

参加料の記載のないものは無料です。/市外局番(0154)を省略しています。/市役所本庁舎は「市役所」、市役所防災庁舎は「防災庁舎」に省略しています。

## 各種相談



相談にお越しの際は、マスクの着用をお願いします

■女性のための無料法律相談(要予約)  
 回 3月10日(水)午後1時~3時 / 回 4人 / 回 3月3日(水)午前9時から電話で男女平等参画センターふらっと(回65-1034)へ

■障がい者就労支援相談(要予約)  
 回 3月18日(木)午後1時~4時 / 回 防災庁舎3階障がい福祉課 / 回 障がい福祉課(回23-5201)、障がい者就業・生活支援センターふれん(回65-6500)



■法律相談(要予約。先着6人)  
 回 3月5日(金)、19日(金)、4月2日(金)午後1時~3時 / 回 市役所1階市民相談室 / 回 相談日の1週間前の金曜日午前8時50分から電話で市民協働推進課(回31-4504・4505)へ

■行政相談  
 回 3月2日(火)、16日(火)午後1時~3時 / 回 市役所1階市民相談室 / 回 相談日の前日正午までに電話で釧路行政監視行政相談センター(回23-7136)へ

## 2021「くしろ20歳のつどい」(成人式)延期後の日程のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から開催を延期していた2021「くしろ20歳のつどい」について、下記のとおり開催することとしましたのでお知らせします。今後の情報は随時市ホームページでお伝えします。

なお、今後の感染状況により変更となる場合がありますことをご承知お祈りいたします。

開催日時 = 8月14日(土)※式典開始 = 午後3時 / 回 [釧路会場] コーチャンフォー釧路文化ホール(釧路市民文化会館)、[阿寒会場] 阿寒町公民館、[音別会場] 音別町行政センター / 回 市教委生涯学習課(回31-4579)



## 広報くしろの「アプリ」を利用してみませんか?

「広報くしろ」のアプリをダウンロードすると、広報くしろの紙面に掲載されている「市からのお知らせ」の一部と「生涯学習ガイド」、市内各地域の「クリーンカレンダー」が、スマートフォンでいつでも、どこでも見ることができます。イベントの日時や場所を手軽に検索でき、地図機能も連動しているため大変便利です。また、広報くしろ全体が読める市ホームページにリンクし、電子書籍で手軽に読むことができます。



●スマートフォンで右のQRコードを読み取り、アプリをダウンロードしてご利用ください▶

スマートフォンでのトップ画面



## みんなの掲示板

記号の説明

回日時 回場所・会場 回集合場所 回対象 回定員  
 回内容 回料金 回持参 回申込方法 回問合先 回その他

### 催し

#### ◆ふまねっとサロン

回 3月11日(木)午前10時~午後0時30分 / 回 大成寺(米町2-2-6) / 回 ふまねっと、ストレッチ体操、脳トレゲーム等 / 回 300円(保険料含む) / 回 ふまねっとサロン(木本回080-4505-7062)

### 募集

#### ◆オンライン(Zoom)講習会

「わたしらしく生きる」を支える介護の倫理

回 3月7日(日)午後1時30分~3時30分 / 回 50人 / 回 3月1日(月)までに氏名(フリガナ)、所属事業所、役職(無所属でも可)、住所、メールアドレス、電話番号をメールで北海道介護福祉士会釧路支部(高澤回65-1339回kaihu.ku.senkon@gmail.com)へ

#### ◆河川愛護モニター

募集 = 満20歳以上の健康で新釧路川地域5km以内にお住まいの方 / 回 河川に関する利用状況等の報告 / 回 応募方法等詳細は要問い合わせ / 回 3月5日(金)(必着)までに釧路開発建設部公物管理課(回24-7182)へ

#### ◆マンツーマンで教えます!

パソコン・スマホ てらこやわっと

回 3月13日(土)、27日(土)午前10時30分~午後5時30分 / 回 各7人 / 回 パソコン・スマホの操作、ライン等 / 回 1時間1,500円 / 回 ノートパソコン、スマホ、タブレット(持込限定) / 回 市民活動センターわっと(回22-2232)

#### ◆自衛隊①一般幹部候補生(陸・海・空)

②予備自衛官補(一般・技能)

③一般書候補生(陸・海・空)

資格 = ①22歳以上26歳未満で大学卒業程度の学力を有する方 ②[一般]18歳以上34歳未満[技能]18歳以上で保有する技能に応じ53~55歳未満 ③18歳以上33歳未満 / 回 願書受付 = ①3月1日(月)~4月28日(水) ②~4月9日(金) ③3月1日(月)~5月11日(火) / 1次試験日 = ①5月8日(土)・9日(日)(9日(日)は飛行要員のみ) ②4月17日(土) ③5月22日(土) / 試験場所 = ①③道東経済センタービル ②[一般]釧路駐屯地[技能]帯広駐屯地 / 回 自衛隊帯広地方協力本部釧路出張所(回22-1053)、市役所防災危機管理課(回31-4207)

#### ◆「あいうえお」から学べます

回 毎週火曜日午後5時15分~ / 回 総合福祉センター(旭町12-3) / 回 基礎教育の学び直し / 回 月500円 / 回 ボランティアスタッフも募集中 / 回 釧路自主夜間中学「くるかい」(賞根村回070-5611-5081)

#### ◆おもちゃのお医者さんボランティア

回 主に土・日曜日 / 回 こども遊学館等 / 回 機械いじりの好きなおむね75歳以下 / 回 5人 / 回 おもちゃの修理 / 回 年会費1,000円(保険料含む) / 回 昼食 / 回 自家用車で通える方 / 回 おもちゃのお医者さん事務局(斉藤回080-5580-9554)

#### ◆脳健康運動教室

回 4月1日(木)~ / 回 [月曜日]春採望洋地区集会所、桜が丘小学校地域開放室、[火曜日]まなぼと幣舞会議室、社会福祉センター会議室、[木曜日]コーチャンフォー釧路文化ホール会議室、コア鳥取学習室 / 回 読み・書き、計算、介護予防運動等 / 回 月3,000円(おたっしや該当者は2,300円) / 回 3月28日(日)までに桜が丘ひびなクラブ(菅原回91-4725)へ

#### ◆「くしろ高齢者劇団」劇団員

芝居経験は必要ありません。お気軽に見学に来てください。  
 回 毎週金曜日午後1時30分~ / 回 寿生活館 / 回 健康で明朗な方 / 回 月1,000円 / 回 くしろ高齢者劇団事務局(佐藤回24-7663)

#### ◆赤ちゃん・親子リズム小組ノントン

回 第1~4水曜日午前10時30分~正午 / 回 愛国会館(愛国東4-2) / 回 首のすわった赤ちゃん~入園前の子ども / 回 バスタオル(赤ちゃんのみ)、飲み物等 / 回 新日本婦人の会釧路支部(回25-1121※平日午前10時~午後4時)

### その他

#### ◆ナースバンクをご利用ください

ナースバンクは北海道から委託されて設置している無料職業紹介所です。相談員が看護職の再就業のサポートをします。お気軽にご相談ください。

新型コロナウイルス感染症に関する求人が急募で出た際はご協力をお願いします。

来所される方は、マスク着用厳守。発熱等、体調が優れない方はご遠慮ください。相談は30分以内。電話やメールでも対応可能です。

回 ナースバンク釧路業務支所(回65-6684)

#### ◆インターネットの世界は危険がいっぱい!

SNS等の利用をきっかけとした犯罪被害が後を絶ちません。インターネットで知り合った人が「会いたい」「写真を送ってほしい」と言ってきたときは、すぐに家族に相談しましょう。  
 回 釧路警察署(回23-0110)

4月号に掲載希望の方は3月5日(金)までに北日本広告社(回22-0211回25-7791)へご連絡ください。参加料の掲載のないものは無料で参加できます。