

『秋の探鳥会』・『野鳥教室』に参加しませんか

～日本野鳥の会室蘭支部主催～

◎『秋の市民探鳥会』

絵鞆半島を經由して南へ渡つていく、いろいろな野鳥を観察します。

▼日時 10月19日(日) 8時30分～11時30分

▼集合場所 測量山唐松平(室蘭市)

▼探鳥地 女測量山～マスイチ浜
※雨天の場合は、中止することがあります。

◎『市民野鳥教室』

庭に野鳥を呼ぶため、『冬鳥の生態のお話』と『エサ台づくりの講習』を行います。

▼日時 11月8日(土) 14時～16時

▼場所 室蘭市中小企業センター(室蘭市東町4丁目29-1)

▼定員 30人(申込順)

▼持ち物 ペットボトル(1～2リットル)、竹ばし、カッターナイフ、小型ペンチ、軍手、サインペン、筆記用具など

▼申し込み 11月4日(火)までに電話で堀本さん(☎859396)

第17回世界食料デー
登別大会を開催します

▼日時 10月13日(月) 開演14時

▼場所 市民会館

▼内容 講演：エチオピアからの現

地報告(森田哲也さん)、ブラスバンド演奏(登別青嶺高校)、合唱(幌別中学校)、琴演奏(狩野雅美都御社中)、抽選会、募金の受け付けなど

▼参加料 無料

▼問い合わせ 世界食料デー登別大会実行委員会事務局・高橋さん(☎853562)

『男性のための料理教室』に参加しませんか

～登別市食生活改善推進員協議会主催～

▼日時 10月28日(火) 10時～12時30分

▼場所 しんた21 調理室

▼対象 男性(年齢は問いません)

▼内容 お野菜たっぷりお好み焼き・揚げ野菜の煮浸し・チンゲン菜の中華スープ・コーヒーゼリー

▼定員 20名

▼参加料 600円

▼持ち物 エプロン・三角きん

▼申し込み 10月25日(土)までに電話で安達さん(☎857845)

『那珂きよ子』さんの講演会を開催します

中国旅行で体験したことや、ボランティア活動についてのお話しをします。

▼日時 10月27日(月) 13時～15時

▼場所 市民会館中ホール

▼演題 『国境を越えた愛に触れて』

▼講師 那珂きよ子さん(伊達市鹿島町在住)

▼参加料 100円(資料代)

▼問合せ先 プラタナス安達さん(☎857845)

2008『健康展』を開催します

～登別厚生年金病院主催～

▼日時 10月19日(日) 10時～15時

▼場所 アーニス1階広場

▼テーマ メタボリックについて知ろう

▼内容 簡単なメタボチェック、パネル展示、チェックリストの配布、栄養・健康相談、食品展示など

▼入場料 無料

▼問い合わせ 登別厚生年金病院庶務課(☎842165)

第21回健康教室

『ホップ・ステップ・ジャンプ』を開催します

～登別厚生年金病院主催～

▼日時 11月4日(火) 9時30分～16時

▼場所 ヴィラスピカしらおい(白老町東町4丁目6-1)

▼対象 市内または白老町在住の60歳以上の方

▼テーマ 楽しみながら有酸素運動をしよう

▼内容 フラダンス教室、食事・入浴など

▼講師 水谷美智子さん(苫小牧市在住のフラダンスの先生)

▼定員 40人(申込順)

▼参加料 1千500円(昼食、入浴、送迎バス付)

※無料送迎バスを運行します。最寄りのバス停はお問い合わせください。

▼申し込み 10月20日(月)までに登別厚生年金病院庶務課(☎842165)

第20回MOA美術館
室蘭・登別児童作品展
を開催します

▼日時 10月18日(土)、19日(日) 9時～17時

▼場所 旧室蘭駅舎ホール(室蘭市海岸町2丁目1)

▼問い合わせ 実行委員会事務局(☎442392)

フォルクロレ『アプルナス』の定期演奏会を開催します

南米の民族楽器を演奏し、フォルクロレの軽快なリズムに乗せて癒しの音をお届けします。

▼日時 10月12日(日) 開場16時30分、開演17時

▼場所 市民会館

▼参加料 無料

▼問い合わせ 『アプルナス』坂元さん(☎090-18272-6691)