

活セン かわらばん

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



活セン 展 示

■ 獲物のあるビオトープ～ ビオトープ・イタンキ in 室蘭

潮見公園内の人工湿地に生息する動植物の写真や昆虫標本、活動年表などを展示します。

期間 2月6日(火)～17日(土)
(最終日は15時まで)

■ 撮りフェス in 室蘭 2023 受賞作品展

24時間滞在型フォトコンテスト「撮りフェス in 室蘭」の2023年度の受賞作品約40点を、審査員講評を交えて展示します。

期間 2月20日(火)～3月2日(土)
(最終日は15時まで)

登録団体の催し

室蘭カーリング協会

○カーリング見学・体験【無料】

室蘭カーリング選手権ゲームの見学やストーンの投球、ブラシスィーピングの体験もできます。

日時 2月7日(水)・14日(水)・28日(水)
20時30分～22時30分

会場 新和産業アイスアリーナ室蘭

持ち物 帽子、手袋、運動靴(上履き用)、動きやすく暖かい服装で

申込方法 事前に電話で(小中学生は保護者同伴)

詳細 TEL 090-8709-2577(齊藤)

✉ muroran.curling@gmail.com



室蘭子ども劇場

○あつまれ!!ちびっこ【無料】

自由に参加できる子育てサロンです。

対象 就学前の子どもと保護者

日時 2月8日(木)10時～12時

会場 わにホール室蘭市市民会館 リハーサル室

申込方法 当日直接会場へ

詳細 TEL 43-3790(同劇場)



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

テキストを読み、自由に語り合います。

日時 2月8日(木)10時～12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)

NPO 法人 くるくるネット

○学習サポート会【無料】

対象 入試を控えた中学生・高校生

日時 2月9日・16日・23日・3月1日
(2・3月の各金曜日)18時～20時

会場 FKホールディングス生涯学習センター
きらん

申込方法 事前に電話で

詳細 TEL 48-9133(同法人)



鉄子文庫

○お話会【無料】

日時と会場

① 2月10日(土)11時
きらんブックパーク

② 2月24日(土)11時

室蘭市図書館(えみらん)おはなしのへや

詳細 TEL 050-5375-8784(山田)



室蘭文学館の会

○ブックトークカフェ

「本との出会い、人との出逢い」

日時 2月10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



○ギャラリートーク&ミニライブ【無料】

俳句関連団体の紹介とバイオリン演奏です。

日時 3月2日(土)13時30分～14時30分

定員 10人程度

申込方法 当日直接

会場 港の文学館

詳細 TEL 22-1501(港の文学館)

室蘭スノーボード協会

○スノーボード無料講習会

(第43回むろらん冬まつり協賛)

有料で用具のレンタルもあります。講習は無料ですが、保険料300円とリフト代がかかります。

対象 小学3年生以上の初心者

日時 2月11日(日)
10時20分～12時20分

会場 だんパラスキー場

定員 30人(先着順)

申込方法 2月8日まで、だんパラスキー場に
電話で

詳細 TEL 43-5600(だんパラスキー場)



むろらん冬まつり実行委員会

○第43回むろらん冬まつり

各イベントのほか、室蘭海鮮やきそば、室蘭やきとり、ホタテ焼き、エゾ鹿肉焼き、おでんなど飲食コーナーや魚介販売もあります。

日時 2月11日(日) 10時～
会場 だんパラスキー場周辺



時間	内容	備考
10時	開会式・開運もちまき	
10時～15時	コスプレヤーに会えるかも…!?	室蘭マンガ・アニメ祭実行委員会
10時20分～15時	スノーモービル体験試乗会(小学生以上500円)	天候により中止あり
11時30分～12時45分	イベントラジオ公開生放送(※パーソナリティ体験)	FMびゅー ※10時～
13時	大じゃんけん大会	
14時	雪原の宝さがし	

詳細 TEL 43-5600 (だんパラスキー場)

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
2月11日(日) 11時～15時	ふれあいサロン ほっとな～る(中島町)
2月25日(日) 11時～15時	えみらん1階多目的室



※修理内容で、部品代がかかることもあります。

詳細 TEL 090-1644-0543 (岡本)

ホット・ハンドむろらん

○タオル帽子講習会

日時 2月12日(月) 10時～14時30分

会場 寿町会館

料金 1,000円(材料費込み)

申込方法 事前に電話で

詳細 TEL 090-3398-5435 (久保)



こころの集い風の会

○こころの集い風の会

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 2月13日(火)・27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)



手作りコスメとアロマのフレンジパニ

○アロマを楽しむ会～風邪予防のアロマ～

マスクスプレーにもなる風邪予防のアロマです。

日時 2月15日(木) 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 2,750円

申込方法 電話かメールで

詳細 TEL 090-1522-7840 (松浦)

✉ aromacosme2016@gmail.com



NPO法人 ten to ten

○こおり遊びをしよう【無料】

対象 小学3年生以下の子どもと保護者

日時 2月16日(金) 15時～16時

会場 TENTO(室工大大会館内) および周辺

申込方法 当日直接

詳細 TEL 080-1447-8085 (市村)



室蘭笑うヨガの会

○笑いヨガ

日時 2月17日(土) 14時～16時

会場 わにホール室蘭市市民会館 2階和室

料金 500円

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装で

申込方法 当日会場

※そのほか各週土曜日の14時から5分程度でLINEのビデオ通話でリモート笑いクラブを行っています。申し込みは事前に電話で

詳細 TEL 090-4879-6095 (佐々木)



発達障がい子育て親の会ペチュニア

○ぐちゃぐちゃ遊び

対象 発達に課題を抱える子どもとその保護者

日時 2月17日(土) 13時30分～15時

会場 F Kホールディングス生涯学習センター

きらん 多目的室1・2

定員 親子8組

料金 1組500円

申込方法 事前に右記申込フォームで

詳細 ✉ 2212petunianokai@gmail.com (木村)



日本野鳥の会 室蘭支部

○月例探鳥会(幌別川)

日時 2月18日(日) 8時30分 白鳥テラス集合

料金 100円(保険料含む)

詳細 TEL 22-2640 (星)



室蘭歩くスキー協会

○だんパラすだれの滝見学の集い【無料】

日時 2月18日(日) 10時～12時

当日9時15分からだんパラスキー場休憩ロッジで受け付け

持ち物 長靴またはスノーシュー(かんじき)

○鷺別林道歩くスキーの集いと

足跡探しウオーク【無料】

日時 2月25日(日)

9時30分 水元町高速道路橋下付近に集合

コース 鷺別水源地からの林道を往復する2コース

① 歩くスキーの集い(歩くスキー持参)

② 動物の足跡探しウオーク(スノーシュー持参)

持ち物 昼食、おやつ、温かい飲み物等

申込方法 2月22日まで、電話で

TEL 090-7051-7743 (小林)



○だんパラ歩くスキーの集い【無料】

日時 3月3日(日) 10時～12時

当日9時15分からだんパラスキー場休憩口ロッジで受け付け

コース スキー場周辺(歩くスキー持参)

……………

詳細 TEL 090-6921-5517 (進藤)

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 2月18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 ぴあ216

詳細 TEL 090-6995-8613 (西野)

絵手紙サークルえがお

○講座～認知症予防は絵手紙で！

日時 2月21日(水) 10時～12時

会場 FKホールディングス

生涯学習センターきらん 研修室1

定員 10人

料金 1,000円

申込方法 事前に電話で こがわ

詳細 TEL 87-1675 (古川)



室蘭地区民謡連合会

○第30回室蘭市長杯並びにNHK室蘭放送局 局長杯争奪新春歌謡フェスティバル

日時 3月3日(日) 11時～

会場 わにホール室蘭市市民会館

料金 1,000円

前売券取扱所 ぷらっと・てついち、室蘭中央飲食
店組合事務所、室蘭観光協会

詳細 TEL 090-9585-7711 (氏家)



国際女性デー室蘭実行委員会

○国際女性デー2024 in むろらん講演会

「女性支援法～なぜ今、「女性」支援が必要なのか」
をテーマに講演会を行います。有料で託児もありません
(要事前予約)。

日時 3月9日(土) 13時30分～16時

会場 胆振地方男女平等参画センター ミンクール

定員 70人(先着順)

料金 500円

申込方法 2月23日まで、電話かメールで

詳細 TFI 090-7643-4189 (谷中)

✉ suba173_degi@bridge.ocn.ne.jp

○室蘭こども環境フェスタ特別企画【無料】

×第1回むろらんゼロカーボンフェスタ

環境に関する展示や体験、水素を使った実験な
どのブースが多数出展します。

日時 2月18日(日) 10時30分～16時

会場 FKホールディングス生涯学習センター
きらん 2階

内容 (活セン登録団体のみ紹介)

☆いろいろなエネルギーを学ぼう

(NPO法人科学とものづくり教育研究会かもけん)

☆石鹸デコ体験

(NPO法人はちどりプロジェクト)

☆木の車づくり体験(木車)

☆大人もこどもも楽しい

ジェルキャンドル制作体験(わくわく工房)

※各ブースは有料のものもあり、プレゼントは数に限
りがあります。イベントの詳細は右上二次元コード
から確認できます。

詳細 TEL 23-2225 (室蘭市環境課)



子ども食堂 (活セン登録団体のみ)

★なかよし食堂 (NPO 法人室蘭母子福祉会 協力)

日時 2月10日(土)・24日(土)

12時～13時

会場 ハートセンタービル(東町2-3-3)

料金 高校生以下無料 大人300円

申込方法 各前々日までに電話で

詳細 TEL 84-8730 (同会)



★えがお食堂 (室蘭更生保護女性会)

日時 2月17日(土) 11時30分～12時30分

※遊び場は10時～12時30分

会場 本教寺(常盤町)

料金 高校生以下無料 大人200円

申込方法 当日直接

詳細 TEL 090-3468-1966 (石倉)



★「クル」(NPO 法人 くるくるネット)

日時 毎週土曜日 10時30分～14時

会場 クルハウス(知利別町2-22-31)

料金 大学生以下無料 大人200円

申込方法 毎週木曜日まで、右上のコードで

詳細 TEL 48-9133 (鳥山)



登録団体からのお知らせ

室蘭市民美術館をささえる会

○「家族みんなで絵を描こう！～市民美術館はみんなの美術館」作品募集

作品は3月に市民美術館オープンギャラリーで展
示されます。参加賞もあります。

参加対象 室蘭近郊および室蘭に縁のある幼児・小
中学生とその家族・友人

内容 1人1点 四つ切り画用紙 画材自由

応募期間 2月1日(木)～3月3日(日)

応募方法 応募期間中に作品を市民美術館まで郵送
または持参

(郵送先 〒051-0016 室蘭市幸町6-23)

展示期間 3月13日(水)～17日(日)

詳細 TEL 22-1124 (市民美術館)



活センからのお知らせ

◇能登半島地震の義援金募金箱を設置しました

今回の地震で被災された方々や、被災地の復興を
支援するための募金箱を2月29日(木)まで、活
センの受付カウンターに設置しています。

募金は、日本赤十字社室蘭市地区を通じて、被災
地に届けられます。

◇年賀状などの書き損じはがきを集めています

海星学院高等学校生徒会では、貧困や紛争などで
学校に行けない発展途上国の子どもたちのために、
書き損じや未使用のはがきを回収する「世界寺子屋
運動」に取り組んでいます。集まったはがきは換金
し、現地の学校建設や文具の購入費に充てられます。
活センでもこの運動に協力するため、回収箱を2月
29日(木)まで設置しています。

ご協力よろしくお願いたします！

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。今回は歩くスキーで冬の自然にふれあいながら健康づくりに取り組む「室蘭歩くスキー協会」代表の原靖さんと事務局長の進藤良雄さんにお話を伺いました。※お二人に話していただいておりますが、回答は一つにまとめています。

歩くスキー協会の始まりと活動についてお聞かせください

アルペンスキーが主流だった1970年代に、室蘭地域でもノルディック・クロスカントリースキーの普及を図ろうとの思いから、当時の「新日鉄中島スポーツパレス」前のグラウンド（現在のモルエ中島一帯）などで、スキーの指導者でクロスカントリーの選手経験があった故小室浪一氏（後の協会初代会長）の指導のもと行われていた講習会に始まります。講習会を重ねるうちに少しずつ輪が広がっていったことから、スキー連盟の有志や愛好者が中心となり、1982年（昭和57年）12月に当会が設立され、2022年に40周年を迎えました。今では定着した「歩くスキー」は、当時は道東の団体などで見かける程度でしたが、競技とは違うという私たちの活動に合い、イメージしやすいとのことから会の名前にしました。会員は20名からスタートし、平成の前半には250名近くを数えましたが、現在は65名ほどで活動しています。

冬は1月から3月初旬にかけて、だんパラスキー場周辺コースを楽しむ「だんパラ歩くスキーの集い」のほか、個人企画や競技大会の参加など様々な活動を行っています。一方オフシーズンとなる夏は室蘭岳や有珠山への登山と室蘭周辺地域でウォーキングに親しみ、年間を通じて健康と体力の維持に励んでいます。

歩くスキーの魅力とは

一定の体力を要しますが、グレンデスキーと違って急斜面を滑ることがないので、未経験の方でも始めやすい冬のスポーツだと思います。坂を登った先に見える冬景色の素晴らしさは格別ですね。

白銀の大自然に飛び込み汗を流す爽快感は最高ですよ！リスやウサギ、シカなどの動物の足跡に目を向けたり、貴重なシロハヤブサなどの野鳥に出会えたりと、冬ならではの自然の素晴らしさを体感できることや、スポーツを通じて様々な人と出会えることも大きな魅力ですね。



歩くスキーに親しみ仲間たちと、広島峠（伊達市大滝区）から白老岳を眺める。

今月は2つのイベントが行われますね

はい、「だんパラすだれの滝見学の集い」は毎年恒例の行事で18日（日）に行います。スキー場から室蘭岳の登山道を歩き、途中の沢を下ると結氷した「すだれの滝」が現れます。コースは雪深いので参加者は長靴またはスノーシュー（かんじき）の用意をお願いします。

25日（日）の「鷲別林道歩くスキーの集いと足跡探しウォーク」は、集合した後、歩くスキー（約4～6キロ）とウォーク（約3キロ）にコースを分けて行います。なお、ウォークでは動物に詳しいスタッフが解説しながら散策します。こちらも参加の際はスノーシューの用意をお願いします。皆さまのご参加、ご連絡をお待ちしています。※詳しくは2ページに掲載

今後の活動に向けてPRをどうぞ！

設立から40年を振り返ると、その昔は室蘭市街でも歩くスキーができる積雪量があったのですが、今では山麓まで行かないと楽しめないといった環境の変化を感じています。冬の室蘭・だんパラの魅力を伝えながら、息長く活動を続けて行きたいですね。今後も皆さんの興味を引くような企画を考えて実施していきますので、ご参加、ご入会をお待ちしています。

室蘭歩くスキー協会

TEL 090-6921-5517（進藤）

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 <https://www.kujiran.net/katsudo/>



二次セン
HP
コード



活センスタッフ

今月のつばやき

楽しいはずの元日を一転させた能登半島地震から、早1カ月。「2月は逃げる、3月は去る」と言いますが、被災された皆様にも、いやな出来事が早く過ぎ去り、穏やかな春が訪れますようお願いしてやみません。

2月3日の節分には、声を大に邪気を追い払いましょう。

「鬼は～外!! 福は～内!!」
(き)