

人と人、人と地域がつながる場所



のぼりん 通信

2026年8月号

2026年7月20日発行



8月・9月の休館日

- ・ 8月 11日(火) 山の日
- ・ 9月 21日(月) 敬老の日
- ・ 9月 22日(火) 国民の休日
- ・ 9月 23日(水) 秋分の日



ホームページ
(のぼりんの活用法や
ブログ等)

のぼりんのイベント

キッチンカーもやってくる！

市民活動の魅力を味わう2日間

2026・夏 のぼりん Rinスペシャル

8/7 金 8 土
10:00 ▶ 15:00

主催：登別市市民活動センター

販売



雑貨や食べ物等販売
お楽しみに！

体験



どなたでも気軽に体験
できます プログラム
をチェック！

展示



市民活動の取り組み
や活動について理解
を深めませんか？



Noborinホームページ

<子ども向け>
なつやすみだ！
ゆなげで
景品ゲットしよう！



キッチンカー (2日間)

<8月7日>

- ・ さんぼ (カレーなど)
- ・ うおえもん (唐揚げなど)
- ・ リーフキッチン (くろっふる)
- ・ ベルキッチン (スムージー)

<8月8日>

- ・ キッチンハタケヤマ
(ナポリタン)
- ・ スモカンヤ
(薫製ベーコン入り焼きそば)
- ・ ル・シエル (クレープ)



のぼりん登録団体の掲示板

～イベント～

ちよこっと己書（おのれしょ）体験

日 時 8月12日(水) 15:00～16:00
 内 容 己書で作品を描きます
 定 員 2名
 対 象 どなたでも
 持 ち 物 持ち物なし手ぶらでOK
 参 加 料 無料
 締 切 8月6日(木)
 主 催 楽輝己書道場(らっきーおのれしょどうじょう)
 問 合 せ 兼子さん(090-1388-4716)



琴と三味線の体験会

日 時 8月9日(日) 10:00～12:00
 内 容 琴と三味線の体験
 定 員 3名(申込み順)
 対 象 どなたでも
 参 加 料 無料
 主 催 鈴の会(りんのかい)
 問 合 せ 山口さん(0143-85-3459)



～展示会～

小さな木彫り展

日 時 8月17日(月) 12:00～
 8月29日(土) 15:00
 内 容 木彫りの展示
 (日本昔話、世界の童話)
 主 催 遠山昌善
 問 合 せ 遠山さん(0143-55-3338:午後)



～主催者からのメッセージ～

登別市民の皆様ぜひ見ていただきたいです!

のぼりん文化講座

指先で脳活…筆文字文化を楽しみましょう

「初心者書道教室」

日 時 8月19日(水)
 10:00～12:00
 講 師 成田さん
 定 員 10名(申込み順)
 対 象 18歳以上
 持 ち 物 硯・墨液・筆(大小)・
 文鎮・下敷き・半紙・新聞紙
 参 加 料 無 料



和製エアロビクスともいわれ
 楽しい粋な踊りを体験します

「かっぽれ踊り」

日 時 8月24日(月)
 13:30～15:30
 講 師 櫻川さん
 定 員 10名(申込み順)
 対 象 どなたでも
 持 ち 物 動きやすい服装、
 日本手ぬぐい
 参 加 料 無 料



民謡はお腹の底から声を出します。
 全身の運動にもなります

「江差追分道場」

日 時 8月22日(土)
 14:00～16:00
 講 師 石橋さん
 定 員 10名(申込み順)
 対 象 どなたでも
 持 ち 物 なし
 参 加 料 無 料



様々な文化講座を開催しております。
 2か月に一度同じ講座がありま
 す。気になる講座がありましたら、
 どうぞお気軽にお申込み下さい!

☎83-6866

※各イベントについては、7月25日現在の情報掲載しています
 やむを得ない事情により、変更や中止がある場合には
 ホームページと館内掲示にてお知らせさせていただきます

募 集

通信に掲載する記事を募集しています。

【9月号】9/15～10/15の情報

掲載ご希望の方は、8月5日までに、
 のぼりんスタッフまでお声かけください。

登別市市民活動センターのぼりん

住 所 〒059-0024
 登別市緑町1丁目1番地4

TEL/FAX 0143-83-6866

メー ル support@noborin.org

H P <https://noborin.org/>

開 館 時 間 月・金 9:00-22:00

土・日 9:00-18:00

休 館 日 祝日・年末年始(12/29～1/3)

のぼりんのインス
 タも是非ご覧ください♪



NOBORIN_MOMO

のぼりん登録団体の教室&活動のお知らせ

8月

実施予定の教室、会の活動です。お気軽にお問い合わせください。

俳句を実作しませんか？～俳句実作体験会～

日時 第2、4木曜日 13:00～15:30
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 俳句を実作します

定員 5名 **対象** どなたでも

参加料 体験会は無料 **場所** のぼりん

主催 登別俳句協会 **問合せ** のぼりんまで



脳トレ書道で健康長寿を！書道教室*新会員募集

日時 【楽伸会】第2、4火曜日 10:00～12:00
【伸芽会】第2、4金曜日 10:00～12:00
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 書道教室。初心者大歓迎。指先に神経を集中させて、脳の活性化に役立てませんか？

対象 どなたでも **参加料** のぼりんまでお問い合わせください

場所 のぼりん **主催** 楽伸会・伸芽会

問合せ 成田さん(0143-85-2067)またはのぼりんまで



パソコン教室

日時 【昼の教室】13:30～15:30
・PCクラブカサブランカ 第1、3 火曜日
・PCクラブななかまど 第2、4 水曜日
・PCクラブよつば 第1、3 金曜日
【夜の教室】18:30～20:30
・PCクラブフレンズ 第1、3 水曜日
・PCクラブりぼん 第2、4 金曜日
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 パソコンの基本から応用を指導します。昼夜の教室があり、技能に合わせて教室を決めます。

対象 どなたでも **定員** 各数名

場所 のぼりん **参加料** 各教室にお問い合わせください

問合せ 渡邊さん(090-6693-2205)またはのぼりんまで



楽しい源氏物語

日時 金曜日 10:00～12:00 8月21日(予定)

内容 源氏物語を原文で読みます
声に出して読むことで古典のひびき、奥深さを楽しめます

参加料 初回無料 **持ち物** 筆記用具

主催 楽しい源氏物語 **場所** のぼりん

問合せ のぼりんまでお問い合わせください



「9月に開催予定の教室や活動の参加募集をしたい」 または「会員を増やしたい！」

次号ののぼりん通信に掲載しませんか？
ご希望の団体の方はのぼりんまでお知らせください。

ダンス&ボディメイクchoi+

日時 水曜日 10:00～11:00
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 楽しく!ちょいっと誰でも簡単にできる
体力アップ体操を行います

定員 15名 **対象** どなたでも

参加料 700円 **場所** のぼりん

主催 ダンス&ボディメイクchoi+ **持ち物** タオル、飲み物、動きやすい服装

問合せ 中村さん(090-5079-4658)またはのぼりんまで



touka(トウカ)～ヨガサークル～

日時 水曜日 【1部】18:15～19:15 ほど良く動くヨガ
【2部】19:30～20:45 しっかり動くヨガ
*曜日は変更になる時があります。
8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 呼吸と動きを連動させるヴィンサヤフローをメインに「ほどよく」「しっかり」皆さんが楽しめるようヨガを行っています

定員 15名 **対象** どなたでも

参加料 初回は無料 **場所** のぼりん

主催 touka(トウカ) **持ち物** タオル、飲み物、動きやすい服装

問合せ のぼりんまで



Wの刺激～脳と足裏～健康体操

日時 第2、4金曜日 10:00～11:30
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 青竹ふみ、頑張らない筋トレ、筋膜リリース、ストレッチなど。
楽しく無理なく続けられる体操を行っています。初めての方や運動から離れていた方でもご参加いただけます

対象 どなたでも **参加料** 初回は無料、2回目以降1000円

場所 のぼりん **主催** Wの刺激

持ち物 タオル、靴下、あればヨガマット、プラ製青竹

問合せ 疋崎(さそぎ)さん(080-1887-6477)
または、のぼりんまで

その他 その他の開催場所は若草つどいセンター
(月;10:00～)、ヌプル(月;13:00～)



湊晴会 江差追分教室

日時 日曜日(月2～3回) 14:00～16:00
*8月の日程はのぼりんまでお問い合わせください

内容 江差追分の唄い方など、日本全国の民謡を指導します

定員 10名 **対象** どなたでも

参加料 初回無料
会費500円 **場所** のぼりんB室
月謝1000円

主催 湊晴会 **持ち物** 録音できるもの、手帳、ペン

問合せ 石橋さん(090-1644-4638)またはのぼりんまで

のぼりん登録団体が主催する教室や活動は他にもあります！
ご興味ある教室や活動がありましたら、のぼりんまで
お問い合わせください



Rinスペプログラム

こどももOK  マークです

体験

8月7日(金)

8月8日(土)

午前(10時～最終受付 11時半)

生体エネルギー療法体験
気軽にどなたでも体験できる健康法です
〔参加費〕無料 ○健康生活ネットワークのぼりべつ

原文の読み方朗読など
〔参加費〕無料 ○楽しい源氏物語

蜜ろうラップ作り
〔参加費〕300円 ○室蘭友の会登別最寄

のぼりん主催 wanage(わなげ) ～景品あるよ～
〔参加費〕無料 ○市民活動センターのぼりん **どなたでも**

午後(13時～最終受付 14時半)

手話の体験(あいさつ、名前など、コミュニケーション) **販売あり**
〔参加費〕無料 ○手話サークルしゅわっち

己書の体験ワークショップ **販売あり**
～うちわにえがこう～
〔参加費〕300円 ○楽輝己書道場

笑いヨガとジョイリズムを組み合わせた体操
～心と体を元気にする“笑い×リズム”～
〔参加費〕無料 ○ニコリズム

民謡歌唱体験～三味線、尺八、大鼓～
〔参加費〕無料 ○登別民謡連合 *楽器体験は予約必要です

終日(午前と午後)

ぬりえを描こう 大人も子どもも参加できます
〔参加費〕無料 ○登別更生保護女性会

琴・三絃の体験会
〔参加費〕無料 ○鈴の会

健康体操 ヨガ的いやしのストレッチ *事前予約可
〔参加費〕500円 ○Wの刺激～脳と足うら～ **動きやすい服装でお越し下さい**

午前(10時～最終受付 11時半)

ゆったりとした運動と整膚の体験
～皮膚下の血流が促され癒し効果があります～
〔参加費〕無料 ○登別整膚ボランティア

書道体験 どなたでも体験できます
〔参加費〕無料 *用具はこちらで準備します ○楽伸会・伸芽会

健康体操 ヨガ的いやしのストレッチ *事前予約可
〔参加費〕500円 ○Wの刺激～脳と足うら～ **動きやすい服装でお越し下さい**

「手でお話しよう」簡単な手話体験
〔参加費〕無料 ○登別手話の会

午後(13時～最終受付 14時半)

スマホ講座(アンドロイド)ケーケルレンズで調べてみましょう
〔参加費〕500円 定員6名(申し込み順) ○メロウネット

己書の体験ワークショップ ～うちわにえがこう～
〔参加費〕300円 ○楽輝己書道場

笑いヨガとジョイリズムを組み合わせた体操
～心と体を元気にする“笑い×リズム”～
〔参加費〕無料 ○ニコリズム

終日(午前と午後)

ぬりえを描こう 大人も子どもも参加できます
〔参加費〕無料 ○登別更生保護女性会

スイーツデコのワークショップ
〔参加費〕1000円 ○Sweets Deco Happy By Beads & Beads

キャンドルすくい
〔参加費〕300円 ○笑美玉

①パソコン無料相談会 *パソコンスマホを持参下さい
②うちわを作ろう(持参の写真やイラストを使用)
〔参加費〕500円 ○NPO法人シニアネットいぶり

琴・三絃の体験会
〔参加費〕無料 ○鈴の会

展示

8月7日(金)～8月21日(金)

販売

8月7日・8日両日とも

2階踊り場で開催しています			Wの刺激 脳と足うら	楽輝己書道場
特定非営利法人 シニアネット いぶり	登別障害者 福祉関係 団体連絡協議会	世界自閉 症啓発テ ー登別実行 委員会	ニコリズム	登別さいわい 福祉会 月とらいおん
登別人物 テッサン サークル	登別さいわい 福祉会 サポートセンター 心愛	登別市 手をつなぐ 育成会	登別 手話の会	絵画 サークル杜
登別 子ども劇場	音楽 ボランティア andante	手話サークル しゅわっち	室蘭友の会 登別最寄	楽しい 源氏物語

ライフビスケット
○登別更生保護女性会

**シフォンケーキ
豆腐ドーナッツ等**
○登別さいわい福祉会
「月とらいおん」
ストラップ、マグネット、
クリアファイル
○サポートセンター心愛

8月8日(土)のみ

**焼き芋バナナかけ
(約30食)**
○ボランティア焼き芋屋台
いもにゃん

**ハンドメイド品
イラスト作品**
○世界自閉症啓発
テー登別実行委員会

キッチンカー

8月7日(金)

ベルキッチン (りんごあめスムージー)

リーフキッチン (クロッフル、チーズボール)

うおえもん (たこ焼き、ロングポテト)

さんぽ (スパイスカレー、サラダロール)

le ciels(ル・シエル) (クレープ)

きっちはたやま (室蘭ナポリタン、タコス)

Sumokanya (薫製ベーコン入り、焼きそば、薫製商品)

8月7日(金)のみ

鍋帽子、海藻類、豆類、石鹸類、重曹など
○室蘭友の会登別最寄

踏み台小物類
○就労支援センタージョブテラス

～午後のみ～ハンドメイド品イラスト作品
○世界自閉症啓発テー登別実行委員会