

**市民自治推進委員会  
まちづくり部会 主催**  
**『第3弾!健康座談会』**

寝たきりや要介護状態などになる要因の一つ『ロコモティブシンドローム(運動器症候群)』の予防のため、11月は『関節に関わるリンパの仕組み』、12月は『筋肉の疲労と睡眠の関係』をテーマに開催します。

日時	場所	申込期限
11月19日(日)	鷺別公民館	11月17日(金)まで
11月21日(火)	婦人センター	11月20日(月)まで
11月25日(土)	市民会館	11月24日(金)まで
12月9日(土)	婦人センター	12月8日(金)まで
12月10日(日)	市民会館	12月8日(金)まで
12月12日(火)	鷺別公民館	12月11日(月)まで

**講師** NPO法人リンパ健康学普及協会・川島雅司かしましよしさん  
**定員** 各回20人(申し込み順)  
**参加料** 各回300円(資料代など)

**申し込み** 各申込期限までに市民協働G(☎841079)

**平成29年度  
室蘭工業大学公開講座**

**日時** 12月16日(土)・10時30分～12時

**場所** 室蘭工業大学・教育・研究2号館Q棟Q502室(室蘭市水元町27-1)

**対象** 高校生以上

**内容** デンマーク王国のクリスマスにまつわる習慣や食べ物、催し物などについて紹介、クリスマスツリーの飾り作り  
**講師** 室蘭工業大学教員・三村みつむら竜之たつゆきさん

**定員** 10人(申し込み順)

**参加料** 1千円(教材費など)

※申込方法などについては、同大学のウェブサイトをご覧ください。

**問い合わせ** 同大学総務広報課(☎465016)

**求職者支援訓練  
受講者募集**

**訓練期間** 12月25日(月)～平成30年3月24日(土)9時25分～15時

**55分**

**場所** 室蘭市中小企業センター(室蘭市東町4丁目29-1)

**内容** パソコンの基礎、ワード、表計算、職業能力開発講習

**定員** 15人

※受講者が募集定員の半数に満たない場合は、訓練を中止することがあります。

**費用** 2千600円(教科書代)

※職業訓練受講給付金など、詳しくは問い合わせください。

**申し込み** 11月9日(木)から12月6日(水)までにハローワーク室蘭(☎228689)

**問い合わせ** NPO法人くるくるネット・鳥山さん(☎070-5601-7968)

**第12回  
鷺別太極拳表演会**

同会員による太極拳の演武を披露します。

**日時** 11月17日(金)12時30分

**場所** 鷺別公民館2階ホール

※当日、直接会場にお越しください。

※男女問わず会員も募集しています。入会希望の際は、ご連絡ください。

**問い合わせ** 同太極拳代表・荒木さん(☎84190)

**平成30年  
登別市成人祭のお知らせ**

▶**日時** 平成30年1月7日(日)13時～15時(12時から受け付け)

▶**場所** 登別市民会館

▶**対象** 平成9年4月2日から平成10年4月1日生まれまでの方

※登別市在住の対象者には12月上旬に案内を送付します。

※案内が届かなかった方、登別市内に住民登録のない方で登別市成人祭に参加したい方は、問い合わせください。

▶**問い合わせ** 社会教育グループ

(☎881129)

