

活セン かわらばん

室蘭市市民活動センターの催しや、
当センター登録団体の活動情報など、
市民活動に関する情報を発信します。

活セン 展 示

■第4回 室蘭作家色紙展

室蘭文芸協会会員たちによる色紙や
短冊に書かれた文芸作品の展示です。

期間 9月5日(火)～16日(土)
(最終日は16時まで)

■第10回 フォトグループ室蘭仲間展

テーマを自由に撮影した会員の作品約30点
(仲間の遺作6点を含む)を展示します。

期間 9月19日(火)12時～30日(土)
(最終日は16時まで)

活セン 講 座

申し込みは前日までに活センへ
TEL 83-7751

■にっこう健康ゼミナール【無料】

「認知症の予防」

日時 9月6日(水) 14時～15時
定員 40人
講師 社会医療法人 母恋 日鋼記念病院
認知症看護認定看護師 吉田 有希 さん
認定作業療法士 山本 英貴 さん

■看取り土の日

記念映画「みとりし」上映会

人生の最期の時に旅立つ人と見送る人を支え、寄
り添い見届ける「看取り土」を描いた映画です。

日時 9月30日(土)13時30分～15時30分
定員 15人
料金 100円
解説 看取り土を知る会 重泉 千恵子さん

登録団体の催し

Muroran Art Project (MAP)

○鉄と光の芸術祭2023【無料】

道内の工芸作家や金属造形作家の作品展示です。
8日(金)は旧絵鞆小屋外スペースで17時から縄
文太鼓など縄文にちなんだ前夜祭も開催します。

実施日 9月9日(土)・10日(日)
16日(土)～18日(月・祝)
23日(土・祝)・24日(日)
会場 旧絵鞆小学校・千穂萬歳堂(海岸町3-2-6)
など

詳細 TEL 090-4874-1722 (山田)

室蘭文学館の会

○ブックトークカフェ

「本との出会い、人との出会い」

日時 9月9日(土)14時～15時30分
定員 5人程度(先着順)
料金 200円 高校生以下無料
申込方法 前日までに電話で



○土曜講座「室蘭地方 文芸サークルの紹介Ⅱ」

短歌、随筆、詩、創作サークルの活動紹介です。

日時 9月23日(土・祝)13時～15時
料金 200円(飲み物付き) 高校生以下無料
申込方法 当日直接

会場 室蘭市港の文学館
詳細 TEL 22-1501 (港の文学館)

室蘭笑うヨガの会

○リモート笑いクラブ【無料】

LINEのビデオ通話で健康の笑いを体験します。

日時 9月9日・16日・23日・30日(毎週土曜日)
14時～(5分程度)

申込方法 事前に電話で
詳細 TEL 090-4879-6095 (佐々木)



発達障がい子育て親の会ベチュニア

○ベチュニア交流会

日時 9月10日(日)10時～11時50分
会場 わにホール室蘭市市民会館 小会議室(2階)
定員 親子5組(託児スタッフ配置)
料金 500円(会員無料)



○おでかけ交流会 ※雨天中止

ベチュニアサロン in 室蘭民報みんなの水族館

日時 9月24日(日)9時30分～12時
室蘭民報みんなの水族館前集合
料金 参加無料(入館料は各自負担)

詳細 ☒ 2212petunianokai@gmail.com (木村)

おもちゃの病院「中島」

○壊れたおもちゃの修理【無料】



日 時	会 場
9月10日(日) 11時～15時	ふれあいサロンほっとな～る (中島町)
9月24日(日) 11時～15時	えみらん(DENZA I 環境科学館・ 室蘭市図書館)1階多目的室

※修理内容で、部品代がかかることがあります。

詳細 TEL 090-1644-0543 (岡本)

手作りコスメとアロマのフランチパニ

○肩こりのアロマ

日時 9月12日(火) 10時~11時
会場 ツケダ薬局本店2階(中島町)
定員 5人(先着順)
料金 2,500円



申込方法 事前に電話かメールで
詳細 TEL 090-1522-7840(松浦)
✉ aromacosme2016@gmail.com

こころの集い風の会

○心の集い風の会

過剰な飲酒やギャンブルなどの依存症に悩みを持つ仲間と一緒に回復を目指します。

日時 9月12日(火)・26日(火) 18時~20時
会場 胆振地方男女平等参画センター ミンクール
料金 各日200円
申込方法 事前に電話で
詳細 TEL 090-8273-2880(石黒)



青いチキウまもり隊

○トッカリショ浜でビーチクリーン

日時 9月16日(土) 8時30分~
8時20分 トッカリショ展望台集合
持ち物 飲み物、軍手、歩きやすい靴で
詳細 TEL 090-7511-6976(塚原)



室蘭合唱連盟

○全日本合唱コンクール北海道支部大会 (中学校・高校部門)

日時 9月16日(土)・17日(日) 10時~
会場 室ガス文化センター大ホール
料金 各日小学生以上1,000円
詳細 TEL 090-1649-7744(石塚)



NPO法人 ten to ten

○TENTO2 周年記念フェス

日時と内容
【9月16日(土)】
ジャズライブ 10時~16時30分
鐵の鍛錬体験(5寸釘ペーパーナイフ制作・有料)
10時~15時
野点体験(抹茶とお菓子・400円)
12時・13時・14時(各15分程度)
TENTO マルシェ(パンやお菓子、新鮮野菜販売)
【9月17日(日)】
ジャズほか音楽ライブ 10時~16時



○紅葉の中で読み聞かせとお散歩

対象 小学3年生以下の子どもと保護者
日時 9月22日(金) 15時~16時
定員 先着10組程度
申込方法 事前に電話で



会場 TENTO(室工大大会館内)及び周辺
詳細 TEL 080-1447-8085(市村)

(一社)相互支援団体かえりん室蘭支部

○室蘭おさがりくるりん

約40ℓの袋に子供服詰め放題で持ち帰れます。



日時 9月16日(土) 11時~15時
会場 スーパーアークス室蘭中央店3階
料金 500円
詳細 TEL 090-7655-2343(星)

男女平等参画をすすめる会「えんぱわーメイト」

○ジェンダー講座

第3土曜日にテキストを読み自由に語り合います。

日時 9月16日(土) 13時~15時
会場 胆振地方男女平等参画センター ミンクール
料金 年間1,000円(資料代ほか)
詳細 TEL 050-5372-9543(三澤)

室蘭ノルディックウォーキング協会

○秋のノルディックウォーキング体験会【無料】

無料貸ポールを15セット用意しています。

対象 18歳以上の市民
日時 9月17日(日) 9時30分~11時30分
申込方法 当日9時から開運公園(幸町)で直接
コース 舟見町・山手町周辺
詳細 TEL 090-9087-5068(黒政)

ホット・ハンドむろらん

○がん治療を行っている人のための レンタルウィッグ相談会とタオル帽子講習会

日時 9月17日(日) 10時~14時30分
会場 FKホールディングス生涯学習センターきらん
料金 講習会 1,000円(材料費込み)
レンタルウィッグ 5,000円(年間)
申込方法 事前に電話で
詳細 TEL 090-3398-5435(久保)



室蘭フォークダンス協会

○全道フォークダンス交流会兼創立70周年記念 フォークダンス交流 見学【無料】

美しい民族衣装で世界各国の民族舞踊を踊ります。

日時 9月17日(日) 10時~15時
会場 栗林商会アリーナ多目的ホール
詳細 TEL 090-6993-8708(池田)

パソコンボランティアプラザ室蘭

○オープンサポート【無料】

障がい者、高齢者のパソコン活用をサポートします。

日時 9月17日(日) 13時30分~15時30分
会場 室蘭市障害者福祉総合センター びあ216
詳細 TEL 090-6995-8613(西野)

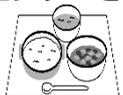


認知症の人を支える家族の集い 室蘭いがぐりの会

○世界アルツハイマーデー講演会2023 「食から考えるアルツハイマー~認知症になつても食を楽しむ」

専門家によるお話の後、嚥下食の試食を行います。

日時 9月19日(火) 14時~16時
会場 FKホールディングス生涯学習センターきらん
定員 40人
料金 500円
申込方法 事前に電話で
詳細 TEL 090-7643-4189(谷中)



室蘭子ども劇場

- 舞台鑑賞例会「シュレミールと小さな潜水艦」
猫と潜水艦が海の中で大冒険する人形劇です。
対象 高校生以下の子どもと保護者
日時 9月19日(火) 18時30分～
会員料金 1人2,600円(3歳以下は無料)
(入会金200円・会費月額1,200円×2か月分)
会場 わにホール室蘭市市民会館
詳細 TEL 43-3790(室蘭子ども劇場)

室蘭消費者協会

- 料理講習会～オシャレで美味しい牛乳料理
日時 9月21日(木) 10時～12時
会場 ほくでんクッキングスタジオ(寿町)
定員 15人
料金 500円
持ち物 エプロン、三角巾、上履き
申込方法 9月11日(月)まで住所、氏名、電話番号を記入しFAXで
詳細 TEL・FAX 23-1580(同協会)



源氏物語に親しむ会

- 光源氏と女君たち～花散里(はなちるさと)
日時 9月22日(金) 13時～
会場 室蘭市港の文学館
料金 500円
詳細 TEL 55-5363(増子)



鉄子文庫

- 大人のためのお話会【無料】
日時 9月23日(土・祝) 11時～12時
会場 えみらん1階 多目的室
対象 小学校高学年以上
詳細 TEL 050-5375-8784(山田)

室蘭市民観光ボランティアガイド協議会

- 「バスに乗ってガイドの練習をしてみませんか」
観光ガイドを養成する研修会を行います。

【昼間コース】

- 日時 9月24日(日)
①(地球岬など) 9時30分～12時
②(炭鉄港遺産など) 13時30分～16時

【夜景コース】

- 日時 10月2日(月) 16時30分～19時

集合場所 旧室蘭駅舎

定員 各先着20人

料金 各1,000円(①②通しは2,000円)

申込方法 昼間コースは9月1日から15日まで(①②の希望記入)、夜景コースは9月11日～25日まで、住所・氏名・電話番号を記入し、メールか往復はがきで。

詳細 TEL 23-6677(同会・石崎)

✉ shige_n@rmail.plala.or.jp

〒051-0022 海岸町1-5-1 室蘭観光協会内



子育て応援 PLEASURE SPOT

- 子育て応援プレスポ 起業・創業交流会
日時 9月24日(日) 10時～
会場 FKホールディングス生涯学習センターきらん
料金 入場無料(ワークショップ、物販は有料)
詳細 TEL 070-6602-5087(菅原)

日本詩吟学院室蘭支部

- 第73回市民文化祭 吟道大会【無料】
日時 9月24日(日) 11時30分～
会場 室ガス文化センター
詳細 TEL 45-6528(小林)



室蘭イタンキ浜鳴り砂を守る会

- イタンキ浜鳴り砂海岸の清掃
日時 9月24日(日) 13時(雨天時は26日)
場所 イタンキ浜鳴り砂海岸(みゆき町側) 集合
詳細 TEL 23-1075(菊地)



Tane-no-wa(たねのわ)

- おもちゃであそぼう【入場無料】
日時 9月30日(土) 13時30分～16時
おもちゃあそびコーナー 13時30分～
よみきかせコーナー 14時～

- 講演会【無料】

「子どもの発達に合わせたおもちゃの選び方」

日時 9月30日(土) 14時～15時

申込方法 右記の二次元コードで
当日受付可



対象 0歳～小学校低学年(保護者同伴)

会場 FKホールディングス生涯学習センターきらん

詳細 TEL 090-7322-8243(岡村)

室蘭ウォーキング協会

- すこやか市民ウォーク【無料】
「楽山のまわりを巨樹・名木めぐり」
日時 10月1日(日)
9時 中島公園駐車場・野球場側集合
詳細 TEL 090-3897-2164(成田)



登録団体からのお知らせ

- 市民の俳句募集 ～ 室蘭俳句協会
広く俳句に親しみ、句作に興味を持つ市民が増える事を目的に、俳句を募集します。
対象 室蘭・伊達・登別在住の①市民 ②小・中・高校生
投句数 ①は2句以内(季節は自由) ②は1句
応募方法 9月30日(土)までにハガキに作品と住所・氏名・年齢・電話番号を記入し郵送で(投句にはふりがなを付ける事)
応募先 〒051-0034
室蘭市増市町1-21-10 進藤芙蓉 宛
詳細 TEL 080-2053-0151(進藤)

新しく活センに仲間入り!

(令和5年8月新規登録)

◆室蘭フォークダンス協会

世界の民族衣装でフォークダンスを楽しみます。毎週水曜日18時から室蘭市障害福祉センター(ぴあ216)で例会をしていますので、興味のある方はぜひ見学にお越しください。

詳細 TEL 090-6993-8708(池田)

かわらばんインタビュー

市民活動を頑張っている方にスポットを当て、その活動の魅力を紹介するコーナー。今回は発達に特性や課題がある子どもや親同士の交流の場を開いている「発達障がい子育て親の会ペチュニア」代表の木村美穂さんにお話を伺いました。

会を設立したきっかけについてお聞かせください。

私の長男は小学校入学まで「あいくる」（室蘭市子ども発達支援センター）に通っていたのですが、当時の私は仕事や送迎の忙しさと、（施設に）通うことでの子どもの変化や成長が分からないことにもどかしい気持ちでいました。そこで同じ時間帯に通うお父さんやお母さんと交流を持ったことでこれまでのことを話したり、お互いに育児の相談をしていたのですが、子どもの小学校入学後はなかなか通えず、再び悩みや不安から落ち込む日々を過ごしていました。そしてコロナ禍による休校や直に交流できない苦しい状況の中で、あいくるでの交流によって自分が救われていたことに気づき、周囲のお母さんからの声もあり「交流の場がないのであれば私がその場を作ろう」と決め、同じく発達障害の子どもを育てている友人の協力も得ながら昨年12月に会を立ち上げました。

これまでの取り組みは？ 9月にもイベントがありますね！

今年の3月に初めて交流会を開き、その後6月に2度目を開催した時に、毎月会を開いてほしいと参加者から要望されました。発達に課題がある子どもたちを大勢の人でにぎわうイベントなど外に連れていくとなると、どうしてもためらう気持ちが出てきてしまうのですが、ならば、そうした子どもたちと親たちが楽しめるイベントを企画しようと考え、7月には「親子で足育講座」という運動教室、また8月には「ぴあ216」（室蘭市障害者福祉センター）で「ペチュニア子どもフェス&交流会」を行いました。縁日と夏祭りをテーマにした小さなイベントでしたが40名ほどが参加してくれて予想外の反響でした。何より親子で楽しそうにゲームを楽しんでいたり、飲食ブースでおいしそうに食事をする光景を見ていると本当にうれしい気持ちになりましたね。



子育てに奮闘しながら活動を支え合うメンバーの菅原さん（左）と木村代表（右）

今後ですが、9月10日（日）に室蘭市市民会館の会議室で交流会を、24日（日）には「ペチュニアサロン in 室蘭民報みんなの水族館」という、どなたでも参加可能なお出かけ交流会を予定していますので、みんなで楽しくのびのびと気分転換ができればいいなと思っています。（詳細は1ページに掲載）

今後の活動に向けてPRをどうぞ！

たくさんの親子が多く悩みを抱えながらも何も言えずにいることを知り、悩みを共有できたりお話を聞ける場ができて良かったと言っていたに、会を立ち上げて本当に良かったと思っています。

これからも発達障害を抱える子どもやお父さん・お母さんの不安な心を少しでも軽くできるようなお手伝いをしながら、子どもの成長に合わせて親たちも成長できるような学びの場を作っていきたいと思っていますので、お気軽にご連絡ください。

発達障害のパターンは年齢など個々によって様々です。これからもたくさんの方とつながって情報共有をしていく中で、ひとつでも悩みが解決して、社会の理解とともに笑顔が広がっていくような活動を続けていきたいですね。

発達障がい子育て親の会 ペチュニア

Eメール

2212petunianokai@gmail.com

Instagram (@petunia2212)

公式 LINE あり

室蘭市市民活動センター

登録団体の情報発信や講座開催、打ち合わせに利用できるほか市民活動に関する展示や資料の作成などにも利用できる市民活動の拠点です。

開館時間 平日 9時～21時

土曜日 9時～17時

（日・祝日・年末年始は休館）

所在地 〒050-0074 室蘭市中島町2-22-1

（FKホールディングス生涯学習センター きらん2階）

電話 0143-83-7751

FAX 0143-83-7335

メール katsudo@kujiran.net

URL http://www.kujiran.net/katsudo



活センHP
二次元バーコード



活センスタッフ

今月のつぶやき

↑のペチュニアさんのような当事者の会は、市民活動の出発点のひとつ。同じ困りごとを抱える誰かとつながることで、お互いちょっと前向きな気持ちになれたらいいですね。いろいろな当事者の会が活セン登録していて、会報などを読むと勉強になります。あなたの「困ってる」も、いつか何かにつながるかも！（三木）