯科医院 日の出町2-16-11 ☎436686
16日(日)	柴田歯科高砂デンタルオフィス 高砂町3-9-20 ☎458484
17日(月)	すずき歯科医院 高砂町5-12-15 ☎463434
23日(日)	高橋歯科クリニック 白鳥台4-20-5 ☎592200
24日(月)	由川歯科医院 中島町3-15-1 ☎443377
30日(日)	多田歯科医院 中央町3-4-13 ☎221184

郵便局のサービスは
民営化後も変わりません

10月1日から、郵便局は民営化されますが、これまでと同じ店舗で同じサービスを提供します。
窓口・貯金・保険…郵便局(株)(室蘭郵便局 ☎2995、東室蘭郵便局 ☎43342)
集荷・配達…郵便事業(株)(室蘭支店 ☎2993、東室蘭支店 ☎43341)

伝言板



「いぶり文芸」原稿募集

胆振文化団体協議会が発行する文芸誌の原稿を募集します。胆振管内在住者(中学生以下を除く)が対象。B4サイズの400字詰め原稿用紙で、創作と評論は15枚から20枚程度、随筆は3枚から4枚、詩は30行以内、短歌は5首、俳句、川柳は5句で9月25日までに応募してください。短歌、俳句については歴史的かなづかいと現代かなづかいの別を原稿の頭に明記のこと。作品には題名、氏名(ペンネーム可)を、末尾に住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、室蘭文化連盟「いぶり文芸編集委員会」(〒051-0016幸町6-23文化センター内)へ応募ください。1人1作品に限ります。
【詳細】 井村 ☎27063

むろらんIT勉強会(無料)

9月8日14時から16時まで、胆振地方男女平等参画センターでITリーダーの育成を目的とした勉強会を開催。3分で出来るミニブログや映像発信など。参加を希望する人は氏名を記入しEメール(semina@kuru2.net)かファクスで事前に申し込み。定員は先着50人。
【詳細】 NPO法人くるくるネット(鳥山) ☎090-8169-2514、☎2101

ボーイスカウト1日体験の参加者募集(無料)

5歳から小学2年生(女子も可)と保護者が対象。9月9日9時30分に本教寺(常盤町6-14)に集合し、14時まで芋掘りなどを行います。タオルと長靴を持参。9月7日まで電話かファクスで申し込み。
【詳細】 ボーイスカウト室蘭第1団(佐藤) ☎☎8572

室蘭年金受給者協会の会員募集

新たな出会いと生きがいのある生活のため、会員相互の親ぼくを目的とした会です。対象は国民年金、厚生年金、共済年金などの年金受給者。会ではパークコ

ルフや日帰り温泉ツアーなどを行っています。宿泊施設割引などもあり。年会費2,000円。申し込みは電話で。
【詳細】 室蘭年金受給者協会 ☎070-5614-6355(平日)

日鋼記念病院の薬剤部見学会(無料)

10月17日14時から15時30分まで、日鋼記念病院で薬が手元に届くまでを、調剤体験を交えて見学できます。先着20人。9月28日まで電話で申し込み。
【詳細】 同病院調剤室 ☎27350

「わにの会」ボランティア募集

図書館輪西分室の夜間開館を行っているボランティアグループです。ご協力いただける方を募集しています。
【詳細】 同会(岡原) ☎43518

ふくろう文庫ワンコイン美術講座「お化けと妖怪」

9月15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でふくろう文庫の山下敏明さんが美術書にまつわる講演を行います。参加料500円。
【詳細】 ふくろうの会(図書館内) ☎21658

10月号に掲載する原稿の締切日は9月5日(水)です。

【詳細】 市民対話課 ☎2193、☎2835
 Eメール shimintaiwa@city.muroran.hokkaido.jp

皆さんの声をお寄せください。
 〒051-8511 室蘭市幸町1-2 室蘭市市民対話課
 ☎2193、☎2835
 Eメール shimintaiwa@city.muroran.hokkaido.jp

お答えします
 市内には地域ごとに学校や公園など屋内外に避難場所があり、その大きさと一時避難場所と広域避難場所に分けられています。大地震などの大きな災害が発生した場合は、近くの広域避難場所に避難することになりますが、市内の避難場所などを示したハザードマップ(災害危険区域予測図)を9月末に全世帯に配布しますので、自分の地域について確認してください。また、避難場所までの経路に危険な所がないのか、実際に歩くなどして確認しておくことも重要です。(総務課防災安全 ☎22244)

災害時の避難場所は
 中越沖地震のような大きな災害が突然来た場合、どこに避難したら良いのか分かりません。教えてください。(祝津町 男性)



お答えします
 今年4月に、税金などの公金をカードでも払えるように国の法律が改正になり、市立室蘭総合病院でもカード会社と話し合いを進めております。
 現金を持たなくても良い、分割払いができるなど、安全性や便利さで、カード払いへの市民ニーズが高くなっています。国からの指導で、カード会社に払う手数料に慎重な取り扱いが求められるなど公金のカード払い導入には、まだ時間がかかる見込みです。
 なお、来年4月から、市税や国民健康保険料などのコンビニ納付を開始しますが、市立病院診療費のカード払いを含む市役所全体の公金の納付について、今後もできるだけ市民が納めやすい仕組みをつくっていきます。(市立室蘭総合病院医事課 ☎23111内線2230)

病院の支払いになぜクレジットカードは使えないのですか。
 市立室蘭総合病院に入院した時に思ったのですが、なぜ、診療費はカード払いができないのでしょうか。今はカード社会なので、市役所に払うお金にもカードが使えるととても便利だと思います。(寿町 女性)

保 健

会場は保健センター（東町4-20-6）

健康づくり課 ☎ 6 6 1 0

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	20日(木)・21日(金)	12:30~13:30	平成19年5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	6日(木)・7日(金)	12:30~13:50	平成18年1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	12日(水)・14日(金)		平成16年8月出生児(個人通知) ※フッ素塗布(800円)も行います。			
ここまま相談広場	27日(木)	10:00~11:00	幼児の自由計測・交流 11:10から読み聞かせ	無料	-	当日直接
		13:15~14:00	計測や相談事のある乳児・妊婦 14:00から離乳食の話 (食材:米・ほうれん草・豆腐)			
予防接種	BCG	20日(木)・21日(金)	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	6日(木)・7日(金) 12日(水)・14日(金)・26日(水)	1歳3カ月~4歳未満児 平成18年6月出生児(個人通知)			
からだと食事の健康相談	25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	5日(水)・10日(月) 18日(火)・28日(金)	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	13日(木)		体脂肪・筋肉量などを測りたい人			
女性のための相談	25日(火)		更年期など女性特有の症状について気になる人			
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	無料	-	当日直接
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			
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。希望する人は室蘭地域産業保健センターに電話(☎4393)で申し込みください。詳しくは、お問い合わせください。 6日(木) 14:00~16:00...鈴木 彩 医師(内科・小児科) 13日(木) 18:30~20:30...下地 英樹 医師(整形外科・内科・外科) 27日(木) 18:30~20:30...下谷 保治 医師(産婦人科・婦人科内分科学)		無料	-	予約制	

親子遊びと子育て講座(無料)

0歳児のひよこクラブ

対象 平成19年2月から平成19年6月生まれの子どもと母親(第1子のみ)
日時 10月9日・16日・23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)

1歳児のすくすくクラブ

対象 平成17年12月から平成18年6月生まれの子どもと母親
日時 10月10日・17日・24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

2歳児のちびっこクラブ

対象 平成16年12月から平成17年9月生まれの子どもと母親
日時 10月15日・22日・29日・11月5日・12日(月曜日) 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)

定員 各10組(先着順)

申込方法 9月7日、8時45分から電話で

※再参加はできません。

《申込み・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 ☎ 6 0 0 2



ふるさと 室蘭 人

の サークル都市室蘭に 市民活動の輪を広げたい

「それぞれ違う目的を持って活動していた市民団体が手をつなぎ始めたことで、活動の幅が広がりました。その効果は大きい」と、まちづくりネットワーク代表の秋山さん。

同ネットワークは市民活動をしている団体同士の交流や連携をはかろうと、平成16年に設立された。「市民活動を活発にするには拠点づくりが必要と、2年をかけ市民活動センターについて他都市の視察や市民アンケートなどを実施。結果をもとに平成18年3月、市にセンターの設置についての提言書を提出。同年6月、現在の市民活動センターオープンにつながった。現在、市内のNPOなど21団体がネットワークに加入。月1回程度、事業の打ち合わせや情報交換を行っている。



まちづくりネットワークのみなさん

「団体との調整は大変だけど、もっとネットワークを広げていきたい。将来的には町内会など、地域とも情報交換ができれば」と、さらにいろいろな団体との交流に期待する。

ネットワークの取り組みとして、毎年「市民活動ミュージアム」を開催している。各団体の活動内容を市民に知ってもらい、これから何かをやりたいと思っている人が活動を始めるきっかけになればと、これまで2回開催し、統合失調症疑似体験(幻聴など)や、認知症の疑似体験など、興味深い体験も行われ好評だった。

今年も同ミュージアムが、9月16日・17日の2日間、丸井今井の催事場で開催される(本ページ左下参照)。「今年は体験メニューも充実しています。期間中いつでも何かやっているのので、気軽に足を運んでください」と秋山さんは呼びかける。

ミュージアムに参加し、市民活動の輪に触れてみてはいかがでしょうか。



昨年の市民活動ミュージアム。各団体の活動がパネルや資料などで分かりやすく紹介されている。

発行日/平成19年9月1日 通巻/918号
印刷/日光・文成堂富士総業共同企業体

市民活動ミュージアムⅢ

～交わりからつながりへ～
室蘭地域の各市民活動団体が一堂に集結!!

9/16(日) 10時～19時
17(月) 10時～17時

会場 丸井今井室蘭店 7階催事場

- ステージ発表**
参加団体が5分間で活動をPR。
- 体験コーナー**
鉄くずのオブジェやダンボールコンポスト作りなど、時間ごとにさまざまな体験を用意しています。
- 展示コーナー**
参加団体の活動内容をパネルで紹介。

《詳細》市民活動センター ☎⑤7070

みんなで参加しよう
市民大運動会

むろらんピック

参加無料

「大綱引き」や「玉入れ」など運動会おなじみ種目のほか、野菜を集めてゴールを目指す「新・野菜をもらおう」などオリジナル種目でスポーツの秋を満喫しよう。

日時 9月30日(日)
受け付け 8時30分～
※雨天時は10月7日(日)に延期

会場 入江陸上競技場

申込方法 当日会場で

《詳細》体育館 ☎④7521

「まち」から「まち」へ駆け抜ける
選手たちを応援しよう

2007 ツールド・北海道国際大会

9月16日(日)の9時に、入江運動公園前をスタートし、国道36号(室蘭新道)を自転車で駆け抜けます。当日は、競技の関係上、9時14分(予定)まで通行止めとなる区間がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

《詳細》生涯学習課 ☎②1112

固定資産税・都市計画税第3期、固定資産税(償却資産)第3期、国民保険料第4期、介護保険料第3期は、10月1日までに納めましょう。

