

歯の健康教室を開催します

- ▼日時 11月4日(日) 10時～17時
- ▼場所 室蘭市市民会館
- ▼内容 歯科ドック(虫歯、歯周病などの検診)、口腔清掃指導
- ▼参加料 無料
- ▼問い合わせ 室蘭歯科医師会 (☎④3522)

講演会『食べたものはどうなる?』

- ▼日時 11月14日(水) 14時
- ▼場所 市民会館
- ▼内容 毎日の食生活で、身体に良い食べ物や栄養などについて
- ▼講師 當瀬規嗣さん(札幌医科大学医学部部長)
- ▼参加料 無料
- ▼問い合わせ 札幌医科大学総務課 (☎011-611-2111)

栄養士による料理教室を開催します

- ▼日時 11月30日(金) 10時
- ▼場所 登別厚生年金病院2階料理実習室
- ▼内容 しらすご飯、シシヤモの南蛮漬け
- ▼持ち物 エプロン(貸し出し可)
- ▼申し込み 11月27日(火)までに電話

で鎌田さん(登別厚生年金病院 ☎3235)

特設人権・困りごと相談所を開設します

- 人権・離婚・不動産・金銭・雇用・いじめなどの問題について、人権擁護委員が無料で相談をお受けします。秘密は固く守られます。
- ▼日時 12月7日(金) 10時～15時
- ▼場所 鉄南ふれあいセンター
- ▼問い合わせ 札幌法務局室蘭支局総務課 (☎②5111)

パソコン講習会を開催します

- ～シニアワークショッププログラム事業～
- ▼日時 11月27日(火)～12月18日(火) (土・日曜日を除く16日間) 9時～15時
- ▼場所 登別地方高等職業訓練校
- ▼対象 市内に居住する60歳代の方
- ▼定員 20人(申込順)
- ▼受講料 無料
- ▼申し込み 11月13日(火)の12時までに電話で登別市シルバー人材センター (☎⑧0880)

11月は過重労働・賃金不払残業解消キャンペーン月間です
無料相談ダイヤル: ☎0120-897-283
問い合わせ 室蘭労働基準監督署: ☎⑥6131

11月の歯科救急医療

日時	診療所名	住所・電話番号
11月3日(出) 9時～11時	太平洋歯科医院	室蘭市白鳥台5丁目19-2 ☎⑨6464
11月4日(日) 9時～11時	松田歯科医院	室蘭市日の出町1丁目24-25 ☎④6480
	新生ファミリー歯科	登別市新生町3丁目16-21 ☎②1182
11月11日(日) 9時～11時	本田歯科	室蘭市港南町1丁目9-19 ☎②3322
	藤原眼科・歯科	伊達市梅本町5丁目1 ☎0142②5805
11月18日(日) 9時～11時	前田歯科医院	室蘭市中央町3丁目5-6 ☎②5367
11月23日(金) 9時～11時	みうら歯科	室蘭市港北町2丁目6-1 ☎⑤6330
11月25日(日) 9時～11時	森歯科クリニック	室蘭市港北町2丁目5-18 ☎⑤0118

問い合わせ

室蘭歯科医師会 (☎④3522)

文化・スポーツ振興財団より

申し込み・問い合わせ ☎⑧1116

市民プールが利用できません

11月25日(日)は、『第60回JSCA北海道ブロックマスターズスイミングフェスティバル』が行われるため、一般の方は利用できません。

市民作品展の作品を募集します

- ▶展示の日時 11月19日(月)13時～22日(木)12時
- ▶場所 市民会館
- ▶内容 絵画、押し花、編み物、木工品、写真、パッチワークなど
- ▶申込期限 11月9日(金) (土・日曜日を除く)

市民ミニバレー大会の参加者を募集します

- ▶日時 12月2日(日) 受け付け8時45分まで 開会式9時
- ▶場所 総合体育館
- ▶種目 一般の部、競技者の部(各男女別)
- ▶チーム編成 1チーム5人(選手4人、補欠1人)
※4人でも参加できます。
- ▶参加料 1チーム3,000円
- ▶申し込み 11月20日(火)までに、総合体育館に備え付けの申込用紙に参加料を添えて申し込み