

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



<b>特集</b> 令和6年度のまちづくり .....	<b>2</b>
ごみ処理施設が新しくなります .....	4
まちづくりの新たな計画始まる .....	6
交通安全指導員を募集しています、結婚・出産新生活応援助成金 .....	7
お知らせむろらん .....	8
みんなの健康 .....	16
おでかけガイド、相談 .....	20
エンジョイ子育て .....	12
伝言板、室蘭の桜 .....	19

本紙は4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。

# 5

2024年(令和6年)  
No.1118

# 住み続けたいまち室蘭を目指して 令和6年度のまちづくり

青山市長の令和6年度のまちづくりについて、前月号に引き続きお知らせします。

今号は、4つの戦略のうち、2から4について掲載します。

令和6年度の市政方針説明の全文は、市ホームページに掲載しています。

《詳細》企画課 ☎25-2181



## 「住み続けたいまち室蘭」の実現に向けた4つの戦略

1

安心できる  
まちづくり

前月号で紹介

2

ものづくりと  
世界に貢献する  
港づくり

3

潤いある  
文化・観光・  
スポーツ振興

今号で紹介

4

将来を見据えた  
都市整備と  
行財政改革

## 2 ものづくりと世界に貢献する港づくり

### 室蘭港を活用した地域経済の活性化

#### ○フェリー航路利用促進事業

船社・関係官公庁などとの情報交換・連携に加えて、青蘭フェリー航路利用促進のPRを実施します。

84万円



#### ○港湾整備

祝津絵鞆地区岸壁、崎守地区防波堤、祝津絵鞆地区緑地、築地地区西3号ふ頭岸壁を改良・整備します。さらに、洋上風力発電の拠点化に向けて、関連企業の取り組みを後押しします。

3億6,160万円



### ゼロカーボンシティの取り組み

#### ○中小企業カーボンニュートラル促進支援事業

地域の中小企業を対象としたセミナー開催や、専門家のヒアリングを通じて省エネの可能性を発掘します。

127万円

#### ○西いぶり広域連合における廃棄物発電の地産地消

令和6年10月の新中間処理施設の稼働に合わせ、環境価値（CO<sub>2</sub>排出ゼロ）を有する廃棄物発電電力を地域内の公共施設で活用し、電力の地産地消を進めることで、脱炭素社会に貢献します。

効果額（想定）：約1,300万円（広域連合負担金△300万円、市施設電気料△1,000万円）

### 中小企業の人材確保と先端技術導入を支援

#### ○就職フェア開催事業

求職者と企業がマッチングできる合同企業説明会を開催し、企業の人材確保を後押しします。

271万円

#### ○働き方改革推進事業

ものづくり産業で働く現場女子の魅力発信や、企業向け外国人採用セミナーを実施し、多様な企業活動を支援します。

41万円



#### ○ものづくり創出支援・成長産業参入支援

先端技術等導入への補助メニューの追加や、半導体関連作業に関するセミナーを開催し、新たなビジネス機会の創出につなげます。

866万円

### 3 潤いある文化・観光・スポーツ振興

#### こどもたちが文化、 スポーツに触れる機会の創出

##### ○児童・生徒芸術鑑賞事業

小中学生向けの舞台等の芸術鑑賞事業を開催し、文化芸術に触れられる機会を創出します。

141万円

##### ○アスリートから学ぶ未来事業

こどもたちがスポーツ選手などの経験や技術に触れられる機会を創出します。（令和6年度はソフトテニス・剣道）

98万円

#### だんパラ公園の魅力向上

期間限定でこどもたちが雪遊びなどができるスノーパークの実証事業を実施します。

150万円



#### 市立室蘭水族館（室蘭民報みんなの水族館）の リニューアル

今後のリニューアルに向けた基本構想づくりに着手し、こどもたちがわくわくする施設の実現につなげます。

30万円



#### 多彩な催しが可能となる市民会館の改修

施設の機能向上につながる計画的な施設整備に向けて、今年度は老朽化した設備を更新します。（I TVカメラシステム）

1,416万円

### 4 将来を見据えた都市整備と行財政改革

#### 学校給食センターの更新

室蘭市と登別市の共同で八丁平に設置予定の学校給食センターについて、基本計画の策定に着手し、安全・安心な学校給食の提供につなげます。

1,750万円

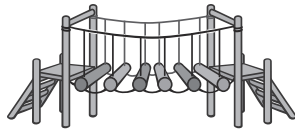
#### 道路・公園整備

モル工新工区による交通量の増加を踏まえ道路拡幅整備に着手します。

6,740万円

森林環境譲与税基金を活用し、八丁平北公園に木の温もりに触れられる遊具を設置します。

1,100万円



#### 財政改革と市民サービスの向上

○証明書のコンビニ交付手数料は100円になります。

窓口の混雑緩和や利便性向上を図るため、コンビニ交付手数料を100円に引き下げます。

（住民票交付の例：窓口450円→コンビニ100円）

影響額（想定）：交付手数料（歳入）△640万円  
コンビニ交付経費（歳出）260万円（想定）



○電子入札・電子契約システム導入事業

入札・契約手続きにおいて、システムによるデジタル化を図ることにより、入札参加者の負担軽減や契約手続きの円滑化につなげます。

1,488万円



▲青山市長

令和6年度における市政運営の基本姿勢と主な取り組みについて、4・5月号の2回にわたり紹介しました。

私が目指す「住み続けたいまち」の実現に向けては、市民の皆さまや事業者と意思を共有し、皆さんが暮らしやすいと共感できるまちを、共に作り上げていくことが最も重要であると考えています。

これからのまちづくりでは、前例の無い課題も想定されますが、そのような時こそ、市民や職員、さらには室蘭に所縁のある市外の応援者の方とも手をとりあって、負けてたまるかという姿勢で、私の持てる力の限りを尽くして挑戦していきます。

市民の皆さまのご理解とご協力を心からお願い申し上げます。

# ごみ処理施設が新しくなります

《詳細》西いぶり広域連合 ☎59-0705  
環境課 ☎22-1481

10月1日から、西胆振地域廃棄物広域処理施設（メルトタワー-21）の隣接地に建設している新しいごみ処理施設でごみの受け入れが始まります。

新しい施設でのごみの受け入れに伴い、ごみ処理手数料とごみの分別方法が変わりますのでお知らせします。



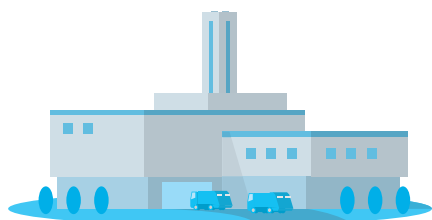
▲完成予想図

## 自己搬入する場合のごみ処理手数料が変わります

ごみの処理にかかる費用と現行のごみ処理手数料に乖離<sup>かいり</sup>が生じているため、受益者負担の適正化を図り、ごみ処理手数料を変更します。

### ●ごみ処理経費の考え方

#### 公費でまかなうもの



ごみ処理施設建設などにかかる費用  
(全ての市民に利用の機会を提供)

#### 受益者が負担するもの



ごみ処理にかかる費用  
(ごみ排出量に応じて負担)

### ●ごみ処理手数料が「変わるごみ」と「変わらないごみ」

変わるごみ	ごみ処理施設に直接持ち込むごみ (事業系ごみ、直接持ち込む家庭系ごみ)
変わらないごみ	ごみステーションに出すごみ (指定ごみ袋、ごみ処理券を使い、ごみ収集車が収集するごみ)

※ごみ処理施設に直接持ち込む家庭系ごみで、指定ごみ袋・ごみ処理券を使用する場合は、施設でのごみ処理手数料はかかりません。

### ●ごみ処理手数料

#### 現在の金額

100キログラムまで500円  
100キログラムを超え、10キログラムごとに50円



#### 10月1日から

10キログラムにつき180円

※お住まいや事業所の所在地（ごみが出る場所）の市町によって、ごみ処理手数料が違います。

# 自己搬入する場合のごみの分別と出し方

## 概要

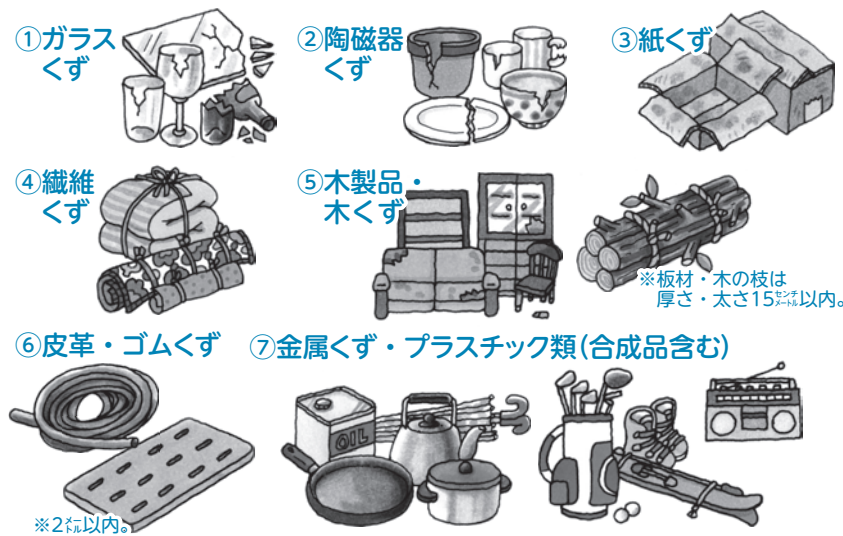
### 燃やせるごみ (可燃ごみ)

#### 長辺50センチ以内の①～⑥の品目



### 燃やせないごみ (不燃・粗大ごみ)

#### 120センチ×120センチ×200センチ以内の①～⑦の品目

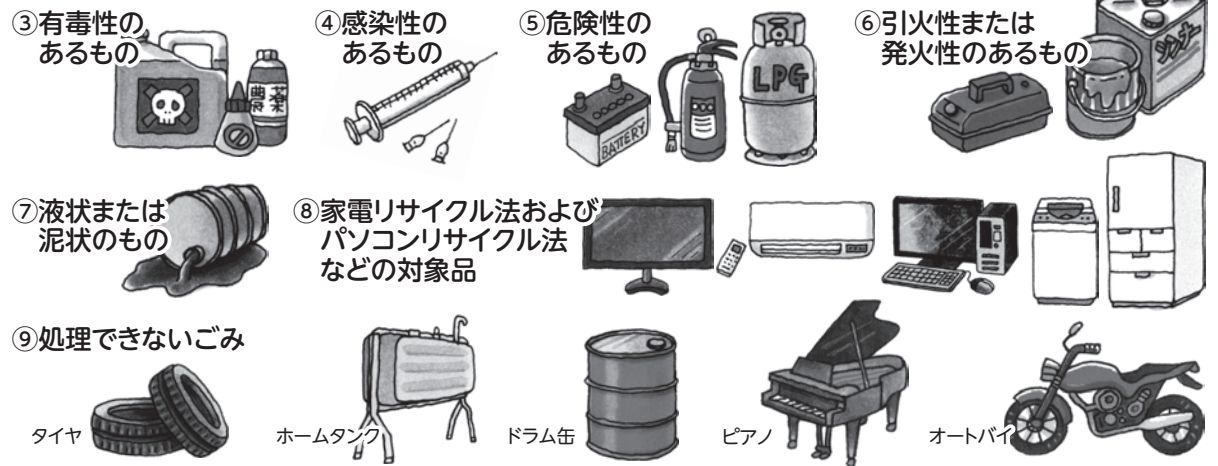


#### 他のごみと区分して搬入



### 受け入れできないごみ

- ① 関係市町 (室蘭市、伊達市、豊浦町、壮瞥町、洞爺湖町) 以外で発生した一般廃棄物
- ② 産業廃棄物 (事業活動に伴って生じた廃棄物のうち法令などで定められているもの)



#### これって“eco”だね

使わないもの、不要なものを捨ててませんか？  
質屋は、身近なエコショップ。  
地球にもお財布にもやさしいお店です。

質・買取 ディスカウントショップ **石原質店**

〒050-0074 室蘭市中島町3-20-5  
TEL.0143-42-3778

#### 高価買取 致します。

金・プラチナ・ダイヤ・金券  
ブランド品・時計・家電・OA機器

お気軽にご相談ください。

※買取できないものもございます。ご了承下さい。

至 登別 東室蘭駅・西口 至 室蘭



#### 終活、はじめてみませんか？

終活相談 遺品整理 生前整理 リサイクル ご供養

親身にお話伺います。相談は無料。気軽にお電話ください！

エンディングノート¥1,000(税込)で販売中です

♥ 貴方の終活を応援する

**人アイ・キャリア** 総合受付 ☎0120-823-928

終活カウンセラー上級(一社)終活カウンセラー協会) 家電リサイクルシステム取扱優良店/古物商許可 北海道公安委員会 伊達(吉)第101210000156号

●本部:伊達市鹿島町6-1 浅見ビル式番館 ●室蘭支部:室蘭市中島町2-26-2

# まちづくりの新たな計画 始まる

策定した各計画の詳細は、市ホームページに掲載しています。



## 室蘭市 パートナーシップ宣誓制度

《詳細》地域生活課 ☎25-2951

性的マイノリティの人が抱える日常生活の困難や生きづらさの軽減を図り、市民一人一人が多様な性や生き方を認め合い、誰もが個性や能力を發揮できる共生社会の実現を図ります。

**主な取り組み**

- ① 性的マイノリティ（LGBT）を含む二人の宣誓に対し、パートナーシップ宣誓書受領証などを交付
- ② 自治体間の連携促進
- ③ 一部行政サービスの提供
- ④ 性の多様性に関する理解を促進する講演会などの開催
- ⑤ 病院やお店などの各種窓口で、適切な配慮や対応の働きかけ

## 第3次室蘭市男女平等参画基本計画 (令和6～15年度)

基本理念

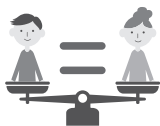
なくそう「男だから女だから」

《詳細》地域生活課 ☎25-2951

誰もが性別にかかわらず、個人として尊重され、その個性や能力を發揮し、責任を分かち合い、主体的に行動できる社会の実現を図ります。

**基本目標**

- ① 男女平等参画の実現に向けた意識づくり
- ② あらゆる分野への男女平等参画の推進（女性活躍推進計画）
- ③ 人権が尊重される社会の形成
- ④ 国際的協力と国際交流の推進



## 室蘭市地域防災計画内 日本海溝・千島海溝周辺 海溝型地震防災対策推進計画

《詳細》防災対策課 ☎25-2244

地域防災計画内に、日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震に関して、防災対策の推進を図るため、津波避難や施設整備などの事項を定めるものです。

**主な取り組み**

- ① 地震防災上、緊急に整備すべき施設などの整備
- ② 津波からの防護や円滑な避難の確保および迅速な救助
- ③ 関係者との連携協力の確保
- ④ 防災訓練の実施
- ⑤ 地震防災上、必要な教育および広報

## 室蘭市地域公共交通計画 (令和6～10年度)

目指す姿

まちづくりと一体となって生活を豊かにする利便性の高い公共交通網の実現

《詳細》都市政策推進課 ☎25-2592

**基本方針**

- ① コンパクト・プラス・ネットワークの実現
- ② 地区特性を踏まえた多様な公共交通の確保
- ③ 公共交通の利便性向上や市民意識の醸成による利用促進
- ④ 公共交通サービスの持続的な提供に向けた取り組み強化

＋室蘭市立地適正化計画との連携

まちづくりと連携しながら、地域住民の生活を支える効率的かつ持続可能な公共交通ネットワークの構築を図ります。

## 室蘭市立地適正化計画 (令和元～21年度)

《詳細》都市政策推進課 ☎25-2592

都市機能と居住機能をまちなかに誘導し、コンパクトなまちを目指す本計画に防災指針を追加し、改定しました。

**まちづくりの方針**

質の高い公共サービスと都市機能集積、充実した居住環境創出により、にぎわいあふれるまちなかを再生

**必要な施策・誘導方針**

- ① 公共施設の拠点集約と再編による市民サービスの充実
- ② 既存ストック活用などによる移住・定住対策の推進
- ③ 広域中心拠点にふさわしいまちの顔づくり

＋室蘭市立地適正化計画との連携

＋防災指針（居住誘導やソフト対策による地域防災力の強化など）

## 市立室蘭総合病院経営強化プラン (令和6～9年度)

《詳細》市立室蘭総合病院 経営管理課 ☎25-3111

持続可能な地域医療提供体制の確保に寄与するため、総務省が策定した経営強化ガイドラインを踏まえ「市立室蘭総合病院経営強化プラン」を策定するものです。

**主な項目**

- ① 役割・機能の最適化と連携の強化
- ② 医師・看護師などの確保と働き方改革
- ③ 経営形態の見直し
- ④ 新興感染症の感染拡大時などに備えた平時からの取り組み
- ⑤ 施設・設備の最適化
- ⑥ 経営の効率化など

## 室蘭市国民健康保険 データヘルス計画 (令和6～11年度)

《詳細》保険年金課 ☎25-2702

被保険者の健康課題を的確に捉え、課題に応じた保健事業を実施し、健康の保持増進や生活の質（QOL）の維持および向上を図り、結果として医療費の適正化に資することを目的として進めます。

**最終目標**

- ① 平均自立期間（要介護2以上）の延伸
- ② 総医療費に占める脳血管疾患、虚血性心疾患の入院医療費および慢性腎不全（透析あり）の医療費の割合の減少

## 第9期室蘭市高齢者保健福祉計画・ 介護保険事業計画 (令和6～8年度)

基本理念

健康長寿の幸せを実感できるまちをみんなで創る

《詳細》高齢福祉課 ☎25-2872

高齢期の介護需要の増加や多様化を見込み、介護サービス提供体制の整備、介護予防・健康づくりの取り組みを強化し、福祉の向上を図ります。

**計画目標**

- ① 介護予防・健康づくりの推進
- ② 介護サービスの充実、介護人材の確保と定着
- ③ 支え合いの地域づくりの推進

**介護保険料が変わります**

令和6年度の保険料は、6月に個別にお知らせします。

## 健康増進計画第3次はっぴい 室蘭21 (令和6～17年度)

基本理念


すこやかに心豊かに生活できる街むろらん

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

市民の総合的な健康づくりを推進するための指針として、乳幼児から高齢者まで市民一人一人が健康で心豊かな生活を送るための取り組みを進めます。

**最終目標**

- ① 健康寿命の延伸
- ② 健康格差の縮小
- ③ すこやかに産み育てる



## 第7期障害福祉計画及び第3期 障害児福祉計画 (令和6～8年度)


《詳細》障害福祉課 ☎25-1155

本計画は、第3期室蘭市障がい者支援計画（令和3～8年度）の実施計画として、障がいのある人の地域生活を支援するための数値目標や各種サービスの見込み量を定めるものです。

**数値目標など**

- ① 地域生活支援の充実
- ② 福祉施設から一般就労への移行
- ③ 障害児支援の提供体制の整備など

7項目



## 地域の安全を守っています

# 交通安全指導員を募集しています

《詳細》地域生活課 ☎25-2380

皆さんは「交通安全指導員」をご存じですか。悲しい交通事故を防ぎ、子どもたちや地域の安全を守るために、地域の人たちに親しまれながら日々活躍している交通安全指導員の活動内容を紹介します。

### 交通安全指導員の活動

交通安全指導を行うボランティアです。児童・生徒の登校時間に、通学路の交差点付近で安全に登校できるように活動しています。また、関係機関と連携し、交通安全啓発や各種イベントの交通整理なども行っています。



### 交通安全指導員が不足しています

各小中学校区内では、交通安全指導員の皆さんが活動していますが、高齢化などの理由で人数が不足しています。通学路に十分な数の交通安全指導員が配置できず課題になっています。

### 急募!一緒に地域の安全を守る活動をしてみませんか

特別な資格は必要ありません。各小中学校区内やその付近に居住する満75歳以下の健康な人であれば、誰でも活動できます。

制服や腕章などは無償で貸与され、保険に加入しますので、安心して活動できます。また、活動時間は登校日のおおむね7時10分から8時10分まで、時間内で調整することもできます。※交通安全啓発やイベントの交通整理には、活動費が支給されます。

### 昨年入会した交通安全指導員にお話を伺いました。

「朝の1時間、元気いっぱいの子どもたちからパワーをもらえる、この活動が楽しいです。」



二木 絹代さん

募集は随時行っていますので、交通安全教育や指導に興味のある人は、地域生活課までお問い合わせください。

## 結婚・出産新生活応援助成金

結婚や出産をきっかけに新居で新生活を始めた皆さんへ!

市では、住宅賃料や引っ越し費用の一部を助成します。詳細は、市ホームページをご覧ください。審査には時間がかかるため、お早めにご相談ください。

《詳細》都市政策推進課 ☎25-2592



### 対象世帯

夫婦または夫婦のどちらかが市内に引っ越し（市内転居も含む）および住民登録を行い、次の条件を全て満たす場合が対象です。

	結婚世帯	出産世帯
条件	令和6年1月1日から令和7年3月31日までに、婚姻届を提出し受理された（夫婦ともに婚姻時の年齢が39歳以下）	令和6年1月1日から令和7年3月31日までに、同一世帯に1歳未満の子がいる、もしくは、本人または配偶者が引っ越し先に住民登録した時点で妊娠8週目以降
年収	世帯の前年の所得の合計が500万円未満（年収に換算すると約680万円程度） ※取得可能な最新の所得証明書による。	

※居住期間は、申請日から3年以上継続して市内に居住すること。

### 対象となる費用

- 次の費用の合計額が助成の対象です。
- 住宅賃借費用（賃料・敷金・共益費・仲介手数料など）
  - ※本人または配偶者が住宅の賃貸借契約の名義人で、家賃を支払っている住居が対象です。
  - 引っ越し費用（引っ越し運送費・荷造りサービス費用など）
  - ※1年目に限ります。

### 助成額

- ・1年目：上限額30万円
- ・2年目：上限額12万円



※夫婦ともに29歳以下の世帯は、引っ越し先により1年目の上限額が60万円となる場合があります。※居住誘導区域外は、上限額の2分の1になります。

**胆振から日本を元気に!**  
各種無料相談(平日・土曜)・出張相談を承ります。  
●離婚 ●相続・遺言 ●交通事故 ●刑事弁護 ●犯罪被害者支援 ●債務整理・過払金回収

弁護士 法人 **北海道みらい法律事務所** TEL.0143-83-6669

代表弁護士 増川 拓 (札幌弁護士会) 弁護士 菊地 俊邦 (札幌弁護士会) 弁護士 葛生 翔 (札幌弁護士会)

室蘭市東町2-27-4 セミナービル3階(東室蘭駅東口より徒歩1分・東室蘭郵便局となり) **P有**  
http://www.hokkaido-mirai.com/

●注文住宅/設計・建築 ●住宅・店舗/リフォーム  
特定建設業・一級建築士事務所

**第一建設株式会社**  
(0143)47-6366 〒050-0074 室蘭市中島町3丁目3番3号

ダイイチホーム **DAIICHI HOME** 住宅建築部門  
「住むひと第一」の家づくりを

# お知らせむろらん



くじらん  
LINEスタンプ

4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。

## 催し

### 港の文学館の催し

ブックトークカフェ

本との出会い、人との出逢い

日時 5月11日(土)

14時〜15時30分

定員 先着5人程度

料金 200円、高校生以下は無料

申込方法 5月2日まで、電話で

土曜講座「港の文学館入門」

日時 5月25日(土) 13時〜15時

料金 200円、高校生以下は無料

申込方法 当日会場です

詳細 港の文学館 ☎22-1501



休館日 日曜日、祝日

詳細 市民活動センター

☎83-7751

### 市民美術館「絵画教室」 受講作品展

無料

全10回の日程で行われた絵画教室を受講した人の樹木を描いた作品を展示します。

日時 5月22日(水)〜26日(日)

10時〜17時(26日は16時まで)

詳細 市民美術館 ☎22-1124

### 第15回 日曜画家作品展の 作品募集と展示

無料

市民の皆さんから油彩画や水彩画などを募集し、展示します。

対象 18歳以上

展示期間 6月26日(水)〜7月7日(日)

10時〜17時(7月7日は15時まで)

作品規定 油彩画、水彩画、版画

パステル画、日本画などの絵画

申込方法 6月15日まで、市民美術館に備え付け、または、ホームページに掲載の申込書

ページに掲載の申込書

に必要事項を記入し、

郵送か直接



### 表彰式

優秀作品を表彰します。

日時 7月7日(日) 15時

詳細 市民美術館 ☎22-1124

☎051-0016 幸町6-23

## 講座・講習

### physical+ アフタースポーツ大人の部活動 コース

スポンジテニス(種目No.E15)

ミニバレー(種目No.E16)

対象 18歳以上(初級程度の経験者)

日時 6月14日(令和7年3月)

(第1・3金曜日、月2回)

19時〜20時30分

会場 ①栗林商会アリーナ

定員 各先着20人

料金 1回500円

申込方法 5月1日か

ら、メールフォームで

詳細 ①栗林商会アリーナ

☎84-6270



### 春を楽しむ季節の料理教室

季節のリゾットとドーム型のケーキ(ズコット)を作ります。

対象 20歳以上

日時 5月25日(土) 9時30分〜12時、13時〜15時30分

会場 F Kホールディングス生涯

学習センターきらん

学習センターきらん

定員 各12人(定員超えは抽選)

料金 各2千円

申込方法 5月13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

☎83-7750 ☎83-7326

✉kanijimusic@muroran-kan.net

絵本くじら

無料

対象 中学生以上

日時 5月19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フパーク

定員 先着10人程度

申込方法 5月18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フパーク

☎83-7753

日本赤十字社の講習

①救急法基礎講習

心肺蘇生法やAEDを用いた除動などの一次救命処置を学びます。

対象 15歳以上で②を受講する人

日時 6月8日(土) 9時〜14時

②水上安全法救助員Ⅰ養成講習

水の事故防止や自己保全、救助、応急手当などを学びます。

対象 ①を修了し、一定の泳力が

ある人

日時 6月8日(土) 14時〜17時、9日(日) 9時〜17時、15日(土) 9時〜18時(全3回)

会場 TETSUGEN温水プール

定員 各先着10人

料金 ①1千500円、②700円(教材費含む。市内に在住、在学している学生は半額)

申込方法 5月28日まで、申込書に必要事項を記入し、ファクス、または、メールか直接

詳細 日本赤十字社室蘭市地区事務局(社会福祉協議会内)

☎83-5031 ☎47-0123

### 市民活動センターの講座

映画『みとりし』上映会

日時 5月11日(土)

13時30分〜15時30分

料金 200円

お金をまつわるエトセトラ

座談会(無料)

日時 5月18日(土) 14時〜16時

巨樹が待っているよ(無料)

日時 5月25日(土) 10時〜11時45分

定員 各先着20人

申込方法 事前に電話で

詳細 市民活動センター

☎83-7751



# 採用試験のご案内

## ■技術陸曹・海曹・空曹

応募資格 20歳以上で国家免許資格取得者など  
受付期間 5月17日まで  
試験日 陸曹…6月7日、海曹…6月14日、  
空曹…6月12日～14日のいずれか1日

## ■自衛官候補生

応募資格 18歳以上33歳未満  
受付期間 5月14日まで

試験日 5月24日～27日のいずれか1日

## ■一般幹部候補生（大卒程度・院卒）

応募資格 20歳以上28歳未満  
(大卒程度は22歳以上26歳未満)

受付期間 6月13日まで 試験日 6月22日

## ■歯科・薬剤科幹部候補生

応募資格 20歳以上30歳未満  
(薬剤科は28歳未満)

受付期間 6月13日まで 試験日 6月22日

《詳細》自衛隊札幌地方協力本部  
室蘭地域事務所 ☎44-9533  
市・総務課 ☎25-2215

## 和ごものつくり講座〜ごまぎの押絵

日時 木曜日コース 5月16日・  
23日・30日、金曜日コース 5月  
17日・24日・31日、日曜日コース  
5月12日・19日・26日 10時〜15  
時30分

定員 各先着10人

料金 各800円(別途、額代1千500円)

申込方法 5月2日から、各前日  
まで、電話で

詳細 西いぶりリサイクルプラザ  
☎84-1621

## きらん太極拳（初心者）講座 参加者募集



対象 20歳以上  
日時 毎週水曜日  
9時30分〜11時30分  
会場 FKホールディングス生涯

学習センターきらん  
定員 15人(定員超えは抽選)

料金 年間8千400円

申込方法 5月10日まで、電話、  
または、住所・氏名を記入し、  
ファクスかメールで

詳細 FKホールディングス生涯  
学習センターきらん

☎83-7750 ☎83-7326

✉kanjimusu@muroran-kan.net

## 能力開発セミナーO事務科 ワード・エクセル基礎

対象 業務にワード・エクセルを  
使用する在職者

日時 6月3日(月)〜7月4日(木)  
(金〜日曜日を除く)

会場 室蘭高等技術専門学院

定員 先着15人

料金 1千円程度(テキスト代)

申込方法 5月16日まで、電話で

☎44-7820

## 室蘭工業大学公開講座 〜国際的な知識 アイルランドとハイパー英語

対象 高校生以上で日常会話程度  
の英語を理解できる人

日時 6月12日(水) 18時〜19時30分

定員 先着24人

料金 1千円(教材費を含む)

申込方法 5月10日か  
ら24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



## 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 5月8日・15日・22日・29  
日(水) 13時30分〜15時

②書道体験会  
〜初心者から経験者の方まで(無料)

日時 5月8日・15日・22日・29  
日(水) 13時〜15時

③煎茶道のすすめ  
〜お茶の淹れ方、楽しみ方

日時 5月10日・24日(金) 10時〜  
12時、13時30分〜15時30分

④スクエアステップ講座  
〜介護予防運動

日時 5月10日(金) 13時〜14時30分

⑤リンパドレナージュ講座  
〜リンパの流れを活性化

日時 5月20日(月) 19時〜20時30分

⑥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 ①②③は各先着5人、④は  
先着10人、⑤は先着15人、⑥は定  
員なし

料金 ①は各600円、③④⑤は各500円

申込方法 ①③⑤は各前々日まで、  
②④⑥は各前日まで、電話で。⑥は  
当日会場で

詳細 サンライフ ☎55-3040

## 暮らし

## インターネット公売

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

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 5月31日(金)13時〜  
6月17日(月)23時

詳細 市税課 ☎25-3177



## 津波警報サイレンを使用 した訓練を行います

地震津波や武力攻撃などの発生  
時に備えて、全国瞬時警報システ  
ムを用いた訓練を実施します。

対象地区などの詳細  
は、市ホームページを  
ご覧ください。

日時 5月22日(水) 11時

詳細 防災対策課 ☎25-2244



## 行政相談委員への相談

行政相談委員は、総務大臣から  
委嘱された民間有識者で、皆さん  
の身近な相談相手として、国の仕  
事に関する苦情や相談を無料で受  
け付けています。秘密は守られま  
すので気軽に相談してください。

## 行政相談委員

高橋 國夫さん 海岸町3-3-6  
☎23-3207

石戸 谷勝治さん 柏木町11-16  
☎090-9525-5984

詳細 地域生活課 ☎25-2703

## DENZAー環境科学館 プラネタリウムの休止

定期点検のため、プラネタリウ  
ムの投影を休止します。

日程 5月28日(火)〜30日(木)

詳細 DENZAー環境科学館  
☎22-1058

# 暮らし

## 室蘭工業大学 市民懇談会の委員募集

地域と共に発展するため、意見交換を行う委員を募集します。



**任期** 7月1日から2年間  
**募集人数** 若干名(報酬あり)  
**申込方法** 5月17日まで、申込フォーム、または、氏名・住所・電話番号・職業・本大学と地域の結びつきなどに対する意見などを400文字程度にまとめ、メール、または、郵送が直接

**詳細** 室蘭工業大学総務広報課  
☎46-5014  
✉symuwk@muroran-it.ac.jp  
☎050-855855水元町27-1



## 第15回ぴあフェスティバル フリーマーケットの出店者募集

**日程** 6月9日(日)  
**会場** 障害者福祉総合センター(ひあ216)

**定員** 20組(定員超えは抽選)  
**申込方法** 5月7日から14日まで(土・日曜日を除く)、電話で  
**詳細** 障害者福祉総合センター  
☎45-6611

## 市営住宅の入居者募集

**募集団地** 5月13日に公表  
**申込方法** 5月13日から17日まで、申込書を市営住宅課に直接  
**申込書配布場所** 市営住宅課(市役所本庁舎)、戸籍住民課(広域センタービル)、蘭東支所、わにホール室蘭市市民会館、FKホールディングス生涯学習センターきらん、サンライフ、白鳥台シヨック

## むろらん広域センター ビルと蘭東支所の窓口 開庁時間を変更します

**変更後の窓口開庁時間**  
**9:00~17:00**

**対象窓口**  
○広域センタービル  
・戸籍住民課・市税課  
・保険年金課  
○蘭東支所(えきがるセンター)

広域センタービルの窓口呼び出し状況は、市YouTubeで配信しています。混雑時は避けて来庁してください。また、各証明書は、コンビニ(6:30~23:00)でも取得できますので、皆さんの都合に合わせて利用してください。

《詳細》戸籍住民課 ☎25-2416  
市税課 ☎25-2314  
保険年金課 ☎25-2702  
蘭東支所 ☎46-1111

ピングセンターハック  
入居者の決定 申込時に番号の抽選を行い、申込期間終了後に入居者を決定  
※次回の募集は、8月の予定です。  
**詳細** 市営住宅課 ☎25-2685

## 5月は赤十字運動月間 赤十字活動資金にご協力を

日本赤十字社の活動は、皆さんの支援により支えられています。国内外の災害救援活動や救急法の普及、ボランティア活動の支援などを行うためには活動資金が必要です。



**町内会** 自治会やホームページなどを通じて活動資金を募っていますので、ご協力をお願いします。  
**詳細** 日本赤十字社室蘭市地区事務局(社会福祉協議会内)  
☎83-5031

## 令和6年度調理師試験

**受験資格** 高等学校の入学資格を有し、給食施設や飲食店営業、魚介類販売業、そごい製造業などで、5月17日までに2年以上調理の業務に従事した人  
**会場** 苫小牧市  
**日時** 8月22日(木) 13時30分~16時  
**料金** 6千900円(北海道収入証紙)  
**受験願書受付期間** 5月7日~17日  
**詳細** 室蘭保健所 ☎24-9844

## 行政パートナーを募集

市の事業を職員と一緒に協力しながら行う、無償のボランティアを随時募集しています。図書館の夜間業務や公園・道路などの清掃を行う「行政パートナー」は、まちづくりの主役です。皆さんの参加をお待ちしています。



### まごころパートナー

内容	詳細
認知症予防教室等認知症関連事業の受付・案内	高齢福祉課 ☎25-2861
民俗資料館の企画実施・資料整理補助	民俗資料館 ☎59-4922
市民美術館の管理運営・イベント補助	市民美術館 ☎22-1124
絵本・紙芝居などの読み聞かせボランティア 図書館輪西分室の夜間開館業務	図書館 ☎22-1658
港の文学館の資料整理・保存・管理・展示・案内	港の文学館 ☎22-1501
男女共生セミナーでの託児員 男女共生セミナーの講座・学習内容の企画・運営など 男女平等参画情報誌編集委員	地域生活課 ☎25-2951
こども家庭センターこころん主催の講座などでの託児員 こども家庭センターこころん内、みんなの広場での保育ボランティア	こども家庭センターこころん ☎45-2022
期日前投票所における移動介助	選挙管理委員会事務局 ☎25-2800

### まち「ピカ」パートナー

地域の公園や道路などの清掃・美化活動を行う無償のボランティアです。個人・団体を問いません。(公用ごみ袋の配布やごみの回収、草刈り機の貸し出しをします)

《詳細》地域生活課 ☎25-2223

## 監査結果と措置状況の公表

### 令和5年度後期の監査結果

**監査執行者**  
室蘭市監査委員 杉本 久佐男  
室蘭市監査委員 水江 一弘

**定期監査(後期)**  
【令和5年7月26日~令和6年3月13日】

**執行箇所**  
総務部、企画財政部、生活環境部、都市建設部、港湾部、水道部、教育部、市立室蘭総合病院事務局、市立小中学校

**財政援助団体等監査**  
【令和5年7月26日~令和6年3月13日】

①補助団体監査  
**執行団体** 経済部、教育部所管6団体

②公の施設の指定管理者監査  
**執行団体** (株)共栄、(株)日光美装・トータルテクノ(有)指定管理者共同事業体、(一財)室蘭市スポーツ協会、室蘭レポート開発(株)

**令和5年度前期の監査結果の措置状況**  
事務処理の改善などを指摘した事項について、市長から措置したことへの報告を受けました。

令和5年度前期の措置状況と令和5年度後期の監査結果は、市ホームページや市役所本庁舎2階の情報公開コーナーで閲覧できます。

《詳細》監査委員事務局 ☎25-2812

## 事業主の皆さんへ 「くらしの便利帳」に掲載する 広告を募集します

生活に役立つ行政情報を掲載した冊子「くらしの便利帳」をリニューアルし、9月に市民の皆さんにお届けする予定です。官民協働事業として取り組み、協働事業者が集める広告料収入で発行します。

各種手続きや施設案内、防災情報、医療機関を掲載するなど、生活に密着した内容をカラーで盛り込み、保存版として活用していただける総合情報紙を市内の世帯と転入者に無料配布します。

「くらしの便利帳」に掲載する広告を募るため、協働事業者の(株)サイネックスが市内の事業所を訪問します。広告掲載を希望する事業主の皆さんは、ぜひ、この機会にお申し込みください。

**広告募集期間** 6月末まで(予定)

※室蘭市広告掲載要綱に基づき、業種および広告内容によっては掲載できない場合があります。

《詳細》広告の申し込みなどについて  
(株)サイネックス ☎011-737-7167  
「くらしの便利帳」について  
広報課 ☎25-2193

**5月3日・6日は「燃やせるごみ」の収集がありません**  
5月3日(金)・6日(月)は、「燃やせるごみ」の収集を行いません。  
なお、「資源物」の収集は行います。  
《詳細》環境課 ☎22-1481

**海や川に流れ着いた流木を無償提供します**  
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126-1)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



※注意事項や条件は「流木引取申請書」をご覧ください。  
《詳細》西いぶり広域連合 ☎59-0705

**シルバー人材センター入会説明会**  
対象 60歳以上  
日時 5月16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  
《詳細》シルバー人材センター ☎45-8155

**自動車税種別割は5月31日までに納めましょう**  
自動車税種別割は、4月1日の所有(使用)者に納めていただく道税です。5月7日に納税通知書

を発送しますので、忘れずに納期限内に納めましょう。  
また、納付書に印字されるe-LETQRやeL番号、スマートフォンなどの端末から決済アプリ、インターネットの専用サイトからクレジットカードで納めることもできます。納税後すぐに車検更新をする場合は、納税証明書が付いた納税通知書で納付してください。  
《詳細》通知書の内容(税額、住所変更など)：札幌道税事務所自動車税課 ☎011-746-1190  
納税相談：胆振総合振興局納税課 ☎24-9584

**令和6年分所得税に  
定額減税が実施されます**  
給与所得者に対する減税は、6月以降の源泉徴収税額から実施します。6月に減税しきれなかった場合は、翌月以降の源泉徴収税額から減税します。  
詳細は国税庁ホームページをご覧ください。  
対象 納税者および配偶者を含めた扶養家族  
※合計所得金額が1千805万円(給与収入2千万円相当)超の高額所得者は対象外です。  
減税額 1人3万円  
《詳細》室蘭税務署 ☎22-14151



## とんちまちホットライン

### 伊達市のお知らせ

#### 大滝交流施設の 開設日のお知らせ

開設日 5月7日(火)

・大滝自然ふれあい交流施設パーク  
ゴルフ場

開設日 5月19日(日)

・優徳農村公園サッカー場  
・大滝陸上競技場  
・大滝野球場  
・ノルディックウォーキングコース  
(大滝総合運動公園周辺)

※天候などにより、開設日を変更する場合があります。

《詳細》大滝総合支所地域振興課  
☎0142-82-6748



### 登別市のお知らせ

#### 登別市郷土資料館からの お知らせ

さくらウィーク～無料開放～

敷地内にある6種類39本の桜が満開の時期に合わせて資料館を無料開放します。

日程 5月5日(日)～12日(日)

開館時間 10:00～17:00

第1回郷土資料館まつり

館内を回り、さまざまな体験を行う資料館探検や流鏑馬体験、バードコール・竹とんぼ作り、せんべい焼き体験などができます。

日時 5月11日(土) 10:00～12:30  
《詳細》同館 ☎88-1339



**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  
「子ども医療費助成制度の拡大・  
マイナ保険証について」

6日(月) 17:39～17:54  
再放送 7日(火) 12:44  
8日(水) 9:10  
10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

6日(月) 13:30～13:35  
再放送 13日(月) 13:30

《詳細》広報課 ☎25-2193

# 5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。

    …こどもの健診

日	行 事	詳細	日	行 事	詳細
8(木)	おりがみ教室「チューリップ」 (小学生以下のこどもと保護者、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	19(日)	英語のおはなし会(小学生以下のこども) 11:15 えみらん1階多目的室	図書館
9(木) 10(金)	3歳児健診(個別通知) 12:20 保健センター3階	こころん	20(月) 21(火)	5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コーナーもあります) 9:30、13:00 こども家庭センターこころん	こころん
11(土)	鉄子文庫のおはなし会(先着20人) 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	25(土)	鉄子文庫のおはなし会(5歳以上) 11:00 図書館本館	図書館
14(火)	1歳6カ月児健診(個別通知) 12:20 保健センター3階	こころん	26(日)	作ってあそぼっ!「ちょうちょ」 (小学生以下のこどもと保護者、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
15(水)	作ってあそぼっ!「ちょうちょ」 (小学生以下のこどもと保護者、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	29(木) ~31(金)	親子で楽しむ簡単せいさく(各先着15組程度) 10:00 こども家庭センターこころん	こころん
16(木)	1歳6カ月児健診(個別通知) 12:20 保健センター3階	こころん	30(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3階	こころん
18(土)	おりがみ教室「チューリップ」 (小学生以下のこどもと保護者、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》[図書館](#) 図書館 ☎22-1658 [こころん](#) こども家庭センターこころん ☎45-2022  
[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

## 図書館に行こう!

《詳細》図書館 ☎22-1658

- 5月3日(金)~6日(月)は、本館のみ開館します。
- 月末図書整理による休館日…5月31日(金)

### 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歳以下のこどもと保護者  
 日時 5月29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 5月28日まで、電話で



~5/12(日) こどもの読書週間 [無料](#) [当日直接](#)

### おはなし会

対象 小学生以下

図書館本館 | 日時 5月4日(土) 11:00~11:30

輪西分室 | 日時 5月11日(土) 10:30~11:00

## キッズ・ジュニアの ヒップホップジャズダンス

対象 5歳~中学生  
 日時 5月26日(日) 15:30~16:15  
 定員 先着10人 料金 500円  
 申込方法 5月25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 9:30~12:00  
 13:00~15:30

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》こども家庭センターこころん ☎45-2022

## 5月の フッ素塗布

《詳細》こども家庭センター  
こころん  
☎45-2022

対象 1歳3カ月~就学前のこども  
 日時 5月29日(水) 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。



## 5/25(土) ロボットアリーナ体験教室 [無料](#)

### 「ロボブロックで遊ぼう!」

使用するレゴ®WeDo2.0とレゴ®ブロックは持ち帰れません。  
 対象 小学2・3年生 時間 10:30~12:00

### 「重心移動歩行ロボットを作ろう!」

作製したロボットは、持ち帰ることができます。  
 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 5月1日12時から10日17時まで、  
 ホームページの申込フォームで  
 《会場・詳細》室蘭工業大学ロボットアリーナ ☎46-5337



5/3金~5日  
10:00~17:00



DENZA I環境科学館  
ゴールデンウィーク科学館まつり



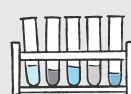
当日直接

	日程	内容	時間	定員(先着)	料金
工作体験	3日(金) ~5日(日)	カンちゃんコマ (3・4日) 走る人 (5日)	①10:45②13:30 ③14:45	各8人	各200円
		ぐにやぐにや凧	①10:45②11:30 ③13:30④14:15 ⑤15:00	各6人	
実験教室	3日(金)	液体窒素	①11:10~ ②14:10~	各40人	無料
	4日(土)	空気で遊ぼう			
	5日(日)	ドライアイス実験			
食べ物コーナー	3日(金) ~5日(日)	わたあめ	①11:00~12:00 ②14:00~15:30	なし	各150円

※工作体験と実験教室は、入場整理券をお渡しします。

入館料 大人600円、65歳以上400円、高校生300円、市内居住の中学生以下無料

《会場・詳細》DENZAI環境科学館 ☎22-1058



5/3金~5日 室蘭民報みんなの水族館

ゴールデンウィークこどもまつり

期間中は、毎日小学生以下の先着100人に記念品をプレゼントします。

**プキ緑日** 日時 5月5日(日) 10:00~12:00 ※荒天中止。  
13:00~15:00

**浜焼き** 日時 5月6日(月) 11:00 (雨天中止)  
※無くなり次第終了。

入館料 シーズンパスポート1,000円 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  
開館時間 9:30~16:30 (5月3日~6日は17:00まで)

《詳細》室蘭民報みんなの水族館 ☎27-1638



みんなで飾ろう♪

無料

当日直接

ワクワクこいのぼり作り

こいのぼりを作ってブックパークに飾り  
ましょう。

対象 小学生以下

日時 5月1日(水)~5日(日)  
10:30~12:00、13:30~15:00

定員 各先着10人程度

《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

新しいブルーのレーンで思いきり走ろう!

楽しくランニング

当日直接



運動会の徒競走に備えて、スタート練習やラダートレーニングで  
正しい走り方を学びます。動きやすい服装と靴でお越しください。

対象 小学生

日時 5月23日(木)・27日(月) 16:30~18:00 (雨天中止)  
※両日参加できますが内容は同じです。

料金 各1,000円 (保険料を含む) ※当日徴収。

《会場・詳細》日鋼室蘭スポーツパーク ☎24-3443

5/5日 10:00~14:00

当日直接

民俗資料館フェスティバル

- 昔遊び体験 ○居合道演武見学会
  - 鎧着付け・弓道の体験
  - せんべい焼き・べこ餅作り (有料)
- ※雨天時は内容を一部変更します。

申込方法 べこ餅作りのみ5月3日までの10時  
から16時まで、電話で

《詳細》民俗資料館 ☎59-4922



あなたのETCカード年会費かかってませんか?

日専連ETCカード

入会金  
年会費 **無料!!**



日専連  
ETCカードなら  
400円毎に  
ポイントも  
貯まります!!

当社発行の日専連カードをお持ちの方▶  
(Web明細サービスからのお申し込み)

こちらから登録の上、Web明細サービスメニューの「各種サービス  
>各種お支払い申込」より、ETCカードをお申し込みください。

当社発行の日専連カードをお持ちでない方▶  
(日専連カード新規お申し込み)

ETCカード単独ではお申し込みいただけません。こちらのWeb申込  
フォームより日専連カードと同時に申し込みいただけます。



いつも笑顔のおつきあい  
**日専連パシフィック**  
包括信用購入あっせん業者 北海道(包)第8号

●とまごまい店 〒053-0022 苫小牧市表町3-2-11  
●むろらん店 〒050-0074 室蘭市中島町3-29-1

お問い合わせはお気軽に... 0120-36-7755

## こどもの日イベント♪

当日直接

### こどもの日工作

対象 小学生以下の子どもと保護者  
日時 5月3日(金)～5日(日)  
10:00～16:45



## 母の日製作

当日直接

似顔絵を描いて、プレゼントしましょう。  
対象 小学生以下の子どもと保護者  
日時 5月11日(土)・12日(日)  
10:00～16:45



## 3歳以上手形でアート「ソウさん」

対象 3歳以上の子どもと保護者  
日時 5月24日(金)・25日(土)  
14:00～  
定員 各先着10組  
申込方法 5月8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

## 子育て講座

無料

子育てについて学びませんか?

《詳細》子ども家庭センターこころん ☎45-2022

### 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のお話や、助産師と保健師から授乳や沐浴の指導を受けられます。

対象 市内に居住するおおむね妊娠30週以降の妊婦(パートナーの同伴可)

日時 5月23日(木) 13:00～15:00

定員 先着10組

申込方法 5月16日まで、市LINEの予約で



### りにゅう食教室(初期・中期食)

赤ちゃんに離乳食を始める人や、すでに始めている人が対象です。進め方と作り方を紹介します。

日時 6月4日(火) 13:30～14:30

定員 先着15組

申込方法 5月28日まで、市LINEの予約で



会場 子ども家庭センターこころん

### はじめてママのころころクラブ

#### 「母乳とミルクの話」

対象 生後4カ月までの赤ちゃんとお母さん

日時 6月14日(金) 13:30～14:45

定員 先着15組程度

申込方法 5月9日から、市LINEの予約で



会場 子ども家庭センターこころん

### 地域子育てセミナー

託児も無料で行います。

時間 10:00～11:00 (10:30～参加者交流)

定員 各先着10人



#### 幼児を持つ親編 「イヤイヤ期」は「やるやる期」!?

対象 就学前の子どもを持つ親

日程 6月19日(水)

会場 子ども家庭センターこころん

申込方法 5月23日から6月16日まで、申込フォームで



#### 小学生を持つ親編 「『生きる力の育成』～学力、心と体を育てために」

対象 小学生の子どもを持つ親

日程 6月13日(木) 会場 保健センター4階

申込方法 5月16日から6月10日まで、申込フォームで



### 0歳の親子講座 ぴよぴよクラブ

#### 「親子でできる体操 お家でできる遊び」

対象 0歳の赤ちゃんとお母さん

日時 6月5日(水) 13:30～14:30

定員 先着15組程度

申込方法 5月20日から、市LINEの予約で



### たのしくあそぼう! こころんクラブ

#### 「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 6月25日(火) 10:00～11:00

定員 先着15組程度

申込方法 5月29日から、市LINEの予約で



### お住まいの小さな困り事はありませんか?

外装・内装・水廻り・暖房給湯設備修理

建物に関するリフォームの事なら何でもご相談下さい!



株式会社  
リフォームのハヤシ

見積無料

室蘭市輪西町2丁目3-5 TEL.0143-84-6082

### 暮らし なんでも相談室

仕事・借金・法律・介護・福祉・暮らし・年金・子育て

フリーダイヤル無料  
☎0120-783-000

毎週月・水・金曜日10時から16時まで受付(祝日除く)



北海道ライフサポートセンター  
日胆サテライト

TEL.0143-46-7830  
室蘭市東町3丁目26番17号  
第2山本ビル3F

## 麻しん・風しんの 予防接種を 受けましょう

無料



麻しんや風しんは、たびたび流行する感染症で、感染力が強く、重症化しやすい病気です。集団感染を防ぐために、各期間内にそれぞれ1回ずつ予防接種を受けましょう。

室蘭・登別の予防接種実施医療機関に直接申し込みを行ってください。

**対象** 1期…1歳から2歳未満  
2期…就学前の1年間  
(平成30年4月2日から平成31年4月1日生まれのこどもは、令和7年3月31日までに接種)

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

## 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性の皆さんへ 子宮頸がん予防ワクチンのキャッチアップ 接種の終了時期が近くなっています

無料

HPVワクチンは、HPV(ヒトパピローマウイルス)感染による子宮頸がんを予防することができます。HPVワクチンは計3回接種するため、接種を完了するまで約6カ月かかります。接種を希望する人は、早めに接種をしてください。詳細は、厚生労働省の子宮頸がんのホームページをご覧ください。

### キャッチアップ対象

平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性  
※過去にHPVワクチンの接種を3回受けていない人。

**接種回数** 3回

**接種期限** 令和7年3月31日

**実施場所** 室蘭・登別の予防接種実施医療機関



《詳細》健康推進課 ☎45-6610



## 子育て応援団 のお知らせ

### 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** 就学前のこどもと保護者  
**日時** 5月9日(木) 10:00～12:00  
**会場** わにホール室蘭市市民会館  
リハーサル室

### 舞台鑑賞例会 人形劇団えりっこ 「おおかみゴンノスケの腹ペコ日記 ～今夜は食べほうだい!」

おおかみゴンノスケとうさぎたちのハラハラ、ドキドキの物語です。

**対象** 小学4年生以下のこどもと保護者  
**日時** 5月15日(水) 18:30～19:20  
(開場18:10)  
**会場** わにホール室蘭市市民会館

### 会員募集 舞台鑑賞を楽しもう

親子で会員になり、舞台鑑賞や遊びを楽しむ子育ての会です。

**対象** 高校生以下のこどもと保護者  
**料金** 入会時に1人2,600円  
(入会金200円、  
会費月額1,200円×2カ月分)  
3歳以下は無料

《詳細》室蘭子ども劇場 ☎43-3790

### 絵本とBBカードの英語教室 さくらっこ Babyクラス

**対象** 3歳未満のこどもと保護者  
**日時** 毎週火曜日 10:00～10:45  
**会場** 同教室(母恋南町1-1-16)  
**料金** 1回850円  
(回数券有り)

**申込方法** 各前日まで、  
申込フォームで

《詳細》齊藤 ☎080-3267-3757



### 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(5月)	会場
12日(日) 11:00～15:00	ふれあいサロン ほとな～(中島町)
26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

### TENTOで読み聞かせとお散歩 無料 「新緑の中で読み聞かせとお散歩」

**対象** 小学3年生以下のこどもと保護者  
**日時** 5月17日(金) 15:00～16:00  
**会場** 室工大カフェTENTO  
(室蘭工業大学 大会館内)

**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」

こどもや高齢者に食事を提供します。就学前のこどもは保護者の同伴が必要です。

**日時** 5月18日(土) 11:00～12:30  
(遊び場は10:30～12:30)

**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

### 鉄子文庫 無料

#### 各分室と開室日時

幕西分室 (幕西町2-11)	毎週日曜日 11:00～17:00
高砂分室 (高砂町1-10-19) ☎44-8490	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

### ハト平子育てサロン

親子遊びをして昼食を食べます。

**対象** 就学前のこどもと保護者  
**日時** 5月8日(水) 10:00～12:00  
**会場** ハト平第一町会会館  
**料金** 1人100円(昼食代)  
《詳細》同サロン・中川 ☎46-2213

### 学びサポ 無料

室蘭工業大学の学生が勉強をサポートします。

**対象** 中学生～高校生  
**日時** 5月10日・17日・24日・31日(金)  
18:00～20:00  
**会場** F Kホールディングス生涯学習センターきらん  
**申込方法** 事前に電話またはLINE  
(@081svllb)で

### 子どもの居場所クルハウス 無料

金曜日は学習支援と希望者におやつを配布し、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 17:30～20:30  
毎週土曜日 10:30～14:30  
**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は、  
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

5月は、松谷 みよ子『いないいないばあ』、マーシャ・ブラウン『シンデレラ』などの読み聞かせをします。当日は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

《詳細》同教会 ☎22-6086

**ゴールデンウィーク 内科系医療**

《詳細》室蘭市医師会 ☎45-4393

休日や夜間の急病は、各救急病院で対応していますが、発熱、腹痛、風邪などの内科に関する症状があるときは、次の診療所を受診してください。各診療所の専門分野以外の場合は、事前に電話で相談してください。

診療時間 9:00~15:00 (休診…12:00~13:00)

診療日	医療機関
3日(金)	いしはら小児科 (登別市) 若山町3-12-34 ☎81-5631
4日(土)	野尻内科消化器科クリニック 宮の森町4-12-18 ☎41-1551
5日(日)	堀尾医院 (登別市) 富士町6-21-1 ☎85-2878
6日(月)	あだち内科クリニック 八丁平2-7-25 ☎41-6000

**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
3日(金)	高砂歯科医院 高砂町5-31-12 ☎45-8622
4日(土)	なかがわ歯科医院 (登別市) 中央町5-22-1 ☎85-7651
	さかた歯科医院 (伊達市) 舟岡町176-11 ☎0142-22-1182
5日(日)	林歯科医院 高砂町1-51-18 ☎46-2224
6日(月)	ふかせ歯科 (登別市) 中央町2-16-4 ☎85-2477
	サンフィッシュ デンタルクリニック(伊達市) 舟岡町362-18 ☎0142-23-1830
12日(日)	ありじ歯科クリニック 宮の森町4-22-39 ☎84-5041
19日(日)	いしい歯科 東町2-22-6 ☎44-3367
26日(日)	いちはし歯科 本輪西町3-6-13 ☎55-4323

**がんへの支援**

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

**無料**

がんサロンは、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。

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

5/1(水) 13:30~14:45

申込方法 5月1日10時まで、右の申込フォームで



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

5/22(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

**はぴらん体操講座**

**無料** **当日直接**

室蘭のご当地健康体操で、気持ちよく体を動かしましょう。体脂肪と筋肉量の測定もできます。飲み物を持参し、動きやすい服装と靴でお越しください。市LINEを使ったくじらん健康ポイントが取得できます。

また、はぴらん体操の動画は市YouTubeで公開しています。

日時 5月22日(水) 13:30~14:15

会場 保健センター3階

《詳細》健康推進課 ☎45-6610



**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**

<p>■健康相談 日時 月・水・金曜日(祝日を除く) 10:00~11:30</p>	<p>■女性のための健康相談 日時 5月2日(木) 9:30~16:00</p>
<p>■メタボリック・ダイエット相談 日時 5月17日(金) 9:30~16:00</p>	<p>■体組成計を使った体脂肪と筋肉量の測定 日時 5月28日(火) 9:30~16:00</p>

**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月曜日  
13:00~15:00

5/27(月) 14:00~15:00

■書道教室  
申込方法 5月24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

5/15(水) 13:30~14:30

■みんなで楽しく「笑いヨガ」  
申込方法 5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

5/17(金) 13:30~14:30

■気功の世界へようこそ~気功で体を温めよう!  
講師 藤井 彰 さん  
申込方法 5月16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  
14:00~16:00

5/29(水) 14:00~15:00

■楽しい音楽療法を体験しましょう♪  
講師 ミネルバ病院音楽療法士 佐藤 寛子 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

5/20(月) 13:30~14:30

■creative-studio 夢飛行による春のマジックショー

**当日直接**



# 後期高齢者医療制度(保険料率)を見直します

《詳細》保険年金課 ☎25-2433

見直しに伴う手続きなどはありません。令和6年度の保険料額は、6月中旬以降に順次郵送でお知らせします。

## ■保険料率が変わりました

被保険者が負担する保険料は、2年ごとに定める保険料率をもとに決めることになっています。令和6・7年度の新しい保険料率は、次のとおりです。

○均等割 (被保険者が等しく負担)

令和4・5年度 (年間) 51,892円	→	令和6・7年度 (年間) 52,953円 (1,061円増)
----------------------------	---	---

○所得割 (被保険者の所得に応じて負担)

令和4・5年度 (年間) 10.98 パーセント	→	令和6・7年度 (年間) 11.79パーセント (0.81ポイント増)
-----------------------------------	---	--

※令和6年度の賦課のもととなる所得金額が58万円を超えない人は、令和6年度の所得割率を10.92パーセントとして算定します。

○賦課限度額(1年間の保険料の上限額)

令和4・5年度 (年間) 66万円	→	令和6・7年度 (年間) 80万円 (14万円増)
-------------------------	---	------------------------------------

※「令和6年3月末日までに75歳に到達して資格取得した人」および「障害認定で資格取得した人」は、令和6年度の賦課限度額を73万円とします。

## ■均等割の軽減割合が一部見直されました

【令和4・5年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7割
43万円+(29万円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	5割
43万円+(53万5千円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	2割

【令和6・7年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	7割
43万円+(29万5千円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	5割
43万円+(54万5千円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	2割

※給与所得者等とは、給与等の収入金額が55万円を超える人、または、公的年金の収入金額が65歳未満で60万円、65歳以上で125万円を超える人を指します。

## 糖尿病教室

無料 当日直接

- 糖尿病専門医のお話  
講師 糖尿病内科部長 宮崎 義則 さん
  - 理学療法士による運動
- 日時 5月22日(水) 13:30~14:30  
《会場・詳細》市立室蘭総合病院 ☎25-3111



5/24(金)  
14:00~16:00

## くじらん健康教室

無料 当日直接

年6回行う健康チェックの記録帳を配布します。動きやすい服装でお越しください。

会場 F Kホールディングス生涯学習センターきらん

健康チェック 14:00~14:30

身長や体重、血圧、握力、歩く速さ、足の筋力などを測ります。

講演 14:30~16:00

- 講師
- ・看護局 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 菅原 大輔 さん
  - ・栄養科 管理栄養士 林 元子 さん
  - ・リハビリテーション科 理学療法士 前田 有一郎 さん
  - ・脳神経外科 副院長 大山 浩史 さん

《詳細》市立室蘭総合病院 ☎25-3111

## 製鉄記念室蘭病院 市民公開セミナー

無料 当日直接

市民公開セミナーは、ライブ配信も行っています。  
詳細は、製鉄記念室蘭病院の公式LINEをご確認ください。



健康セミナー

### 「ウイルス性肝炎、調べてみたことありますか？」

日時 5月22日(水) 15:00~16:00  
講師 胆臓内科長 小野 道洋 さん



がんセミナー

### 「胃がん~やさしい外科治療」

日時 5月30日(木) 15:00~16:00  
講師 外科・消化器外科長 西上 耕平 さん

会場 製鉄記念室蘭病院 がん診療センター

《詳細》製鉄記念室蘭病院 ☎47-4404

5月12日~18日は  
看護週間です

## 健康プラザ ミニ

無料 当日直接

健康チェックや専門の看護師による相談会を行います。

日時 5月17日(金) 13:00~15:00

会場 日鋼記念病院 地域医療研修センター

- ・血管年齢チェック、ストレスチェック
- ・視力測定、握力測定、筋硬度測定など
- ・動脈硬化、乳房モデル展示
- ・看護介護相談 (赤ちゃん育児、フットケア、在宅生活、オムツ・尿取りパットの使用、認知症など)



《詳細》日鋼記念病院 ☎24-1331(代表)

# 65歳の人に高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部を助成します

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

肺炎球菌予防接種は、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。  
令和6年度から助成対象年齢が変わります。対象者には個別に通知しますが、詳細や実施医療機関の一覧は、市ホームページをご覧ください。



**対象** 市内に住民登録があり、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

- 接種時に65歳の人
  - 接種時に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（身体障害者手帳を持参）
- ※令和5年度までの70歳から100歳まで、5歳ごとの未接種者への定期接種は終了しました。

**接種期間** 65歳の誕生日から66歳の誕生日前日まで

**本人負担額** 2,400円

**申込方法** 実施医療機関に問い合わせの上、健康保険証を持参し、直接

左記助成対象者で次のいずれかに該当する人は、無料で接種が受けられます。

無料になる人	必要な書類（いずれか1点）
市民税 非課税世帯の人	・介護保険料納入通知書 ・後期高齢者医療減額認定証 ・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 ・生活保護受給証明書

国民健康保険に加入している皆さんの健康づくりをお手伝いします

## こくほ健康出前講座

室蘭市国民健康保険では、保健師や管理栄養士、健康診断担当者があなたのまちの集会などで講座を行います。国民健康保険加入者が参加する、町内会などでご利用ください。

**日時** 月～金曜日 9時から16時までの1時間程度

**会場** 市内の希望する場所

**講座の内容** 事前に話し合いの上、決定します

### 令和5年度に行った講座の内容

- ・特定健康診査の受け方と結果の見方
- ・気になる生活習慣病の予防
- ・メタボリックシンドロームの予防

**申込方法** 希望する講座開催日の1カ月前まで、開催希望日時・会場・参加人数・内容を電話で

《詳細》保険年課 ☎25-1010

## 認知症予防教室 無料

認知症についての正しい知識と予防につながる運動や栄養、脳トレ、日常生活の工夫などをテーマに、全6回行います。ぜひ、参加してみませんか。

**テーマ** ①講話「認知症ってどんな病気？」

②身体評価と体操

**対象** 65歳以上で、要介護認定（要介護・要支援）を受けていない、または、総合事業対象者以外の人

会場	日程	講師
FKホールディングス 生涯学習センターきらん	6月3日(月)	老人保健施設母恋 理学療法士 高橋 徳子 さん
室ガス文化センター	6月19日(水)	日鋼記念病院 作業療法士 山本 英貴 さん

**時間** 9:45～11:30 **定員** 各先着30人

**申込方法** 5月7日から21日まで、電話で

《詳細》高齢福祉課 ☎25-2861



《詳細》高齢福祉課 ☎25-2861

## 高齢者向け健康講座 えみなメイト

無料 当日直接

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。悪天候の際は、中止する場合があります。

日時(5月)	会場	日時(5月)	会場	日時(5月)	会場	
1日(水) 10:00	母恋会館	13日(月)	10:00 高砂町会館	20日(月) 14:00	常盤町会館	
2日(木) 10:00	白鳥台集会所		10:30 高砂第一会館	21日(火) 10:00	本町会館	
7日(火) 10:00	幌萌町会館	15日(水)	10:00 港南町会館	22日(水) 10:00	わにホール室蘭市市民会館	
9日(木) 10:00	高砂中央会館(高砂町3-11-4)		10:00		水元町会館	23日(木) 10:00
	天神町会館			13:30 舟見町会館	13:30	白鳥台みなみ町会館
10日(金) 10:00	港北ふれあいセンター	16日(木) 10:00	高砂第三会館	24日(金) 10:00	本光寺(本輪西町3-33-7)	
	絵鞆町会館	17日(金) 10:00	知利別町楽山ヶ丘自治会館	27日(月) 10:00	保健センター	
	日の出町三丁目町会館		八丁平町会館	28日(火) 10:00	御崎町会館	
	高砂わかば会館(高砂町3-14-4)					

## 子ども食堂「なかよし食堂」

こ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 5月11日・25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



## 朗読奉仕者の会

### 朗読ボランティア養成講座(入門) 無料

視覚障がいがある人のために、小説を読むボランティアの養成講座を行ないます。詳細はお問い合わせください。

日時 5月13日~6月17日(月曜日、全5回) 10:30~12:00

会場 障害者福祉総合センター(ぴあ216)  
定員 先着5人  
申込方法 5月10日まで、電話で  
詳細 同会・東峰☎43-1617

## 地域食堂「ウレシパ食堂」

こどもたちにカレーと遊び場を提供しています。市内全域で調理や見守りなどを行うボランティアスタッフも募集しています。

日時 毎月第2土曜日 15:00~18:00  
会場 本光寺(本輪西町3-33-7)  
料金 大人200円、高校生以下は無料  
申込方法 当日会場で  
詳細 同事務局・日笠  
☎080-3239-4858

## 八丁平ミニバスケットボールクラブ 団員募集

男女一緒に仲良く練習をしています。一緒にバスケットボールをしましょう。

対象 小学生  
日時 週4回程度 16:00~18:00  
会場 八丁平小学校アリーナ  
料金 月額1,500円(初回は2,500円)  
申込方法 事前に電話で  
詳細 千葉☎090-9432-2564

## 自死遺族交流会ひまわりの会

家族を自死で亡くした当事者の交流会です。同じような悲しみや経験をした人と語り合い、気持ちを分かち合うことで、こころの交流をはかりませんか。

対象 親・きょうだい・こども・配偶者を自死で亡くした人  
日時 5月17日(金) 13:00~15:00  
会場 室蘭保健所(広域センタービル2階)  
定員 先着10人 料金 200円  
申込方法 前日まで室蘭保健所(☎24-9846)に電話、またはLINE(@677vfsbi)で  
詳細 三木☎090-7519-9237

## 室工大カフェTENTO TENTOフェスティバル 小たたら製鐵実演~日本古来の製鐵法 たたら製鐵の体験

室蘭登別たたらのが小たたら製鐵の実演と体験会を行います。途中参加や退場もできます。

日時 5月25日(土) 9:00~15:00  
じゅくり学習体験  
定員 15人 料金 500円  
ちよこつと見学体験  
時間 10:00~ 料金 200円  
対象 3歳以上(小学生以下は保護者同伴)  
会場 TENTO(室蘭工業大学学生会館内)  
申込方法 5月24日まで、申込フォーム、または、電話かメールで  
詳細 同カフェ・市村  
☎080-1447-8085  
✉tentoten.npo@gmail.com

## カウンセリング広場会 カウンセリング勉強会

女性を対象に、暮らしの出来事について意見を出し合い考える勉強会です。

日時 第3土曜日(全5回) 13:00~15:00  
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6人 料金 5,500円  
申込方法 5月10日まで、電話で  
詳細 高野☎090-6690-3522

## ボイラ実技講習

2級ボイラ技工士の免許取得の要件になる講習です。

日時 5月29日(水)~31日(金) 9:00~17:00  
会場 中小企業センター  
定員 先着20人  
料金 22,000円(別途、テキスト代が必要)  
申込方法 5月17日まで、直接(月・水・金曜日9:00~12:00)、または、料金などを振込後に申込書を郵送するか、現金書留に同封し郵送で  
詳細 (一社)日本ボイラ協会北海道支部 室蘭地区支部☎43-5696 ☎050-0083 東町2-22-3 東町コーポラス1階



## 室蘭テニス協会

### 硬式テニス講習会(初級・中級コース)

ラケットの貸し出しもあります。  
対象 中学生以上  
日時 6月22日~9月21日(土曜日、全10回) 9:00~10:30  
会場 IRIE大同電設テニスコート  
定員 各コース先着10人  
料金 8,000円  
申込方法 事前に住所・氏名・年齢・電話番号・希望コースを記入し、メール、または、宛先を電話で確認し郵送で  
詳細 同協会・渡辺  
☎090-7652-6373(平日は19時以降)  
✉mta\_entry@yahoo.co.jp



## 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2,000円(別途、保険料が必要)  
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

## ＊幌萌町エゾヤマザクラ＊ 雨天中止

樹齢約210年で、高さ20メートル、幹回り4.7メートルのエゾヤマザクラをライトアップします。(幌萌町70番地付近)  
日時 5月3日(金)~5日(日) 19:00~21:00

夜桜チャリティーコンサート 無料  
日時 5月3日(金)~5日(日) 19:30~20:00

《詳細》中幌萌町会・今野☎090-8903-7321



## ＊母恋富士下サクラ並木お花見広場＊

ソメイヨシノや八重桜をはじめ、貴重な鹽電桜など、約30種・約130本の桜が植樹されています。  
開催期間 5月11日(土)まで  
会場 母恋北町お花見広場(母恋北町1丁目3条通線)

《詳細》母恋富士下サクラ並木の会・早川☎090-7517-2116

## ＊祝津さくら公園祭り＊

キッチンカーやフリーマーケット(出店の申し込みは8日まで)などが出店します。  
日時 5月12日(日) 10:00~15:00  
会場 臨海公園(祝津町4丁目)  
※雨天時は祝津町会館。  
《詳細・申込み》同実行委員会・酒本商店☎27-1111

## ＊わしべつ川浴い桜まつり＊

鷺別川浴いに咲き誇る八重桜は壮観。たくさんの露店とステージの催しを行います。  
日時 5月18日(土)・19日(日) 12:00~※小雨決行。  
会場 高砂3丁目公園(高砂町3-14)  
《詳細》同実行委員会・八木橋☎47-4682

## ＊白鳥台桜まつり＊ 雨天中止

北海道大谷室蘭高等学校吹奏楽部による演奏会などを行います。  
日時 5月19日(日) 9:00~15:30  
会場 白鳥台北公園(白鳥台3-18)  
《詳細》同実行委員会・伝法谷☎59-2338



# 5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
10(金) 15(水)	ノルディックウォーキング <b>有料</b> ※無料貸ポールは15セット。 10日…母恋会館、15日…中島公園駐車場 9:30 各会場に集合 《詳細》☎090-9087-5068(黒政)	18(土) 19(日)	とびきりの休日 (ハンドメイド&フードイベント) 10:00 室蘭プリンスホテル 《詳細》☎090-6877-8609(守谷)
11(土)	青いチキウまもり隊 ビーチクリーン活動 <small>かいしゃくどう</small> 海蝕洞清掃 ※保険に加入する場合は事前に連絡。 8:30 イタンキ浜駐車場集合 《詳細》☎090-7511-6976(塚原)	19(日)	第55回室蘭栄高等学校 吹奏楽団 定期演奏会 13:30 室ガス文化センター 《詳細》☎44-3128(松村)
12(日)	お茶愛の会「薄茶一服の楽しみ…端午の節句茶会」 <b>有料</b> 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)		映画『ヤジと民主主義劇場拡大版』上映会 <b>有料</b> 14:30 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎090-9750-0620(堀岡)
	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 《詳細》☎23-1075(菊地)	22(水)	地球岬・満月の会 満月鑑賞会 ※催しはありません。 月の出…17:48、日の入り…18:59、月の見ごろ…21日～23日 地球岬展望台 《詳細》☎090-3116-1103(池野)
12(日) 26(日)	室蘭ウォーキング協会 12日…「母恋富士下桜並木」母恋会館 26日…「宮沢賢治2度目来蘭百年記念歩き」開運公園 9:00 各会場に集合 《詳細》☎090-3897-2164(成田)	24(金)	室蘭水素エネルギーフォーラム2024 <b>要申込</b> 13:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎25-2704(産業振興課・酒本)
17(金) ～19(日)	上野山幸子(姉・故人)と弟の水彩画展 10:00 市民美術館 《詳細》☎22-1124(同館)	25(土)	室蘭混声合唱団 定期演奏会 <b>有料</b> 15:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎090-1649-7744(石塚)
18(土)	室蘭音楽協会市民オーケストラ 名曲コンサート <b>有料</b> 16:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎080-5025-4634(安達)	25(土) 26(日)	絵鞆神社祭典(露店) 25日…16:00、26日…11:00 絵鞆町会館横駐車場 《詳細》☎27-2544(藤原)
	北海道言友会室蘭カフェ(吃音の自助グループ) <b>有料</b> 18:00 障害者福祉総合センター(ぴあ216) 《詳細》☎090-1529-3723(竹中)	26(日)	室蘭歌謡連盟 室蘭歌謡フェスティバル <b>有料</b> 13:00 わにホール室蘭市市民会館 《詳細》☎080-5595-8372(橋本)
		31(金) ～6/4(火)	写真道展 室蘭巡回展 10:00 市民美術館 《詳細》☎22-1124(同館)

## 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) ※消費生活センターへの相談は、市ホームページでも受付。	月～金曜日(祝日を除く) 9:00～15:00 土・日曜日、祝日 10:00～16:00	消費生活センター(市役所本庁舎1階)	☎25-3100 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 (国などの行政について)	5月9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)	5月8日・22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・1人30分または45分以内)	月・金曜日 13:30～15:30 水曜日 10:30～12:30	中島中央ビル4階 (中島町1-24-11)	札幌弁護士会 むろらん法律相談センター ☎47-8373
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)	5月9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)	5月18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)	5月17日(金) 13:00～16:00	障害者福祉総合センター(ぴあ216)	☎45-6611 ☎45-1003

室蘭市の情報を随時配信しています。

市ホームページ

X (旧Twitter)

Instagram

LINE

Facebook

YouTube

人のうごき (令和6年3月末)

人口 75,538 (-670)

世帯 43,073 (-313)

( ) は前月比