

FM  と  ラジオを
文字で伝える番組表
ふれびゅ〜

2026

春

Preview FM



 wi-radio 77.6MHz
ご自由にお持ち下さい

TAKE **FREE**

特集



朝  早くから
食  べられる店

メッセージ・リクエスト受付中!

Eメール 842@fmview.jp FAX 0143-84-1663

●番組表(2026年4月~6月) 発行:室蘭まちづくり放送株式会社 発行日:2026年4月1日 発行部数:15,000部

室蘭市・登別市
伊達市の

住宅リフォーム専門店 です!



一緒に過ごす時間が、もっと愛おしい

うちの子

猫 犬 想いのリフォーム はじめよう

ご主人との
暮らしが
一番の幸せ

かけがえのない家族を支える愛情を
毎日の安心に繋がる空間づくりに
私たちと一緒にカタチにしませんか?

足腰に安心な床

滑りにくい!
快適な歩行に
配慮

粗相の汚れによる
変色を抑えるので
お手入れラク

画像はイメージです

工事費
ゴゴゴ **15.8**万円~

NODA

カナエールC12 Jベース
WフィットVC

6畳間 (税込173,800円~)

鋭い嗅覚に
優しい空間

ニオイを
パツと
消臭



画像はイメージです

工事費
ゴゴゴ **11.9**万円~

LIXIL

エコカラットプラス

6㎡ (税込130,900円~)

水拭きOK
いつでも清潔

移動の自由を
叶えるドア

ご主人を
探せる
安心感



開けてって言わなくても
パツと通れる♪

工事費
ゴゴゴ **11.3**万円~

DAIKEN

ペットドア
ieria (イエリア)

(税込124,300円~)



塗装

外壁

屋根

窓

玄関ドア

お風呂

キッチン

給湯器

見積無料

相談無料

北海道知事許可(般-7) 胆第05383号

ほっぴりフォーム 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 【営業時間 9:00~17:00】

もくじ

Preview
2026
春

もくじ	2
特集 朝早くから 食べられる店	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
ドヤ顔 防災サバイバル術	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 遠藤奈津美が菊地寝具店で
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。

べったんこの枕を使い続けていたので、睡眠の質は低かったと思います。オーダーメイドはハードルが高いかなど思っておりましたが、寝ても寝ても疲れがとれない現状をなんとかしたく、作っていただきました！
サイズ測定・素材選び・普段の寝る姿勢についての相談など、親身に対応してくれます。



驚いたのが素材(まぐらの中身)の豊富さ！自分の好みに出会えるまで、たくさんお試させてくれます。私のお試しは「パフ」でした。



もとも寝起きが悪いこともあり、2度寝どころか5度寝くらいする私。初めてこの枕を使ったとき、なんと一度で起きたんです!!深くて質の良い眠りだったのだらうと感動しました。睡眠の大事さを改めて感じましたね。

あなたもピローアドバイザーがいる菊地寝具店で
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。

この子、もう手放せません!



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 (0143)
open10時/close18時 室蘭市中央町2-3-20 **22-9461**



特集



朝食早くから 食べられる店

何となく起きた朝も、
否応なく起こされた朝も、
同じ朝なら食べなきゃ損。
だって朝なら食べなきゃ。
春の日差しに誘われて
素敵な朝食いかがでしょ？

「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。

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、
持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)



有限会社グランドィール TEL : 0143-47-0410 室蘭市中島町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



スペシャル モーニングset

トースト、サラダ、半熟卵、
生ハム、あんこ、
カスタードプリン、ドリンク付
1,000円

仕込みにこだわるシャキシャキ
サラダやあんこ&プリンも付く贅
沢セット。



キャブ

CAVU

スパイスカレーと優しい空間
室蘭では希少なモーニングも

老舗ひしめく喫茶のまち・名古屋で修業した2人の店主が営む、居心地
の良いカフェが昨年オープン。

丁寧に仕込む個性豊かなスパイスカレーのほか、固めに仕上げたカス
タードプリンもしっかりとした舌ざわりが幸せな逸品。



カウンターのほかソファ席も多く
落ち着いたくつろげるのが嬉しい。

住所/室蘭市中島町3丁目29-1 電話/なし
営業時間/8:00~LO20:30

(火木は~LO18:00、土日祝は~LO16:00)※貸切利用も応相談

定休日/不定休
駐車場/提携駐車場あり
SNS/Instagram:@cavu_muroran

おすすめ!



道産チキンカレー 800円

玉ねぎと牛乳の甘味とスパイスの辛みのバラ
ンスが良い一皿。うずらの卵やラベ、野菜の素
揚げなどその日の付け合わせも美味。

Access Map



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



イチオン!

朝らーめん

味噌・塩・醤油

各900円 ※写真は醤油

優しい味わいながら腹持ちのいい、朝にピッタリなバランスのとれたラーメン。



店主とのトークも魅力のひとつ。

住所/室蘭市輪西町2丁目5-1

ぶらっと。てついち内

電話/090-5959-8438

営業時間/月火水木土祝

7:30~14:00/

16:30~19:00

金 11:00~14:00/

16:30~19:00

日 7:30~14:00

※7:30~11:00は朝メニュー、
16:30~19:00は夜メニュー
でのご提供となります。

定休日/不定休

駐車場/ぶらっと。てついち駐車場を
ご利用ください

SNS/x: @teppeivanishi

Instagram: @teppeivanishi

らーめん 鉄平



らーめん専門店だが、それだけではない魅力!

創業25年の無加調、道産小麦100%のらーめん専門店。

「毎日食べられるらーめん」をテーマに、あっさりとした飲み口のスープと望月製麺の食感のよい特注麺が特徴。

カードゲームなどラーメンだけに留まらぬ店主のアイデアも魅力。



おすすめ!

素らーめん 味噌・塩・醤油

各800円 ※写真は塩

物価上昇が続く昨今、店主の「少しでもリーズナブルにラーメンを食べて頂けないか?」という発想から生まれたメニュー。

Access Map



大好評! ひざへの負担を軽くする
ひざにやさしいシューズです

あなたのひざを快適に。

ニースアップ

KNEESUP



創業 昭和24年 おかげさまで77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



チョコバナナ

マウンテン

パンケーキ

ラ・マルシェに

追まはパンケーキ

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

イチオシ!

店主おすすめセット

かけそば+お好きな天ぷら1個+
おにぎりorライス付

620円

かけそばにはわかめが付いてく
るのも嬉しいコスパ◎のセット。



おすすめ!



おそばに合う太巻きやいなりなどサイドメニューも充実。お店で
手作りする5種類の天ぷらは紅しょうがが圧倒的人気。

松そば

お客様の8割以上が常連さん
夫婦で営む真心立ち食いそば



掃除が行き届き清潔感のある店内。
時間を問わずお客が訪れる。

開店と同時に常連客で賑わい、工場勤務の交代時間には仕事上りの
人とこれからの人でごった返すのが日常。若くして料理の世界に入り、
全道のホテルで修業を重ねてきた店主のおそばは、「早い・安い・旨い」
で市民に愛されている。

Access Map



住所/室蘭市中央町1丁目 北拓第1ビル1F

電話/0143-24-8080

営業時間/6:30~14:00 定休日/日曜 駐車場/なし

時計・メガネ・宝石・補聴器

店内全品

特別価格!

※一部除外品あり

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 ■一級眼鏡製作技能士
■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
— TANAKA — 年中無休
— 登別市美園町2丁目1-1

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

海をつくるアート体験

オーシャンレジアート体験教室

随時受付中

初心者歓迎・手ぶらOK

料金 5,000円~ (材料費込み)

所要時間 約3時間

coco-kara
~ Ocean Drops ~

日本レジュクラフト協会認定講師

伊達市南黄金町 ☎090-6562-4176



@RE.JE.COCOKARA



adex BAKERY&CAFE

朝日が入るカフェで朝食を
ランチ&バー利用もおすすめ

朝から焼き立てパンと挽き立てコーヒーを提供する、登別温泉初のベーカリー
& オールデイカフェ。各席に電源があり、観光はもちろん作業スペースとしての
利用也大歓迎。ランチはフレンチの技が光るパスタにも注目を。



おすすめ!

ラミントン

1個 150円

飲泉を使いしっかりと仕上げた
スポンジケーキを、チョコとココ
ナッツでコーティングした、オース
トラリアの伝統菓子。コーヒー
との相性も抜群。



アデックス スペシャル 1,350円

コーヒー (ホットorアイス) 550円

肉汁豊富なローストビーフに、わさびマヨ×ボルチーニソース×
クリームチーズが調和する逸品。

住所/登別市登別温泉町76-2 電話/0143-84-2205

営業時間/8:00~22:00 (LO21:30)

定休日/なし 駐車場/2台 SNS/Instagram :@adex.inn

Access Map



ゆったりとスペースがとられ
木のぬくもりを感じる開放的な空間。

追風
特典

~6/30まで、ドリンク10%割引



MITSUBISHI
MOTORS

Drive your Ambition



DELICA

心がもっと躍動する場所へ。

スピードは控えめに。
エコドライブで環境に
やさしく。



NOMADE
Jimmy



SUZUKI

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)



イチョシ

bocca の焼きたて
フレンチトースト

ドリンク付

825円

※8時～15時までの提供

ヨーグルト

※写真はシーザーサラダ

550円

※8時～11時までの提供

外カリッ中ジュワなボリューム
満点フレンチトースト！ヨーグルト
とセットで最高の朝食を！



洋麺茶屋 牧家 伊達店

牧家の乳製品の美味しさと
地元の魅力が詰まったレストラン！

自社の乳製品や伊達産の野菜など、地元の食材にこだわった牧家の直営
のレストラン。

8種類のカルボナーラをはじめとしたパスタやスイーツが楽しめる。



木の温もりを感じさせる店内は
農家の納屋をイメージ。



カルボナーラ(ベーシック) L 1,540円、M 1,265円、S 825円

だて牛乳とパルメジャーノチーズをたっぷり使用した濃厚なクリームソース。
牧家直営だからこそできるカルボナーラです！

住所/伊達市梅本町57-1 電話/0142-21-4040

営業時間/8:00~24:00(オーダーストップ 23:30)

※8:00~10:00はモーニングメニューのみのご提供
(10:00より通常メニュー)

定休日/無休 駐車場/道の駅「だて歴史の社」駐車場をご利用ください。

HP/<https://www.bocca.co.jp/> SNS/Instagram:@bocca_pr

Access Map



貸

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

株式会社
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



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 月曜(第1月曜は休)、火・水曜日

11:00~19:00

木曜日 11:00~17:30

TEL 080-6066-0627

●JR東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)



最新情報
発信中!

FMびゅう 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 一追い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

視界が広がる。私も広がる。
新型 日産ルークス
誕生。



New
ROOX
DEBUT!

伊達店・室蘭店 限定企画

クリーンフィルター交換
(プレミアム)

+

エアコン洗淨
12ヵ月施工

キャンペーンセット価格

通常価格:15,290円のところ

価格(工賃込・税込)

12,650円



北海道日産



室蘭店HP



伊達店HP

ご予約は、二次元コードかお電話にて、
お願いいたします。

伊達店 TEL 0142-23-4112

室蘭店 TEL 0143-44-2101

地域おこしのスペシャリストが語る 北海道密着番組

11年目に
突入!

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

実はこんなに
真面目じゃない
そして
疲れ切っている?



おおよま 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。

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**

住所 登別市中央町2丁目17-43 **電話** 0143-84-6850

**草刈り・不用品の処分・清掃
 営繕・引越し・遺品整理 など**

毎日の暮らしをよりよくするお手伝いや、
 一人では解決が難しい問題などをサポートいたします。

人手が必要な時、人員の派遣も致します！

**お気軽に
お問合せください！**

厚生労働大臣許可 一般労働者派遣事業許可 派01-301225
 軽貨物自動車運送届出 古物商許可 第101220000333
 一般社団法人遺品整理士認定協会 遺品整理士・遺品査定士



**株式会社
ジョブサポート**

室蘭市東町2-6-7 H.yamaji Buill 2F

ご依頼・ご相談は

(株)ジョブサポート ホームヘルプ事業部

0120-105-163

(電話受付:8:30~17:00 ※土・日・祝除く)

[本社]Tel.0143-41-6080

公益財団法人北海道暴力追放センター賛助会員

みんなのハイウェイに、みんなのマナーを。
HEARTFUL HIGHWAY



⚠️ 高速道路は一方通行!
進行方向の確認を。



⚠️ 落下物は事故のもと!
積み荷の固定をしっかり。

事故や故障が
発生したとき

**高速道路における
緊急時の対処方法**

通報手段はこの3つ! どれかに連絡
してください

110番



**道路緊急ダイヤル
#9910**

通話料無料、24時間受付
携帯電話からも発信できます

非常電話



高速
道路上の
— 本線上1kmおき、トンネル内は
200mおきに設置。緊急通報専用で
道路規制センターにつながります。
非常電話まで移動する際は、通行車
間や足元などに十分ご注意ください。

24時間、365日、お急ぎの声を聞かせています。

NEXCO東日本お客様センター

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



THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
		6	5:00～7:30 NORTH WAVE CALLIN' 
せるように、忙しい朝に知りたい情報が満載!		7	7:30～8:00 すくちあ /yuka
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)		8	8:00～9:00 Feel TOKACHI /後藤朋子
ド(室蘭福祉事業協会) 室蘭市防災情報(室蘭市) NPOかわらばん スポーツでらっしやい		9	ジオパーク、火山の恵み ■ 荒町美紀 Lovely いぶり Way [なな色のヒカリ] ■ 坂本はるか、辻ともこ、新村のりこ
ディ「つなぐむす部」	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)	10	アクティブ! ■ 星康洋 アクティブライブ (豊浦建設工業) ③④いきものいんくの今日もどこかがいきものさがし (豊伸美装)
也、佐藤弘太郎	おしゃべりCafe (桜井珈琲、菓子工房モンパリ)	11	11:00～11:30 ISLAND BREEZE from HAWAII /REIKO T.ROGERS
田晃一、波方元希	THE BEATLES LOVER NO.5 制作:j-Clamp	12	12:00～13:00 Colors Of Korea /古家正亨
お昼休み。今日のお昼はどんなかんじ?		13	ステドラ! ～STATION DRIVE SATURDAY～ /ヒロ福地、森ルナ、工藤彩音
つのお知らせ ①～④室蘭市 ⑤登別市 ⑥洞爺湖町 ⑦伊達市 ⑧杜町 ⑨豊浦町 ⑩カバリー(北海道新聞) ⑪お天気プラス (室蘭地方気象台) ⑫ウークエンドむらみんプレイバック(室蘭民報社) ⑬イベントガイド(室蘭市市民会館) ⑭エイエス!		14	12:00～16:00 SAPPORO HOT100 /タック・ハーシー
	子育てのわ ■ 高村泰子、右田永子	15	16:00～17:30 FUN'S AFTERNOON /木村愛里、内海てつや、工藤彩音
	ジネットリオ 制作:j-Clamp	16	17:30～18:00 角敏敏生 My BLUES LIFE /角松敏生
	FRI-HIGH! ■ T-MONKEY ①③出撃に感謝!毎日がパラダイスだZ [ふなお薬局]	17	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]
		18	おぼんです! HAMBURGER BOYS /HAMBURGER BOYS
	セブンスガーデン ■ 坪川拓史	19	meiji FUTURE IS OURS /長谷川ミラ
	中島の音さん [澁工業、プライベートキッチン] NPO法人北海道みらいプロジェクト ■ 音音多	20	JOYOUS JAZZ /FAT MASA、YOUKI
	〇〇ゲームおんがくきこぞう! ■ たかはしさん、たづきくん [肉蔵食品工業]	21	RISING SUN ROCK FM/ yuka
	ご安全に! ■ ツーシ〜	22	室蘭ワクワクナイト 制作:室蘭ベイサイドラジオ ①③生放送! ②④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!
	尋常ラジオ ■ 三拍子 高倉 陵	23	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
	ハンタイラジオ ■ 遠藤奈津美		
	スターダストレビューの星になるまで ■ 柿沼清志、寺田正美、林VOH紀勝		
	川村健司のギタパカ!! ■ 川村健司		
	The Nan Da Low Show ■ Stevyn IronFeather、Yukako Applepie		
	Anison-R ~まんが・アニメ研究部~ /片岡香澄		



	月 MON	火 TUE	水 WED	木
6	FMノースウェーブ 月~金 6:00~7:00 KAT'S IN THE MORNING / カツノリ			
7	いってきますらっしゅい ■月必森彩 彩華 金パワ ★「いってきます」の人と「いってらっしゅい」の人が気持よく過ご			
8	●天気予報 7:30 月~金(住まいのウチイグ)・8:15、8:30 水~金(ネットヨタ吉小牧)・8:50 月~金(創価学会) ●交通情報 8:34(日の出運輸) ●ニュース 7:25 8:25 (室) ●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 金登別市 水函館市 伊達市 社社警町 金豊満町			
9	(月)CFM中継:みやこハーバーラジオ(岩手県宮古市) ④DRIVER's RADIO!(室蘭中央自動車学園)	(月)CFM中継:エフエムもえる(留萌市) CFM中継:FMとまごまい(苫小牧市) ①海保118ホット情報(室蘭海上保安部)	(水)CFM中継:AIRでっし(名寄市) ①室蘭市からのお知らせ特大号(室蘭市) ②東京室蘭通信(再)	(木)安心暮らしが ④生まれてくれて
10	ときめきテラス ■井藤田華子、小野友美 みんなのうた ■沼田勇也、上田康郎 (伊達育英学園、くさぶさ、明星学園)	大山慎介の「復活」北海道(再) ■大山慎介(野口観光、北海道田舎プロデュース)	蘭子の開運ティータイム ■加藤さや香 (蘭子チャイム紅茶店) ①③生放送 FP事務所の「くらしとお金」相談室 (ライブハウス)	伊達人コミュニケーション ■伊達人(だてびと) ウレシバ ■日登和 (EKOU)
11	晴れたり曇ったり、笑ったり ■ひとみ	夢よ急げ!~THE ALFEE 全曲紹介ラジオ 制作:j-Clamp	藤河ちあきのMy favorite things ■藤河ちあき (須藤建設、タイコウ、栗本石油)	お人柄ラジオ ■林 (ライブアップ 鹿鹿)
12	らぶ ■月必井川康子 水金遠藤奈津美 ★Roughにいこう。Laughしよう。肩の力を抜いてラフに過ごす			
12	●天気予報 12:04 月~金(住まいのウチイグ) 13:26 月~金(北海道印刷) ●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 (月)CFM中継:FMとまごまい(苫小牧市) 地域安全ホットニュース(室蘭警察署) 得するエコもったいないが地球を救う~ ①よみたんだより	(火)終活のスズメ(遺品整理のアイ・キャリア) ①③文化センターinfo(室蘭市文化センター) ②④まちかど中継 ②④いふりング(胆振総合振興局) ③JunのHappy Future	(水)①安全安心まちづくりニュース(伊達警察署) 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だてコム(伊達市) ②④市民会館イブ ④だてラジオ配便(伊達市) ④知りたいうさ ④観天望気(室蘭地方気象台) ④すいすい水族館(室蘭民報)	(木)①③まちかど中継 ①③道新ディス ①③聴いてナット ②④市民会館イブ ④知りたいうさ
13				
14	店長のハッピー☆エブリデイ! ■藤田晶子、たまちゃん [フィールカム、レナツス] 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ヨガ ■よもぎ 堀江淳のファインミュージックアワー 制作:j-Clamp	Mサブリ ■miwa.
15	パワーのパーフェクトスポーツ ■パワー	ロック裁判所 制作:j-Clamp	ひろこの音部屋 ■さくまひろこ	EmiLyのおしゃれフリ
16	FMノースウェーブ 15:30~16:00 水 NORTH STAR☆RADIO / ヒロコキ、ばんび 木 YOU GOT THIS! / マラカイ 金 Ezotopia / 16:00~17:00 水 GLOW CROSS from north 月 yuka 水 Jazadocument			
17	オレンジ ■月必星康洋 水金井川康子 森彩華 ★新鮮な情報がギョツとつまった6			
17	●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(住まいのウチイグ) ●誕生日おめでとう! ●測量サイトアップメッセージ(室蘭ルネッサンス) ■行政から (月)①室蘭市からのお知らせ特大号(室蘭市) ②かいぎしよ情報(室蘭商工会議所) ③登別市からのお知らせ特大号(登別市)	(火)①防災Q&A ③東京室蘭通信(再)	(水)LOVEシネマ	(木)ラジオ Oh~!かわ
18	FMノースウェーブ GLOW CROSS from north 月 yuka 水 Jazadocument			
19	籠嶋学のMusic Lab ■籠嶋学 Higher and Hire ■齋藤司、長澤直裕 (伊達ハイヤー)	尾崎佳枝の「クラシック♡プロムナード」 ■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 [タイコウ]	高桑雅信の水曜ぴゅーでしよう ■高桑雅信 登別発キャリアコンサルタントです。 ■西 智子	工大ナビ (室蘭工 ノースアイランド 制作:ディーファイ 胆振りリーダー's ■鈴木雄登(興和) 電大のラジオよ
20	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 (レスメディカ、介護タクシューらーむはーと) ファイアでっぶ登別 ■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	
21	新和産業のRock de ないと (新和産業) ■Hiroshi, Nami, Nishi, Hideto ミウミの耳ヨガ哲学 ■ミウミ	フチ☆ヒュ ■ことは 港湾音楽街道 ■きくた、まき	DJ Nobby's Tokyo LIVE 制作:Tokyo LIVE制作チーム	Soliste Music ■黒村マサキ、ちはる ①③⑤生放送
22	明日もロックにおたいにガラスの靴は落とさない	よしちもっかモリ ■モリマン、札幌吉本若手芸人	「チェノバリスト明菜みゆきの浪漫紀行」 制作:エフエムしるし	ロッキンスター 本 制作:j-Clamp
23	FINLANDS 塩入冬湖の事情図鑑 / 塩入冬湖 NEW MUSIC PEOPLE / DEEP KEISEI	JOKEMICのLocal&Local / JOKEMIC Hook Up AIR / 加藤ジュン	No Maps RADIO	KEI_HAYASHI / KEI_HAYASHI

店長のハッピーエブリデイ!

(提供: (株)フィールカム・(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!



FMびゅう

番組紹介 84.2MHz

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、西胆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!



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!



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。



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!



Higher and Hire

(提供:伊達ハイヤー)

齋藤司・長澤直裕 月曜日 19:30~20:00

ハーモニクス 齋藤司と伊達ハイヤー代表 長澤直裕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、タメになるお話ありの30分!



オレンジ

月・火曜日 星康洋 水・金曜日 井川康子 木曜日 森彩華
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!



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、明るく楽しく元気よく音を聞けます。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一緒に感じていきましょう! 新学期スタート!



ときめキテラス

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。



新和産業のRock de ないと

(提供:新和産業)

Hiroshi・Nami・Nishi・Hidetō 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。



みんなのうた

(提供:伊達育英学園、くさぶえ、明星学園)

沼田勇也・上田康郎 月曜日 10:30~11:00

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。



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! ヨガ哲学や身体の事、漫画やおススメの本、映画etc. とにかく好きをシェアハビします。



晴れたり曇ったり、笑ったり

ひとみ 月曜日 11:00~11:30

雨の日や曇りの日があるから晴れの日がいとおいしい。心や身体の揺らぎをありのままに受けとめる大人女子のゆるトーク。



■ 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

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。



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。



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、家計に関わる金融、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)
小倉弓美 火曜日 14:30~15:00

ご縁のある皆様との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。Yogaの魅力をつっぴりお届け致します！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楽しくお届けする番組です！



プチ☆ヒュブ

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。



FM76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



Muroran

～まち・ひと・みとなつなかりが未来を創る～

室蘭市



入江運動公園のツツジ

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」の魅力を深掘し、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びゅーで放送中。「サクライコーヒー」を飲みながら、あなたと一緒に朝のおしゃべりを楽しみませんか?



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

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



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。



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。



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。



Mサプリ

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」。



セブンスガーデン

坪川拓史 金曜日 18:00~18:30

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?



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。



中島の音さん

(提供:漢工業、プライベートキッチン「!」、NPO法人北海道みらいプロジェクト) 音喜多 金曜日 18:30~19:00

飲食店店主から見える室蘭を深掘りしたりしなかつたりするのんびりな30分。イベントや旬の食材紹介も!



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

毎回、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お招きし、リーダーシップ研究生の立場からお話を伺いながら、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。



〇〇げーむおんがくきこうぜ!

(提供:内藤食品工業) たかはしさん・たづきくん 金曜日 19:00~19:30

なかじまが いそのを。いそのが なかじまを やきゅうに さそうように、あなたを ゲームおんがくのせかいに いざなう ばんぐみです。



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びゅー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二号
第3月曜日 17:39



地獄の谷の鬼火花

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

ご安全に!

ツ〜ツ 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。ちょっと懐かしきCM曲も流してまいります。

ヘンタイラジオ

遠藤奈津美 金曜日 20:30~21:00

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」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。

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。

Lovely いびり Way!

(提供: なな色のヒカリ)
 坂本はるか・辻ともこ・新村のりこ 土曜日 9:30~10:00

登別の移住3人組による胆振推し活ラジオ。胆振で推したいヒト・コト・モノをテーマにワイワイ語る30分。

アクティブ!

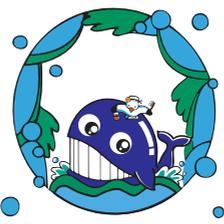
星康洋 土曜日 10:00~12:00

「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。

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

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、これから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。

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

FMふれいす 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

**このちがいは
 わかりますか? あきらめないで!**

ヨツヨツと養生することが^〆とても大切!

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

相談処 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)
 ☎ 0142-25-7026 休 日曜・月曜



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。

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。

すいすい水族館 (提供:室蘭民報社)

第4水曜日 13:30
北海道最古の水族館として愛され、親しまれている「室蘭民報みんなの水族館」の情報をスタッフの皆さんの声と共にお届けしていきます。

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。

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。



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 同じ週の火曜日 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。

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。



サイクリングロードの桜並木

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 夕方 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



めざせ交通事故死〇への挑戦!
(室蘭市交通安全年間スローガン)

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

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、さらに楽しく深掘りします。

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。

アクティブライブ (提供:豊浦建設工業)

土曜日 11:06

西胆振地域の皆さんに今知ってもらいたい話題をお伝え!時にはゲストをお迎えしたり、生中継でレポートします。



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



豊浦いちご

いい人 いいまち 明日を拓く



●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。



4月1日(水)
4月1日(水)
4月1日(水)
4月5日(日)
4月11日(土)
4月11日(土)
4月12日(日)
4月18日(土)~
4月19日(日)
4月24日(金)
~4月27日(月)
4月28日(火)~
4月29日(祝)

まなびの里パークゴルフ場 オープン(伊達市 まなびの里パークゴルフ場)
史跡北黄金貝塚公園 オープン(伊達市 史跡北黄金貝塚公園)
伊達市観光物産館14周年祭(伊達市 観光物産館)
アルトリパークゴルフ場 オープン(伊達市 アルトリパークゴルフ場)
館山野球場 オープン(伊達市 館山野球場)
関内パークゴルフ場 オープン(伊達市 関内パークゴルフ場)
室蘭民報みんなの水族館 プレオープン(室蘭市 室蘭民報みんなの水族館)
「端午の節句甲冑展」(伊達市 だて歴史文化ミュージアム)
第39回春一番伊達ハーフマラソン(伊達市 伊達市内一円)
室蘭民報みんなの水族館 オープン(室蘭市 室蘭民報みんなの水族館)
イルミネーショントンネル(洞爺湖町 にぎわい広場)
第45回洞爺湖ロングラン花火大会(洞爺湖町 洞爺湖温泉湖畔)
有珠山山開き・安全祈願祭(伊達市 有珠山)



5月9日(土)
5月17日(日)

郷土資料館まつり(登別市 郷土資料館)
ANA洞爺湖マラソン2026(洞爺湖町 洞爺湖畔)



6月27日(土)・28日(日)
6月(月・木曜日)

TOYAKOマンガ・アニメフェスタ2026
(洞爺湖町 洞爺湖文化センターほか)
地獄の谷の鬼花火(登別市 登別温泉)

募集



○FMビュー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、入会お申込みいただける方に詳しい資料をお送りいたします。

■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ビュー追いついて風]係

○次の事項をご記入ください。

- 件名[追いついて風入会係]●氏名●住所●年齢●誕生日●電話番号●Eメールアドレス
- 「追いついて風」メンバー特典 ※の特典は20以上からとなります。
 - 会員証発行 ○FMビュー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)
 - 番組表がれびゅー発送※
- 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□ 1,000円~(何口でもご参加いただけます。)

人権擁護委員は あなたの街の相談パートナーです。

差別や虐待を受けたなど、人権のことで
困っていることがありましたら、
お気軽に人権擁護委員にご相談下さい。

月~金曜(土日祝祭日休)午前9:30~午後4:00



室蘭市入江町1番地13 室蘭地方合同庁舎3階
札幌法務局室蘭支局内

室蘭人権擁護委員協議会
TEL: 0570-003-110

6月1日は人権擁護委員の日



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
福祉サービス提供の組織

FM780 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)アフター IKENO RENTAL SERVICE 石原建設(株) 医療法人社団医修会大川原脳神経外科病院 (有)一平本店
 (株)伊藤工業 (有)イーモーション 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 千ヶ谷家具店 (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)
 佐藤建設工業(株) さくら歯科 (有)ジェイ・キープ しんしん共和国商店街振興組合 (株)寿茂 須藤建設(株) (株)住まいのウチケイ セイコーマート(有)りた
 高田ダウセンター (株)伊達斎場 (有)チバ (株)津田顔緑店 津田建設(株) 東海商事(株) 道都防炎設備工業(株) (株)道南事務機器 道南清掃(株) (有)ドラゴン
 (株)中井英楽商店 中島商店会 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 (株)野呂商店 (株)ハシimoto (有)ハトヤビル
 早坂産業(株) (株)平林紙店 藤川建設(株) ひなのか薬局 (有)ベストオーディス (株)ベストクリエイティブ (株)こくりにクリエイティブ (株)ホトリブ(株)
 (株)ポテ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 阿部友暎 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
 菊池元子 京野大介 國本一夫 栗林和徳 駒木佐助 齋藤誠 坂本祐一 貞川俊郎 芝田美男 鈴木雄二 関本國彦 平武彦 高桑勝利 高橋正弘
 高谷秀隆 武田公 土井千鶴徳 鳥山良 長田照代 西久義 奈良泰哉 沼田和夫 沼田早苗 鈴木光太郎 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>

(株)アイズジャパン 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 医療法人社団有賀眼科 医療法人社団有賀眼科 医療法人社団有賀眼科
 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)エラクス 大高藤栄(株) おぼんざいぬつ蔵
 学校法人海星学院高等学校 カッツロード カットハルスプラウティン (有)カーフレンドらえはら 河辺石油(株)室蘭営業所 川村商店 喫茶トリアングル
 規久木板金店 (株)藤藤鋼業 キュリアス 協栄塗工業 共成土木(株) (株)孔雀グループ くがら内科クリニック (株)楠本 マクコム くみ美容室
 (有)グリーンモア 栗林機工(株) (株)栗林商會 黒光建設(株) 小林はり灸治療院 (株)柳井桂何祝礼士事務所 桜井珈琲 (有)酒本商店 (有)たぐ木生花店
 (有)佐々木電装店 (株)三冷設備工業 JA伊達市 (有)術秀堂 (有)祝津工業 祝津商店会 (株)ジョサポート (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)タカヤナギ 卓夢会 (有)伊達伊豆 (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)中田商會 (有)新燃燃料 (株)日換商店 日鋼運輸(株) 日鋼検査サービス(株) 日鋼工業(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(株)室蘭労働組合 登別アザラシ無線クラブ
 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 プティック花 (有)ブライト
 (有)北海スカッポル 北海道コク・コーラボトリング(株) (株)北海道新聞社 北海道スバル(株) 社会医療法人慈日鋼記念病院
 社団法人北海道臨床検査技師会室蘭地区会 (株)牧家 (株)ほっころハウス (有)ポテオート菅原 (株)松原はなや美容ホール (株)マークスエージェンシー
 (有)水谷エジナリング (株)オナミ 三井住友海上火災保険 みるく亭 (有)村上印刷 むろらんあやめ 北海道食生活文化協会 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
 一般社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
 一般社団法人室蘭スポーツ協会 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)室蘭市民斎場地上開 室蘭信用金庫
 室蘭信用金庫輪西支店 (株)室蘭製麺 室蘭地方自史の会 公益社団法人室蘭地区方法人会 室蘭はだっしこ共同子供園 室蘭花の丘パークゴルフクラブ
 (有)室蘭PR印刷 室蘭東ロータリークラブ (株)室蘭民報社 (株)室蘭ルネッサンス (有)めりある (有)山地下機城(株) (有)山地下不動産企画
 (有)山地下不動産企画常口アトムFC東室蘭店 (有)山地下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〜くらがや 吉田ミナシ商会 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 伊瀬潤市 市川真紀子 市谷みな子
 一戸美佐子 伊藤ひさこ 猪俣亮子 芋生修造 若田弘志 内池孝子 内池考年 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
 大比ヒナ 大柴ふとこ 大場次郎 大森啓史 大和田和子 岡部隆徳 岡本学 小野寺芳子 小山田良彰 柿崎百合子 片山江江 加藤勝三 加藤さや香
 加藤徳治郎 加藤美次 上戸喜太郎 亀尾太治 川合貴 川浪貴司 川村ひとみ 菊池晃子 菊池達也 菊池弘子 北川浩一 橋本啓子 工藤真史
 工藤ちよ子 黒須美 黒田智恵 黒田保弘 小林進 小針憲司 斉藤郁生 斉藤修弥 斉藤弘子 斉藤義典 坂井よし 坂口威 坂本莉枝 佐々木勉
 佐々木光子 佐竹 沢田和子 穴戸子 柴田孝 柴田登雄 浜田照子 清水幸司 神政江 頭川昌次 杉林公雄 鈴木米子 鈴木久雄 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 土井千鶴徳 土門正真 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
 中尾隆次 永沼和男 仲村芳江 中村義男 中山秀次 奈良玲子 新井田憲司 二階堂隆 仁岸トモエ 西河小智子 西山富子 庭山淳子 庭山裕子
 沼津紀 橋詰昌男 昌山幸一 花岡登子 原善行 檢田忠則 平鹿裕子 福田勝吉 藤田哲 藤田達夫 野舟野男 綿川美代子 堀井淳子 堀井輝 前野弘美
 前野舞子 牧野順子 正岡明美 証本一孝 松村吾一 水谷裕博 三政美智子 実松明 三村宏 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 龍飛樹 大遊佐潤 横山一彦
 吉岡正弘 吉田英樹 米田有那 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おります。)
 令和8年4月1日現在(50音順 敬称略)



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
 R印刷

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!!

「Coke ON」で検索
 またはこちらから→



おトクで見つかる保険

第一生命
 Dai-ichi Life Group

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)



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.3 その一步を守る、枕元の備え

災害は、真夜中に起こるかもしれません。停電、割れたガラス、倒れた家具…暗闇の中で慌てないために、枕元に備えておきたい防災グッズを紹介します。



① 防災スリッパ & 軍手

割れたガラスから足を守る防災スリッパ。
散乱物から手を守る軍手。
動ける体をつくる
枕元の必需品です。

足真安心!



② ヘッドライト

停電時に両手が使える
ヘッドライトは、夜間避難の必需品。

枕元に置いて
おくと、スムーズに
行動できます。



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!

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



グランドの塩 (細粒塩)
セル・マリン
500g ¥982



フィリピン・ネグロス島産黒砂糖
マスコバド糖
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

**おうちのお困りごと
何でもご相談ください!**

家周りの草刈り、
庭木の伐採、
家のお掃除なども
承ります!

お見積り無料!

050-1093-2172
まずはお電話ください

みんなの草刈り屋さん
まるわほんぼ
伊達市南黄金町



オフィスでのお困りごと ありませんか?

複合機の更新

コピー用紙?
オフィスの
セキュリティー
印刷・
製本作業
カラー封筒や
色紙、特殊紙
etc.



ぜーんぶ
まとめて
相談
しちゃおう!

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

26000149

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？



JSW
日本製鋼所

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



AGH
アンビバースグループ北海道
AGHトヨタ札幌株式会社

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、道和环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。

誰の声がお楽しみよよく聴いてみてね!



室蘭・登別・伊達の資源回収ならおまかせください!



道和环境

(室蘭) 0143-59-6699

伊達市南黄金町30番地

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、そしてこれからも。

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/m²·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
帰りがくなる住まい

苫小牧常設
モデルハウス

苫小牧市ウツナイ北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 苫小牧市ウツナイ北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

