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。

第十一回特別弔慰金の請求受付中

対20（令和２）年４月１日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の先順位の戦没者死亡当時に生まれていたご遺族１名
①基準日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方　②戦没者等の子（戦没者等の死亡当時の胎児も含む）　③戦没者等の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります　④上記①～③以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）※戦没者等の死亡時まで引き続き１年以上の生計関係を有していた方に限ります
申請期間＝～2023（令和５）年３月31日㈮※請求期間を過ぎると第十一回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください／**支給内容**＝額面25万円、５年償還の記名国債／申地域福祉課（☎31-4536）、阿保健福祉課（☎66-2120）、音保健福祉課（☎01547-9-5151）

健　康

若者健診

日①12月２日㈬、②21（令和３）年１月12日㈫各午前９時～11時、③21（令和３）年１月24日㈰午前８時～10時／所①サンライフくしろ　②コア鳥取　③防災庁舎４階健康推進課ホール／対18～39歳の市民で、健診を受ける機会のない方、職場の健診で血液検査がない方／定各80人／内身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師診察／申①は11月11日㈬まで、②は11月１日㈰～12月22日㈫、③は11月24日㈫～2021（令和３）年１月６日㈬に電話で健康推進課（☎31-4525）へ

感染症予防のために

新型コロナウイルス感染症や季節性インフルエンザ等を予防するため、感染症対策を徹底しましょう。
○衛生管理を徹底し、こまめに手洗い・うがいを行う
○定期的に室内の換気を行う
○食事、運動、休養等、規則正しい生活を心掛け、体調を整える
○人混みを避けるとともに、マスクを着用し、感染を防ぐようにする
「せきエチケット」を守りましょう！
マスクをすることでほかの人に感染させないことが大事です。
問健康推進課（☎31-4524）

季節性インフルエンザ予防接種

市では、受験期を迎えた中学校３年生および高校３年生を対象に、季節性インフルエンザ予防接種の費用を一部助成します。対象者には個別に案内を送付していますが、該当する方で案内が届いていない場合はお問い合わせください。
対市に住民登録のある中学校３年生、高校３年生／**対象接種期間**＝10月１日㈭～2021（令和３）年１月30日㈯／**助成額**＝1,500円（１人１回）／**申請**＝自己負担で接種後、11月１日㈰～2021（令和３）年２月28日㈰に保護者が申請書・請求書（健康推進課窓口、実施医療機関に備え付け、または市ホームページからダウンロード）を作成し、接種費用が証明できる書類（領収書の写し等）を添えて原則郵送で防災庁舎４階健康推進課（〒085-8505黒金町7-5）へ／問健康推進課（☎31-4524）、阿保健福祉課（☎66-2120）、音保健福祉課（☎01547-9-5252）

子育て・教育

ひとり親家庭等のお父さん、お母さんへお知らせ

●弁護士による無料法律相談
日11月18日㈬午後１時30分～４時／対ひとり親家庭の親、一般の方（託児あり。要予約）／定４人／内離婚、親権、養育費、面接交渉権等
●ひとり親家庭のための自習室
日11月の毎週月曜日（23日㈪は除く）、24日㈫午後１時30分～４時30分／対資格取得や高卒認定試験を目指すひとり親家庭等の親および子（託児あり。要予約）／他学習アドバイザー付き
●パソコン学習室
日11月10日㈫、17日㈫午前10時～午後３時／対ひとり親家庭等の親（要予約）／定７人
【共通】所こども家庭サポートステーションあさひ／申釧路母子家庭等就業・自立支援センター（☎22-2401）

すくすく会員説明講習会

日11月11日㈬午前10時～午後３時、13日㈮午前10時～午後４時（全２回）／所総合福祉センター／内提供会員（子育ての援助ができる方）および両方会員（子育ての援助ができる方、子育てについて援助を受けたい方）に登録希望される方への説明・講習会／申11月５日㈭までに社会福祉協議会子育てサポートセンター・すくすく（☎23-2552）へ

11月の子育て講座

●人形劇「はらぺこあおむし」他
日11月５日㈭午前10時30分～11時15分／対１歳以上のお子さんとその家族／定14組／所申親子つどいの広場昭和（☎55-2231）
●お話だいすき（大型絵本等）
日11月12日㈭午前10時30分～11時15分／対１歳以上のお子さんとその家族／定16組／所申中部子育て支援拠点センター（☎38-5037）
●転入者向け相談会
日11月19日㈭午前10時30分～正午／対市内に転入した親子／定10組／内地域の子育て情報等／所申中部子育て支援拠点センター（☎38-5037）
●救急法
日11月24日㈫午前10時30分～11時30分／対０歳～就学前の母親とその家族、妊婦、子育てに携わっている方／定15組／内ケガや病気の対応、救急措置とAEDの使い方等／所申西部子育て支援拠点センター（☎65-6112）

マタニティ講座

日①［**教室**］11月15日㈰［午前の部］午前９時45分～正午、［午後の部］午後２時～４時15分　②［**見学会**］11月18日㈬、21日㈯※一部19日㈭／所①防災庁舎４階　②子育て支援拠点センター／対妊娠34週までの妊婦さんとその家族（新規受講、初産の方優先）／定午前、午後各15組／内育児レッスン、妊婦体験、お役立ち情報等／申11月２日㈪午前８時50分から電話で健康推進課（☎31-4525）へ

その他

上下水道料金夜間・日曜納付相談窓口

夜間＝11月17日㈫午後８時まで／**日曜**＝11月29日㈰午前９時～午後５時／所上下水道料金お客様サービスセンター（南大通２-１-121）／問第一環境㈱釧路事務所（上下水道部検針および収納等業務受託会社☎43-2161）

各種相談・救急当番病院・各種がん検診

各種相談

●お酒の悩み相談（健康推進課☎31-4525）
日11月11日㈬午後１時～３時／所防災庁舎３階相談室３（スズラン）※まずは４階、健康推進課へお越しください。
●こころの健康相談※秘密厳守（釧路保健所☎65-5825）
面談相談＝予約制／**電話相談**＝月～金曜日午前９時～午後５時（祝日、夜間除く）

救急当番病院

●釧路市夜間急病センター（住吉2-12-37☎44-6776）
診療科目＝内科、小児科／**受付時間**＝午後６時30分～翌午前６時30分／**診療時間**＝午後７時～翌午前７時
●救急医療情報案内センター（0120-20-8699、携帯電話・PHS 011-221-8699）
●休日緊急歯科診療※日曜日、祝日（城山2-2-15釧路歯科医師会館内☎42-8336）
時間＝午前10時～午後０時30分、午後２時～４時
●小児救急電話相談
【プッシュ】（☎#8000）／【その他】（☎011-232-1599）
時間＝午後７時～翌午前８時

日曜がん検診申込受付中

日11月15日㈰／所釧路がん検診センター／内胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診※各検診定員になり次第締め切ります。

胃がん・肺がん検診

日月～金曜日、第１・３土曜日／対40歳以上（１年に１回のみ受診可）／申受診日の５日前までに直接、釧路がん検診センター（☎37-3370）へ

検診項目・内容		料金	検診機関
胃がん（バリウム検査）		1,140円	釧路がん検診センター
肺がん	X線のみ	370円	
	X線・喀痰（かくたん）検査	980円	

●巡回バス検診も実施します（胃がん・肺がん・大腸がん検診）

実施日		検診会場	実施日		検診会場
11月	22日㈰	文苑会館	12月	１日㈫	コア大空
	23日㈪	芦野会館			春中前町内会館
		はまなす会館			春採望洋団地集会所
	24日㈫	はまなす会館		３日㈭	沼尻会館
	28日㈯	美原会館			晴海町内会館
	29日㈰	美原会館		４日㈮	桜ケ岡会館
		桜ケ岡中央会館			桜ケ岡共和会館
	30日㈪	美原第４集会所		９日㈬	白樺ふれあい交流センター
		美原第１集会所		11日㈮	白樺集会所
					白樺ふれあい交流センター

【各検診共通】※生活保護受給世帯の方は、受給証明書持参で無料となります。※「総合がん検診受診券」「無料クーポン券」も利用できます（対象者のみ）。巡回バス検診では、Aコース（胃・肺・大腸）に限り受診可／問健康推進課（☎31-4524）

子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診

対子宮頸がん検診は20歳以上で偶数年齢の女性、乳がん検診は40歳以上で偶数年齢の女性（偶数年齢時に１回受診可）、大腸がん検診は40歳以上の市民（１年に１回受診可）／申直接下記の検診機関へ

検診項目・内容	料金	検診機関・対象
子宮頸がん（頸部細胞診）	1,190円	釧路がん検診センター
	1,270円	上記以外の検診機関
乳がん（マンモグラフィ）	1,260円	40歳代
	1,050円	50歳以上
大腸がん（便潜血検査）	550円	釧路がん検診センター
	630円	上記以外の検診機関

検診機関	子宮	乳
釧路がん検診センター（☎37-3370）	○	○
釧路孝仁会記念病院（0120-133-527）	○	○
釧路赤十字病院（☎22-7171）	○	○
釧路労災病院（☎22-7191）	○	○
市立釧路総合病院（☎41-6121）	○	○
道東勤医協釧路協立病院（☎24-6811）	－	○
足立産婦人科クリニック（☎25-7788）	○	－
くしろレディースクリニック（☎32-1020）	○	－

※大腸がんの検診医療機関は、市ホームページでご確認いただくか、健康推進課へお問い合わせください。