

室蘭が好き。みんなで創る、住み続けたいまち

広報 むろらん



特集 新型コロナワクチン令和5年秋開始接種 2

室蘭MaaSプロジェクト「いってきマース」、室蘭市交通安全人と旗の波運動 ... 3

お知らせむろらん 4

環境課からのお知らせ 10

エンジョイ子育て 11 みんなの健康 15

伝言板 18 おでかけガイド、相談 19

室蘭-青森フェリー新航路就航！ 20

本紙は9月15日現在の情報を掲載しています。
イベントなどが中止となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

10

2023年(令和5年)
No.1111

無料 要予約

《詳細》
健康推進課
新型コロナワクチン係
☎41-5720

新型コロナワクチン令和5年秋開始接種

新型コロナウイルス感染症の重症化を予防するため、希望により生後6カ月からワクチン接種を受けることができます。
※接種は強制ではありません。
※接種を受けることのメリットとデメリットを理解した上で、検討してください。

対象

- ・生後6カ月～4歳以下で初回の接種（3回）が完了し、前回の接種から3カ月以上経過した人
- ・5歳以上で初回の接種（2回）が完了し、前回の接種から3カ月以上経過した人

接種券一体型予診票

秋開始接種の接種券一体型予診票は「白」です。以前に発行した色付きの接種券一体型予診票は使用できません。

接種券一体型予診票の送付

12歳以上の対象の人は、前回の接種から3カ月経過した後に順次送付しています。ワクチンの入荷に合わせて送付しますので、お待ちいただく場合があります。

接種期間 令和6年3月31日まで

使用するワクチン オミクロン株XBB対応1価ワクチン

■11歳以下のお子さんと保護者の人へ

接種券一体型予診票の発行は申請が必要です。ワクチン接種のお知らせを送付しますので、ご検討ください。希望する場合は、電子申請で申し込みしてください。



■接種を受けたことがない人へ

オミクロン株XBB対応1価ワクチンで初回接種を受けることができます。希望する人は、健康推進課新型コロナワクチン係（☎41-5720）にご連絡ください。

■転入された人へ

接種を希望する人は、健康推進課新型コロナワクチン係（☎41-5720）にご連絡ください。接種履歴の確認後に接種券一体型予診票を発行します。

■予約方法と接種を受けることができる医療機関

医療機関は、変更や受付終了となる場合があります。できるだけかかりつけ医での接種を検討してください。登別市内にも接種可能な医療機関があります。最新の情報や詳細は、右の二次元コードから市ホームページをご覧ください。



A. 定期受診していない人も接種可能な医療機関

医療機関	予約の条件など	電話番号	予約方法
あとう内科クリニック	高校生以上 毎週水曜日	47-8585	診療時間内に電話予約
かみしま医院	中学生以上	46-3200	
ちりべつ循環器内科クリニック	18歳以上 (高校生不可)	47-5517	
野尻内科消化器科クリニック	中学生以上	41-1551	
福永医院	中学生以上	44-2320	
鈴木内科	18歳以上	来院予約（電話不可） 予約時に接種券が必要	
いくた内科クリニック (10月のみ)	高校生以上	市LINEか市ワクチンコールセンター (二次元コードと電話番号は、Cの右側の欄をご覧ください。)	定期受診来院時に予約（電話不可）
かみと耳鼻咽喉科クリニック	中学生以上		
下地内科クリニック	中学生以上		
本庄医院	18歳以上 (高校生不可)		
市立室蘭総合病院 (実施日のみ)	高校生以上		
市立室蘭みなと診療所	高校生以上		
恵愛病院（登別市）	12歳以上		

B. 定期受診者のみ接種可能な医療機関

医療機関	予約の条件など	電話番号	予約方法
製鉄記念室蘭病院	中学生以上	44-4650	平日 15時～17時 までに電話 予約
大川原脳神経外科病院	12歳以上	44-1519	診療時間内に電話予約
あだち内科クリニック	18歳以上	41-6000	
上田病院	中学生以上 (本院で接種歴があれば可)	44-3690	
東室蘭医院	18歳以上 (高校生不可)	44-1650	
むろらん神経内科クリニック	18歳以上	41-5533	
柳川内科医院	18歳以上 (受診歴、接種歴があれば可)	定期受診来院時に 予約（電話不可）	
ひがしまち皮膚科クリニック	中学生以上		
ふじかね内科医院	中学生以上		
本庄医院	18歳以上 (高校生不可)		
本輪西ファミリークリニック	12歳以上		

C. 集団接種会場 保健センター（東町4丁目20-6）

日程		集団接種予約方法		
土曜日 巡回バスなし	10月21日・28日 11月11日・18日・25日 12月9日・16日・23日	14:00～17:45	市LINE 	市ホームページ (有人チャットから予約)
日曜日 巡回バスあり	10月22日・29日 11月12日・19日・26日 12月10日・17日・24日	9:30～11:15、 14:00～16:45	家族などのLINE アカウントからも予約できます	市ワクチンコールセンター (9:00～18:00) (土日・祝日も受付) (予約専用フリーダイヤル) ☎0120-260-227

※ワクチンの入荷状況により、中止する場合があります。

室蘭MaaSプロジェクト「いってきマース」 買い物・飲食連携型タクシーサービス



《詳細》パナソニックITS(株)
☎050-3120-2561
都市政策推進課 ☎25-2592

誰もが移動に困らないまちを目指して、市とパナソニックITS(株)が推進する実証実験事業です。

自宅と提携店舗間のタクシー料金で使えるクーポンを発行し、買い物やお食事などのおでかけをお手伝いします。

対象 市内在住の人

期間 10月16日(月)～12月15日(金)

運行時間 月～金曜日 10:00～24:00 (祝日を除く)

利用方法

- ①会員登録
- ②提携店舗へおでかけ
- ③買い物や飲食後に会員登録をしていることを伝えると、タクシーの割引クーポンがもらえます。
※1,000円ごとに100円分クーポン (上限500円)。



提携店舗のタブレットで二次元コードを読み取ると利用できます



- ④クーポンが利用できるタクシーを予約

【店舗→自宅の利用】

店舗の予約専用タブレットから乗りたい時刻を選んで予約

【自宅→提携店舗の利用】

電話 (予約専用ダイヤル) で、乗りたい時刻を選んで予約

- ⑤タクシーで、自宅や店舗へ送迎

- ⑥乗車料金を直接支払い

※自宅と提携店舗間の移動のみご利用できるサービスです。提携店舗・各乗車場所は会員登録時にご確認ください。

会員登録方法

- 受付ブースを設置します

本サービスの説明、会員登録を受け付けます。スタッフがサポートします。

日時: ①10月10日(火)～12月15日(金) 10:00～17:00
②10月16日(月)～12月15日(金) 10:00～17:00
(いずれも土・日、祝日を除く)

会場: ①モルエ中島内サンドラッグ横通路
②スーパーアークス室蘭中央店

※障がい者手帳をお持ちの方は、持参してください。

- 郵送による登録

各提携店舗に備え付けの申込用紙を郵送で事務局に送付してください (送料無料)。

提携店舗

モルエ中島 (各店舗)、スーパーアークス
室蘭中央店

飲食店

室蘭申揚げ中島一丁目商店、Lapin Garden (ラパンガーデン)、洋食酒場らぱん、くじら食堂、やきとり伊勢広、やきとりの一平本店、やきとりの一平學亭、板前料理そのべ

送迎可能店舗
拡大中!

●注意事項

- 会員登録した人限定のサービスです。
 - タクシー料金は距離から算出し、乗車前に確定します。
 - 走行ルートおよび、タクシーの車両は指定できません。
 - 後日送付するアンケートに回答をお願いします。より良いMaaS事業のために活用します。
- 詳細は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



10/10 12:00～13:00

10月11日(水)～20日(金)

秋の輸送繁忙期の交通安全運動

～私も参加する交通安全運動～

室蘭市交通安全人と旗の波運動

交通事故に「あわない」「おこさない」「おこさせない」を合い言葉に、交通安全を呼び掛ける“人と旗の波運動”に参加しましょう。

当日は、室蘭市出身の歌手・竹野 留里さんが、1日警察署長として、皆さんと一緒に運動に参加します。

1日警察署長の竹野 留里さん

沿道からの街頭啓発

時間 12:00～13:00 (時間内の15分間)

※雨天中止 (小雨決行)。

市内の任意の沿道で一般通行車両に対して小旗を振り、交通安全の標語やメッセージを掲げて安全運転を呼びかけます。

車両パレード

時間 11:45～13:00

※悪天候のときは、中止する場合があります。

【蘭西コース】海岸町→小橋内町→祝津町→白鳥大橋→陣屋町→白鳥台→崎守町→港北町→高平町→東町

【蘭東コース】海岸町→母恋北町→御前水町→輪西町→東町→日の出町→高砂町→水元町→知利別町→中島町→東町

交通安全市民の集い

無料 要申込

1日警察署長の竹野 留里さんによる交通安全講話や北海道警察音楽隊による演奏、カラーガード隊によるドリル演奏などを行います。

時間 14:30～16:00 **会場** わにホール室蘭市市民会館
申込方法 お住まいの町内会・自治会に申し込むか、室蘭市交通安全人と旗の波運動実行委員会事務局 (地域生活課内) に電話で

《詳細》室蘭市交通安全人と旗の波運動実行委員会事務局 (地域生活課内) ☎25-2380

お知らせむろらん

9月15日現在の情報を掲載しています。催しなどが中止となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。



くじらん LINEスタンプ



催し

市民大運動会むろらんピック 無料

参加者を4つのチームに分けて競技を行います。
ランチタイムには、くつ飛ばし選手権、フリースロー選手権を行います。



日時 10月1日(日) 9時30分(8時30分から受け付け)

会場 ④栗林商会アリーナ

定員 先着480人

用意する物 昼食、運動靴

申込方法 当日会場です

港の文学館に行こう!

■ギャラリートーク

企画展「室蘭 港の文芸誌」展
「らんぶの会」の紹介&ミニライブ
「フルーツとピアノ」 **無料**

日時 10月7日(土) 13:30~14:30

申込方法 当日会場です

■港の文学館移転10周年記念特別講演会

「鉄と風と旅」篠原 勝之 氏 **無料**

日時 10月9日(月) 13:00~14:15

定員 先着70人

申込方法 当日10時から、整理券を配布します。(1人1枚)

■ブックトークカフェ

「本との出会い、人との出逢い」

日時 10月14日(土) 14:00~15:30

定員 先着5人程度

料金 200円、高校生以下は無料

申込方法 10月13日まで、電話で

■あなたのあなたによるあなたのための朗読会 **無料**

日時 10月21日(土) 13:00~15:30

申込方法 当日会場です

《詳細》港の文学館 ☎22-1501

ギャラリートーク

展示作品を本人が解説します。

日時 10月15日(日) 13時

詳細 市民美術館 ☎22-1124

DENZAー環境科学館の催し **無料**

科学技術振興作品展胆振地方展

胆振管内の小中学生が考案作成した発明工夫作品を展示します。

日時 10月7日(土)・8日(日)

10時~16時

会場 えみらん1階多目的室

室蘭盆栽会盆栽展示会

会員が育てた約80鉢を展示します。

日時 10月14日(土)・15日(日) 10時

~16時(15日は15時まで)

会場 えみらん1階多目的室

市民天体観望会

天体望遠鏡で月や惑星を観望します。小学生以下は保護者同伴、中学生は保護者の許可が必要です。雨天・曇天時は18時30分からプラネタリウムの生解説特別投影をします(料金がかかります)。

日時 10月21日(土) 18時~18時40分、18時55分~19時35分(入場は終了の15分前まで)

会場 DENZAー環境科学館屋上

定員 各先着40人

申込方法 10月13日から18日まで、電話で(休館日を除く)

詳細 DENZAー環境科学館

☎22-1058

大人も子どもも楽しめる夜の社会科見学

むろらんカルチャーナイト 2023

10/6金
15:00~21:00

公共施設や民間施設を夜間開放します。見学や体験を通して地域の文化を楽しみましょう。どなたでも参加できます。



- ・開催時間は各施設によって異なります。
- ・事前予約が必要な企画もあります。詳細は、フェイスブックをご覧ください。



参加施設

- ・市役所本庁舎市長室・消防本部・室蘭民報みんなの水族館・旧室蘭駅舎
- ・えみらん (DENZA環境科学館・図書館)・港の文学館・市民美術館
- ・FMびゅう・室蘭郵便局・室蘭警察署・本教寺・旧絵鞆小学校
- ・室蘭海上保安部・北海道電力ネットワーク(株)室蘭支店・NHK室蘭放送局
- ・室蘭地方気象台・北海道日産自動車(株)室蘭店・就労支援センターJobスタ
- ・スーパーアークス室蘭中央店・室蘭ダイハツ販売(株)・工大カフェTENTO
- ・日本キリスト教会室蘭教会・末日聖徒イエス・キリスト教会室蘭ワード

《詳細》むろらんカルチャーナイト実行委員会 ☎080-2102-8976

11/7火

9:45~15:30



三市合同施設見学会 参加者募集

室蘭・登別・伊達市民の合同施設見学会です。PCB廃棄物処理施設と日本製鉄(株)室蘭製鉄所を見学します。昼は道の駅「カナスチールみたら室蘭」で自由行動とします。昼食は、各自持参してください。

発着場所 市役所本庁舎、東町ターミナル

定員 14人程度(定員超えは抽選)

申込方法 10月13日17時まで、市LINEの予約、または、住所・氏名・年齢・性別・電話番号・バス発着場所を記載し、郵送(13日必着)で



※施設内の階段を利用するため、健脚な人。

《詳細》広報課 ☎25-2193

☎051-8511 幸町1-2

市民活動センターの展示 無料

全日本写真連盟室蘭支部写真展

日程 10月2日(月)～7日(土)
(2日は12時から、7日は15時まで)

会場 パーメントクラフトの世界
おしゃべりな仲間のお合同発表会

日程 10月11日(水)～21日(土)
(21日は15時まで)

絵手紙サークルえがお絵手紙展

日程 10月23日(月)～11月1日(水)
(11月1日は13時まで)

開館時間 月～金曜日 9時～21時
土曜日 9時～17時

休館日 日曜日、祝日

詳細 市民活動センター
☎83-7751

菊花展覧会と手芸サークル「かぎぐるま」チャリティーバザー

日時 10月28日(土)・29日(日)
9時～17時(チャリティーバザーは28日のみ、29日は16時まで)

会場 サンライフ

詳細 サンライフ ☎55-3040

講座・講習

男女共生セミナー 無料

「人口減少と男女共生社会へ異次元の少子化対策のために」を

テーマに、ノンフィクション作家の沖藤典子さんが講演を行います。

日時 11月11日(土) 9時30分～12時

会場 胆振地方男女平等参画センター(ミンクール)

定員 先着50人

申込方法 11月2日まで、電話または、申込書をファクスかメールで(託児の希望は10月20日まで)

詳細 地域生活課 ☎25-2951

☎23-2133 ✉sekatsu@city.n-uroran.jp

西いびりサイクルプラザの講座

①ワークショップエコクラフト
～サンタBOX

日時 10月7日・14日・28日(土曜日、全3回) 13時～16時

定員 先着8人

料金 1千円

②ワークショッププレザークラフト
～ポーチ

日時 10月8日(日) 13時～16時

定員 先着8人

料金 1千円～3千円

③ワークショップシルバークラフト

日時 10月15日(日) 12時30分～16時
定員 先着8人
料金 1千500円～3千円
④きめこみパッチワーク講座

料金 1千円～3千円

申込方法 10月1日から、①②③は各前日まで、④は13日まで、電話で

詳細 西いびりサイクルプラザ ☎59-0319

絵本くじび 無料

林明子さんの絵本についてお話しします。

対象 中学生以上

日時 10月15日(日) 10時30分～12時

会場 F Kホールディングス生涯学習センターきらんブックパーク

定員 先着10人

申込方法 10月14日まで、電話または窓口へ直接

詳細 F Kホールディングス生涯学習センターきらんブックパーク ☎83-7753

危険物取扱者保安講習

対象 危険物取扱者免状の交付を受け、現在、危険物製造所などで危険物の取扱作業に従事している人

日程 10月24日(火)

※時間は講習ごとに異なりますので、お問い合わせください。

講習種別 一般、石油コンビナート

会場 登別市民会館

料金 4千700円(北海道収入証紙) 申込方法 10月14日まで、消防本部、各消防署支署・出張所、胆振

総合振興局地域政策課に備え付けの申込書を北海道危険物安全協会連合会に提出

詳細 消防本部予防課 ☎41-4134

きらんの料理教室

①ハロウィンを楽しむ料理教室

かぼちゃのハロウィン包みとかぼちゃのプリンを作ります。

日時 10月28日(土) 9時30分～12時、13時～15時30分

定員 各12人(定員超えは抽選)

②手打ちそば教室

日時 10月29日(日) 9時30分～11時30分、13時～15時

定員 各4人(定員超えは抽選)

対象 20歳以上

料金 各2千円

申込方法 10月20日まで、電話、または、住所・氏名・電話番号を記入し、ファクスかメールで

詳細 F Kホールディングス生涯学習センターきらん ☎83-7750 ☎83-7326 ✉kanjimustu@muroran-kranet

サンライフの講座

①シニアのためのヨガ講座
～初めてのヨガ体験

日時 10月4日・11日・18日・25日(水) 13時30分～15時

②煎茶道のすすめ
～お茶の淹れ方、楽しみ方

日時 10月13日・27日(金) 10時～12時、13時30分～15時30分

③スクエアステップ講座
～介護予防運動

日時 10月13日・27日(金) 13時～14時30分

④初級・中級者のための
囲碁講座・対局会(無料)

日時 毎週木曜日 13時～17時

定員 ①③は各先着10人、②は各先着5人、④は定員なし

料金 ①は各600円、②③は各500円

申込方法 ①②は各前々日まで、③は各前日まで、電話で。④は当日会場へ

詳細 サンライフ ☎55-3040

市民活動センターの講座

さらにウオーキング(無料)

日時 10月14日(土) 10時～12時

定員 先着20人

絵手紙体験教室

日時 11月1日(水) 10時30分～12時30分

定員 先着10人

料金 100円
申込方法 事前に電話で
詳細 市民活動センター ☎83-7751



講座・講習

室蘭工業大学公開講座

①抽出を知って最高の一杯をあなたに〜カフェのサイエンス

日時 10月21日(土)・11月23日(木)

9時〜10時30分

②氷島の言葉と文化を学ぶ
アイスランド語超入門

日時 11月8日・15日・22日・29日(水曜日、全4回)

10時30分〜12時

③ロシアってどんなところ?〜隣国の言語と文化

日時 11月18日(土) 13時30分〜15時

対象 高校生以上

定員 ①③は各先着10人、②は先

喜門岱小学校 学校見学会

喜門岱小学校は、一定の条件を満たせば教育委員会の許可を受けて市内のどこからでも転・入学できる特認校です。



授業参観や生活・総合学習発表会、入学説明会を行います。

日時 11月4日(土) 9:30〜12:00
(9:20から受け付け)

申込方法 事前に電話で



《詳細》喜門岱小学校 ☎55-3850

着15人

料金 各1千円(教材費を含む)

申込方法 ①は10月3日17時まで、

②は10月3日から17日17時まで、

③は10月18日から11月

1日17時まで、同大学

ホームページの申込

フォームで

詳細 室蘭工業大学総務広報課

☎46-5016



患者等搬送乗務員の講習

患者等搬送時の応急処置法、感染防止、搬送方法などを学びます。

対象 市内の患者等搬送事業をしている企業に勤務する18歳以上の人

日時 基礎講習 10月13日(金)〜15日(日)

9時〜16時、定期講習 10月14日(土)

13時〜16時

会場 消防総合庁舎(東町)

定員 先着10人程度

申込方法 10月6日まで、電話で

※受講には、「患者等搬送乗務員基礎講習テキストガイドフィン

2020対応」が必要です。各自で用意してください。

詳細 消防本部警防課

☎41-4132

消防本部からのお知らせ

10月15〜31日 秋の火災予防運動

これからの季節は、空気が乾燥したり、暖房器具を使うことが多くなり、火災をなくすため、次のことに十分注意しましょう。



○寝たばこは絶対に行わない

○ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する

○ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

住宅用火災警報器は設置しましたか



全ての住宅に設置が義務付けられています。あなたと大切な家族の命を守るためにも、まだ設置していない場合は、早急に設置しましょう。すでに設置している人は、定期的に作動確認をしましょう。

詳細 消防本部警防課

☎41-4133

暮らし

室蘭市職員の募集

令和6年4月1日採用に向けて、職員採用試験を実施します。

受験資格や申込方法

などの詳細は、市ホームページをご覧ください。



募集職種 事務、事務(情報)

技術(電気)、保健師

募集人数 各1人

募集期間 10月13日(金)まで

詳細 職員課 ☎25-2236

令和6年度から使用する小学校用教科書を採択

小学校用

国語【光村図書出版(株)】、書写【光村図書出版(株)】、社会【教育出版(株)】、地図【(株)帝国書院】、算数【(株)新興出版社】、啓林館【理科【東京書籍(株)】、生活【教育出版(株)】、音楽【教育出版(株)】、図画工作【日本文教出版(株)】、家庭【開隆堂出版(株)】、保健【東京書籍(株)】、英語【開隆堂出版(株)】、道徳【光村図書出版(株)】



特別支援学級

文部科学省検定済・著作教科書および一般図書

詳細 学校教育課 ☎22-5055

保健センター体育館の一般開放を中止します

11月〜令和6年1月分の体育館の一般開放は、新型コロナウイルス感染症ワクチン接種会場などに使用するため中止します。

詳細 健康推進課 ☎45-6610

上下水道事業におけるインボイス制度への対応

10月1日から、適格請求書等保存方式（インボイス制度）が開始されます。市水道部では正確な運用税率や消費税率をお伝えするため、以下のとおり対応します。

適格請求書発行事業者登録を行いました

水道事業：T 5800020004936
下水道事業：T 4800020004937

適格請求書は下記を発行します

納付書でお支払いの場合

水道料金等納入通知書兼領収書

口座振替でお支払いの場合

口座振替済通知書（水道使用量等のお知らせに記載）

水道料金などの消費税相当額計算方法が変わります

インボイス制度の導入により、消費税額計算時の端数処理が1つの請求に対し1回となるため、10月検針分より消費税相当額の計算方法を変更します。これにより制度導入以前と同じ使用水量であっても請求金額が異なる場合があります。

なお、基本料金、従量料金など税抜き料金分の変更はありません。

〈例〉家事用水道料金で（口径13から25ミリメートル）、2カ月で14立方メートルの水を使用した場合

水道使用量等のお知らせ	
お客様番号	
市区町	1-11-16
水道 本部	
今月ご使用水量	
5年10月分（8月1日～10月1日）	4
口径(mm) 013	
①今回検針	1014 ml
②前回は取付指針	1000 ml
③差引水量(①-②)	14 ml
④メーター水量	ml
⑤使用水量(③+④)	検針日 検針員
請求額	14 (円)
基本料金	2431円
下水道使用料	2706円
合計金額	5137円
口座振替予定日	5年 11月 22日

9月までは1カ月ごとに消費税相当額を計算
7立方メートル×単価15円+基本料金1,000円=水道料金1,105円
1,105円×10パーセント=消費税110円×2カ月=220円

10月検針分から各月の水道料金を足してから消費税相当額を計算
1,105円×2カ月×10パーセント=221円
※1つの請求に対し端数処理を2回から1回にするため料金に差がでます。
※下水道使用料も同様に計算します。

「ハロウィンジャンボイベント」「ハロウィンジャンボミニ」発売中

収益金は、市町村のまちづくりや環境対策、高齢化対策など、地域住民の福祉向上のために使われます。

発売期間 10月20日(金)まで

詳細 (公財) 北海道市町村振興協会 ☎011-232-0281

10～12月 赤い羽根共同募金にご協力を

募金は、地域の子育てや高齢者・ボランティア

活動などの支援、障がいがある人の施設の改修整備、備品購入などに活用されます。

詳細 共同募金委員会（社会福祉協議会内） ☎83-5031

八丁平町会では、（一財）自治総合センターからの助成を受け、夏祭りや盆踊りで使うやぐらなどを購入しました。この助成事業は、宝くじの普及広報事業として、住民によるコミュニティ活動の促進と健全な発展を図る目的で、宝く

じの助成金で整備しました。

詳細 地域生活課 ☎25-2223

インターネット公表

物件や申込方法などは、期間中にKSI官公庁オークションホームページをご覧ください。資料は市税課（広域センタービル）でも閲覧できます。なお、中止する場合もありますので、ご了承ください。

参加申込期間 10月6日(金) 13時～24日(火) 23時

詳細 市税課 ☎25-3177

第40回市民ギャラリー展の作品募集

作品は、12月6日から17日まで、市民美術館に展示し、優秀な作品は表彰します。

対象 高校生以上で、市内に居住・通勤・通学している人、または、市内の美術教室や美術サークルに参加している人

募集作品 出品者が創作した、絵画（油彩・水彩・日本画など）、書、写真、工芸、彫刻、塑造などの作品（1人1点）

申込方法 11月18日まで、ホームページまたは、美術館に備え付けの申込書を

市税の納付には便利な
口座振替をご利用ください

対象となる市税 市・道民税（普通徴収分）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税

取扱金融機関 室蘭信用金庫、北海道銀行、北洋銀行、北海道労働金庫、伊達信用金庫、室蘭漁業協同組合、ゆうちょ銀行

申込方法 市税課または市内金融機関に備え付けの口座振替依頼書で

※新規申込の場合、口座振替は原則翌月以降からとなります。

詳細 市税課 ☎25-2321

知っていますか？
「苦情審査委員」制度

北海道が行った業務や制度の内容を審査するのが「北海道苦情審査委員」制度です。

皆さん自身の利害に関することで、道政に苦情がある場合は、「苦情審査委員」に申立てができ、業務に不備な点や制度に問題があるときは、道の機関に是正や改善を求めます。個人情報を守られます。

詳細 北海道知事室道政相談センター ☎011-204-5523

郵送が直接

詳細 市民美術館 ☎22-1124
☎051-0016 幸町6-23

市民文化祭「趣味の作品展」に出展しませんか

11月17日から19日まで、室力ス文化センターで開催する「趣味の作品展」の作品を募集します。

募集作品 切り絵、絵画、書、盆栽、陶芸、パッチワークなど

応募数 個人：3点以内
グループ：2点以内

申込方法 10月10日から26日まで、電話または住所・氏名・電話番号・作品の種類を記入し、ファクスで（電話は火・木曜日の10時から15時）

詳細 室蘭文化連盟 ☎023-9535

暮らし

流木を無償提供します

海や川に流れ着いた流木を無償提供します。新ストーブなどで活用してください。

時間 月～金曜日 10時～16時

引取場所 西いぶり広域連合最終処分場（神代町106-1）ほか

申込方法 事前に引き取り希望日時を電話で連絡し、西いぶり広域連合事務所に「流木引取申請書」を提出

※流木を小割りにする道具を用意してください。



※形、大きさ、品質は保証しません。※引き取りに伴う事故やケガなどは、自己責任になります。

詳細 西いぶり広域連合

☎9-07005

税に関するデジタル関係施策の紹介ページを掲載しています

国税庁では、e-Taxをはじめとした「税に関するデジタル関係施策」を事業者が利用できるように、各施策を国税庁のホームページに掲載しています。

詳細は、ホームページをご覧ください。

詳細 室蘭税務署 ☎22-4151



後期「技能検定」試験

実技試験の日程や受験手数料など、詳細はお問い合わせください。

申込方法 10月2日から13日まで、胆振地方技能訓練協会などで配布する申請書を郵送で

詳細 胆振地方技能訓練協会（胆振総合振興局商工労働観光課内）

☎84-5666

☎051-8558 海岸町1-4-1

10月は不正軽油防止強化月間

道では「作らない」「売らない」「買わない」「使わない」を合言葉に、不正軽油の撲滅に向けた取り組みを強化しています。

不正軽油を見たり聞いたりしたときは、不正軽油110番（☎0800-80002-110）に連絡してください。

詳細 胆振総合振興局課税課

☎24-9582

北海道アイヌ生活実態調査へご協力をお願いします

道では、道内のアイヌの人たちの生活実態を把握するため調査を実施します。

全道から300世帯を抽出し、家族状況などの世帯調査と15歳以上の人に意識などに関するアンケート調査を行います。

自衛官候補生の募集

受験資格 18歳以上33歳未満
受付期間 11月9日まで
試験日 11月17日～20日のいずれ

詳細 シルバー人材センター ☎45-8155

シルバー人材センター入会説明会

対象 60歳以上の健康な人
日時 10月19日（木） 13時30分
会場 中小企業センター
申込方法 事前に電話で

期間 10月～12月（予定）
詳細 高齢福祉課 ☎25-22872

FMびゅうと連携してスマホアプリで防災情報をお伝えします

災害時の避難情報などを通知する機能がついたラジオアプリの運用が始まりました。複数の情報入手手段を備えるため、スマートフォンをお持ちの人は、ぜひアプリを入れておきましょう。

無料出張説明会

アプリのダウンロードや操作方法などの無料出張説明会を行います。町内会や会社などの団体で申し込みください。

申込方法 件名を「レディモ説明会希望」として、氏名・電話番号を記入し、メールで



ダウンロードはこちら

FMラジオ × 防災 文字で情報を受け取れます

《詳細》室蘭まちづくり放送株式会社 ☎84-1662
✉842@fmview.jp
防災対策課 ☎25-2244

訂正とお詫び

広報むろらん9月号7ページに掲載した「救急の日講習会」の講師の氏名に誤りがありましたので、訂正するとともに関係者の皆さまにご迷惑をお掛けしたことをお詫びします。

誤 白井 亮汰さん
正 白井 亮汰さん
詳細 広報課 ☎25-2193

だんパラスキー場 前売りシーズン券発売

お得な前売りシーズン券（2023～2024）を販売しています。購入したシーズン券を北海道シーズンネット加盟スキー場で提示すると、リフト券が特別料金で購入できるなどの特典が受けられます。

販売期間 10月1日から12月22日まで（シーズン券は11月16日から渡します）
※オープンは12月23日の予定です。

購入方法

ホームページに掲載している申込書に、裏面に氏名を記入した直近3カ月以内の顔写真（縦3センチメートル×横2.4センチメートル）と料金を添えて現金書留でだんパラスキー場（☎050-0052香川町224-1）に郵送、または、室蘭岳山麓総合公園宿泊研修施設サンパワー380に直接※シーズン券を郵送で受け取る人は、434円（郵送料）がかかります。

区分	前売りシーズン券料金
大人	14,000円
高校生	13,000円
中学生以下	12,000円



《詳細》室蘭岳山麓総合公園宿泊研修施設サンパワー380 ☎44-6055



自動車文庫ひまわり号 巡回日程(10~3月)

《詳細》図書館 ☎22-1658

本を借りるときは「よむ・よむ」カードが必要です。カードを持っていない場合は、身分証明書をお持ちください。1人10冊まで借りられます。次回の巡回時に返却してください。

悪天候および車両故障時は、運休することがあります。
※終了時間の5分前までに来てください。

地区	駐車場所	時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月	地区	駐車場所	時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
Aコース	火祝津・港南 絵鞆町1丁目14番市営住宅 祝津町2丁目16番カナリヤ美容室付近 増市町1丁目レジデンスマンション付近 港南町2丁目14番付近 港南町1丁目11番港南町会館付近	10:00~10:30							火天神・高砂 水元町9番市営住宅39-2RC付近 高砂町5丁目29番付近 天神町29番付近 高砂町2丁目高砂東公園付近	10:00~10:40										
		10:40~11:30	3	14	12	16	13	12		10:50~11:30		7	5			6	5			
		13:30~14:10	17							13:30~14:30		24			23					
	水母恋・御前水 母恋北町2丁目母恋公園付近 母恋南町3丁目5番付近 御前水町1丁目12番御傘山神社付近 母恋南町4丁目南町公園付近	10:00~10:50							水柏木・知利別 柏木町柏木公園横付近 八丁平4丁目17番室蘭中央自動車学園内 八丁平中央通線沿い1丁目付近 知利別町2丁目楽山付近	10:00~10:30										
		11:00~11:30	4	1	13	17	14	13		10:50~11:30		11	8	6	10	7				
		13:30~14:30			15					13:30~14:10									6	
		14:40~15:30	18	29	27	31	28	27		14:20~15:30		25	22	20	24	21				
	木東・日の出 東町1丁目21番市営住宅53KR1付近 本輪西町5丁目栗林公園付近 日の出町1丁目17番共済アパート付近 日の出町2丁目25番付近	10:00~10:30							木港北・石川・幌萌 石川町224番地付近・喜門岱小学校 本輪西町5丁目35番鈴かけ団地付近 港北町4丁目19番付近 陣屋町3丁目陣屋町会館付近 幌萌町41番幌萌町会館付近	10:00~10:30										
		10:50~11:30	5	2	14		1	14		10:40~11:00		12		7	11	8	7			
		13:30~14:30			16	18	15			13:30~14:10			9							
14:40~15:30		19	30	28		29	28	14:10~14:40			26		21	25	22	21				
金宮の森・高砂 宮の森町4丁目旧市体育館前 宮の森町1丁目楽山三ツ和会館付近 高砂町2丁目高砂ハイツ付近 宮の森町3丁目宮の森公園付近	10:00~10:40							金八丁平・水元 八丁平4丁目はっち付近 水元町46番第三さくらハイム付近 高砂町4丁目1番消防高砂出張所付近	10:00~11:20											
	10:50~11:30	6		1		2	1		10:00~11:30		13	10	8	12						
	13:30~14:30			17	19	15			13:30~14:30							9				
	14:40~15:30	20		15	16	29			14:40~15:30		27	24	22	26				22		



とまりまちホットライン

伊達市のお知らせ



だて農業・漁業・大物産まつり

総合公園だて歴史の杜多目的広場を会場に、伊達の秋の味覚をたっぷりとしめるイベントを4年ぶりに開催します。焼肉コーナーや5歳から小学生が対象のアカアジつかみどり大会、餅まきなども行います。

ご家族・ご友人とお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

日時 10月1日(日)
10:00~14:00

場所 総合公園だて歴史の杜多目的広場
《詳細》同実行委員会事務局(だて観光協会) ☎0142-25-2722

登別市のお知らせ



カルルス温泉文化祭×LOPPIS 2023

インテリアとカフェのマーケット「LOPPIS」に文化祭を掛け合わせた、カルルス温泉で初の催しです。※詳細は、ホームページをご覧ください。

日程 10月7日(土)・8日(日)
10:00~16:00

会場 登別カルルス温泉街
内容 雑貨、手工芸、パンやお菓子などの出店、ジャズ演奏家によるミニライブ、モルック体験など

料金 500円(小学生以下無料)
《詳細》同実行委員会
☎loppissapporo2010@gmail.com



FMひまわり

周波数 FM84.2 メガヘルツ
室蘭まちづくり放送(株) ☎84-1662

市からのお知らせ特大号
「室蘭MaaSプロジェクト
“いってきマース”」

2日(月) 17:39~17:54
再放送 3日(火) 12:44
4日(水) 9:10
6日(金) 17:39

市からのお知らせ

月~金曜日(1日3回、各2分間)
7:55 11:47 17:30

子育て情報

《詳細》子育て支援課 ☎50-5101

2日(月) 13:30~13:35
再放送 9日(月) 13:30

《詳細》広報課 ☎25-2193

環境課からのお知らせ

《詳細》環境課 ☎22-1481

◆旧指定ごみ袋を販売します

市の発注の遅れにより、指定ごみ袋（20リットル・30リットル）の在庫が不足しています。

在庫不足が解消されるまでの間、代替品として旧指定ごみ袋を販売します。皆さまにはご不便をお掛けしますがご協力をお願いします。

販売種類	旧指定ごみ袋（燃やせるごみ）	・20リットル
	旧指定ごみ袋（燃やせないごみ）	・30リットル
販売価格	・20リットル：600円 ・30リットル：900円 （10枚入り、現在の価格と同じ）	
販売期間	令和5年11月30日まで	

お願い

- ・分別区分によって指定ごみ袋の種類が異なります。
- ・令和6年3月31日まで、旧指定ごみ袋は差額券を貼らずに使用できます。
- ※旧ごみ処理券を使用するときは、差額券が必要です。
- ・令和6年4月以降、旧指定ごみ袋を使用するときは、差額券が必要です。使い切れる枚数を購入してください。
- ・指定ごみ袋のばら売りを実施している店舗は、二次元コードから確認できます。



◆令和4年度のごみ・資源物の量とごみ処理手数料の使いみち

- ・1人1日あたりの家庭系ごみ排出量は548グラムとなり、室蘭市一般廃棄物処理基本計画で定める目標値の506グラムを42グラム上回りました。ごみはリサイクルするだけでなく、必要のないものを買わないようにすることで減量につながります。ごみの排出量を減らすことで、家庭におけるごみ処理費を減らすなどの効果があります。
- ・ごみ処理手数料の収入2億5,960万円は、西胆振地域廃棄物広域処理施設（メルトタワー21）でのごみ処理や、リサイクルプラザでの資源物の選別・圧縮に充てられています。

令和4年度ごみ・資源物の量

（ ）内は前年度比

家庭系ごみ	15,488トン(-591トン) 1日1人あたり 548グラム	事業系ごみ	13,567トン(-629トン) 1日1人あたり 480グラム
燃やせるごみ	12,986トン (-317トン)	燃やせないごみ	2,502トン (-274トン)
燃やせるごみ	11,200トン (-505トン)	燃やせないごみ	2,367トン (-124トン)
資源物	982トン(-3トン)		
空き缶	219トン(-16トン) (アルミ缶 158トン スチール缶 61トン)	空きびん	477トン(+11トン)
ペットボトル	285トン(+2トン)	紙パック	1トン(±0トン)
使用済小型家電の回収量	51トン(+2トン)		

◆10月は「廃棄物適正処理推進月間」「食品ロス削減月間」です

○不法投棄は犯罪です

ごみなどを決められた場所以外に投棄、または、投棄しようとする行為は、処罰の対象となる場合があります。その場合、5年以下の懲役または1,000万円以下（法人の場合3億円）の罰金、または、その両方が科せられます。



市では、不法投棄パトロールを行っているほか、不法投棄を発見した場合は、警察などと連携し調査を行っています。不法投棄を見かけたときは、環境課までご連絡ください。

○ごみは正しく出しましょう

正しく分別されていないため収集されないごみが、ごみステーションに出されているとの苦情が寄せられています。

市では、収集できない理由を記載した赤色の啓発ステッカーを収集できないごみに貼付しています。啓発ステッカーが貼られているごみを出した人は、一度持ち帰り、正しい分別をしてからあらためて出してください。収集されない理由がわからない場合は、環境課までご連絡ください。

また、市LINEで分別方法を検索できます。



このごみは収集できません

■ 分別して（可燃、不燃、資源物、危険ごみ）
■ 指定ごみ袋・ごみ処理券を使用して
■ 1点につき1枚ごみ処理券を貼って
■ 差額券を貼って（不足しています）
■ 指定袋からごみをはみ出しています
■ 指定袋の口を縛って（飛散防止）
■ テープや紐で指定袋の口を縛らないで
■ 他の袋や箱に入れないで
■ 収集日が違います
■ 市では収集しないごみ

その他

室蘭市環境課 TEL:22-1481

○食品ロス

日本では年間約523万トン（令和3年度推計値）の「食品ロス」が発生しているとされています。10月は「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定め、家庭における「食べきり運動」を推進しています。

食品ロス削減のため、一人一人ができることから始めましょう。

○食品ロスを減らすためにできること

- ・料理は食べきれぬ分だけ作り、残さず食べきる
- ・余った料理もリメイクして食べきる
- ・買い物に行く前に、冷蔵庫を確認する
- ・小分け商品やばら売り商品など、必要なものだけ買う
- ・賞味期限の近くなった商品を買う
- ・外食の時は、食べきれぬ分だけ注文する
- ・お店では、残った料理はお店に確認して持ち帰る

「食品ロス削減月間」に合わせ、昨年の10月にフードドライブを実施し、集まった食品を福祉団体などに寄贈しました。

今年度も実施する予定です。詳細は、市LINEなどでお知らせします。



10月の健診・おでかけカレンダー

当日、直接会場にお越しください。

...子どもの健診

日	行事	詳細	日	行事	詳細
2月 ~4水	親子で簡単せいさく「ハロウィン製作」 9:30(満1歳~就学前の子どもと保護者) 13:30(満1歳未満の赤ちゃん和保護者) 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)	らんらん	18水 19木	10月生まれのバースデーフォトコーナー (生後6カ月のハーフバースデーフォトコーナーもあります) 10:00、13:30 子育て世代包括支援センター「こころん」	こころん
4水	おりがみ教室「おぼけ」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15 F Kホールディングス生涯学習センター きらんキッズパーク	きらんK	21土	おりがみ教室「おぼけ」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15 F Kホールディングス生涯学習センター きらんキッズパーク	きらんK
4水 6金	3歳児健診(個別通知) 12:20 保健センター	健康推進	24火	10月生まれのおたんじょうかい 9:30(満1歳~就学前の子どもと保護者) 13:30(満1歳未満の赤ちゃん和保護者) 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)	らんらん
7土	おはなし会(小学生以下の子ども) 11:00 図書館本館	図書館	24火 ~26木	親子で楽しむ簡単せいさく(各先着15組程度) 10:00 子育て世代包括支援センター「こころん」	こころん
7土	作ってあそぼう!「ハロウィン製作」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15 F Kホールディングス生涯学習センター きらんキッズパーク	きらんK	26木	4カ月児健診(個別通知) (絵本の読み聞かせのあとに絵本と食器をプレゼントします) 12:40 保健センター	健康推進
12水	1歳6カ月児健診(個別通知) 12:20 保健センター	健康推進	29日	アップルおはなし会 (先着20人程度、英語の絵本の読み聞かせと歌) 11:00 F Kホールディングス生涯学習センター きらんブックパーク	きらんB
15日	英語のおはなし会(小学生以下の子ども) 11:15 えみらん1階多目的室	図書館			
18水	作ってあそぼう!「ハロウィン製作」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15 F Kホールディングス生涯学習センター きらんキッズパーク	きらんK			

《詳細》 **健康推進** 健康推進課 ☎45-6610 **こころん** 子育て世代包括支援センター「こころん」 ☎45-2022
図書館 図書館 ☎22-1658 **らんらん** 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内) ☎25-6002
きらんK F Kホールディングス生涯学習センターきらんキッズパーク ☎83-7752
きらんB F Kホールディングス生涯学習センターきらんブックパーク ☎83-7753

● 室蘭民報みんなの水族館 ●

● 今シーズン閉館感謝イベント ●

記念品プレゼント

日時 10月8日(日)・9日(月) 9:30
定員 先着100人

閉館大抽選会

おいしい食べ物などが当たる抽選会を行います。
対象 有料入館者(パスポート所有者含む)
日時 10月8日(日)・9日(月) 13:30
会場 水族館事務所前芝生(雨天時は休憩室)
申込方法 当日9時30分から13時まで、水族館正門で抽選券を配布

開館時間 9:30~16:30
 入館料 大人400円 高校生200円(生徒手帳提示) 市内居住の中学生以下は無料

《詳細》室蘭民報みんなの水族館 ☎27-1638

キッズ・ジュニアのヒップホップジャズダンス

対象 4歳~中学生
日時 10月29日(日) 15:30~16:15
定員 先着10人 **料金** 500円
申込方法 10月28日まで、電話で

《会場・詳細》サンライフ ☎55-3040

おいでよ! こころん

無料 当日直接

みんなの広場 開放日 月~金曜日(祝日を除く)
 開放時間 10:00~12:00
 13:30~15:30


お子さんの身長・体重を計測できます。赤ちゃんから測れます。センサー式身長計もあります。

《詳細》子育て世代包括支援センター「こころん」 ☎45-2022

10月のフッ素塗布

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

対象 1歳3カ月~就学前の子ども
日時 10月31日(火) 13:00~14:45
会場 保健センター **料金** 800円
申込方法 事前に、市LINEの予約で
 ※人数制限があります。



らんらんのルームであそぼう

無料 当日直接

ルーム	対象	開放日時(10月)
0歳児ルーム	満1歳未満の赤ちゃん和保護者	月・火・木・金曜日(祝日を除く) 13:30~15:00
わくわくルーム	満1歳~就学前の子ども和保護者	月・火・水・金曜日(18日、祝日を除く) 9:30~11:30

パパとあそぼう!らんらん土曜日

無料

対象 満1歳~就学前の子どもとお父さん
日時 10月21日(土) 9:30~11:30
定員 先着10組
申込方法 10月2日から、電話で

《詳細》子育て支援センターらんらん(常盤保育所内) ☎25-6002

室蘭きらんブックパーク
M K B
無料 当日直接
ハロウィン製作タイム

ハロウィンの仮装アイテムや飾りなどの工作を行います。

対象 3歳～小学生
日時 10月21日(土)・22日(日)
10:30～11:30、13:30～15:00
定員 各先着10人

《会場・詳細》F Kホールディングス生涯学習センターきらんブックパーク ☎83-7753



当日直接
キッズパークのハッピーハロウィン♪

ねぞうアート
対象 2歳以下の子どもと保護者
日時 10月6日(金)～16日(月) 10:00～16:45

ハロウィンの森
おばけとかぼちゃに顔を描いてキッズパーク内に飾ります。
日時 10月6日(金)～30日(月) 10:00～16:45

ハロウィンフォトスポット
日時 10月18日(水)～30日(月) 10:00～16:45

ハロウィン仮装工作
日時 10月28日(土)～30日(月) 10:00～16:45

対象 小学生以下の子どもと保護者

入場料 1歳～小学生…200円
1歳未満の子ども・同伴の保護者…無料

《会場・詳細》F Kホールディングス生涯学習センターきらんキッズパーク ☎83-7752



無料
きらん開館5周年記念
小寺 卓矢さんと葉っぱでスタンプアート!

写真絵本作家の小寺 卓矢さんと葉っぱを拾ってスタンプアートを行います。

対象 3歳～小学生(2年生以下は保護者の同伴が必要)
日時 10月7日(土) 13:30～16:00
定員 先着30人程度 申込方法 電話または直接


《会場・詳細》F Kホールディングス生涯学習センターきらんブックパーク ☎83-7753

手形でアート「おさるさん」

対象 2歳以下の子どもと保護者
日時 10月25日(水)・26日(木) 10:00～
定員 各先着10組

申込方法 10月11日から、電話または直接
入場料 1歳～小学生…200円
1歳未満の子ども・同伴の保護者…無料

《会場・詳細》F Kホールディングス生涯学習センターきらんキッズパーク ☎83-7752



10/29日 無料
ロボットアリーナ体験教室

作製したロボットは持ち帰ることができます。

ボクシングロボットを作ろう!

ニッパーやドライバーを使い、キットを組み立てます。

対象 小学1～3年生 時間 10:30～12:30



相撲ロボットを作ろう!

手回し発電で動くロボットを製作します。

対象 小学4～6年生 時間 14:00～16:00

定員 各10人(定員超えは抽選)
申込方法 10月2日12時から10日17時まで、同大学ロボットアリーナのホームページの申込フォームで
※お子さんが体験教室に参加している間、保護者の皆さんは、本紙6ページ掲載の大人の3次元プリンター体験教室に同時に申し込むことができます(料金がかかります)。

《会場・詳細》室蘭工業大学ロボットアリーナ ☎46-5337

図書館に行こう!

無料

《詳細》図書館 ☎22-1658

・月末図書整理による休館日…10月31日(火)

ステップライブラリー

絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌遊びなどを行います。

対象 3歳以下の子どもと保護者

日時 10月25日(水) 10:45~11:30

会場 えみらん1階多目的室

定員 先着5組程度

申込方法 10月24日まで、電話で



10/27(金)~11/9(水) 読書週間

当日直接

標語 私のペースでしおりは進む

読書週間特別展示

どさんこ絵本作家あべ弘士さん「あてっこ どうぶつずかん だれ」巡回パネル展in北海道

日時 10月27日(金)~11月29日(水) 10:00~18:00

会場 図書館本館

おはなし会

絵本の読み聞かせやパネルシアター、わらべ歌遊びなど行います。
対象 幼児~小学生

日時 10月28日(土) 11:00~11:45

会場 えみらん1階多目的室

日時 10月29日(日) 11:00~11:30

会場 えほん図書館(白鳥台ショッピングセンターハック内)

子育て講座

無料

子育てについて学びませんか?

たのしくあそぼう! らんらんクラブ

「身近な物で楽器を作ろう!」

対象 1歳~就園前の子どもと保護者

日時 11月15日(水) 10:00~11:30

定員 先着10組程度

申込方法 10月19日から、電話または直接

《会場・詳細》子育て支援センターらんらん(常盤保育所内) ☎25-6002



マタニティ教室

栄養士から妊娠期・授乳期の食生活についてお話があります。また、助産師と保健師から授乳や沐浴の指導を受けます。

対象 市内に居住するおむね30週以降の妊婦(パートナーの同伴可)

日時 10月11日(水) 13:00~15:00

定員 先着10組

申込方法 10月4日まで、申込フォームで



かんたん妊婦体操とマタニティ教室

妊婦体操と呼吸法の実践や、歯科医師による歯の健康のお話をします。

対象 市内に居住する体調の安定した妊婦(パートナーの同伴可)

日時 10月27日(金) 13:00~14:40

定員 先着20組

申込方法 10月20日まで、申込フォームで



りにゅう食教室

これから赤ちゃんに離乳食を始める人や、すでに初期・中期食を始めている人が対象です。初期から中期食までの進め方と作り方を紹介します。

日時 11月9日(木) 13:30~14:45

定員 先着15組

申込方法 11月2日まで、申込フォームで



会場 保健センター 3階

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

幼稚園・保育所(園)・小学校の親と教育・保育職員の集い

『小学校入学に向けて家庭で育みたいこと』

幼稚園や保育所(園)から小学校への入学を円滑に進めるため、パネラーによる提言発表や質疑応答、全体交流を行います。託児も無料です。

対象 令和6年度以降小学校に入学予定の子どもの保護者、教育・保育職員、関心のある人

日時(11月)	会場
2日(木) 10:00~11:30	みなと小学校
21日(火) 18:30~20:00	八丁平小学校

申込方法 10月6日から、みなと小学校会場は10月20日まで、八丁平小学校会場は11月10日まで、申込フォームで



みなと小学校 八丁平小学校

はじめてママのころころクラブ

「抱っこと眠りの話(何で泣くの?)」

対象 生後4カ月までの赤ちゃんと保護者

日時 11月17日(金) 13:30~14:30

定員 先着10組程度

申込方法 10月12日から、市LINEの予約で



0歳の親子講座 ぴよぴよクラブ

「離乳食のお話」

対象 0歳の赤ちゃんと保護者

日時 11月7日(火) 13:30~14:30

定員 先着15組程度

申込方法 10月5日から、市LINEの予約で



地域子育てセミナー(幼児を持つ親編)

「こんな時どうする?子育てあるある話!」

託児も無料で行います。

対象 就学前の子どもを持つ保護者

日時 11月22日(水) 10:00~11:00

定員 先着10人

申込方法 10月18日から11月19日まで、申込フォームで



《会場・詳細》子育て世代包括支援センター「こころん」☎45-2022

フィジカルプラス

physical+の受講者を募集しています

《詳細》スポーツ協会 ☎84-6270

プログラム 【種目ナンバー】	対象	曜日 (月3回)	時間	定員 (先着)	料金 (月額)	申込方法
キッズスポーツ【K-1】	平成29年4月2日 ～令和2年4月1日 に生まれた子ども	火	15:00～16:00	各10人	各3,000円	 二次元コード からメールで
小学生の運動教室【J-2】	小学1～3年生		16:30～17:30			

会場 ④栗林商会アリーナ
※別途、保険は任意で申し込み。



子育て応援団 のお知らせ


ハ丁平子育てサロン

親子遊びをして昼食を食べます。

対象 就学前の子どもと保護者
日時 10月11日(水) 10:00～12:00
会場 八丁平第一町会会館
(八丁平3-33-1)
料金 1組100円(昼食代)
詳細 同サロン・中川 ☎46-2213

ハロウィン親子でクッキング

分子栄養学アドバイザーのいしおかしょうこさんによる、ハロウィンにちなんだ料理作りと、発達や栄養に関するプチ講座を行います。

対象 発達に課題を抱える子どもとその保護者
日時 10月22日(日) 10:00～11:50
会場 F Kホールディングス生涯学習センターきらん
定員 先着6組程度
料金 500円(会員は無料)
申込方法 10月20日まで、
申込フォームで 
詳細 発達障がい児子育て親の会ペ
チュニア・木村
☎2212petunianokai@gmail.com

鉄子文庫 **無料**

各分室と開室日時

幕西分室 (幕西町2-11)	毎週土曜日 10:00～17:00
高砂分室 (高砂町1-10-19)	毎週木曜日 14:00～16:30
水元分室	毎週水曜日 15:00～17:00

詳細 山田 ☎050-5375-8784

おもちゃの修理

壊れたおもちゃを無料で修理します。部品代がかかることがあります。

日時(10月)	会場
8日(日) 11:00～15:00	ふれあいサロン ほっとな～(中島町)
29日(日) 11:00～15:00	えみらん1階 多目的室

詳細 おもちゃの病院「中島」・岡本
☎090-1644-0543

あつまれちびっこ **無料**

自由遊びや絵本の読み聞かせをします。

対象 就学前の子どもと保護者
日時 10月12日(木) 10:00～12:00
会場 わにホール室蘭市市民会館
詳細 室蘭子ども劇場 ☎43-3790

秋の実りの中で 読み聞かせとお散歩 **無料**

対象 小学3年生以下の子どもと保護者
日時 10月20日(金) 15:00～16:00
会場 工大カフェ TENTO
(室蘭工業大学 大学会館内)
定員 先着10組程度
詳細 TENTO・市村 ☎080-1447-8085

子ども食堂「えがお食堂」


子どもや高齢者に食事を提供します。就学前の子どもは保護者の同伴が必要です。

日時 10月21日(土)
11:30～12:30
(遊び場は10:00～12:30)
会場 本教寺(駐車場側入口)
料金 大人200円、高校生以下無料
詳細 室蘭更生保護女性会・石倉
☎090-3468-1966



New born ベビーマッサージ体験会 **無料**

原始反射や姿勢反射を利用したマッサージやふれあい遊びを行います。

対象 1カ月健診を終えた寝返り前の赤ちゃんとその保護者
日時 10月11日(水) 10:00～11:00
会場 yoga&mama salon ATmam
(日の出町3-5-22)
定員 先着4組
申込方法 事前に申込
フォームで 
詳細 同salon ☎050-6867-5832

子どもの居場所クルハウス **無料**

金・日曜日は学習支援と希望者に軽食を配布し、土曜日は遊び支援と子ども食堂を行います。

対象 学習支援のみ小学生～高校生
日時 毎週金曜日 17:30～19:30
毎週土曜日 10:30～14:30
第2・4日曜日 10:00～13:00
会場 クルハウス(知利別町2-22-31)
料金 子ども食堂を利用する場合
大人200円、大学生以下無料
申込方法 各前々日まで、電話または
LINE (@081svllb) で
詳細 NPO法人くるくるネット
☎48-9133

みくにっ子文庫おはなし会 **無料**

10月はおはなし『ろせんばす』『すずの兵隊』『あいうえの本』などを行います。当日は会場でリクエストも受け付けます。

日時 毎週日曜日 9:30～10:00
会場 日本キリスト教会室蘭教会
(幸町5-15)
詳細 同教会 ☎22-6086



高齢者インフルエンザ 高齢者肺炎球菌 高齢者のための予防接種を受けましょう 接種料金の一部を助成します

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

インフルエンザや肺炎は、高齢者にとって命に関わることもあります。
室蘭・登別市内の実施医療機関に直接問い合わせの上、必要な書類を持参して接種を受けましょう。

	高齢者インフルエンザ予防接種	高齢者肺炎球菌予防接種
	<p>インフルエンザが流行する時期を迎えます。感染予防や感染拡大を防ぐため、予防接種を受けましょう。</p> <p>実施期間 10月1日から令和6年1月31日まで 本人負担額 1,500円</p>	<p>肺炎は体の抵抗力が弱まったときなどにかかりやすく、高齢者は重症化しやすい病気です。 今年度、対象年齢で春に接種券が届いた人は、早めに予防接種を受けましょう。</p> <p>実施期間 令和6年3月31日まで 本人負担額 2,400円</p>
対象 必要な書類	<ul style="list-style-type: none"> 接種をする日までに65歳以上になる人 年齢を確認できる健康保険証などの身分証明書 60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器疾患・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で、身体障害者手帳1級の人 身体障害者手帳 	<p>過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがなく、次のいずれかに該当する人。</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和5年4月1日から令和6年3月31日までに、次の年齢になる人 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳 個別通知に同封している接種券 60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器疾患・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で、身体障害者手帳1級の人 身体障害者手帳
上記対象のうち無料になる人 必要な書類	<ul style="list-style-type: none"> 市民税非課税世帯の人 介護保険料納入通知書 または 課税証明書 生活保護受給世帯の人 介護保険料納入通知書 または 生活保護受給証明書 室蘭市国民健康保険に加入している人 国民健康保険被保険者証 後期高齢者医療制度に加入している人 後期高齢者医療被保険者証 	<ul style="list-style-type: none"> 市民税非課税世帯の人 介護保険料納入通知書 または 課税証明書 または 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証 生活保護受給世帯の人 介護保険料納入通知書 または 生活保護受給証明書

がんへの支援

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

無料

がん相談支援センターでは、がんに関するさまざまな悩みを相談員が伺います。また、がんサロンには、通院先を問わず、がんの診断を受けた人、治療中の人、その家族が参加できます。

○がんサロン

webがんサロン ほっとほーむ 《詳細》日鋼記念病院がん相談支援センター ☎22-2225

10/4(水) 13:30~14:45

申込方法 10月2日17時まで、ホームページの申込フォームで



がんサロン はあと 《詳細》製鉄記念室蘭病院がん相談支援センター ☎47-4337

10/25(水) 13:00

会場 同病院 患者図書室はあと
申込方法 事前に電話で



糖尿病教室

無料

当日直接

- 糖尿病専門医のお話 医師 宮崎 義則 さん
- 理学療法士による運動
- 理学療法士のお話「フットケアについて」

日時 10月18日(水) 13:30~14:30

《会場・詳細》市立室蘭総合病院 ☎25-3111

休日歯科 救急医療

《詳細》室蘭歯科医師会 ☎43-3522

診療時間 9:00~11:00



診療日	診療所
1日(日)	ちりべつファミリー歯科 知利別町3-5-7 ☎41-4141
8日(日)	えばた歯科医院(登別) 新川町4-15-10 ☎88-0809
	さくら歯科・矯正歯科(伊達) 舟岡町208-27 ☎0142-21-4108
9日(月)	J.FUKUDA DENTAL CLINIC 中島町1-31-10 ☎41-7755
15日(日)	グリーン・デンタル・クリニック 八丁平1-49-23 ☎41-3118
22日(日)	水野歯科医院 東町2-19-14 ☎44-4500
29日(日)	いちはし歯科 本輪西町3-6-13 ☎55-4323

健康相談

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

無料

健康を維持するために、体調の変化などの気になることがあるときには、すぐに相談しましょう。

会場 保健センター3階

当日直接

健康相談 日時 月・水・金曜日(祝日を除く) 10:00~11:30	女性のための健康相談 日時 10月2日(月) 9:30~16:00
メタボリック・ダイエット相談 日時 10月16日(月) 9:30~16:00	体組成計を使った体脂肪と筋肉量の測定 日時 10月25日(水) 9:30~16:00

要 予約

■からだと食事の健康相談
 日時 月~金曜日(祝日を除く) 9:30~16:00

オレンジカフェ

《詳細》高齢福祉課 ☎25-2861

認知症の人とその家族、地域の人が気軽に立ち寄ることのできるカフェです。参加は無料です。詳細は、各カフェにお問い合わせください。

ふなみカフェ ☎25-7700
 舟見町1-13-3 (舟見の杜2014内)

オープン
 毎月第4水曜日
 13:00~15:00

10/23(月) 14:00~15:00

■書道教室
 申込方法 10月20日まで、電話で

きずなかふえ ☎83-6511
 新富町1-2-32 (ケアハウス絆内)

オープン
 毎月第3水曜日
 13:30~15:30

10/18(水) 13:30~14:30

■感染症予防と温活~温活って何?風邪に負けない体づくりを看護師がお話します
 申込方法 10月13日まで、電話で

黒猫屋 ☎090-1644-7980
 高砂町1-44-13 (カフェ&バー黒猫屋内)

オープン
 毎月第3金曜日
 13:30~15:30

10/20(金) 13:30~14:30

■みんなで脳トレ
 申込方法 10月19日まで、電話で

カフェちえろ ☎41-1001
 中島町1-8-5 (有料老人ホームチエロ内)

オープン
 毎月最終水曜日
 13:30~15:30

10/25(水) 13:30~15:00

■「介護はじめの一歩」家族と一緒に介護を学ぼう
 講師 日本教育クリエイト 岡崎 智美 さん

当日直接

おたがいサロンの喫茶店 ☎50-3890
 白鳥台5-20-1 (サービス付き高齢者向け住宅おたがいサロン内)

オープン
 毎週月曜日
 13:00~15:00

10/30(月) 13:30~14:30

■認知症になったら?徘徊者を発見したときは?
 認知症対応についての講座

■身体機能を維持しよう!リハビリ体験
 講師 認知症地域支援推進員、おたがいサロン理学療法士

当日直接

高齢者向け健康講座 えみなメイト

《詳細》高齢福祉課 ☎25-2861

無料

当日直接

65歳以上の人を対象に、軽い運動と健康のお話を行います。飲み物と汗拭き用タオル、上靴を持参し、動きやすい服装でお越しください。いずれも1時間半程度です。参加者が多いときや悪天候の際は、中止する場合があります。

日時(10月)	会場
3日(火) 10:00	幌萌町会館
4日(水) 10:00	母恋会館
5日(木) 10:00	知利別中央会館
	白鳥台集会所
6日(金) 10:00	日の出町三丁目町会会館
12日(木) 10:00	高砂中央会館(高砂町3-11-4)
	天神町会館
	港北ふれあいセンター
13日(金) 10:00	絵鞆町会館
	高砂わかば会館(高砂町3-14-4)
16日(月)	10:00 高砂町会館
	14:00 常盤町会館
17日(火) 10:00	本町会館
	わにホール室蘭市市民会館
18日(水)	10:00 港南町会館
	水元町会館
	13:30 舟見町会館
19日(木) 10:00	高砂第三会館
20日(金) 10:00	知利別町楽山ヶ丘自治会会館
	八丁平町会館
23日(月)	10:00 保健センター
	10:30 高砂第一会館
24日(火) 10:00	御崎町会館
25日(水) 10:00	柏木町会館
26日(木)	10:00 白鳥台みなみ町会館
	13:30 中島連合会館
27日(金) 10:00	本光寺(本輪西町3-33-7)

B&G海洋センターの健康教室参加者募集

《詳細》B&G海洋センター
☎26-2082 ☎26-2083

①健脚教室

下半身を中心に筋力トレーニングを行います。
日時 11月4日～令和6年1月27日（土曜日、全10回）
9:30～10:30

②背面強化教室

姿勢改善などを目指す筋力トレーニングを行います。
日時 11月4日～令和6年1月27日（土曜日、全10回）
10:40～11:40

③筋肥大教室

筋肥大しやすい部位を中心に筋力トレーニングを行います。
日時 11月5日～令和6年1月28日（日曜日、全10回）9:30～10:30

④動けるカラダづくり教室

柔軟性、筋力、瞬発力などに必要なトレーニングを行います。
日時 11月5日～令和6年1月28日（日曜日、全10回）
10:40～11:40

⑤B&G健脚教室inペトル

初回に簡単な脚力テストと下半身を中心に筋力トレーニングを行います。
日時 11月4日～12月16日（土曜日、全7回）13:00～14:00



①②③④

⑤

対象 20歳以上 定員 各先着10人

会場 ①②③④はB&G海洋センター、⑤はげんき館ペトル

料金 ①②③④は1回700円、⑤は1回1,000円

申込方法 10月1日から31日まで、①②③④は申込フォーム、⑤は氏名・年齢・電話番号を記入しB&G海洋センターのLINE、または、B&G海洋センター、白鳥大橋パークゴルフ場、㊦栗林商会アリーナ、入江運動公園温水プール、げんき館ペトルに備え付けの申込書をファクスか直接（⑤はLINEかファクスのみ）

フィジカルプラス レッツスポーツとPhysical+の受講生を募集しています

《詳細》スポーツ協会 ☎84-6270

種目・コース【種目ナンバー】		曜日	時間	定員(先着)	料金	申込方法
レッツスポーツ	スポンジテニス	レッスン【L-1】	火・木	10:00～11:45	若干名 10人	月額4,000円
		フリー【L-2】				
	卓球	フリー【L-4】	水・金	10:00～11:45	若干名	月額4,000円
	バドミントン	レッスン&フリー【L-5】	水・金	10:00～11:45	若干名	月額4,000円
フィットネス		火曜コース【L-7】	火	10:00～11:00	若干名	月額2,000円
		木曜コース【L-9】	木			
		金曜コース【L-10】	金			
Physical+	ゆるりんyoga	【M-3】	火	10:00～11:15	10人	月額4,000円
	やさしい太極拳	【M-4】	水	13:00～14:30	10人	月額4,000円
	エンジョイビクス	【M-6】	水	13:00～14:00	10人	月額4,000円
	アフターリフレッシュ	【M-5】	水	18:30～19:30	若干名	月額4,000円
	のんびりストレッチ	【M-8】	木	13:30～14:30	10人	月額4,000円
	すっきりyoga	【M-9】	木	19:00～20:15	若干名	月額4,000円
	介護予防運動	【E-1】	金(月2回)	13:30～14:30	若干名	1回500円
	アフタースポーツ(スポンジテニス)	【E-5】	金(月2回)	19:00～20:30	各5人	1回1,000円
	アフタースポーツ(バドミントン)	【E-6】				
	アフタースポーツ(ミニバレー)	【E-7】				
ステップエクササイズ	【E-3】	土(月2回)	10:00～11:00	若干名	1回1,000円	

対象 18歳以上（初心者の場合、スポンジテニスは70歳代前半・バドミントンは60歳代まで、介護予防運動は50～70歳代まで）

会場 ㊦栗林商会アリーナ

※別途、保険は任意で申し込み。

こころの健康相談

無料

さまざまな心の健康問題を抱えた本人、家族または関係者が対象です。精神科医などから適切な助言や支援を受けられます。

日時 10月10日(火) 13:00

申込方法 10月5日まで、電話で

高次脳機能障がい者・家族交流会

無料

脳の病気や事故などで、高次脳障がいを抱える本人や家族が話し合いや情報交換をします。

日時 10月20日(金) 13:30～15:00

申込方法 初回の方は、事前に電話で

《会場・詳細》室蘭保健所(広域センタービル) ☎24-9846

子ども食堂「なかよし食堂」

子どもたちに食事を提供して、見守る活動を行っています。(各日100食限定)
日時 10月14日・28日(土)
12:00~13:00
会場 ハートセンタービル(東町2-3-3)
料金 大人各300円、高校生以下は無料
申込方法 各前々日まで、電話で
詳細 室蘭母子福祉会 ☎84-8730

地域交流食堂もとむろランチ

子どもから大人まで一緒に食事をして、交流する場を提供している地域食堂です。
日時 10月15日(日) 11:30~13:00
会場 白鳥台ショッピングセンターハック
料金 大人300円、高校生以下は無料
申込方法 10月10日まで、電話で
詳細 同会・遠藤 ☎090-6214-6070

室蘭障がい者スポーツ協会 菅原美智子杯室蘭ボッチャ大会

2人1組のチームで行う、ボッチャの競技大会を開催します。
対象 市民
日時 10月15日(日) 12:30~17:00
会場 旭ヶ丘小学校体育館
定員 先着16チーム
料金 1チーム500円
申込方法 10月5日まで、電話、または代表者の住所・氏名・電話番号・チーム名を記入し、メールかほかで
詳細 同協会・松山 ☎090-5956-8151
✉muro45matsu2094@docomo.ne.jp
📠050-0073 宮の森町2-1-5


北海道社会保障推進協議会 北海道社会保障学校in室蘭

「コロナ禍から見える社会保障のあるべき姿」をテーマに、佛教大学准教授の長友 薫輝さんがお話します。
日時 10月21日(土)
全体会 10:00~12:00
分科会 13:00~15:00
会場 わにホール室蘭市市民会館
定員 先着150人
料金 500円(資料代)
申込方法 当日会場で
詳細 同協議会・薩来 ☎090-2072-9047

室蘭手打ちそば愛好会 会員募集

毎月第2日曜日と第4土曜日に高砂町会館分館でそば打ちを楽しんでいます。詳細は、お問い合わせください。
会費 年額3,000円
詳細 同会・山中 ☎090-7053-8808

室蘭きのこの会 キノコ採取会と展示会

室蘭岳山麓バットの森でキノコを採取し、だんぱら休憩室で鑑定します。鑑定後には、キノコ汁も用意します。昼食、飲み物、手袋などを持参してください。


キノコ採取会
日時 10月8日(日) 9:00~12:00
(8:20から受け付け)
集合場所 チマイベツ浄水場旧正門前(石川町)
料金 500円(小学生以下は無料)
申込方法 当日会場で
キノコ展示会
日時 10月9日(月) 10:00~16:00
会場 ぷらっと。てついち内
詳細 同会・橋本 ☎43-8043

大東流合気柔術 護身術教室

最小限の動きで、力を使わず身を守る護身術を基礎から練習します。無料で見学や体験もできます。
日時 毎週月曜日 18:30~20:30
会場 武道場(中島公園野球場内)
料金 月額1,500円
申込方法 事前に電話またはメールで
詳細 大東流合気柔術幸道会室蘭支部・田所 ☎090-6218-9716
✉kodokai.muroran@gmail.com

市民文化祭 室蘭美術協会公募展作品募集

11月9日から12日まで、室ガス文化センターと市民美術館で展示する絵画、陶芸、工芸作品を募集します。
対象 高校生以上
受付日時 11月4日(土) 10:00~17:00
料金 3,000円(高校生は1,000円)
申込方法 市民美術館に備え付けの用紙に必要事項を記入し、室ガス文化センターに直接
詳細 同会・酒井 ☎090-7517-0778

四正太極拳室蘭教室・武ring 会員募集

見学や体験もできます。
日程と会場
毎週火曜日…輪西中核施設集會室(ぷらっと。てついち内)
毎週木曜日…室ガス文化センター
時間 18:30~20:30
料金 月額2,500円(親子で参加の場合、高校生までの子どもは500円)
申込方法 事前に電話で
詳細 斎藤 ☎090-7053-5872

10.9中国人殉難烈士慰霊の集い 無料

マスクを着用し参加してください。荒天時は中止します。
日時 10月1日(日) 13:00~
会場 中国人殉難烈士慰霊碑前(東町)
申込方法 当日会場で
詳細 同実行委員会・松原 ☎43-6330

男女平等参画フォーラム2023

「女性議員の増えた議会に期待すること」をテーマに、基調講演と座談会を行います。
日時 10月15日(日) 13:30~16:00
会場 中小企業センター 定員 先着60人
料金 300円(資料代、高校生は無料)
申込方法 当日会場で
詳細 同事務局・大井 ☎84-4851

室蘭港立市民大学 開校20周年記念公開講座 無料

室蘭ふるさと大使のお二人がお話します。
駒八おやじの半生
講師 居酒屋駒八 代表 八百坂 仁 さん
室蘭と北海道の食の魅力、その可能性
講師 フードライター 小西 由稀 さん
日時 10月21日(土) 13:00~15:30
会場 アパホテル<室蘭>
定員 先着130人
申込方法 10月10日まで、電話で
詳細 同事務局・石戸 ☎090-9525-5984

室蘭友の会 暮らしと家計を考えよう

光熱費や食費の工夫、健康に良い料理の紹介をする展示や発表などを行います。
日時 ①10月29日(日) 13:30~15:00
②11月15日(水) 10:00~11:30
会場 ①室蘭友の家(東町4-14-7)
②F Kホールディングス生涯学習センターきらん
定員 各先着20人 料金 200円(資料代)
申込方法 10月1日から各前日まで、電話、または、氏名・電話番号を記入し、同会のInstagramのダイレクトメッセージで
詳細 同会 ☎・📠45-0605

わにの会 図書館ボランティア募集

図書館輪西分室の夜間開館業務を行っているボランティアグループです。特に木曜日と土曜日にお手伝いできる人を募集しています。詳細は、お問い合わせください。
活動日時 火~日曜日 18:00~20:00
募集人数 若干名
詳細 同会・大滝 ☎43-3528

10月 おでかけガイド

他のページに掲載している催しもあります。
日時・内容は、変更になる場合があります。

日	行 事	日	行 事
1(日)	緑寿会・北海道小品盆栽会 秋季盆栽展 10:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎46-3412(砂金)	15(日)	お菓フェア2023in室蘭 10:00 スーパーアークス室蘭中央店 《詳細》☎44-1717(中島)
	市民文化祭 邦楽舞踊公演 有料 10:30 室ガス文化センター 《詳細》☎090-8374-7319(藤間)		市民文化祭 歌謡フェスティバル 有料 13:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎080-5595-8372(橋本)
	TAIKO NONNO 第1回和太鼓発表会 13:30 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎090-8706-1375(同会)		北海道大谷室蘭高等学校吹奏楽部 定期演奏会 有料 15:00 室ガス文化センター 《詳細》☎44-5641(同校)
	太鼓芸術 鼓宮舞 室蘭公演 有料 15:30 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎090-6990-7716(同会)	19(木)~11/2(木)	みづ糸の会 展示会 10:00 F Kホールディングス生涯学習センターきらん 《詳細》☎080-6095-2227(松本)
1(日) 22(日)	室蘭ウォーキング協会 1日…「桑山のまわりを巨樹・名木めぐり」中島公園野球場駐車場 22日…「測量山・常盤・清水の坂を行く」開運公園 9:00 各会場に集合 《詳細》☎090-3897-2164(成田)	20(金)	輪西飲食店組合 日本酒&ビール祭り 有料 18:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎44-3680(同組合)
5(木)	癒しのハワイアンミュージック&フラダンス 有料 18:30 室ガス文化センター 《詳細》☎011-642-5601(MIN-ON札幌)	21(土)	第30回北海道素人落語迷人会室蘭大会 有料 13:30 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎45-8461(芝垣)
6(金) ~8(日)	市民文化祭 書道連盟展 10:00 室ガス文化センター 《詳細》☎86-7820(金川)	22(日)	明治大正少年少女合唱団 45周年記念演奏会 13:00 F Kホールディングス生涯学習センターきらん 《詳細》☎44-2995(井村)
6(金) 11(水) 26(木)	ノルディックウォーキング 有料 ※無料貸ポールは15セット。 6日…日本製鉄球場、11日…中島公園野球場、26日…だんぱら公園駐車場 9:30 各会場に集合 《詳細》☎090-9087-5068(黒政)	22(日)	室蘭西中学校吹奏楽部 定期演奏会 14:00 室ガス文化センター 《詳細》☎25-1000(橋本)
7(土)	イタンキ浜鳴り砂を守る会 イタンキ浜鳴り砂海岸の清掃 13:00 イタンキ浜海岸集合 《詳細》☎23-1075(菊地)	27(金)	日本の文学を楽しむ会「枕草子」～上にさぶらぶ御猫は 有料 13:00 港の文学館 《詳細》☎22-6951(伊賀)
	プレリユードコンサート 有料 16:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎44-5749(尾崎)	28(土)	市民文化祭「合唱のつどい」 有料 14:00 室ガス文化センター 《詳細》☎090-1649-7744(石塚)
市民文化祭 三曲演奏会 13:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》✉myamada@tetsumachi.net(山田)	映画『沖縄、再び戦場へ(仮題)』&トーク「なぜ沖縄に基地は集中するのか」 有料 14:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎080-5830-4714(増岡)		
9(月)	チェ ソンエ ピアノ&トーク コンサート~ショパン 花束に隠された大砲~ 有料 14:00 室ガス文化センター 《詳細》☎080-4320-3521(富盛)	29(日)	アンサンブルコンサート2023 13:30、16:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎44-1156(エルム楽器)
	QCサークル発表大会 有料 9:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎080-8280-5790(中村)		お茶愛の会「薄茶一服の楽しみ…豊年の秋」 有料 11:00 F Kホールディングス生涯学習センターきらん 《詳細》☎090-8374-2527(横田)
	万葉集座談会 有料 要申込 13:00 港の文学館 《詳細》☎22-4056(竹之内)		地球岬・満月の会 満月鑑賞会 ※催しはありません。 月の出…16:39、日の入り…16:35、月の見ごろ…28日~30日 地球岬展望台 《詳細》☎090-3116-1103(池野)
13(金)	中島商店会コンソーシアムお元気講座「在宅医療ってなに?」 13:00 ふれあいサロンほっとな〜(中島町) 《詳細》☎50-6611(同会)	30(月)	自立支援介護セミナー おむつをする介護しない介護 14:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎22-7711(久保)
	市民文化祭 いけ花展 10:00 室ガス文化センター 《詳細》☎47-8206(江畑)		

困ったときの あれこれ 相談

相 談 名	日 時	会 場	申込先・詳細
市民相談 (家庭内や身の回りのトラブルなど)	月~金曜日(祝日を除く) 9:00~15:00	地域生活課(市役所本庁舎1階)	☎25-2703
消費生活に関する相談 (消費生活についての契約上のトラブル、架空請求やクーリングオフなど)	月~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00	消費生活センター(市役所本庁舎1階)	☎25-3100
	土・日曜日、祝日 10:00~16:00		消費者ホットライン ☎188
生活困窮に関する相談 (生活困窮、経済的な悩み、家計相談、ひきこもりなど)	月~金曜日(祝日を除く) 8:45~17:15	社会福祉協議会	☎84-5020
行政相談委員による定例相談 (国や道、市の行政について)	10月12日(木) 13:00~15:00	モル工中島内 サンドラッグ横通路	北海道管区行政評価局行政相談部 ☎011-709-1803
司法書士による無料法律相談 (事前申込・1人40分以内)	10月11日・25日(水) 17:30~20:30	中小企業センター	札幌司法書士会法律相談センター ☎011-272-9035
弁護士による無料法律相談 (事前申込・先着5人・1人30分以内)	10月14日(土) 9:30~12:00	中小企業センター	地域生活課(市役所本庁舎1階) ☎25-2703
行政書士による無料相談 (事前申込・先着5人・1人30分以内)	10月12日(木) 9:30~12:00	地域生活課(市役所本庁舎1階)	☎25-2703
行政書士くらしの無料相談会 (相続、各種認可など。事前申込)	10月21日(土) 9:30~12:00	中小企業センター	北海道行政書士会室蘭支部 ☎23-3207
障がいのある人のための出張就労相談 (障がい者の就労相談全般。原則、事前申込が必要) ※障がいの未診断者も含む。	10月4日(水) 13:00~16:00	市役所本庁舎1階 1号会議室	西胆振障がい者就業・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出張相談 (生活・福祉サービス・就労に関する相談。申込締切10日)	10月20日(金) 13:00~16:00	障害者福祉総合センター(ぴあ216)	☎45-6611 ☎45-1003
無料調停手続相談会 (離婚・養育費・遺産相続・損害賠償・不動産賃貸など)	10月21日(土) 10:00~15:00	F Kホールディングス 生涯学習センターきらん	室蘭調停協会 ☎090-9527-7432



10月2日(月)

待望の室蘭-青森間の新航路が就航しました。フェリーターミナルビルにはフェリーを運航する津軽海峡フェリー(株)室蘭支店が開設されるなど、新たな船出の準備が整いました。

室蘭

室蘭発20時

室蘭着15時45分

1日1往復

青森着翌3時

青森発9時

青森



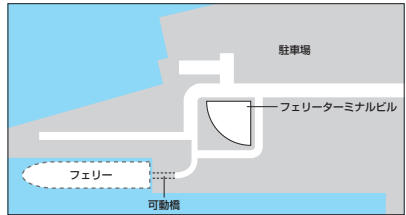
フェリー新航路就航!

室蘭-青森フェリー航路の概要



航路	室蘭港～青森港 205キロメートル
使用船舶	ブルーマーメイド (総トン数8,820トン、全長144メートル、車両積載能力は、トラック71台分または乗用車230台分、旅客定員583人)
ダイヤ	室蘭発20時→青森着翌3時 青森発9時→室蘭着15時45分 ※毎週日曜日室蘭発、月曜日青森発は運休。
所要時間	室蘭発 約7時間 青森発 約6時間45分

フェリーターミナル周辺のご案内



室蘭市入江町1-50
 (JR室蘭駅から徒歩約10分、道南バス入江運動公園停留所から徒歩5分)
 ※車を留め置いて乗船することはできません。

みんなで育む室蘭港

待望の再開の背景には、働き方改革関連法の施行でトラック運転手の労働時間規制が強化される“2024年問題”がありますが、物流の活性化や観光面でも大きな期待が寄せられています。この新たなスタートを機に、荷物だけでなく多くの人が行き交う室蘭港にするため、みんなでフェリー航路を利用しましょう。

料金

車輛運賃

区分	A期間	B期間	C期間
軽自動車	19,090円	21,000円	23,100円
6メートル未満	24,550円	27,000円	29,700円

旅客運賃

区分	等級	A期間	B期間	C期間
大人 (12歳以上)	スイート	12,730円	14,000円	15,400円
	コンフォート	10,180円	11,200円	12,320円
	ビューシート	7,640円	8,400円	9,240円
	スタンダード	5,090円	5,600円	6,160円
子ども	大人運賃の半額※10円未満は四捨五入。			
ドライバー 差額	スイート	7,640円	8,400円	9,240円
	コンフォート	5,090円	5,600円	6,160円
	ビューシート	2,550円	2,800円	3,080円

予約方法

乗船日の3カ月前の午前9時から、津軽海峡フェリーのホームページ、または、電話かフェリーターミナルビルの窓口にて直接。

※乗船日によって運賃が異なります。

※お得な割引プランもあります。

詳細は、津軽海峡フェリーのホームページをご覧ください。



《詳細》津軽海峡フェリー(株)室蘭支店 ☎83-4080
 港湾管理課 ☎22-3191

室蘭市の情報を随時配信しています。



人のうごき (令和5年8月末)

人口 77,053 (-120)

世帯 43,774 (-63)

() は前月比