

きんきゆうでんわばんごう  
**緊急電話番号**

じかんたいおう  
24 時間対応。110 119 118は無料。

じこ じけん  
**<J>110事故・事件**

くしろけいさつしょ  
**<J>釧路警察署 ☎0154-23-0110**

くしろしくるがねちやう  
〒085-0018 釧路市黒金町 10-5

かじ きゆうきゆう  
**<M>119火事・救急・けが**

がいこくご  
外国語での119のかけ方

くしろししやうぼうほんぶ つうしんしれいか  
**<J>釧路市消防本部 (通信指令課)**

☎0154-22-2150

くしろしみなみはまちやう ばん ごう  
〒085-0022 釧路市南浜町 4 番 8 号

うみ じこ  
**<J>118 海の事故**

くしろかいじやうほあんぶ  
**<J>釧路海上保安部**

☎ (FAX) 0154-22-0118

くしろしみなみはまちやう ばん ごう  
〒085-0022 釧路市南浜町 5 番 9 号

じしん  
**地震**

じしん  
**地震のとき**

した かく じぶん み まも  
□テーブルの下に隠れるなど自分の身を守る。

くしろかいじやうほあんぶ  
□テレビ、ラジオで状況を確認。(津波の状況に

ちゆうい  
注意)

きんきゆう とうばん じやうい  
□緊急カードを用意。

れんらく ほうほう しゅうごう ばしや ひなん ばしや かくにん  
□連絡方法や集合場所や避難場所の確認。(ハザード

ドマップは市役所に設置)

はきもの  
□履物をはく。(ガラスなど落下物に気をつける)

たかい ひなん つなみ  
□高いところに避難。(津波のとき)

ぼうさいたいけん むりやう  
**防災体験 (無料、要申込)**

くしろしみんぼうさい  
**<J>釧路市民防災センター**

くしろしみなみはまちやう ばん ごう  
〒085-0022 釧路市南浜町 4 番 8 号

☎0154-23-0425

きんきゆうれんらく  
**緊急連絡カードをつくりましょう**

なまえ 名前	けつえきがた 血液型		
じゅうしよ 住所	せいねんがっぴ 生年月日		
TEL	つと 勤め先・ ちじん 知人		

いりやう いりやうほけん  
**医療・医療保険**

びやういん ひつやう もの  
病院で必要な物

けんこうほけんしやう、いりやうひじゆきゆうしやしやう、こうれいじゆきゆうしやしやう、  
(健康保険証、医療費受給者証、高齢受給者証、  
げんきん  
現金)

いりやうほけん けんこうほけん みかにゆう ばあい ひやう たか  
医療保険 健康保険に未加入の場合は費用が高  
ほけん しゆるい かくにん  
くなります。保険の種類を確認しましょう。

そうごうびやういん  
**総合病院**

しやうかいじやう ばいご、べつりやうきん  
紹介状がない場合、別料金がかかります。まずは個人病院  
にいきましょう。

しりつくしろそうごうびやういん  
**<J>市立釧路総合病院**

☎0154-41-6121 Fax0154-41-4080

くしろししゆん こだい ばん ごう  
〒085-0822 釧路市春湖台1 番 1 2 号

くしろ びやういん  
**<J>釧路ろうさい病院**

☎0154-22-7191 Fax0154-25-7308

くしろ しなかぞのちやう ばん ごう  
〒085-8533 釧路市中園町 13 番 23 号

きんきゆうとうばんびやういん あんない  
**<J>緊急当番病院の案内**

じかんたいおう にほんご  
24 時間対応。日本語のみ。

☎0120-20-8699 ☎011-221-8699 (☎から)

やかんきゆうびやう ないか しょうにか  
**<J>夜間急病センター (内科・小児科)**

☎0154-44-6776

くしろしずみよし  
〒085-0831 釧路市住吉 2-12-37

じかん ごご じ よくごぜん じ  
時間：午後 7 時～翌午前 7 時

うけつけ ごご じ ふん よくごぜん じ ふん  
(受付：午後 6 時 3 0 分～翌午前 6 時 3 0 分)

いりやうせいど あんない いりやうきかん しょうかい  
**医療制度の案内、医療機関の紹介、**

でんわいりやうつうやく  
電話医療通訳

がいこくご じゆしんかのう いりやうきかん けんさく  
**<M>外国語で受診可能な医療機関の検索**

http://www.qq.pref.hokkaido.jp/

こくさいいりやうじやうほう  
**<M>NPO AMDA 国際医療情報センター**

https://www.amdamedicalcenter.com

☎03-6233-9266

どにち しゆくじつのぞ  
10:00～16:00 (土日・祝日除く)



こうつうきかん  
**交通機関**

バス

<J>くしろバス

☎0154-36-8181 Fax0154-37-9011

http://www.kushirobus.jp/index.html

<J>阿寒バス

☎0154-37-2221 Fax0154-37-9083

http://www.akanbus.co.jp/

タクシー

りやうきん  
料金：1.4km まで 650 円。261m 毎 80 円  
かきん  
加算

きんせいくしろ  
**<J>金星釧路ハイヤー**

☎0154-22-8141 Fax0154-22-3452

くしろこうつう  
**<E/J>釧路交通**

☎0154-51-1234 Fax0154-52-4473

<E/J>こばとハイヤー

☎0154-36-3636 Fax0154-36-8559

うんでんめんきよ  
**運転免許**

ひつやう てつづ うんでんめんきよしけんじやう かくにん  
必要な手続きは運転免許試験場に確認して  
ください。

くしろうんでんめんきよしけんじやう  
**<J>釧路運転免許試験場 ☎0154-57-5913**

くしろしおたのしけきた ちやうめ ばん ごう  
〒084-0918 釧路市大楽毛北 1 丁目 15 番 8 号

にほんごきやうしつ  
**日本語教室**

かみばやし けいこ  
**<J/E☎>上林 佳子**

☎090-9759-9634

えいかいわかきやうしつ  
**<J/E☎>グリーンヒル英会話教室**

☎0154-64-5988

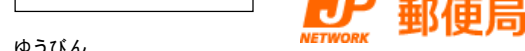
ないやう りやうきん じかん ようといあわ  
内容・料金・時間については要問合せ。

ふゆ もんだい  
**冬の問題**

ふゆきかん じゆうたくすいどう  
**冬期間の住宅水道**

すいどうかん とうけつはれつ じ こせきにん しゆうりだい こうかく  
水道管の凍結破裂は自己責任で修理代は高額。  
てきかく とうけつぼうし ほうほう おおや よ かくにん  
的確な凍結防止の方法を大家さんに良く確認し  
ましょう。

ゆうびん ぎんこう  
**郵便・銀行**



ゆうびん  
**郵便**

https://www.post.japanpost.jp/index.html

くしろちゆうおうゆうびんきよく ぎんこう  
**<E/J>釧路中央郵便局 (ゆうちょ銀行)**

(US\$, AU\$, EUR, CA\$, KRW, GBP, CHF, CNW⇒ YEN  
/ YEN ⇒ US\$, EUR)

くしろしさいわいちやう  
〒085-8799 釧路市幸町 13-2-1

えいぎやうじかん  
営業時間

ゆうびん 郵便	ぎんこう ちょきん かいがいそうきん 銀行 (貯金・海外送金)
☎0154-22-3440 月～金 9:00～19:00 土曜 9:00～17:00 日・祝 9:00～12:30	☎0154-22-5080 月～金 9:00～16:00 ATM 月～金 8:45～19:00 土・日・祝 9:00～19:00

ゆうびんきよく きやくさま  
**<E>郵便局お客様サービスセンター**

(有料) ☎0570-046-111

(8:00～21:00、土日、祝日:9:00～21:00)

ぎんこう  
**銀行**

ぎんこう ひつやう  
銀行に必要なもの

(パスポート、外国人登録証もしくは在留カード、  
現金)

※コミュニケーションボードあり

ほくようぎんこうちゆうおうしてん  
**<J>北洋銀行釧路中央支店**

(US\$, EUR⇔YEN)

くしろしきたおおどおり  
〒085-0015 釧路市北大通 6-2

☎0154-23-5111

ほっかいどうぎんこうくしろしてん  
**<E☎>北海道銀行釧路支店※ (英、韓、中、露)**

(US\$, AU\$, EUR⇔YEN)

くしろしきたおおどおり  
〒085-0015 釧路市北大通 10-2-1

☎0154-23-3111 Fax 0154-23-2139

営業時間 月～金 窓口 9:00～15:00  
ATM 8:45～19:00  
土～日 ATMのみ 9:00～17:00

ぎんこう  
ゆうちょ銀行 ATM, セブンイレブンの ATM で使え

かいがいほつこう  
る海外発行のクレジットカード


(VISA、AmericanExpress、DinersClub、JCB、  
UnionPay、Discover、Master)

いちぶしやう  
※一部使用できないカードあり。手数料はカード

により異なる。



くしろしやくしよ ほんちやうしや  
**釧路市役所 本庁舎**  
 〒085-8505 釧路市黒金町 7-5  
 ☎0154-23-5151 (代表) 

くしろしたげんごばん  
 ★**釧路市多言語版**  
 **ホームページ★**

じゆうみんとうろく  
**住民登録**

しょうさい くしろしたげんご  
 詳細については釧路市多言語ホームページ  
 C02-001～002をご覧ください

じゆうみんとうろく じゆうきよち とど で  
 ・**住民登録・住居地の届け出**  
 (14日以内) 等の手続き、問合せ先  
 <J>釧路市戸籍住民課戸籍住民担当  
 ☎0154-31-4523  
 8:50～17:20 (土日・祝日除く)  
 ✉ko-kosekiyumin@city.kushiro.lg.jp

ぜいきん ねんきん  
**税金・年金**

しょうさい くしろしたげんご  
 詳細については釧路市多言語ホームページ  
 C02-009をご覧ください

ぜいきん  
 ・**税金**  
 〇市民税・道民税(個人住民税)は所得が  
 確定した翌年に課税。

ほこく ふようかぞく いてしんこく ばあい  
 〇母国に扶養家族が居て申告した場合、  
 課税額が低額になる場合がある。


<J>釧路市市民税課  
 ☎0154-31-4514 (内 3143) Fax0154-25-8530

こくみんねんきん  
 ・**国民年金**  
 <J>釧路市医療年金課  
 ☎0154-31-4532 (内 1371・1372)

けんこうほけん  
**健康保険**

こくみんけんこうほけん  
 ・**国民健康保険**  
 <J>釧路市国民健康保険課  
 ☎0154-31-4528 Fax 0154-25-3890  
 3か月以上滞在が認められる場合は、証明書類の  
 提出が必要

きやういく  
**教育**

しょうがっこう ちゆうがっこう にゆうがく てんにゆう  
 ・**小学校、中学校への入学や転入**  
 <E>釧路市教育委員会  
 がっこうきやういくしえんか  
 学校教育支援課  
 〒085-0016 釧路市錦町 2-4  
 ☎0154-23-5186  
 <M>文部科学省「外国人児童生徒のため  
 の就学ガイドブック」  


http://www.mext.go.jp/a\_menu/shotou/clari  
 net/003/1320860.htm

ほいくえん やうちえん  
 ・**保育園・幼稚園**  
 <J>釧路市こども育成課保育担当  
 ☎0154-31-4541

じどう ははおや  
 ・**児童クラブ・母親クラブ**  
 <J>釧路市こども育成課こども未来  
 づくり担当  
 ☎0154-31-4584


ごみ

しょうさい くしろしたげんご  
 詳細については釧路市多言語ホームページ  
 C02-004～007をご覧ください

<J>釧路市環境事業課  
 〒085-0001 釧路市古川町 28 番地  
 ☎0154-24-4146 Fax0154-24-4145


ぶんべつしゆうしゆうひやうがい ようといあわ  
 ●**分別収集表外のごみについては要問合せ**

こくさいこうりゆう  
 ☆ **くしろ国際交流プラザ** ☆  
 【日・火・木】10:00～13:00  
 がいこくじんむ せいかつそうだんまどぐち ひら  
 外国人向けに生活相談窓口を開きます  
 〒085-0017 釧路市幸町 3-3  
 ☎0154-65-6712  
 ✉kushiro\_multiculture@iaa.itkeeper.ne.jp




ざいじゆうがいかくじん しょうてつづ  
**在住外国人の諸手続き**

ざいりゆう こうふしんせい  
**在留カード交付申請**  
 ざいりゆうしかく しゆとくなど てつづ といあわ さき  
**在留資格の取得等の手続き、問合せ先**  
 さつぽろしゆつにゆうこくざいりゆうかんりきよく くしろこう  
 <J>札幌出入国在留管理局 釧路港  
 しゆつちやうじよ  
 出張所  
 〒085-0022 釧路市南浜町5-9  
 ☎0154-22-2430 FAX 0154-24-7409  
 9:00-12:00/13:00-16:00 (土日・祝日除く)  
 <M>法務省「外国人生活支援ポータルサイト」  
 http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/  
 index.html



にゆうこくてつづき ざいりゆうてつづきとう そうだん  
**入国手続、在留手続等について相談**  
 まどぐち  
**窓口**  
 <M>外国人在留総合インフォメーションセン  
 ター  
 ☎0570-013904 / 03-5796-7112  
 8:30～17:15 (土日・祝日除く)  
 たいおうげんご  
 対応言語  
 (日、英、中、韓、ミャンマー、ベトナム、タガロ  
 グ、ネパール、インドネシア、タイ、他)  
 <J/E>✉ info-tokyo@i.moj.go.jp


ほっかいどうがいかくじんそうだん  
 <M>北海道外国人相談センター  
 http://www.hiecc.or.jp/soudan/  
 ☎011-200-9595



たいしかん りやうじかんじやうほう  
**大使館・領事館情報**

9:00-12:00/13:00-17:00 (土日・祝日除く)  
 <J/E>外務省公式サイト 大使館・領事館情報  
 https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/embassy.  
 html

じこく たいしかんじやうほう か  
 自国の大使館情報を書きましよう



# KUSHIRO

## 暮らしの ミニガイド

- <J> : 日本語対応のみ。訪問は日本語が  
わかる方と一緒に。  
 <E/J> : 簡単な英語対応可能  
 <E> : 英語対応可能。訪問は電話連絡が  
必要。  
 <M> : 多言語情報

このリーフレットは、釧路市在住の外国人のご意見を参考  
 に作られました。楽しく快適な釧路での暮らしに、このリーフレットが  
 お役に立てば幸いです。



へんしゆう くしろこくさいこうりゆう かい  
**編集：釧路国際交流の会**  
 当会は、交流会、研修会を開いています。  
 リーフレットの詳しい情報や会の情報につい  
 ては事務局に問い合わせください。

<事務局>  
 くしろ国際交流プラザ内  
 ☎ 0154-65-6712  
 www.kushiro-vista.com/

