

FM7^{84.2}と  ライフを
文字で伝える番組表
ぷれびゅ～

2026



Preview FM7^{84.2}



 wi-radio 77.6MHz

ご自由にお持ち下さい

TAKE **FREE**

プレゼント付！

特集

By your side

やきそば

メッセージ・リクエスト受付中！

●番組表(2026年1月～3月)

Eメール 842@fmview.jp

FAX 0143-84-1663

発行:室蘭まちづくり放送株式会社 発行日:2026年1月1日 発行部数:15,000部

お風呂 給湯器 トイレ 洗面台 キッチン フローリング 外壁 屋根

今年の冬は暖かく安全に楽しくリフォームで大解決



画像はイメージです

ご予算とご要望に合わせ、
我が家仕様の快適な空間をご提案します

浴室の床からリビングまで、
一か所から気軽に床リフォーム
ヒヤッと軽減する床、
滑りにくい床

最短1日!

冷気・結露を防ぐ、生活空間を考えた窓

大がかりなりフォームではなくても、
お部屋の一部を変えるだけで
毎日の暮らしがぐっと心地よくなります

お客様の声

室蘭市 | 様邸 お風呂・脱衣場改修工事

場所をとっていたボイラースペースや洗濯機の位置、
壁色など、空間全体を工夫して提案してくれました。
間取りはそのまま、今後の暮らしを考え、限られた
脱衣室が広く使い勝手の良い空間になりました。初
めのリフォーム、お任せして本当に良かったです!

暮らしの中も外も
まるごと心地よく!

今のうちに、お家の健康チェック しませんか?

屋根、外壁は見えにくいけれど傷みやすい「まだ平気かも…」と思っていると、思わぬトラブルのもとに

無料 外装劣化診断 いたします!

外壁に剥がれがある、室内に雨染みがある、メンテナンスの仕方がわからない
“ちょっと気になる”が出てきたら、今すぐお電話を! 私たちは、お客様の
これからの暮らしにちょうどいいリフォームをご提案します

見えない部分も
しっかり安心!

第三者による完了検査で、
確かな品質をお約束します

お客様の安心への取組
私たちの活動が認められました

塗装工事は、見た目ではわかりにくいからこそ不安もあるもの。
当社は、リフォーム瑕疵(かし)保険の完了検査付き施工を実施
暮らしを守る工事だからこそ、“見えない安心”を大切にしています

※弊社負担での加入は、外壁・屋根を合わせた全塗装工事に限ります

7年連続受賞 北海道第2位 安心実績
※BILリフォームかし保険 推進キャンペーン
※リフォーム産業新聞 2023.7.14 発行 瑕疵担保保険活用ランキング

住宅リフォーム
アドバイザー募集中

経験よりも
未来に向けて動ける人を
求めています

詳しい条件は
応募ページで
ご確認ください



「こんな事できるかな...?」 小さな疑問、お気軽にご相談ください!

見積無料

相談無料

リフォームかし(瑕疵)保険登録事業者 A1002554

室蘭市・登別市・伊達市のリフォーム専門店です

＊はっぴいリフォーム

0120-365-085

Produced by 株式会社エリアエージェント

室蘭市中島町 1-34-2 尾下ビル 1 階右側

もくじ

Preview

2026

冬

もくじ	2
特集 やきそば	3
F Mびゅー番組表	11
F Mびゅー番組紹介	13
コーナー紹介	17
イベントカレンダー	19
出資・協賛者	20
プレゼント	21

リクエストメールは…

842@fmview.jp



室蘭まちづくり放送株式会社
Muroran environmental support broadcasting

〒050-0084 室蘭市みゆき町 2-13-1
輪西多目的センター 4 F
TEL:0143-84-1662 FAX:0143-84-1663
E-mail 842@fmview.jp
HomePage http://fmview.jp

世界にひとつの 自分だけの枕

あなたに快適な

西川チェーンオリジナル
「オーダーメイドピロー」

安心システム

ご購入後の調節も無料で承ります!

体験レポート

おつくりします。

FMびゅー井川 康子が 菊地寝具店で
オーダー枕をつくったよ!

免疫力アップと健康は、質の高い睡眠から。

眠りの専門家がいる菊地寝具店のオーダー枕で、
明日の放送も元気に皆さんに届けたい。



そもそも「自分の枕」が定まってない状態で、
子どもにとられて自分の腕を枕代わりにする
ことも多く、はじめに書いたカルテは自分でも
驚くほどほとんどの項目で「わからない」でした。
自分の好みもわからない状態でオーダーメイド
なんてできるのか不安でした。



まず、頭と首のかたさを測って、ベッドイン。またこのベッドが心地よくてついつい眠、お、いかんいかん。
枕を合わせると、なにこれ最初っから超気持ちいい!!もうこれで決まりだ!!と思いつつ、次に変えて頂くと
さらに気持ちいい!!素材選びで次々出てくる枕に優柔不断が止まらなくなりましたが、2択を繰り返すことで
ついに「粒わた」に決定!!次に高さを選びたいあわせです。

何もわからないところから自分の「好き」を探っていくのは新鮮な感覚でした。
オーダーメイドってこういうことなんだ、と感激しました。さすが眠りの専門家!!
出来上がったのは大人用の大きめ枕なので、自分は真ん中に、子どもは横向きに
一緒に眠ることが多く、子どももふわふわで気持ちいいと言ってくれます。
常態化して気づいていなかった首から肩の重さが、枕を使った翌日から
軽くなっていて、体に負担をかけていたんだと反省。
これからは親子共々質の良い睡眠が取れそうです♪

あなたもピローアドバイザーのいる菊地寝具店でオーダー枕を作って快適な睡眠へ!
免疫力アップと心地よい目覚めを体験してみませんか。

30,000円~ (税抜)
(税込33,000円~)

本広告は個人の感想であり、
効果には個人差があります。



スリープマスター・ピローアドバイザー・羽毛診断士のいるお店

菊地寝具店 open10時/close18時 室蘭市中央町2-3-20
(0143) 22-9461

By your side

やきそば

勢いよくすすれば胃袋にズドンと届く、
シンプルかつ多彩な焼きそばの世界。
今回はまちの人気店から、
地元民のソウルフードまで、
選りすぐりの5皿をご紹介します。
ドライブのランチにアツアツ焼きそば、
おすすめですよ。

「追い風」限定特典付き！

「追い風」
とは？

F Mびゅーを応援してくれる方なら誰でも入会できるサポーターズクラブです。
年会費は1口1,000円〜で、お得な特典もいっぱい！
詳しくはF Mびゅーホームページ <https://fmview.jp/> をご覧ください。

ARCS アークスオンラインショップ

スマホ・パソコンから

らくらく **お買い物！**

ネットで注文！最短5時間で、
ご自宅へお届け！

5,000円(税抜)以上
お買い上げで
配達料無料

ご好評につき
新規会員登録中



詳しくは右記
二次元コード
またはホーム
ページからご
確認ください。

アークスオンラインショップ 検索



ARCS GROUP

SUPER
ARCS

スーパーアークス



ホームストア

(株)ラルズ 室蘭地区本部

室蘭市中島本町2丁目8-1 TEL (0143) 44-4656

室蘭のやきそば＝味しん 守り続けて55年の味！

焼きそば 1,000円

ジャンボ焼きそば 1,300円 ※スープ付き(各税込)※写真はジャンボ焼きそば

特製ソースの絡んだ麺とシャキシャキの野菜や豚肉、エビなどの具材。

食欲を刺激される匂いと共に熱々の鉄板でどうぞ。

お食事処 味しん

昭和45年の創業以来、その味とボリュームで愛されている老舗お食事処。
室蘭名物が一杯で楽しめるカレーラーメンも人気。

住所／室蘭市中島町2丁目27 電話／0143-44-8736

営業時間／11:00～13:30 ラストオーダー

席数／21席 定休日／月・火曜日 不定休 駐車場／7台



Access Map



医療法人社団 青雲会 介護老人保健施設
エバークリーンハイツ室蘭



おもてなしの精神を大切に、
サービスを提供させていただきます。

介護老人保健施設エバークリーンハイツ室蘭

入所サービス

短期入所療養介護（ショートステイ）

通所リハビリテーション（デイケア）

〒050-0061 室蘭市八丁平1-49

TEL 0143-46-4500

居宅介護支援事業所エバークリーン

利用者様・家族様の生活課題、要望などを聞き取り、
ケアプランを作成、各事業所・医療機関などと連絡
を取り、サービスの手配や調整を行います。

〒050-0073 室蘭市宮の森町4-22-20

TEL 0143-84-5570



北海道認証
介護サービス提供の環境

階段を上がれば異国の香り 多彩な多国籍グルメを堪能

ミーゴレン 950円

ミックススパイスが効いたピリ辛のインドネシア風焼きそば。
チキンティッカやエビなど具材も豊富なボリューム満点の一品。

SAINO

本場ネパールの方が作るモモやサモサなどのネパール料理や、焼き立てナンがつく種類豊富な本格カレーが人気のお店。タイ・インドネシアなどの料理やドリンクも数多く取り揃え、手軽に海外旅行気分を味わえる。

室蘭市高砂町 5 丁目18-6 2F 電話 / 0143-83-6298
営業時間 / 11:00~15:00、17:00~22:00 (LO21:30)、
土日祝は11:00~22:00
定休日 / 第2・第4水曜日 駐車場 / 3台
HP / SNS instagram : @resturent_saino



Access Map



NEXCO 東日本では、お客さまに冬の高速道路をより安全・快適にご利用いただくため、24時間体制で雪氷対策作業に取り組んでいます。安全な道路環境と交通確保のため、除雪作業へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

除雪作業



除雪車 3 台と標識車 1 台の組み合わせで、車線全体を除雪しています。
時速 50km 以下の低速走行となります。

お客さまの安全のため、作業中の除雪車の追い越しはできません。

凍結防止剤の散布作業



路面凍結が予測される場合に凍結防止剤を散布します。

追越し禁止の規制はしていませんが、追いつく際は凍結防止剤がお車にかかる恐れがありますので安全な車間距離で追行をお願いします。

道路緊急
ダイヤル

キューエイトラブル
#9910

携帯・スマートフォンから
ご連絡いただけます

通話料無料・24時間受付。故障や落下物などの緊急通報にもご利用ください。

24時間、365日、お客さまの車をサポートしています。

NEXCO東日本お客さまセンター
0570-024-024
または 03-5308-2424

高速道路に関する情報は「ドラぷら」で
www.driveplaza.com /
ドラぷら 検索

NEXCO
東日本

やきそば？いやチャーメンだ！ 発祥の店で味わう名物麺

チャーメン

炒麺 850円

野菜や豚肉・アサリの旨味を麺に吸わせ、味付けは塩コショウのみとシンプルかつ力強い味わい。

色付けのしょう油が仕上げのポイント

蘭亭飯店

創業72年。17歳からこの道一筋の2代目が腕を振るう、室蘭では希少な町中華の名店。室蘭名物「チャーメン」の元祖としても知られ、チャーハンを含む中華オムライスや旨辛い辣醬麺など個性派メニューも人気。

住所／室蘭市幕西町1-4 電話／0143-22-2852

営業時間／11:30～18:30 定休日／日曜日 駐車場／3台



Access Map



追い風
特典

チャーメンご注文の方、会員証提示で50円引き（～2/28まで）

刺繍・プリント ステッカーの製作

作業服やTシャツなどへの刺繍・プリントや
ステッカーの製作はプリント工房まで！
デザイン相談も承ります。

大量制作大歓迎！

オリジナルデザインも可能！



チームや会社の
大量制作も大歓迎！

お持ち込み加工
で相談承ります

※加工不可商品、高額商品など一部お断りさせていただく
場合がございますので、予めご了承くださいませ。

プリント工房

室蘭市八丁平4-20-17

■営業時間/8:30～17:30 ■定休日/土・日曜日、祝日

TEL.0143-84-5380

素朴なソース焼きそばと こだわりのお好み焼きの店

ソース焼きそば 700円

「オムそば」や「塩だれつけ焼きそば」の他、人気の牛すじ煮込みとあわせた焼きそばも開発中。

お好み焼き食堂 えん

お好み焼きは、長いもとすりおろしたニンジンを加えた生地で、舌で食べられるほどのふわトロ食感。豚玉をベースに焼きそばやチーズ、伊達納豆など8種類のトッピングから選んで、自分だけのベストなお好み焼きを探してみよう。(※トッピングは別料金)

住所／伊達市錦町100-118 電話／090-1644-5860
営業時間／12:00～14:30、18:00～21:30 (ラストオーダー各30分前)
定休日／火・水曜日 駐車場／2台 HP/SNS X: @okonomi_en



Access Map



時計・メガネ・宝石・補聴器

店内全品

特別価格!

※一部例外あり

優れた品質・サービス・保証をお約束。高い信頼にお応えします。

■一級時計修理技能士 ■時計職業訓練指導員 ■一級眼鏡作製技能士
■SS級認定眼鏡士 ■眼科コメディカル ■ダイヤモンド検査員 ■補聴器技能者

時計・メガネ・宝石・補聴器 **田中時計店** 営業時間/9:30～19:00
— 年中無休 —
— TANAKA — 登別市美園町2丁目1-1

☎ 0143-86-4127 (代) <https://tanaka-shop.web.wox.cc>

室蘭市港北町2丁目6-1

みうら歯科

TEL(0143)55-6330



●診療時間●	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
14:00～18:00	○	○	○	○	○	×
18:00～19:00	○	×	×	×	○	×

●休診日 日曜・祝日

うまさの秘訣は圧倒的火力！ 2周年を迎えた人気中華店

五目あんかけ焼きそば 1,000円

地元野菜やエビ・豚肉など12種類の具材としっかり火を通したとろとろあんが美味。

香ばしい麺は通常でも180gとボリュームも満点！



中華食堂 青藍

洞爺湖温泉のホテルレストランで修業を積んだ、中華料理好きの店主が営む貴重な「まち中華」。ルーロー飯など本場の味を日本人向けに食べやすくアレンジし、地域のランチスポットとして老若男女に愛されている。



住所／洞爺湖町旭町5-44 電話／080-4500-9436

営業時間／11：00～14：30（金曜日のみ夜営業あり 17：00～20：30）

定休日／火曜日 駐車場／10台



Access Map

地域密着！修理実績多数！
メーカー修理より、安く早く！
パソコン修理
おまかせください！

クマックコム 代表
佐藤 義高

KUMACCOM クマックコム 検索

室蘭市港北町1-1-30（ローソン室蘭港北町店近く）

ご来店前に必ずご予約下さい。TEL:0143-55-7719

アパート・マンション
お部屋探しは

ホームメイトFC 室蘭店 北海道知事 胆振(4)第957号

森賃貸住宅サービス

TEL0143-45-6731

■営業時間/9:30～18:00 ■定休日/日曜・祝日・第1土曜・3週目の水曜
室蘭市高砂町5-8-11 <https://www.hmfc-muroran.com/>

当社自社物件は
仲介手数料 0円

自社施工物件所有数地域**No.1**

2025年度から登別市営住宅の管理を担当しています。
よろしくお願いいたします。



ご高齢者
見守りサポート

お子さま
見守りサポート



登別市の市営住宅で
「あんぜん」「あんしん」な暮らしを提供いたします。



エムエムエス
マンションマネージメントサービス株式会社

登別市中央町2丁目17-43

路線バスの位置が
ひと目で分かる!



バスについてのお悩みは
スマホで解決

道南バスのバスロケーションシステム

今すぐ
アクセス!



バスキタ道南

<https://db.buskita.com/>

検索



道南バス株式会社

TEL.0143-45-2131



創業 昭和24年 おかげさまで76年

シューズ & バッグ **靴のタイラ**

住所：室蘭市輪西町2-5-1 ぶらっとてついち内
☎ 0143-44-4638 営業時間：10:00～20:00



当店人気No.1

室蘭塩の
生キャラメル
ハニーナッツ
パンケーキ

テイクアウトも
好評販売中!

追まはパンケーキ
only counter

住所：室蘭市輪西町2-5-1
ぶらっとてついち内
営業時間：11:00～17:00
(L.O.16:30)
定休日：火曜・水曜

おかげさまで
11年!

なつかしい音楽と身近な話題で
ゆったりと考えてみませんか?
一歩ずつ西胆振も元気に!

大山慎介の 「復活!北海道」

あなたが**気付けば**地域が**変わる**
北海道が**元気**になる**復活**する!
毎週土曜日 17:00~18:00
再放送 火曜日 10:00~11:00

FMびゅーから
道内地域FM **23局** 再放送局22局
で放送中!

NPO法人みんなの北海道2100 サポーターを募集しています

みんなの北海道2100

大山 慎介 を 検索



おお やま しんすけ

大山 慎介 プロフィール

昭和37年

北海道厚沢部町生まれ

函館・ラ・サール高校、学習院大学卒業後、北海道庁で約30年勤務。地方行政財政・地域振興・人口減少対策のスペシャリスト。全国で広がった「生活体験型の中長期滞在システム」である「ちょっと暮らし」の企画立案者でもある。全国各地での講演多数。メディアでも幅広く活躍中。

すべてのお客様に、時代の変化に対応した最適な提案を…

私たちは常に成長し、不動産・損害保険・生命保険を通じて、一度だけでは終わらない、永続性のあるサービスをお客様に提供していきます。

取扱生命保険

- 三井住友海上あいおい生命
- 東京海上日動あんしん生命
- フコクしんらい生命
- 日本生命
- はなさく生命
- 三井住友海上プライマリー生命

取扱損害保険

- あいおいニッセイ同和損害保険
- 三井住友海上火災保険
- 東京海上日動火災保険
- 共栄火災海上保険

事業内容

- 生命保険代理業
- 損害保険代理業
- 不動産業
(北海道宅地建物取引業協会)



有限会社グランディール TEL : 0143-47-0410 室蘭市巾島町3丁目27-5
Mail: info@grandeal.com



社会保険労務士法人 ダーウィン



株式会社 ライフコンパス

【グループ会社】社会保険労務士法人ダーウィン ◆社会保険・労働相談業務/株式会社ライフコンパス ◆ファイナンシャルプランニング

おトクで楽しい
コカ・コーラ
公式アプリ

Coke ON.

買うたび
スタンプ

15スタンプたまると
1本無料!

さらに、おトクで楽しいサービスが続々。
今すぐダウンロード!!

北海道コカ・コーラボトリング(株)

コークオン

「コークオン」で検索
またはこちらから→

琥珀
Accessory

毎日に、
ほんの少しの特別を。

New

U	金 FRI	時報提供	土 SAT	日 SUN
たい情報満載!		6 日の出運輸		FMノースウェーブ
株式会社トマト 8:34 日の出運輸		7 東海建設 アル&イー 花工房夢	5:00~7:30 NORTH WAVE CALLIN' 7:30~8:00 すくちあ /yuka 8:00~9:00 Feel TOKACHI /後藤朋子	5:00~6:30 NORTH WAVE CALLIN' 6:30~7:00 Face off! レッドイーグルス北海道 /ヒロユキ、大澤ちほ 7:00~7:30 美唄ブラックダイヤモンド倶楽部 /松谷遊夢、やすと横澤さん 7:30~8:00 RUNNING PARADISE HOKKAIDO /HITOMI、カツノリ
(ニセコ町) 福祉事業協会 う(室蘭市・登別市)	(室) 室蘭市防災情報(室蘭市) NPOかわらばん スポーツでらっしゃい	8 くすもとフーズ	ジオパーク・火山の恵み ■ 荒町 美紀 みんなのうた ■ 沼田勇也、上田康郎 [伊達育英学園、くさぶえ、明星学園]	8:00~10:00 ISLAND BREEZE from HAWAII /REIKO T.ROGERS 10:00~11:00 Sabaai! Thailand /城野康子 11:00~11:30 Colors Of Korea /古家正亨 11:30~12:00 美麗! 台湾 /吉田皓一、MAXXXINE
なくむす部]	とようラジオ ■ ミウミ、ゆうや [豊浦建設工業、噴火湾とようろ観光協会、さんおん]	9 くすもとフーズ	アクティブ! ■ 星康洋 ●天気予報 11:00 [北海道白産 室蘭店・伊達店] 日鋼記念病院からのお知らせ [日鋼記念病院] アクティブライブ [豊浦建設工業] ③④いきものいんく今日もどこかでいきものさがし [豊仲美装]	12:00~16:00 SAPPORO HOT100 /タック・ハーシー 16:00~17:30 FUN'S AFTERNOON /木村愛里、内海てつや、工藤彩音 17:30~18:00 角松敏生 My BLUES LIFE /角松敏生 18:00~19:00 UR LIFESTYLE COLLEGE /吉岡里帆 19:00~20:00 Soul Essence /城野康子 20:00~22:00 BRAND-NEW TUNE ROCK VIBRATIONS! /ちゃぼ 23:00~24:00 4 STEPS JOURNEY/カツノリ
弘太郎	おしゃべりCafe [桜井珈琲、菓子工房モンパリ]	10 くすもとフーズ	ステドラ! ~STATION DRIVE SATURDAY~ /ヒロ福地、森ルナ、工藤彩音	
、波方元希	THE BEATLES LOVER NO.5 制作:j-Clamp	11 住まいのウチキ		
らせ 月~@室蘭市 月登別市 月洞爺湖町 月伊達市 月杜野町 月豊浦町	(室) 室蘭市防災情報(室蘭市) お天気プラス (室蘭地方気象台) ウィークエンドむるみんプレイバック(室蘭民報社)	12 日の出運輸 望月電設工業		
北海道新聞)		13 日光印刷		
ト(室蘭市市民会館) 工会)		14 くすもとフーズ		
	子育てのわ ■ 高村泰子、右田永子	15 くすもとフーズ		
	ひろこの音部屋 ■ さくまひろこ	16 くすもとフーズ		
部、児島秀明	FRI-HIGH! ■ T-MONKEY ①③出愛に感謝!毎日バラダイスだZ (提供:ふなおか薬局)	17 くすもとフーズ	大山慎介の「復活」北海道 ■ 大山慎介 [野口観光、北海道田舎プロデュース]	
せ 月~@室蘭市 月登別市 月洞爺湖町 月伊達市 月豊浦町、杜野町	(室) 室蘭市防災情報(室蘭市) ①室蘭市からのお知らせ特大型 [室蘭市] ④ハッピージャーニー (室蘭観光協会)	18 くすもとフーズ	おぼんです! HAMBURGER BOYS /HAMBURGER BOYS	
大川(原脳神経外科)		19 くすもとフーズ	meiji FUTURE IS OURS /長谷川ミラ JOYOUS JAZZ /FAT MASA、YOUKI	
	札幌前バンガーズ /MAXXXINE	20 くすもとフーズ	Check Our Number /No.18	
	セブンスガーデン ■ 坪川拓史	21 くすもとフーズ	室蘭ワクワクナイト 制作:室蘭ベイサイドラジオ ②④生放送! ①③再放送! ⑤週目 T-MONKEYのアニソンは世界だ! /T-MONKEY、いっしー 詳しくは室蘭ベイサイドラジオHPへ!	
プロジェクト	ご安全に! ■ ツ〜シ〜	22 くすもとフーズ		
EST	尋常ラジオ ■ 三拍子 高倉 陵	23 くすもとフーズ	パワーとこくまの昭和音楽堂 ■ こくま、パワー 制作:室蘭ベイサイドラジオ	
制作:j-Clamp	ジンケトリオ 制作:j-Clamp			
king マルプロ]	スターダストレビューの星になるまで ■ 柿沼清史、寺田正美、林VOH紀勝 川村健司のギタバカ!! ■ 川村健司			
なったアーティストたち	The Nan Da Low Show ■ Stevyn IronFeather、Yukako Applepie			
That Jam	Anison-R ~マンガ・アニメ研究部~ /片岡香澄			



24時以降の番組など詳細は
FMノースウェーブHPで確認ください。

TIME TABLE 2026/1~2026/3

まちを「おと」でつたえる **FM76**

月 MON	火 TUE	水 WED	木 TH
FMノースウェーブ 月～金 6:00～7:00 KAT'S IN THE MORNING / カツノリ			
いってきますらっしゃい ■月必森 彩華 金バワー ★「いってきます」の人と「いってらっしゃい」の人が気持ちよく過ごせるように、忙しい朝に知り、			
●天気予報 7:30 月～金 [住まいのウチケ] 7:50 金 [北海道日産 室蘭店・伊達店] 8:15 8:30 月～金 [ネットコタダ小牧] 8:50 月～金 [創価学会] ●交通情報 7:36 月～金 [株] ●ニュース 7:25 8:25 (室蘭民報社、北海道新聞社) ●おくやみのお知らせ(室蘭葬儀商組合) ●ゴミ出し情報 ●給食情報 ●月～金 <くじ引き> ●誕生日おめでとう! ■行政からのお知らせ 月～金 室蘭市 月金 登別市 水 洞爺湖町 木 伊達市 金 牡蠣町 土 豊浦町 (月) 日鶴記念病院からのお知らせ [日鶴記念病院] 火 CFM中継:エフエムもえる(留萌市) 水 CFM中継:AIRでっし(名寄市) 木 CFM中継:ラジオニコ CFM中継:みやこハーパーラジオ(若手興宮古市) CFM中継:FMとまこまい(苫小牧市) ①室蘭市からのお知らせ特大号 [室蘭市] ③安心暮らしガイド [室蘭] ④ DRIVER's RADIO! (室蘭中央自動車学園) ①海保118ホット情報(室蘭海上保安部) ②東京室蘭通信(再) ④生まれてくれてありがとう			
ときめきテラス ■井餘田華子、小野友美	大山慎介の「復活!北海道(再)」 ■大山慎介 [野口親光、北海道田舎プロデュース]	蘭子の関連ディーツタイム ■加藤さや香 [蘭子チャタム紅茶店] ①③生放送	伊達人コミュニティ ■伊達人(だてひと)
EmiLyのおしゃれフリーク 制作:j-Clamp		FP事務所の「くらしとお金」相談室 [ライフコンパス]	ウレシバ ■日笠和也、佐藤 [EKOJ]
きすな製作所 ■江良裕美、竹内恵 [String Rouge]	夢よ急げ!～THE ALFEE 全曲紹介ラジオ 制作:j-Clamp	藤河あきおのMy favorite things ■藤河あきお [須藤建設、ダイコウ、栗本石油]	お人柄ラジオ ■横田晃一 [ライフアップ 癒庵]
らふ ■月必井川康子 金遠藤奈津美 ★Roughにいこう。Laughしよう。肩の力を抜いてラフに過ごすお昼休み。今日のお昼はどんなかんじ?			
●天気予報 12:04 月～金 [住まいのウチケ] 13:26 月～金 [北海印刷] ●交通情報 ●ニュース 11:40 (室蘭民報社、北海道新聞社) ●誕生日おめでとう! ●給食情報 ■行政からのお知らせ (月)CFM中継:FMとまこまい(苫小牧市) 火 終活のスズメ [選品整理のアイ・キャリアー] 水 ①安全安心まちづくりニュース(伊達警察署) 木 ①③まちかど中継 地域安全ホットニュース(室蘭警察署) ①③文化センターinfo [室蘭市文化センター] ①東京室蘭通信 ①③ようこそ論語の部屋、のぼりべつ(登別市) ②③だてコミュニティ [伊達市] ③コーザン森時間 ③市民会館イベントガイ 得するエコ～もったいないが地球を救う～ ①②子育て情報 [室蘭市] ②④まちかど中継 ④いぶリング(胆振総合振興局) ④JunのHappy Future ④だてラジオ配便 [伊達市] ③民商経営塾 [室蘭民主商] ①よみたんだより ③④いぶリング(胆振総合振興局) ④観天望気(室蘭地方気象台) ④知りたいっすサイエンス!			
店長のハッピー☆エブリディ! ■藤田晶子、たまちゃん [フィールカーム、レナトス] ①③⑤生放送	弁護士みらいカフェ ■増川拓、菊地俊邦、葛生翔 [北海道みらい法律事務所] パオパオラジオ ■小倉真弓美 [学校法人おおぞら学園]	ラジオDeヨーガ ■よもぎ 堀江淳のファンミュージックアワー 制作:j-Clamp	Mサブリ ■miwa、miki
パワーのパーフェクトスポーツ ■パワー	FMノースウェーブ 15:00～15:30 GOGO RADIO COMPANY ④ヤマタ&ちゃぼ ④田村次郎&ハジ ④田村次郎&ちゃぼ 15:30～16:00 ④NORTH STAR☆RADIO / ヒロユキ、ばんび ④YOU GOT THIS! / マラカイ ④Ezotopia / 田村次郎 16:00～17:00 GLOW CROSS from north ④yuka ④Jazadocument		
オレンジ ■月必星康洋 金井川康子 金森彩華 金T-MONKEY ★新鮮な情報がギュッとつまった60分。 ●ニュース 17:01 (室蘭民報社、北海道新聞社) ●天気予報 17:10 月～金 [住まいのウチケ] ●誕生日おめでとう! ●測量山ライトアップメッセージ(室蘭ルネッサンス) ■行政からのお知らせ (月)日鶴記念病院からのお知らせ [日鶴記念病院] 火 ①②防災Q&A 水 ① LOVEシネマ 木 ラジオ Oh～!かわら版 [①室蘭市からのお知らせ特大号 [室蘭市] ③東京室蘭通信(再) ④スタジオHOKUTO [北斗文化学園] ②かいじょし情報 [室蘭商工会議所] ④スタジアムHOKUTO [北斗文化学園] ③登別市からのお知らせ特大号 [登別市]			
FMノースウェーブ GLOW CROSS from north ④yuka ④Jazadocument			
籠嶋学のMusic Lab ■籠嶋学	尾崎佳枝の「クラシック♡ブロムナード」 ■尾崎佳枝、田附歩 [晴美写真館] 久保タクマのブルースナイト ■久保タクマ [ダイコウ]	高桑雅信の水曜ぴゅーでしろう ■高桑雅信 登録発キャリアコンサルタントです。 ■西 智子	工大ナビ [室蘭工業大学] ノースアイランド 制作:ディーファインメディア
SCHOOL OF LIFE ■Kenbow 今日も一日なめらか様でした 制作:なめらかワイ音楽事務所	陽のあたる介護 ■アッキー [レースメディア、介護タクシーうーむはーと] ファイアでっぴ登別 ■沼田久人、藤枝淳史、猪股昌史	MIT-NIGHT ■MITラジオ放送部 鈍色の街 ■KENTO	胆振リーダー'sラボ W ■鈴木雄登 [興和工業] 電大のラジオよかった
新和産業のRock de ないど [新和産業] ■Hiroshi,Nami,Nishi,Hideto	プチ☆ヒュブ ■ことは	ヘンタイラジオ ■遠藤奈津美	Soliste Music Spar ■木村マサキ、ちはる店長 [①③⑤生放送
ミウミの耳ヨガ哲学 ■ミウミ	港湾音楽街道 ■きくた、まき	ロック裁判所 制作:j-Clamp	
DJ Nobby's Tokyo LIVE 制作:Tokyo LIVE制作チーム	よしもとホッカモリ ■モリマン、札幌吉本若手芸人	「チェンバリスト明奈みゆきの浪漫紀行」 制作:エフエムしろいし	ロッキンスター 本日に星に 制作:j-Clamp
FINLANDS塩入冬湖の事情図鑑 / 塩入冬湖	JOKEMICのLocal&Local / JOKEMIC	No Maps RADIO	KEI_HAYASHI's All / KEI_HAYASHI
NEW MUSIC PEOPLE / DEEP KEISEI	PLANT CHANNEL / 加藤ジュン		

番組名の色は…

■ 自社制作番組

■ FMびゅーボランティア制作番組

■ wi-radioボランティア制作番組

■ 外部制作番組

パワーのパーフェクトスポーツ

パワー 月曜日 15:00~16:00

世界のスポーツから国内や道内、西暦振地域で行われる競技をパワーができる限りその場で見てお届けします。メジャースポーツだけでなく、世界中の埋もれた競技にも光を当てます!! ご期待ください!!



籠嶋学のMusic Lab

籠嶋学 月曜日 19:00~19:30

「もっと音楽が好きになる」をテーマに、ギタリスト・音楽プロデューサーの籠嶋学が音楽を紐解き、知的好奇心をくすぐる30分。



Higher and Hire

(提供:伊達ハイヤー)

齋藤司・長澤直格 月曜日 19:30~20:00

ハーモニアス 齋藤司と伊達ハイヤー代表 長澤直格がお送りする音楽バラエティー。地元経営者をゲストに招き、笑いあり、タメになるお話を30分!



SCHOOL OF LIFE

Kenbow 月曜日 20:00~20:30

登別骨髄バンク推進会のメンバーによる、明るく楽しく元気づける音をお届けします。骨髄バンクの普及活動を紹介しながら、いのちの大切さや生きることの素晴らしさを感じていきましょう! 新学期スタート!



新和産業のRock de ないと

(提供:新和産業)

Hiroshi・Nami・Nishi・Hideto 月曜日 21:00~21:30

地域で活動する様々なミュージシャンを紹介し、お話や楽曲を聴きながら、このまちの音楽シーンを応援します。



ミウミの耳ヨガ哲学

ミウミ 月曜日 21:30~22:00

ヨガインストラクターであるミウミが、耳からちょっと'案'になる言葉や音楽をお届け! ヨガ哲学や身体のこと、漫画やおススメの本、映画etc.とにかく好きをシェアバビします。



弁護士みらいカフェ

(提供:北海道みらい法律事務所)

増川拓・菊地俊邦・葛生翔 火曜日 14:00~14:30

生活の中の疑問や、悩み事について、あなたの街の弁護士さんが事例を交えながらわかりやすくご紹介。まあるく収めて、明るく楽しい毎日(みらい)を過ごしましょう。



FMびゅう

番組紹介 **84.2MHz**

いってきますらっしゃい

月・火・水曜日 森彩華 木・金曜日 パワー
月~金曜日 7:00~10:00

天気・交通情報を中心に忙しい朝に必要な情報を元気の出る音楽と一緒にお届けします。あなたからのメッセージや情報をお待ちしています!



らぶ

月・火曜日 井川康子 水・木・金曜日 遠藤奈津美
月~金曜日 11:30~14:00

肩の力を抜いて過ごす、のんびりまったりの2時間半。生活情報や中継・ゲストトークを交えてラフにお送りします。Roughに Laughしながらお付き合いください!



オレンジ

月・火 星康洋 水 井川康子 木 森彩華 金 T-MONKEY
月~金曜日 17:00~18:00

情報をギュッと詰め込んだ60分! フレッシュにお伝えします!



ときめきテラス

井餘田華子・小野友美 月曜日 10:00~10:30

雑穀と野菜を使った料理とアロマテラピーや整理収納をもとに、ときめく健康的な暮らしのヒントをお伝えします。



きずな製作所

(提供:String Rouge)

江良裕美・竹内恵 月曜日 11:00~11:30

家族、恋人、友達、職場の仲間...

あらゆる"つながり"を楽しく深めるヒントをお届けします。



店長のハッピーエブリディ!

(提供:(株)フィールカーム・(株)レナトス)

藤田晶子・たまちゃん 月曜日 14:00~15:00

セレクトショップ店長がお送りするおしゃれでハッピーが満載の60分です!



■ 自社制作番組 ■ FMびゅうボランティア制作番組 ■ wi-radioボランティア制作番組です。

皆様の発展に貢献できる企業を目指しています。

損害保険

生命保険



株式会社ベストクリエイト室蘭

本社 室蘭市中島町3丁目8番10号(ベストビル3F) TEL 0143-45-8869

FP事務所の「くらしとお金」相談室

(提供:ライフコンパス)

きくりん・遠藤奈津美 水曜日 10:30~11:00

㈲ライフコンパスのファイナンシャルプランナーが、家計に関する金融、税制、住宅ローン、生命保険、年金制度などを分かりやすく解説してくれます。



パオパオラジオ

(提供:学校法人おおぞら学園)

小倉真弓美 火曜日 14:30~15:00

ご縁のある皆様とおしゃべりを楽しみたいと思っています。地域の大切さが伝わりますように・・・。



藤河ちあきのMy favorite things

(提供:須藤建設、ダイコウ、栗本石油)

藤河ちあき 水曜日 11:00~11:30

伊達市出身、洞爺湖在住のヴォーカリスト藤河ちあきがお届けする、心のホッとする話題と音楽で一日をやさしい気持ちに♪



尾崎佳枝の“クラシック♡プロムナード”

(提供:晴美写真館)

尾崎佳枝・田附歩 火曜日 19:00~19:30

クラシックの名曲の数々とスプーン一杯の幸せをお伝えできれば・・・願っております。



ラジオ De ヨーガ

よもぎ 水曜日 14:00~14:30

こんにちはMugwort☘️Yogaのよもぎです。ヨガの魅力をたっぷりお届け致します！ヨガをもっと身近に、ため息を深呼吸に変えて心地良いヨガの時間を一緒に過ごしましょう！



久保タクマのブルースナイト

(提供:ダイコウ)

久保タクマ 火曜日 19:30~20:00

伊達市在住のブルースシンガー久保タクマが日々の事、音楽の事、ライブのお知らせ等をお届けします。もちろん弾き語りも。



登別発キャリアコンサルタントです。

西智子 水曜日 19:30~20:00

「働く応援♪」働くとしんどいことも多いけれど、楽しいこともありますね。皆さんの「働く」を色んな視点でお伝えします。



陽のあたる介護

(提供:ノースメディコ、介護タクシーうおーむはーと)

アッキー 火曜日 20:00~20:30

介護の情報や体験談、ゲストと共に温かな思いと言葉をお届けし繋がる皆さんと一緒に作り上げたい番組です。



MIT-NIGHT

MITラジオ放送部 水曜日 20:00~20:30

室蘭工業大学ラジオ放送部のメンバーが室工大生の今をリスナーの皆さんにお伝えする番組です。



ファイアでっぴ登別

沼田久人・藤枝淳史・猪股昌史 火曜日 20:30~21:00

登別消防の現役職員が、消防好きの人も消防を知らない人も楽しめる消防や消防団、防火、救急、まちのちょっとした話題などをお届けする番組です。



鈍色の街

KENTO 水曜日 20:30~21:00

室蘭市在住シンガーソングライターKENTOが、大好きな室蘭の街の魅力を楽しくお届けする番組です！



プチ☆ヒュプ

ことは 火曜日 21:00~21:30

ことはと色々お喋りしません？あなたの心の中にある、ちょっとした想い、ステキなお話、お待ちしております。



ヘンタイラジオ

遠藤奈津美 水曜日 21:00~21:30

ヘンタイ。それは普通の状態と違うこと。この番組では「好きが過ぎている」ことを「ヘンタイ」と定義します。あなたにもそんな一面があるはず。さあ、恥ずかしがらずに心を解放してください。



蘭子の開運ティータイム

(提供:蘭子チャタイム紅茶店)

加藤さや香 水曜日 10:00~10:30

蘭子チャタイム紅茶店オーナーで、紅茶コーディネーターの加藤さや香が、九星気学を用いた運勢や、紅茶についてお話しします。



FM76.4へのリクエスト・メッセージは...

E-mail 842@fmview.jp FAX 0143-84-1663

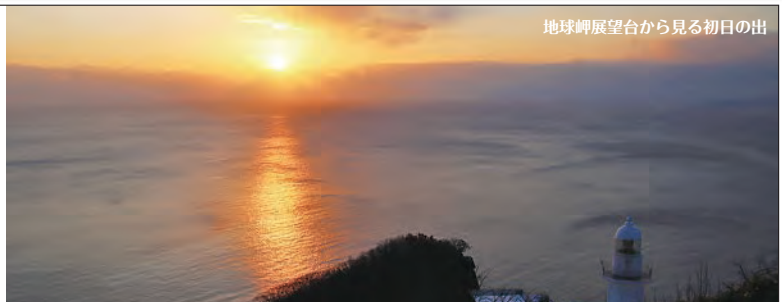
ハガキ 〒050-0084 室蘭市みゆき町 2-13-1 輪西多目的センター 4 F



Murooran

～まち・ひと・みなと つながりが未来を創る～

室蘭市



地球岬展望台から見る初日の出

室蘭市からのお知らせ

毎週月曜～金曜 朝 7:55 / 昼 11:47 / 夕 17:30

室蘭市からのお知らせ特大大号

毎月第1月曜日 17:39 同じ週の火曜日 12:44 / 水曜日 9:10 / 金曜日 17:39

とようラジオ

(提供:豊浦建設工業、噴火湾とようら観光協会、さんおん)
ミウミ・ゆうや 金曜日 10:00~10:30

とようらの「町・人・モノ」の魅力を深堀し、お伝えする30分。
ゆる〜く雑談も交えつつ、楽しくお届けします。



伊達人コミュニティ「つなぐむす部」

伊達人(だてびと) 木曜日 10:00~10:30

伊達市「みらい会議」「みらい塾」メンバーが、地域への想い溢れる30分をお届けします♪



おしゃべりCafe

(提供:桜井珈琲、菓子工房モンパリ)
金曜日 10:30~11:00

ちょっとおしゃれなカフェがFMびゅうで放送中。「サクライコーヒー」を飲みながら、あなたと一緒にお昼前のおしゃべりを楽しみませんか?



子育てのわ

高村泰子・右田永子 金曜日 14:00~14:30

臨床心理士・スクールカウンセラーと助産師がコラボでお送りしています。子育てや性教育に関する内容です。



FRI-HIGH !

T-MONKEY 金曜日 15:00~17:00

たのしい!何か気になる!心地よく耳に引っ掛かりながら、もうひと頑張りな週末の金曜日の午後を、明るくお届けします。



セブンスガーデン

坪川拓史 金曜日 19:00~19:30

室蘭に暮らす映画監督、坪川拓史が映画にまつわるトークと音楽をお届けする30分。豪華ゲストあり?



ご安全に!

ツ〜シ〜 金曜日 19:30~20:00

移動で使う交通機関のちょっとした利用マナーや知識を身に付けて「安全・快適に」過ごす為の30分。ちょっと懐かしいCM曲も流してしまいます。



ジオパーク、火山の恵み

荒町美紀 土曜日 9:00~9:30

有珠山・昭和火山の噴火の歴史や火山の仕組みを知ってもらい、防災への意識向上と共に、ジオパークの情報を発信し魅力を伝えていきます。



ウレシバ

(提供:株式会社EKOU)
日笠和也・佐藤弘太郎 木曜日 10:30~11:00

安心してくださるまち、自然を感じるまち、みんなで子育てするまち、蘭北の町の魅力を、新旧の住民の皆さんの生の声で紹介します。



お人柄ラジオ

(提供:ライフアップ癒庵)
横田晃一・波方元希 木曜日 11:00~11:30

ゲストをお迎えし、その「お人柄」をトークで掘り下げる30分。医療・福祉の魅力をお届けします。



Mサブリ

miwa・miki 木曜日 14:00~15:00

週の後半木曜日。そろそろ疲れて来たあなたへ贈る「心と耳への栄養補給」。



工大ナビ

(提供:室蘭工業大学)
井川康子 木曜日 19:00~19:30

室蘭工業大学の取り組みについて、様々なゲストを招いてお送りします。市民公開講座などのイベントについてもお知らせしています。



胆振リーダー's ラボ WEST

(提供:興和工業)
鈴木雄登 木曜日 20:00~20:30

毎週、西胆振の地域の中でリーダーシップを発揮している方を招き、リーダーシップ研究生の立場から話を伺いながら、地域の中で発揮するリーダーシップについて研究する番組です。



Soliste Music Sparking

(提供:マルプロ)
木村マサキ・ちはる店長 木曜日 21:00~22:00

室蘭ソリストのライブ情報や地域の音楽情報をお送りします。



■ 自社制作番組 ■ FMびゅうボランティア制作番組 ■ wi-radioボランティア制作番組です。

人が輝き まちがときめく ふれあい交流都市



登別市

- 登別市からのお知らせ
毎週 月曜日 7:57~17:32 木曜日 8:00~17:32
- 登別市からのお知らせ特大号
第3月曜日 17:39



さーどcareふれいす
シェアハウス
陽優館

他にはない陽がここにはあります。
他にはない優しさがここにはあります。
そして 他にはないcare がここにはあります。
ぜひ比べてください。

事業所名 さーどcareふれいす 多世代型シェアハウス陽優館
(車いす、認知症、障がい、介護が必要な方も入居可能です)

室蘭市石川町130-8 ☎0143-83-7031

フェアトレード雑貨・オーガニックコットン
ほしのおくりもの

ゲランドの塩(細粒塩)
セル・マリン
500g ¥982

フィリピン・ネグロス島産黒砂糖
マスコパド糖
500g ¥562

営業時間 11:00~18:30 facebookで「ほしのおくりもの」検索
室蘭市東町2丁目27-4 ☎0143-45-1690

蘭子チャタイム紅茶店

カレルチャペック紅茶取扱店

室蘭市寿町2丁目20番7号

営業時間 火・水曜日 11:00~19:00
木曜日 11:00~17:30
毎月最終土曜日 10:00~17:30
TEL 080-6066-0627

●JR室蘭駅東口から車で3分
●芝垣美男法律事務所隣
(ピンクの旗が目印です)

☎ ☎ 蘭子の開運ティータイム 毎週水曜午前10:00~放送中
FMびゅう 追いつめ風会員さま会員証ご提示でティーバッグ1個プレゼント

みんなのうた

(提供:伊達育英学園、くさばえ、明星学園)
沼田勇也・上田康郎 土曜日 9:30~10:00

日本の歴史のインデックスである童謡唱歌が未来に歌い継がれていくよう紹介していきます。

アクティブ!

星康洋 土曜日 10:00~12:00

「知りたい!」はそこにある。「聴きたい!」はここにある。週末を元気に楽しく過ごすための情報と音楽をお送りします。

大山慎介の「復活」北海道

(提供:野口観光、北海道田舎プロデュース)
大山慎介 土曜日 17:00~18:00 再放送 火曜日 10:00~11:00

「あなたが気づけば、地域が変わる。北海道が元気になる」身近な話題から北海道の今を見つめ、これらをリスナーの皆さんとゆったりとした雰囲気と一緒に考えます。

FMびゅうへの
リクエスト・メッセージは…

E-mail 842@fmview.jp
FAX 0143-84-1663
ハガキ 〒050-0084
室蘭市みゆき町 2-13-1
輪西多目的センター 4F

第一生命 ぴったりが見つかる保険

第一生命 ジャスト

第一生命保険株式会社

室蘭営業オフィス
〒050-0081 室蘭市日の出町 2-31-71 TOYO MURORAN OFFICE 2F
TEL 050-3782-0206代
「※お問い合わせの際は「050」からおかけ下さい。」

C23-407-0092 (2024.3.11)

このちがい
分かりますか?

あきらめないで!
ヨツヨツと養生することが“とても”大切!

①肌トラブル ②目の悩み ③がんの方の食養生
④不妊相談 ⑤ヘバーデン結節の悩みの専門店です。

「出愛に感謝! 毎日がパラダイスだZ」毎月第1・3金曜日 午後4時30分~放送中

相談处 ふなおか薬局 住 伊達市舟岡町323-3
営 10:00~18:00(火~金)
10:00~17:00(土・祝)
休 日曜・月曜
☎ 0142-25-7026

終活のススメ (提供:生前整理・遺品整理のアイ・キャリアー)

火曜日 13:15

自らの人生の終わりを考えることを通じて、自分らしく、今をよりよく生きるためのヒントを探します。

文化センターインフォメーション (提供:NPO法人室蘭市文化センター)

第1・3火曜日 12:15頃

室ガス文化センターで行われるイベントの情報などをお伝えします。

スタジオHOKUTO (提供:北斗文化学園)

第4火曜日 17:39

室蘭市にある「学校法人北斗文化学園」が運営する専門学校の先生や生徒に日頃の学校生活についてお話を伺います。

だてコミュ (提供:伊達市)

第2・3水曜日 12:30

毎週水曜日の「伊達市からのお知らせ」では伝えきれない情報を、担当者の声でより詳しくお伝えします。

だてラジ宅配便 (提供:伊達市)

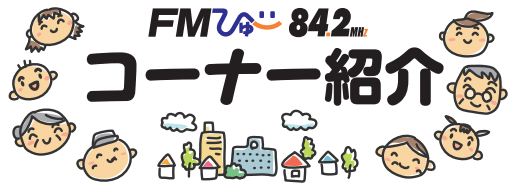
第4水曜日 12:30

伊達市の元気をみなさんにお届けする住民参加型番組です。

安心暮らしガイド (提供:室蘭福祉事業協会)

第3木曜日 9:10

室蘭福祉事業協会が運営する保育所や福祉施設のサービスやイベント情報などをご紹介します。あなたの暮らしに安心を。



子育て情報 (提供:室蘭市)

第1・2月曜日 13:30

子育てに便利な情報をお知らせします。

室蘭市からのお知らせ特大号 (提供:室蘭市)

第1月曜日 17:39 再放送 同週の火曜日 12:44 水曜日 9:10 金曜日 17:39

室蘭市からのお知らせを「より身近に、より詳しく」担当者の声でお伝えします。

かいぎしょ情報 (提供:室蘭商工会議所)

第2月曜日 17:39

“室蘭商工会議所”会員の方とのトークや商工会議所からのお知らせをご紹介します。

登別市からのお知らせ特大号 (提供:登別市)

第3月曜日 17:39

登別市から、より詳しいお知らせ、防災情報をお伝えします。



冬の大滝三階滝

みんなが豊かさを感じられる
市民幸福度最高のまちへ



伊達市

●伊達市からのお知らせ

毎週 水曜日 朝 7:57 タ方 17:32

●だてコミュ

第2・3水曜日 昼 12:30

●だてラジ宅配便

第4水曜日 昼 12:30

「自然・ひと・まち」が響き輝くそうべつ
～火山のもたらした、めぐみの郷～



壮瞥町

●壮瞥町からのお知らせ

木曜日 7:57 金曜日 17:34



一般社団法人 室蘭交通安全協会
☎(0143)46-1636

交通安全協会に加入して交通安全運動にご協力ください



オンライン学科実施中

一般社団法人 室蘭交通安全協会 北海道公安委員会指定

室蘭総合自動車学校

〒059-0036 登別市美園町4丁目23番地2 TEL: 0143-86-6125



市民会館イベントガイド (提供: 室蘭市市民会館)

第2・4木曜日 13:01頃

“室蘭市市民会館”のイベント情報をご紹介します。

民商経営塾 (提供: 室蘭民主商工会)

第3木曜日 13:30

商売に役立つヒント、事業を続けるコツ、事業を始めようとする人にも役立つ情報がいっぱい。そして商売人の悩みも解決します。

ラジオ Oh~! かわら版 (提供: 大川原脳神経外科病院)

木曜日 17:39

大川原脳神経外科病院の各部署のスタッフに焦点をあてて、お仕事内容やプライベートを楽しく紹介します。

出愛に感謝! 毎日がパラダイスだZ (提供: ふなおか薬局)

第1・3金曜日 16:30

広告に掲載された健康に関するヒントを、さらに楽しく深堀りします。

いきものいんくの今日もどこかでいきものさがし (提供: 豊伸美装)

第3・4土曜日 10:37頃

NPO法人「いきものいんく」代表の加藤康大さんが、自然・いきもの・子供たちへの教育についてお話します。

FM78.6へのリクエスト・メッセージは…

E-mail 842@fmview.jp FAX 0143-84-1663

ハガキ 〒050-0084 室蘭市みゆき町2-13-1

輪西多目的センター4 F



けあらしの豊浦漁港

いい人 いいまち 明日を拓く



豊浦町

●豊浦町からのお知らせ

金曜日 朝7:57 タ17:32



うみ
湖海と火山と

緑の大地がむすびあい

元気をつくる交流のまち



洞爺湖町

●洞爺湖町からのお知らせ

毎週火曜日 朝7:57 タ17:32

イベントカレンダー

胆振管内イベント情報

※イベントは変更や中止になることもあります。

1

1月1日(祝)
1月10日(土)～
3月29日(日)
1月11日(日)
1月11日(日)
～1月12日(祝)

1月24日(土)

地球岬初日の出 (室蘭市 地球岬展望台周辺)
だて歴史文化ミュージアム市民コレクション展
「複製浮世絵版画」(伊達市 だて歴史文化ミュージアム)
令和8年登別市二十歳のつどい (登別市 登別市民会館)
令和8年伊達市二十歳を祝う会(伊達市 カルチャーセンター 大ホール)
だて歴史文化ミュージアム企画展
「伊達市の遺跡案内ー遺跡でひととく、伊達市の1万年ー」
(伊達市 だて歴史文化ミュージアム)
藍染ワークショップ「ろうけつ染めをしよう」
(伊達市 だて歴史文化ミュージアム)

2

2月3日(火)・4日(水)
2月3日(火)～12日(木)
2月8日(日)
2月8日(日)
2月8日(日)
2月20日(金)～22日(日)
～2月28日(土)

登別温泉湯まつり (登別市 登別温泉)
洞爺湖温泉冬火花2026 (洞爺湖町 洞爺湖汽船本社前棧橋前)
第45回むろらん冬まつり (室蘭市 だんぱラスキー場)
第36回おおたき国際スキーマラソン(伊達市 大滝総合運動公園)
第17戦 伊達雪まつり冬の陣 (伊達市 だて歴史の杜多目的広場・カルチャーセンター)
藍染講習会 (伊達市 だて歴史文化ミュージアム)
J R洞爺駅前イルミネーション (洞爺湖町 J R洞爺駅前)

3

3月上旬
～3月22日(日)
～4月27日(月)

カルルス温泉冬まつり (登別市 サンライバスキー場)
だて歴史文化ミュージアム企画展「世界文化遺産 北黄金貝塚」
(伊達市 だて歴史文化ミュージアム)
イルミネーショントンネル (洞爺湖町 にぎわい広場)

新年度会員募集開始!

FMびゅう 追い風
サポーターズクラブ

FMびゅうの追い風になって応援してください!

FMびゅうを応援してくれている人なら誰でもOK。地域年齢性別個人団体一切問いません。お問い合わせ、入会申込みいただける方に詳しく資料をお送りいたします。

■「追い風」メンバー特典

※の特典は2口以上からとなります。

- 会員証発行
- FMびゅうオリジナルグッズプレゼント※
- 提携会社利用等によるサービス特典
- 会員限定情報発信(会報など)※
- 誕生日おめでとうコーナーでお名前をお呼びします(7:43頃 11:54頃 17:26頃)
- 番組表ぶれびゅう 発送※

■応援金(年会費)毎年4月～3月を一年度とします

- 入会金 無料(年会費以外の費用はかかりません。)
- 年会費 1口 1,000円～
(何口でもご参加いただけます。)

■入会方法

○次のいずれかの方法でご連絡ください。後ほど申込書・規約等を送付いたします。

- Eメール oikaze@fmview.jp ●FAX 0143-84-1663
- はがき 〒050-0084 室蘭市みゆき町 2-13-1
輪西多目的センター4F
「FMびゅう追い風」係

○次の事項をご記入ください。

- 件名「追い風入会係」 ●氏名 ●住所
- 年齢、誕生日 ●電話番号 ●Eメールアドレス



防災士 荒町美紀の

～今すぐ誰かに教えたい～

「ドヤ顔」防災サバイバル術

今回のテーマは…

Vol.2 災害時の寒さ対策

北海道は災害時に寒さ対策が必須!

身の回りのもので出来る寒さ対策を紹介します!



新聞紙

実は保温性が高い新聞紙。半分に折った新聞紙をお腹にぐるっと巻き、その上からラップを巻き付けると保温性大。身体が冷えるのを防いでくれます。

ごみ袋

家庭に必ずあると言っても過言ではないごみ袋。

底部の中心を、頭を通せる程にカットして、さらに左右を腕を通せるようにカットすれば、防寒上着として活用できます。



荒町さん制作の「ジオパーク、火山の恵み」は、毎週土曜日 朝9時から放送中!

FM² 開局、運営にご賛同いただいている皆様

※ご要望がない限り、2008年開局当時の名称・氏名で掲載しております。

■ 資本参加(増資参加) <企業、団体>

浅水建設(株) アップデータ (株) フター IKENO RENTAL SERVICE 石原建設(株) 医療法人社団伊修会大11原脳神経外科病院 (有)一平本店 (株)伊藤工業 (有)イー・フロント NPO法人ウイメンズネット・マサカーネ (有)エモーション (株)内池建設 オフィスマシン販売(株) 学校法人伊達育英学園 (株)カネサン佐藤水産 医療法人社団神島整形外科医院 キクヤ家具店 (株)楠本 くにもと内科循環器科 (有)グランディール (株)耕電設 興和工業(株) 佐藤設備工業(株) さくら歯科 (有)ジェイ・キープ しんしゃん共和国商店街振興組合 (株)寿浅 須藤建設(株) 住まいのウチケイ セイコーマート(有)なりた高田ダンスセンター (株)伊達漁場 (有)チバ (株)津田頌緑 津田建設(株) 東海商事(株) 都都防災設備工業(株) (株)道南事務機器 道南清掃(株) (有)ドラゴン(株)中井英策商店 中島商店 なかじま商店街振興組合 中島中央商店街振興組合 (株)日光印刷 (株)日光美装 (有)野呂商会 (株)ハシモト (有)ハツヤビル 早坂産業(株) (株)平林紙店 藤川建設(株) ふなおか薬局 (有)ベストクリエイト (株)ベストクリエイト ぽてくりエイトサポート 北海印刷(株) ホットライブ(株) (株)ボディショップあきやま 本所工業(株) (株)牧野 (株)丸勇小笠原緑化 矢乃商會(株) (有)ヤマコしらかわ よしおか葬祭(株) 輪西商店街振興組合 輪西中核施設協同組合

■ 資本参加(増資参加) <個人>

秋山貴夫 東川充 阿部友暁 井川健三 井川祐三 石田佳久 石戸谷勝治 伊藤修 伊奈綾 上田康郎 大坂谷吉行 大嶋智博 大場博海 金谷一雄 菊池晃子 京都大介 國本一夫 栗林和徳 駒木佐助 齋藤誠 坂本祐一 貞川俊郎 芝垣美男 鈴木雄二 関本国彦 平武彦 高桑勝利 高橋正臣 高秀隆 武田公 土井千鶴穂 鳥山見 長田照代 西田敏文 奈良泰哉 沼田和夫 沼田早苗 秦野亮治 日浅健 東野純也 前澤佐土史 前野弘美 真境名達哉 松岡健一 松永英樹 丸山博 三上高鋭 三木真由美 三原澄子 宮地隆夫 森川亮 森田邦義 安田史生 吉岡貞夫 若林勇

■ 協賛協力 <企業、団体>

(有)アイシジャパン アイランド観光 (株)東川 (株)荒川設備 医療法人社団有賀眼科医院 アールベルアンジェ室蘭 石田テンレイ (株)イースト住宅情報市橋ファームクリニック NPO法人ウイメンズネット・マサカーネ 内山動物病院 (株)ウロコ 絵柄町会 (株)NTT東日本北海道室蘭支店幹部会 (株)NTT東日本北海道室蘭支店有志一同 笑の会 (有)エモーション (株)エルム楽器室蘭店 (有)エレク大保 大高静美(株) おぼんざいぬまつ蔵 学校法人海星学院高等学校 カットスロート カットハブスプライウィツ (有)カーフレンドうえはら 河辺石油(株)室蘭営業所 川村商店 喫茶トライアングル 規久太板金店 (株)藤鋼業 キュリアス 協栄塗工(株) 共成土木(株) (株)孔雀グループ くがはら内科クリニック (株)楠本 マクマコム くみ美容室 (有)グラセモア 栗林機工(株) (株)栗林商会 黒光建設(株) 小林はろ灸治療院 駒井桂何祝礼士事務所 桜井珈琲 (有)酒本商店 (有)佐々木生花店 (有)佐々木電装店 (株)三冷設備工業 JA伊予市 (有)秀美堂 (有)祝津工業 祝津商店会 (株)ジョブサポート (株)住まいのウチケイ 鷺見直人税理士事務所 (有)スワンモーター 社会医療法人製鉄記念室蘭病院 清洋軒 (有)ゼリスPICA(株) 第一生命保険(株)室蘭中央営業オフィス 高橋衛生工業(株) 高橋清掃(株) (株)タカナギ 卓夢会 (有)伊達納豆 (有)谷藤商事 (有)津野塗装 東栄(株)札幌支店 東海建設(株) 道南事務機器 道南バス(株) 内藤食品工業(株) (株)ないもと本店 (有)中山石材店 (有)中田商会 (有)新岡燃料 (株)日換商会 日鋼運輸(株) 日鋼検査サービス(株) 日鋼工営(株) 日鋼デザイン(株) 日鋼マシナリー(株) 日鋼室蘭サービス(株) 日本航空 (株)日本製鋼所 日本製鉄(株)室蘭製鉄所 日本製鉄室蘭労働組合 登別アマチュア無線クラブ 登別温泉(株) 一般社団法人登別国際観光コンベンション協会 登別市文化協会 (株)博信建設工業 橋本流みゆき太鼓 (有)花工房夢 早坂産業(株) ハルファン (株)曳家建築物不陸調整英秀外崎 (有)ヒット総合保険事務所 日の出運輸(株) 平口建設(株) ピンポンパン ブティック花 (有)ブライト (有)北海スキャロップ 北海道コカ・コーラボトリング(株) (株)北海道新聞社 北海道スバル(株) 社会医療法人会恋日記念病院 社団法人北海道臨床検査技師会室蘭地区会 (株)牧家 (株)ほっこりハウス (有)ポデーオート管原 (株)松原はなや芙蓉ホール (株)マークスエージェンシー (有)水谷エジナリング (株)ミナミ 三井住友海上火災保険 みくへ亭 (有)村上印刷 むろらんあやめ会 北海道大谷室蘭高等学校 室蘭音楽文化協会 室蘭海上保安部有志一同 室蘭ガス(株)有志一同 一般社団法人室蘭観光協会 一般社団法人室蘭交通安全協会 (株)室蘭魚市場 公益社団法人室蘭市医師会 一般財団法人室蘭市勤労者共済センター NPO法人室蘭市市民会館運営委員会 公益社団法人室蘭市シルバー人材センター 一般財団法人室蘭市スポーツ協会 室蘭登別BBS会 室蘭市文化センター指定管理者協同事業体 (株)室蘭市民斎場雲上閣 室蘭信用金庫 室蘭信用金庫輪西支店 (株)室蘭製罐 室蘭地方自民会の会 公益社団法人室蘭地区方法人会 室蘭はだしっこ共同子供園 室蘭花の丘パークゴルフクラブ (有)室蘭P.R印刷 室蘭東ロータリークラブ (株)室蘭民報社 (株)室蘭ネッパス (有)めりある (有)山田下機械店 (有)山地不動産企画 (有)山地不動産企画常口アトムFC東室蘭店 (有)山地不動産企画常口アトムFC室蘭登別店 (株)大和電機北海道 (株)やまもと 湯人家 NPO法人夢工房とそまーやくらぶ 吉田民商商会 連合北海道室蘭地区 (株)ローヤル (株)わかざいも本舗 輪西商工懇話会 WARUNG GEMBIRA

■ 協賛協力 <個人>

赤岡久子 阿部アツ子 阿部政吉 天地宮結 井形真一 石垣恵 石黒善美 石崎勝男 石崎勝彦 石田佳久 泉海輝 伊瀬勝人 市川真紀子 市谷みな子 一戸美佐子 伊藤ひとみ 猪俣亮子 宇生修造 岩田弘志 内池孝子 内池孝年 内池千枝子 内池永年 上原光男 上村仁司 大川誉夫 大里栄一 大里比呂 大柴ふくみ 大場次郎 大森啓史 大和田和子 岡部良道 岡本学 小野寺芳子 小山田良彰 柿崎百合子 片山里江 加藤勝三 加藤さや香 加藤徳治郎 加藤美次 上戸喜代彦 亀尾太治 川合貢 川浪良吉 川村ひとみ 菊池晃子 菊池進一 菊池弘子 北川浩一 楠本啓子 工藤真史 工藤よ子 黒須高 黒田秀雄 黒田保弘 小林進 小針憲司 斉藤郁生 斉藤修弥 斉藤弘子 斉藤義寛 坂井よしい 坂口聡 坂本莉枝 佐々木勉 佐々木光子 佐竹梢 沢田和子 穴戸子 柴田孝 柴田登雄 渡田照子 清水幸司 神江江 頭川昌次 杉林公雄 鈴木里子 鈴木久枝 鈴木久子 関本三樹男 瀧井佐和子 高田豊一 高野球雄 高橋英雄 高橋麗子 田邊和宏 谷口洋平 田村幹男 田村リツ子 近井千鶴子 千々石博 土谷勝美 土谷勝 土屋めぐみ 坪井國夫 手塚春子 土井千鶴穂 土門正廣 内藤幸恵 永沢妙子 長嶋隆徳 永末秀子 長田照代 中野勝美 中野静子 中野博文 中浜隆次 永刈和男 仲村芳江 中村義男 中山秀次 奈良玲子 新井田重司 二階堂隆 仁岸トモエ 西河小智子 西山富士 庭山淳子 庭山裕子 沼尾吉紀 橋詰昌明 畠山幸一 花岡登子 原善行 松垣忠則 平鹿裕子 福田勝吉 藤田哲 藤田満 舟野幸男 細川美代子 堀井聡 堀陣綱 前野弘美 岡賀田萬壽子 牧野順子 正岡明美 証木孝一 松村吾一 水谷裕博 三政美智子 実松明 三村流三 三村美代子 宮川喜楓 村上孝志 村上盛平 村田佳樹 村田博 持館克子 守谷弘 柳原彰子 山形明政 山口雄平 山下美由紀 山本和子 山本定弘 山本司 雄飛樹大 遊佐潤 横山一彦 吉岡正弘 吉田淑恵 吉田良廣 米田有邦 奇木清二 我妻陽子 渡辺英子

(その他にもたくさんの方に賛同いただいています。)

令和8年1月1日現在(50音順 敬称略)



MITSUBISHI
MOTORS
Drive your Ambition



SUZUKI



NEW PELICA
2025 WINTER Debut



タイクツしないSUV
X-BEE
クロスビー

スピードは控えめに。
エコドライブで環境に
やさしく。

南北海道三菱自動車販売(株) 室蘭市寿町 2 丁目20番 1 号 TEL0143-45-3311 南北海道スズキ販売(株)



望月製麺所 やきそば & えんまのなみだ



特製焼そば (2食入)

420g (めん180g×2)、ソース付
細麺だけで1食180gとボリュームたっぷり。子供にも食べやすい細麺でソースは誰からも愛される定番の味

北海道産小麦 生焼きそば (2食入)

120g×2 ソース付
中太ストレートの生麺から作るモチモチ食感の焼きそばです。小麦の味が口に広がります。



えんまのなみだ

「のぼりべつ閻魔焼きそば」に合わせたラー油です。辛いけど旨いえんまのなみだをお試しあれ!

株式会社望月製麺所

北海道産小麦に特化し、素材が引き立つ麺づくりにこだわり続けて半世紀! 生らーめん、うどん、そば、生パスタなど、お客様からお年寄りまで、安心してお召し上がりいただける美味しい麺を工場より全国へお届けします。

- 住所: 〒059-0001 登別市新栄町1番地14 ●TEL: 0143-85-2236
- 営業時間: 8時~17時 ●定休日: 日曜日
- ホームページ: <https://mochizuki-seimen.com>



オンラインショップ
<https://mochizuki-seimen.shop/>



Instagram
@mochizuki_seimen



X
@mocchan_noodle

応募方法

お名前、住所、電話番号、FMびゅうへのご意見・ご感想を記入の上「ぶれびゅうプレゼント」係までご応募ください。
宛先: ハガキ 〒050-0084 室蘭市みゆき町2-13-1 輪西多目的センター4F FMびゅう FAX: 0143-84-1663
応募締切: 2026年3月31日必着 ※当選は商品の発送をもって代えさせていただきます



新型ROOX 日産ルークス

NISSAN 北海道日産



その安心で、 企業とともに未来をつくる。

大同生命は「中小企業とともに歩む」という
社会的使命に基づき

中小企業の事業継続や成長・発展をご支援することで、
「期待を超える価値」をお届けする“中小企業に信頼されるパートナー”を
目指してまいります。

DAIDO 大同生命

北海道支社 苫小牧営業所

苫小牧市表町2-1-14 王子不動産第3ビル TEL 0144-32-8872

FUJIFILM
富士フイルム BI
特約店

オフィスでのお困りごと ありませんか?

そろそろ複合機の
更新の時期
だなあ

複合機で印刷後、
製本加工や丁合
人がないなあ

安い
コピー用紙
ないかなあ



オフィスの
セキュリティ
大丈夫
かなあ...

特殊紙・
色上質紙
カラー封筒安く
買いたいなあ

カラー・モノクロ複合機からソフトウェア、コピー用紙まで
お客様のビジネスパートナーとしてお手伝いいたします。

お気軽に
ご相談ください

BEST PRINTING
株式会社 日光印刷

☎47-8308

本社・工場 室蘭市寿町2丁目3番1号
支店 札幌・伊達・登別

日光印刷

検索

<https://www.nikko-print.com>



世界を支える 仕事をしないか？



Material Revolution®

「Material Revolution®」の力で世界を持続可能で豊かにする。

JSW M&E

日本製鋼所M&E株式会社

〒051-8505
室蘭市茶津町4番地
TEL 0143-22-0143



ホームページは
こちら



空飛ぶクルマを
実現する夢の結晶



刀鍛冶は総務課長！



札幌トヨベツは4月1日から生まれ変わりました。

AGH
アンビタスグループ北海道
AGHTヨタ札幌株式会社



室蘭店HP



伊達店HP

解体工事 外構工事 土木工事

- 車庫、ガレージ、物置の解体
- 庭木、ブロック塀等の撤去
- コンクリートの中間処理
- 一般住宅、社屋の解体

小さな工事から
大きな工事まで
お気軽にお問い合わせ
ください!!



安全確実
見積無料

有限
会社

ちりき産業

北海道知事許可(般-7)胆第3487号 産業廃棄物収集運搬業許可第0100067642号

☎ (0143) 25-4577

室蘭市祝津町1丁目11-1 FAX 25-4588



FMびゅーパーソナリティの声で
あなたの地域に伺います！

びゅーステッカー
が目印！

こちらは、道と環境資源回収車でござい
ます。ご自宅に古新聞、古雑誌、空きビンな
どございましたら、ごみ袋、ティッシュペー
パーなどとお取替えいたします。

誰の車がお楽しみもよく聴いてみてね！



室蘭・登別・伊達の資源回収ならおまかせください！



道と環境

(室蘭) 0143-59-6699

伊達市南黄金町30番地

**急募
運転手募集中！**

25年の感謝を100年の安心へ。

心地よさの 正解を建てる。

住まいのウチイケは

胆振の地で700棟以上の家づくりを重ね

25周年という節目を迎えることができました。

この四半世紀を支えてくださった地域の皆様に

心より感謝申し上げます。

私たちが一貫して大切にしてきたのは

お客様の要望にお応えし

「性能」と「デザイン」が両立した

長く愛される住まいを建てること。

家は、建てて終わりではなく、暮らしと共に価値が育ちます。

だからこそ、30年、50年、100年先まで誇れる家を

これからもつくり続けたいと考えています。

昨年より札幌にも拠点を設け

道内三拠点から皆様の暮らしを支える体制になりました。

地域と共に歩み、地域と共に未来をつくる。

その姿勢は、これから先も変わりません。

これまで、そしてこれから。

住まいのウチイケは

「心地よさの正解」をご提供し続けます。



日本トップレベルの断熱性能

平均 UA値 $0.18W/m^2 \cdot K$

※Ua値は低いほど断熱性能が高い

ハウス・オブ・ザ・イヤー・イン・エナジー



2018・
2021年度

大賞受賞

道内企業初！二度の日本一に。

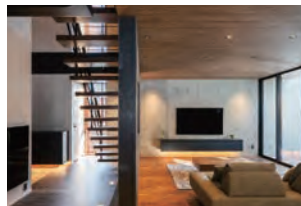
住まいの最適解を建てる

意匠と性能の両立

要望に寄り添った、自由な間取り設計

見て、触れて、感じることから始めませんか？

モデルハウスで、皆様の理想の「心地よさ」をお聞かせください



エネルギーを
自給自足する家

ZEH×V2H
室蘭常設
モデルハウス

北海道室蘭市八丁平3丁目33



“暖”指先まで暖かい
帰りたくなる住まい

苫小牧常設
モデルハウス

苫小牧市ウトナイ北10丁目9番6号

住まいのウチイケ

本社

〒050-0061 室蘭市八丁平5丁目44番5号
電話番号: 0143-42-4118 FAX番号: 0143-42-4128

苫小牧支店

〒059-1306 苫小牧市ウトナイ北11丁目1番1号
電話番号: 0144-84-5655 FAX番号: 0144-84-5660

ホームページ

採用情報発信中

Instagramで
情報発信中

