

広報 くしろ

夕日の美しい季節が、今年もやって来ました

釧路の夕日が1年で一番美しいといわれる季節が訪れます。

人気のスポットは、幣舞橋や久寿里橋周辺の岸壁、まなぼつと幣舞の展望台や米町展望台などいろいろあります。見る場所によってさまざまに表情を変える、世界三大夕日といわれる釧路の夕日。

今年の秋は、いろいろなスポットを巡って、夕日を楽しんでみませんか？21ページの「教えて、くしろ！子ども探検隊！」で、釧路の夕日を詳しく紹介していますのでご覧ください。

漁師オススメの旬の魚
くしろプライド釧魚

9月の旬を食べよう！
イワシ／サンマ／クジラ



2022

September No.203

令和4年9月1日発行

9



写真 タイトル「Smile!!」^{スマイル} 撮影者 ^{くどう たかし} 工藤 崇さん 提供 (一社) 釧路夕焼け倶楽部

主な記事

くしろ100年特別表彰 おめでとうございます | くしろ100年事業「阿寒湖周辺スタディートリップ」～阿寒の自然の神秘と魅力に迫る～ |

誰もが主役になれる！それがパラスポーツ!! くしろパラスポフェスタ |

市内40カ所の会場で、スマートフォン教室を開催します!! この機会にスマートフォンの便利な機能を体験してみませんか? |

釧路市役所 〒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: 釧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



LINE 釧路市 LINE 公式アカウント



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 76.1MHz 「市役所からこんにちは」
毎週月曜日 10:05~10:20



- 連合町内会では秋にも地域清掃の集中期間を設定しています。今年は10月8日出～16日日の期間を設定しましたので、ご協力をお願いします。
- 地域清掃に併せて、災害時の避難路の安全確認も行いましょう。
- 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。

くしろ100年特別表彰 おめでとうございます

問合せ 市役所総務課行政担当(☎23-5184)

8月1日、釧路センチュリーキャッスルホテル2階平安の間にて、くしろ100年特別表彰表彰式を執り行いました。

当日は、表彰をいたしました11社の皆様の他、来賓を含め約70人が出席する中、市長より、^ふ貴紙を使用した表彰状とアイヌ文様入りのタペストリーを額装した記念品を贈呈し、企業の皆様の功績をたたえました。



くしろ100年特別表彰について

1922(大正11)年8月1日、当時の釧路区に、北海道において初めての市制が施行され、釧路市が誕生してから、本年で100年を迎えました。

この100年の間、2005(平成17)年の阿寒町、音別町との新設合併なども経て、釧路市はひがし北海道の拠点都市としての役割を担いながら、生産都市として発展してきました。

釧路市の誕生から100年の節目を迎えるに当たり、生産都市としての誇りとともに釧路市の魅力や価値を次世代に継承し、次の100年においても持続的な発展を実現するため、これまで釧路市の産業の振興に貢献された11社の皆様に「くしろ100年特別表彰」をお贈りし、今後ますますの発展により将来の本市経済をけん引していただくことを祈念するとともに、その功績をたたえました。

表彰した企業の皆様

王子マテリア株式会社 様

代表者 代表取締役社長 森平 高行 様



王子グループの産業資材カンパニーの中核として、包装用途の素材生産事業を担っており、釧路工場は、国内最大の段ボール原紙工場として年間38万トンの生産量を誇り、基幹産業の一角として地域経済・雇用を支えており、近年では雑誌古紙や処理の難しい古紙の利用という、道内の工場での取り組みを進めています。

また、隣接する野菜工場への工場蒸気の供給や、石炭ボイラーの燃料を地域炭鉱から調達するなど、地産地消の取り組みを進めている他、災害時の緊急避難先としての協定を釧路市や大楽毛地区連合町内会と締結するなど地域貢献活動も積極的に行っています。

株式会社大塚製薬工場 様

代表者 代表取締役社長 小笠原 信一 様



70年以上にわたり輸液事業に取り組み、輸液のリーディングカンパニーとして日本の輸液開発をけん引しており、現在は、輸液はもとより、医療現場などの課題解決に貢献するさまざまな製品を提供しています。

釧路工場は、同社の北の拠点として、世界で初めて開発したクラウドバッグ製剤などの各種輸液製品の製造を行っています。

近年では、地域医療の更なる充実や新型コロナウイルス感染症対策として、企業版ふるさと納税、経口補水液等の寄附、災害時の協力に関する協定や市民の健康づくり等に関する包括連携協定の締結など、地域貢献活動も積極的に行っています。

株式会社釧路製作所 様

代表者 代表取締役社長 羽笈 洋 様



設計・原寸システムで作成した図面を基に、厚板鋼板をNC搭載機械設備で、一次加工から組立、溶接、塗装までを行う自社工場内一貫生産に強みを持つ、日本最東端の老舗橋梁メーカーです。

「守りから挑戦する企業へ」を掲げ、100年企業を目指し、主業の鋼製橋梁で培った技術を生かして水門や大型クレーン、産業機械製造に加え、宇宙産業やロケット開発等の新規事業への参入を進めるなど、事業の幅を広げています。

また、工場見学の受け入れや、釧路市内の小学校で出前授業を開催するなどして、ものづくりの楽しさを広めるなど地域の人材育成にも取り組んでいます。

株式会社昭和冷凍プラント 様

代表者 代表取締役社長 若山 聖子 様
多大な功績のある方 若山 敏次 様

陸上・船舶冷凍冷蔵設備、製氷冷房設備、一般工業用各種冷却装置の設計・制作・施工を行っており、窒素水、窒素氷など、大気中の窒素を活用した高鮮度保持技術で生鮮食品、地域の農水産物の安全・安心や、フードロスの削減、付加価値の向上、食関連企業の販路拡大を支えています。

また、カーボンニュートラルを考慮した窒素水の技術を生かして鉄筋コンクリートの酸化を抑えて劣化を防ぐ方法を考案し、さらには原子力発電所から出る汚染水を浄化する研究や、窒素による味や香りの変化についても研究するなど、地球環境やSDGsに配慮した、新たな分野への取り組みを進めています。

鶴雅リゾート株式会社 様

代表者 代表取締役 大西 雅之 様



ひがし北海道エリアを中心に8つの施設を運営しており、「宿づくりは作品づくり」のコンセプトを掲げ、個人客をターゲットとして、各ホテルに独自性を持たせながら、全従業員による接客体制を作るなど顧客本位の先進的な旅館経営を実践しています。

また、自然環境やアイヌ文化の保護・価値向上に取り組み、地域企業との緊密な連携により各種観光商品の開発などを長年にわたり実施してきました。

さらには、ワーケーションやアドベンチャートラベルなど新たな旅行形態に対応した積極的な設備投資に取り組んでいます。

トーフ計装株式会社 様

代表者 代表取締役 奥村 英和 様
多大な功績のある方 福井 克美 様

空調・冷暖房用自動制御設備の設計・施工・メンテナンスおよび省エネ支援業務を行っており、コンピュータ処理などの高度な技術を要する作業能力を有しています。

長年培ってきた計測と制御の技術を生かして、エネルギーを見える化することでさらなる快適さと省エネ、カーボンニュートラルの実現に取り組んでいます。

公共施設や病院の空調システムの設計・施工の他、自社開発した牛乳品質維持支援装置が釧路管内の酪農家に導入されるなど、事業者のコスト削減、省エネを推進しており、地球環境に優しい地域社会づくりに貢献しています。

表彰した企業の皆様

株式会社ニッコー 様

代表者 代表取締役 佐藤 一雄 様
 多大な功績のある方 佐藤 厚 様



創業以来一貫して「食に関わる加工マシンの開発・製造」に携わってきた食品加工用機械メーカーであり、「世界初」「国内初」の加工機械の開発により、国内外から高い評価を得ています。

業界屈指の技術力と開発力で、釧路地域の基幹産業の1つである水産業・水産加工業のみならず、食産業全体を支えています。

また、産業用ロボット特別教育施設「北海道ロボットラボラトリー」を開所するなど、地域の人材不足を補う手段としてのロボット導入とロボットを扱うことのできる人材の育成に取り組んでいます。

菱エステイ島本鉄工株式会社 様

代表者 代表取締役 島本 幸一 様



1933(昭和8)年に船舶用焼玉エンジンの修理工場として創業し、現在は船舶用機器のみならず、産業用の発電機関、上下水道施設の整備など多方面において高い技術力を誇っている製造業者です。

さまざまな産業用機械のメンテナンスを手掛けて地域の基幹産業や生活インフラを支えてきただけでなく、産業の動向や課題、需要を踏まえ、機械加工や製缶溶接の技術を生かして、バイオガスプラント関連設備や酪農業関連製品の製造など、新規事業にも挑戦しています。

また、釧路地域工業振興協会の中心として、地域全体の技術力の向上、技術者の育成、企業間の情報共有にも積極的に取り組んでいます。

ふたみ青果株式会社 様

代表者 代表取締役社長 松本 政人 様
 多大な功績のある方 松本 厚 様



釧路市公設地方卸売市場において、野菜や果物など青果物の仲卸業を中心として水産加工・卸売、運送、食品開発等を行っています。

安全で安心な青果物の安定供給と北海道の青果物販路拡大を使命に掲げ、商品に付加価値を付けることで他社との差別化を図るなど新たな取り組みを進めており、2013(平成25)年にフリーズドライ工場を建設し、自社開発で特許を取得したニューフリーズドライ製法の技術を活用、さらに2016(平成28)年にはレトルト工場を建設するなど、特に長期保存の技術で地域の農林水産品の高付加価値化や販路拡大を支えています。

株式会社マルサ笹谷商店 様

代表者 代表取締役社長 笹谷 剛 様
 多大な功績のある方 笹谷 正幸 様



水産加工製品、冷凍魚肉すり身等の加工原料の製造、フィッシュミールや魚油など、飼料・肥料の販売などを行う道内最大級の水産食品会社です。

「食の安全・安心」などの消費者のニーズを捉え、魚食文化を守ることを第一に、時流を見極めた積極的な設備投資と高品質な製品づくりに取り組み、工場新設や直売店の展開など新たなチャレンジを続けており、鮮度と品質にこだわり抜いた商品で年商は200億円を超え、水産加工業売上高で道内1位を獲得しています。

また、2018(平成30)年には水族館を併設した複合商業施設を開設するなど、水産物の消費拡大と地域活性化にも取り組んでいます。

三ッ輪運輸株式会社 様

代表者 代表取締役社長 栗林 定正 様



港湾荷役を中心に、トレーラー輸送、航空貨物輸送、JRコンテナ輸送、倉庫業など、海・陸・空の総合輸送業を行っています。

輸送手段の発達・物流の変化に対応した諸施設の拡充や新鋭機器の導入を図り、より安全で確実な物流サービスを提供するなど、地域物流の担い手として基幹産業を支えています。

特に、釧路港の荷役部門の中核を担うとともに、貯蔵施設・サイロを建設することにより、国内外から運び込まれる飼料原料を「ひがし北海道」に安定供給する基盤を構築したことは、大きな功績です。



くしろ100年事業「阿寒湖周辺スタディートリップ」 ～阿寒の自然の神秘と魅力に迫る～

問合せ先 市役所都市経営課企画担当（☎31-4502）

くしろ100年事業「阿寒湖周辺スタディートリップ」は、7月30日に50人以上の市民の方々にご参加いただき、無事終了しました。



出発式
市役所防災庁舎前より出発！



蝦名市長、秋里副市長がお見送りに駆けつけてくれました。

スポット① 双湖台 双湖台から見える菱形の湖「ペンケトー」は雄阿寒岳の溶岩が作り出した形だったのです！



▲若菜先生のガイドの様子



●参加者の声●
・小学校の修学旅行を思い出した
・景色がきれいだった！

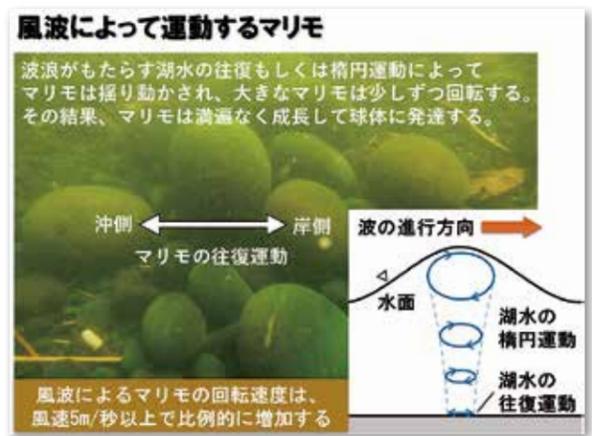


スポット② 阿寒湖・チュウルイ島 マリモが丸くなる理由には、長い歴史の中で形成された阿寒湖の地形と風が深く関係していました！

●参加者の声●
・マリモは丸いものだと思っていたが実は貴重だと知った！



●参加者の声●
・阿寒の見事な地形と世界にここだけのマリモをもっとPRしたい！



ゼロカーボンパーク登録地としての取り組み 脱炭素、脱プラスチックの取り組みを給水スポットやエコ弁当で体験

●参加者の声●
・エコ弁当がとてもおいしかった！
・脱炭素等の取り組みをもっとPRすべき！

仕切りに笹の葉を使うなど、プラスチックごみが出ないように配慮された、お食事処味心の「エコ弁当」。ヤマメやフキ、鹿肉など地元食材がふんだんに使われていました。



これからの100年に向けて…

●参加者の声●
・自然を見るだけでなく体感できる観光を目標にしてみは？
・自分の住むこのまちを好きになることが前提。
・地域の特性をもっと子どもたちに教育して欲しい。
・自然を後世に残す努力を私もしていきたい。

参加者および応募して下さった皆さん、ご協力いただいた企業の皆さん、ありがとうございました。



「知っておきたいオーラルフレイル」

問合せ 市役所健康推進課 (☎31-4524、31-4525)

フレイル、オーラルフレイルについて

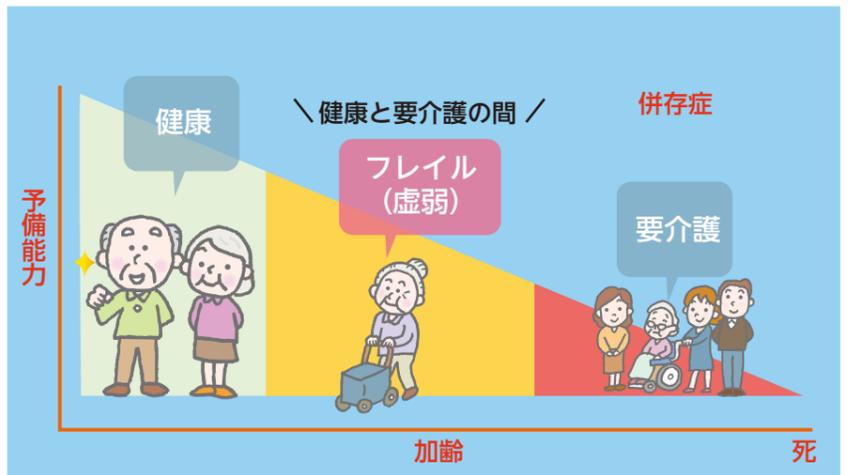
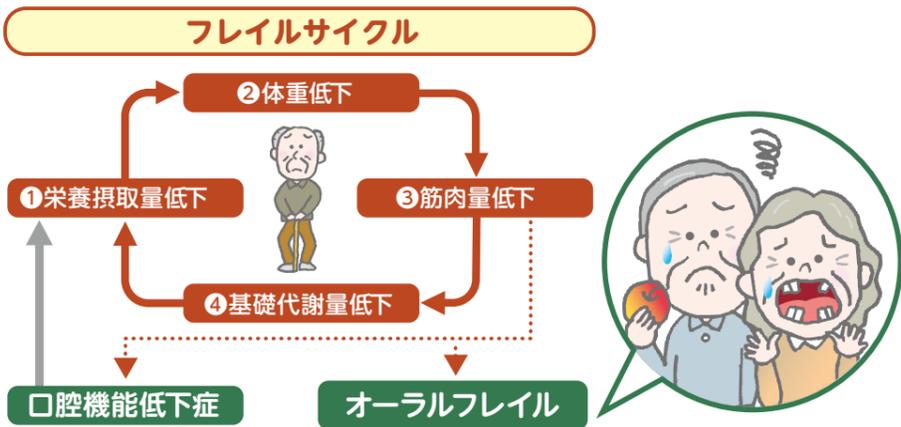
フレイルとは

分かりやすく言えば、「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。フレイルは、単なる身体的機能の衰えだけではなく、精神的もろさや社会性低下なども生じることが特徴です。改善をせずにそのまま放置すると介護が必要な状態になる可能性が高く、早期発見と適切な予防・改善をしていくことが大切になります。



フレイルとオーラルフレイルの関連性

オーラルフレイルは、口腔機能低下症につながります。口の機能が衰えると全身の衰え、つまりフレイルを助長します。全身が衰えてくると口の機能が衰えてくるという悪循環に陥ります。それを「フレイルサイクル」といいます。



オーラルフレイルとは

「食べる」「飲み込む」「息をする」「コミュニケーション」「唾液の分泌」などの口の機能が低下することです。

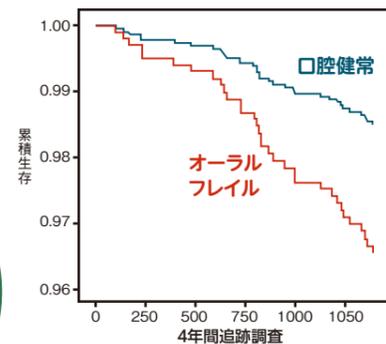
オーラルフレイルチェックリスト

以下の項目の中で1つでもチェックがあればオーラルフレイルの疑いがあります。

- 食事の時にむせたり食べこぼす
- 食欲がなく、少ししか食べられない
- 柔らかい物ばかり食べている
- 以前より滑舌が悪くなった
- 口の中が乾きやすく口臭が気になる
- 自分の歯が少なくなった
- あごの力が弱くなった
- 口の周りの容姿が気になる

オーラルフレイルが認められた高齢者が抱えるリスク

オーラルフレイルが認められた人は、口腔が健康な方に比べ4年後の死亡リスクがなんと2.1倍になるというデータがあります。



「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク	
新規発症	
身体的フレイル	2.4倍
サルコペニア	2.1倍
要介護認定	2.4倍
総死亡リスク	2.1倍

●オーラルフレイルに関する疫学データ2: オーラルフレイルと生存率
●オーラルフレイルに関する疫学データ1: 「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク
出所: 公益社団法人日本歯科医師会「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル2019年版」

入場無料

2022 歯の健康講座

生涯、自分の歯ですぐすために!

ご来場プレゼントも
あります!

10:40~11:00
家族みんなで受けよう! 歯科検診
岡田実継 (釧路歯科医師会会長)

11:00~12:00
人生100年時代、子供のうちからやってほしいこと
~小児歯科からの提言~ 齊藤正人教授 (北海道医療大学)

日時 10月23日(日)10:00開場・10:30開演
会場 釧路プリンスホテル3階

ご希望のスケジュールで
お申し込みください。

令和4年度
歯と口の健康週間図画ポスターコンクール表彰式

主催 **釧路歯科医師会**

お申し込みはHPか上のQRコードからお願いします。

釧路市城山2-2-15 ☎42-8336
<http://www.kushirodental.com>

「しっかり噛み」「しっかり食べ」「しっかり動き」「しっかり社会参加」をしましょう!

ささいな口の衰えをあきらめない! 毎日の生活でオーラルフレイル予防を

歯と歯ぐきをケアする



かかりつけ歯科医を持つ



口や舌を使う



かみごたえのある食品を
献立に入れる



バランスのよい
食事を摂る

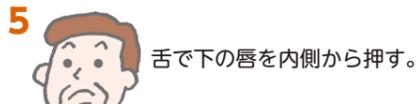
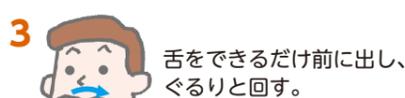
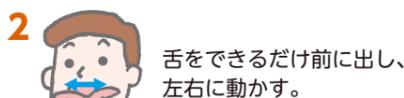


オーラルフレイル予防のために健口（けんこう）体操を始めてみませんか？

最近、お茶でむせる、そばをすすって食べられない、ご飯は柔らかい方が好きになったということはありますか？ 年を重ねると口の機能も徐々に衰えてくるものです。体と同様に適度に動かし、いつまでもおいしく食べ、会話を楽しむための健口体操やマッサージをご紹介します。

舌体操

舌の動きをよくすることで、はっきりと発音できるようになり、飲み込み力もアップします。それぞれ、5回ずつ行います。



パタカラ体操

パタカラとはっきりしっかりと口を動かします。唇、舌と周りの筋肉を動かし、むせや食べこぼしを予防します。



「口腔体操でオーラルフレイル予防」動画も参考にしてください。

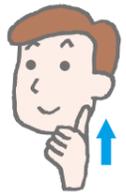
←QRコードからご覧ください。

唾液腺マッサージ

唾液のはたらきで乾燥がおさまリ、口の中もきれいになります。



上の奥歯のあたりを後ろから前へ向かってまわす。



親指を顎の骨の内側のやわらかい部分にあて、耳の下から顎の下まで5か所くらいを順番に押す。



両手の親指をそろえ、顎の真下から舌を突き上げるようにゆっくり押す。

オーラルフレイル対策は、かかりつけの歯科医院で!

オーラルフレイルは、自覚しにくい口に関する「ささいな衰え」です。早期にオーラルフレイルに気づき、適切な対応をすることで健康な状態に戻すことができます。このため、歯科医院では口腔機能低下症への取り組みが進んでいます。

口腔機能低下症とは、オーラルフレイルが進み、口の動きが低下した状態をいいます。判定基準は(1)口の中の汚れ(2)湿り具合(3)噛む力(4)舌や口唇の運動機能(5)舌が食べ物を押しつぶす力(6)噛み砕く機能(7)飲み込む機能の7項目うち、3項目以上が基準以下の場合に該当します。

なお、22(令和4)年4月から対象範囲が拡大し、55歳以上の口腔機能の低下を認める方に健康保険が適用となりました。検査の必要性などは、かかりつけ歯科医にご相談ください。かかりつけ歯科医をもって定期的に通院し、口の健康を守りましょう。



釧路・根室圏域在宅歯科医療連携室相談員から

←QRコードからご覧ください。

通院できないから…と諦めていませんか? 口や歯のことで悩みごとのある方は、釧路・根室圏域在宅歯科医療連携室に相談してください。歯科衛生士である相談員が対応します。
問合先 釧路・根室圏域在宅歯科医療連携室 (☎41-7979)
受付時間 月～金曜日 10:00～17:00

休日緊急歯科診療所利用案内

休日の歯のトラブルは、休日緊急歯科診療所をご利用ください。

診療日 日曜日、祝日・年末年始
時間 10:00～12:30、14:00～16:00
場所 城山2-2-15(釧路歯科医師会館)
※要保険証(なければ全額自己負担です)
問合先 釧路歯科医師会(☎42-8336)
http://www.kushirodental.com/



釧路市国民健康保険(市国保)加入者の皆さんへ

毎年 特定健康診査を受けて健康状態をチェックしましょう!

問合せ 市役所国民健康保険課特定健診担当 (☎31-4570)

22(令和4)年4月1日現在で市国保に加入の40~74歳の方(22(令和4)年度中に40歳到達の方を含む)へ「特定健康診査受診券」(下図)を4月末に送付しました。**23(令和5)年3月31日(金)までに忘れずに受診しましょう!**
 なお、受診券に実施医療機関が記載されていますので、医療機関に電話で予約してください。また、受診券を紛失された場合は再発行しますので、ご連絡ください。



※新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、特定健診が一時中止となる場合があります。実施状況については、各実施医療機関にお問い合わせください。

健診項目(無料)

●基本項目

問診・診察/身体計測/血圧測定/尿検査(糖・たんぱく)/血液検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール/AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(γ-GTP)、血糖、HbA1c、尿酸、血清クレアチニン)

●詳細項目

医師が必要と判断した場合、無料で実施されます。

貧血検査/心電図検査/眼底検査



受診券は、**オレンジ色**のはがきです!



オプション検査(有料)

オプション検査のみでは受けられません。特定健診と一緒に予約してください。

検査項目	検査料
腹部超音波検査(腹部エコー)	1,750円
脳検査(頸動脈エコー、頭部MRI・MRA)	5,610円
脳脊髄検査(頸動脈エコー、頭部MRI・MRA、頸椎・腰椎MRI)	1万1,550円

18~39歳の方は若者健診へ

毎年1回、若者健診(下記「くしろ市民健診」参照)を受けて、若いうちから生活習慣病を予防しましょう!
 40歳以降は、引き続き、ご自身の健康管理のため特定健診を受けましょう!



くしろ市民健診の予約受付中です!

問合せ 市役所健康推進課 (☎31-4524・4525)

くしろ市民健診では、がん検診と特定健診等の健康診査をセットで受診することができます。この機会にぜひ健診を受診して、病気の予防と早期発見に努めましょう。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、中止となる場合があります。

●日程・会場

日程	健診会場
9月11日(日)	市役所防災庁舎
10月7日(金)	サンライフくしろ
10月16日(日)	市役所防災庁舎 ※観光国際交流センターから変更になりました。
11月22日(火)	コア鳥取
12月26日(月)	市役所防災庁舎
23(令和5)年1月18日(水)	市役所防災庁舎

●申込先

種類	受付期間	申込先
若者健診	全日程の予約受付中 ※実施日の 2週間前 までに お申し込みください。	市役所健康推進課 (☎31-4525)
特定健診		市役所健康推進課 (☎31-4524)
健康診査		
がん検診		

●健診(検診)の種類・内容など【各種健診は釧路市に住民票がある方が対象です】

種類	定員	対象者	健診(検診)料金	内容
若者健診	80人	18~39歳で健診(血液検査)の機会が無い方 ※18歳は年度内に19歳になる方が対象です。	無料	身体計測・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査・診察 ※市国保のオプション検査は受診できません。
特定健診	計40人	市国保加入の40~74歳の方	ご加入の医療保険者にお問い合わせください	身体計測・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査・診察 ※生活保護受給者で75歳以上の方、後期高齢者医療保険に加入の方は腹囲を除きます。
健康診査		医療保険加入者の被扶養者で40~74歳の方		
健康診査	計40人	後期高齢者医療保険に加入の方	無料	身体計測・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査・診察 ※生活保護受給者で75歳以上の方、後期高齢者医療保険に加入の方は腹囲を除きます。
		生活保護受給者で40歳以上の方	無料 ※事前に担当ケースワーカーに連絡してください	
がん検診(胃・肺・大腸)	各30人	40歳以上の市民の方	胃…1,160円 肺…470円(喀痰+610円) 大腸…550円 3種同時…1,530円(喀痰+430円)	胃:胃部X線撮影(バリウム検査) 肺:胸部X線検査(問診結果により喀痰検査実施) 大腸:便潜血検査 胃・肺・大腸がんの検診を同時に受診すると通常2,180円の検診料金が1,530円で受けられます!

誰もが主役になれる! それがパラスポーツ!!

くしろパラスポフェスタ



障がいのある人も
ない人も、
パラスポーツの魅力に
触れられる
イベントです

問合先 サン・アビリティーズくしろ (鳥取南7-2-20 ☎51-9865 ☎51-0161 ✉ paraspo@kushiro-city-shakyo.or.jp)
日時 11月13日(日) 午前9時30分～午後0時30分
会場 ウインドヒルクしろスーパーアリーナ (広里18 大規模運動公園内)

ボッチャ競技

午前10時～午後0時30分

事前申込が必要です。競技参加費 1人500円

1位～3位までは、賞状・記念品が贈呈されます。
9月1日(木)から申込受付、定員になり次第締め切ります。

①競技参加資格

市内在住の方、または市内の障がい者事業所等へ通われている方 (年齢・障がいの有無は問いません)

②競技参加費

1人500円 (大会当日受付で徴収)

1チーム3人以上6人以内とする。

※3人以上の人数確保が困難な場合は、事務局で調整しますのでご相談ください。

●競技規則・競技方法については、釧路市社会福祉協議会ホームページ (☎<http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp/paraspo.htm>) でご確認ください。



パラスポーツ体験

午前10時～午後0時30分

参加無料

車いすバスケット



ボッチャ



パラスポ競技用具展示



パラスポパネル展



まごころマーケット (障がい者施設物販コーナーもあります)

マイナポイントの対象となる
マイナンバーカードの

申請期限は22(令和4)年9月末まで!

問合先 釧路市マイナンバーカードコールセンター(☎0120-954-193)

市では、マイナンバーカード取得に必要な申請手続きをサポートしています。手続きは簡単ですので、市民の皆さんの利用をお待ちしています。

●場所 釧路市マイナンバーカードセンター 平日 午前11時～午後7時 土・日、祝日 午前10時～午後5時 ※毎週水曜日、第3日曜日を除く。

- ・西部センター (イオンモール釧路昭和1階)
- ・東部センター (コープさっぽろ貝塚店1階)

市役所戸籍住民課、各行政センター市民課、阿寒湖温泉支所 平日 午前9時～午後5時
※～23(令和5)年2月28日(火)まで

●ご持参いただく本人確認書類【下記のものから必ず2点お持ちください】

- ・運転免許証、運転経歴証明書、パスポート、住民基本台帳カード、障害者手帳、健康保険証、年金手帳、介護保険証、母子手帳、学生証、預金通帳、診察券 (氏名、生年月日または氏名、住所の記載があるもの)、生活保護受給者証

※通知カードや住民基本台帳カードをお持ちの方はご持参ください。



西部センター



東部センター

サポート
窓口へ



申請受付

※本人確認、申請書類、顔写真撮影など

カード交付

※郵便または交付会場で受け取り



※おおむね1カ月程度

団体出張申請

問合先 市役所戸籍住民課(☎31-4523)

- 内容 事業所や福祉施設、町内会などの団体先に向いて申請を受け付けています。
※平日の火～金曜日、午前10時～午後3時30分

マイナポイント・健康保険証利用・公金受取口座の設定を支援中

マイナポイント

●内容 マイナンバーカードとお好きなキャッシュレス決済サービスを紐づける等の作業を行うことで、最大2万円分のマイナポイントがもらえます。

事前準備

- ・マイナンバーカード (利用者証明用電子証明書付き)
- ・キャッシュレス決済サービスなど

申込み

- ・キャッシュレス決済サービスの登録
- ・健康保険証
- ・公金受取口座の登録

ポイント受け取り

※健康保険証と公金受取口座登録後のポイント付与は6月30日から始まっています。



申し込みの設定支援は、市役所戸籍住民課交付ブースまたは釧路市マイナンバーカードセンターで行っています。マイナポイントの申し込みには、利用者証明用電子証明書 (数字4桁) を使用します。

※電子証明書は、市役所窓口または市マイナンバーカードセンターで設定することができます。

詳しくは、市ホームページの「マイナンバー特設ページ」をご覧ください。

☎<https://www.city.kushiro.lg.jp/kurashi/bangoseido/shitumon/page00078.html>

公金受取口座の登録についてはマイナポータルサイトをご覧ください。

☎<https://img.myna.go.jp/manual/03-14/0194.html>



早くて、かんたん便利

コンビニで住民票などの証明書が取れます!

コンビニ交付サービス

市では、市民の利便性向上のため、マイナンバーカードを利用した各種証明書コンビニ交付サービスを行っています。

お昼休みや夜間、さらに休日でも、自分の都合に合わせて取得できます。

●取得できる証明書

住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、戸籍証明書、戸籍の附票の写し、所得課税証明書

●利用時間

土・日曜日、祝日を含む午前6時30分～午後11時 (戸籍のみ平日の午前8時50分～午後5時20分)

●必要なもの

マイナンバーカード、交付手数料、利用者証明用電子証明書の暗証番号 (数字4桁)
※電子証明書は市役所窓口で設定することができます。

介護高齢課からのお知らせ

9月は世界アルツハイマー月間です!

問合せ 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

94(平成6)年、国際アルツハイマー病協会(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を世界アルツハイマーデーと制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を世界アルツハイマー月間と定め、さまざまな取り組みを行っています。これに併せ、市でも認知症に関するイベントを予定しています。認知症を正しく理解するきっかけとして、ぜひご参加ください。

日時	名称	会場	内容	申し込み
9月1日(木) 午後5時54分～	幣舞橋ライトアップ点灯式	釧路フィッシャーマンズワーフMOO EGG	幣舞橋をオレンジにライトアップします。ライトアップに併せて、トランペットとピアノの演奏を行います。	不要
9月21日(水) 午前10時～正午	認知症サポーター養成講座	中央図書館7階多目的ホール	認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けをする「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。	中部南地域包括支援センター (☎24-1102)
9月21日(水) 午後1時～3時	オレンジカフェ		介護についてのお悩みなど、皆さんでお話しませんか?	不要
9月21日(水) 午後1時30分～4時	認知症に関する相談会	中央図書館7階グループ学習室	家族や自分の認知症に関するさまざまな相談を看護師や包括支援センター職員がお受けします。	不要
9月29日(木) 午後1時30分～3時30分	認知症サポータースキルアップ講座	道東勤医協法人本部2階会議室(協立病院隣り)	過去に認知症サポーター養成講座を受講していただいた方のための講座です。サポーターの皆さんの活動につながるよう、実践的な内容となっています。	中部南地域包括支援センター (☎24-1102)
10月22日(土) 午後1時30分～	第7回釧路市認知症講習会「ほっとけない!認知症」	まなぼっと幣舞2階多目的ホール	認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、認知症の正しい知識を学ぶ講習会です。	市各地域包括支援センター
10月29日(土) 午後1時～	絵本コンサート	釧路フィッシャーマンズワーフMOO EGG	音楽に乗せて、認知症を題材にした絵本を朗読します。	不要

新型コロナウイルス感染症が疑われるときの病院のかかり方



せき、のどの痛み、鼻水、発熱等の風邪症状がある場合

※無症状の場合は当てはまりません。



かかりつけの内科や耳鼻咽喉科などが**有る**場合

今の体調(せきがでる、のどが痛い、熱がある等)を電話でしっかり伝えてください。
※「検査を受けたい」と、問い合わせるのはお控えください。

対応可能

受診・検査

新型コロナ感染症に対応できない場合



無症状の濃厚接触者(感染の可能性がある方)ではない方で、新型コロナウイルスへの感染に不安を感じる場合は、北海道のPCR等検査無料化推進事業の対象となります。※実施期間等が変更となる場合があります。詳細は下記をご覧ください。

☎ https://www.pref.hokkaido.lg.jp/covid-19/kensa_muryouka.html



かかりつけの内科や耳鼻咽喉科などが**無い**場合

発熱者等の外来診療、検査を実施している病院を調べる ●方法: インターネット・電話・ファクス

北海道ホームページ
「発熱者等診療・検査医療機関」および「自宅療養者等の治療に関する医療機関」一覧
☎ <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kst/youkou.html>



釧路保健所 (☎65-5811 ☎65-5352)
平日 午前8時45分～午後5時30分
北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター
(☎0120-501-507 ☎011-206-0732) 24時間

ご自分で医療機関へ電話をします。
今の体調(せきがでる、のどが痛い、熱がある等)をしっかりと伝えてください。
※「検査を受けたい」と、問い合わせるのはお控えください。

受診・検査



22 (令和4) 年度 釧路市市民介護予防普及講座



認知症診療医に学ぶ、脳の健康にかかわる話 ～認知症やうつ病を予防するために～

問合せ先 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

皆さん、「物忘れが多くなった」「最近なんだか調子が出ない」と感じていませんか？活動を控え自宅で過ごしている時間が長くなると、脳の働きが低下し、認知症やうつといった症状を発症する危険性が高くなります。

22 (令和4) 年度の釧路市市民介護予防普及講座では、医師を講師に招き、認知症やうつとはどのような状態なのか、認知症やうつになりにくい生活のポイントなど予防方法について、お話していただきます。

この機会に脳の健康への理解を深め、認知症やうつになりにくい生活を目指してみませんか？皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 9月30日(金) 午後1時30分～3時 (受付開始 午後1時)

場所 交流プラザさいわい (幸町9-1) 1階多目的ホール

※会場の駐車場に限りがありますので、可能な限り公共交通機関を利用してお越しください (市役所の駐車場は利用できません)。

講師 砂川市立病院 精神科部長 畠山茂樹 医師

(日本精神神経学会認定認知症診療医、日本老年精神医学会認定専門医、認知症サポート医)

対象 おおむね65歳以上の市民

定員 70人 (先着順)

参加費 無料

持ち物 眼鏡・補聴器 (必要な方)、筆記用具

問合せ・申込 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

※事前に申し込みが必要です。

※講座当日は手話通訳がありますので、必要な方は申し込み時に申し出てください。

- 釧路赤十字病院の物忘れ外来も担当されている、認知症診療医の畠山先生に、認知症や高齢期のうつについてお話ししていただきます。
- 参加された方には自宅で脳トレに取り組めるグッズを差し上げます。

※新型コロナウイルス感染症感染防止のため、感染防止対策を徹底した上で開催します。参加の際は自宅での検温やマスクの着用、手指消毒等にご協力ください。また、感染状況によっては予定が変更となることがあります。

釧路市高齢者支援ボランティア人材育成事業

釧路市
公認

ご近所ボランティア講座

受講生募集!!

「ご近所ボランティア」とは…

地域で暮らす高齢者を支援するため、「おたっしやサービス」などの地域の高齢者が集まる場づくりの企画運営やお手伝い、高齢者福祉施設などでのボランティア活動を行う釧路市公認のボランティアです。

活動先は市内の「おたっしやサービス」、「地域カフェ」の他、お住まいの近所にある高齢者福祉施設などです。



右表内①～③の講座内容は以下のとおりです

- ①第1講 ご近所ボランティアについて
ボランティア活動の基本・地域福祉活動について
おたっしやサービスについて
地域包括支援センターについて
施設種別について
ご近所ボランティアの活動紹介
 - ②第2講 高齢者の特徴について
感染症予防について
車椅子の操作方法(実技)
コミュニケーション方法について
地域実習について
 - ③第3講 地域実習 ※地域実習の場所は市内のおたっしやサービス等になります。
- 定員 各25人(先着順)、阿寒・音別は各10人
参加費 無料
対象 18歳以上の市民で全3講受講できる方。
また、講座修了後、釧路市公認のボランティアとして活動していただける方

●22 (令和4) 年度 ご近所ボランティア講座 開催日程および開催場所

開催地区	日程 (※)	時間	会場	申込締切
釧路地域 (3地区)	①9月15日(休) ②9月22日(休) ③9月26日(月)～ 10月1日出ののうち1日	①② 午前9時30分～正午 ③は実習先により 異なります	①②まなぼつと幣舞 学習室705・706 ③市内おたっしやサ ービス等	9月6日(火)
	①10月19日(休) ②10月26日(休) ③10月31日(月)～ 11月7日(月)のうち1日	①② 午後1時30分～4時 ③は実習先により 異なります	①②コア鳥取 学習室兼会議室 ③市内おたっしやサ ービス等	10月11日(火)
	①11月15日(火) ②11月22日(火) ③11月25日(金)～ 12月2日(金)のうち1日		①②市総合福祉セン ター1階大ホール ③市内おたっしやサ ービス等	11月7日(月)
阿寒地域	①11月11日(金) ②11月18日(金) ③11月21日(月)～ 12月1日(休)のうち1日	①② 午前9時30分～正午 ③は実習先により 異なります	①②阿寒町保健・福 祉サービス複合施設 ひだまり ③市内おたっしやサ ービス等	11月4日(金)
音別地域	①10月20日(休) ②10月27日(休) ③10月31日(月)～ 11月7日(月)のうち1日		①②音別町福祉保健 センター ③市内福祉施設等	10月14日(金)

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により延期または中止となる場合があります。

問い合わせ・
申し込みはこちらまで!

- 釧路地域 ボランティアセンター釧路 (☎24-1648)
- 阿寒地域 ボランティアセンター阿寒 (☎66-4200)
- 音別地域 ボランティアセンター音別 (☎01547-6-2941)

※この講座は、感染症予防のため人との距離を確保した広い会場で行い、手指消毒とマスク着用を徹底した上で開催します。

市内40カ所の会場で、スマートフォン この機会にスマートフォンの便利な機能を

●スマートフォンを活用して「便利で身近な市役所」に

市では、21(令和3)年7月に「釧路市デジタル・トランスフォーメーション(DX)推進方針」を策定し、「スマートフォンの中に市役所がある」を基本理念に掲げ、本年2月にはLINE公式アカウントを開設し、子育て情報や災害・防災情報など生活に役立つ便利な情報を発信するなど、スマートフォンを活用した行政サービスを始めています。

市役所に行かなくても、誰もがスマートフォンでさまざまな行政サービスを受けることができることを目指し、スマートフォンの使い方に慣れていただくための、取り組みを行うこととしました。

●スマートフォンを体験してみませんか

スマートフォンを持ったことが無い方や、持っても操作に不慣れな方などを対象に、スマートフォンの使い方を分かりやすく説明する「スマートフォン教室」を開催します。

参加費は無料で、スマートフォンを持っていない方には無料で貸し出しを行います。また、分からないことがすぐに聞けるよう、講師とアシスタントを複数人配置しており、市内40カ所の会場で開催しますので、お好きな会場を選んでいただくことが可能です。この機会にぜひスマートフォンの便利な機能を体験してみてください。

コースが選べる

- 1会場あたり3回開催します(入門コース1回、初級コース2回、各90分)。
 - 各会場のAが入門コース、B・Cが初級コースとなります。
 - 複数のコースへの参加も可能です。
- ※入門コース…スマートフォンの基本的な操作方法(スマートフォンを持っていない方等向け)
 ※初級コース…便利なツールやアプリの操作方法(スマートフォンの操作に不慣れな方等向け)

分かりやすい

- 講師の他にアシスタントが数名いますので、分からないことをすぐに聞くことができます。
- ※参加人数は各会場10人となります。
 ※参加希望者が多数となった場合は、ご希望に添えないことがありますのでご了承ください。
 ※参加費は無料で、スマートフォンを持っていない方には貸し出しも行います。

申込方法

●釧路市連合町内会のご協力のもと、 先行予約を受け付けます

先行予約の申し込みは、下記の内容を明記の上、郵送・ファクス・メール・持参のいずれかの方法で、9月12日(月)までに釧路市連合町内会(〒085-8505 黒金町7-5 FAX23-2101 ☒rencyo946@bz03.plala.or.jp)へ。

※電話での受け付けは行っていません。



申し込みに必要な事項

- ①所属町内会名 ②住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢 ⑤連絡先電話番号
- ⑥希望する受講会場とコース(第3希望まで) ⑦聞いてみたいことなど



●一般申込は9月13日(火)から受付開始
一般の申し込みは電話で受け付けます。9月13日(火)以降、くしろ未来共創コンソーシアム(☎090-3606-0012)へお申し込みください。

▲釧路市公式LINEの基本メニューで市ホームページを見たり、広報くしろ最新号を読んだりすることができます。災害発生の際は、発生状況や避難情報などが自動で送られてきます。

ン教室を開催します!! を体験してみませんか?

**参加費
無料!!**



問合せ先
市役所情報システム課
(☎31-4510)

■ 西部地区 ■ 中部地区 ■ 橋南地区 ■ 阿寒地区 ■ 音別地区

※各コース90分



市内40カ所、右記の会場で開催します。ご自宅近くの会場で参加することができます。

※駐車場のない会場へは徒歩や公共交通機関等での参加をお願いします。



では、
3の
す。
青報



<p>①大楽毛西会館 (大楽毛131-12)</p> <p>A(入門) 10月17日(月)午後2時～ B(初級) 11月21日(月)午後2時～ C(初級) 1月23日(月)午後2時～</p>	<p>②大星会館 (大楽毛北1-1-10)</p> <p>A(入門) 10月11日(火)午前9時30分～ B(初級) 11月15日(火)午前9時30分～ C(初級) 12月20日(火)午前9時30分～</p>	<p>③中鶴野会館 (鶴野58-3062)</p> <p>A(入門) 10月14日(金)午前9時30分～ B(初級) 11月18日(金)午前9時30分～ C(初級) 12月23日(金)午前9時30分～</p>	<p>④星が浦会館 (星が浦大通2-7-22)</p> <p>A(入門) 10月12日(水)午前9時30分～ B(初級) 11月16日(水)午前9時30分～ C(初級) 12月21日(水)午前9時30分～</p>
<p>⑤鳥取南会館 (鳥取南7-2-8)</p> <p>A(入門) 10月12日(水)午後2時～ B(初級) 11月16日(水)午後2時～ C(初級) 12月21日(水)午後2時～</p>	<p>⑥昭園会館 (昭南6-19-8)</p> <p>A(入門) 10月13日(木)午前9時30分～ B(初級) 11月17日(木)午前9時30分～ C(初級) 12月22日(木)午前9時30分～</p>	<p>⑦鳥取北会館 (鳥取北4-10-16)</p> <p>A(入門) 10月13日(木)午後2時～ B(初級) 11月17日(木)午後2時～ C(初級) 12月22日(木)午後2時～</p>	<p>⑧鳥取東会館 (鳥取大通1-3-8)</p> <p>A(入門) 10月11日(火)午後2時～ B(初級) 11月15日(火)午後2時～ C(初級) 12月20日(火)午後2時～</p>
<p>⑨昭和会館 (昭和町4-8-10)</p> <p>A(入門) 10月14日(金)午後2時～ B(初級) 11月18日(金)午後2時～ C(初級) 12月23日(金)午後2時～</p>	<p>⑩宝浜会館 (宝町4-10)</p> <p>A(入門) 10月18日(火)午前9時30分～ B(初級) 11月22日(火)午前9時30分～ C(初級) 1月24日(火)午前9時30分～</p>	<p>⑪旭会館 (旭町12-8)</p> <p>A(入門) 10月18日(火)午後2時～ B(初級) 11月22日(火)午後2時～ C(初級) 1月24日(火)午後2時～</p>	<p>⑫駒場会館 (駒場町11-8)</p> <p>A(入門) 10月 3日(月)午後2時～ B(初級) 11月 7日(月)午後2時～ C(初級) 12月12日(月)午後2時～</p>
<p>⑬若草会館 (若草町3-14)</p> <p>A(入門) 10月 7日(金)午前9時30分～ B(初級) 11月11日(金)午前9時30分～ C(初級) 12月16日(金)午前9時30分～</p>	<p>⑭鉄北中央会館 (若松町11-14)</p> <p>A(入門) 10月 5日(水)午前9時30分～ B(初級) 11月 9日(水)午前9時30分～ C(初級) 12月14日(水)午前9時30分～</p>	<p>⑮共栄ふれあいセンター (双葉町4-38)</p> <p>A(入門) 10月 5日(水)午後2時～ B(初級) 11月 9日(水)午後2時～ C(初級) 12月14日(水)午後2時～</p>	<p>⑯新橋会館 (新橋大通2-2-15)</p> <p>A(入門) 10月 7日(金)午後2時～ B(初級) 11月11日(金)午後2時～ C(初級) 12月16日(金)午後2時～</p>
<p>⑰愛国会館 (愛国東4-2-8)</p> <p>A(入門) 10月 3日(月)午前9時30分～ B(初級) 11月 7日(月)午前9時30分～ C(初級) 12月12日(月)午前9時30分～</p>	<p>⑱愛国東会館 (愛国東2-1-15)</p> <p>A(入門) 9月30日(金)午後2時～ B(初級) 11月 4日(金)午後2時～ C(初級) 12月 9日(金)午後2時～</p>	<p>⑲文苑会館 (文苑1-31-13)</p> <p>A(入門) 10月 6日(水)午前9時30分～ B(初級) 11月10日(水)午前9時30分～ C(初級) 12月15日(水)午前9時30分～</p>	<p>⑳芦野会館 (芦野3-29-5)</p> <p>A(入門) 10月 6日(水)午後2時～ B(初級) 11月10日(水)午後2時～ C(初級) 12月15日(水)午後2時～</p>
<p>㉑美原会館 (美原4-1-17)</p> <p>A(入門) 10月 4日(火)午後2時～ B(初級) 11月 8日(火)午後2時～ C(初級) 12月13日(火)午後2時～</p>	<p>㉒プラザよねまち (米町4-3-16)</p> <p>A(入門) 10月19日(水)午後2時～ B(初級) 12月 8日(水)午前9時30分～ C(初級) 1月25日(水)午後2時～</p>	<p>㉓橋南西会館 (南大通2-1-111)</p> <p>A(入門) 10月19日(水)午前9時30分～ B(初級) 12月 8日(水)午後2時～ C(初級) 1月25日(水)午前9時30分～</p>	<p>㉔宮本会館 (宮本2-12-7)</p> <p>A(入門) 10月20日(木)午前9時30分～ B(初級) 11月24日(木)午前9時30分～ C(初級) 1月12日(木)午前9時30分～</p>
<p>㉕富士見会館 (富士見3-2-1)</p> <p>A(入門) 10月20日(木)午後2時～ B(初級) 11月24日(木)午後2時～ C(初級) 1月12日(木)午後2時～</p>	<p>㉖城山会館 (城山1-12-13)</p> <p>A(入門) 10月27日(水)午前9時30分～ B(初級) 12月 1日(水)午前9時30分～ C(初級) 1月19日(水)午前9時30分～</p>	<p>㉗千歳会館 (千歳町3-13)</p> <p>A(入門) 10月27日(水)午後2時～ B(初級) 12月 1日(水)午後2時～ C(初級) 1月19日(水)午後2時～</p>	<p>㉘緑ヶ岡南会館 (緑ヶ岡5-4-27)</p> <p>A(入門) 10月24日(月)午後2時～ B(初級) 11月28日(月)午後2時～ C(初級) 1月16日(月)午後2時～</p>
<p>㉙緑ヶ岡・貝塚ふれあいセンター (貝塚1-7-15)</p> <p>A(入門) 10月24日(月)午前9時30分～ B(初級) 11月28日(月)午前9時30分～ C(初級) 1月16日(月)午前9時30分～</p>	<p>㉚武佐会館 (武佐4-26-6)</p> <p>A(入門) 10月28日(金)午前9時30分～ B(初級) 12月 2日(金)午前9時30分～ C(初級) 1月20日(金)午前9時30分～</p>	<p>㉛春採下町会館 (武佐1-3-25)</p> <p>A(入門) 10月28日(金)午後2時～ B(初級) 12月 2日(金)午後2時～ C(初級) 1月20日(金)午後2時～</p>	<p>㉜沼尻会館 (春採2-1-4)</p> <p>A(入門) 10月25日(火)午後2時～ B(初級) 11月29日(火)午前9時30分～ C(初級) 1月17日(火)午前9時30分～</p>
<p>㉝春探望洋地区集会所 (春採4-10-15)</p> <p>A(入門) 10月25日(火)午前9時30分～ B(初級) 11月29日(火)午後2時～ C(初級) 1月17日(火)午後2時～</p>	<p>㉞はまなす会館 (興津2-17-22)</p> <p>A(入門) 10月26日(水)午後2時～ B(初級) 11月30日(水)午後2時～ C(初級) 1月18日(水)午後2時～</p>	<p>㉟桜ヶ岡中央会館 (桜ヶ岡4-3-28)</p> <p>A(入門) 10月26日(水)午前9時30分～ B(初級) 11月30日(水)午前9時30分～ C(初級) 1月18日(水)午前9時30分～</p>	<p>㊱桜ヶ岡共和会館 (桜ヶ岡5-21-25)</p> <p>A(入門) 10月21日(金)午前9時30分～ B(初級) 11月25日(金)午後2時～ C(初級) 1月13日(金)午前9時30分～</p>
<p>㊲白樺ふれあい交流センター (白樺台2-1-1)</p> <p>A(入門) 10月21日(金)午後2時～ B(初級) 11月25日(金)午前9時30分～ C(初級) 1月13日(金)午後2時～</p>	<p>㊳阿寒町公民館 (阿寒町中央2-4-1)</p> <p>A(入門) 11月 1日(火)午後2時～ B(初級) 12月 6日(火)午後2時～ C(初級) 1月26日(水)午後2時～</p>	<p>㊴阿寒湖まりむ館 (阿寒町阿寒湖温泉2-6-20)</p> <p>A(入門) 10月31日(月)午後2時～ B(初級) 12月 5日(月)午後2時～ C(初級) 1月10日(火)午後2時～</p>	<p>㊵ルート38音別館おんぽーと (音別町本町1-51)</p> <p>A(入門) 11月 2日(水)午後2時～ B(初級) 12月 7日(水)午後2時～ C(初級) 1月11日(水)午後2時～</p>

防災特集 2022 日ごろから備えて、水害から身を守ろう

問合せ先 市役所防災危機管理課(☎31-4207)

今年、日本各地で発生している水害

今年の6月末から8月にかけて、低気圧の停滞の影響を受け、全国各地で記録的な大雨となり、人的被害・住家被害が多数発生しました。

水害は事前に備えられる

大雨や台風、低気圧や前線などによる水害は、日本のどこでも発生する可能性のある災害です。しかし、地震災害と異なり、防災気象情報を事前に入手でき、早めに対策を講じて被害を軽減するなど、災害に備えることができます。

線状降水帯とは

近年、顕著な大雨が発生し、数多くの甚大な被害を与えている線状降水帯とは、発達した雨雲(積乱雲)が列をなし、組織化した積乱雲群によって、数時間にわたり、強い降水を伴い、ほぼ同じ場所を通過または停滞することで作りだされる雨域のことを指します。

水害の種類

洪水

河川の流域に大雨が降ったり、春に積雪が融けたりすると河川に多量の水が流出して、護岸施設の破損や堤防を越えた水が沿岸に被害を与えます。

土砂災害

斜面が急激に崩れ落ちる崖崩れや、地層がゆっくりと滑り落ちる地滑り、溪流の土砂等が水と一緒に流れる土石流があります。

都市型水害

都市は、コンクリートの建物やアスファルトの道路で覆われ、雨水が地下に染み込みにくくなっています。側溝へ流れても排水が追いつかず、そのまま雨が降り続けると低い場所へと雨水が流れ込み、内水氾濫につながります。

土砂災害情報の個別配信システムをご利用ください!

市では「土砂災害警戒区域等」に指定された地域に居住する方を対象に、土砂災害の避難情報を個別にメールやファクス、固定電話(自動音声通話)などでお知らせするシステムを運用しています。

簡単に利用することができ、いざという時に大変役立つものです。市から登録案内が届いた方で、未登録の方はこの機会にぜひ登録してください!

※携帯電話等をお持ちの方は、屋外にいても情報が受け取れるメールでのご登録をお勧めしています。

※高齢者の方など、システムの登録が困難な場合は、家族などが本人の代わりに登録していただくなど、ご協力をお願いします。

システムでは、次の情報が配信されます

①避難情報(市が発令した避難指示等のお知らせ)

- 警戒レベル3 高齢者等避難
- 警戒レベル4 避難指示
- 警戒レベル5 緊急安全確保 のいずれか

②避難所開設情報(開設の避難所をお知らせ)

●ご利用上の注意

- ご利用には申し込みが必要です。
- ▶右記QRコードからお申し込みください。



メール



22(令和4)年度釧路市防災総合訓練を実施します!

下記の日程とおり釧路市防災総合訓練を実施します。

日時 9月29日(木) 午後1時~4時

場所 東港区耐震旅客船ターミナル

【訓練内容】

大規模な地震・津波災害の発生を想定し、52の防災機関が参加する防災総合訓練を実施しますので、市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

また、訓練中は参加する航空機や船舶、車両等の走行音につきまして、ご理解ご協力をお願いします。



北海道シェイクアウト2022に参加しましょう

北海道では、9月1日(木)午前10時から、今年で11回目となる日本海溝・千島海溝沿いにおける最大クラスの地震などを想定した防災訓練「北海道シェイクアウト」を実施します。

北海道シェイクアウトは、防災の日地域住民等との連携した訓練を実施し、地域における防災対策の強化を図ることを目的として行われます。

ぜひ北海道シェイクアウトにご参加ください。

〈訓練内容〉 訓練の時間になりましたら、その場でおおむね1分程度 ①Drop(まず低く)

②Cover(頭を守り) ③Hold on(動かない) という基本行動(安全行動の①

②③)を実施してください。なお、9月1日(木)の前後2週間以内に訓練を実施いただける場合、ホームページで参加登録が可能です。



最大クラスの津波浸水立体画像をご活用ください

釧路市の津波による浸水リスクを視覚的にわかりやすく伝えるため、「Google Earth(グーグルアース)」上にある実際の建造物のデータに「基準水位」を重ねた「津波浸水立体画像」を公開しています。

津波から身を守るためには、早期避難が大切です。市ホームページから、ご希望の地区データをダウンロードすると閲覧ができますので、お住いの地域や職場、学校などの状況を確認し、日ごろから災害に備えましょう!

※スマートフォンやタブレットからも閲覧することは可能です。

「最大クラスの津波浸水立体画像」ページへは右記のQRコードを読み取るか、下のキーワードをインターネットで検索してください!



釧路市 津波災害

Q 検索

9月10日は「下水道の日」です

問合せ 市下水道施設課 (画24-5131)

下水道の日とは

「下水道の日」は61(昭和36)年、整備の遅れていた下水道の全国的な普及を目的に「全国下水道促進デー」として始まりました。
その後、01(平成13)年には、旧下水道法が制定されてから100年を迎えたこと、21世紀のスタートの年に当たることから、より親しみのある名称として「下水道の日」に変更されました。

なぜ9月10日なの？

9月10日頃は台風が多いことから、「大雨に注意」と「雨水の排除」の意味から、9月10日を「下水道の日」と決めただよ！



下水道の役割



●快適な生活をつくる

家庭から出る汚水を下水処理場に集めることで、汚水が家にたまらず、害虫や悪臭の発生を防ぎ、衛生的で快適なまちを保ちます。

●まちを浸水から守る

降った雨水をすばやく下水道に集めて川や海に流すことで、道路の冠水や住宅への浸水などを防ぎます。

●川や海をきれいに保つ

汚水を処理し、きれいにした水を川や海などに戻すことで、水質を保全します。

春採湖を守る下水道

春採湖は「ヒブナ」の生息する湖として国の天然記念物に指定されています。
しかし、昭和40年代、湖周辺の宅地化に伴い生活排水が流入し、湖の水質が急激に悪化したことにより、湖沼水質全国ワースト5に名を連ねる汚れた湖となってしまいました。このような中、下水道の整備を進めた結果、湖の水環境が大きく改善し、市民や付近住民などの憩いの場である今日の春採湖となっています。



春採湖とヒブナ

マリモを守る下水道

阿寒湖畔では市街地の開発などにより、流入する汚水の影響で汚染が進行し、特別天然記念物である「阿寒湖のマリモ」の生息水域まで広まりつつありました。
阿寒湖やマリモを守るため、下水道を整備したことにより、湖の水質が改善されました。



阿寒湖とマリモ



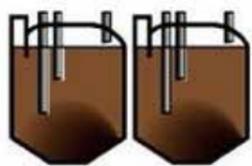
エネルギーや資源の有効活用

下水処理場では、汚水をきれいにする過程で汚泥が発生します。その汚泥から肥料を作ったり、汚泥処理の過程で発生したバイオガスを利用して発電を行うなど、エネルギーや資源を作りだしています。

ガス発電事業を始めました！

22(令和4)年4月から大楽毛下水終末処理場で、汚泥処理の過程で発生するガスを使って、発電事業を始めました。

地球温暖化防止！



消化槽
●微生物が汚泥を分解するときにガスが発生



ガスタンク
●発生したガスをためる

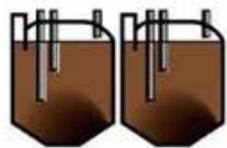


消化ガス発電設備
●ガスを燃料に発電



汚泥は全て肥料へ！

市では下水処理の過程で発生する汚泥の全量活用も行っていきます。



消化槽 ●下水処理で発生した汚泥



乾燥機 ●汚泥を乾燥させて水分を飛ばす

資源の循環利用！

汚泥肥料散布



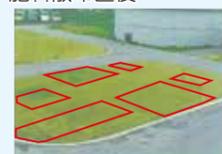
「汚泥肥料」を配布します！

配布日時 9月5日(月)～9日(金)午前9時～午後5時
古川終末処理場で発生した汚泥から作られた汚泥肥料を上記期間に、無料配布します(1人5袋まで)。
ご希望の方は古川終末処理場(古川町7-4)までお越しください。



汚泥肥料の効果はこんなにすごい！

肥料散布直後



※赤枠は肥料散布箇所

2週間後



肥料をまいた部分の効果は一目瞭然！

第19回 釧路大漁

どんぱく

9.10(土)・11(日) 会場 観光国際交流センター前庭

問合先 釧路大漁どんぱく連絡協議会(釧路観光コンベンション協会内 ㊟31-1993)

- イベント当日は、大変混雑しますので、お越しの際は公共交通機関をご利用ください。
- 時間・内容等は変更となる場合があります。また、天候により中止となる場合もあります。
- ドローンの使用については、航空法の規定により禁止されています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止についてお願い

- ・今後の新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、変更・中止になる場合があります。
- ・ご入場の際は、「マスク着用」「手指消毒」「検温」にご協力ください。
- ・当日入場ゲートでの検温で、37.5度以上の方は入場できません。
- ・退場時は混雑を避けるため、規制退場を行い時間がかかる場合があります。

農業農村フェア in KUSHIRO

9月10日(土) 11:00~15:00
11日(日) 11:00~14:00

会場 観光国際交流センター前庭

根釧牛乳の試飲や釧路管内の農畜産物の販売、模擬牛の搾乳体験やトラクター試乗(運転不可)など、釧路の農業に触れて食べて楽しめるイベントです。



釧路大漁どんぱく イベントスケジュール

10日(土)	11:00~15:00	農業農村フェアin KUSHIRO
	11:00~20:00	岸壁DEプチグランピングINどんぱく
	12:00~12:40	寿こども蝦夷太鼓同好会
	14:00~14:40	アズ エバー ASever ライブ
	15:00~15:40	エナ ライブ
	16:00~16:40	ヒートボイス ライブ
	17:00~18:00	釧路大漁どんぱくものまねライブ(神奈月、ななみなな)
	19:00~19:50	釧路大漁どんぱく花火大会(FMくしろ公開生放送)
11日(日)	11:00~11:30	ワンワンとあそぼうショー(1部)
	11:00~14:00	農業農村フェアin KUSHIRO
	11:00~15:00	岸壁DEプチグランピングINどんぱく
	12:30~13:30	DONPAKU DANCE STAGE
	14:00~14:30	ワンワンとあそぼうショー(2部)

※イベントの内容、時間については変更または中止になる場合があります。

第19回 釧路大漁どんぱくの入場受付について

釧路大漁どんぱく会場への入場は、入口ゲートでの受け付けが必要です。受付用QRコードを事前に作成することでスムーズに入場できます。詳しくはこちらをご覧ください➡



青森県 五所川原「立佞武多」

9月10日(土) 10:00~20:00
11日(日) 10:00~15:00

会場 観光国際交流センター

釧路青森県人会の100周年事業として、青森県五所川原市の「立佞武多」が釧路市に登場します!

今回のどんぱくに併せて、小型の立佞武多「大見得 石川五右衛門」が観光国際交流センター内に展示されます。その勇壮な迫力ある姿をぜひご覧ください!



▲今回展示される石川五右衛門の立佞武多(高さ約5m、幅約3.2m)

主催 釧路青森県人会

道新・光と音のファンタジー 釧路大漁どんぱく花火大会

9月10日(土) 19:00~19:50
(荒天時は11日(日)に延期)

会場 釧路川河口付近

開花直径600メートルにも広がる三尺玉花火は、今年も必見です!



※三尺玉の打ち上げは19:40頃の予定。花火大会時、埠頭周辺は車両進入禁止。

問合先 北海道新聞釧路支社 事業担当 (㊟31-2728) 土・日曜日、祝日を除く 午前9時30分~午後5時30分

開催可否情報 当日専用電話(㊟050-3665-9647・自動応答) 午前10時~午後8時 ※ご利用には通話料が掛かります。また一部の電話ではつながらない場合もあります。

- どうしん電子版 <https://www.hokkaido-np.co.jp/>
- 公式ホームページ <https://www.hokkaido-np.co.jp/hanabi2022/kushiro/>
- ツイッター 釧路大漁どんぱく@donpaku_kushiro
- 新型コロナウイルス感染症対策を講じて開催致します。

姉妹都市・友好都市等 交流物産展

問合先 市役所観光振興室(㊟31-4549)

「釧路大漁どんぱく」の会場で、右記の特産品を販売します。



[大漁どんぱく会場]
10日(土) 11:00~20:00
11日(日) 11:00~15:00



主な特産品等

- 秋田県湯沢市 稲庭うどん、いぶりがっこ、地酒など
- 鳥取県鳥取市 梨、らっきょう、ご当地ちくわなど
- 岡山県岡山市 地ビール、果物、きびだんごなど
- 鹿児島県出水市 お茶、さつま揚げ、醤油など
- 徳島県松茂町 さつまいも、菓子、藍染商品など

※各会場で販売商品が異なる場合があります。



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。

☆市からのお知らせ



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9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



9月の自然観察会

●外来生物ウチダザリガニを釣って食べてみよう!

特定外来生物のウチダザリガニは釧路湿原にいます。釣って食べて、ウチダザリガニについて考えてみよう!

☎9月10日(土)午前10時~午後0時30分/☎温根内ビジターセンター周辺/☎小学校4~6年生およびその兄弟(こどもレンジャーの登録が必要です)/☎15人(保護者同伴可)/☎9月6日(火)までに電話またはメールで釧路湿原国立公園連絡協議会(環境保全課内☎31-4594 ☎ka-shizenhogo@city.kushiro.lg.jp)へ

●秋のキノコ観察会

森の中を散策しながら、秋に見られるキノコを観察します。

☎9月3日(土)午前10時~正午/☎茅沼蝶の森/☎シラルトロ自然情報館 駐車場/☎親子や大人/☎10人/☎



電話で塘路湖エコミュージアムセンター(☎015-487-3003)へ

●アイヌの自然観~植物編~

アイヌ民族が利用した植物を観察しながら、彼らの自然観と知恵を学びます。

☎9月4日(日)午前10時~正午/☎10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

募集職種=①総合職事務(自己アピール)

②総合職事務(障がい者)/☎受験資格等の詳細は、市ホームページをご覧ください/☎9月1日(木)~20日(火)に市ホームページのウェブシステムから/☎職員課(☎31-4511)

市立釧路総合病院職員採用試験

①看護師・助産師

募集人数=30人程度/受験資格=67(昭和42)年4月2日以降に生まれた方で、既に資格を有する方、または22(令和

4)年度の国家試験により資格を取得する見込みの方/試験日=10月7日(金)

②薬剤師

募集人数=若干名/受験資格=82(昭和57)年4月2日以降に生まれた方で、既に資格を有する方、または22(令和4)年度の国家試験により資格を取得する見込みの方/試験日=10月5日(水)

【共通】採用予定日=23(令和5)年4月1日※①の既に資格を有する方は、採用時期を早める場合あり/試験会場=市立釧路総合病院/選考方法=小論文、面接/書類請求=試験案内、申込書は当院ホームページからダウンロード。郵送で請求される場合は、電話連絡/☎9月1日(木)~15日(木)に市立釧路総合病院事務総務課(〒085-0822 春舞台1-12 ☎41-6121)へ

動物園 ☎56-2121

●秋の動物園まつり

☎9月18日(日)・19日(月)/☎健康ウォークラリー/☎9月19日(月)(敬老の日)は、65歳以上の方は入園無料

●動物慰霊式

☎9月23日(金)午前10時30分~/☎レストハウス前「いのちの碑」

ふれあいホースパーク ☎56-2566

●休園日=毎週水曜日

(祝日の場合は翌日)

●秋こそ!乗馬にチャレンジ!

(要予約)

【初心者乗馬指導】

☎小学校4年生(身長140cm)以上/☎¥30分2,200円

【乗馬教室6回コース】

☎小学校4年生(身長140cm)以上/☎¥1万1,000円(友の会入会金別途1,000円※特典多数あり)

●引き馬50円引き

☎9月1日(木)~10月31日(月)/☎動物園年間パスポート、山花温泉リフレ入浴利用券、山花公園オートキャンプ場利用証明書、ふれあい農園利用証明書の提示で引き馬が50円引き

●大好評!月曜日は

イベントめじろおし(要予約)

【とくとく乗馬デイ】

☎第1月曜日/☎乗馬指導が2,090円(通常2,200円が5%OFF)

【無料体験イベントの日】

☎第2・4月曜日午前11時~(15分程度)/☎18歳以上で、ホースパークに興味のある方/☎5人/☎ブラッシング、騎乗体験等/☎保険料200円(任意)

山花公園オートキャンプ場 ☎56-3020

●野外学習無料開放

☎9月1日(木)~10月18日(火)午前10時~午後3時/☎市内および周辺市町村の幼稚園~高校、ボーイ・ガールスカウトなどの団体/☎コテージを除いた各施設やサイトの無料開放

●星空キャラバン

☎9月10日(土)午後7時~8時※雨天中止/☎秋の星空観察

道の駅阿寒丹頂の里 ☎66-2969

●赤いベレー(☎66-2330)

【阿寒丹頂の里まつり2022】

☎9月19日(月)午前11時~午後3時/☎阿寒パークのグリルパーティー、レクリエーション農園野菜市※悪天候等で変更の可能性あり

●道の駅クレインズテラス

(☎66-2969) 期間限定のクレミアベリーコーン、国際ツルセンター「グルス」ヒナ誕生記念コーヒーゼリー「ツルの瞳」販売中!

●阿寒マルシェ(☎66-1222)

【営業時間延長のお知らせ】

☎~9月25日(日)の土・日曜日、祝日 午前9時~午後6時

●阿寒国際ツルセンター「グルス」

(☎66-4011)

【自然観察会(要入館料)】

☎9月4日(日)午前9時集合/☎長靴

●レクリエーション農園(☎66-2330)

【じゃがいも掘り取り体験(要予約)】

☎~10月上旬/☎¥1m310円

釧路フィッシャーマンズワーフM00 ☎23-0600

●岸壁炉ばた

本年度大幅リニューアル営業中!! 食材の配置方法も見直し、大変利用しやすくなりました!

●EGGミニコンサート

☎☎9月4日(日)午後2時~3時「Autumn Concert~小さな名曲たちを秋のひとときに~」、9月11日(日)午後2時~3時「アトリエノール シャンソン同好会演奏会」

●EGGイベント

☎☎9月18日(日)①午前9時②午後1時~3時「草月流生け花」、9月25日(日)午後1時~3時「チャリティーコンサート」※晴天時はEGG前岸壁

●2階港の屋台 出店者募集中!

サンライフ釧路 ☎42-3554

●ブリザーブドフラワー体験講座

~ガラスドームのアレンジ~

☎9月17日(土)午前10時~11時/☎8人程度/☎¥2,200円/☎9月15日(木)まで

●シニアと女性のおシゴト相談会

空いている時間を有効活用し、簡単なお仕事を探してみませんか?

☎9月14日(水)午後1時30分~3時30分

●護身術ワークショップ

☎9月18日(日)午後1時30分/☎¥1,000円(親子同伴の場合1,500円)

●パソコン教室(オフィス作図講座)

☎9月27日~10月6日の毎週火・木曜日午後6時30分~8時(全4回)/☎¥5,000円

山花温泉リフレ ☎56-2233

●貝沼和子

くるみ絵サークル第5回目作品展

「昭和のころ」

☎9月1日(木)~30日(金)

●加工体験会「胡麻あんのあんまん」

☎9月15日(木)・16日(金)午前10時30分~午後0時30分/☎各日4人/☎¥700円/☎9月1日(木)午前10時から電話で

●リフレ秋の野菜販売会

☎9月25日(日)午前10時~正午/☎地元収穫野菜の販売(無くなり次第終了)、根釧牛乳の無料配布(数量限定)等

●近郊農家の野菜直売会

☎毎週日曜日午前10時~午後2時

※無くなり次第終了

●温泉入浴と食事セット券販売中

☎7種類のお食事から選べます/☎¥1,200円

●年末年始宿泊受付開始

9月30日(金)午前10時30分から受け付けします。

コア鳥取 ☎53-3199(月曜休館)

●ふまねっと体験講座

☎9月14日(水)、28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

鳥取ドーム ☎53-5125

●親子サッカー教室

☎10月8日(土)、15日(土)午後6時~7時30分/☎小学校入学前の5・6歳児と保護者/☎15組/☎1組1回500円/☎汗拭きタオル、着替え、飲み物等/☎直接または電話で

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

高速道路「親子現場見学会」参加者

9月23日(金)午後1時～5時※暴風雨など荒天の場合は10月1日(土)に延期/道東自動車道(阿寒IC-釧路西IC間)建設工事現場、釧路東管理ステーション/釧路地方合同庁舎正面※集合後、バスで移動/釧路管内在住の小学生とその保護者/親子20組、40人/9月5日(月)～9日(金)に電話で道路河川課建設担当(☎31-4599)へ

23(令和5)年度自然ふれあいイベントカレンダー写真

釧路湿原の魅力が伝わる風景や動物などの写真を募集します!採用された方には、釧路管内の特産品1万円分をプレゼントします!投稿方法=①ご自身のInstagram・Facebookに「#令和5年度自然ふれあいイベントカレンダー写真募集」で投稿 ②専用フォーム(☎https://forms.gle/eCTi5bZTtmqRZcKr5)から投稿 ※Googleのログインが必要/募集期間=～10月31日(月)/釧路湿原国立公園連絡協議会事務局(環境保全課内☎31-4594)

赤十字点訳者養成講習会

9月15日～2023(令和5)年3月30日の毎週木曜日午前10時30分～正午※冬休みあり/総合福祉センター3階小会議室/☎1,540円(初回テキスト代)/9月1日(木)から電話で日本赤十字社釧路市地区(社会援護課内☎23-5151内線1423)へ

我が家の防災習慣チェック講座

特別な備えだけが防災ではありません。毎日の生活スタイルが災害被害の減少に役立ちます。自宅の防災・減災や覚えておきたい応急処置方法を学びましょう。9月4日(日)午後1時30分～3時30分/男女平等参画センターふらっと、Zoomによるweb同時開催/会場24人/☎錦町立体駐車場および河畔駐車場は3時間まで無料/会場参加は電話で、Zoom参加はホームページの参加申込フォームから男女平等参画センターふらっと(☎65-1034☎https://furatto946.jimdofree.com/)へ

市立高等看護学院見学日

9月2日(金)午後4時30分～※Zoomによるweb開催のみ ②9月9日(金)午後4時30分～/将来、看護師になりたい方、看護師という職業に興味のある方等/☎上靴/☎来院時学院前への自動車の乗り入れはご遠慮ください/☎見学日3日前の午後5時までに電話またはメールで市立高等看護学院(春湖台1-18☎42-1302☎kh152302@kushiro-cghp.jp)へ

クリーン・コール・デー(石炭の日)石炭基礎講座

10月8日(土)午前9時20分～正午/釧路コールマイン(株)(興津5-2-23)/中学生以上/20人(多数時抽選)/☎概況説明、釧路コールマイン坑外施設見学等/9月16日(金)(当日消印有効)までに住所、氏名、生年月日、電話番号を明記し、郵送またはファクスで産業推進室(〒085-8505黒金町7-5☎31-4550☎22-8972)へ ●9月4日(日)は、クリーン・コール・デーに併せて太平洋炭礦炭鉱展示館(桜ヶ岡3-1-16)を無料開放します。無料開放に関するお問い合わせは青雲台体育館(☎91-5117)へ

税・保険・年金

9月30日(金)は以下の市税等の納期限です

- ・固定資産税(第3期)
・国民健康保険料(第4期)
・後期高齢者医療保険料(第4期)
・介護保険料(第4期)
※いずれも普通徴収分
・9月分保育園保育料

●市税等 休日の納付相談窓口
9月24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さえを執行し厳しく対処しています。納付に当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■

後期高齢者医療の保険証を送付します

窓口負担割合の見直しに伴い、7月に送付した保険証(黄色)の有効期限は9月30日(金)となっています。10月以降に使用する保険証(オレンジ色)は9月中に被保険者の方全員に送付します。新しい保険証の有効期限は23(令和5)年7月31日(月)です。※限度額認定証は7月に1年間有効のものを送付済みです。☎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(☎01547-6-2231)

環境

環境事業課からのお知らせ

●「生まれ!ごみひろい隊」に参加しませんか?
10月1日(土)午前9時～10時30分※雨天中止/清掃区域=市役所から港湾地域周辺、北大通周辺、MOO周辺、釧路川右岸沿い、末広歓楽街地区まで/受付場所=防災庁舎前広場/☎釧路市マチをきれいにする推進協議会事務局(環境事業課内☎31-4551)

「自然の番人宣言」ポスターコンクールの作品を募集します。

テーマ=ごみのポイ捨てや不法投棄の防止/☎釧路管内の小・中学生/9月30日(金)までに各学校を通じて環境事業課へ

資源物の適正な排出にご協力ください

資源物を排出する時は、洗って汚れを取ってから分別してください。汚れが取れないプラスチック製容器包装は可燃ごみとして排出してください。汚れたまま排出すると、再資源化できないだけでなくカラスによるごみの散乱につながります。資源物ステーションをきれいに保つためにご協力をお願いします。

家庭から出るごみは「無許可」の回収業者を利用しないでください!

家庭のごみは、市が委託した業者や市で許可をしている一般廃棄物許可業者のみが回収できます。産業廃棄物許可業者や古物商許可業者では回収できません。高額な処理料金を請求された事例もありますので、廃家電や粗ごみを処分する際は十分ご注意ください。

9月の不燃ごみの収集日

[釧路・音別地域]第1・3水曜日の地区は9月7日(水)、21日(水)、第2・4水曜日の地区は9月14日(水)、28日(水)、[阿寒地域]第2・4金曜日の地区は9月9日(金)、23日(金)、第2・4土曜日の地区は9月10日(土)、24日(土)※各該当地区はクリーンカレンダーをご覧ください。

【共通】☎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)

市営墓地の供物や供花は持ち帰ってください!

持ち帰らない供物はカラスやキツネに食べ散らかされ、ごみの散乱の原因になります。また、空き区画等へのごみの投棄により付近の区画をお持ちの方も大変迷惑しています。皆さんが心地よく参拝できるよう、墓地内の環境保全にご協力ください。☎環境保全課環境衛生担当(☎31-4533)

福祉

22(令和4)年度第3回脳の健康度テスト

9月6日(火)、21日(水)各午後1時30分～3時/☎防災庁舎5階会議室A・B/☎おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外)※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/☎30人/☎①ファイブ・コグ検査 ②検査結果の返却と解説、講話/☎眼鏡(必要な方)、筆記用具/☎電話で介護高齢課高齢福祉担当(☎23-5185)へ

22(令和4)年度釧路市重度障がい者交通費助成申請

4月1日現在、市に住所を有している重度障がいのある方を対象として、今年度分のタクシー運賃補助券または自動車燃料補助券(年間1万2,000円分)の申請を受け付けています。今年度、まだ申請を行っていない方は、お問い合わせください。

所得要件=21(令和3)年度市民税非課税世帯、生活保護世帯の方※市民税課税世帯は対象外。未申告世帯は事前に申告が必要な場合があります/障がい要件=①身体障害者手帳所持者で、障がい程度が肢体不自由1・2級(2級は車いす常用者のみ)、視覚障がい1・2級、内部障がい1・2級の方 ②療育手帳所持者で障がい程度がA判定の方 ※施設入所者や長期入院している方は除く。☎障がい福祉課(☎23-5201)、☎保健福祉課(☎66-2120)、☎保健福祉課(☎01547-9-5151)

健康

腸管出血性大腸菌O-157にご注意

○食品を扱うときや食事の前には、手をせっけんで20秒以上もみ洗いしましょう。○調理器具は食材ごとに使い分け、よく洗いましょう。○室内での肉・魚など生ものの放置を避け、冷蔵庫は詰めすぎに注意しましょう。○調理後はできるだけ早く食べましょう。○食べ物は十分に洗い、加熱してから食べましょう。☎健康推進課(☎31-4524)

若者健診

11月22日(火)午前9時～11時/☎コア鳥取/☎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/☎80人/☎身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師診察/☎9月20日(火)～11月1日(火)に電話で健康推進課(☎31-4525)へ

日曜日に乳がん検診を実施します

10月30日(日)午前8時30分～/☎市立釧路総合病院外科外来/☎35人(受付後に抽選)/☎女性技師によるマンモグラフィー検査、追加料金にて乳腺エコー検査(人数限定)/☎住んでいる自治体、年齢による※無料クーポン券利用可/☎9月15日(木)・16日(金)午後3時～5時に電話で市立釧路総合病院医療管理課(☎41-8168・41-8577)へ ※この電話番号以外では受付不可※受診対象の方には9月26日(月)以降に電話連絡します。



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。

**9月24日(土)~30日(金)は結核予防週間
~長引かせき、微熱に注意!!~**

結核は過去の病気と思われがちですが、日本では1日約40人が結核を発病しています。結核は、人から人へと空気を介してうつる病気ですが、早期に発見して治療を開始することで治すことができ、周囲にうつす可能性も低くなります。

症状は風邪と似ていますが、2週間以上せきが続く、タンが出る、体がだるい、微熱が続くといった症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

小児では症状が現れにくく、重篤な状態になりやすいため、遅くとも1歳になるまでにBCGの予防接種をおこなしましょう。

☎釧路保健所(☎65-5825)

**ひとり親家庭の
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**
☎9月21日(水)午後1時30分~4時/☎ひとり親家庭の親、一般の方(託児あり。要予約)/☎4人/☎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**
☎9月5日(月)、12日(月)、20日(火)、26日(月)午後1時30分~4時30分/☎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)/☎学習アドバイザー付き

●**パソコン学習室**
☎9月6日(火)、13日(火)、27日(火)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(旭町16-5☎22-2401)へ

●知っておきたい!子どもの発達

☎9月27日(火)午前10時30分~11時30分/☎0歳~就学前/☎12組/☎感染症予防について等/☎☎親子つどいの広場昭和(☎55-2231)

●**乳歯のお手入れ**

☎9月29日(木)午前10時30分~11時30分/☎0歳~就学前/☎15組/☎虫歯から守る予防法と正しい磨き方について/☎☎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=9月13日(火)午後8時まで/日曜=9月4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)

**牛乳の消費拡大に
ご協力をお願いします
~毎日牛乳をモ~1杯。~**

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響が続く中、牛乳や乳製品の消費が減少し、行き場を失う生乳の発生が懸念されています。国では牛乳の消費拡大に向け、「NEW(乳)プラスワンプロジェクト」として、牛乳をいつもよりもう1杯、もう1本消費いただくことをお願いしています。皆さんのご協力をお願いします。
☎農林課農林振興担当(☎31-2552)



**水道工事による日中交通規制
(片側交互通行等)のお知らせ**

地震に強い水道管に取り替える工事を行います。

①**規制箇所**=浜町臨港通(ダイナム釧路宝町店付近~(株)日本旅行釧路支店付近)の車道および歩道/工事期間=~23(令和5)年2月下旬午前9時~午後5時※一部夜間工事あり



②**規制箇所**=富士見緑ヶ岡通(セイコーマート釧路鶴ヶ岱店付近~釧路消防団第3分団付近)の車道および歩道/工事期間=~23(令和5)年1月下旬午前9時~午後5時※一部夜間工事あり



☎上下水道部水道整備課建設担当(☎43-2163)

子育て・教育

マタニティ講座

☎①教室9月18日(日)[午前の部]午前9時45分~正午、[午後の部]午後1時45分~4時 ②見学会9月24日(土)※一部9月22日(木)/☎①防災庁舎4階健康推進課ホール ②子育て支援拠点センター/☎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)/☎各12組/☎育児レッスン、妊婦体験、子育てお役立ち情報等/☎9月5日(月)午前8時50分から電話で健康推進課(☎31-4525)へ



9月の子育て講座

●**フリートーク「イヤイヤ期 みんなでのりこえよう」**

☎9月13日(火)午前11時~11時40分/☎0歳~就学前/☎15組/☎先輩ママ(ハッピーサポーター)とのフリートーク会/☎☎東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●**産前産後のからだケア**

☎9月14日(水)午前10時30分~11時30分/☎マタニティの方、産後6カ月までのお子さん/☎11組/☎☎西部子育て支援拠点センター(☎65-6112)

●**お話好きなあ~つまれ!**

☎9月22日(木)午前10時30分~11時15分/☎1歳~就園前/☎11組/☎大型絵本等/☎☎中部子育て支援拠点センター(☎38-5037)

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)**
☎9月14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

くしろ市民健診受付中!

☎9月11日(日)、10月7日(金)、16日(日)、11月22日(火)、12月26日(月)、23(令和5)年1月18日(木)※詳細は8ページをご覧ください。/☎健康推進課(☎31-4524)

胃がん・肺がん検診

☎月~金曜日、第1・3土曜日/☎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)	1,160円	釧路がん検診センター
肺がん X線のみ	470円	
肺がん X線・喀痰検査	1,080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
9月	19日(月)	10月	1日(土)
	20日(火)		3日(月)
	22日(木)		
	城山会館 富士見会館 東栄生活館 宮本会館 千歳会館 老人福祉センター 緑風荘		橋南西会館 共栄ふれあいセンター 旭地区会館前 鉄北中央会館 寿生活館 若草会館

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)/☎☎直接右記の検診機関へ

検診項目・対象	料金	検診機関	
子宮頸がん (頸部細胞診)	1,220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)	40歳代	釧路がん検診センター	
	50歳以上		1,300円
	40歳代		1,110円
大腸がん (便潜血検査)	40歳代	上記以外の検診機関	
	50歳以上		1,260円
			1,050円
	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)	○	○
道東動医協釧路協立病院(☎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)	○	-
ひろせクリニック(☎64-6315)	-	○

※大腸がんの検診機関は、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。
【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」もご利用いただけます(対象者のみ)。/☎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。

市有地を売ります

- 一般競争入札による売払い
- 売払物件**=①鳥取南3丁目7番99 宅地2,232.31㎡(675.27坪) 参考価格43,597,000円
- ②白樺台4丁目4番3 宅地711.06㎡(215.09坪) 参考価格3,033,000円
- ◆**入札参加申請期間**=8月26日(金)~9月16日(金)午後5時
- ◆**現地説明日時**=①9月1日(木)午後2時 ②9月2日(金)午後2時 ※①②ともに要事前連絡
- ☎市有財産対策室(☎23-5195)

22(令和4)年就業構造基本調査にご協力をお願いします

総務省では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。この調査は、就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき5年に1度実施する国の重要な統計調査であり、無作為で抽出された世帯の方が対象となります。

9月上旬から、調査員が調査のお願いに伺った際には、調査の趣旨をご理解いただき、回答をお願いします。パソコンやスマートフォンを使って、簡単に回答することも可能です。

なお、調査員には守秘義務があり、調査で知り得た情報は、統計を作成する目的だけに使用されますのでご安心ください。

☎都市経営課統計担当(☎31-4205)、☎地域振興課地域振興担当(☎66-2122)

マイナンバーカードセンター 9月の休所日

☎毎週水曜日、18日(日)/☎マイナンバーカードコールセンター(☎0120-954-193)

はかりの「定期検査」が始まります

計量法により、はかりを取引・証明に使用している事業所は、2年に一度必ず受検する必要があります。今年の対象地区は郵便番号が「085」ではじまる地区(桜田・青山除く)および阿寒・音別地域で、はかりを使用している事業所に直接お伺いし検査を実施します。詳細は、各事業所に通知します。新規に定期検査を希望される場合は、お問い合わせください。

☎市民生活課(☎31-4521)

市議会 9月定例会

9月7日(水)午前10時から開会予定です。☎議会事務局(☎31-4581)

地熱資源ポテンシャル調査について

経済産業省の補助事業として、地熱資源の基礎調査の一環としてデータを収集します(直ちに地熱開発につながるものではありません)。

☎9月1日(木)~11月30日(水)のうち好天日20日程度/☎市内北部※隣接自治体の一部を含む/☎ヘリコプターによる電磁探査、露頭での地質調査/☎JOGMEC地熱技術部(☎03-6758-8001)

秋の全国交通安全運動

9月21日(水)~30日(金) ストップ・ザ・交通事故 ~めざせ安全で安心な北海道~

- 高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の歩行中、自転車乗用中の交通事故防止
- 全ての座席のシートベルト、チャイルドシートの正しい着用
- 飲酒運転の根絶
- デイルイトの推進
- ☎市民生活課(☎31-4521)

釧路市ホームページに 広告を掲載しませんか

掲載位置=トップページ下部/掲載期間=基本1カ月単位(最大12カ月連続掲載可)/募集件数=各期間12枠/(先着順)/¥1枠2万9500円/規格=縦60ピクセル×横200ピクセル/☎詳細はお問い合わせください/☎市民協働推進課(☎31-4504)

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

- 女性のためのなんでも無料法律相談**
- ☎9月9日(金)午後1時30分~3時30分 / ☎釧路地方合同庁舎2階法務局会議室 / ☎釧路人権擁護委員協議会事務局(☎31-5014)
- 不動産無料相談会**
- ☎9月13日(火)午前10時~午後3時 / ☎交流プラザさいわい1階 / ☎北海道宅地建物取引業協会釧路支部(☎25-2222)
- 女性のための無料法律相談(要予約)**
- ☎9月14日(水)午後1時~3時 / ☎4人 / ☎☎9月7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)へ
- 外国人のための無料相談会**
- ☎9月18日(日)午前10時~午後1時 / ☎観光国際交流センター2階くしろ国際交流プラザ / ☎在留資格や生活全般に関する相談 / ☎札幌出入国在留管理局釧路港出張所(☎22-2430)
- 空き家無料合同相談会**
- 市内に空き家を所有している方、市内の空き家に関する問題でお困りの方を対象として、民間専門家6団体と市が合同で相談会を開催します。
- ☎10月5日(水)午後1時~4時 / ☎防災庁舎1階 / ☎建築指導課指導防災担当(☎31-4569)

■障がい者就労支援相談(要予約)

☎9月15日(木)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)

■第32回「公証週間」

☎電話相談☎03-3502-8239

☎10月1日(土)~7日(金)午前9時30分~正午、午後1時~4時30分 / ☎遺言、任意後見契約等公証事務全般 / ☎釧路地方法務局(☎31-5010)

■生活相談支援センター

「くらしごと」(要予約)

☎月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後6時 / ☎生活や就労に関する相談 / ☎☎くらしごと(北大通12-1-14ピケンワークビル1階☎65-1250)

■多重債務 夜間無料相談

☎毎週水曜日午後6時30分~7時30分 / ☎市内の担当弁護士事務所 / ☎釧路弁護士会法律相談センター(☎41-3444)

■法律相談(要予約。先着6人)

☎9月2日(金)、16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)

☎9月6日(火)、20日(火)午後1時~3時

【共通】☎市役所1階市民相談室



釧路市 LINE 公式アカウント

防犯情報やイベント情報など、お届けする情報をどんどん増やしています!

まだ利用していない方は、ぜひ友だち追加して便利さを体験してください。友だち追加後に受信設定で欲しい情報を選択すると、情報が届くようになります。



友だち追加は
こちらから



友だち追加後に表示される受信設定で欲しい情報を選択してください。

「基本受信設定」……イベントや広報など選択した種類の情報

「子育て情報受信設定」……子どもの年齢に合わせた情報

「ごみ収集日受信設定」……地域・種別ごとの収集日を前日にお知らせ

問合せ 市役所情報システム課 (☎31-4510)

教えて、くしろ! 子ども探検隊!

今月は、「釧路の夕日」について紹介します。

●どうして釧路港の夕日が世界三大夕日といわれるの?

インドネシアのバリ島、フィリピンのマニラ、そして、釧路港が「世界三大夕日」といわれているよ。かつて、世界の港を渡り歩いてきた船乗りたちが釧路港から見える夕日の美しさに注目して、そう呼んだのがきっかけだといわれているんだ。



●釧路の夕日マップ

https://ja.kushiro-lakeakan.com/kushiroakanwp/wp-content/uploads/yuhhi_map.pdf



●夕日がきれいに見えるのはいつごろ?

晴れる日が多く、湿度が低くなる秋から冬にかけての季節が美しいといわれているよ。釧路は緯度が高いので、太陽が海に沈む角度が深くなることから、きれいなオレンジ色の夕日が見られるんだ。太陽が沈む時間の目安は、9月1日(休)が午後5時58分、10月1日(出)は午後5時5分だよ。夕日だけでなく、夕焼けを見るなら、太陽が沈む約30分前から、沈んでから30分後までが目安だよ。

●きれいな夕日を見るにはどこに行けばいいの?

市民だけでなく、たくさんの観光客に人気があるのは釧路川に架かる幣舞橋だよ。久寿里橋周辺の岸壁から、幣舞橋の向こうに沈む夕日も人気があるよ。釧路には、他にも港や展望台、湿原などいくつもおすすめの場所があるんだ。市役所のホームページに掲載されている「釧路の夕日マップ」を持って、夕日を見に行こう!



みんなの掲示板

記号の説明

日日時 場所・会場 集合場所 対象 定員
内容 料金 持ち参 申込方法 問合先 その他

催し

◆ふまねっとサロン

9月15日(休)午前10時～午後0時30分 / 大成寺(米町2-2-6) / ふまねっと、ストレッチ体操等 / 300円(保険料含む) / ふまねっとサロン(木本090-2878-8504)

◆城山秋まつり

9月24日(土)午前10時～午後4時 / 笑顔のニュータウン(大川町7-14) / 音楽ステージ、飲食テント市 / 釧路城山商店街振興組合(041-3208)

◆薬剤師復職支援セミナー～薬剤師さんの職場復帰を応援します～

10月1日(土)午前9時30分～午後1時 / 釧路道東勤医協釧路協立病院(いこま24-6811)

募集

◆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
9月3日(土)、17日(土)午前11時～午後4時 / 主に初心者やシニア / 5人 / パソコン・スマホの操作、ライン等 / 1時間1,500円 / ノートパソコン、スマホ、タブレット(持込限定) / 申市民活動センターわっと(22-2232)

◆ひざ痛改善教室

9月10日(土)午後1時30分～3時30分 / サンライフ釧路職業講習室 / 5人程度 / ひざ痛改善の運動の紹介 / ひざ痛改善研究会(斎藤080-8295-2640)

◆有機食材使用無添加料理教室

9月11日(日)午前9時30分～正午 / コアかがやき / 16人 / 持ち帰り容器 / 1,500円 / 9月5日(月)までに釧路手前みそ会(塚田46-2065)へ

◆22(令和4)年度

アクティブシニア活躍支援セミナー

9月27日(火)午後1時～3時・28日(水)午前10時30分～午後1時30分 / 申市民活動センターわっと(22-2232)

◆22(令和4)年度福祉職場説明会

9月10日(土)午前10時～午後1時 / 釧路ロイヤルイン11階会議室 / 福祉の仕事に興味のある方、介護職への復職・転職を考えている方等 / 参加法人=15法人(要申込) / 個別面談、人材バンク相談コーナー、オンライン面談コーナー / 釧路市福祉人材バンク(24-1686)

◆女性のための「投げない」柔道教室

9月18日(日)午前10時～11時40分 / 総合福祉センター4階柔道場(旭町12-3) / 30人 / 護身術、安全な転び方教室等 / タオル等 / 釧路柔道連盟(佐藤090-9751-4194)

◆MOKA'S SCHOOL

9月27日～11月29日の毎週火曜日 午前10時30分～午後0時30分(全10回) / 9月27日(火)、10月3日(月)、11日(火)、18日(火)、25日(火)午後7時～9時(全5回) / ①男女平等参画センターふらっと(錦町2-4MOO3階) / ②Zoom / ③子育てからの社会復帰を目指す女性 / ④転職やキャリアアップを目指す非正規雇用の女性 / ①10人 / ②5人 / ③職業興味検査、キャリアコンサルティング等 / 9月20日(火)までに(株)MOKA(35-0045)へ

◆人材確保セミナー～女性と中高年層者の雇用活用セミナー～

9月7日(水)、14日(水)、21日(水)午前10時～正午 / ANAクラウンプラザホテル釧路※Zoom可 / 安定した雇用と業務効率を図りたい企業、および従業員、創業希望者等 / 会場定員=15社 / 釧路市地域雇用創造協議会ホームページ(65-1265) / <http://employ.kushiro.jp/>から

◆①防衛医大医学科学生②防衛医大看護学科学科学生③防衛大学校学生(一般)

受験資格=高卒(見込み含む)以上21歳未満 / 試験日=①10月22日(土)②10月15日(土)③11月5日(土) / 受付期間=①～10月12日(水)②～10月5日(水)③～10月26日(水) / 自衛隊帯広地方協力本部釧路出張所(22-1053)、市役所防災危機管理課(31-4207)

◆フィギュアスケート少年団

10月～23(令和5)年3月の毎月3回 土曜日午後4時～6時 / KKS釧路厚生社アイスアリーナ / 5歳～小学生 / 2,000円、入会金3,000円 / 9月15日(休)までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、事務局(085-0058愛国東4-29-18蜂屋澄子090-5074-5081)へ

10月号に掲載希望の方は9月5日(月)までに北日本広告社(22-0211) / (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。

いざ
という時に

**頼れる人がいない
高齢者の方、必見!**

こんな方におすすめ!

一般社団法人 **太陽とひまわり**

〒085-0011 釧路市旭町30番13号
第4エーワンビル1階

資料請求・ご相談無料 まずはお気軽にお問い合わせください

0120-880-848

[受付時間] 平日9:30～17:30
TEL.0154-65-8839 FAX0154-65-8865

入院・入居時の
身元保証

病院受診の
通院同行

緊急時の
駆けつけ

葬儀・納骨などの
死後事務

ご家族・ご親族の代わりにお手伝いします!

- ☑ 老人ホームなどに入所する際の保証人がいない
- ☑ 病院に入院する際の保証人がいない
- ☑ 死後の手続きを頼める人がいない

生涯学習ガイド 9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。

●道立釧路芸術館
幸町4-1-5 画23-2381
【休館日】月曜日
(19月は除く)
6(火)~16(金)、20(火)

●生涯学習センター
幣舞町4-28 画41-8181
【休館日】月曜日

●市立美術館
幣舞町4-28 画42-6116
【休館日】5(月)、12(月)~22(木)
26(月)

●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 画24-5005
【休館日】月曜日

道立釧路芸術館

~4(日)	9:30~17:00	ヨーロッパ版画の花束~北海道立近代美術館 友田コレクションを中心に~	釧路出身の写真家、岩合徳光氏(1915~2007)が撮影した生き物が大集合!大自然の中でそれぞれに生きる動物たちは、ほのぼのと愛らしかったり、かっこよかったり、ときには怖く感じられたり…。そんな動物たちと会い、「いきものの王国」へ遊びにいらしてください。
	9:30~17:00	《同時開催》いきものの王国 岩合徳光・動物記	
4(日)	14:00~14:30	朗読会「ふるさとの詩~日本の玩具~」 対15人 入 入 ※当日13:00から受付で整理券を配布。定員締切。	
10(土)	①11:00 ②13:30	パフォーミングシアター2022「ポケットサーカス」 ※雨天時はアートホールで開催(各回先着150人)	
17(土)~11/23(水)	9:30~17:00	祈りの造形 地域の記憶「厚岸・国泰寺の200年」 入	厚岸町の国泰寺は、1804(文化元)年に江戸幕府が建立を決めた「蝦夷三官寺」のひとつです。大切に伝えられてきた初代住職の肖像、仏画、仏具のほか、当時の東蝦夷地に関わる貴重な文化財を展覧し、国泰寺の200年の歩みをご覧ください。
18(日)、25(日)	14:00~14:30	クローズアップ・トーク 入 ※当日13:00から受付で整理券を配布。定員締切。 18(日)「御味方蝦夷之図 イコトイ」、25(日)「文翁和尚坐像」 23(金)14:00~14:30ギャラリー・ツアー 入	

アートホール

3(土)	16:00	第4回大塚・山手ピアノ教室発表会 入	19(月)	17:00	第44回進藤信子門下生コンサート
4(日)	18:00	鈴木一浩ORGAN MANIA 20周年「60th KANREKIライブ」 入	24(土)	①10:00 ②14:00	アートシネマ館「ロング、ロングバケーション」 (2018年/イタリア・フランス合作/112分) 入 各回先着100人 ※上演後、開催中の展覧会の割引券を参加者に配布します(当日のみ有効)。
17(土)	14:00	厚岸かぐら上演会 ※上演後、開催中の展覧会の割引券を配布します(当日のみ有効)。 入 150人 ※当日13:00から受付で整理券を配布。定員締切。	25(日)	15:30	第60回菅野バイオリン教室発表会

市立美術館

~11(日)	10:00~17:00	MINIATURE LIFE展 田中達也 見立ての世界 入	ミニチュア写真家の田中達也氏はジオラマ用の人形と日用品をモチーフに、ユニークで小さな不思議な世界を作り出します。代表作品の中から、写真作品、立体作品を合わせて150点を展示します。
23(金)~11/13(日)	10:00~17:00	「小川けんいちワールド」 入	小川けんいち氏はテレビドラマへのイラスト提供など全国にも活動の場を広げている、釧路出身、旭川在住のイラストレーター・グラフィックデザイナーです。美術館のギャラリーそのものを小川けんいちの世界としてデザインし、面白く、楽しく、来館者に笑顔になっていただけるような会場を作り出します。

生涯学習センター(まなぼっと幣舞)

大 大ホール 展 市民展示ホール 多 多目的ホール

講座	4(日)	10:00~12:00	くしろ子ども未来塾 入 300円 ※フラワーアレンジメントと華道は材料費別途	体力づくりから基礎学習、文化、芸術など、さまざまな講座があります。
	17(土)	13:30~15:00	市民気象講座「地球温暖化、釧路の気象災害、防災気象情報について」 講師：釧路地方気象台観測予報管理官 中山寛氏 入 市内在住者 入 15人 入 受付中	
	10/11(火)、18(火)	10:00~11:30	子育て応援講座「心と体のストレス解消~ソフトヨガ」 入 市内在住者。開催日の1週間前までは未就学児童がいる保護者優先 入 20人 入 540円(2回分) 入 14(水)8:50~	心と体のストレスを解消して、若さと健康を目標と一緒にヨガを体験してみませんか。
	10/15(土)	13:30~15:00	ライフアップ講座~サケの不思議~ 講師：標津サーモン科学館長 市村政樹氏 入 市内在住者 入 18人 入 390円 入 21(水)8:50~	
	10/29(土)	13:30~15:00	ライフアップ講座~特別天然記念物指定70周年を迎え~マリモの保護の歴史と今後の展望~ 講師：釧路市教育委員会マリモ研究室次長 尾山 洋一氏 入 市内在住者 入 18人 入 21(水)8:50~	

ホール	3(土)15:00 大	第11回道東マンドリンフェスティバル 道東マンドリンフェスティバル実行委員会 河原 画080-6095-7231	3(土)・4(日)10:00 展	花の輪・人の輪 ~みんなの花展~ (一財)小原流釧路支部 画22-7046	10(土)12:00・11(日)10:00 展	池坊釧路東北支部 第44回いけばな池坊展 池坊釧路東北支部 画46-3362	16(金)10:00 展	カラフル・マルシェ ~ハンドメイドの展示・販売・ワークショップ~ カラフル・マルシェ 清野 画090-3903-7090	18(日)13:00 大	22(令和4)年度第67回名士職域かくし芸芸能大会 入 釧路更生保護女性会 小山 画090-5071-0685
	18(日)13:30 多	釧路ダンススポーツ協会 9月ダンスパーティー 入 釧路ダンススポーツ協会 工藤 画22-7822	20(火)10:00 展	ライフ・ガーデン ~ハンドメイドの展示・販売・ワークショップ~ ライフ・ガーデン 内海 画090-4879-8490	24(土)①13:00 ②18:00・25(日)③13:00 ④17:30 大	釧新郷土芸術賞50回記念ステージ「郷土芸術 半世紀の軌跡」 ※要整理券 釧新教育芸術振興基金事務局(釧路新聞社内) 画22-1111	30(金)13:00・10/1(土)・2(日)10:00 展	シャドーボックスさくら教室 作品展 シャドーボックスさくら 倉内 画090-8709-1326		

コーチャンフォー釧路文化ホール(市民文化会館)

大 大ホール 小 小ホール 展 展示ホール

1(木)10:00・2(金)9:00 展	22(令和4)年度第69回北海道高等学校文化連盟釧路支部美術展・研究大会 北海道高等学校文化連盟釧路支部(北陽高等学校内) 画41-4401	3(土)13:00・4(日)9:00 展	秋の山野草展示会 釧路山草会 伊東 画090-1528-0593	8(木)11:00・9(金)9:30 展	22(令和4)年度北海道高等学校文化連盟第69回釧路支部高等学校写真展・研究大会 北海道高等学校文化連盟釧路支部(明輝高等学校内) 画36-5001	10(土)①14:00 ②15:30 小	名作子ども映画会 「のどか森の動物大作戦」 入 守屋教育映画 守屋 画090-3116-9909
11(日)14:00 小	札幌大谷大学同窓会釧路支部設立35周年記念 外山啓介ピアノリサイタル 入 札幌大谷大学同窓会釧路支部 画22-1540	14(水)~18(日)10:00 展	第104回釧美展 入 釧路美術協会 中川 画090-6992-0108	16(金)12:00 大	桜祐二歌謡学園 創立40周年感謝の集い ※要優待券 桜祐二歌謡学園 画23-0155	16(金)18:30 小	東京メトロポリタン・プラス・クインテット釧路公演 2022 入 東京メトロポリタン・プラス・クインテット釧路公演実行委員会 早坂 画090-7643-5335
18(日)12:00 小	第27回釧路歌謡協会発表会 入 釧路歌謡協会 画24-3976	22(木)12:30 大	湖陵高等学校全日制110周年・定時制100周年記念式典 湖陵高等学校 画43-3131	28(水)16:00・29(木)13:00 小	第72回全道高等学校演劇発表大会釧路支部大会 北海道高等学校文化連盟釧路支部(明輝高等学校内) 画36-5001	30(金)13:00・10/1(土)・2(日)10:00 展	【釧路市芸術祭】北海道子どもオールブリュット作品展釧路巡回展 釧路地方文化団体連絡協議会 画41-8181

- **市立博物館**
春湖台1-7 画41-5809
【休館日】月曜日
(19月は除く)
20(火)
- **こども遊学館**
幸町10-2 画32-0122
【休館日】月曜日
(19月は除く)
20(火)
- **中央図書館**
北大通10-2-1 画64-1740
※音声ガイダンスでご案内します。
【休館日】月曜日、30(金)
【各地区図書館休館日】月曜日、30(金)
- **西部地区図書館**
鳥取北8-3-10 画53-3499
- **東部地区図書館**
益浦1-20-20 画91-0604
- **中部地区図書館**
愛国191-5511 画38-5499
- **ウインドヒルくしろ
スーパーアリーナ
(湿原の風アリーナ 釧路)**
広里18 画38-9800
【休館日】21(水)
- **鳥取温水プール**
鳥取南4-4-21 画53-5333
【休館日】12(月)、26(日)

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。

市立博物館

～4(日)	会場によって異なる	まちなか企画展「さつもん時代のあれやこれ」 画博物館、北斗遺跡展示館、イオンモール釧路昭和内郵便局、釧路武佐郵便局、湿原展望台、こども遊学館、港文館	釧路のさつもん(擦文)時代の魅力を史跡北斗遺跡や出土遺物を用いて紹介します!
～30(金)	9:00～21:00	企画展「湿原の王国・風景編」 画イオンモール釧路昭和エムアイプラザ丸井三越横	道東にある大小さまざまな湿原。湿原の魅力的な景観、暮らしとの関わりを紹介します。
～10/16(日)	9:30～17:00	企画展「湿原の王国・道東」	春採湖畔を散策しながら秋の昆虫を観察します。
10(土)	13:30～15:00	しらべてみよう春採湖の昆虫 画博物館 画50円※雨天中止	道内の土器や石器が集合! 17(土)13:00から展示解説予定。
17(土)	13:30～15:30	春採湖畔草花ウォッチング 画博物館 画50円※雨天中止	
17(土)～10/29(土)	9:30～17:00	企画展「北の縄文展in釧路」 画※17(土)は13:00から	
18(日)	8:00～11:00	春採湖畔探鳥会 画博物館前あずまや※雨天中止	

こども遊学館

1(木)～30(金)	9:30～17:00	クイズラリー「88星座を見つけよう!」 画	9月は宇宙月間! 今年は88星座が制定されて100周年! クイズの答えを探して、星座に詳しくなろう!
	9:30～17:00	プラネタリウムにオリジナル星座絵を描こう! 画	
	9:30～17:00	特別展示「ガイア衛星がとらえた最新全天星図」 画	
3(土)、11(日)、17(土)、25(日)	①11:00 ②14:30	おはなし会 画各回8組 画	星を線でつないで、自分だけの星座を描こう! 描いてくれた絵は後日プラネタリウムのドームの中に映し出すよ!
4(日)	10:00～11:30	草や花を摘んで♪押し花をつくろう! 画小・中学生 画12人 画画WEB受付中	
8(木)	10:00～12:00	遊学館ボランティア説明会 画18歳以上 画	衛星の観測データから作られた大きな全天星図を見てみよう! 星座がどんなふうに見えるかわかるよ!
11(日)	13:00～14:00	太陽観測会「太陽の素顔を探れ!」 画釧路大漁どんぱく会場※雨天・曇天は中止	星の美しさや宇宙の感動を伝えてみませんか? 全8回の講座修了後は天文ボランティアとして観測会などで活動いただけます。詳しくは当館ホームページをご覧ください。
15(木)	10:30～11:20	親子遊び「はじめて☆ヒップホップ」 画2歳～未就学児の親子 画10組 画画1(木)からWEBで	
18(日)	13:00～15:00	コズミックカレッジ 宇宙服のひみつを探ろう! 画小学校3年生以上 画8人 画画8/28(日)からWEBで	
24(土)	16:00～16:45	大人のための星空さんぽ 画120人 画画要プラネタリウム観覧料	
28(水)	11:00～11:30	おはなしタイム 画8組 画	
第1・3・4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～ 画	
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」 画画	

●天文指導員(天文ボランティア)養成講座

画25(日)、11/27(日)14:00～16:00、10月の毎週土曜日(8(土)は除く)、11/5(土)、19(土)18:30～20:30 画釧路管内在住の18歳以上 画10人 画3(土)～21(水)にWEBで

プラネタリウム 投影スケジュール ※27(火)～29(木)は、番組入替のため休演 ※投影時刻、内容が変更になる場合もあります。

平日	団体投影(予約制)	11:30	きらきらタイム ～お月さまのひみつ～	13:30	○世界の星空～星々の動き～ ★From Earth to the Universe ～宇宙への旅～	16:00	はなかつぱ
土・日曜日、祝日	はなかつぱ		○世界の星空～星々の動き～(※1) ★From Earth to the Universe ～宇宙への旅～		はなかつぱ		○世界の星空～星々の動き～(※2) ★From Earth to the Universe ～宇宙への旅～

画3階スターエッグ 画各回120人 画画要プラネタリウム観覧料(※1)18(日)11:30～12:00は幼児向け「きらきらタイム」です。(※2)24(土)16:00～16:45は「大人のための星空さんぽ」です。○25(日)まで ★30(金)から新番組 ヨーロッパ南天天文台(ESO)が制作したプラネタリウム番組。美しいドーム映像と音楽による、果てしない宇宙への旅をお楽しみください。

中央図書館

10(土)	11:00～11:30	みんなで紙芝居を見よう 画中部地区図書館
17(土)	①11:00②11:30	スペシャルおはなし会①鳥のおはなし会②英語のおはなし会 画7階多目的ホール
10/30(日)	10:30～12:00	ワークショップ「ぱんつ!ぱんつ!Pants!」 絵本作家シゲリカツヒコさんとパンツのデザインをしちゃおう♪ 画7階多目的ホール 画小・中学生 画20人 画17(土)から直接または電話で

- **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]11(日)、25(日)11:00
- **新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、7階多目的ホールの収容可能人数は50人となっています。**
- **図書郵送貸出(有料)サービスをご利用ください。画直接または電話で**

～11/20(日)	9:30～19:30	企画展「鳥居省三と北海文学」
4(日)	13:00～13:45	マンズリー朗読会～オーディオブック鑑賞会 「名作を聴く 太宰治」より、太宰治「走れメロス」～ 画7階多目的ホール 画50人 画直接または電話で
18(日)	13:00～15:30	拓本体験教室 画文学会議室 画10人 画直接または電話で
25(日)	13:30～15:00	「鳥居省三と北海文学」記念講演会 画7階多目的ホール 画50人 画直接または電話で 第一部 「『釧路文学運動史』から『釧路湿原の文学史』へ」/ 講師:盛厚三 第二部 鳥居省三を語る/インタビュー:西村奈津子

9月映画上映会 画7階多目的ホール 画各50人		
2(金)・3(土)		つつんで、ひらいて(ドキュメンタリー、93分)
16(金)・17(土)	13:00	バリー・シール(洋画、115分)
24(土)		ブラウン神父の事件簿 Vol.8(ドラマ、89分)

祝日上映会		
19(月)		蝉しぐれ(邦画、131分)
23(金)	13:00	9人の翻訳家(洋画、105分)

スポーツ

※申し込みは各開催日前日まで。定員締切

ウインドヒルくしろスーパーアリーナ 画定員 画38-9800		
6(火)～ (火曜日全3回)	15:30	幼児アスレチック教室 画5・6歳の未就学児 画画受付中
14(水)	17:30	JFAなでしこひろばin湿原の風アリーナ 画釧路 画4歳以上の女性 画画当日受付 ※18:30から親子で参加可
22(木)	19:00	クライミング体験会 画1(木)～
23(金)、10/2(日)	10:30	やさしいフラダンス 画1(木)～
28(水)～ (水曜日全3回)	10:30	男性の健康教室 画60歳以上の男性 画1(木)～
10/3(月)～5(水)	19:00	やってみようバドミントン 画16(金)～
10/3(月)～ (月曜日全3回)	10:30	やさしいエアロ 画16(金)～
	19:00	やさしいエアロ夜間 画16(金)～
10/4(火)～ (火曜日全6回)	10:30	しなやかボディピラティス 画18歳以上の女性 画16(金)～
	19:45	夜間太極拳 画16(金)～
10/12(水)～14(金)	16:00	小学生体操教室 画小学生 画16(金)～
春採アイスアリーナ 画定員 画46-5115		
8(木)	17:00	フィギュアスケート・ワンポイントレッスン 画1人で滑走できる小学生 画画直接または電話で

エクストリーム55好評開催中! 詳細はお問い合わせください。

鳥取温水プール 画定員 画53-5333		
● 2カ月単位の成人水泳教室 (8月・9月) 画①火・木曜日午前11時～正午、②水曜日午前11時～11時45分(祝日は除く)/ 画成人 / 画①水泳教室 ②健康ウォーキング/ 画[週1回]7,700円、[週2回]1万1,000円、 事務手数料550円(初回のみ)/ 画奇数月の20日 ※6人未満の場合中止。詳細はお問い合わせください。		





釧路の四季の
さまざまな出来事を
紹介します



阿寒ふるさとまつり2022【7/31(日)】



第75回くしろ港まつり【8/6(土)・7(日)】



阿寒湖四季の動画4部作完結・春編「春。カムイの恵みを分かち合う。」公開【8/5(金)】



GO!GO! "ひがし北海道"クレインズ

アジアリーグアイスホッケー2022-2023いよいよ開幕!

9月3日(土)・4日(日)、アジアリーグアイスホッケー2022-2023がいよいよ開幕します! 国外チームが参戦しアジアリーグとして開催されるのは3シーズンぶりです。開幕戦は、ホーム釧路アイスアリーナにてアニャンハルラ(韓国)戦が行われます(チケット情報は、ひがし北海道クレインズ公式ホームページをご確認ください)。齊藤毅監督が就任し、新たな一歩を踏み出すクレインズへ、今シーズンもご声援をよろしくお願いいたします!

～アジアリーグアイスホッケー2022-2023 9月・10月ホーム戦日程～

9月3日(土)・4日(日) vs アニャンハルラ【試合開始15:00(両日)】 場所: 釧路アイスアリーナ
 10月1日(土)・2日(日) vs レッドイーグルス北海道【試合開始15:00(両日)】 場所: 釧路アイスアリーナ
 10月15日(土)・16日(日) vs 東北フリーブレイズ【試合開始15:00(両日)】 場所: 釧路アイスアリーナ
 10月29日(土)・30日(日) vs 横浜GRITS【試合開始15:00(両日)】 場所: 釧路アイスアリーナ

問合先 ひがし北海道クレインズ(画51-0245)

EAST HOKKAIDO CRANES



Teamwork makes the Dreamwork
 今シーズンのスローガンは、「Teamwork makes the Dreamwork」です。齊藤毅監督のもと、スローガンの通りチーム一丸となって1シーズン戦い抜いていきます。今シーズンも熱い応援をよろしくお願いいたします!

公式ホームページ



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を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	7月中		22(令和4)年累計		区分	7月中		22(令和4)年累計							
	交通事故統計	件数	15件	死者		0人	負傷者	16人	シートベルト装着率調査	99.76%	火災など統計	件数	5件	死者	0人
人口統計	人口=161,527人		世帯数=93,336世帯		(7月末現在)										

※「広報くしろ」は原則、毎月最終金曜日(10月号は9月30日金)配布予定です。

平日も
土日も
営業中!

釧路で唯一の常設住宅展示場

広告

イオンマイホームセンターは皆様の理想の暮らしをお手伝いします。



お子様連れ向け
フリーマーケットや

アウトドア
体験や

イオンマイホームセンターでは

さまざまな

イベント
を開催!



アクティブに
遊べるものなど

今後の
イベント情報は
こちらから
ご確認ください



新型コロナウイルス感染拡大防止のための対策を行いながら営業してまいります。各モデルハウスの営業については直接各社へお問い合わせください。

AEON MYHOME CENTER
イオンマイホームセンター

住所/釧路市昭和中央4丁目11番地 主催/イオン北海道(株)
営業時間/AM10:00~PM5:00 [通年営業・水曜定休]

WEBサイトはコチラ

