

市民の皆さんが知りたい、釧路市のこと

広報
くしろ

Kushiro

2020

January No.171

令和2年1月1日発行

1

釧路市役所 〒085-8505 黒金町7-5
TEL 23-5151 (代)

編集発行 釧路市総合政策部市民協働推進課
〒085-8505 黒金町7-5
TEL 31-4504 FAX 23-5220

URL ホームページアドレス
<https://www.city.kushiro.lg.jp/>

メールアドレス
shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp



各地域にある身近なスケート場で、 今年の冬はスケートを楽しもう！



12月2日から5日まで、柳町アイスホッケー場で「第3次年長さんスケート教室」が開かれました。初めてスケート靴を履いて、緊張の面持ちで氷の上を歩く子どもや、スピードを出して得意げに滑る子どもなど、それぞれ表情は違っていました。最後はスケートを滑ったのはいつですか？氷上の感触を忘れていませんか？ぜひ今年、子どもと一緒にスケートを楽しみましょう。
※5ページで市内の各スケート場を詳しく紹介しています。

- 2P 年頭にあたり
市長 蝦名 大也
市議会議長 松永 証明
- 3P ・2019～2020 年末年始の業務案内
・第92回 日本学生氷上競技選手権大会（インカレ）開催中
- 4P ・新春おでかけガイド2020
・冬期間の水道管凍結にご注意ください!!
- 5P ・氷都釧路を代表する冬のスポーツ、
スケートを滑りに出掛けましょう！
・くしろ冬まつり2020開催！
・冬の阿寒湖で遊ぼう
・冬の山花公園
・除雪は市民の皆さんの協力が必要です
- 6P 今年「SL冬の湿原号」に乗って旅に出掛けよう
- 7P ・2020 くしろ20歳のつどい
・くしろに帰ってくしろで動こう！
・寄付禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しよう
・マイナンバーカード取得促進キャンペーン
・インターネットで確定申告ができます！
- 8P ・釧路市プレミアム付商品券購入引換券交付申請は、1月31日（金）まで！
・市民意見提出手続条例に基づき、皆さんの意見を募集しています
- 9P 市からのお知らせ
- 13P みんなの掲示板
- 14P 生涯学習ガイド
- 16P ・教えて、くしろ！子ども探検隊！
「釧路市の小・中学生のスマートフォンや携帯電話の利用」について
・まちの記憶ふるさとフォーカス
・GO!GO!“ひがし北海道”クレインズ

1月5日（日）から7日（火）まで、釧路市内で第92回日本学生氷上競技選手権大会（インカレ）のスピードスケート、フィギュアスケートの各競技が開催されます。各会場で熱い声援を送りましょう！



- 交通事故撲滅は市民の願い、町内会の願いです。滑る路面に注意し、交通事故をなくしましょう。
- 1月は、餅つきや新年会など町内会行事が多い時期です。楽しく参加して、地域の絆を強めましょう。
- 町内会加入などに関するお問い合わせは、釧路市連合町内会事務局（☎23-2101）へお気軽にどうぞ。

ラジオ広報 FMくしろ 放送番組 76.1MHz

「市役所からこんにちは」

市政情報、イベントなどを紹介します。
市長出演日 1月27日（月）
毎週月曜日 10:05～10:20

釧路市長
蝦名大也



2020年
令和2年

年頭に
あたり



釧路市議会議長

松永征明



市民の皆様におかれましては、令和となって初めて迎える新春を健やかに過ごしのことと、お慶び申し上げます。

昨年は、地震や大雨、大型台風の上陸など、立て続けに自然災害による大きな被害が発生しており、国土強靱化に向け、より一層の取り組みが必要であると再認識したところでございます。

釧路市では、3月にアイヌの古式舞踊と現代舞踊、最先端デジタルアートの融合による新演目である阿寒ユーカラ「ロストカムイ」の上演が始まり、7月には光や映像、音響などの仕掛けが散りばめられた幻想的な夜の森を冒険しながら自然との共生の大切さを伝えるアイヌの物語を体感するアトラクション「阿寒湖の森ナイトウォーク『カムイルミナ』」が国内で唯一、国立公園内に設置されました。

いずれも国内外の多くの皆様から好評をいただき、釧路市が持つ豊かな自然や文化への注目がさらに高まる一年となりました。

10月には、11(平成23)年のタンチョウの貸与以来、飼育動物に関する学術交流を行っている台北市立動物園の新タンチョウ舎の完成記念式典に参加し、併せて国外へは初めてと

市民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

また、平素より議会活動に対し、温かいご指導、ご理解を賜り厚くお礼申し上げます。

新しい年号である「令和」が始まって間もない昨年5月に、釧路市議会議長に就任し、これまで公正かつ透明で市民に分かりやすい議会づくりを目指し、取り組みを進めてまいりました。

その一環である議会報告会は、昨年は市内4会場で開催し、初めて開催した緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンターにも多くの皆様にご参加を頂きました。また、音別地域においては、北のビジネス発見隊の皆様とまちづくりに関する意見交換会を開催し、地域の活性化についての活発な意見交換が実施できたところでございます。地域、職域を含め、市民の皆様の貴重な意見を議会議論に積極的に反映できるよう、本年もしっかりと議会改革の取り組みを進めてまいります。

昨年は、台風15号の暴風被害や河川が同時多発的に決壊・越水する豪雨災害となった台風19号の上陸など、これまでに経験したことのないような自然災害が、日本各地で猛威を振

なる天然マリモの貸与を行いました。また、今年は北陽高等学校の修学旅行で台湾を訪問する予定であり、今後の台湾とのさらなる交流を期待しているところでございます。

本年は、東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。ベトナムパラリンピック選手団事前合宿にかかる基本合意書に基づき、昨年8月のパラ・パワーリフティングやパラ陸上競技の事前合宿の受け入れに続き、本年もパラリンピック直前合宿を受け入れる予定となっております。ホストタウンとして、皆様の活躍を応援してまいりたいと考えております。

新しい年号である「令和」の英訳は「beautiful harmony」でございます。

釧路市の魅力、このまちならではの美しいハーモニーを市民の皆様、国内外の多くの皆様に広くお届けすることができるよう、また、次代を担う若者に夢と希望にあふれる未来を引き継いでいくことができるよう、着実にまちづくりを進めてまいります。

新しい年が市民の皆様にとりまして、実り多い素晴らしい年となりますよう心から祈念申し上げます、年頭のごあいさつといたします。

ありました。自然災害の発生は予見することが難しく、被害を最小限に抑えるために、日頃より防災、減災の意識を常に持つことが非常に重要であります。災害発生時には迅速かつ確実な避難行動を心掛けていただくとともに、市民生活の安全と安心を守るため、市議会としても皆様との議論を深めながら、災害に強いまちづくりを目指してまいります。また、少子高齢化に伴う人口減少問題は、地方の経済活動の減速や伝統的な行事・イベントの消滅など、地域の活力を低下させる大きな要因となっております。

このような難題に立ち向かうために、釧路市においても、地域の実情に応じた対策を講じ、将来に希望がもてるまちづくりを進めることが重要であります。市議会としても、議会の果たすべき役割と責務を自覚し、議員一人一人が市民の皆様の多様なニーズをしっかりとくみ上げて市政運営に反映させ、活発で分かりやすく、皆様に期待される議会となるよう議員一同全力で取り組んでまいります。

結びに、皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げますとともに、本年も変わらぬご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます、新年のごあいさつといたします。



2019~2020 年末年始の業務案内

※市内の各施設、水道の当番事業者は広報くしろ 12月号2・3ページに掲載しています。

市役所、各行政センターの窓口

市の窓口は12月28日(土)から1月5日(日)まで休みとなり、住民票、印鑑登録証明書などの交付も休止となります(コアかがやき内鳥取支所分室、西郵便局での交付も休止です)。

なお、出生・死亡・婚姻などの戸籍の届け出は、この間も市役所防災庁舎守衛室窓口で受け付けします。

※1 12月28日(土)および1月4日(土)の土曜窓口サービス(市役所防災庁舎2階の戸籍住民課窓口とコアかがやき内鳥取支所分室のみ)を実施しますが、戸籍の全部事項証明書(謄本)・個人事項証明書(抄本)・身分証明書・住民票・印鑑登録証明書の交付と住民票記載事項証明書(年金現況届など)の証明のみ取り扱います(ただし、申請は本人または家族などに限られます)。

●窓口業務

■は休業日、□は平常業務

施設名	12/28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)
市役所、各行政センター、各支所	※1							※1			

●ごみ収集など

施設名	12/28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)
釧路地域	ごみ収集(資源物の収集は12月31日(火)から1月5日(日)まで休み)										
	釧路広域連合清掃工場、ごみ最終処分場・粗大ごみ処理センター(※2 12月31日(火)は午後0時30分まで開場)			※2							
	資源リサイクルセンター										
阿寒地域	ごみ収集(資源物の収集は12月31日(火)から1月5日(日)まで休み)										
	阿寒町一般廃棄物最終処分場										
	資源物保管施設										
音別地域	ごみ収集(資源物の収集も同じ)										

●医療機関

施設名	12/28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)
■市立釧路総合病院 ■市立釧路国民健康保険阿寒診療所 ■市立釧路国民健康保険音別診療所											
■釧路赤十字病院 ■釧路労災病院 ■道立阿寒湖畔診療所											

●急病の場合の案内、受診は

◆救急当番病院の案内(24時間体制)
救急医療情報案内センター(☎0120-20-8699)
24時間体制で案内しています。

■夜間急病センター(内科、小児科)

診察 午後7時~翌午前7時
受付 午後6時30分~翌午前6時30分
(住吉2-12-37 ☎44-6776)

■休日緊急歯科診療所

12月29日(日)から1月3日(金)までの午前10時から午後4時まで診察します(城山2-2-15釧路歯科医師会館内 ☎42-8336)。

12月24日(火)~1月7日(火)

第92回 日本学生氷上競技選手権大会(インカレ) 開催中

問合せ 第92回日本学生氷上競技選手権大会釧路市実行委員会事務局(☎32-1115)



昨年、12月24日に開幕した第92回日本学生氷上競技選手権大会(インカレ)は、12月27日現在、各会場でアイスホッケー競技の熱戦が繰り広げられています。今年が明け、インカレはいよいよ後半戦を迎え、1月5日(日)から7日(火)までの日程でスピードスケート、フィギュアスケートの2競技が行われ、大学日本一を目指して熱い戦いが繰り広げられます。釧路出身の注目選手も多数参加しますので、スピードスケート・フィギュアスケートについてもぜひ各会場に出掛けて温かい声援を送りましょう! ※競技観戦は無料です。

スピードスケート・フィギュアスケート競技

開会式 1月4日(土)午前11時30分 会場 コーチャンフォー釧路文化ホール
閉会式 1月7日(火)午後5時45分 会場 日本製紙アイスアリーナ

スピードスケート競技【柳町スピードスケート場】

日程	時間	内容
1月5日(日)	午前10時~	女子・男子500m 女子・男子1,500m 男子10,000m
1月6日(月)	午前10時~	女子3,000m 男子5,000m 女子・男子1,000m
1月7日(火)	午前10時~	女子・男子2,000m 女子・男子チームパシュートレース

フィギュアスケート競技【日本製紙アイスアリーナ】

日程	時間	内容
1月5日(日)	午前8時~	男子3,4級・女子3級・女子4級 男子5,6級・女子5級・女子6級 フリースケーティング
1月6日(月)	午後0時15分~	アイスダンス 【選手権クラス】フリーダンス 【準選手権クラス】リズムダンス 男子7,8級・女子7,8級 ショートプログラム
1月7日(火)	午前9時30分~	男子7,8級・女子7,8級 フリースケーティング

※出場選手数によって時間が変更となる場合がありますので、大会実行委員会事務局(☎32-1115)までお問い合わせください。

Twitterでさまざまな情報を発信中




現在、インカレ実行委員会のTwitterでインカレに関する情報や釧路市の魅力等を発信しています。ぜひご覧ください。
左のQRコードまたは下記URLからアクセスできます。
URL https://twitter.com/946_incolle92

新春 おでかけガイド 2020



山花温泉リフレ (☎ 56-2233)

- 獅子舞
日時 1日(水) ①午後0時30分 ②午後2時
場所 正面ロビー～浴場ホール
- 餅まき、菓子まき
日時 1日(水)午後1時
場所 正面ロビー
対象 小学生以下



フィッシャーマンズワーフMOO (☎ 23-0600)


- MOO新春初売イベント
開催日 2日(木)
- MOOお楽しみ福袋&各店福袋販売
時間 午前10時
- 甘酒無料配布
時間 午前11時
場所 1階大型水槽前
- 釧路若鷺会新春出初め式
時間 正午
場所 1階中央エレベーター横

※2日(木)・3日(金)の営業は午前10時～午後5時、4日(土)から通常営業。8日(水)は館内メンテナンスのため休業。



丹頂鶴自然公園 (☎ 56-2219)


- 新春イベント「タンチョウのおもてなし」
開催日 11日(土)
- ホットドリンク無料提供、ツルくじ(各先着60人)のプレゼント
時間 午前10時～無くなり次第終了
- 折り紙コーナー
時間 午前10時から随時
- 園内ガイド
時間 ①午前11時 ②午後2時



阿寒国際ツルセンター (☎ 66-4011)


- 新春イベント
開催日 1日(水)

釧路市タンチョウ鶴愛護会による温かい甘酒の無料サービス(午前10時～正午)、鶴の飛来数クイズの結果発表(午後1時)、抽選会などを行います。



動物園 (☎ 56-2121)

- 動物園新春企画
開催日 3日(金)
- 新春オリジナルグッズプレゼント
正門窓口で、動物園オリジナルの縁起のいいグッズを、入園者1家族につき1個プレゼントします(限定100個)。※無くなり次第終了
- 動物園協会新春イベント「みかんくじ!(先着100人)」
今年最初の運だめしをしよう!
場所 展示館売店(サル山前)
問合先 動物園協会(☎ 56-2124)




●新春「木遣り、縄振り、梯子乗り」
甘酒、ホットミルクを無料配布します。
日時 6日(月)
午前10時30分
場所 市役所本庁舎ポーチ
問合先 市役所商業労政課(☎ 31-4548)




阿寒マルシェ (☎ 66-1222)

- 阿寒マルシェ特製福袋の数量限定販売期間 1日(水)～3日(金)
釧路管内の特産品が入った福袋を、3,000円(税込)で限定販売します!
※各日無くなり次第終了



湿原の風アリーナ釧路 (☎ 38-9800)

- 新春スポーツ無料開放Day
日時 3日(金) 午前9時～午後5時
バスケット、卓球、バドミントン、ミニテニス、ソフトバレー、ランニングコースが無料です。
- 小学生工作会
日時 3日(金) 午前10時～正午(受付 午前10時～11時30分)
万華鏡、スカイスクリュウ、卓上クリップ作りを楽しもう!(参加料300円)
- エクストリーム無料体験
日時 3日(金) ①午前10時30分～11時 ②午後2時～2時30分
- 新春もちまき 日時 3日(金) 正午





●釧路市新年交礼会
日時 5日(日) 午前11時～正午
会場 観光国際交流センター
会券 1,000円(当日会場にて販売)
問合先 市役所秘書課(☎ 31-4501)



赤いベレー (☎ 66-2330)

- 甘酒無料サービス
日時 1日(水)～3日(金) 午前10時
※各日無くなり次第終了
- 新春もちまき
日時 2日(木) 午後1時
※参加希望の方は全員参加できます。
- ちびっ子もちまき
日時 3日(金) 午後1時
対象 小学生以下

お正月、みんなで
お出掛けしよう!



冬期間の水道管凍結にご注意ください!!

問合先 市水道整備課管理担当 (☎43-2163)

- こんなときに!
- ◎外気温がマイナス4℃以下になるとき。
 - ◎旅行などで長期間水道を使用しないとき。
 - ◎外気温が1日中氷点下の真冬が続いたとき。

水道を凍結させないために!

◎床下の換気口を閉め、冷気の侵入を防いでください。

水を落とすとき

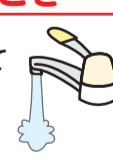
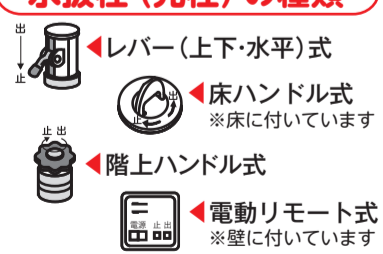
1. 家中の蛇口をすべて開ける。
※水は出したまま
2. 水抜栓(元栓)のレバー(ハンドル)を「止」の方向に動かす。
※機種によって操作方法が異なります

水抜栓(元栓)の種類

- レバー(上下・水平)式
- 床ハンドル式 ※床に付いています
- 階上ハンドル式
- 電動リモート式 ※壁に付いています

このようなときは、水抜栓の故障かも!? 修理を依頼してください!

※事前にご自宅の水抜栓をご確認ください。






もしも凍結してしまったら

- 軽い凍結の修理…露出している管(保温筒等は取り外す)や蛇口等にタオルを巻き付け、タオルの上からお湯をゆっくりにかけると、水が出るようになります。
- 注意事項
蛇口等に直接お湯をかけたり、直接火を当てたりすると、管の破裂や火災の危険性がありますのでご注意ください。
- 直らない場合は…直接「釧路市指定給水装置工事事業者」に修理を依頼してください。なお、上記事業者については市ホームページをご覧ください。

水道・下水道の故障やトラブルのときは [検索](#)

熱湯はダメ!
管の破裂に注意!

氷都釧路を代表する冬のスポーツ、スケートを滑りに出掛けましょう！



※営業時間は一般滑走可能な時間です。貸し切り状況や天候によって変更することがありますので、各施設にご確認ください。
※付き添いや見学の方に、入場料が掛かる場合があります。

日本製紙アイスアリーナ (☎54-2345)

住所 鳥取大通3-6-33
営業時間 午前10時～午後4時
利用期間 ～3月31日(火)
休館日 12月31日(火)・1月1日(水)
利用料 貸スケート靴1回1足300円
滑走料 1回 一般・大学生500円、高校生380円、中学生250円、小学生以下170円

春採アイスアリーナ (☎46-5115)

住所 春採7-1-5
営業時間 午前10時～午後4時
利用期間 ～5月31日(日)
休館日 12月31日(火)・1月1日(水)
利用料 貸スケート靴1回1足300円
滑走料 1回 一般・大学生500円、高校生380円、中学生250円、小学生以下170円

柳町スピードスケート場 (☎22-3876)

住所 柳町1-1
営業時間 午前10時～午後7時
利用期間 ～3月15日(日)
休館日 12月31日(火)・1月1日(水)
利用料 貸スケート靴1回1足300円
滑走料 1回 一般・大学生410円、高校生250円、中学生170円、小学生以下120円

阿寒湖畔スケートリンク (☎67-2162)

住所 阿寒町阿寒湖温泉5-5
営業時間 午前10時～午後4時
利用期間 ～2月9日(日) ※天候により変更あり
休館日 毎週月曜日、12月29日(日)～1月3日(金)、祝日の翌日 ※天候によって変更あり
利用料 無料 (貸スケート靴なし)
滑走料 1回 一般710円、大学生以下370円

柳町アイスホッケー場 (☎25-4592)

住所 柳町1-1
営業時間 午前10時～午後4時
利用期間 ～3月31日(火)
休館日 12月31日(火)・1月1日(水)
利用料 貸スケート靴1回1足300円
滑走料 1回 一般・大学生500円、高校生380円、中学生250円、小学生以下170円

音別町スケートリンク (☎01547-6-3377)

住所 音別町中園2-1
営業時間 月～土曜日午前9時～午後8時、日曜・祝日午前9時～午後5時
利用期間 ～2月20日(木) ※天候により変更あり
休館日 なし ※天候によって変更あり
利用・滑走料 無料 (貸スケート靴なし)

冬の阿寒湖で遊ぼう

国設阿寒湖畔スキー場 [ウタラ]
(☎67-2881) <http://akan-ski.com/>



●12月29日(日)一般オープン！

スキーやスノーボードの他、キッズパークでそり遊びが楽しめます。用具やウェアの貸し出し(有料)も行っています。※天候によりキッズパークの開設が遅れる場合があります。詳細はお問い合わせください。

●1月13日(月) 20歳のスノーデー開催

新成人限定(先着10人)で、リフト1日券が50%割引になります。※年齢が証明できるものを持参してください。

●1月19日(日) キッズデー開催

仮装そり滑り大会や宝探しゲームなど、親子で雪遊びを楽しみましょう！
※積雪状況により、イベント内容が変更になる場合があります。詳細はお問い合わせください。

あいすランド阿寒 (☎67-2057)

厳寒の阿寒湖でスノーモービル、バナナボート、四輪バギー、ワカサギ釣りなどが楽しめます。

期間 1月1日(水)～3月31日(火)

※会場の結氷状態により日程変更あり

時間 営業時間は天候によって変動します。詳しくはお問い合わせください。

会場 阿寒湖水

冬の山花公園

動物園 (☎56-2121)

●そり山と歩くスキーコースがオープン予定！

そり山は野外ステージ前、歩くスキーコースは展示館の横に作ります。雪の積もり具合を見ながら作りますので、詳細はお問い合わせください。利用可能になりましたら、ホームページでお知らせします。

1月の休園日 1日(水)・2日(木)、毎週水曜日

ふれあいホースパーク (☎56-2566)

●冬季限定企画実施中！

冬季営業(1月3日(金)～2月28日(金)午前9時30分～午後3時30分)しています。冬季限定で、馬車馬「光天竜姫」の大きな背中に乗って記念撮影をしませんか？スタッフによる記念撮影もできます。予約は必要ありません。

対象 小学生以上 料金 1人1,100円

くしろ冬まつり2020開催！

釧路の冬の一大イベントが今年も開催されます。
日時 2月1日(土)・2日(日)
会場 観光国際交流センター前庭 他
問合せ くしろ冬まつり会 (FMくしろ内 ☎47-0808)



除雪は市民の皆さんの協力が必要です

除雪についての5つのお願い

問合せ 市道路維持事業所 (☎24-3322)

①道路への雪出し禁止 道路交通法で規制されています！

各家庭や企業の敷地内や玄関先の雪を道路に出すのは禁止です。除雪効果が少なく、事故の原因にもなります。



②除雪後に残った玄関・車庫前の雪の処理はご家庭で

除雪後には玄関前などに必ず雪が残ってしまいます。除雪作業では玄関前などの除雪はできませんので各家庭の皆さんでお願いします。



③路上駐車はやめてください 車庫法で規制されています！

路上に1台でも放置車両があると、その箇所の除雪ができなくなります。



④歩道上に物を置かないでください

歩道は、子どもからお年寄りまでみんなが利用する道です。障害物件の放置で歩道の除雪が不十分となり、車道を歩かざるを得ないなど事故の原因にもなります。



⑤深夜の除雪作業にご理解を

交通等の支障を避けるため、交通量の少なくなる夜間や早朝に、除雪や排雪の作業を行うことがあります。騒音、振動でご迷惑をお掛けしますがご理解を。



今年「SL冬の湿原号」に乗って 旅に出掛けよう

「SL冬の湿原号」が運行開始20周年を迎えます

釧路市の冬の代名詞であり、象徴でもあるSL冬の湿原号が00(平成12)年1月に運行開始して、今年の1月で20周年を迎えます。

釧路本線の釧路駅から標茶駅まで約50キロメートルを約1時間30分かけて走るSL冬の湿原号。ニス塗りの重厚な壁、木枠のイス、ダルマストーブなど、レトロな雰囲気にも包まれた車内で雪化粧した釧路湿原を眺めながら、地元ガイドによる沿線の自然解説を聞くこともできます。

また、特製SLプリンやダルマストーブで焼けるスルメ、限定グッズを販売する売店やカフェカー、旅の記念になる乗車証明書のプレゼントもあります。

くしろ地域冬季観光開発協議会にて、毎年沿線自治体で実施している自治体PRデーでは、各自治体で観光パンフレット、ノベルティを無料で配布しており、SL冬の湿原号20周年記念トレーディングカードを自治体PRデー限定で販売します。

今年「SL冬の湿原号」に乗って、冬の旅を楽しんでみませんか？



▲釧路湿原と雄阿寒岳



▲自治体PRデー



▲ダルマストーブ

運行日程	釧路発	標茶着	標茶発	釧路着	自治体PRデー
1月25日(土)・26日(日)	11:05	12:35	14:00	15:40	標茶町 2月5日(水)・21日(金)
2月1日(土)～11日(火)					釧路町 2月6日(木)
2月14日(金)～16日(日)					釧路市 2月7日(金)
2月21日(金)～24日(月)					鶴居村 2月14日(金)
2月29日(土)・3月1日(日)					

●料金 (釧路～標茶駅間の片道料金。小学生以下半額)

乗車券1,290円+指定席券840円 (全席指定席のため乗車前に予約が必要です)

●「SL冬の湿原号」20周年記念トレーディングカード (9枚1セット)

販売価格は1,000円で200セット限定販売です (売り切れ次第終了となります。ご了承ください)

～SL冬の湿原号に手を振ろう～

乗客を乗せて力強く進むSLの走る音が聞こえてきたら、作業の手を休め外に出て、手を振ってみませんか。

住民の温かな心が旅人にきっと伝わり、「この土地を選んで本当に良かった。この土地にまた帰ってこよう」と思はずです。ちょっとした行動や気持ちが、この地域を元気にします。

問合せ先 くしろ地域冬季観光開発協議会事務局 (市役所観光振興室内 ☎31-4549)

※運行に関するお問い合わせは、JR北海道電話案内センター (☎011-222-7111)

祝 新成人の皆さんへ 2020 くしろ 20歳のつどい

今年、男性809人、女性761人の合わせて1,570人が新たに成人仲間入りします。

市では、99 (平成11) 年4月2日から00 (平成12) 年4月1日までに生まれた方を対象に、皆さんと一緒に新成人をお祝いする2020「くしろ20歳のつどい」を開催します。市内にお住まいの方には案内状を送付しましたが、現在、釧路市を離れている方も参加できますので、直接会場へお越しください。

※音別会場は事前に申し込みが必要です。市教委音別生涯学習課 (☎01547-6-2034) へお問い合わせください。



▲昨年の釧路会場の様子



注意事項

会場	日時	問合せ先
釧路会場 コーチャンフォー釧路文化ホール (市民文化会館)	1月12日(日) 午後2時～ (開場:午後1時)	市教委生涯学習課 (☎31-4579)
阿寒会場 阿寒町公民館	1月12日(日) 午後1時～ (開場:正午)	市教委阿寒生涯学習課 (☎64-6193)
音別会場 音別町文化会館		市教委音別生涯学習課 (☎01547-6-2034)

館内は酒類の持ち込み、飲酒、喫煙禁止です。飲酒している方の入場は固くお断りします。また、式典の妨害や迷惑行為を行った方は直ちに退場いただきます。

くしろに帰ってくしろで働こう! 問合せ 市役所商業労政課 (☎31-4548)

「くしろ20歳のつどい」の釧路会場で、特設ブースを設けてUIターンに役立つ釧路の企業情報を提供します。ぜひ、お立ち寄りください。



▲昨年の特設ブースの様子

寄付禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう

問合せ先 選挙管理委員会事務局 (☎22-4894)

みんなで徹底しよう。政治家との「三ない運動」

贈らない!

求めない!

受けとらない!

無料!!

マイナンバーカード取得促進キャンペーン

今年度のキャンペーン終了まで残り2カ月です。
この機会に「マイナンバーカード」を作成してみませんか?



問合せ先 市役所戸籍住民課 (☎31-4523)

市役所で

▶写真撮影サービス×申請補助 (市職員が申請用の顔写真を撮影し、申請までお手伝いします)

・事前予約は不要ですが、申請者の本人確認書類 (運転免許証など) が必要となります。

指定会場で

▶釧路市企業等出向一括申請 (市職員が団体先に出向いて、申請受付から写真撮影、交付までを行います)

・事前申し込みが必要です。申込書は市ホームページ (ダウンロード) か、戸籍住民課窓口で配布しています。

期間

2月28日(金)まで

(土・日曜日、祝日、年末年始は除く)

※申請から交付まで3～4週間程度です。

※申請は任意です。

不明な点はお問い合わせください。

3月2日(月)から各種証明書のコンビニ交付サービスが始まります

住民票の写しなどの各種証明書を全国のコンビニエンスストアやスーパー等に設置されているマルチコピー機から取得できる便利なサービスです。

●サービスを利用するには、マイナンバーカードが必要です。



インターネットで確定申告ができます!

令和元年分所得税等の

STEP1 「確定申告書等作成コーナー」へアクセス

STEP2 申告書の作成 (画面の案内に従って金額等を入力)

STEP3 申告書の提出

イー タックス

e-Taxで送信! 送信方法は2つ.....

①マイナンバーカードで送信

- ・マイナンバーカード
- ・ICカードリーダーライターを準備

②IDとパスワードで送信

- ・ID (利用者認識番号)
- ・パスワード (暗証番号) を準備

印刷して郵送等で提出!

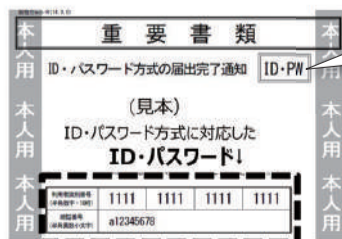
印刷し、郵送等で税務署に提出します。コンビニエンスストア等のプリントサービス (有料) を利用して印刷することもできます。



www.keisan.nta.go.jp

ID・パスワードで申告がより便利に!

「ID・パスワード方式の届出完了通知」の発行を希望される場合、申告されるご本人が顔写真付きの本人確認書類を持参し、税務署にお越しください。



アイディー パスワード
ID・PW
が目印

ID・パスワード方式は暫定的な対応のため、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

さらに進化したスマホで申告

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、「スマートフォン」や「タブレット端末」からも所得税等の確定申告書を作成できます。

さらに、令和2年1月からは、

- 給与所得者で年末調整が済んでいない方や2カ所以上から給与収入がある方
- 年金収入や副業等の雑所得のある方も

スマホ申告できるようになりました!



スマホでもe-Taxで送信すれば、源泉徴収票などの添付書類は提出不要! 送信方法は以下の2つ

1. マイナンバーカードで送信 (対応スマホのみ) 【新規】
2. IDとパスワードで送信

- 税務署の確定申告会場の開設期間は、2月17日(月)から3月16日(月)までです。
- 相談受付時間は、午前9時から午後4時までです。

問合せ先 釧路税務署 (幸町10-3 釧路地方合同庁舎2階)
☎31-5100 ※自動音声でご案内します

釧路市プレミアム付商品券購入引換券交付申請は、1月31日(金)まで! ～申請受付期間を延長しています～

購入対象になるとと思われる方に「釧路市プレミアム付商品券購入引換券交付申請書」を送付しています。

申請期限を1月31日(金)まで延長していますので、購入引換券の交付を希望される方は、申請期限までに申請してください。

◆申請について

●申請方法

- 【郵送】申請書に同封している返信用封筒を使用してください。返信用封筒には必ず84円分の切手を貼付の上、投函してください。
- 【持参】市役所防災庁舎1階特設窓口、阿寒町行政センター市民課、音別町行政センター市民課（午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日は除く）

●申請期限 **1月31日(金)必着**

※申請書審査後、購入対象者には「購入引換券」を順次送付しています。なお、購入引換券の再発行はできませんので、大切に保管してください。

◆商品券の販売等について

販売場所、販売期間、使用期間、参加店舗など、詳しくは釧路商工会議所ホームページ（<https://www.kuhcci.or.jp/>）をご覧ください。



問合せ先

「釧路市プレミアム付商品券」の申請に関すること
市役所地域福祉課（プレミアム付商品券事業）（☎65-7613）
午前8時50分～午後5時20分（土・日曜日、祝日は除く）
プレミアム付商品券の制度に関すること
内閣府プレミアム付商品券専用ダイヤル（☎0570-02-2036）
午前9時～午後6時（土・日曜日、祝日は除く）
※IP電話の場合（☎050-3538-4557）

市民意見提出手続条例に基づき、皆さんの意見を募集しています

●市民意見提出手続条例（パブリックコメント）に関するお問い合わせは、市役所市民協働推進課（☎31-4504）へ。

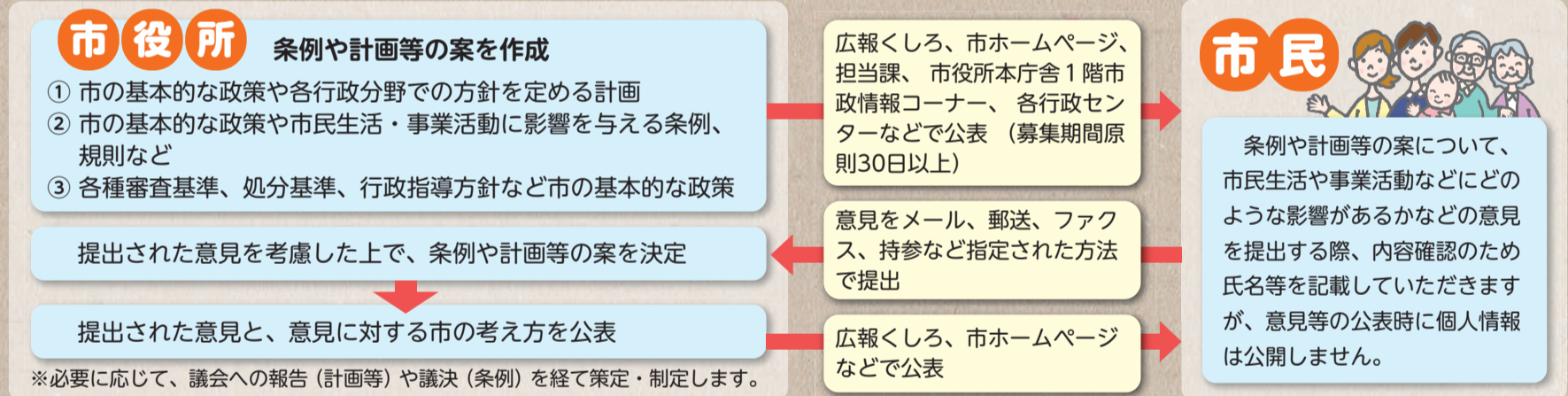
皆さんのご意見をお寄せください

市民意見提出手続条例（パブリックコメント）とは？

市民参加と協働のまちづくりをより一層進めるため、市民生活や事業活動などに影響がある条例や重要な計画等を策定するに当たって、その案を公表して広く市民の皆さんから意見などを募集し、寄せられた意見なども参考にして内容を決定していく制度です。

また、寄せられた意見などに対しても、市の考え方を公表していきます。

市民意見提出手続の流れ



●下記の素案の詳しい内容は、各公表場所に備え付けの資料か市ホームページをご覧ください。※募集期間については、変更になる場合があります。

	釧路市営住宅条例および同条例施行規則の一部改正	第2期釧路市子ども・子育て支援事業計画の策定	保育所等の利用者選考に係る「保育の優先利用基準」の見直しについて	第2期釧路市中央図書館基本計画の策定
内容	連帯保証人を確保できないために市営住宅に入居できない事態がないよう、入居の際に入居条件としている連帯保証人の規定を廃止するため、本条例および同条例施行規則の一部を改正するもの。	同計画は、今後の子ども・子育て支援の各施策・事業を計画的に推進するための計画。今年度、現行の計画期間が終了することから、新たに令和2年度～令和6年度を計画期間とした計画を策定するもの。	保育の利用に当たっては、保護者が保育の必要性の認定を受けた上で、優先利用基準に基づき選考を行い、利用できることとなるが、その基準について改正を行うもの。	同計画は、変化の激しい社会の中で、釧路市が目指す図書館の在り方を明らかにし、図書館の機能と資源を生かすことで、市民と共に育む豊かな図書館活動を実現することを目的として策定するもの。
募集期間	～1月下旬	～1月23日(木)	～1月下旬	～1月23日(木)
素案の公表場所	【共通】市役所本庁舎・各行政センター1階市政情報コーナー、各支所、市ホームページ			
	市役所本庁舎5階住宅課	市役所防災庁舎3階こども育成課保育担当		MOO4階市教委生涯学習課、中央図書館
意見の提出方法	住所、氏名（団体名）、電話番号を記入の上、メール、郵送、信書便、ファクス、持参で提出してください。様式は問いません。			
提出・問合せ先	市役所住宅課（〒085-8505黒金町7-5 ☎31-4564 ☎24-0581 ☒jyu-jyuutaku@city.kushiro.lg.jp）	市役所こども育成課保育担当（〒085-8505黒金町7-5 ☎31-4541 ☎22-5674 ☒ko-hoiku@city.kushiro.lg.jp）		市教委生涯学習課（〒085-0016錦町2-4 ☎31-4579 ☎22-9096 ☒sh-shougaiakushuu@city.kushiro.lg.jp）

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。

●世界湿地の日記念
「冬のヒツアール2020」
釧路湿原の「秘境」を訪れ、冬の湿原を楽しみます。
日 2月1日(土)午前9時～午後2時
小学生4年生以上(小学生は保護者同伴)
定 20人(先着順)
申 1月10日(金)までに電話で釧路国際ウェットランドセンター(☎0154-3110)へ

●1月の自然観察会
連風を作って揚げよう
干支文字やイラストなどを描いた風を、釧路湿原の空に揚げましょう。
日 1月18日(土)午前10時～正午
定 15人
料 100円(材料費)
申 電話で塘路湖エコミュージアムセンター(☎0154-487-3003)へ
●湿原アニマルトラッキング
雪の上の足跡などから、湿原周辺の動物の行動と暮らしについて考えます。
日 1月19日(日)午前10時～正午
定 15人
申 電話で温根内ビジターセンター(☎65-2323)へ



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

★市からのお知らせ

Kushiro City information.

記号の説明

日	時	場所・会場	集合場所
対	対象	定	定員
内	内容	料	料金(税込)
申	申込方法	問	問合先
阿	阿寒町行政センター		
音	音別町行政センター		

動物園 ☎56-2121

●1月の休園日 = 1月1日(水)・2日(木)、毎週水曜日
※催物は4・5ページをご覧ください。

丹頂鶴自然公園 ☎56-2219

●冬のタンチョウクイズ (要入園料)
1月14日(火)～20日(月)に受付窓口で配布するクイズ用紙に、園内のタンチョウを観察しながらクイズの答えを記入し、お帰りの際に受付窓口へ提出してください。全問正解者の中から抽選でタンチョウグッズをプレゼントします。

ふれあいホースパーク ☎56-2566

●冬季営業時間のお知らせ
日～2月28日(金)午前9時30分～午後3時30分
※気象状況により体験メニューが変更または中止になる場合があります。事前にご確認ください。
●休園日 = 毎週水曜日
●おきな鞍馬に跨り記念写真
馬車を引く大きな馬にまたがり写真を撮ろう。近くで見ると大きさにビックリ!ぜひ体感してください。
料 1,100円

コア鳥取 ☎53-3199 (月曜休館)

●ふまねっと体験講座
日 1月8日(水)、22日(水)午前10時～11時30分 / 定 各20人 / 料 500円 (1日の場合300円) / 申 料金持参で窓口へ
●陽だまり広場
日 1月10日(金)、24日(金)午前9時30分～正午 / 定 60歳以上 / 料 100円 (お茶代)
●餅つき大会
日 1月19日(日)午前10時30分～ (子どもの餅つき体験あり)、[試食販売] 午前11時30分～午後2時 / 料 一皿100円 (数量限定) / 申 当日受付

コアかがやき ☎39-5070 (月曜休館)

●冬休み工作
日 1月8日(水)①午前10時～正午「ハンドルくるくる」②午後1時～3時「手作り観覧車」 / 定 小学生 / 料 各5人 / 料 各500円
●みはら・かがやき食堂
日 1月11日(土)午前11時30分～午後2時 (一輪車講習は午前10時～) / 内 食事 (数量限定)、一輪車講習、学習支援等 / 料 300円 (小学生100円)

コア大空 ☎91-0504 (月曜休館)

●大空ちびっこ運動広場
日 1月12日(日)午前9時30分～午後0時30分 / 定 未就学児 (保護者同伴) ※小学生以上は含まれません / 持参 = 上履き / 申 当日直接窓口へ (詳細は事務室まで)
●ロープの結び方講習
日 1月25日(土)午後1時～4時 / 申 直接または電話で

鳥取ドーム ☎53-5125

●親子で学ぶ走り方教室
日 2月8日(土)午後1時30分～2時30分 / 定 幼児と保護者 / 定 20組 / 料 1組500円 / 持参 = 汗拭きタオル、飲み物、運動靴 / 申 直接または電話で

第35回 北方領土の日啓発書道展

日 ①1月27日(月)～31日(金)
②2月4日(火)～9日(日)
所 ①市役所1階ギャラリー
②まなぼとつ幣舞2階ロビー
問 市民生活課 (☎31-4521)

道の駅阿寒丹頂の里 ☎66-2969

●赤いベレー (☎66-2330)
【1月13日(月)成人の日】
今年成人を迎えた新成人の方は入浴料無料です。※年齢を証明できるものをご持参ください。
【新年会大歓迎】
市内なら予算と人数により無料送迎を実施中。お気軽にご相談ください!
●阿寒国際ツルセンター「グルス」(☎66-4011)
午前8時ごろから給餌活動を行っています。
【自然観察会 (要入館料)】
日 1月19日(日)午前9時集合 / 持参 = 長靴

サンライフ釧路 ☎42-3554

●ダイエットキックボクシング教室
日 1月8日～2月26日の毎週水曜日午後7時～8時40分 (全8回) / 定 25人 / 料 2,500円 (全8回分)
●ダイエットボクシング教室
日 1月10日～2月28日の毎週金曜日午後7時～8時40分 (全8回) / 定 25人 / 料 2,500円 (全8回分)
●プリザーブドフラワー体験講座
～バラのBOXアレンジ～
日 1月18日(土)午前10時～11時 / 定 7人 / 料 2,200円 / 申 1月16日(木)までに直接または電話で

音別町体験学習センターこころみ ☎01547-6-9000

●星空探検
日 1月11日(土)、18日(土)、2月1日(土)、8日(土)午後6時30分～7時30分 / 定 3歳以上 (未成年者は保護者等同伴) / 定 各日先着10人 (3人未満の場合中止) / 定 口径20cmクーデ式望遠鏡を使って冬の星を観察体験 / 料 220円 / 申 各実施日の7日前までに電話で
●レザークラフト (革細工) 体験
「ミニチュアサイズシューズ」
日 2月2日(日)午後1時～4時 / 定 18歳以上 / 定 先着8人 (3人未満の場合中止) / 料 1,620円 / 申 1月8日(水)～17日(金)に電話で
●レザークラフト (革細工) 体験「ブックカバー」
日 2月8日(土)午後1時～4時 / 定 18歳以上 / 定 先着8人 (3人未満の場合中止) / 料 3,120円 / 申 1月8日(水)～17日(金)に電話で
●ふき紙漉き
日 2月9日(日)午後1時～3時30分 / 定 18歳以上 / 定 先着15人 (3人未満の場合中止) / 料 440円 / 申 1月11日(土)～25日(土)に電話で
【共通】 他 JR 音別駅から施設まで送迎あり

釧路市民憲章推進書道展・ポスター展

日 1月24日(金)～26日(日)午前9時～午後5時
所 コーチャンプォー釧路文化ホール
内 市内小学生の書道作品および市内中学生のポスター作品展示
問 市民生活課 (☎31-4590)

山花温泉リフレ ☎56-2233

●笹刈りか「日本習字ずらん教室」生徒作品展
日 1月1日(水)～31日(金)
●お年玉企画!
温泉入浴&お食事セット券(1,200円)を4枚購入いただくと入浴券を1枚プレゼントします。
日 1月4日(土)～13日(月)
●新春得宿泊プラン
日 1月13日(月)～※土曜日、祝前日は除く / 料 1泊2食付 [大人] 6,250円 (1室3～5人利用時)、7,300円 (1室2人利用時)、[子ども] 4,100円 ※大人は入湯税別途150円
●加工体験会「スイートポテトケーキ (丸型)」
日 1月9日(木)・10日(金)午前10時30分～午後0時30分 (焼き時間65分) / 定 各日6人 / 料 900円 / 申 1月1日(水)午前10時から電話で
●入浴・お食事セット券
通年販売しており、有効期限は購入日から半年間です。
料 1,200円 (通常1,470円)

釧路フィッシャーメンズワーフMOO ☎23-0600

●MOO新春初売 1月2日(木)午前10時から!!
【MOOお楽しみ福袋販売&各店福袋販売】
日 1月2日(木)午前10時 / 定 1階特設会場他
【新春甘酒無料サービス】
日 1月2日(木)午前11時 / 定 1階大型水槽前特設会場
【釧路若鷺会新春出初め式】
日 1月2日(木)正午 / 定 1階中央エレベーター前特設会場
●道東地区技術科生徒作品展
日 1月5日(日)～7日(火)午前10時～午後5時 (7日(火)は午後4時まで) / 定 2階観光交流コーナー
●1・2階ショッピングゾーンの営業時間
日 1月2日(木)・3日(金)午後5時まで
●休業のお知らせ
1月1日(水)(元日)は完全休業、8日(水)は1・2階ショッピングゾーン、2・3階飲食店および5階アリーナはメンテナンス休業となります。
●テナント出店してみませんか?
物販・飲食等お気軽にご相談ください。

港文館 ☎42-5584

●「啄木・雪あかりの町・くしろ」短歌入選作品展
日 1月10日(金)～26日(日)午前10時～午後5時
●第17回「啄木・雪あかりの町・くしろ」
日 1月25日(土) [点灯式] 午後5時 / 定 啄木短歌拓本体験会、啄木一人百首歌留多会

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。

た1カ月分の自己負担額(食費、居住費などを除く)が表の区分に応じた自己負担の上限額を超えた分については、申請により払い戻しになります。なお、既に手続きをされた方は再度申請する必要はありません。領収日から2年で時効となり、期限を過ぎたものはさかのぼって申請できませんのでご注意ください。

Table with 2 columns: 区分 (区分), 自己負担の上限額 (自己負担の上限額). Rows include 課税年金収入と合計所得金額年額が80万円以下の方, 課税年金収入と合計所得金額年額が80万円を超え、右記の合計額が80万円以下の方, 課税年金収入と合計所得金額年額が80万円を超え、右記の合計額が80万円を超える方.

本人の印鑑(朱肉を使うもの)、本人名義の通帳等振込先の口座番号が確認できるもの、過去2年以内の領収書(明細や領収印が確認できるもの)を持参の上、直接防災庁舎3階介護高齢課介護給付担当(☎31-4553)へ

高齢者の「障害者控除対象者認定書」を交付しています。所得税や市・道民税の障害者控除を受けることができる、高齢者の「障害者控除対象者認定書」を交付しています。

健康づくりサポーターとは、自らの健康づくりに関する活動や、市の健康づくり事業に参加したり、お手伝いしたりしていただくボランティア活動です。仲間と一緒に健康づくりの輪を広げませんか。

健康づくりサポーター養成講座 1月30日(木) 所山花温泉リフレ 集・解散 防災庁舎 高齢者等を介護している家族 650円(昼食代、入浴料、貸タオル代を含む) 1月23日(木)までに電話で介護高齢課高齢福祉担当(☎31-4539)へ

介護からひととき離れてリフレッシュ 1月30日(木) 所山花温泉リフレ 集・解散 防災庁舎 高齢者等を介護している家族 650円(昼食代、入浴料、貸タオル代を含む) 1月23日(木)までに電話で介護高齢課高齢福祉担当(☎31-4539)へ

高齢者外出促進バス事業 市に住民登録のある満70歳以上の方 ①乗車証「おでかけパスポート70」による助成 ②バス会社が販売する高齢者向け定期券の購入に対する助成

Table with 3 columns: 日程 (日程), 時間 (時間), 内容 (内容). Rows include 2月6日(木) 午前9時~11時 健康講話, 2月20日(木) 午前9時~11時 栄養講話, 3月5日(木) 午前10時~午後1時 メニュー試食会, 3月19日(木) 午前9時~11時 運動実践

若者健診 2月2日(日)午前8時~10時 防災庁舎4階健康推進課ホール 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

後期高齢者歯科健康診査を実施しています 1月31日(金) 市に住所を有する後期高齢者医療被保険者 内問診、口腔内検査、口腔機能評価 申電話で実施医療機関へ 他受診時は保険証持参 医療年金課医療給付担当(☎31-4526)、市民課市民サービス担当(☎66-2210)、市民課市民サービス担当(☎015471612231)

ノロウイルスの感染症にご注意ください ノロウイルスによる感染性胃腸炎の人への感染は、ウイルスに汚染された飲食物を口にするこよ、人から人への二次感染によつて起こるものです。手洗いの励行、調理器具等の消毒洗浄、食品の十分な加熱等の予防策が有効です。

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

Table with 3 columns: 検診項目・内容 (検診項目・内容), 料金 (料金), 検診機関・対象 (検診機関・対象). Rows include 子宮頸がん(頸部細胞診), 乳がん(マンモグラフィ), 大腸がん(便潜血検査).

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) ①1月8日(水)午後1時~3時/防災庁舎3階相談室3(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、夜間および1月1日(水)~5日(日)を除く)

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

がん検診無料クーポン券の有効期限が迫っています! 下記の年齢条件に該当する方を対象に、子宮頸がん・乳がん検診を無料で受けられるクーポン券を19(令和元)年6月下旬に発送しています。対象の方は早めにお使いください。【子宮頸がん】20歳 【乳がん】40歳 ※年齢は19(平成31)年4月1日現在の年齢 有効期限=3月31日(火) 健康推進課(☎31-4524)

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。 ④40歳以上(1年に1回受診可)/⑤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

Table with 3 columns: 検診項目・内容 (検診項目・内容), 料金 (料金), 検診機関 (検診機関). Rows include 胃がん(バリウム検査), 肺がん(X線のみ, X線・喀痰検査).

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 14日(火) 大楽毛生活館, 大楽毛西会館, 大楽毛北3丁目町内会館, 雇用促進住宅大楽毛宿舎前, 山花農業生活センター, 鶴野あおば幼稚園, 中鶴野会館, 鳥取南会館, 老人福祉センター, 鶴風荘, 鳥取神社, 新富士生活館, 鳥取北会館, しらかばの家, 大星会館, 星が浦会館, 大星会館, 星が浦会館, 27日(月) 昭園会館, 昭和老人集会所, 昭和会館, コア鳥取, 春採下町会館, 昭和会館, 武佐わかば会館, ときわ台町内会館, 若草団地町内会館, 武佐会館, 春採下町会館, 武佐第3集会所, 武佐わかば会館, 8日(土) 桜ヶ岡中央会館, 白樺ふれあい交流センター, 10日(月) 緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンター, 12日(水) 緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンター, 緑ヶ岡南会館

Table with 3 columns: 検診機関 (検診機関), 子宮 (子宮), 乳 (乳). Rows include 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), 道東勤医協釧路協立病院(☎24-6811).

Large box containing detailed information about cancer screening, emergency services, and consultations. Includes text about coupon validity, screening procedures, and a list of participating institutions.

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。

みんなの掲示板

記号の説明 日…日時 所…場所・会場 集…集合場所 対…対象 定…定員 内…内容 料…料金 申…申込方法 問…問合せ先 他…その他

2月号に掲載希望の方は1月8日(水)までに北日本広告社(TEL22-0211 FAX25-7791)へご連絡ください。参加料の記載のないものは無料で参加できます。

催し

医療講演会
「知っておきたい身近な肝臓病」
日 1月18日(土)午後1時～3時 / 所 中央図書館7階多目的ホール / 図 北海道難病連銚路支部 (TEL25-2012)

銚路合同企業説明会～銚路で働きたいあなたを応援します～
日 1月25日(土)午後1時30分～3時30分 / 所 銚路プリンスホテル / 図 再就職を目指す求職者、転職希望者、Uターン希望者※学生は対象外 / 図 地元企業約60社との面談可 / 図 地域雇用創造協議会 (TEL64-7457)

銚路woman refresh DAY
日 1月26日(日)午前10時～午後2時 / 所 MOO 2階観光交流コーナー / 図 パン教室、ネイル、美容、ハーバリウム等 / 図 銚路woman refresh DAY実行委員会 (下島TEL080-5669-7641)

募集

マンツーマンで教えます!
「てらこやわっと スマホ・パソコン個別講座」
日 1月18日(土)午後1時30分～5時30分 / 図 8人 / 図 LINE、インターネット、ワード等 / 料 1時間1,500円 / 持参=端末 / 所 市民活動センターわっと (TEL22-2232)

銚路イオール関連事業
「有用植物の学習会」
日 2月1日(土)・2日(日)午前10時～午後5時 (2日(日)は午後1時まで) / 所 春採生活館 / 図 30人 / 料 1日(土)の昼食代300円 / 日 1月14日(火)～24日(金)に銚路アイヌ協会 (TEL41-7083) へ

ITセミナー
①関数を使えばデータ入力や管理が楽になる!!
日 2月6日(木)午前9時～午後4時 / 図 10人 / 締切=1月6日(月)
②すぐに役に立つ! 分かりやすい文書作成!!
日 2月20日(木)午前9時～午後4時 / 図 10人 / 締切=1月17日(金)

③タブレットPOSレジとキャッシュレスで生産性向上!
日 2月26日(水)午後1時～4時 / 図 まなぼつと幣舞 / 図 30人 / 締切=1月23日(木)
【共通】 ①②わくわくパソコン教室(新川町14-5) 図 中小企業等の在職者 / 料 2,200円 / 日 ポリテクセンター北海道 (TEL011-640-8828)

地域づくり・まちづくり推進 人材育成セミナー受講者
日 1月22日(水)午前10時～午後4時30分 / 所 中央図書館 / 図 地域づくり活動実践者 / 図 30人 / 日 北海道二十世紀総合研究所 (TEL011-231-3053)

休日乳がん健診
日 2月2日(日)午前8時30分～午後1時 / 図 ① [マンモグラフィ] 18人 ② [マンモグラフィ+乳腺エコー] 7人 / 料 ①5,245円②9,095円 / 図 女性スタッフによる検査 / 所 銚路赤十字病院健診センター (TEL22-7171内線575)

くしろ検定
日 2月8日(土) [初級] 午前10時30分～11時30分 [上級] 午後1時30分～3時 / 所 道東経済センタービル / 図 受験料等詳細は銚路商工会議所ホームページをご覧ください / 日 1月30日(木)までに銚路商工会議所(大町1-1-1 TEL41-4143) へ

その他

労災保険で治療できる職業病
ランマ、ピック、丸ノコ等の振動工具を使用し、手がしびれたり冷たいのは「振動障害」という職業病かもしれません。休業補償があるのでお気軽にご相談ください。
●無料相談会
日 1月26日(日)午前10時～正午コアかがやき、2月2日(日)午前10時～正午コア鳥取、午後1時～3時コアかがやき
図 建交労銚路支部 (TEL21-7380)

インターネットで申告! エルタックスのご利用
eLTAX(エルタックス)は北海道の「法人道民税・法人事業税・特別法人事業税」、市町村の「法人市町村民税、個人住民税(給与支払報告書)、固定資産税(償却資産)」の申告や申請・届け出に利用できます。詳細はホームページ(TELhttps://www.eltax.lta.go.jp/)をご覧ください。
図 銚路総合振興局課税課 (TEL43-9161)

1月10日は「110番の日」
110番は事件や事故などの緊急事態が発生した場合に警察へ通報するための電話です。急を要しない相談等は警察相談電話(#9110)または最寄りの交番へご連絡ください。
図 銚路警察署 (TEL23-0110)

への対応が必要になる事業者の皆さんに対して、各種支援制度が用意されています。詳細は、お問い合わせいただくか、市ホームページ(「キャッシュレス決済について」「消費税の軽減税率制度について」)をご覧ください。
●ストレスフリーな店づくり
支援事業補助金の申請受付
外国人旅行者が利用しやすい店づくりに対し、対象経費の一部を補助しています(予算の範囲内)。
●ストレスフリーエリア等において小売業または飲食業を営む方(住宅は対象外)
補助対象事業等 「無料公衆無線LAN環境の整備」対象経費の2分の1以内で限度額は15万円 「和式トイレの洋式化」対象経費の2分の1以内で限度額は15万円 「多言語対応」対象経費の2分の1以内で限度額は2万円
他詳細は、市ホームページを

覧いただくか、お問い合わせください。
●ピズサボくしろについて
市内の創業者、事業者の皆さんへ各種支援制度等の情報を提供します。ぜひ活用ください!
TEL https://www.bizkushiro.jp/ 【共通】 図 商業労政課 (TEL31-4611)
市民意見提出手続条例に基づく意見募集結果
皆さんからの意見を踏まえ、条例案を取りまとめました。ご意見ありがとうございます。
●銚路市共栄ふれあいセンター条例および銚路市共栄ふれあいセンター条例施行規則の制定並びに関係条例および関係規則の一部改正について
意見として伺ったもの 1件
図 市民生活課 (TEL31-4590)

火の元に注意しましょう
19(令和元)年の火災件数が11月末現在で68件発生しており、昨年同期と比べ30件増と大幅に増加しています。年末年始は何かと慌ただしく、注意力も散漫となりがちです。就寝時や外出時などは必ず火の元を確認しましょう。
図 消防本部予防課予防広報担当 (TEL23-0426)

各種相談

■生活相談支援センター「くらしごと」(要予約)
日 月 金 曜日(祝日および年末年始を除く) 午前9時～午後6時
図 生活や就労に関する相談
所 くらしごと(北大通12-1-14 ビケンワークビル1階 TEL65-1250)

■女性のための無料法律相談(要予約。先着4人)
日 1月15日(水)午後1時～3時
所 1月8日(水)午前9時から電話で男女平等参画センターから電話で(TEL65-10334) へ
■障がい者就労支援相談(要予約)
日 1月16日(木)午後1時～4時
所 防災庁舎3階障がい福祉課
図 障がい者就業・生活支援センターぶれん(TEL65-6500)
■認知症に関する相談会
日 1月24日(金)午後1時～4時
所 中央図書館7階
図 介護高齢課高齢福祉担当(TEL31-4539)
■全国一斉生活保護110番(無料相談会※秘密厳守)
日 0120-052-088(当日のみ)
日 1月26日(日)午前10時～午後4時
図 銚路青年司法書士協議会(TEL0156-6512198)

■還付申告の無料相談会(要予約)
日 2月3日(月)～5日(水)午前10時～正午、午後1時～4時
所 道東経済センタービル2階大町1-1-1
図 給与・年金収入の方
他紙の申告書は提出できません。会場では郵送で税務署へ提出してください。
※駐車場が少ないため公共交通機関をご利用ください。
日 1月6日(月)～31日(金)の平日午前10時～正午、午後1時～4時に予約専用電話(TEL080-9283-1861) へ
図 北海道税理士会銚路支部(TEL42-0407)
■創業相談
日 月 金 曜日(祝日および年末年始を除く) 午前8時50分～午後5時20分
所 市役所4階商業労政課
日 市役所1階庁舎案内または商業労政課(TEL31-4611) へ
■法律相談(要予約。先着6人)
日 1月17日(金)、2月6日(木)午後1時～3時
■人権相談(要予約。先着5人)
日 1月10日(金)、24日(金)午後1時～3時30分
■行政相談(当日受付)
日 1月7日(火)、21日(火)午後1時～3時
【共通】 市役所1階市民相談室
日 相談日の1週間前の午前8時50分から電話で市民協働推進課(TEL31-4504-4505) へ
※行政相談は当日受付
TEL https://www.city.kushiro.lg.jp/form/form197.html

●**湿原の風アリーナ釧路**
 広里18 回38-9800
 【休館日】1(水)~3(金)、22(水)
 ※3(金)はメイン、サブアリーナ、多目的室のみ、9:00~17:00無料開放

●**鳥取温水プール**
 鳥取南4-4-21 回53-5333
 【休館日】
 月曜日(13月は除く)、1(水)~3(金)

●**道立釧路芸術館**
 幸町4-1-5 回23-2381
 【休館日】
 月曜日(13月は除く)、1(水)~3(金)、14(火)

●**こども遊学館**
 幸町10-2 回32-0122
 【休館日】
 1(水)~3(金)、20(月)、27(月)

●**中央図書館**
 北大通10-2-1 回64-1740
 【休館日】月曜日(13月は除く)、1(水)~3(金)、31(金)
 【各地区図書館休館日】
 月曜日、1(水)~3(金)、31(金)

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

道立釧路芸術館

~19(日)	9:30~17:00	冬休み・クイズで楽しむてらんかい(子ども向け) ㊦ 冬のキッズアトリエ	材料・道具を用意しています。冬休みの工作にどうぞ!
~2/11(火)	9:30~17:00	生誕115年 片岡球子と難波田龍起展 ㊦ 11(土) 14:00~14:40 ギャラリーツアー ㊦	20(令和2)年に生誕115年を迎える、日本画の片岡球子氏(1905~2008)と、抽象絵画の難波田龍起氏(1905~1997)。共に北海道に生まれ、昭和から平成にかけてそれぞれの絵画世界を深め、近代日本美術史に大きな足跡を残しました。代表作など約60点を展示します。
4(土)・5(日)	10:00~15:00	カブラであそぼう!	
24(金)~26(日)	11:00~17:00 (24(金)は 14:00から)	第20回日専連釧路児童版画コンクール入選作品展	
31(金)~2/2(日)	9:30~17:00 (2(日)は 16:00まで)	令和元年度 江南高等学校校外展(書道部門・美術部門・写真部門)	

アートホール					
5(日)	10:30	HOBO.10周年記念音楽祭 ㊦	18(土)	①10:00 ②14:00	アートシネマ館「ゆらり」2017年/日本(112分)
11(土)	15:30	ヤマハ ジュニアドラムコンサート	19(日)	①11:00 ②14:00	リトルプレイヤーズコンサート
12(日)	①11:30 ②14:30	English Day 2019	26(日)	11:00~12:00	第20回日専連釧路児童版画コンクール入選作品展表彰式
16(木)	18:30	石田幹雄 トリオ 北海道ツアー ㊦			

●20(令和2)年度釧路芸術館のアートホール、フリーアートルームの貸館受付は3/1(日)9:00~17:00(なお、3/2(月)の受け付けはお休み。通常受付は3/3(火)からです。)

こども遊学館

4(土)・5(日)	①10:00 ②14:00	新年むかしのあそびをたのしもう! ㊦	地球を科学する年に一度のお祭りです!実験屋台やジオサイエンスショーなど盛りだくさん!地球科学の楽しさを体験しよう!
4(土)、12(日)、18(土)、26(日)	①11:00 ②14:30	おはなし会 ㊦	普段は見ることのできない太陽の表面の様子を見ることができます。黒点や紅炎は見えるかな!?
12(日)	10:30~15:30	ジオ・フェスティバル in Kushiro ㊦	
	12:00~13:00	太陽観測会「太陽の素顔を探れ!」 ㊦前庭 ※雨天・曇天は中止	
13(月)	10:00~11:30	工作教室「カラフル★ランプシェード作り」 ㊦小学生以上 定15人 ㊦受付中	
	13:00~16:00	みんなで作ろう!トランジスタ・ラジオ ㊦小学校4年生~高校生 定15人 ㊦受付中	
15(水)	14:00~15:30	ファンクラブ教室「プラネタリウム体験ツアー」 ㊦小学生以上 定20人 ㊦要年間パスポート ㊦受付中	プラネタリウムのマル秘情報や裏側を特別に公開!操作体験もできるよ。星空を実際に動かしてみよう。
19(日)	①10:00 ②11:00	プログラミング・ワークショップ ㊦小学生以上 定各回4人 ㊦	
22(水)、29(水)	11:00~11:30	おはなしタイム ㊦	
25(土)	9:30~12:00	遊学館ボランティア説明会 ㊦㊦	
25(土)・26(日)	11:00~15:30	教育大学・高専のお兄さんお姉さんがサイエンスショーにやってくる! ㊦	
31(金)	10:30~11:30	親子遊び「元気いっぱい!豆まき会」 ㊦2歳~未就学児の親子 定20組 ㊦㊦16(木)~	みんなで色を塗って物語の世界を完成させよう!
毎週土・日曜日	10:00~15:00	おもちゃの病院 ~大切なおもちゃを治しませんか~ ㊦	昔話がテーマの紙芝居や絵本の楽しい読み聞かせ。
翌々月以降に実施希望の団体を募集		出張天体観測会「星空☆宅配便」 ㊦㊦	物語の世界を体験してみよう!お菓子の家が登場?オオカミに壊されないレンガの家は作れる?昔話の主人公になりきって楽しんじゃおう!スタンプラリーもあるよ!

冬休みイベント2019 おいでよ!ものがたりの世界へ			
4(土)	10:00~12:00	みんなでつくろう!ステンドグラス風ジャンボぬり絵※時間内自由参加 定60人 ㊦	物語の世界を体験してみよう!お菓子の家が登場?オオカミに壊されないレンガの家は作れる?昔話の主人公になりきって楽しんじゃおう!スタンプラリーもあるよ!
	①11:00 ②14:30	むかし話のおはなし会 ㊦	おはなし会デビューのスタッフがおすすめする物語を楽しもう。
4(土)~19(日)	9:30~17:00	体験コーナー「ものがたりの世界」 ㊦	クッキーやチョコを組み立ててお菓子の家を作ろう!
	①10:00 ②14:00	簡単工作「太郎シリーズワークショップ」(※12(日)はお休み) ㊦	
	13:00~15:00	科学工作「世界のものがたり工作」(※12(日)はお休み) ㊦	
	14:30~14:45	日が変わりスタッフのはじめておはなし会(※期間中の平日開催) ㊦	
	15:00~15:30	ものがたりのサイエンスショー(※期間中の土・日曜日、祝日開催) ㊦	
11(土)	13:00~15:00	ちいさなお菓子の家づくり ㊦小学生~高校生 定20人 ㊦㊦100円 ㊦受付中	

19(日)までのプラネタリウム 投影スケジュール				
	10:00	11:30	13:30	16:00
19(日)までの毎日	ちびまる子ちゃん それでも地球はまわっている	◇ワクセイジャーF最後の希望 ★きらきらタイム ~空とぶひつじ~	ちびまる子ちゃん それでも地球はまわっている	宇宙の旅人 ~Voyagers of space~

㊦3階スターエッグ ㊦各回120人 ㊦㊦要プラネタリウム観覧料 ◇18(土)まで ★第3日曜日(19日 11:30~12:00)は幼児向け「きらきらタイム」です。

21(火)からのミニプラネタリウム 投影スケジュール		
25(土)・26(日)	①10:30 ②14:00	ミニプラネタリウム特別投影会~今夜の星空~
㊦1階視聴覚室(1回15分程度) ㊦各回25人 ㊦㊦小学生以上100円(年間パスポート使用可)		

21(火)~3/19(木)(予定)はプラネタリウムスターエッグはリニューアル工事のため休演

中央図書館

11(土)	11:00~11:30	みんなで紙芝居を見よう ㊦中部地区図書館
12(日)	11:00~12:00	冬のおはなし会
26(日)	13:30~15:30	田丸典彦氏・大西英一氏講演会 「釧路自然再発見シリーズ特別篇」
●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] 12(日)、26(日) 11:00		
釧路文学館		
~26(日)	9:30~19:30	企画展「中戸川吉二展」
12(日)	13:00~13:30	朗読会(ジスイズ朗読会)
26(日)	13:30~15:00	僧侶詩人・たそがれ龍生のポエトリー・リーディング ~詩の朗読を楽しもう♪~

1月映画上映会 ㊦7階多目的ホール ㊦各80人		
4(土)	13:00	きっと、うまくいく(洋画、170分) ※ヒンディー語音声/日本語字幕
10(金)・11(土)		メン・イン・ブラック(洋画、98分)
12(日)	12:30	うっかりペネロペ ともだちがいっぱい編(アニメ、30分)
17(金)	13:00	コーリヤ 愛のプラハ(洋画、111分) ※チェコ語・ロシア語音声/日本語字幕
24(金)		神様の思し召し(洋画、88分) ※イタリア語音声/日本語字幕
祝日上映会		
13(月)	13:00	ブラウン神父の事件簿Vol.2(洋画、92分) ※英語音声/日本語字幕

生涯学習ガイド 1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
 ￥...要料金 申...要事前申込 問...問合先 確...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 ☎41-5809
 ●埋蔵文化財調査センター
 春湖台1-7 ☎43-0739
 【休館日】月曜日、1(休)～3(金)、14(休)

●生涯学習センター
 幣舞町4-28 ☎41-8181
 【休館日】月曜日、1(休)～3(金)

●市立美術館
 幣舞町4-28 ☎42-6116
 【休館日】月曜日、1(休)～3(金)

●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 ☎24-5005
 【休館日】月曜日、1(休)～3(金)

市立博物館

※冬休み期間中(市内の小・中学生は入館無料です)

～12(日)	9:30～17:00	私の博物館・写真展「太平洋石炭販売輸送 臨港線」	19(平成31)年春に運行を終了した釧路の石炭列車。その活躍を丹念な写真記録で振り返ります。
～19(日)	9:30～17:00	新着資料ミニ展示「すてきなオサムシ」	松本堅一氏から寄贈された、オサムシ標本コレクションの一部を紹介します。北海道が誇る美麗種で「歩く宝石」と呼ばれるアイヌキンオサムシ・オオルリオサムシは必見です。
9(木)～5/10(日)	9:30～17:00	新着資料ミニ展示「白いオオアシトガリネズミ」	国内初！照井滋晴氏から寄贈された、オオアシトガリネズミのアルビノ個体を紹介します。
11(土)	13:30～14:00	フロアトーク「『歩く宝石』オサムシの魅力語る」	新収資料を中心に、釧路にゆかりのある秘蔵のお盆を展示します。
11(土)・12(日)	9:30～16:00	まが玉をつくろう 1個400円	
18(土)	13:30～14:00	フロアトーク「トガリネズミってネズミじゃないの？」	
18(土)～2/9(日)	9:30～17:00	ミニ企画展「ニマ・ニイタ～アイヌ盆の造形～」	
●博物館・国立アイヌ民族博物館			
18(土)～2/9(日)	9:30～17:00	ヤヨベヨベ 国立アイヌ民族博物館開館PR展	白老町に4/24(金)開館予定の「国立アイヌ民族博物館」について、パネルで紹介します。
26(日)	13:30～15:00	企画展関連講演会「科学の目で見るアイヌ民族資料」	国立アイヌ民族博物館研究員の赤田昌倫氏に、博物館資料の科学分析について講演いただきます。

市立美術館

4(土)～2/9(日)	10:00～17:00	プチ・コレ 久本春雄の素描	釧路の動植物や日常生活を、写生に基づいて多く描いた久本春雄氏の素描約60点を一挙に公開します。作者が、日々何を見つめて、いかにして作品を生み出したのか、創作の裏側をご覧ください。
-------------	-------------	---------------	---

生涯学習センター

講座	12(日)	10:00～12:00	くしろ子ども未来塾 300円 ※フラワーアレンジメントと華道は材料費別途	体力作りから基礎学習・文化・芸術など、さまざまな講座があります。
ホール	12(日) 13:30	多	12(日) 17:30	多
	釧路ダンススポーツ協会 1月ダンスパーティー		ニュー薔薇の会 紅バラ ダンスパーティー	
	釧路ダンススポーツ協会 工藤☎22-7822		ニュー薔薇の会 紅バラ 大橋☎090-5954-7460	
	15(水)チケット発売予定!		20(令和2)年第72回釧路市芸術祭参加団体を募集します	
	●加藤登紀子コンサート ☎4/15(水)開演18:30 所まなぼと幣舞 大 5,000円(当日5,500円) 全席自由 ☎国際ソロプチミスト釧路アミティ 金安☎090-3770-5002		☎1/31(金)までに芸術祭実行委員会事務局(生涯学習センター内☎41-8181 ☎41-8182)へ。詳細はホームページをご覧ください。	

コーチャンフォー釧路文化ホール

12(日) 14:00	大	2020「くしろ20歳のつどい」(成人式)	市教委生涯学習課 ☎31-4579
18(土) 10:00	大	第46回 釧路地区アンサンブルコンクール	釧路地区吹奏楽連盟 (景雲中学校内 久保田)☎23-6191
18(土) 10:00	小	第46回釧路地区 管楽器個人・アンサンブルコンクール	釧路地区吹奏楽連盟 (景雲中学校内 久保田)☎23-6191
18(土)・19(日) 9:00	展	第14回 釧路小中学生書道展	釧路書道書道教育研究会事務局 (昆布森中学校内 米川)☎63-2014
24(金)～26(日) 9:00	展	第40回釧路市民憲章推進書道展・第13回釧路市民憲章推進ポスター展	釧路市民憲章推進協議会 (市役所市民生活課内)☎31-4590
25(土) 14:00	小	釧路少年少女合唱団 9th ジョイントコンサート	コーチャンフォー釧路文化ホール☎24-5005
26(日) ①10:30 ②14:00	小	一粒の麦～荻野吟子の生涯～	荻野吟子上映釧路実行委員会 小棚木☎090-1387-5866



スポーツ

湿原の風アリーナ釧路など 対定 申問 スポーツ振興財団 (☎31-1230)		
14(火)～(火曜日全4回)	10:30 19:45	ピラティスdeシェイプアップ5 ☎18歳以上の女性 夜間太極拳5
16(木)～(木曜日全4回)	10:00 18:30 19:40	リラックスヨガ5 ナイトヨガ5(1部) ナイトヨガ5(2部)
17(金)～(金曜日全8回)	10:45	スタイルアップレッスン「骨盤美人」5 ☎18歳以上の女性
20(月)～(月曜日全4回)	10:30 19:30	やさしいエアロ月曜コース5 やさしいエアロ夜間月曜コース5
23(水)	19:00	クライミング体験会
28(火)	10:00	運動不足解消ラジオ体操 ☎小学生以上
29(水)～31(金)	19:00	親子de一緒にバドミントン2 ☎小学生以上の親子
●冬休みはじめてのスケート体験 ☎10(金)10:00 柳町アイスホッケー場 ☎5歳～小学校2年生		
●年長さんからのアイスホッケー教室 ☎2/4(火)～(火・木曜日全6回) 16:30 柳町アイスホッケー場 ☎20(令和2)年度小学校入学の幼児～小学生 ☎7(火)～		
※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。		



鳥取温水プール 対定 申問 (☎53-5333)		
毎週火曜日		初心者水泳教室
毎週水曜日	11:20	水中健康ウォーキング教室
毎週木曜日		初心者水泳教室
毎週金曜日		水中健康ウォーキング教室
7(火)～10(金)	10:15	冬休み短期水慣れバタ足教室
※時間に変更になる場合があります。詳細はお問い合わせください。		

エクストリーム55
 好評開催中!
 詳しい日程、開催時間は
 お問い合わせください。
 ☎ 湿原の風アリーナ釧路 (☎38-9800)



教えて、くしろ! 子ども探検隊!



問い合わせ先 市教委教育支援課 (☎23-5189)

今日は、「釧路市の小・中学生のスマートフォンや携帯電話の利用」について紹介します。

Q. どれぐらいの子どもたちが、スマートフォンや携帯電話を持っているのかな?

昨年、釧路市の小・中学生に実施したアンケート調査の結果(※)から、小学生で約2人に1人が、中学生では約5人に4人が、スマートフォンや携帯電話を持っていることが分かったんだ。



Q. 子どもたちは、どんなSNSを利用しているの?

アンケート調査の結果から、小・中学生ともに、「LINE」の利用が最も多く、その他に、「YouTube」や「TikTok」、特に中学生では「Twitter」や「Instagram」など、さまざまなSNSを利用していることが分かったんだ。



Q. 子どもたちがスマートフォンや携帯電話を利用することで、どんな影響があるの?

長時間利用することで、勉強時間や睡眠時間が削られて、生活のリズムが乱れるだけでなく、視力の低下や頭痛など、健康面でも影響があるよ。また、インターネットやSNSの危険性を知らずに気軽に使うと、思いもよらないトラブルに巻き込まれたり、犯罪の被害に遭ったりすることもあるんだよ。



Q. 利用する上で、大切なことは?

スマートフォンや携帯電話は、生活する上でとても便利な道具だけど、上手に利用するためには、家族と話し合ってルールを作り、しっかりと守ることが大切だよ。また、子どもたちがインターネットやSNSのトラブルに巻き込まれないように、学校と家庭、地域が協力して子どもたちを見守っていくことが必要だね。さっそく、家族みんなで話し合ってみよう!

※アンケート調査結果は、市ホームページ (<https://www.city.kushiro.lg.jp/kyouiku/kyouiku/seishonenikusei/page00017.html>) で見られるよ。



まちの記憶

ふるさとフォーカス

第92回日本学生氷上競技選手権大会周知看板設置【12/13金】



こども遊学館入館者150万人達成【11/24日】



マンホールカード(2枚目)配布開始【12/14土】



市とKCCSモバイルエンジニアリング株式会社 包括連携協定締結【12/17火】



釧路港クルーズ客船フォトコンテスト受賞作品決定【12/19木】



【特選】旅の始まり 山下 由真さん



【準特選】日常の非日常 工藤 崇さん



【準特選】旅情 佐藤 正信さん



GO!GO! "ひがし北海道"クレインズ

問い合わせ先 ひがし北海道クレインズ (☎51-0245)

~FLY AGAIN 70年目の飛躍~

みんなでひがし北海道クレインズの応援に行こう! 釧路を拠点として、アジアリーグを戦っているひがし北海道クレインズ! 現在6位(12月21日現在)につけており、プレーオフ出場のために負けられない戦いが続きます! 日本製紙アイスアリーナで熱い声援を送りましょう!



アジアリーグ2019-2020シーズン釧路開催1月の日程
1月24日(金)VS 東北フリーブレイズ【試合開始 午後6時30分】
1月25日(土)VS 東北フリーブレイズ【試合開始 午後3時】
1月26日(日)VS 東北フリーブレイズ【試合開始 午後3時】

レプリカユニフォームなどのグッズ販売中!!



公式Facebook



公式Twitter



ぜひチェックしてみてください!

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	11月中		19(令和元)年累計		区分	11月中		19(令和元)年累計	
	件数	21件	180件	火災など統計		件数	6件	68件	
死者	0人	4人	死者	0人	1人				
負傷者	22人	195人	救急出動	764件	8,917件				
シートベルト装着率調査	100%								
人口統計	人口=168,188人 世帯数=94,486世帯 (11月末現在)								

※「広報くしろ」は原則、毎月最終金曜日(2月号は1月31日金)配布予定です。