

情報あら

第1回糖尿病フェアを開催します

- ▼月日 11月11日(土)
- ▼場所 室蘭市中小企業センター
(室蘭市東町4丁目29-1)
- ▼時間・内容・参加料

時間	内容	参加料
11時～15時	展示・測定コーナー	無料
	相談コーナー	
11時45分～12時30分	昼食会 (定員40人、申込順)	500円
13時～14時30分	講演会『家庭でできる簡単で楽しい運動の実践』 講師 谷崎昌代さん(ニッテツスポーツセンタートレーニングアドバイザー)	無料

▼昼食会申込方法

往復はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢を記入し、〒050-10076 室蘭市知利別町1丁目45・新日鉄室蘭総合病院CDE事務局
院CDE事務局(☎090-3339517020)

暮らしと家計の講習会

～あなたも今日から生活上手～

家計簿を付けようと思っ方、どうしたら無駄のない生活が

できるのかとお考えの方、ぜひご参加ください。
▼日時・場所

日時	場所
11月16日(木) 10時～12時	だて歴史の杜カルチャーセンター
11月17日(金) 10時～12時	室蘭市市民会館
11月17日(金) 18時30分～20時	室蘭友の家
11月21日(火) 10時～12時	登別中央福音教会

▼参加料 前売り400円、当日450円
※託児を希望の方は事前にお申し込みください(託児料100円)。
▼問い合わせ 室蘭友の会
(☎0605)

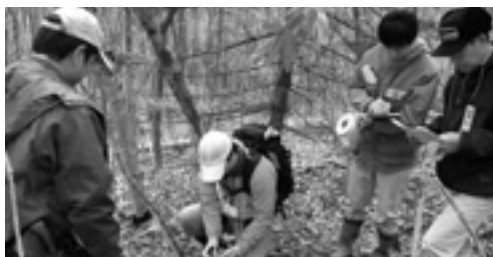
『市民ゲームを楽しむ会』を開催します

～登録レクリエーション協会主催～

- ▼日時 11月12日(日) 10時～12時
(受け付け9時30分)
- ▼場所 鉄南ふれあいセンター
- ▼内容 ゲームと健康体操
- ▼定員 50人(申込順)
- ▼参加料 無料
- ▼持ち物 動きやすい服装、タオル
- ▼申し込み 11月10日(金)までに電話で登録レクリエーション協会・佐々木さん(☎867570)

ふおれすと鉱山からのお知らせ

チカタビレンジャー 『里山をつくろう～来年にむけて』



晩秋は、里山づくりの時期です。来年植樹する苗木の準備を行います。

- ▶日時 11月18日(土) 10時～15時
- ▶場所 ふおれすと鉱山
- ▶定員 20人(申込順、親子参加可)
- ▶参加料 100円(お茶代として)
- ▶持ち物 野外で活動できる服装、昼食、長靴、飲み物、タオル、雨具など

モモくら流草木染め ～NPO法人モモンガくらが主催～

季節の素材を使った染め物を作ってみませんか?

- ▶日時 11月8日(水) 10時～12時、13時～15時
- ▶場所 ふおれすと鉱山
- ▶定員 各15人(申込順)
- ▶参加料 500円

ランプシェードづくり ～NPO法人モモンガくらが主催～

自然の素材を使ってランプシェードを作ります。

- ▶日時 11月19日(日) 13時～15時30分
- ▶場所 ふおれすと鉱山
- ▶定員 10組(申込順)
- ▶対象 小学生以上の方(18歳未満は保護者同伴に限る)
- ▶参加料 1,000円(材料費)



申し込み・問い合わせ ふおれすと鉱山 (☎852569)