

# 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



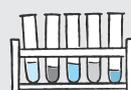
当日直接

	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よう。

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

●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 こころろクラブ

#### 「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、心と体を育てるために」

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・水回り・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」

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