

広報くしろ

「新しい生活様式」で 感染症予防の実践を

漁師オススメの旬の魚
くしろ **プライド** 鯛魚

6月の旬を食べよう！
トキシラズ/ヒメマス/灯台ツブ



2020

June No.176
令和2年6月1日発行

6

新型コロナウイルス感染症の収束は、まだ見通せない状況です。市では、引き続き感染症の拡大防止に向けた取り組みを進め「3つの密」を避け、感染を予防する「新しい生活様式」（16ページ参照）の実践を呼び掛けています。また、広報くしろ6月号に掲載されているイベント等は、感染拡大防止のため、変更または中止になる場合がありますので、詳細は主催者等にお問い合わせください。



花時計に植え込まれたパンジーが、
鉦路に春の時を刻んでいます

主な記事

｜ 鉦路市特別定額給付金 お早めの申請をお願いします ｜ 新型コロナウイルス感染症の影響を受けられた方へ ｜ 新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください！ ｜
｜ お出掛けの際はバスを利用しましょう！ ｜ 「子育て世代包括支援センター事業」がスタートします ｜ 6月1日～7日は「水道週間」です。 ｜
｜ 7月1日(水)から全国一斉にレジ袋の有料化がスタートします ｜ 「新しい生活様式」の実践例 ｜

鉦路市役所 〒085-8505 黒金町7-5 ☎23-5151(代表) ☎23-5222 市ホームページアドレス <https://www.city.kushiro.lg.jp/>
☎編集発行：鉦路市総合政策部市民協働推進課 ☎31-4504 ☎23-5220 メールアドレス shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp



ラジオ広報

市政情報、イベントなどを紹介します。
FMくしろ 放送番組 **76.1MHz** 「市役所からこんにちは」
毎週月曜日 10:05～10:20 ●市長出演日 6月29日(月)

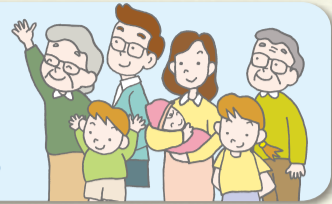


- 町内会で手を携え、防犯、交通事故撲滅に努めましょう。
- ごみのない花いっぱい、きれいなまちづくりを町内会で進めましょう。
- 町内会加入などに関するお問い合わせは、鉦路市連合町内会事務局（☎23-2101）へお気軽にどうぞ。

一人当たり
10万円

釧路市特別定額給付金

給付金の支給が始まりました。お早めの申請をお願いします。



給付対象者と受給権者

給付対象者

基準日(20(令和2)年4月27日)時点で、釧路市の住民基本台帳に記録されている方

受給権者

給付対象者の属する世帯の世帯主

申請期限

申請期限

20(令和2)年8月17日(月)まで
※お早めに申請をしてください。

※留意事項

- ◆新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**窓口での申請受付はしていません**。申請は郵送をお願いします。
- ◆給付は原則、**口座振替**となります(※金融機関の口座がない等、やむを得ない場合に限り、窓口で現金を給付します)。
- ◆**代理人**が申請・受給を行う場合、**世帯主との関係性を証明する書類等**の提出が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- ◆**配偶者から暴力を受けている方**等、特別な事情のある方は、世帯主とは**別の口座**に振り込むことが可能です。お早めにご相談ください。
- ◆**特殊詐欺**にご注意ください。

問合せ先

ご不明な点は、下記へご連絡ください

釧路市「特別定額給付金」コールセンター

☎ 0120-500-457

午前8時50分～午後5時20分(土・日曜日、祝日は除く)

担当 市役所地域福祉課(特別定額給付金)

申請から給付まで

郵送による申請

- 1.市から送付された申請書に必要な事項を記入してください。
 - 2.申請者の本人確認書類および振込先が分かる確認書類を裏面に貼付してください。
 - 3.同封の返信用封筒で郵送してください。
- ※申請書が届いていないという方は、市役所地域福祉課(特別定額給付金)☎61-5033へご連絡ください。

オンラインによる申請 (マイナンバーカードをお持ちの方)

- 1.「マイナポータル」にアクセスし、申請内容を入力してください。
- 2.振込先が分かる確認書類をアップロードしてください。
- 3.マイナンバーカードを使用し、暗証番号(英数字6～16桁)を入力して送信してください。
- 4.受付番号が表示されたら送信完了です。

口座振込

郵送による申請書およびオンラインによる入力情報は市で審査し、書類に不備がない場合、2～3週間後にご指定の口座に振り込まれます。

振込通知

口座振込が完了したことを、申請者にお知らせします。

●詳しくは市ホームページをご覧ください!

釧路市 特別定額給付金

検索

▶右のQRコードからも市ホームページをご覧ください。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けられた方へ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大などの影響により、市税や保険料等の納付が困難となられた方で、一定の要件を満たす場合には、個々の状況に応じて、納付期限の延長や納付の猶予などが可能となる場合があります。詳しくは下記担当へご相談ください。

	担当	連絡先	メールアドレス
市税	納税課	31-4517	no-nouzei@city.kushiro.lg.jp
介護保険料	介護高齢課介護保険担当	31-4598	ka-kaigohoken@city.kushiro.lg.jp
保育料	こども育成課保育担当	31-4541	ko-hoiku@city.kushiro.lg.jp
国民健康保険料	国民健康保険課保険担当	31-4528	ko-hoken@city.kushiro.lg.jp
後期高齢者医療保険料	医療年金課医療給付担当	31-4526	ir-iryokyuu@city.kushiro.lg.jp
国民年金保険料	医療年金課年金担当	31-4532	ir-nenkin@city.kushiro.lg.jp
市営住宅の家賃	(一財)釧路市住宅公社※	31-4563	jyu-jyuutaku@city.kushiro.lg.jp
水道・下水道料金	上下水道部サービス課料金担当	43-2162	sa-ryoukin@city.kushiro.lg.jp
奨学金返還金	市教委学校教育課	23-5186	ga-gakkoukyouiku@city.kushiro.lg.jp
生活福祉資金	(福)釧路市社会福祉協議会	24-1565	-
生活困窮者自立支援制度(住居確保給付金等)	釧路市生活相談支援センター「くらしごと」	65-1250	sbcc@kuh.biglobe.ne.jp

※阿寒・音別地域は各行政センター

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください!

新型コロナウイルスの流行に関連した相談が全国の消費生活センター等に寄せられています。10万円の一律給付をめぐり、給付の手続きを装う不審なメールや「市役所への申請手続きを代行する」などと勧誘するメールが全国で確認されています。個人情報や聞き出されたり、高額な手数料を取られる可能性がありますのでご注意ください。また、布製マスクの全戸配布に便乗した送り付け商法、行政機関の名をかたり、布製マスク配布を理由に個人情報等を聞き出す、いわゆる「アポ電」などの詐欺や悪質商法にもご注意ください。



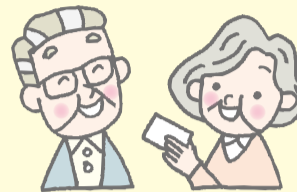
釧路市に住民登録のある満70歳以上の皆さんへ

お出掛けの際はバスを利用しましょう！

釧路市高齢者外出促進バス事業

問合せ 市役所介護高齢課高齢福祉担当(☎31-4539) 阿寒町行政センター保健福祉課(☎66-2120) 音別町行政センター保健福祉課(☎01547-9-5151)

昨年6月から始まった釧路市高齢者外出促進バス事業では、今年度も引き続き①乗車証「おでかけパスポート70」による助成と②バス会社が販売する高齢者向け定期券「シルバー定期券65」「グリーン定期S」等の購入の助成を行っています。それぞれの助成内容は下記の通りとなっています。いずれも利用回数の制限は無く何度でも利用することができます。



(※①②のいずれも本人が申請を行ってください。代理人による申請はできません)

	①乗車証「おでかけパスポート70」による助成	②高齢者向け定期券購入に対する助成																														
助成内容	くしろバス(株)および阿寒バス(株)が運行する路線バスで、市内および市が指定する停留所での乗降に対する助成を行います。 ※阿寒・音別地域の生活交通にも利用できます。	バス会社が販売する高齢者向け定期券「シルバー定期券65」「グリーン定期S」「悠優定期」の購入に対する助成を行います。																														
申請場所・受付時間	市内の各郵便局の窓口 (利用者負担500円で1年間有効) ※受け付けは、原則月～金曜日となります。 見本 (表) ※期限切れに十分ご注意ください!	<table border="1"> <thead> <tr> <th>場所</th> <th colspan="2">くしろバス</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>曜日</td> <td>本社 (文苑)</td> <td>釧路駅前バスターミナル</td> </tr> <tr> <td>平日</td> <td colspan="2">午前9時～午後6時</td> </tr> <tr> <td>土曜日</td> <td colspan="2">午前9時～午後5時</td> </tr> <tr> <td>日曜日、祝日</td> <td>休み</td> <td>午前9時～正午 午後1時～4時</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>場所</th> <th colspan="2">阿寒バス</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>曜日</td> <td>本社 (愛国)</td> <td>釧路駅前バスターミナル</td> </tr> <tr> <td>平日</td> <td>午前9時～午後5時</td> <td>午前9時～午後6時</td> </tr> <tr> <td>土曜日</td> <td>午前9時～正午</td> <td>午前9時～午後5時</td> </tr> <tr> <td>日曜日、祝日</td> <td colspan="2">休み</td> </tr> </tbody> </table>	場所	くしろバス		曜日	本社 (文苑)	釧路駅前バスターミナル	平日	午前9時～午後6時		土曜日	午前9時～午後5時		日曜日、祝日	休み	午前9時～正午 午後1時～4時	場所	阿寒バス		曜日	本社 (愛国)	釧路駅前バスターミナル	平日	午前9時～午後5時	午前9時～午後6時	土曜日	午前9時～正午	午前9時～午後5時	日曜日、祝日	休み	
場所	くしろバス																															
曜日	本社 (文苑)	釧路駅前バスターミナル																														
平日	午前9時～午後6時																															
土曜日	午前9時～午後5時																															
日曜日、祝日	休み	午前9時～正午 午後1時～4時																														
場所	阿寒バス																															
曜日	本社 (愛国)	釧路駅前バスターミナル																														
平日	午前9時～午後5時	午前9時～午後6時																														
土曜日	午前9時～正午	午前9時～午後5時																														
日曜日、祝日	休み																															
申請に必要な物	<ul style="list-style-type: none"> 「氏名」「住所」「生年月日」の記載がある官公署発行の身分証明書 (マイナンバーカード、健康保険証、介護保険証等) 負担金500円 お手持ちの「おでかけパスポート70」 (更新する方のみ) 	<ul style="list-style-type: none"> 「氏名」「住所」「生年月日」の記載がある官公署発行の身分証明書 (マイナンバーカード、健康保険証、介護保険証等) 定期券に貼る顔写真 (縦4.5cm×横3cm) ※グリーン定期Sは上記に加え、運転免許試験場が発行する「申請による運転免許の取消通知書」 																														
利用方法	バス降車時に乗務員に乗車証を提示すると、 <u>1回当たり100円 (現金のみ)</u> で利用できます。 ただし【⑩阿寒線】で「釧路駅から釧路空港」の間で乗車し、「雄阿寒分岐から阿寒湖温泉」の間で降車する場合 (逆を含む) は1回当たり500円となります (下記参照)	シルバー定期券65、グリーン定期S、悠優定期を購入する際 <u>1カ月当たり1,000円の値引き</u> となります。 ※都市間バス、定期観光バス、空港連絡バスは除きます。 詳細は下記にお問い合わせください。 くしろバス(株)(☎36-8181)、阿寒バス(株)(☎37-2221)																														

「おでかけパスポート70」利用可能エリア



A 区間	B 区間	C 区間
釧路駅～釧路空港	鶴丘～阿寒町行政センター～丹頂の里～中徹別～第1 鮎別	雄阿寒分岐～阿寒湖温泉
← 100円 →		← 100円 →
← 500円 →		

※20 (令和2) 年 4月1日から、B区間が延長されました。

「おでかけパスポート70」のこんな時どうするの？



更新手続き

有効期間満了日の7日前から申請できます。下記①～③を持参の上、お近くの郵便局で手続きをしてください。

紛失した場合

まずは市役所介護高齢課までご連絡ください。再発行はできませんので、下記①・②を持参の上、お近くの郵便局で新たに交付の手続きをしてください。

汚損・破損した場合

新しい「おでかけパスポート70」と交換します。
下記①・③を持参の上、市役所介護高齢課、各行政センター保健福祉課、阿寒湖温泉支所で手続きをしてください。

申請に必要なもの

- ①氏名・住所・生年月日の記載がある官公署発行の身分証明書
- ②負担金500円
- ③お手持ちの「おでかけパスポート70」

2020(令和2)年度 介護保険制度のお知らせ

問合せ先 市役所介護高齢課介護保険担当 (☎31-4598)、阿寒町行政センター保健福祉課 (☎66-2120)、音別町行政センター保健福祉課 (☎01547-9-5151)

介護保険制度はみんなで支え合う制度です

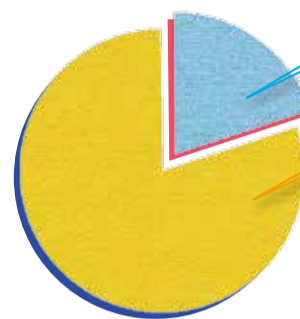
本格的な高齢社会の到来により、介護を必要とする方は増え続け、介護を家族だけで支えることが大変困難になってきています。

介護保険制度は、誰にでも起こり得る介護への不安を減らし、社会全体での支え合いにより、介護する側・される側が共に安心できる社会を実現しようというものです。

介護保険料について

介護保険料は、40歳以上の方全員に納めていただきますが、40歳以上64歳以下の方と65歳以上の方では、保険料の納め方が異なります。

介護保険給付費の財源



利用者の自己負担
10%~30%

みんなの支え合い
70%~90%

介護保険サービスに
掛かる費用

介護保険料50%		公費50%	
23%	27%	37.5%	12.5%
65歳以上の方の保険料	40~64歳の方の保険料	国・道	市

	介護保険料の決め方	介護保険料の納め方
40歳以上64歳以下の方 (第2号被保険者)	<ul style="list-style-type: none"> 加入している医療保険ごとに定められた算出方法により決められます。 	<ul style="list-style-type: none"> 加入している医療保険の保険料と一緒に納めます。 ※保険料の算出方法や納め方など、詳しくは加入している医療保険者へお問い合わせください。
65歳以上の方 (第1号被保険者)	<ul style="list-style-type: none"> 本人または世帯の市民税の課税状況、本人の所得や課税年金収入額に応じて11段階に区分されています。 ※保険料の決定通知は、毎年6月中旬ごろに発送します。 介護保険料の額は、国が定めた基準に沿って3年ごとに見直しを行っており、65歳以上の方の人数や介護サービス費用の見込額などの見直しを立て、市が決定します。 	<ul style="list-style-type: none"> 原則として、年金からの天引き(特別徴収)で納めていただきます。 ※保険料の年額は毎年6月に確定するため、4月の天引き額は、原則として前年度最終期(同年2月)の天引き額と同額になります。 年金天引きに該当しない方は、納付書または口座振替(普通徴収)で納めていただきます。 ※年金天引きに該当しない方 <ul style="list-style-type: none"> ・20(令和2)年4月1日時点で年金を受給していない方 ・受給している年金額が(一つの年金ごとに)年額18万円(月額で1万5,000円)未満の方 ・老齢福祉年金のみを受給している方 ・65歳になられて間もない方 ・市外から転入されたばかりの方 ・前年に所得更正を行うなど、何らかの理由により年金天引きが中止となった方 など

65歳以上の方の保険料は、所得に応じて11段階に分かれています

65歳になると、保険料の決め方や納め方が変わるんだね



65歳以上の方の介護保険料段階と年間保険料額 (20(令和2)年度)

介護保険料段階と要件			年間保険料
世帯全員が市民税非課税の場合			
第1段階	生活保護または老齢福祉年金(※1)受給者の方および、前年の算定用基準額(※2)と課税年金収入額(※3)の合計が80万円以下の方		2万1,096円 基準額×0.3(※4)
第2段階	前年の算定用基準額と課税年金収入額の合計が	80万円を超えて120万円以下の方	3万5,160円 基準額×0.5(※4)
第3段階		120万円を超える方	4万9,224円 基準額×0.7(※4)
本人が市民税非課税、同世帯に市民税課税者がいる場合			
第4段階	前年の算定用基準額と課税年金収入額の合計が	80万円以下の方	6万3,288円 基準額×0.9
第5段階		80万円を超える方	7万320円 基準額
本人が市民税課税の場合			
第6段階	前年の算定用基準額が	125万円未満の方	8万4,384円 基準額×1.2
第7段階		125万円以上200万円未満の方	9万1,416円 基準額×1.3
第8段階		200万円以上300万円未満の方	10万5,480円 基準額×1.5
第9段階		300万円以上500万円未満の方	12万3,060円 基準額×1.75
第10段階		500万円以上1,000万円未満の方	14万640円 基準額×2.0
第11段階		1,000万円以上の方	16万1,736円 基準額×2.3

- ※1 老齢福祉年金
1916(大正5)年4月1日までに生まれた方の一部が対象となる年金のことをいい、一般的な「老齢年金」とは異なります。
- ※2 算定用基準額
収入金額から必要経費に相当する金額や、土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した額。ただし、第1~5段階の場合は、公的年金などに係る雑所得も控除した額。
- ※3 課税年金収入額
老齢基礎年金などの収入額。障害年金や遺族年金は税法上非課税扱いとなっており、ここには含まれません。
- ※4 20(令和2)年度の第1~3段階の年間保険料額については、消費税の増税に伴う公費による負担軽減が強化され、基準額に乗じる割合が昨年度と比べて減額になっています。

▲実際に納めていただく保険料は、10円未満を切り捨てた額になります。

介護保険料の減免制度について

下記の理由などに該当するときは、申請により審査を行い、介護保険料の徴収猶予や減免が受けられる場合がありますので、ご相談ください。なお、ご相談は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、原則電話によりお問い合わせください。

- 本人または世帯の生計を維持する方が、震災、風水害、火災などにより住宅、家財などに著しい損害を受けたとき。
- 本人または世帯の生計を維持する方の収入が、事業の廃止、失業、長期入院、新型コロナウイルス感染症の影響などにより著しく減少したとき。

介護保険料を滞納すると...

介護保険料を滞納すると、将来、介護サービスを受ける際に「支払い方法の変更」や「保険給付の制限」の措置がとられる場合がありますので、ご注意ください。

※現在、サービスを利用していなくても、将来サービスを受けるときに適用されます。

身近な相談窓口「地域包括支援センター」をご利用ください

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう介護サービスをはじめ、保健、福祉、医療、健康など、さまざまな相談に応じ、高齢者の生活を総合的に支えるための地域の中核機関として市内7カ所に設置されています。心配なことやお困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

施設名	住所 (電話番号)
西部地域包括支援センター	昭和190-4462 老健くしろ内 (☎55-2666)
中部北地域包括支援センター	文苑 4-65-2 ふみぞの東陽ビル I 1階 (☎36-1233)
中部南地域包括支援センター	堀川町 8-43 (☎24-1102)
東部北地域包括支援センター	鶴ヶ岱1-10-46 (☎42-0600)
東部南地域包括支援センター	春採4-10-15 望洋ふれあい交流センター内 (☎42-8222)
阿寒地域包括支援センター	阿寒町中央1-4-1 阿寒町行政センター内 (☎66-1234)
音別地域包括支援センター	音別町中園2-119-1 音別町福祉保健センターほほえみ内 (☎01547-9-5252)

問合せ 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

～こんなとき、ご相談ください～

- 介護サービスの利用を開始したいとき
- 介護事業所や入所施設の情報を知りたいとき
- 認知症のような症状で日常生活に支障があるとき
- 足腰が弱り、日常生活に支障が出始めそうとき
- 介護の仕方が分からないとき
- 介護のことでどこに相談してよいか分からないとき
- 虐待されているような高齢者を見つけたとき
- 消費者被害が疑われる高齢者を見つけたときなど

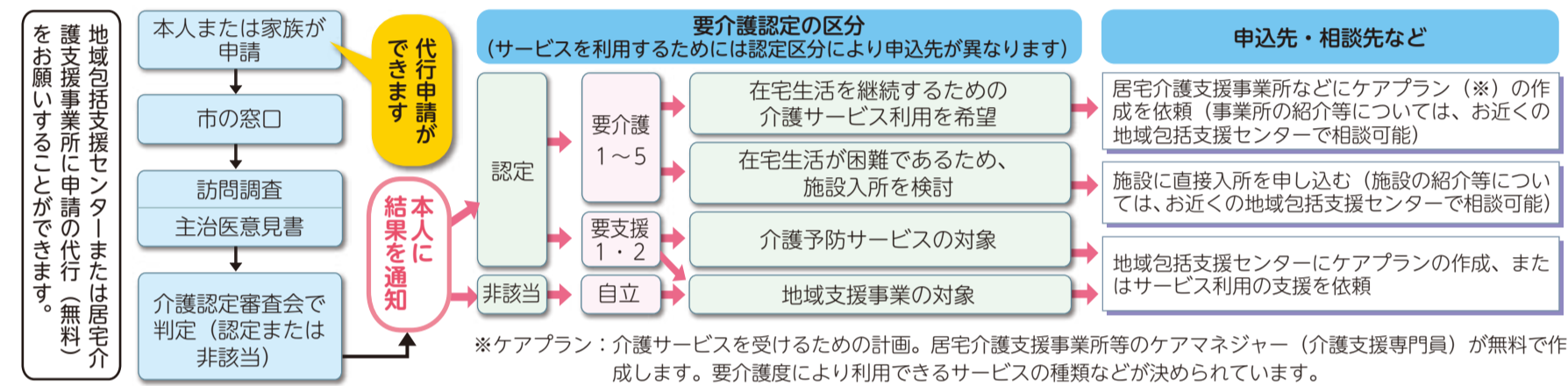


介護保険サービスを利用するためには

介護保険にはさまざまなサービスがあり、利用するためには「要介護認定の申請」が必要です。要介護認定の申請は、介護保険のサービスが受けられるかどうか、市が確認する手続きです。介護や支援が必要になったと感じたら、お気軽に市役所介護高齢課、またはお近くの地域包括支援センターへご相談ください。

●要介護認定申請の手続き方法 問合せ 市役所介護高齢課介護認定担当 (☎31-4597)

対象となる方は65歳以上の方、または40歳から64歳までの特定疾病(脳血管疾患などの16種類の疾病)が原因で介護が必要な方です。



●利用できるサービス 問合せ 市役所介護高齢課介護給付担当 (☎31-4553)

要介護(要支援)の認定を受けた方は、ケアプランに基づいて以下のようなサービスを利用できます。

サービスを利用する場合の本人負担は、掛かった費用の1割から3割となります。要介護の区分ごとに定められた限度額を超えた場合、超えた部分は全額自己負担となります。

自宅で生活をする場合の主なサービス

- ・居宅サービス(訪問サービス) ホームヘルパーや看護師などに自宅を訪問してもらい、食事、入浴、排せつなどの介助や家事援助などを受けられます。
- ・通所サービス(通いサービス) デイサービスなどに通って介護やリハビリなどを受けられます(送迎もあります)。
- ・短期入所(泊まりサービス) 緊急時などに一時的に短い期間だけ施設に入所して介護などを受けられます。ショートステイとも呼ばれます。
- ・小規模多機能型居宅介護 同じ事業所において、上記3つのサービス(訪問、通い、泊まり)を組み合わせて受けられます。
- ・福祉用具貸与 日常生活の自立を助けるための福祉用具(車いす、歩行器、つえなど)が借りられます。

施設へ入所する場合の主な施設種類

- ・特別養護老人ホーム 常に介護が必要で、在宅での生活が極めて困難である方を受け入れる施設です。
- ・老人保健施設 在宅生活への復帰を目指したりリハビリを目的とする方を受け入れる施設です。
- ・認知症高齢者グループホーム 認知症の方が共同生活を通じて介護や日常生活支援を受けるための施設です。

※上記施設サービスの他に、介護付き有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などがあり、これらは入所しながら介護サービスを利用する場合には介護認定が必要となりますが、介護認定のない方でも入所できます。

介護保険サービスには利用者負担の軽減制度があります

社会福祉法人および民間等サービスの負担軽減

介護サービスを利用し、世帯全員が市民税非課税者で、収入、資産など一定の要件を満たす方は、申請により負担が軽減されます。

対象サービス・軽減割合

訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、小規模多機能型居宅介護および介護老人福祉施設(特養)などのサービス費、食費、居住費(滞在費)の4分の1

※軽減事業の申請用紙は契約先のケアマネジャーまたは市役所防災庁舎3階介護高齢課介護給付担当にご相談ください。

食費、居住費の負担軽減

世帯全員が市民税非課税で、預貯金等の一定の要件を満たす方は、介護保険施設(特養、老健など)に入所やショートステイした場合、自己負担となる食費と居住費が申請により負担限度額(右表)を超えた分が軽減されます。

区分	年金収入等の合計額が80万円以下	居住費の種類		食費
		多床室(相部屋)	ユニット型個室	
世帯全員が市民税非課税	上記の合計額が80万円以下	日額 370円	日額 820円	日額 390円
	上記の合計額が80万円超	日額 370円	日額 1,310円	日額 650円

高額介護サービス費等の支給

介護サービス費用の自己負担額(食費、居住費を除く)の合計が1カ月で上限額(右表)を超えた金額が申請により支給されます。

区分	課税年金収入等の合計額が80万円以下	自己負担上限額
世帯全員が市民税非課税	上記の合計額が80万円超	1万5,000円
一般世帯		2万4,600円
現役並み所得相当		4万4,400円

脳の状態を知り、認知症予防に取り組みましょう！

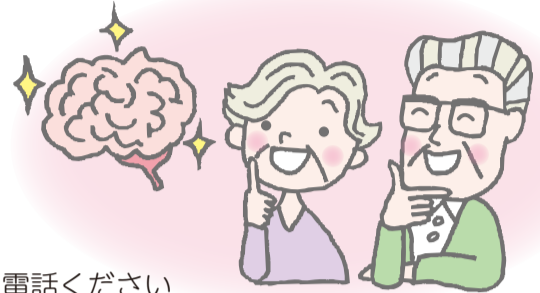
「脳の健康度テスト」を受けてみませんか？

脳の健康度テストは、認知症になる前に低下しやすい記憶力、注意力、思考力、言語などの側面から脳の認知機能を測る集団認知検査「ファイブ・コグ検査」と認知症の予防に役立つ講話を組み合わせた講座です。

今年度は5回開催（1回2日間、1人1回のみ）します。ご自分の脳の得意分野・苦手分野を知り、認知症予防を始めてみませんか？

※「ファイブ・コグ検査」は、認知症かどうかを検査するものではありません。

- **対象** おおむね65歳以上で認知症と診断されていない市民の方
※過去に検査を受けたことのある方は、1年以上間隔を空けてお申し込みください。
- **持ち物** 眼鏡（必要な方）、筆記用具
- **場所** 市役所防災庁舎5階会議室
- **定員** 各30人（先着順）
- **参加費** 無料
- **問合せ・申込** 下記の申し込み開始日から市役所介護高齢課高齢福祉担当（☎23-5185）までお電話ください
- **日程** 2日間1コース ※2日間とも参加できる方のみ（第1回目は5月に終了しました）



「ファイブ・コグ検査」は、スクリーンを見て音声を聞きながら記入して行う形式の検査です。



	日	時間	内容	申込開始日
第2回	6月22日(月)	午前10時～11時30分	ファイブ・コグ検査	5月29日(金)～
	7月6日(月)		検査結果の返却と解説、講話	
第3回	9月10日(木)	午前10時～11時30分	ファイブ・コグ検査	8月24日(月)～
	9月24日(木)		検査結果の返却と解説、講話	
第4回	11月10日(火)	午後1時30分～3時	ファイブ・コグ検査	10月21日(水)～
	11月24日(火)		検査結果の返却と解説、講話	
第5回	1月15日(金)	午後1時30分～3時	ファイブ・コグ検査	12月21日(月)～
	1月29日(金)		検査結果の返却と解説、講話	

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催時期が変更となる可能性があります。
※感染防止の対策を徹底した上での開催となります。参加される際はマスクの着用（ご持参ください）や手指消毒等のご協力をお願いします。

後期高齢者医療制度のお知らせ ～ 制度の見直しについて ～

■均等割の軽減割合が見直されました ●保険料均等割の軽減割合が、次の通り見直されました。

【19(令和元)年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	8割軽減
33万円	8.5割軽減



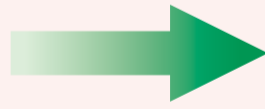
【20(令和2)年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	7割軽減
33万円	7.75割軽減

■均等割2割・5割軽減の範囲が見直されました ●保険料均等割軽減のうち、2割・5割軽減に係る所得判定基準が、次の通り見直されました。

【19(令和元)年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円+ (28万円×世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円+ (51万円×世帯の被保険者数)	2割軽減



【20(令和2)年度】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円+ (28万5,000円×世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円+ (52万円×世帯の被保険者数)	2割軽減

■20(令和2)年度の保険料の計算方法

●20(令和2)年度の保険料額は、6月中旬に個別にお知らせします。

●保険料額は、被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

均等割 【1人当たりの額】 5万2,048円	+	所得割 【被保険者本人の所得に応じた額】 (19(令和元)年中の所得-33万円) × 10.98%	=	1年間の保険料 【限度額64万円】 (100円未満切り捨て)	※年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。
-------------------------------------	---	--	---	---	----------------------------------

問合せ先 北海道後期高齢者医療広域連合（☎011-290-5601）、市役所医療年金課医療給付担当（☎31-4526）

■ご相談は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、原則、電話等により各担当課にお問い合わせください。

■保険料等の減免相談について

新型コロナウイルス感染症の影響等により一定程度収入が下がった方々に対して、6月15日(月)から後期高齢者医療保険料および国民健康保険料の減免相談を受け付けします。また、医療費（自己負担分）の減免相談については、随時受け付けています。

■傷病手当金について

後期高齢者医療制度または国民健康保険に加入している被用者の方が、新型コロナウイルス感染症に感染するなどして連続して4日以上仕事を休んだ場合、傷病手当金を支給する制度があります。

後期高齢者医療に関する問合せ先 市役所医療年金課医療給付担当（☎31-4526 ☒ ir-iryokyuu@city.kushiro.lg.jp）
国民健康保険に関する問合せ先 市役所国民健康保険課保険担当（☎31-4528 ☒ ko-hoken@city.kushiro.lg.jp）

妊娠・出産・子育ての総合相談窓口 「子育て世代包括支援センター事業」がスタートします

皆さんの子育て
応援しています!!



市の健康推進課と子育て支援拠点センターが連携し、妊娠期から子育て期までを安心して過ごしていただけるよう切れ目なくサポートします。

また、妊娠・出産・子育てなどに関する情報提供や相談支援の他、関係機関とのコーディネートも行います。

●困ったときは1人で悩まず、保健師・保育士の専門のコーディネーターにお気軽にご相談ください!

▼妊娠・子育て中は、心配なことや不安なことなどがあると思います。そんなとき、健康推進課または子育て支援拠点センターに連絡をお願いします!▼

妊娠期	出産	産後	子育て期
<ul style="list-style-type: none"> ●初めての妊娠・出産で分からないことばかり… ●2人目以降の妊娠…子どもへの対応や家事などバランス良くできるかな ●どんな準備が必要だろう 	<ul style="list-style-type: none"> ●元気に出産できるかな… ●赤ちゃんとの生活…どうなるかな 	<ul style="list-style-type: none"> ●赤ちゃん、元気に育っている?おっぱい、足りているかな? ●産後、気持ちが落ち込んでいる…どうしよう ●思うように体が動かない! 	<ul style="list-style-type: none"> ●赤ちゃん、泣いてばかりだけど、大丈夫? ●赤ちゃんと2人きり…話し相手がない ●悩みを聞いてほしい「私の子育てこれでいいの?」 ●子育て支援拠点センターに行ってみたくけど…1人では不安
<ul style="list-style-type: none"> ●親子で遊びに行ける場所を教えてください ●下の子が生まれて…上の子の接し方に悩む ●仕事に復帰したい…保育園について知りたいな ●育児・家事と仕事の両立…やっていけるかな 			

どの窓口にも相談していただいても、健康推進課と子育て支援拠点センター（東部・西部・中部）が連携して子育てをサポートします

主に妊娠・出産・産後のこと 健康推進課	主に子育てのこと 子育て支援拠点センター
【スタッフ】 保健師、看護師など	【スタッフ】 保育士
【受付時間】 月～金曜日（祝日、年末年始を除く） 午前8時50分～午後5時20分	【あそびのひろば開設時間】 月～土曜日 午前9時30分～正午、午後2時～4時30分 ※東部にはランチルームあり 【電話、メール、面談での育児相談】 午前9時～午後5時
市役所防災庁舎4階（黒金町8-2 ☎31-4525）	東部（春採4-19-1 ☎65-9912） 西部（鳥取北4-21-8 ☎65-6112） 中部（芦野3-10-9 ☎38-5037）

一人ひとりに合わせて関係機関と共に支えます

サポート内容（色付きは、新規または拡充する事業）

- 妊婦さんや子育て中のお母さんの身体と心の相談 ●お子さんの成長・発達に関する相談 ●医療機関等の関係機関との連絡調整
- 妊婦さんや子育て中の方、お子さんに関する各種母子保健事業（妊産婦・乳幼児健診や教室など）の案内やサービスの紹介 ●出張相談支援
- 6～7か月児育児相談の協働開催（会場は、防災庁舎および子育て支援拠点センター）
- 4か月児健康診査会場での保育士の専門コーディネーターによる子育て情報の提供、遊び方・接し方のアドバイス
- 必要に応じた支援プランの作成

一人ひとりに寄り添ったサポートを行います

こんなところが変わります!

相談体制の強化

- ◆健康推進課
 - 母子保健コーディネーターを配置し、コーディネーターを中心に母子保健に関する相談支援を行います。
 - 母子健康手帳交付時には、妊産婦さん自身やお子さんの健康状態、不安などを伺い、妊娠中から出産後まで必要なサポートをコーディネートします。
 - 妊娠や家族計画に関する相談も行います。
- お電話での相談はもちろん、事前にお電話をいただければ来所での相談も行っていますので、ぜひご利用ください。

- ◆子育て支援拠点センター
 - 専門のコーディネーターにより、子育てや家庭、生活などの相談支援をもとに、アドバイスや教育・保育施設など支援サービスの案内を行います。

- 電話、メール、面談での相談を行っています。ぜひ、ご利用ください。



支援プランの作成

- 健康推進課では、妊娠届出書の提出をもとに「母子健康手帳」「妊婦健康診査受診票」を交付します（阿寒・音別地域の方は各行政センター保健福祉課でも交付可能）。※転入された方の妊婦健康診査受診票の交付も行います。
- ◆妊娠届出時に、支援プランの提案をします
保健師等が妊婦さん全員と面接を行い、必要に応じて一人ひとりに合った支援プランを作成・提案します。今後の妊娠生活や産後の赤ちゃんとの生活をイメージすることにつながり、不安を少なくして生活していくために大切なプランです。各種サポート制度や妊娠中にご家族で準備しておくことも紹介しています。
 - ◆乳幼児期の成長に合わせた支援プランを提案します
お子さんの成長とともに子育てに関する悩みは変化していきます。成長に合わせたプランを必要に応じて提案します。

出張相談支援の実施

- ◆巡回相談
コーディネーターなどが、健康推進課および各子育て支援拠点センターを巡回するため、上記の相談場所で、さまざまな内容の相談が受けられます。
- ◆4か月児健康診査
子育て支援拠点センターの保育士による子育て情報の提供や、遊び方・接し方のアドバイスを実施します。
- ◆6～7か月児育児相談
お子さんの遊べるスペースを確保しながら、ゆっくり落ち着いて相談できるようになります。

医療機関等の関係機関との連絡調整

医療機関の受診の目安が分からない、受診時にどのように説明したらよいのかなど、受診することを躊躇してしまうことはありませんか?状況により、一緒に受診をしたり、事前に病院との調整を行ったりするなど安心して受診できるよう調整を行います。



来所での相談風景です。お子さんも楽しく過ごせます。



いつでも、お子さんと一緒に相談が受けられます。

6月1日～7日は「水道週間」です。

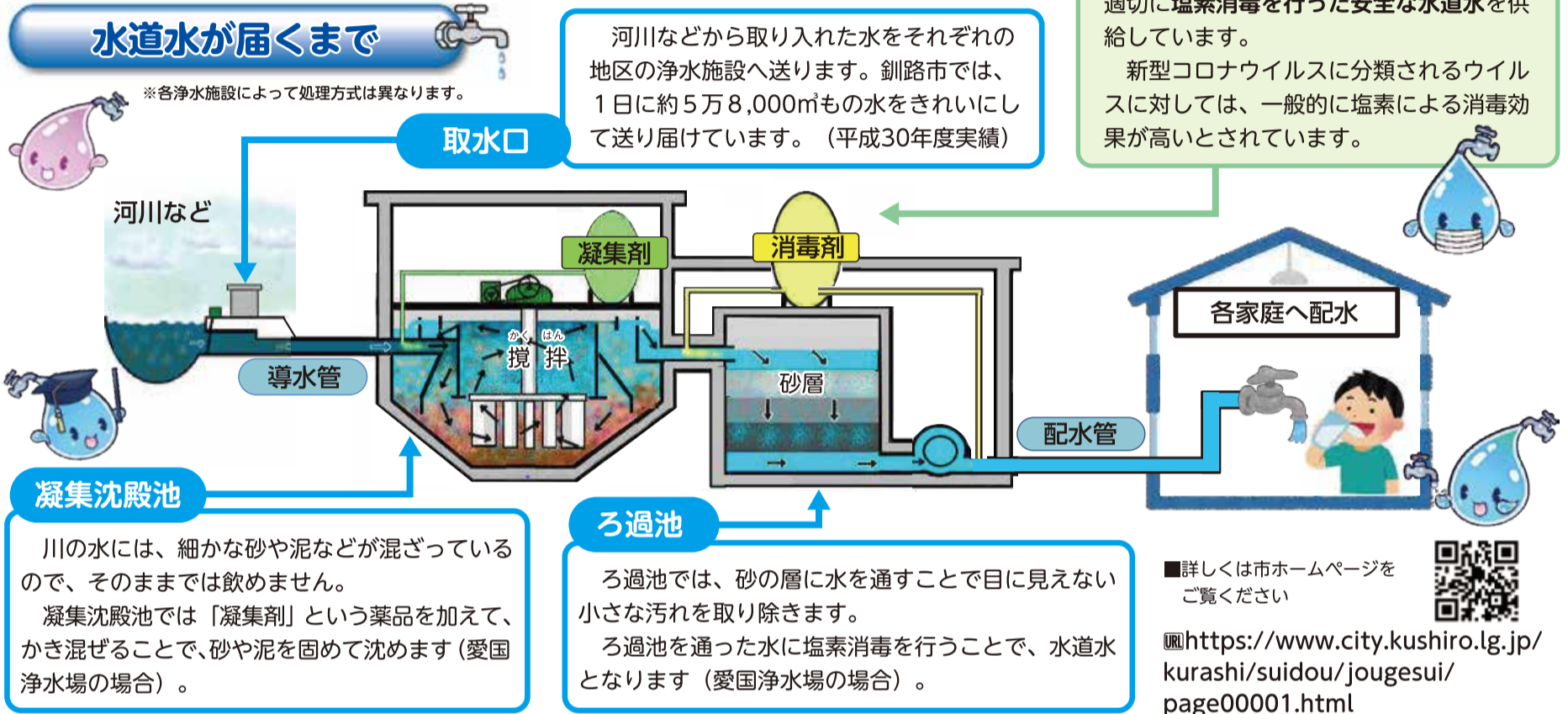
水道週間とは、厚生労働省、都道府県をはじめ各市町村の水道事業者等によって実施されるさまざまな広報活動等の運動を通して、皆さんに対して、水道の現状や課題について理解を深めていただき、今後の水道事業の取り組みについて協力を得ることを目的として実施されています。

水道週間イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、例年水道週間に合わせて開催している愛国浄水場の一般開放およびイベントを中止します。何卒ご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。

水道水が届くまで

※各浄水施設によって処理方式は異なります。



凝集沈殿池

川の水には、細かな砂や泥などが混ざっているので、そのままでは飲めません。
凝集沈殿池では「凝集剤」という薬品を加えて、かき混ぜることで、砂や泥を固めて沈めます(愛国浄水場の場合)。

ろ過池

ろ過池では、砂の層に水を通すことで目に見えない小さな汚れを取り除きます。
ろ過池を通った水に塩素消毒を行うことで、水道水となります(愛国浄水場の場合)。

安全で安心な水道水にするため…

釧路市上下水道部では、国の法令に従い適切に塩素消毒を行った安全な水道水を供給しています。

新型コロナウイルスに分類されるウイルスに対しては、一般的に塩素による消毒効果が高いとされています。

第62回水道週間スローガン

『飲み水を未来につなごう
ぼくたちで』

■詳しくは市ホームページをご覧ください



🌐<https://www.city.kushiro.lg.jp/kurashi/suidou/jougesui/page00001.html>

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください!

現在、「コロナウイルスが水道管に付着しているので、除去が必要」などといった詐欺と思われる不審な電話が全国各地で報告されています。市上下水道部では新型コロナウイルスに関連して各ご家庭へのお電話は一切行っていません。このような電話があった場合は、冷静に対応していただきますようご注意ください。

問合せ 市上下水道部総務課 (☎43-2164)

新型コロナウイルス感染症により影響を受ける事業者の皆さんへ

市では、新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、市内事業者を対象に20(令和2)年5月、6月請求分の水道料金と下水道使用料を減免(全額免除)します。

なお、対象となる事業者の皆さんには、上下水道部よりお知らせをしますので、申請の必要はありません。
※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

問合せ 市上下水道部サービス課料金担当 (☎43-2162)

🌐<https://www.city.kushiro.lg.jp/kurashi/suidou/ryoukin/page00024.html>



男女共同参画週間がはじまります 6月23日(火)～29日(月)

問合せ 市役所市民協働推進課 (☎31-4504)

20(令和2)年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ

“そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。”
“ワクワク・ライフ・バランス”

国では、6月23日(火)から29日(月)までの1週間を「男女共同参画週間」として、男女共同参画社会基本法の目的や基本理念について理解を深めるために、各種啓発活動を実施します。

市では、15(平成27)年に男女平等参画を推進するための活動拠点として男女平等参画センター「ふらっと」を開設し、市で策定した「くしろ男女平等参画プラン2018～2027年度」に基づき継続した取り組みを実施しています。

また、男女共同参画週間に併せて、各種情報発信を行います。

この週を機にぜひ「男女平等参画」について理解を深めましょう。

20(令和2)年度「男女共同参画推進フォーラム」 インターネットで配信されます

市では、国立女性教育会館(埼玉県嵐山町)で開催される「男女共同参画推進フォーラム」への参加を目的とした道外派遣研修参加者を、例年6月に募集していますが、今年度のフォーラムについては、新型コロナウイルス感染症予防対策として、オンライン(インターネット視聴)で開催されることになりました。

インターネット環境があればどなたでも視聴できますので、この機会に、男女共同参画の地域づくりや働き方改革等の課題の解決に資する内容を学んでみませんか。

視聴方法 国立女性教育会館のホームページ

(🌐<https://www.nwec.jp>)に7月上旬掲載予定

配信期間 8月27日(木)～9月26日(土)(予定)

問合せ 市役所市民協働推進課 (☎31-4504)

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。

☆ 市からののお知らせ

Kushiro City information.



記号の説明

☎日時 ☎場所・会場 ☎集合場所 ☎対象 ☎定員 ☎内容
 ☎料金(税込) ☎持参 ☎その他 ☎申込方法 ☎問合せ先
 ☎阿寒町行政センター ☎音別町行政センター

■市役所 ☎23-5151 ☎23-5222 ■阿寒町行政センター ☎66-2121 ■音別町行政センター ☎01547-6-2231

※広報くしろ6月号に掲載の催し物およびイベント等は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、変更または中止となる場合がありますので、詳細は主催者等にお問い合わせください。

催し



Jアラートを活用した住民への緊急地震速報訓練の実施

全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国からの緊急地震速報を防災行政無線およびFMくしろを利用して、市民へ伝える情報伝達訓練を実施します。

☎6月17日(水)午前10時ころ※状況により中止の場合あり/☎市内全域

訓練ですでお間違えの無いようお願いいたします。

※Jアラートとは、地震や津波、武力攻撃等の緊急情報を国から市町村へ人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

☎防災危機管理課(☎31-4207)



20(令和2)年度教科書展示会

市内の小・中学校で現在使用されている教科書と、21(令和3)年度以降使用可能となる中学用教科書の見本を、次の会場で展示します。なお釧路教育研究センターでは、高等学校用教科書の見本も展示します。

①釧路教育研究センター(千歳町3-16)
 ☎6月12日(金)~7月1日(水)(土・日曜日は除く)

②阿寒町公民館(阿寒町中央2-4-1)
 ☎6月12日(金)~24日(水)(月曜日は除く)

③阿寒湖まりむ館(阿寒町阿寒湖温泉2-6-20)
 ☎6月26日(金)~7月8日(水)(土・日曜日は除く)

④音別町ふれあい図書館(音別町朝日2-81)
 ☎6月12日(金)~7月1日(水)(第3土曜日、日曜日は除く)

※①~④各午前9時~午後5時
 ⑤中央図書館4階(北大通10-2-1)
 ☎6月12日(金)~7月1日(水)(月曜日、最終金曜日は除く)午前9時30分~午後7時30分

※会場により休館日が違います。※詳細はご確認ください。

☎市教委学校教育課(☎23-5186)

6月の自然観察会

●新緑の湿原 野鳥観察会
 ☎6月6日(土)午前10時~正午/☎シラルトロ湖・蝶の森周辺/☎シラルトロ自然情報館駐車場/☎15人/☎電話で塘路湖エコミュージアムセンター(☎015-487-3003)へ

●初夏の花を見に行こう
 ☎6月7日(日)午前10時~正午/☎15人/☎☎電話で温根内ビジターセンター(☎65-2323)へ

募集



職員・公募委員等

職員採用試験(総合職・消防職)

募集職種 = ①総合職、②総合職(土木・建築・機械)、③総合職(自己アピール)、④消防職/☎受験資格等の詳細は市ホームページをご覧ください/☎6月12日(金)(当日消印有効)までに申込書を郵送で職員課(〒085-8505黒金町7-5 ☎31-4511)へ

会計年度任用職員(児童厚生員)

募集人数 = 1人/応募対象 = 次のいずれかに該当する方または、いずれかの資格を有する見込みの方

①幼稚園、小・中学校、高校のいずれかの教諭の資格を有する方 ②保育士の資格を有する方 ③社会福祉士の資格を有する方 ④児童福祉施設の設備及び運営に関する基準(厚生省令第63号)第38条に該当する方/給与 = 月額7万9,948円~10万3,845円(勤務年数、経験年数により変動)/勤務日 = 週5日勤務(月~土曜日のシフト制、完全週休2日制)/勤務時間 = 週20時間/試験日 = 6月17日(水)/試験内容 = 面接/任用期間 = 採用時~21(令和3)年3月31日/☎応募資格等詳細は、市ホームページをご覧ください/☎6月10日(水)までにこども育成課で配布または市ホームページにある「受験申込書」「受験申込履歴書」に必要事項を記入し応募資格を証明する書類を添付の上、直接または郵送で防災庁舎3階こども育成課こども未来づくり担当(〒085-8505黒金町7-5 ☎31-4584)へ

山花公園オートキャンプ場 ☎56-3020

●6月からキャンプ場がオープン!
 イベントの詳細等は、釧路市公園緑化協会ホームページをご覧ください。

●草細工教室
 ☎7月5日(日)午後1時~3時/☎高校生以上/☎8人/☎2,200円

道の駅阿寒丹頂の里 ☎66-2969

●赤いペレー(☎66-2330)
 【レストラン鶴 お持ち帰り注文承ります】

☎6月1日(月)~30日(火)/☎受け渡し時間は要相談。本町地区は出前も出来ます。希望に添えない場合あり※全てお持ち帰り容器で対応

【父の日は赤いペレーへ】

6月21日(日)は「父の日」。お父さんと一緒に来られた方は、お父さんの入浴料が無料です。

鳥取ドーム ☎53-5125

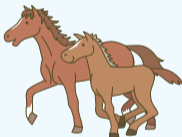
●ピラティス教室
 ☎6月の毎週木曜日午前10時30分~11時30分(全4回)/☎10人/☎2,800円(全4回分)/☎ヨガマット、タオル、ミニボール等/☎直接または電話で

ふれあいホースパーク ☎56-2566

●休園日 = 毎週火・水曜日(祝日の場合は翌日)

●ホーストレッキング(要予約)
 ☎[50分コース]4,400円、[70分コース]5,500円

●乗馬教室(要予約)
 ☎[5回コース]1万1,000円(友の会入金別途1,000円)



コア鳥取 ☎53-3199(月曜休館)

●ふまねっと体験講座
 ☎6月10日(水)、24日(水)午前10時~11時30分/☎各20人/☎500円(1日の場合は300円)/☎料金持参で窓口へ

●陽だまり広場
 ☎6月12日(金)、26日(金)午前9時30分~正午/☎60歳以上/☎100円(お茶代)

港文館 ☎42-5584

●常設展示
 ☎☎1階[釧路港資料]展示パネルが増え、クーたん広場や船の模型が加わりました。2階[石川啄木資料]

●ボールペン画家
 原田カーナの世界展2020~spring~
 ☎~6月30日(火)

サンライフ釧路 ☎42-3554

●ゼロから始める!シニアのための初めての英会話レッスン
 ☎6・7月の月曜日午前10時~11時(全6回)/☎5,000円(全6回分)

●ダイエットキックボクシング教室(水曜コース)
 ☎6・7月の水曜日午後7時~8時40分/☎25人/☎2,000円程度

●ダイエットボクシング教室(金曜コース)
 ☎6・7月の金曜日午後7時~8時40分/☎25人/☎2,000円程度

●ダイエットボクシング教室(土曜コース)
 ☎6・7月の土曜日午後2時~3時40分/☎15人/☎2,000円程度



※ダイエットボクシング教室の開始日等はお問い合わせください。

●プリザーブドフラワー体験講座~仏花のアレンジ~
 ☎6月20日(土)午前10時~11時/☎10人/☎2,200円/☎6月18日(木)まで

山花温泉リフレ ☎56-2233

●山花ギャラリー
 濱野久二雄「水彩画展」
 ☎6月1日(月)~30日(火)

●加工体験会「三温糖のカステラ」
 ☎6月11日(水)~13日(金)午前10時30分~午後0時30分/☎各日4人/☎600円/☎



6月1日(月)午前10時から電話で

●野菜と花の即売会
 ☎毎週日曜日午前10時~午後2時



※無くなり次第終了

●温泉・お食事セット券販売中
 ☎1,200円

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。

その他

文化賞の候補者を推薦してください

市の文化の発展に著しく貢献したと認められる個人または団体を顕彰します。
 ④芸術(音楽、文学、美術、芸能)、科学(自然科学、人文科学)の各分野で功績のあった個人または団体[個人]市内在住もしくは在住していた方[団体]市内に事務所を有している団体等/推薦方法=6月1日(月)~30日(火)(当日消印有効)に所定の申請用紙(市ホームページからダウンロード可)と候補者の活動がわかる詳しい資料を直接または郵送でMOO4階市教委生涯学習課(〒085-0016錦町2-4 ㊦31-4579)へ

市営住宅入居受付

受付期間=6月4日(木)~10日(水)午前9時30分~午後4時30分(7日(日)は除く。6日(土)は市役所のみ受け付け)/
 ㊦市役所1階、各行政センター、阿寒湖温泉支所/㊧収入を証明するもの、障がい者手帳のコピー、住宅明け渡し請求関係書類、印鑑(シャチハタ不可)を持参の上、会場で申込用紙に必要事項を記入
 ※郵送での申し込みは要問い合わせ。
 ※次の団地は募集を中断しています。
募集中断団地=白樺台C団地、堀川団地、武佐団地R10・R12棟、阿寒町北新町団地、阿寒町旭町団地、阿寒町まりも団地ML1・3・9・11棟、音別町光洋団地
 ※美原団地は、2人以上の世帯に限り4階、5階を別に受け付けを行いますので、申込時にご確認ください。
 ※旭団地コーディアルタウン旭橋は、借上公営住宅のため入居期限が29(令和11)年3月31日までとなっています。
 ※子育て世帯(同居者に小学校就学前の子供がいる世帯)向け住宅は、次の①~⑤の住宅を受け付けします。
 ①春採団地すずらん1-0131号室(2LDK、3階) ②緑ヶ岡団地くるみ-135号室(3LDK、3階) ③芦野団地ぬさまい-316号室(2LDK、1階) ④春日団地いちい-0153号室(3LDK、5階) ⑤昭和団地SW5-522号室(2LDK、2階)
 ※新婚世帯向け住宅(入居者および同居者であるその配偶者の年齢の合計が70歳以下であり、かつ、婚姻の届出日から2年以内の世帯)は、次の①~②の住宅を受け付けします。
 ①春採団地すずらん2-0234号室(2LDK、3階) ②昭和団地SW5-545号室(2LDK、4階)
 ※車椅子使用世帯向け住宅は、空き家の有無を問わず、常時募集しています。
 ㊦市住宅公社(㊦31-4563)、阿寒建設課(㊦64-6191)、音別建設課(㊦01547-6-2231)

税・保険・年金



市道民税(個人住民税)の減免制度について

次のように災害や生活困窮などの特別な事情により個人住民税の納付が困難と思われる方について、本人の申請により減免の対象となる場合があります。減免の可否は、世帯全体の所得状況や資産保有状況等を総合的に判断した上で決定します。
 ㊦①生活保護法による扶助を受けることとなった方およびそれに準ずる生活困窮の状況にあると認められる方 ②災害により甚大な被害を受けた方 ③失業、廃業、疾病等により著しい生活困窮の状況にあると認められる方/㊦減免は申請時に納期が未到来の税額分が対象であり、既に納期が到来している税額分については減免の対象外となります※20(令和2)年度の税額決定通知書は6月中旬発送予定です。/㊦市民課税市民税担当(㊦31-4514)

国民健康保険課からのお知らせ

●国民健康保険証の更新に伴う郵送のお知らせ
 7月中旬に新しい保険証を郵送します。簡易書留での郵送を希望される方は、はがきに住所、氏名、簡易書留希望と記載し、6月30日(火)(必着)までに郵送してください。※簡易書留の受け取りには受領印が必要です。配達日の指定はできません。
 郵送先・㊦国民健康保険課保険担当(〒085-8505黒金町7-5 ㊦31-4528)
 ●健康保険の加入・脱退手続きをお忘れなく
 国民皆保険の制度により、協会けんぽ等の健康保険に加入している方以外は、国民健康保険の加入が義務付けられています。転入や退職等で保険証をお持ちでない方や、任意継続の加入期間が終了する方は、忘れずに加入の手続きをしてください。なお、保険料は国保の資格が発生したときまで(最高2年間)さかのぼって計算されます。また、国保に加入中の方が市外へ転出する場合や、協会けんぽ等の健康保険の適用になった場合などは脱退の手続きが必要になりますので、詳しくはお問い合わせください。
 ㊦国民健康保険課保険担当(㊦31-4528)

農業者年金受給者の方へ

6月30日(火)までに現況届を提出してください。
提出場所=市役所4階農業委員会事務局、㊦農林課阿寒農林振興担当、㊦農林課音別農林振興担当/㊦農業委員会事務局(㊦31-4596)



6月30日(火)は下記の市税等の納期限です

- ・市道民税(第1期)
 - ・国民健康保険料(第1期)
 - ・後期高齢者医療保険料(第1期)
 - ・介護保険料(第1期)
- ※いずれも普通徴収分
 ・6月分保育園保育料
●市税等 休日の納付相談窓口
 ㊦6月27日(土)午前9時~午後5時
 ◆市税等の滞納に対しては、動産・不動産を問わず差し押えを執行し厳しく対処しています。納付にあたってお困りの際は納税課までご相談ください。
 ㊦納税課(㊦31-4517・4518)
■納付には便利な口座振替を■

環境



環境保全課からのお知らせ

●カラス・ハトに餌を与えないで
 カラスやハトに餌を与えると人を恐れなくなり、人に危害を加えたり、排出ごみを荒らしたり、ふんで洗濯物が汚れるなど、地域の皆さんの迷惑になりますので餌は与えないでください。
 ㊦環境保全課環境衛生担当(㊦31-4533)・自然保護担当(㊦31-4594)、㊦市民課環境担当(㊦66-2211)、㊦市民課環境担当(㊦01547-6-2231)
 ●市街地に出没するエゾシカについて
 近年、本来の生息適地ではない市街地にエゾシカが出没し、住宅地や通学路を徘徊するなどの事例が見られます。市街地にエゾシカが出没した際は、不用意に接近したり取り囲んだりせずに避難してください。追い詰められると予測しない行動をします。近寄らずに遠くから見守ることで、しばらくすると、湿原や山林に帰っていくことが多いです。
 ㊦環境保全課自然保護担当(㊦31-4594)、㊦市民課環境担当(㊦66-2211)、㊦市民課環境担当(㊦01547-6-2231)

環境事業課からのお知らせ

●集団資源回収に取り組みませんか
 家庭から出る新聞紙等のリサイクルを進めるために、対象となる資源物を協力して集める団体へ奨励金を交付しています。リサイクル意識を高めながら団体活動の活性化につながる集団資源回収をぜひご活用ください。
対象団体=町内会などの非営利の市民団体(自治会、子ども会、老人クラブ、PTA等)※要事前登録/**対象品目**=新聞紙、雑誌、段ボール、紙パック/**奨励金**=回収した量に応じて、1kgごとに2円
 ●ごみの野外焼却は禁止されています
 ごみの野外焼却は、一部例外を除き法律で禁止されています。煙、すす、悪臭により近隣への迷惑になるだけでなく、有害物質の発生や野火の原因にもなります。お互いが快い環境で過ごすためにも絶対にやめてください。

刈り草や枝は

可燃ごみの日に排出してください
 刈り草や落ち葉は透明または半透明の袋に入れ、剪定した木の枝は長さ50cm以内にしてひもで束ねて、可燃ごみの日に出してください(枝の太さは直径10cm以内のもので1回につき3袋(束)程度とし、それぞれに名前を書いてください)。
 ㊦環境事業課廃棄物対策担当(㊦31-4551)、㊦市民課環境担当(㊦66-2211)、㊦市民課環境担当(㊦01547-6-2231)

健康



麻しん風しん混合予防接種を受けましょう

麻しんは感染力が強く、気管支炎や肺炎、中耳炎などの合併症を引き起こすことがあります。また、風しんは妊娠中の方がかかると、赤ちゃんに先天性風しん症候群という障がいが残ることもあります。以前に予防接種を受けた方も、麻しんまたは風しんのどちらかにかかったことがある方も、予防接種を受けましょう。対象者は、1回無料で予防接種を受けることができます。

麻しん風しん混合	20(令和2)年度の対象者
第1期	生後12カ月以上24カ月未満のお子さん
第2期	14(平成26)年4月2日~15(平成27)年4月1日生まれのお子さん

接種回数=各1回※対象者以外の方も、任意接種として有料で接種できます。/㊦直接予防接種を実施している市内医療機関へ/㊦健康推進課(㊦31-4524)、㊦保健福祉課(㊦66-2120)、㊦保健福祉課(㊦01547-9-5252)

エイズ検査(HIV検査)・肝炎検査

HIVは性的接触や血液を介して感染します。北海道では、18(平成30)年の新規HIV感染者は21人、エイズ患者は8人、合計29人と報告されており、月平均2.4人のHIV感染またはエイズ発症が判明しています。感染が心配な出来事があれば、一度検査を受けてみましょう。
 ㊦毎月第2・4火曜日(6~9月、12月は夜間にも実施)/㊦匿名で受診可、HIVや肝炎についての相談も受け付けています。また、釧路保健所のホームページもご覧ください/㊦釧路保健所(城山2-4-22 ㊦65-8076※HIV相談電話直通)

特定不妊治療費助成事業

北海道の実施する特定不妊治療費助成の決定を受けている方を対象に、夫婦の経済的な負担を軽減するため、治療費の一部を助成します。対象となる治療は体外受精、顕微授精およびその一環として行われる男性不妊治療です。詳しくはお問い合わせください。
 ㊦健康推進課(㊦31-4524)

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。

福祉



高齢者の優待施設のお知らせ

市内在住の65歳以上の方は、下記施設の入場料等が全額または一部減免されます。ご利用の際は、住所、氏名、年齢のわかる健康保険証、運転免許証、マイナンバーカード等を提示してください。

全額免除対象施設＝山花公園オートキャンプ場(入場料のみ)、丹頂鶴自然公園、湿原展望台、市立博物館、市立美術館(特別展を除く)／**半額免除対象施設**＝こども遊学館展示室観覧料(特別展を除く)・プラネタリウム観覧料、鳥取温水プール、阿寒町スポーツセンタープール、音別町温水プール／**介護高齢課高齢福祉担当**(☎31-4539)

「おうちでふまねっ」に取り組んでみませんか?

外出を控えている間も介護予防に取り組めるよう、自宅でできるふまねっの作り方と運動の方法を紹介したリーフレットを希望者へ配布します。市ホームページにも掲載しますので、ぜひご利用ください。

☎おおむね65歳以上の市民／配布場所＝防災庁舎3階介護高齢課高齢福祉担当、お住まいの地区の地域包括支援センター／**☎介護高齢課高齢福祉担当**(☎23-5185)

「みんな安心」介護保険・高齢者福祉ガイドをご利用ください

市の介護保険や高齢者福祉サービスの情報をまとめたガイドブックを作成しました。市役所介護高齢課窓口、各地域包括支援センターや各支所、コア各館で配布している他、市ホームページにも掲載しています。

☎介護高齢課高齢福祉担当(☎31-4539)

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

**●ひとり親家庭の
お父さん・お母さんの自習室**
☎6月の毎週月曜日午後1時30分～4時30分／**☎ひとり親家庭等の親**(託児あり。要予約)
●パソコン学習室
☎6月の毎週火曜日午前10時～午後3時／**☎ひとり親家庭等の親**(要予約)／**☎7人**
【共通】☎☎電話で釧路母子家庭等就業・自立支援センター(☎22-2401)へ

児童手当の現況届について

児童手当受給者は、現況届の提出が必要です。届出用紙等の必要書類は、随時通知します。新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、郵送での提出を推奨します。

☎☎6月1日(月)～30日(火)(土・日曜日は除く)に防災庁舎2階こども支援課(☎31-4540)、**☎保健福祉課**(☎66-2120)、**☎保健福祉課**(☎01547-9-5151)へ

6月の子育て講座

●親子で楽しく外遊び
☎6月9日(火)午前10時30分～11時30分／**☎こども遊学館**／**☎1歳5カ月以上のお子さんとその家族**／**☎8組**／**☎☎西部子育て支援拠点センター**(☎65-6112)
●乳歯のお手入れ
☎6月11日(木)午前10時30分～11時30分／**☎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**／**☎8組**／**☎☎中部子育て支援拠点センター**(☎38-5037)
●命を守ろう！交通安全教室
☎6月19日(金)午前10時30分～11時30分／**☎1歳5カ月以上のお子さんとその家族**／**☎8組**／**☎☎親子つどいの広場昭和**(☎55-2231)

●心と体の育ち

☎6月25日(木)午前10時30分～11時30分／**☎1歳前後のお子さんとその家族、子育てに携わっている方**／**☎8組**／**☎☎東部子育て支援拠点センター**(☎65-9912)

●子育て教室

☎7月8日(水)～29日(水)／**☎①母乳育児 ②乳児の健康 ③離乳食 ④心と体の育ちについて**／**☎令和2年1月1日～4月1日生まれの乳児とその家族(第1子の親子対象、全4回開催)**／**☎8組**／**☎☎詳細はお問い合わせください**／**☎☎東部子育て支援拠点センター**(☎65-9912)

その他



上下水道料金

夜間・日曜納付相談窓口
夜間＝6月16日(火)午後8時まで／**日曜**＝6月28日(日)午前9時～午後5時／**☎☎上下水道料金お客様サービスセンター**(南大通2-1-121)／**☎第一環境(株)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)

6月25日(木)は 交通安全「無事故の日」

交通法規の順守はもちろん、思いやり・譲り合いの精神を念頭に、交通安全を心掛けましょう。
☎市民生活課(☎31-4521)

中学校用教科書の採択を行います

教科書採択とは、国の教科書検定に合格した数種類の教科書の中から、学校で使用する教科書を教科ごとに一種類に決定するもので、今年度は21(令和3)年度以降に中学校で使用する教科書の採択を行います。教科書採択は市町村教育委員会で行い、採択された教科書は原則4年間使用されます。
☎市教委学校教育課(☎23-5186)

橋梁補修工事による

鳥取橋通行止めのお知らせ

規制方法＝車両全面通行止めおよび車線減少／**工事期間**＝～8月20日(木)／**通行止め期間**＝～6月30日(火)(予定)



※工事に伴い、ご不便、ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。通行止め期間中、公共交通機関を利用する際には、迂回による遅延や運行時刻の変更等にご注意ください。
☎道路河川課建設担当(☎31-4561)

「釧路アイスアリーナ」 「柳町アイスホッケー場」に ネーミングライツを導入しました

市教委では、スケート競技の拠点施設である両施設の魅力および市民サービスの向上を図るとともに、安定的な自主財源を確保するため、ネーミングライツを導入しました。4月10日～5月1日に募集を行い、選定委員会を経て、次のおりスポンサーの契約を結ぶことになりました。

●釧路アイスアリーナ
契約者＝株式会社三ツ輪商会／**愛称**＝ひがし北海道クレインズアイスアリーナ／**契約期間**＝7月1日～22(令和4)年3月31日

●柳町アイスホッケー場
契約者＝株式会社釧路厚生社／**愛称**＝KKS 釧路厚生社アイスアリーナ／**契約期間**＝6月1日～23(令和5)年3月31日
☎市教委スポーツ課(☎31-2600)

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)
☎6月10日(水)午後1時～3時／**☎防災庁舎3階相談室3**(スズラン)※まずは防災庁舎4階、健康推進課にお越しください。
●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

●釧路市夜間救急センター(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

胃がん・肺がん検診

※実施曜日は月～金曜日、第1・3土曜日です。
☎40歳以上(1年に1回受診可) / ☎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
5日(日)	緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンター
8日(水)	緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンター
14日(火)	緑ヶ岡南会館
23日(木)	緑ヶ岡6丁目東部町内会館 武佐わかば会館 ときわ台町内会館 若草団地町内会館
24日(金)	春採下町会館
25日(土)	春採下町会館 武佐わかば会館 武佐会館 武佐第3集会所

【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」もご利用いただけます(対象者のみ)。巡回バス検診ではAコース(胃・肺・大腸)に限り受診できます。／**☎健康推進課**(☎31-4524)

子宮頸(けい)がん・乳がん・大腸がん検診

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)／**☎☎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 1,270円	釧路がん検診センター 上記以外の検診機関
乳がん (マンモグラフィ)	1,260円 1,050円	40歳代 50歳以上
大腸がん (便潜血検査)	550円 630円	釧路がん検診センター 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)	○	○
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。

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。

市議会6月定例会

6月10日(水)午前10時から開会予定です。
国議会事務局(☎31-4581)

消防本部からのお知らせ

●放火に警戒してください!
例年、この時季に「放火・放火の疑い」による火災が発生しています。次のことに注意して、放火をされない・させない環境を作りましょう。
○家の周りに燃えやすいものを放置しない
○物置や車庫の施錠を確認する
○ゴミは決められた日の朝に出す
○外灯等を設置することで暗がり無くす
●消防職員や救急職員を名乗る不審な電話にご注意!
昨年の7月頃から「消防職員」や「救急職員」を名乗り、個人情報を聞き出そうとする不審電話が続いています。消防では職員が電話で個人情報を聞き出したことはありません。詐欺に発展する恐れがありますので、消防や救急職員を名乗る電話に、個人情報を教えないようお願いいたします。
☎消防本部予防課予防広報担当(☎23-0426)

建築指導課からのお知らせ

●既存住宅耐震改修費補助申請受付中
対象住宅=申込者が所有かつ居住している住宅、長屋、併用住宅、共同住宅で、81(昭和56)年5月31日以前に着工され、現行の規定に満たないと判定されたもの/☑市内に住所を有し、市税等の滞納がない方/補助金額=耐震改修工事費の23%以内で、限度額は45万円
●住宅エコリフォーム補助申請受付中
対象住宅・工事=申込者が所有かつ居住、または工事後速やかに居住する戸建住宅、長屋または共同住宅の住戸部分(分譲マンションは専有部分)で、市内に本店を有する事業者、または住民登録している個人が施工する20万円以上の工事/☑市税等の滞納がない満20歳以上の市民、または工事後速やかに市民になる方/補助金額=補助対象工事費の10%以内で、戸当りの限度額は50万円※別途高齢者同居加算・地域材利用加算制度もあります。
【共通】受付期間=～10月30日(金)(先着順)/☑既に着工している場合は対象となりません。また、補助を受けるためには各種条件がありますので、詳しくはお問い合わせください/☑建築指導課指導防災担当(☎31-4569)

各種相談

アイヌ施策広域相談事業

北海道では、アイヌ生活相談員の所在しない市町村に暮らすアイヌの人たちを対象に子弟の教育や文化の保存伝承、生活と雇用の安定といったアイヌ施策全般にわたる相談をお受けしています。他地域のアイヌの人たちからの相談もお受けします。
☎～21(令和3)年3月31日の月～金曜日午前9時～午後4時(祝日および年末年始を除く)/☑北海道アイヌ協会(☎0800-800-2378)

●女性のための無料法律相談(要予約。先着4人)
☎6月10日(水)午後1時～3時/☑6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(☎65-1034)

●障がい者就労支援相談(要予約)
☎6月18日(水)午後1時～4時/☑防災庁舎3階障がい福祉課/☑障がい福祉課(☎23-5201)、障がい者就業・生活支援センターぶれん(☎65-6500)

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した世帯への貸し付けについて

釧路市社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、収入に減少があり生活資金にお困りの世帯に対し、生活福祉資金特例貸付(緊急小口資金・総合支援金)の相談・受付を実施しています(要予約)。
☑釧路市社会福祉協議会釧路支所(☎24-1565)、阿寒支所(☎66-4200)、音別支所(☎01547-6-2941)

法律相談(要予約。先着6人)

☎6月5日(金)、19日(金)、7月3日(金)午後1時～3時/☑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(☎31-4504・4505)へ

行政相談(当日受付)

☎6月2日(火)、16日(火)午後1時～3時/☑当日、市民協働推進課(☎31-4504・4505)へ

【共通】☑市役所1階市民相談室

●国による事業者への事業継続を支援する「持続給付金」～電子申請が困難な方のために「持続給付金申請サポート会場」が開設しています(完全予約制)
☎～8月31日(月)(予定) 午前9時～午後5時(土曜日、祝日を除く※6月は無休)※閉鎖後も持続給付金ホームページから随時申請可/☑道東経済センタービル3階会議室(大町1-1-1)/☎19(令和元)年以前から事業収入があり、20(令和2)年1月以降、新型コロナウイルス感染症拡大の影響等により、ひと月の売上が前年同月比で50%以上減少し、今後も事業を継続する意思がある事業者/☑オペレーター対応(☎0570-077-866)、音声ガイダンス対応(☎0120-835-130※会場予約番号「0119」)/☑コールセンター(☎0120-115-570※IP電話からは☎03-6831-0613)



教えて、くしろ! 子ども探検隊!



今日は、「感染症予防」について紹介します。

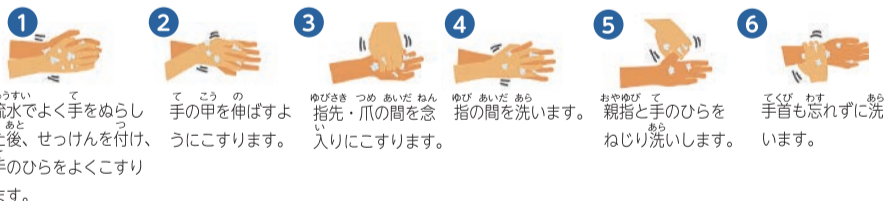
問合せ先 市役所健康推進課(☎31-4525)

●感染症から、自分を守るためにはどうすればいいの?

一番の基本は手洗いだよ。手洗いをすることで、ウイルスが手についたまま口や鼻を触り、粘膜から感染することを予防できるんだ。

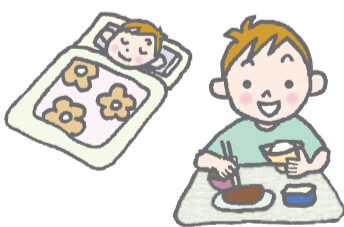
●どんなときに手を洗うのかな?

「外から家に帰ったとき」「せきやくしゃみ、鼻をかんだとき」「ご飯やおやつを食べる前」「トイレに行った後」「外にあるものを触ったとき」だよ。せっけんやハンドソープを使って30秒以上しっかり洗おうね。



●その他に予防法はあるのかな?

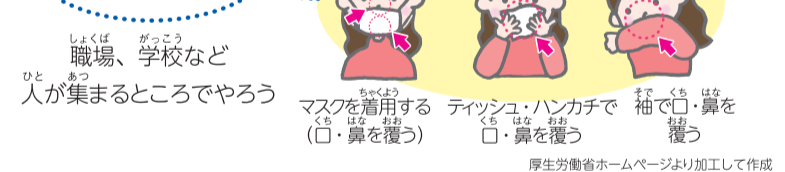
抵抗力を高めることが大切だよ。抵抗力とは、ウイルスなどに打ち勝つための体力や免疫力のことだよ。しっかり寝て、バランスのとれた食事をして、適度な運動をすることが大切なんだ。



●感染症から、自分とみんなを守るためにはどうするの?

せきエチケットに気を付けよう。せきなどで感染症のウイルスが1～2メートル飛ぶと言われているんだ。せきエチケットでウイルスが飛ぶことを予防できるよ。

3つのせきエチケット



●テレビで聞く「3つの密」って何?

- ①密閉...空気の入れ替えができないところ
②密集...たくさんの人が集まる場所
③密接...すぐ近くで会話する場所



この3つの「密」が重なる場所でウイルスが広がり、多くの人が同時に感染してしまうんだよ。こまめに窓を開けて換気したり、他の人とは2メートル以上の距離をあげたりすることが大切なんだ。

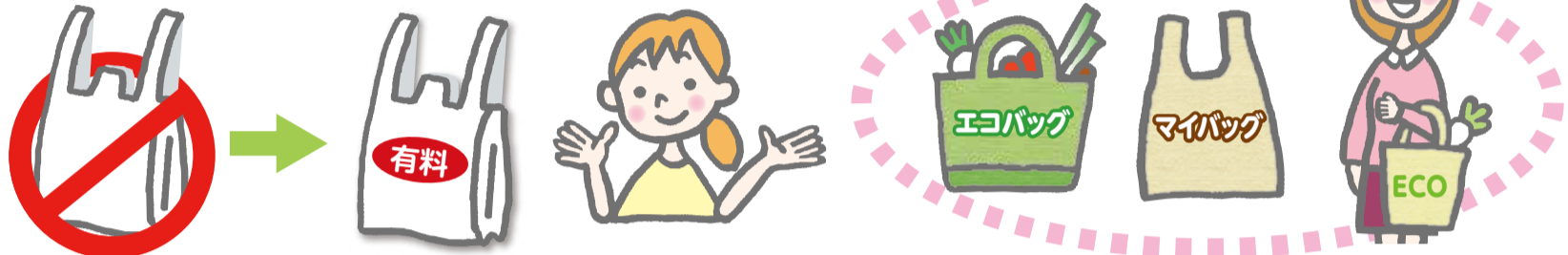
7月1日(水)から全国一斉にレジ袋の有料化がスタートします レジ袋の削減にご協力ください

環境問題
解決の
第一歩

プラスチックは、非常に便利な素材です。成形しやすく、軽くて丈夫で密閉性も高いため、製品の軽量化や食品ロスの削減など、あらゆる分野で私たちの生活に貢献しています。

一方で、廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ、地球温暖化などの課題もあります。私たちは、プラスチックの過剰な使用を抑制し、賢く利用していく必要があります。このような状況を踏まえ、国が容器包装リサイクル法に基づく省令改正を行い、7月1日(水)から、全国でプラスチック製買物袋、いわゆるレジ袋の有料化がスタートすることになりました。

皆さんも、レジ袋有料化をきっかけに、エコバッグを持ち歩く等、できるところからプラスチックを賢く使う工夫をしてみましょう。



※レジ袋の有料化は、容器包装リサイクル法改正に伴い制定された「小売業に属する事業を行う者の容器包装の使用の合理化による容器包装廃棄物の排出の抑制の促進に関する判断の基準となるべき事項を定める省令」の改正に基づき、全国で一斉に開始されるものです。

レジ袋有料化に関する問合せ先 (受付時間 平日、午前9時～午後6時15分)

消費者向け
0570-080180
事業者向け
0570-000930

制度などの詳細は右記QRコードで確認できます。(経済産業省HP)



6月は環境月間です

問合せ先 市役所環境保全課環境管理担当 (☎31-4535)

今、地球規模で問題となっている地球温暖化から自然や生活の環境を守るために、一人ひとりが温暖化防止につながるエコなライフスタイルを実践する「賢い選択」をしてみませんか。市では、家庭で取り組めることを中心に、地域特性を生かした環境活動を行っています。

やってみよう「COOL CHOICE」で賢い選択!

「COOL CHOICE」とは、省エネ製品を選ぶ、徒歩や公共交通機関で移動する、こまめに消灯するなど、仕事や生活のさまざまな場面で、温暖化対策に役立つあらゆる「賢い選択」を促す国民運動です。2030年度の温室効果ガス排出量を2013年度比で26%削減するという目標達成のために、15(平成27)年から環境省が広く国民に呼びかけており、17(平成29)年には釧路市長がこの取り組みに賛同する宣言をしています。皆さんも釧路でできる「COOL CHOICE」で快適なエコライフに取り組んでみませんか。



未来のために、いま選ぼう。

釧路で気軽にできる COOL CHOICE

●エコドライブ

ふんわりアクセルとゆとりを持った車間距離で、環境とお財布に優しい安全で快適なドライブをしましょう。

●エコカー

車を選ぶときはハイブリッド車などの次世代自動車を積極的に選びましょう。広い北海道では、長距離移動が多いため大きな効果があります。

●省エネ機器

ライフスタイルに合わせた省エネ機器を選び、経済的でCO₂排出の少ない快適な暮らしを目指しましょう。

●照明の効率化

必要な時だけ照明を点灯する習慣を付けましょう。長寿命のLED照明などを取り付けると経済的にもお得です。

●公共交通

徒歩や自転車と併せてバスや電車などの公共交通機関を利用して、温暖化防止と健康の増進につなげましょう。

●低炭素物流

宅配便の荷物をできるだけ1回で受け取るために、荷物を受け取る時間帯や場所を指定するなどのサービスを活用して、再配達によるCO₂排出をなくしましょう。

●省エネ住宅

一番長い時間を過ごす住宅を省エネ化しましょう。温暖化防止に大きな効果があります。



省エネ設備等の設置費を補助します

市では、CO₂排出量の削減などを目的に、省エネ設備や再生可能エネルギー設備の設置者への補助制度を行っています。

※申込方法や必要書類などの詳細については、市ホームページ(くらし⇒環境⇒地球温暖化防止⇒太陽光発電・e²c^oライフ)をご覧ください。右記QRコードもご利用ください。

申込期間 第1回 7月3日(金)まで

第2回 11月2日(月)～12月11日(金)



【省エネ設備等 (ecoライフ促進支援補助金)】

補助対象設備	補助上限額	補助件数
潜熱回収型ガス給湯暖房機	3万円	10件※1
CO ₂ 冷媒ヒートポンプ給湯機	3万円	
高効率石油給湯機	3万円	20件
ヒートポンプ式暖房	6万円	
家庭用燃料電池	15万円	2件
定置用蓄電池※2	8万円	15件
ガスコジェネレーションシステム	6万円	10件
木質ペレットストーブ	10万円	2件

※1 現在、居住している住宅において、新たに設置する場合に限ります。
※2 新たに太陽光発電も併せて設置する方が対象となります(増設も可)。

生涯学習ガイド 6月

日…日時 所…場所・会場 集…集合場所 対…対象限定 定…定員締切 抽…多数時抽選 入…要入館料
 料…要料金 申…要事前申込 問…問合せ先 詳…詳細を各施設へお問い合わせいただく必要があるもの

※特に記載のないものは、参加無料、当日直接会場へ行く催しです。※都合により開催時間等が変更になる場合があります。

●市立博物館
 春湖台1-7 電話41-5809
 ●埋蔵文化財調査センター
 春湖台1-7 電話43-0739
 【休館日】月曜日

●生涯学習センター
 幣舞町4-28 電話41-8181
 【休館日】月曜日

●市立美術館
 幣舞町4-28 電話42-6116
 【休館日】月曜日

●コーチャンフォー
 釧路文化ホール
 (市民文化会館)
 治水町12-10 電話24-5005
 【休館日】月曜日

※広報くしろ6月号に掲載の催し物およびイベント等は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、変更または中止となる場合があります。詳細は主催者等にお問い合わせください。

市立博物館

～7/5(日) 9:30～17:00 企画展「釧路のイトウと淡水魚」

●野外探訪会・観察会 回各20人(先着順) 下記申込開始日から電話または当館ホームページの講座案内ページで※雨天中止

- [歴史探訪会「まちなみ散歩」] 日7(日)10:00～12:00 火2(火)9:30～
- [しらべてみよう春採湖の昆虫] 日13(土)13:30～15:00 日9(日)9:30～
- [春採湖畔草花ウォッチング] 日20(土)13:30～15:30 日16(火)9:30～
- [春採湖畔一周探鳥会] 日21(日)8:00～11:00 日16(火)9:30～

国内最大の淡水魚イトウをはじめ、溪流魚たちの生態を最新の知見を交えて紹介します。美しい映像や写真も見どころです。
 ※展示期間が延長しました。

市立美術館

～21(日) 10:00～17:00 (金・土曜日は19:00まで) 特別展 めいろ!めいろ!!迷路!!! ～香川元太郎からの挑戦状～

かくし絵・迷路絵本や歴史考証のイラストを手掛ける香川元太郎氏の原画が釧路にやってきます。精緻で美しいイラストの中に描かれた、複雑怪奇な迷路と隠された謎。これらに挑戦するうち、自然や歴史についての豆知識なども学べます。展示室には巨大迷路も登場します。

30(火)～8/30(日) ※8/10(月) 特別開館 10:00～17:00 特別展 フェルメール 音楽と指紋の謎

17世紀のオランダ絵画を代表する画家のひとり、ヨハネス・フェルメール氏の全37作品をリ・クリエイト(複製画)で一堂に展示します。

生涯学習センター(まなぼっと幣舞)

大ホール 市民展示ホール 多目的ホール

講座

【お知らせ】「市民学園講座」延期について

5月から開講を予定していました市民学園講座ですが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に伴い、当面延期させていただいています。募集につきましては、開催の目途が立ち次第、広報くしろ等にてご案内させていただきます。ご迷惑をお掛けすることとなり大変申し訳ありませんが何卒ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

ホール

20(土)10:00 ライフ・ガーデン

ライフ・ガーデン事務局 清野 090-3903-7090

加藤登紀子コンサート 払い戻しのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、加藤登紀子コンサートは中止となりました。チケットの払い戻しは6月20日(土)までにお買い求めのプレイガイドで承ります。

コーチャンフォー釧路文化ホール(市民文化会館)

大ホール 小ホール 展示ホール

プラハ・チェロ・カルテット釧路公演のお知らせ

当初予定していました7月4日(土)の公演開催は困難であることから、公演延期で調整を行っています。詳細は決まり次第、当館ホームページ等に掲載します。

キエフ・バレエ・ガラ公演中止・払い戻しのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、キエフ・バレエ・ガラ公演は中止となりました。チケットの払い戻しは8月8日(土)までにお買い求めのプレイガイドで承ります。

「広報くしろ」のアプリが新登場!

「広報くしろ」のアプリができました!

スマートフォンで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「グリーンカレンダー」を見ることができるようになりました。イベントの日程や場所、時間などを手軽にいつでも検索することができます。

また、広報くしろ全体が読める市ホームページにもリンクし、電子書籍で手軽に読むこともできます。

●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



●道立釧路芸術館
幸町4-1-5 ☎23-2381
【休館日】月曜日

●こども遊学館
幸町10-2 ☎32-0122
【休館日】月曜日

●中央図書館
北大通10-2-1 ☎64-1740
【休館日】月曜日、26(金)
【各地区図書館休館日】
月曜日、26(金)

●西部地区図書館
鳥取北8-3-10 ☎53-3499
●東部地区図書館
益浦1-20-20 ☎91-0604
●中部地区図書館
愛国191-5511 ☎38-5499

●湿原の風アリーナ釧路
広里18 ☎38-9800
【休館日】17(水)

●鳥取温水プール
鳥取南4-4-21 ☎53-5333
【休館日】8(月)、22(月)

道立釧路芸術館

~21(日)	9:30~17:00	新収蔵展示「時の啓示」池田良二版画展
~7/1(水)	9:30~17:00	北海道・鉄道開業140年 Part 1 急行「ニセコ」1971年冬 ~蒸気機関車C62栄光の記録~荒川好夫写真展 Part 2 ロマンチック北海道への旅~栗谷川健一ポスター展
6(土)	14:00~14:30	「栗谷川健一ポスター展」ギャラリー・ツアー
14(日)	14:00~14:30	ハーモニカコンサート~栗谷川健一によせて~
アートホール		
27(土)	①10:00 ②14:00	アートシネマ館「92歳のパリジェンヌ」(2016年/フランス/106分)

北海道の鉄道開業140年の記念展。鉄道写真家・荒川好夫氏(1946~)が1971年冬にとらえた、C62重連がけん引する急行「ニセコ」と人々の写真、ならびにグラフィック・デザイナー栗谷川健一氏(1911~1999)によるロマンと詩情あふれる観光ポスターを紹介します。

こども遊学館

●イベントの日程等については未定のため、当館ホームページをご覧ください。

中央図書館

13(土)	11:00~11:30	みんなで紙芝居をみよう ☎中部地区図書館
●おはなし会(読み聞かせ等) ※各30分程度 毎週木曜日14:30、毎週金・土曜日11:00 [西部地区図書館]毎週水曜日15:00 [中部地区図書館]毎週木曜日11:00 [東部地区図書館]14(日)、28(日)11:00		
		
釧路文学館		
~7/26(日)	9:30~19:30	企画展「新聞記者・石川啄木」
21(日)	13:00~13:30	マンスリー朗読会(釧路リーディングサークルVEGA)
28(日)	13:30~15:00	講演「啄木と知られざる友人」 ☎7階多目的ホール
6月映画上映会 ☎7階多目的ホール 定各40人		
5(金)・6(土)	13:00	コンカッション(洋画、122分)
12(金)・13(土)		ワイルドガン(洋画、90分)
19(金)・20(土)		風の絨毯(日本・イラン、111分)
27(土)		プロフェッショナル仕事の流儀12 「藤の老木に命を教わる」(ドキュメンタリー、43分)

スポーツ

※申し込みは各開催日前日まで。定員になり次第締め切ります。

湿原の風アリーナ釧路など		対定 ¥ 申 間 ☎スポーツ振興財団(☎31-1230)
5(金)~(金曜日全5回)	10:45	スタイルアップレッスン「骨盤美人」 ☎18歳以上の女性
9(火)~(火曜日全3回)	10:00	いきいき元気アップ教室 ☎鶴ヶ岱武道館 ☎40歳以上
16(火)・17(水)	10:00	パークゴルフ初心者・初級実践教室 ☎柳町パークゴルフ場
20(土)~(土曜日全3回)	10:30	やさしいフラダンス
24(水)~26(金)	19:00	親子de一緒にバドミントン1 ☎小学生以上の親子
25(木)	19:00	親子deクライミング1 ☎身長120cm以上の親子 ☎1(月)~
29(月)~(月曜日全4回)	10:30	やさしいエアロ月曜コース ☎2(火)~
	19:30	やさしいエアロ夜間月曜コース ☎2(火)~
7/3(金)	10:00	健康ウォーキング&ストレッチ ☎陸上競技場 ☎2(火)~
7/8(水)	10:00	ロコモ診断 ロコモ大丈夫ですか? ☎50歳以上 ☎2(火)~

筋力の低下を診断し簡単な筋力トレーニングを紹介します!

エクストリーム55好評開催中! ☎湿原の風アリーナ釧路(☎38-9800)

鳥取温水プール		対定 ¥ 申 間(☎53-5333)
毎週火曜日	11:20	初心者水泳講座
毎週水曜日		健康水中ウォーキング
毎週木曜日		初心者水泳講座
毎週金曜日		健康水中ウォーキング

※日曜日、祝日は午前9時から営業しています。
※時間が変更になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。



みんなの掲示板

記号の説明

☎日時 ☎場所・会場 ☎集合場所 ☎対象 ☎定員
☎内容 ☎料金 ☎持参 ☎申込方法 ☎問合せ先 ☎その他

催し

◆ふまねっとサロン

☎6月18日(木)午前10時~午後0時30分
/ ☎大成寺(米町2-2-6) / ☎ふまねっ
と、ストレッチ体操、脳トレゲーム等
/ ☎300円(保険料含む) ☎NPO法人ふ
まねっと(木本☎080-4505-7062)

募集

◆くしろ高齢者劇団

新作公演に向け、せりふがほとんど
無い老人役を募集しています。健康の
ために一緒にお芝居をしませんか?
☎毎週金曜日午後1時30分~/ ☎寿生
活館/ ☎好奇心旺盛な方/ 募集人数 =
若干名/ ☎¥1,000円/ ☎くしろ高齢者
劇団事務局(佐藤☎24-7663)

その他

◆タオル・バスタオル・

タオルケットの寄贈にご協力を
ご連絡いただければ取りに伺います。
☎NPO法人釧路手をつなぐ育成会サン
・フラワー(☎43-1039)

◆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
て開設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。
☎ナースバンク釧路業務支所(☎65-
6684)

◆電柱のカラスの巣にご注意を

初夏にむけてカラスの巣作りが盛ん
になり、市街地では電柱に巣が作られ
ます。材料にハンガーや針金等の金属
が使われることもあり、この金属が電
線に触れると停電の原因となる場合が
あります。電柱にカラスの巣を見つけ
たらご連絡ください。
☎北海道電力ネットワーク(株)(☎0120-
06-0669)

◆6月1日は「電波の日」です

6月1日(月)~10日(水)の期間、電波利
用に関するルールの周知・啓発活動を行
います。電波に関する困り事や相談
はお問い合わせください。
☎北海道総合通信局(☎011-737-0099)

◆知っていますか?

北海道の「苦情審査委員」制度
「苦情審査委員」制度とは道が行っ
た業務や制度の内容を審査する制度で、
皆さんの利害に係わる苦情であれば申
立てができます。詳細はお問い合わせ
ください。
☎北海道知事室道政相談センター(☎
011-204-5523)

「新しい生活様式」の実践例

問合せ 市役所健康推進課 (☎31-4524)

「新しい生活様式」とは、長期間にわたって新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐために、飛沫感染や接触感染、さらには近距離での会話への対策を、これまで以上に日常生活に定着させ、持続させるため厚生労働省が公表したものです。厚生労働省が示す、具体的な実践例は以下の通りです。

一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本

① 身体的距離の確保

- ・人との間隔は、**できるだけ2メートル（最低1メートル）** 空ける
- ・遊びに行くなら**屋内より屋外**を選ぶ
- ・会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**

② マスクの着用

- ・外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- ・家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる
- ・**手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に洗う**（手指消毒薬の使用も可）

③ 手洗い

※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

日常生活の各場面別の生活様式

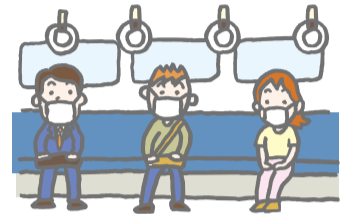
① 買い物

- ・通販も利用
- ・1人または少人数ですいた時間に
- ・電子決済の利用
- ・計画をたてて素早く済ます
- ・サンプルなど展示品への接触は控えめに
- ・レジに並ぶときは、前後にスペース



③ 公共交通機関の利用

- ・会話は控えめに
- ・混んでいる時間帯は避けて
- ・徒歩や自転車利用も併用する



④ 食事

- ・持ち帰りや出前、デリバリーも
- ・屋外空間で気持ちよく
- ・大皿は避けて、料理は個々に
- ・対面ではなく横並びで座ろう
- ・料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ・お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて



② 娯楽、スポーツ等

- ・公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ・筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ・ジョギングは少人数で
- ・すれ違うときは距離をとるマナー
- ・予約制を利用してゆったりと
- ・狭い部屋での長居は無用
- ・歌や応援は、十分な距離かオンライン



⑤ 冠婚葬祭などの親族行事

- ・多人数での会食は避けて
- ・発熱や風邪の症状がある場合は参加しない



より詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。

☎ https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html



市民の皆さんの「声」を聞かせてください

いつも「広報くしろ」をご愛読いただき、ありがとうございます。

広報くしろは、市民の皆さんと市役所を結ぶ架け橋です。

たくさんの市民の皆さんの「声」をお寄せください。また、広報くしろの掲載写真ご希望の方も下記までお問い合わせください。

●市役所市民協働推進課へ電話、ファクスまたはメールでお送りください。

☎31-4504 ☎ 23-5220 ✉ shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp

各種統計

区分	4月中		20(令和2)年累計		区分	4月中		20(令和2)年累計	
	件数	17件	76件	火災など統計		件数	9件	18件	
死者	1人	4人	死者	1人	2人				
負傷者	20人	85人	救急出動	698件	3,107件				
シートベルト装着率調査	100%		人口統計		人口=166,764人 世帯数=94,400世帯(4月末現在)				

※「広報くしろ」は原則、毎月最終金曜日(7月号は6月26日(金))配布予定です。