

広報 くしろ

今年も夕陽ノロッコ号が 釧路湿原を走ります

くしろ湿原ノロッコ号は、車で行くことができない釧路湿原のパノラマのような風景をのんびりと楽しむことができます。

9月20日(水)～22日(金)の3日間には、今年も夕陽ノロッコ号が運転され、釧路～塘路駅の間を往復します。片道約45分の短い旅ですが、深まりゆく釧路湿原の秋を肌で感じられます。

くしろ湿原ノロッコ号に乗車して、釧路湿原の秋の夕暮れを楽しんでみませんか？

漁師オススメの旬の魚
くしろ **プライド** 釧魚

秋の旬を食べよう！
イワシ／クジラ



2023

September No.215

令和5年9月1日発行

9

深まりゆく秋の釧路湿原を 体感してみませんか？



ノロッコ号運転についての詳細は、JR北海道のホームページをご覧ください。

<https://www.jrhokkaido.co.jp/travel/kushironorokko/index.html>



←左のQRコードでも確認できます

写真提供：JR北海道（2020（令和2）年撮影）

主な記事

｜ 第2回くしろパラスポフェスタ | 釧路市健康ポイント事業開始のお知らせ | 釧路市スマートフォン教室を開催します |
｜ ラムセール条約釧路会議30周年記念シンポジウム どうする？ 釧路湿原 ～未来への提言～ |

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



釧路市LINE公式アカウント
釧路市Webハザードマップは
LINEから確認できます！



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 ●市長出演日 9月25日(月)



- 災害時には、身近な町内会が支えとなります。引き続き町内会で防災・減災を呼び掛けていきましょう。
- 9月13日(水)に「町内会活動研修大会」を交流プラザさいわいで開催します。町内会役員の皆様のご出席をお待ちしています（事前申込が必要です）。
- 「町内会活動研修大会」の申し込みや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（☎31-4255）へお願いします。

誰もが主役になれる!それがパラスポーツ!!

第2回 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 電話51-9865 51-0161 郵便 parasp@kushiro-city-shakyo.or.jp)

日時 11月12日(日) 午前9時30分～午後0時30分

会場 ウインドヒルくしろスーパーアリーナ (広里18 大規模運動公園内)

多くの皆様のご来場をお待ちしています!

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・メダル・記念品が贈呈されます。

- 障がい者チームおよび障がい者混合チームは、9月1日(金)から受付開始。
- 健常者チームは9月8日(金)から受付開始。

①競技参加資格

市内在住の方、または市内の障害福祉サービス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/parasp.htm>)でご確認ください。



★抽選で商品券等が当たる
スタンプラリーを開催!

パラスポーツ体験

午前10時～午後0時30分

車いすバスケット ボッチャ フライングディスク

サウンドテーブルテニス 車いすスラローム



参加
無料

パラスポーツをやりたい方への相談ブースを設置!

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)



第61回 北海道障がい者スポーツ大会が開催されます!

問合先 第61回北海道障がい者スポーツ大会実行委員会事務局 (市役所障がい福祉課内 電話23-5201)

北海道における障がい者スポーツ最大のイベントである「北海道障がい者スポーツ大会」が釧路管内にて開催されます。全道各地から多くの選手が参加し競技を行いますので、ぜひ会場で選手の皆さんに温かいご声援をお願いします。

開催日程

競技名	開催期日	開催地	会場
陸上競技	9月3日(日)	釧路市	釧路市民陸上競技場(広里13 大規模運動公園内)
車いすバスケットボール	9月24日(日)	釧路町	釧路町総合体育館(釧路町字別原野南23-105-2)



美味しいくじら料理を食べて
釧路の秋を満喫しよう!

第14回

釧路くじら祭り

～くしろの鯨 味めぐり～

開催期間 9月21(木) 22(金) 23(土)

※開催期間が異なる店舗もあります。

場所/くじら祭り協力店(市内32店舗)

★期間中はくじら料理をお得に食べられる!

特別メニューを550円(税込)で提供!

「釧路くじら祭り～くしろの鯨 味めぐり～」の開催期間中、協力店で「くじら祭り特別メニュー」が550円(税込)で食べられます。さらに、期間中、協力店で鯨料理を注文して抽選に応募すると食事券1万円分やくじら肉加工品詰め合わせなどの豪華賞品が当たります。美味しいくじら料理を食べて釧路の秋を満喫しましょう!

食事券コース

1万円分…3人
5,000円分…10人
3,000円分…15人

くじら肉加工品コース

5,000円相当…20人
3,000円相当…25人

協力店(順不同)

駒形家、ちくぜん、てんまや、リ・カーサ、はたご家、いちとく、釜吉、Q家、鴨とり権兵衛、〇楽、わらべ、大航海、都寿司、辰魂、とん久、あぶり家、釧路食堂末広店、瓢、番小屋、のら、鱈、かわむら、釧路食堂本店、煉瓦、あさの、喜口屋、長さん、酒仙、春鶴、原寿司、食堂かすみ、まりも食堂

最新情報は、釧路くじら協議会ホームページをご覧ください→
問合先 釧路くじら協議会事務局(市水産課内 電話22-0191)



くしろ健康まつり ～はじめよう！未来に向けて健康貯金！～

問合せ 市役所健康推進課 (☎31-4524)

「くしろ健康まつり」は、2020 (令和2) 年から昨年まで、新型コロナウイルス感染症の影響により、やむなく中止していましたが、この度4年ぶりに開催します。

市内の医療関係者などが、趣向を凝らしたブースを設け、市民の皆さん一人ひとりが楽しみながら自分の健康状態を知り、毎日の健康づくりを考えることができる場となっています。この機会にあなたの未来に向けて健康貯金をはじめてみませんか？

- 日時 10月1日(日)午前9時～午後0時30分
- 場所 観光国際交流センター

※会場内での飲食はできません。
 ※ステージイベントは開催しません。
 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況等によっては、中止する場合があります。
 ※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。



嗅覚反応分析体験コーナー



足の健康指導&運動相談



おくすりなんでもコーナー

釧路市健康ポイント事業開始のお知らせ

問合せ 市役所健康推進課 (☎31-4524、31-4525)

今年から、LINEで簡単！



釧路市公式LINEで
健康ポイントを
集めよう！

10月1日(日)スタート！
～2024 (令和6) 年2月29日(木)終了

スタートダッシュプレゼント！

★くしろ健康まつりにご来場の方へ
3ポイントプレゼント！

- ステップ1：市公式LINEを「友だち追加」する
- ステップ2：くしろ健康ポイントカードを取得する
- ステップ3：ポイントを集めて特典チケットをもらう
 - ①特典チケット1枚目(10ポイント)で「参加賞」Get！
※先着500人
 - ②特典チケット2枚目(20ポイント)で「地場産品賞」の
プレゼント(1,000円相当)がもらえる！※先着150人

賞品の交換は、18歳以上の方が対象です

出掛け先の施設やお店、
イベントや健康診断等で、
設置されている二次元コード
を読み込むとポイントが
たまります。

交換場所：釧路和商市場インフォメーション (黒金町13-25)
 交換期間：10月10日(火)～2024 (令和6) 年3月30日(土) (営業時間内 月～土曜日 午前8時～午後5時)
 ※賞品がなくなり次第終了

くしろ健康ポイントカードの取得で1ポイントプレゼント

- 1ポイントの対象→市の運動施設や学習施設、健康づくり応援団店を利用するなど
- 3ポイントの対象→健康診断やがん検診を受ける、市の健康づくりのイベントに参加するなど

詳細は市ホームページを
ご覧ください→



釧路市公式LINEの
友だち追加はこちら→



釧路市スマートフォン教室を開催します

参加費無料

問合せ先 市役所情報システム課DX推進担当 (☎31-4510)



釧路市では2021(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、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LINE公式アカウントで発信するなど、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。

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ようになることを目指し、昨年度に引き続きスマートフォンの使い方に慣れていただくためのスマートフォン教室を開催します。

ご高齢の方、未経験の方大歓迎

●昨年度参加者は8割が70歳以上で、参加者の8割が、教室の内容を「よく分かった」「分かった」と回答しています。

少人数制でアシスタントが丁寧にサポート

●定員は10人で、受講者2人につきアシスタントが1人、隣でサポートします。

スマートフォンを持っていない方も大丈夫

●スマートフォンをお持ちでない方には無料で貸し出します。



昨年度の様子

開催講座

A. 基本講座

スマホを持っていない方向け

- ✓電源の入れ方、ボタンの使い方
- ✓電話のかけ方、カメラの使い方
- ✓地図アプリの使い方
- ✓スマホを安全に使うためのポイント
- ✓LINEの使い方

B. 基本講座

スマホは持っているけど不慣れな方向け

- ✓インターネットの使い方
- ✓地図アプリの使い方
- ✓スマホを安全に使うためのポイント
- ✓LINEの使い方

C. 応用講座

スマホをもっと使いこなしたい方向け

内容は開催回で異なります。
以下の開催スケジュールを参照ください。

開催スケジュール

- ✓1講座は60分間で、基本講座は同じ内容を各実施日2回(①13:30~②15:30~)開催します。
- ✓ご自身のレベルや都合に合わせて、会場、日程、開始時間を選んでください。
- ✓複数の講座への申し込みも可能ですが、申込者多数の場合ご希望に沿えない場合があります。



会場	A. 基本講座 (スマホを持っていない方向け)		B. 基本講座 (スマホに不慣れな方向け)	
	開催日	時間	開催日	時間
まなぼつと幣舞 (幣舞町4-28)	10月7日(土) 10月15日(日)	①13:30~ ②15:30~	10月28日(土) 11月18日(土)	①13:30~ ②15:30~
コア鳥取 (鳥取北8-3-10)	9月30日(土) 10月14日(土)		10月29日(日) 11月11日(土)	
コア大空 (益浦1-20-20)	10月1日(日) 10月22日(日)		11月4日(土) 11月12日(日)	
コアかがやき (愛国191-5511)	10月8日(日) 10月21日(土)		11月5日(日) 11月19日(日)	

会場	C. 応用講座 (スマホを使いこなしたい方向け)	
	開催日	時間
まなぼつと幣舞	11月25日(土)13:30~	✓マイナンバーカードの申請方法
	11月25日(土)15:30~	✓マイナポータルの活用方法
	11月26日(日)13:30~	✓健康保険証、公金受取口座の登録方法
	11月26日(日)15:30~	✓全国版救急アプリ(Q助)の利用方法

申込・問合せ先

(株)うつくしろ(本事業受託先)へ ①住所 ②氏名(フリガナ) ③年齢 ④電話番号 ⑤希望講座 ⑥希望会場と希望日時(第3希望まで) ⑦スマートフォンの有無を電話、またはホームページのフォームに記入して申し込んでください。

☎1090-8595-2435 ☎2090-4370-9743 ☎3090-3308-6098 ☎4070-4496-1761
(☎3☎4は~9月1日(金)まで受付)

受付期間 ~9月8日(金) 平日午前10時~午後6時

受付ホームページ ☎ <https://dx.kushiro.link/>



釧路市公式LINEの基本メニューでは、市ホームページを見たり、広報くしろの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。

●友だち追加はこちらから→



遠藤彰子展 在り過ぐす



《遠い静けさ》 2002-2004年、333.3×745.5cm



《私の街》 1981年、194.0×259.0cm



《在り過ぐす》 2010年、333.3×497.0cm



《部屋》 1976年、162.0×130.0cm



《私は来ている 此処に、何度も》 1990年、248.5×333.3cm



遠藤彰子
ポートレート

現代を代表する洋画家、遠藤彰子(1947-)は、「循環する生命」「今、生きている実感」「人間の存在」といった根源的なテーマを追求し、今日まで数多くの作品を発表しています。

本展覧会では、初期の画業であり、アトリエ周辺の自然から着想を得た〈楽園〉シリーズ、より現実に目を向け、「絵画としてのリアリティ」を追求した〈街〉シリーズ、1989年以降の具象絵画の表現の可能性に挑む500号以上の大作シリーズにわたる作家の画業を紹介し、鑑賞者を揺さぶり、根源的なテーマが展開される世界へ引き込むような絵画の数々をご覧ください。

9月3日(日)～10月22日(日)

午前10時～午後5時 (入館は午後4時30分まで)
休館日 月曜日 (9月18日(月)、10月9日(月)を除く)
観覧料 一般 1,000(800)円、大学生以下無料
※ ()内は前売券、および10人以上の団体料金 ※身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳の交付を受けた方および付き添いの方は無料

■関連事業

作家本人によるギャラリートーク

日時: 9月3日(日)午後2時～
集合場所: 美術館ロビー (要観覧券、事前申込不要)

遠藤彰子ワークショップ「流木に絵を描こう」

日時: 9月23日(土)午後1時30分～4時30分 (予定)
場所: まなぼと幣舞8階 (802、803号室)
対象: 小学生以上から一般
事前申込制: 定員12人

遠藤彰子講演会

日時: 9月24日(日)午後2時～3時30分 (予定)
場所: まなぼと幣舞7階 (705、706号室)
事前申込制: 定員60人

当館学芸員によるギャラリートーク

日時: 10月8日(日)、15日(日)午前11時～ (30分程度)
集合場所: 美術館ロビー (要観覧券、事前申込不要)

詳しくはこちら↓



釧路市立美術館
まなぼと幣舞3階
(幣舞町4-28 ☎42-6116)



新型コロナワクチン接種についてのお知らせ

自己負担なし(無料)

< 9月21日(木)から令和5年秋開始接種が始まります >

問合せ先 市役所健康推進課 (☎31-4524)

12歳以上の方の追加接種 (3回目以降)

- ◆対象者 初回接種 (1、2回目) を終えており、前回接種から3カ月を経過した12歳以上の方
- ◆接種券 前回接種日を基準に、65歳以上の方および令和5年春開始接種時 (2023 (令和5) 年5月～8月) に基礎疾患を有する旨の申請があった方から順次、接種券を送付します。その後、基礎疾患を有する旨の登録がなかった方に対して接種券を送付します。
※すでに未使用の接種券をお持ちの方には送付されません。
- ◆使用ワクチン ファイザー社またはモデルナ社のオミクロン株XBB.1.5系統対応ワクチン

5歳～11歳の方の追加接種 (3回目以降)

- ◆対象者 初回接種 (1、2回目) を終えており、前回接種から3カ月を経過した5歳～11歳の方
- ◆接種券 接種を希望される方はインターネットまたはコールセンターへ接種券の発行申請をしてください。
- ◆使用ワクチン ファイザー社のオミクロン株XBB.1.5系統対応ワクチン

生後6カ月～4歳の方の追加接種 (4回目)

- ◆対象者 初回接種 (1～3回目) を終えており、3回目の接種から3カ月を経過した生後6カ月～4歳の方
- ◆接種券 接種を希望される方はインターネットまたはコールセンターへ接種券の発行申請をしてください。
- ◆使用ワクチン ファイザー社のオミクロン株XBB.1.5系統対応ワクチン

初回接種

引き続き接種が可能です。接種券をお持ちでない方はインターネットまたはコールセンターへ接種券の発行申請をしてください。詳細についてはホームページ等でご確認ください。



釧路市
ホームページ



接種券発行
申請フォーム



釧路市新型コロナワクチンコールセンター

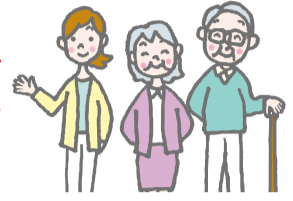
☎ 0120-110-588

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!

問合先 市役所国民健康保険課特定健診担当 (☎31-4570)

2023 (令和5) 年 4月1日現在で市国保に加入の40~74歳の方 (2023 (令和5) 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。**2024 (令和6) 年 3月31日(日)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、**ご希望の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。



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、**青色**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歳からは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!

問合先 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。

●日程・会場

日程	健診会場
10月31日(火)	市役所防災庁舎
11月15日(水)	コア鳥取
12月10日(日)	午前9時~11時
2024 (令和6) 年 1月28日(日)	市役所防災庁舎
2024 (令和6) 年 2月22日(木)	

●申込先

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

●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50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		
がん検診 (胃・肺・大腸)	各30人	後期高齢者医療保険に加入の方	無料 ※生活保護受給者の方は事前に担当ケースワーカーに連絡してください	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
		生活保護受給者で40歳以上の方		
		40歳以上の方	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・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!

マイナポイントの申込期限は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

- ・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

●ご持参いただくもの《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、障害者手帳、住民基本台帳カード、健康保険証、介護保険証、医療受給者証、年金手帳、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)、生活保護受給者証など

※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。



大楽毛・桜ヶ岡郵便局でも申請サポートを実施しています

8月1日から釧路市2カ所の郵便局でも申請サポートを実施しています。市民の皆さんの利用をお待ちしています。

●場所 大楽毛郵便局 (大楽毛4-3-8)、桜ヶ岡郵便局 (桜ヶ岡4-3-32)

●ご持参いただくもの QRコード付き個人番号カード交付申請書 (お持ちの方のみ)

※申請後の受け取りは市役所戸籍住民課、マイナンバーカードセンターとなります (郵便局での受け取りはできません)。

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 ※マイナポイントの申込期限は9月末までです。

●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。

●対象 2月28日までにマイナンバーカードを申請済みでポイントを申し込んでいない方。

●手順 ポイントの受け取り手順は「マイナポイントホームページ」をご覧ください。

☎ <https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/flow/mykey-get/>

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の暗証番号 (数字4桁) を使用します。

※電子証明書は市役所窓口または釧路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/1004724/1004710.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または釧路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。

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！

問合先 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

1994 (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発を実施しています。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(金) 午後5時40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、音楽の演奏を行います。	不要
9月22日(金) 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22日(金) 午後1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？今年度は認知症をテーマにした映画の上映も行います。	不要
9月22日(金) 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認知症疾患医療センターの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(金) 午前10時～正午	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 (釧路協立病院隣)	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21日(土) 午後1時～	絵本コンサート	昭和会館	音楽の演奏に乗せて、認知症を題材にした絵本を朗読します。	不要
11月11日(土) 午前10時～	第4回若年性認知 症の人と家族の集 い	市役所防災庁舎5階会議室	若年性認知症について、情報交換や介護の相談など自由に話をする場として開催しています。若年性認知症の本人の参加も大歓迎です。	不要
11月18日(土) 午後1時30分～	第8回釧路市認知 症講習会「ほっと けない！認知症」	交流プラザさいわい1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。	釧路市各地域包 括支援センター

釧路市生活支援体制整備事業

「生活支援コーディネーター」が支え合いの地域づくりのお手伝いをします！

問合せ 市役所介護高齢課高齢福祉担当 (☎23-5185)

生活支援コーディネーターは、高齢者が住み慣れた地域で生活していくことを支えるため、地域住民や町内会などのさまざまな団体・関係機関と協力して、生活支援や介護予防などの助け合いの仕組みづくりに取り組んでいます。

市では、地域包括支援センターに「生活支援コーディネーター」を配置し、地域にどのような困りごとがあるのか、その解決方法について地域の方々話し合いを行っています。また、釧路市住民等主体の通所サービス「おたっしやサービス」や「介護予防継続教室」など、地域の方々が集まることのできる「通いの場」の立ち上げや運営支援などを行っています。

このような思いをお持ちの方

生活支援コーディネーターにご相談ください！

「通いの場」に参加したい
「通いの場」を作りたい



ボランティア活動に興味がある

地域にこんな活動があったら良いな

地域で何かできることはないかな？



地域にどんな活動があるのだろう…

趣味や特技を生かしたことをしてみたい

地域で取り組んでいる活動や、地域の困りごとについて、ぜひお話を聞かせください！



●お住まいの地域の地域包括支援センターへお問い合わせください

施設名	住所	電話番号	担当地域
西部地域包括支援センター	昭和190-4462 (老健くしろ内)	55-2666	鳥取、大楽毛地区 (昭和、鶴野など)
中部北地域包括支援センター	文苑4-65-2 (ふみぞの東陽ビル I 1階)	36-1233	愛国地区 (美原、芦野、文苑などを含む)
中部南地域包括支援センター	堀川町8-43	24-1102	鉄北、橋北地区
東部北地域包括支援センター	鶴ヶ岱1-10-46	42-0600	橋南地区、春採5丁目、7丁目、8丁目の一部
東部南地域包括支援センター	春採4-10-15 (望洋ふれあい交流センター内)	42-8222	春採地区 (興津、桜ヶ岡、益浦などを含む)
阿寒地域包括支援センター	阿寒町中央1-4-1 (阿寒町行政センター内)	66-1234	阿寒町全域
音別地域包括支援センター	音別町中園2-119-1 (音別町福祉保健センターほほえみ内)	01547-9-5252	音別町全域

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登録者は、住民等が主体で運営する通いの場である「おたっしやサービス」をはじめ、地域カフェ・高齢者施設などでボランティア活動を行っています。

自分のできる範囲で活動することができるので、無理なく続けることができます。

対象 18歳以上の市民で、講座修了後にボランティア登録して活動できる方
参加費 無料
定員 各25人

以下全3講の受講が必要です

■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
- 活動紹介 (実際に活動している団体・ボランティアのお話)

■第2講

- 高齢者の特徴について
- 感染症予防について
- コミュニケーション方法について
- 車椅子の操作方法 (実技)
- 地域実習について

■第3講

- 地域実習 (市内おたっしやサービス等での実習)

地区	日程	会場	申込締切	
釧路地区	①9月14日(木) ②9月21日(木) ③9月25日(月)~ 9月30日(土)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コアかがやき (学習室) ③は実習先により異なります	9月5日(火)
	①10月18日(水) ②10月25日(水) ③10月30日(月)~ 11月6日(月)のうち1日	①②午後1時30分~午後4時 ③は実習先により異なります	①②コア鳥取 (学習室) ③は実習先により異なります	10月10日(火)
	①11月14日(火) ②11月21日(火) ③11月24日(金)~ 12月1日(金)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まなぼっと幣舞 学習室601・602 ③は実習先により異なります	11月6日(月)
阿寒地区	①11月10日(金) ②11月17日(金) ③11月22日(水)~ 11月29日(水)のうち1日	①②午後1時30分~午後4時 ③は実習先により異なります	①②阿寒湖まりむ館 ③は実習先により異なります	11月2日(木)
音別地区	終了しました			

お問い合わせ・申し込み

釧路市 社会福祉協議会

釧路地区 ボランティアセンター釧路 (☎24-1648)

阿寒地区 ボランティアセンター阿寒 (☎66-4200)

音別地区 ボランティアセンター音別 (☎01547-6-2941)

WEBからも
申し込みできます



ラムサール条約釧路会議30周年記念シンポジウム どうする？ 釧路湿原 ～未来への提言～

アジアで初めて開催された第5回会議は、1993(平成5)年6月に釧路市で開催されました。会議には、世界95カ国、国内も含めると1,200人を超える参加があり、期間中延べ4,446人の市民ボランティアが会議成功のため活躍しました。

会議終了後から今日まで、釧路湿原を大切にしようとして活動する市民グループもたくさん誕生しました。

今年、ラムサール条約釧路会議30周年を迎える年であることから、9月24日(日)には、記念シンポジウムを開催します。

午前の部では、釧路地域のラムサール条約登録湿地で湿原や野生生物に関する研究や学習などを行っている、釧路管内7校の小・中・高校生が研究・活動を発表します。

午後の部では、釧路会議からの30年を振り返り、湿原の変遷や動植物の動きを専門家の知見から紹介、討論を行うことでこれからの湿原の在り方について考える機会をつくります。

日時 9月24日(日) 午前10時～午後4時30分

会場 まなぼとと幣舞2階 多目的ホール

定員 80人(先着順・無料) ※すでに定員に達している場合があります。

申込 9月17日(日)午後5時までに右記QRコードまたは、

電話で市立博物館(☎41-5809)へ

※事前申し込みの方全員に記念タンブラーをプレゼントします。



タイムテーブル

●午前10時～

開会挨拶 釧路国際ウェットランドセンター理事長(釧路市長) 蝦名大也

趣旨説明 水共生学・九州大学教授 荒谷邦雄

午前の部 学習発表会

●午前10時10分～午後0時10分

釧路地域の小・中・高校生による湿原学習発表会

【参加校】北海道釧路湖陵高等学校、北海道標茶高等学校、鶴居村立幌呂中学校、浜中町立散布小中学校、釧路市立中央小学校、釧路町立別保小学校、標茶町立標茶小学校

午後の部 講演会

●午後1時～4時30分

基調講演

「釧路会議」が地域を変えた

釧路国際ウェットランドセンター 技術委員長 新庄久志

「気候変動と釧路湿原の保全」

北海道大学大学院農学研究院教授

釧路湿原自然再生協議会会長 中村太士

事例報告

「釧路湿原における人と自然の共生」

水共生学・九州大学教授 荒谷邦雄

「釧路湿原の過去・現在・未来～水共生学の観点から～」

水共生学・九州大学准教授 渡部哲史

「釧路市の小学生を対象とした湿原の環境教育の実施」

水共生学・九州大学准教授 木附晃実

総合討論 モデレーター：九州大学教授 鬼丸武士

閉会挨拶 市教委教育長 岡部義孝

敬称略



問合せ 午前の部：釧路国際ウェットランドセンター(☎31-4594)

午後の部：市立博物館(☎41-5809)

ラムサール条約とは

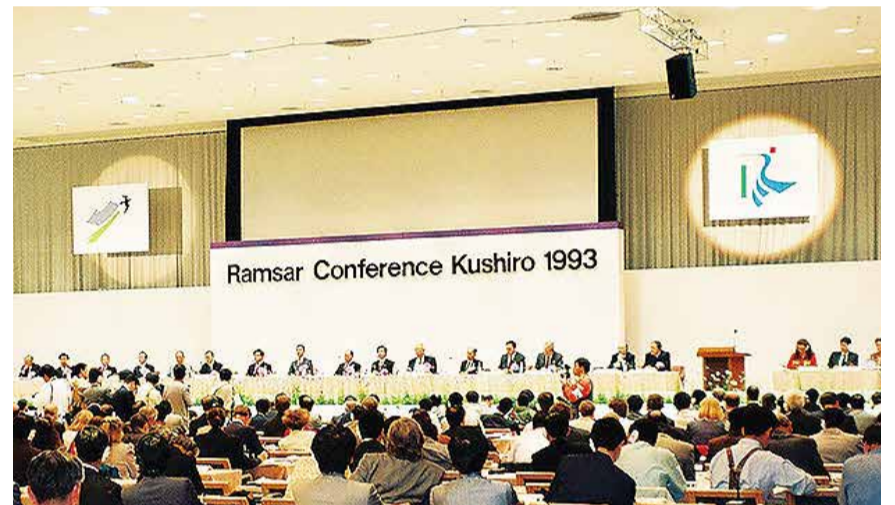
正式名称は「特に水鳥の生息地として国際的に重要な湿地に関する条約」であり、渡り鳥や魚など、いろいろな生き物がすみ湿地を守るための国際条約です。

1971(昭和46)年に、この条約が結ばれたイランの街の名前にちなんで「ラムサール条約」と呼ばれています。

釧路湿原は、1980(昭和55)年にこの条約の日本国内第1号の湿地として登録されました。

ラムサール条約は、人間の使い次第では容易に壊れてしまう湿地を、世界中の国が協力して守っていく「湿地の保全」と、湿地の生態系を維持しつつ、そこから得られる恵みを持続的に活用する「賢明な利用」を目指しています。

釧路地方は、釧路湿原をはじめ厚岸湖・別寒辺牛湿原、霧多布湿原、阿寒湖と4つの湿地を有し、その面積は道内の登録湿地の46.3%を占めています。



●関連事業

ラムサール条約釧路会議30周年記念企画展

「まもる、つかう、のこす ～釧路湿原を未来へ～」

日時 ～10月15日(日)

会場 市立博物館マンモスホール・特別展示室

料金 マンモスホールは無料

休館日 月曜日(9月18日、10月9日を除く)



イラスト 田中花音

ラムサール条約釧路会議30周年記念スタンプラリー

釧路湿原にある周辺施設を巡りながら、湿原の動植物について学びましょう。各施設に設置してある各湿地の動植物のかわいいスタンプを集めると、缶バッジ(先着)、Tシャツ(抽選)などのオリジナルグッズがもらえます。

日時 ～10月15日(日)(開館時間、休館日は各施設のホームページで確認してください)

スタンプ設置箇所 市立博物館、釧路湿原野生生物保護センター、温根内ビジターセンター、塘路湖エコミュージアムセンター、細岡ビジターズラウンジ、厚岸水鳥観察館、霧多布湿原センター、阿寒湖畔エコミュージアムセンター

問合せ 市立博物館(☎41-5809)

ラムサール条約釧路会議30周年記念「子ども霧多布バスツアー」

ラムサール条約登録湿地である霧多布湿原近郊を巡り、そこにすみ生き物や湿原の仕組みを学びます。

日時 9月23日(土)午前9時～午後4時

定員 20人(申し込み多数の場合は抽選)

対象 小・中学生(小学校3年生以下は保護者同伴)

参加費 200円

集合 市立博物館

申込 9月3日(日)までに、右記QRコード、

はがき(〒085-0822 春湖台1-7)

またはファクス(☎42-6000)で市立博物館へ

問合せ 市立博物館(☎41-5809)



防災特集 2023 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7月にかけて、低気圧の停滞の影響により、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)が列を成し、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

都市部は、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。



2023(令和5)年度釧路市防災総合訓練を実施します!

下記の日程のとおり釧路市防災総合訓練を実施します。

日時 9月28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、51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2023を実施します!

北海道では、9月1日(金)午前10時から、モーメントマグニチュード Mw9.0以上の大規模な地震が発生し、北海道沿岸部に大津波警報発表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、防災の日に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、その場で約1分安全行動の①DROP(まず低く) ②COVER(頭を守り) ③HOLD ON(動かない) という基本行動を実施してください。



●北海道シェイクアウトの詳細は右記QRコードから確認してください。



釧路市民防災センターを活用して防災行動力を身に付けましょう!

問合せ先 消防本部予防課予防広報担当(☎23-0426)

釧路市民防災センターは「自分の命は、自分で守る」という基本理念に基づいて、地震津波、火災、救命救急に関する知識、技術を学んでいただくための体験型の施設です。

地震・火災(煙)・初期消火・応急救護学習などの各体験室や未就学児まで乗車可能なミニ消防車コーナー、他にもさまざまな体験施設を備えています。

災害発生時、自分の命を守るための行動が取れるよう、釧路市民防災センターを活用し災害について学びましょう!

●公式YouTubeチャンネル「みんなの釧路市消防本部チャンネル」では、防災センター各体験の様子を動画で詳しく説明していますので、ぜひご覧ください。



普段から準備できることを確認しましょう！

防災特集 2023

身を守るための日ごろの備え

●安全な避難経路と避難施設の確認

普段から家族みんなで避難経路や避難施設を決めておくようにし、安全に避難できるかどうか、確認しておきましょう。



早期避難のすすめ

身の周りに異変を感じたら、自分で判断して迷わず早めに避難することが大切です。

市役所などから避難の呼びかけをすることがあります。呼びかけがあった場合には、速やかに避難しましょう。

QRコードから情報を取得できます

河川の水位、土砂災害の情報

・川の防災情報
(国土交通省)



・土砂災害警戒
情報(北海道)



非常持ち出し品と備蓄品を準備しておきましょう

災害発生直後は、食料や日用品の入手が困難になります。日ごろから非常持ち出し品と備蓄品を準備し、いざというときにはすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

■釧路市在住の防災士が勧める非常持ち出し品の紹介

●女性向け

- ゴミ袋 (透けないもので、着替えなどの時に穴をあけ被ればポンチョ代わりに)
- くし・ブラシ・ヘアゴム・鏡 (避難所生活で身だしなみを整えるための必需品)
- 生理用品 (被災のショックで急に生理が来る場合もあるため)



●冬期の寒さ対策向け

- 保温ボトル (避難所で温かい飲料を得られる場合に重宝)
- タオル数枚 (内外の気温差で結露が生じるため、隙間を埋めるのにも役立つ)
- 使い捨てカイロ (使用期限が過ぎているものは発熱性能が低下し、異常発熱することもあるので要注意！)



●子ども・高齢者向け

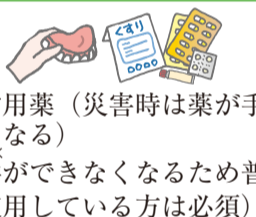
【子ども向け】

- 粉ミルク・液体ミルク (全員分は用意されていない)
- 紙おむつ (最低20枚は用意すること)



【高齢者向け】

- お薬手帳・常用薬 (災害時は薬が手に入りにくくなる)
- 入れ歯 (咀嚼ができなくなるため普段入れ歯を使用している方は必須)



非常持ち出し品リスト

●備蓄品 (家庭で備えておくもの)

- 食料品 (最低1人当たり3日分)、飲料水 (1日1人当たり3リットル)
- ランタン (LED等) 乾電池、携帯電話の小型バッテリー
- カセットコンロ 携帯トイレ ヘルメット、防災ずきん など

●非常持ち出し品 (避難時に最低限持ち出すもの)

- 携帯ラジオ (電池式、充電式、手回し式) 懐中電灯等
- 現金・貴重品 など



※性別や年齢、家族構成、生活スタイルによって、災害時に必要なものはそれぞれ違います。普段から自分や家族には何が必要なのか考え、準備しておきましょう。

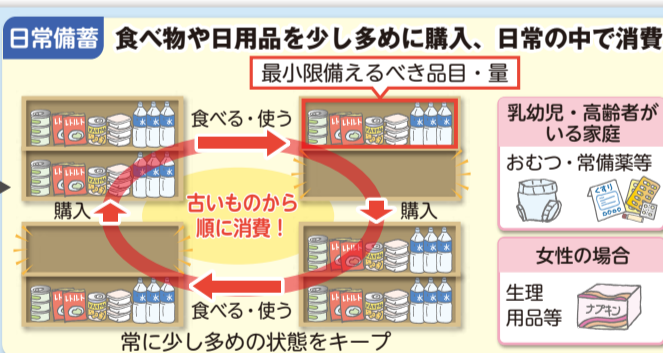
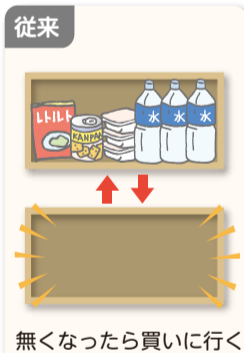
●非常持ち出し品リストの詳細は右記QRコードからご確認ください。



ちょっと多めに買う、日常備蓄のススメ

被災直後の生活のために、水 (1日1人当たり3リットルが目安) や食料品を最低でも3日分準備しておきましょう。

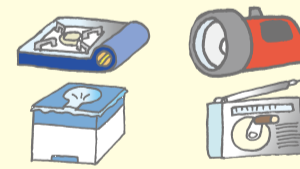
また、赤ちゃん、お年寄り、病人がいるご家庭は、必要な物をそろえておきましょう。



災害時に特に必要なものは事前に準備し、定期的の確認

被災地で重宝した品目

カセットコンロ、懐中電灯、簡易トイレ、携帯ラジオ など



※大規模災害発生時には1週間分の備蓄が望ましいとされています。

日常備蓄の浸透

発災しても自宅で当面生活すること (在宅避難) が可能に

釧路市 Webハザードマップをご活用ください！

問合せ先 市役所防災危機管理課 (☎31-4207)

釧路市の災害情報を電子地図に重ねて見ることができる「Webハザードマップ」を公開しています。外出先でもスマートフォンやパソコンでハザードマップを確認することができますので、ぜひご活用ください！



注目ポイント

- ① GPS機能で現在地を確認
- ② 現在地から、避難場所までの距離も瞬時に確認
- ③ 地図の縮尺が自由自在
- ④ 自分専用の防災マップを印刷
- ⑤ 災害時に開設避難場所をすぐに確認
- ⑥ 避難場所の混雑状況が一目で分かる

「Webハザードマップ」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 Webハザードマップ

検索



津波・洪水・土砂災害
災害種別ごとに地図を表示



9月10日は「下水道の日」です

問合せ 市上下水道部下水道施設課 (☎24-5131)

下水道の日は、1961(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、2001(平成13)年には、旧下水道法が制定されてから100年を迎えたことと、21世紀のスタートの年にあたることから、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。

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日と決めただよ!



この前学校で、下水道について学んだよ!下水道にはいろいろな役割があるんだよね。

そう!下水道には3つの役割があるんだ。

下水道の3つの役割について、一緒に学んでみよう!



下水道マスコットキャラクター スイスイ

下水道の3つの役割

快適な生活をつくる

川や海などをきれいに保つ

まちを浸水から守る



何でまちはこんなに清潔なの?

下水道が整備されていないと、みんなが使って汚れた水が直接まちに流れるため、ハエ・蚊等の害虫や悪臭が発生するんだ。



それで下水道が整備されたんだね。



おうちで出た汚れた水はどこに行くの?

下水道が整備されることで、汚れた水は下水道管(汚水管)に流れていくんだ。



川や海などがきれいな理由は?

下水道管(汚水管)に汚れた水を流しても、そのまま川や海などに流してしまうと、川や海などはとても汚れてしまうよね。



お魚さんもかわいそう。



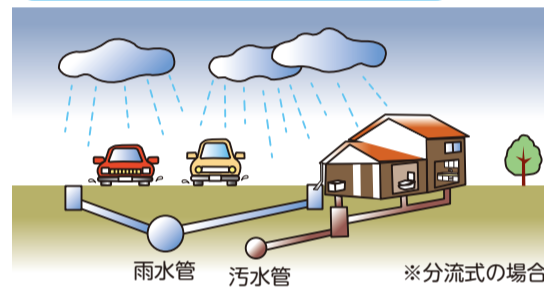
じゃあ、どうやって川や海などにきれいな水を返しているの?

下水道管(汚水管)に流れた水は、下水処理場に運ばれきれいな水に戻して、川や海などに返しているんだ。



大雨が降ってもまちが水びたしにならないのはどうして?

下水道管には、汚れた水を集める汚水管、降った雨を集める雨水管があるんだ。



汚水と雨水で通るところが違うんだね。



雨水管の方が大きく見えるけど、どうして雨水管の方が大きいの?

大雨に備えるため、雨水管は汚水管に比べて大きな管を整備しているんだよ!



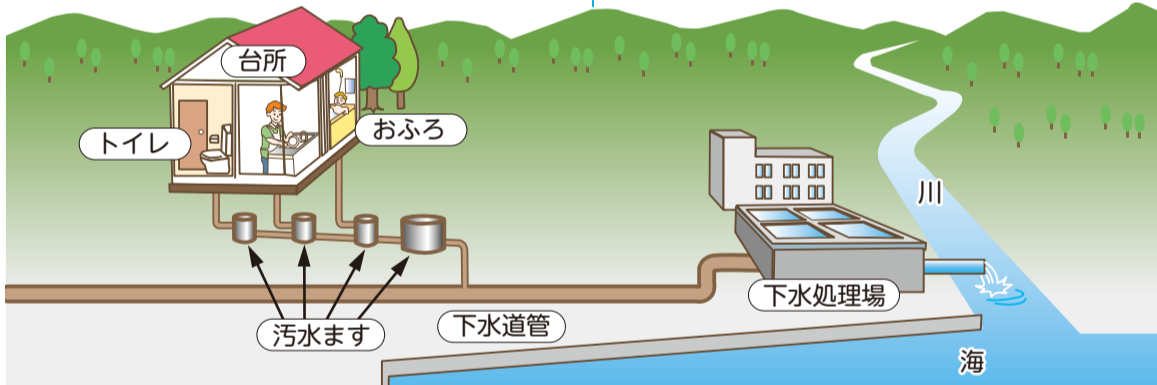
そうなんだ!降った雨は雨水管を通過してどこへ行くの?

降った雨は、道路にある雨水ますに速やかに集められて、雨水管に流されるんだ!

そして、雨水管を通過して川や海に流れて行くんだよ。



雨が降ってもすぐに雨水管に流れ込むから、道路やまちが水浸しにならないんだね。



また、下水道が整備されたことによって、くみ取り式トイレが水洗トイレになり、より衛生的な生活ができるようになったんだ。



下水道のおかげで快適に生活できるんだね。

阿寒湖畔では市街地の開発などにより、流れ込む汚水の影響で湖が汚れ、特別天然記念物である「阿寒湖のマリモ」の生息水域が狭まったこともあったんだ。

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たんだ。



下水道のおかげで、川や海などの水はきれいなんだね。

「くしろ下水道さわやかフェア2023」の開催について

市では、「くしろ下水道さわやかフェア」を開催します。施設見学や微生物観察、はたらくるまの展示など下水道を楽しく学べる催しがたくさんありますので、ぜひご来場ください。

日時 9月10日(日) 午前10時~午後2時(最終受付)

場所 古川終末処理場(古川町7-4)

申込 不要

問合せ 市上下水道部下水道施設課(☎24-5131)

※雨天の場合は中止となります(市公式LINEなどでお知らせします)。



←下水道処理場の仕組みなどを紹介するページを公開しています。



イベント内容

- 下水処理施設見学 ● 微生物観察
- はたらくるまの展示 ● マンホールカードの配布
- カラーマンホールの展示 他



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

催し



9月の自然観察会

●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2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/㉤15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3日(日)午前10時～正午/㉡15人/㉢電話で温根内ビジターセンター(㉣65-2323)へ

鯨肉普及キャンペーン

㉠9月9日(土)午前11時～※無くなり次第終了/㉡和商市場中央パティオ特設会場/㉢くじら汁200食無料試食提供/㉣釧路くじら協議会(水産課内㉤22-0191)

そらフェスin釧路空港2023

㉠9月23日(土)午前9時～午後3時/㉡たんちょう釧路空港※詳細はホームページ(㉢<https://www.kushiro-airport.co.jp/>)をご覧ください/㉣釧路空港事務所総務課(㉤57-6281)、北海道エアポート(株)(㉥57-8304)



募集



職員・公募委員等

市立釧路総合病院職員採用試験

①理学療法士
募集人数=1人/受験資格=平成5年4月2日以降に生まれた方で、既に理学療法士の資格を有する方または2023(令和5)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(木)

②看護師・助産師
募集人数=若干名/受験資格=昭和43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2023(令和5)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6日(金)

【共通】採用予定日=2024(令和6)年4月1日(月)※②の有資格者は早める場合あり/試験会場=市立釧路総合病院/選考方法=小論文、面接/㉠9月1日(金)～17日(日)に当院ホームページの「釧路市職員採用試験申込システム」から/㉡市立釧路総合病院総務課(㉢41-6121)

その他

マルチコピー機の利用に係る講習会

㉠10月4日(水)①午後3時 ②午後3時30分 ③午後4時/㉡大楽毛郵便局/㉢各回5人程度/㉣マイナンバーカードをお持ちの方は持参/㉤電話で戸籍住民課戸籍住民担当(㉥31-4523)へ

動物園 ㉠56-2121

●秋の動物園まつり
㉠9月17日(日)・18日(月)/㉡健康ウォークラリー等/㉢9月18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(土)午前10時30分～/㉡レストハウス前「いのちの碑」

●大人の動物園スクール
㉠10月8日(日)/㉡18歳以上/㉢4人※抽選/㉣500円※入園料別途/㉤9月1日(金)から3日(日)午後5時までに電話で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2023】
㉠9月18日(月)午前11時～午後3時/㉡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

●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/㉡1m350円

●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3日(日)午前9時集合/㉡長靴
【ピオトープ木道改修工事】
㉠～10月30日(月)/㉡一部立ち入り禁止

山花温泉リフレ ㉠56-2233

●貝沼和子「くるみ絵サークル作品展 第6回目 花まつり」
㉠9月1日(金)～30日(土)

●加工体験会「カレー生地ミニピザ(ツナマヨコーン)」
㉠9月14日(木)・15日(金)午前10時30分～午後0時30分/㉡各日4人/㉢850円/㉣9月1日(金)午前10時から電話で

●年末年始宿泊受付開始
㉠1万3,800円～(1室5人利用時)※大人は入湯税別途150円/㉡9月30日(土)午前10時30分から電話で

●トウモロコシもぎとり体験

㉠9月18日(月)午前10時～※無くなり次第終了。日程を変更する場合あり。

●リフレ秋の収穫祭
㉠9月23日(土)午前10時～午後2時/㉡詳細はお問い合わせください。

●温泉入浴と食事セット券販売中
7種類の食事から選べます。
㉠1,300円

ふれあいホースパーク ㉠56-2566

●休園日=水曜日
●引き馬50円引き
㉠～10月31日(火)/㉡動物園年間パスポート、山花温泉リフレ入浴利用券、山花オートキャンプ場利用証明書、ふれあい農園利用書を提示の方

●初心者大歓迎!
気軽に乗馬やってみよう!!
【乗馬教室5回コース(要予約)】
㉠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)

【第1月曜日はとくとく乗馬デイ(要予約)】
㉠9月4日(月)/㉡乗馬指導が2,090円(通常2,200円から5%OFF)

【第2・4月曜日は無料体験イベント(要予約)】
㉠9月11日(月)、25日(月)午前11時～(15分程度)/㉡18歳以上で馬に興味のある方/㉢5人/㉣ブラッシング、騎乗体験等/㉤保険料200円※任意

鳥取ドーム ㉠53-5125

●親子で学ぶ走り方教室
㉠10月7日(土)①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時/㉡①5・6歳児と保護者 ②小学校1～3年生と保護者/㉢各20組/㉣親子1組1回500円/㉤汗拭きタオル、水分補給用飲み物、運動靴/㉥9月29日(金)までに電話で

コア鳥取 ㉠53-3199(月曜休館)

●ふまねっと体験講座
㉠9月13日(水)、27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

●第30回コア鳥取まつり
㉠[前夜祭]9月23日(土)午後6時～8時/㉡市民交流ダンスパーティー、[本祭]9月24日(日)午前10時～午後2時/㉢各種ステージ、サークル作品展、屋台、餅まき他

コア大空 ㉠91-0504(月曜休館)

●第27回コア大空まつり
㉠9月3日(日)午前10時～午後2時/㉡各種ステージ、サークル作品展、屋台、餅まき、フリーマーケット他

コアかがやき ㉠39-5070(月曜休館)

●第20回コアかがやきまつり 前夜祭
㉠9月2日(土)/㉡午後1時～体験教室「チャレンジ!パティシエ(要予約)」、午後4時30分～エントランスコンサート、午後6時～かがやきダンスパーティー

●第20回コアかがやきまつり 本祭
㉠9月3日(日)午前10時～午後2時/㉡バトン演技、ヒップホップダンス、よさこい演奏、こどもイベント、フリーマーケット、キッチンカー等
※フリーマーケットの当日出店不可

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(金)～10月18日(水)午前10時～午後3時/㉡市内および周辺市町村の幼稚園～高校またはボーイ・ガールスカウトなどの団体/㉢コテージや各サイトの無料開放

●ハロウィン祭り!
㉠9月30日(土)午後1時～6時/㉡カボチャの重量当てクイズ、ランタン作り等/㉢一部有料

サンライフ釧路 ㉠42-3554

●ダイエットキックボクシング教室
㉠9月8日～10月27日の毎週金曜日午後7時～8時40分(全8回)/㉡3,000円(全8回分)

●ダイエットボクシング教室
㉠9月9日～10月28日の毎週土曜日午後2時～3時40分(全8回)/㉡2,500円(全8回分)

●プリザーブドフラワー体験講座～ミニバラのフォトフレーム～
㉠9月16日(土)午前10時～11時/㉡7人程度/㉢2,200円/㉣9月14日(木)まで

●ヒーリングストレッチ講座～ボールを使った優しいストレッチと呼吸法～
㉠9月28日(木)午後6時30分～8時/㉡10人程度/㉢800円/㉣9月26日(火)まで

●はじめてのバレー体験講座②
㉠9月12日(火)午後7時～8時/㉡10人程度/㉢600円/㉣9月8日(金)まで

釧路フィッシャーマンズワーフMOO ㉠23-0600

●岸壁焔ばた大好評営業中!!

●EGGイベント

【たんぼぼの会】
㉠9月1日(金)午後5時～6時30分/㉡EGG前岸壁

【昭和歌謡曲カラオケ】
㉠9月10日(日)午前10時～午後4時

【クルーズ船交流サロン】
㉠9月22日(金)、26日(火)午前10時～午後2時

●EGGミニコンサート
(各日午後2時～3時)

㉠9月3日(日)「金管楽器の響き」、9日(土)「釧路少年少女合唱団」

●クルーズ船おもてなしイベント「フレンドシッププラザ」
㉠9月22日(金)、26日(火)午前10時～午後3時/㉡2階交流コーナー

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。

市立高等看護学院見学日

回9月8日(金)午後4時30分~/将来、看護師になりたいと考えている方、看護師という職業に興味のある方等/マスク着用、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/回9月7日(木)午後5時までに電話で市立高等看護学院(回42-1302)へ

- ①防衛医大医学科学生
②防衛医大看護学科学学生
③防衛大学校学生(一般)

受験資格=高卒(見込み含む)で21歳未満/試験日=①10月21日(土) ②10月14日(土) ③10月28日(土)/回①は10月11日(水)まで、②は10月4日(水)まで、③は10月18日(水)までに自衛隊帯広地方協力本部釧路出張所(回22-1053)、市役所防災危機管理課(回31-4207)へ

アイヌ伝統遊び体験交流会
~伝統的なアイヌ文化・生活の場の再生支援事業~

回9月18日(月)午前10時~正午/動物園中央広場/回5歳以上※保護者同伴限定/回10組20人(多数時抽選)/回けん玉、弓矢、輪投げを作って遊ぼう※雨天時は屋内で切り絵、スナキノ(ネズミの踊りをしてお菓子をとり遊び)/回車手/回保護者は要入園料/回9月8日(金)(必着)までに往復はがき(1枚につき1組)に「アイヌ伝統遊び体験参加希望」と明記の上、住所、氏名、電話番号、お子さんの年齢を記載(通信面も記入)し釧路アイヌ協会(春採1-12-22春採生活館内回41-7083(平日午前10時~正午))へ※電話受付不可

2024(令和6)年度自然ふれあいイベントカレンダー写真

あなたの投稿した写真が来年度のイベントカレンダーの写真になるかも!? 釧路湿原の魅力が伝わる風景・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1万円相当分をプレゼントします!
応募=~10月31日(火)/投稿方法は①自身のInstagramまたはFacebookから写真とともに、「#釧路湿原」および「#令和6年度自然ふれあいイベントカレンダー写真募集」「#(実際に写真を撮影した場所)」を付けて写真を投稿 ②専用フォーム(回https://form.run/@wetland-wtl6V5Fsdkb923Ng nMIM)から応募/回釧路湿原国立公園連絡協議会事務局(環境保全課内回31-4594)

赤十字点訳者養成講習会

回9月14日~2024(令和6)年3月28日の毎週木曜日午前10時30分~正午※冬休みあり/回総合福祉センター3階小会議室/回図書などの点訳に必要な知識の学習/回1,540円(初回テキスト代)/回9月11日(月)までに日本赤十字社釧路市地区(社会援護課内回61-5032)へ

クリーン・コール・デー(石炭の日)
「石炭基礎講座」

回9月30日(土)午前9時20分~正午/回釧路コールマイン(株)(興津5-2-23)/回中学生以上/回20人(多数時抽選)/回概況説明、釧路コールマイン坑外施設見学等/回9月13日(水)(必着)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、メールで産業推進室(〒085-8505黒金町7-5回31-4550回22-8972回sa-sangyousuishin@city.kushiro.lg.jp)へ
●9月3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。無料開放に関する問い合わせは青雲台体育館(回91-5117)へ

2023(令和5)年度第5回危険物取扱者試験・第3回消防設備士試験

回10月15日(日)/試験の種類=[危険物取扱者]甲種、乙種(1~6類)、丙種、[消防設備士]甲種(1~5類)、乙種(1~7類)/回書面申請は9月4日(月)~11日(月)、電子申請は9月1日(金)~8日(金)に(一財)消防試験研究センター北海道支部(〒060-8603札幌市中央区北5条西6-2-2札幌センタービル12階回011-205-5371)へ/回消防本部予防課予防広報担当(回23-0426)

2023(令和5)年度第2回危険物取扱者保安講習

回10月31日(火)[一般]午前9時30分~午後0時30分、[給油取扱所]午後1時30分~4時30分/回まなぼつと幣舞/回10月21日(土)(必着)までに申請書を郵送で(一社)北海道危険物安全協会連合会(〒060-0004札幌市中央区北4条西6-1毎日札幌会館9階回011-205-5088)へ/回消防本部予防課予防広報担当(回23-0426)

「北海道障害者職業能力開発校」2024(令和6)年度訓練生

回障がいのある求職者/訓練科目=建築デザイン科、CAD機械科、総合ビジネス科、プログラム設計科、総合実務科/選考試験日=11月6日(月)/選考場所=北海道障害者職業能力開発校(砂川市焼山60番地)/試験内容=数学、国語、面接/願書受付期間=10月2日(月)~20日(金)/回北海道障害者職業能力開発校(回0125-52-2774回0125-52-9177)またはハローワーク釧路(回41-1201)

ゆるっと真面目に防災トーク

回9月9日(土)午前10時30分~正午/回市における防災に関心のある方/回30人/回河畔駐車場および錦町立体駐車場利用の方は3時間まで無料※MOO駐車場は対象外/回申込フォーム(回https://forms.gle/BbtvfuTaFhxJ6Fz4A)から/回男女平等参画センターふらっと(回65-1034)

第56回釧路消費者大会

回9月19日(火)午前10時~/回まなぼつと幣舞2階多目的ホール/回80人/回講演「処理水放出について今、考える」/回釧路消費者協会(回24-2037(平日午前10時~午後4時))

税・保険・年金

10月2日(月)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

回9月23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。
回納税課(回31-4517・4518)
■■納付には便利な口座振替を■■

くしろ・ねむろ合同公売会

市税、道税の滞納処分により、差し押さえた財産を一堂に集め、売却するため公売会を開催します。
回10月8日(日)[開場]午前11時/[入札]午前11時~午後1時/[開札]午後1時~/回[競り売り]正午~(受付は午前11時55分まで)/回釧路圏摩周観光文化センター(川上郡弟子屈町摩周3-3-1)/回参加する方(個人、法人、代理人、未成年者)により、参加条件や参加に必要なものが異なります。詳細は釧路総合振興局ホームページ(回https://www.kushiro.pref.hokkaido.lg.jp/ts/nzi/)をご覧ください/回納税課(回31-4520)

環境

環境事業課からのお知らせ

●「フードドライブ」への協力をお願いします

家庭で消費されずに残っている、未開封で賞味期限内の加工食品を店舗で回収し、必要とされている団体に届けることによって食品廃棄物削減につながっています。
回毎月5日~11日/回イオン釧路昭和店内の食品セルフレジ横専用コーナー/回収食品=お米、お菓子、乾麺、缶詰、調味料、ジュース、インスタント・レトルト食品等/回収条件=①未開封のもの ②賞味期限まで1か月以上あるもの ③保存方法が常温保存のもの ④製造者または販売者が表示されているもの ⑤成分表示またはアレルギー表示があるもの/受付不可=アルコール飲料(みりん・料理酒は除く)、生鮮食品、冷凍食品、サプリメント等

●「集まれ!ごみひろい隊会」に参加しませんか?

回9月30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/回釧路市マチをきれいにする推進協議会事務局(環境事業課内回31-4551)



●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、廃家電や粗大ごみを処分する際は十分ご注意ください。

●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。

●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6日(水)、20日(水)、第2・4水曜日の地区は9月13日(水)、27日(水)
[阿寒地域]第2・4金曜日の地区は9月8日(金)、22日(金)、第2・4土曜日の地区は9月9日(土)、23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】回環境事業課廃棄物対策担当(回31-4551)、回市民課環境担当(回66-2211)、回市民課環境担当(回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。
回環境保全課環境衛生担当(回31-4533)

福祉

第73回釧路市敬老大会

回9月18日(月)午前10時/回観光国際交流センター/回長寿者表彰、老人クラブ表彰、アトラクション、高齢者無料相談会、参加記念品配布/回介護高齢課高齢福祉担当(回31-4539)

参加料の記載のないものは無料です。/市外局番(0154)を省略しています。/市役所本庁舎は「市役所」、市役所防災庁舎は「防災庁舎」に省略しています。

第3回脳健康度テスト

回①9月13日(水)、②27日(水)午後1時30分～3時/防災庁舎5階会議室/おむね65歳以上で2日間とも参加できる市民(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/回③30人/回④ファイブ・コグ検査 ②検査結果の返却と解説、講話/筆記用具、眼鏡(必要な方)/回⑤介護高齢課高齢福祉担当(回23-5185)

健康



若者健診

回①10月31日(火)、②11月15日(水)各午前9時～11時/回①防災庁舎4階 ②コア鳥取/回③18～39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/回④80人/回⑤身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師診察/回⑥①は10月5日(木)まで、②は9月11日(月)～10月25日(水)に市ホームページの申込フォームで、または電話で健康推進課(回31-4525)へ

日曜日に乳がん検診を実施します

回10月15日(日)午前8時30分～/回市立釧路総合病院外科外来/回35人(受付後抽選)/回女性技師によるマンモグラフィ検査、追加料金で乳腺エコー検査(人数限定)/回住んでいる自治体、年齢による※無料クーポン券利用可/回9月14日(木)・15日(金)午後3時～5時に電話で市立釧路総合病院医事課(回41-8168・8577)へ※この電話番号以外は受付不可※受診対象の方には9月25日(月)以降に電話連絡します。

9月24日(日)～30日(土)は結核予防週間～長引くせき、微熱に注意!!～

結核は過去の病気と思われがちですが、2022(令和4)年の日本での発病者は1万151人、1日約30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週間以上せきが長く、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の予防接種をしておきましょう。

回釧路保健所(回65-5825)

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秒以上もみ洗いする。○調理器具は食材ごとに使い分け、よく洗う。○室内での肉や魚など生ものの放置を避け、冷蔵庫は詰めすぎに注意する。○調理後はできるだけ早く食べる。○食べ物は十分に洗い、加熱してから食べる。回健康推進課(回31-4524)

子育て・教育

9月の子育て講座

●ハッピーサポーター(先輩ママ)とのフリートーク「きょうだい育て」回9月12日(火)午前11時～11時40分/回0歳～就学前/回東部子育て支援拠点センター(回65-9912)

●人形劇「はらぺこあおむし」他

回9月15日(金)午前10時30分～11時15分/回1歳～就学前/回親子つどいの広場昭和(回55-2231)

●おいしく楽しく離乳食

回9月21日(木)午前10時30分～11時30分/回0歳～おむね1歳(離乳食完了まで)/回西部子育て支援拠点センター(回65-6112)



●マタニティ広場

回9月30日(土)午前10時～11時30分/回マタニティの方とその家族(第1子優先)/回育児体験や、先輩ママ・パパとのフリートーク他/回東部子育て支援拠点センター(回65-9912)

ひとり親家庭の

お父さん、お母さんへお知らせ

●ひとり親家庭のための自習室

回9月4日(月)、11日(月)、19日(火)、25日(月)午後1時30分～4時30分/回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)/回学習アドバイザー付き

●パソコン学習室

回9月5日(火)、12日(火)、26日(火)午前10時～午後3時/回ひとり親家庭等の親(要予約)/回7人



●ハローワーク出張相談

回9月14日(木)午後1時30分～3時30分/回求職中のひとり親家庭等の親(託児あり。要予約)/回就職に関する相談【共通】回電話で釧路母子家庭等就業・自立支援センター(旭町16-5回22-2401)へ

その他



上下水道料金

夜間・日曜納付相談窓口

夜間=9月21日(木)午後8時まで/日曜=9月3日(日)午前9時～午後5時/回上下水道料金お客様サービスセンター(南大通2-1-121)/回第一環境(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回43-2161)

釧路圏都市計画道路の変更

住民説明会

回回[コアかがやき会議室A B]10月3日(火)、[コア大空会議室A B]4日(水)、[コア鳥取会議室A B]5日(木)、[市役所4階会議室]6日(金)、各午後6時～※1時間程度/回雄鉄線通、星が浦西通、釧路大橋通の長期未整備区間の計画廃止。それに伴う星が浦東通、星が浦北通、仁々志別通、釧路新道の計画変更(隅切りの廃止等)/回都市計画課都市計画担当(回31-4555)

「第42回全国豊かな海づくり大会北海道大会」に伴う臨時交通規制のお知らせ

厚岸町で開催される「第42回全国豊かな海づくり大会北海道大会」に伴い、9月16日(土)・17日(日)に、厚岸町、釧路市、釧路町、標茶町の一部道路で臨時の交通規制を行います。規制の時間帯は混雑が予想されますので、不要不急の通行は控え、迂回にご協力をお願いします。詳細は、北海道警察ホームページ(回https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp)をご覧ください。回北海道警察釧路方面本部警備警備対策室(回25-0110)

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(健康推進課回31-4525)

回9月13日(水)午後1時～午後3時/回防災庁舎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(釧路保健所回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回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(回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回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】(回#8000) / 【その他】(回011-232-1599)

時間=午後7時～翌午前8時

くしろ市民健診受付中!

回10月31日(火)、11月15日(水)、12月10日(日)、2024(令和6)年1月28日(日)、2月22日(木)/回詳細は6ページをご覧ください/回健康推進課(回31-4524)

胃がん・肺がん検診

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

Table with 3 columns: 検診項目・内容, 料金, 検診機関. Rows include 胃がん(バリウム検査) 1,160円 and 肺がん X線のみ 470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)

Table with 4 columns: 実施日, 検診会場, 実施日, 検診会場. Lists dates and locations for mobile bus screenings.

【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)。/回健康推進課(回31-4524)

9月は「がん征圧月間」です!

平日の検診が難しい方は、ぜひこの機会に受診ください。

●日曜がん検診

回9月24日(日)/回釧路がん検診センター/回各種がん検診、健康診査/回申込期間、受付時間、検診項目など詳細は釧路がん検診センター(回37-3370)へお問い合わせください。

子宮頸(けい)がん・乳がん・大腸がん検診

回子宮頸がん検診は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)/回直接下記の検診機関へ

Table with 3 columns: 検診項目・対象, 料金, 検診機関. Lists screening centers and fees for cervical, breast, and colon cancer.

Table with 3 columns: 検診機関, 子宮, 乳. Lists screening centers and their services for cervical, breast, and colon cancer.

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

参加料の記載のないものは無料です。/市外局番(0154)を省略しています。/市役所本庁舎は「市役所」、市役所防災庁舎は「防災庁舎」に省略しています。

地熱資源ポテンシャル調査について

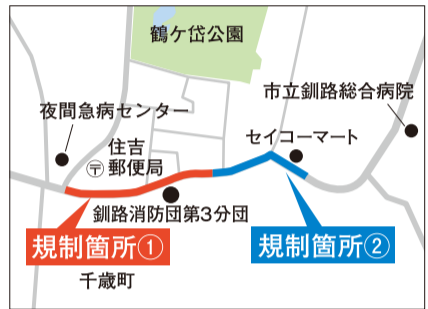
経済産業省の補助事業として、地熱資源の基礎調査の一環でデータを収集します(直ちに地熱開発につながるものではありません)。

9月1日(金)~11月30日(木)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/JOG MEC地熱技術部(03-6758-8001)

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。

11月下旬 2024(令和6)年2月下旬各午前9時~午後5時※一部夜間工事あり/規制箇所=富士見緑ヶ岡通(セイコーマート鉚路鶴ヶ岡店付近~鉚路住吉郵便局付近)の車道および歩道



上下水道部水道整備課建設担当(43-2163)

クルーズ船が入港します

入出港時には歓送迎の行事も行いますので、多くの皆さんの参加をお待ちしています。

【シルバー・ミュージズ】9月22日(金)入港午前8時、出港午後5時/利用岸壁=耐震・旅客船ターミナル

【カーニバル・ルミノーズ】9月26日(火)入港午前8時、出港午後6時/利用岸壁=西港第4埠頭

※今後変更・中止となる可能性があります。 ※入出港は天候等の理由により前後する場合があります。

港湾空港課(53-3371)

市民意見提出手続条例に基づき、皆さんの意見を募集します

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。

Table with 2 columns: Content (地域未来投資促進法に基づく鉚路白糠地域基本計画の策定) and Details (募集期間, 原案の公表場所, 意見の提出方法, 提出・問合せ先).

市議会9月定例会

9月6日(水)午前10時から開会予定です。 議会事務局(31-4581)

秋の全国交通安全運動

9月21日(木)~30日(土) 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
デイライトの推進
市民生活課(31-4521)



橋梁補修工事による交通規制(車線減少)のお知らせ

工事に伴い、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

1. 規制箇所=鳥取橋/9月1日(金)~11月中旬



2. 規制箇所=久寿里橋/10月20日(金)~11月下旬



道路河川課建設担当(31-4559・4561)

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. 鉚路市川北町2番27 宅地870.94㎡(263.45坪) 参考価格18,551,000円
2. 鉚路市緑ヶ岡1丁目17番54 宅地324.31㎡(98.10坪) 参考価格4,670,000円/入札参加申請期間=~10月6日(金)午後5時/現地説明日時=1. 9月25日(月)午後2時
2. 9月26日(火)午後2時※1,2共に要事前連絡/鉚路市有財産対策室(23-5195)

マイナンバーカードセンター

9月の休所日
毎週水曜日、17日(日)/マイナンバーカードコールセンター(0120-954-193)

2023(令和5)年住宅・土地統計調査

総務省では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住宅の構造や床面積、建築時期、そこに居住する世帯の状況などについて調査するもので、市では約4,000世帯が調査の対象となる見込みです。調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員が調査書類の配布に伺いますのでインターネット回答または紙の調査票での回答をお願いします。

都市経営課統計担当(31-4205)、地域振興課地域振興担当(66-2122)、地域振興課(01547-6-2231)



各種相談窓口

建築士による住まいの無料建築相談会

9月8日(金)午前10時~午後4時/防災庁舎1階/増築、リフォーム、断熱・省エネ関係等/北海道建築士事務所協会鉚路支部(42-6388)

女性のためのなんでも無料法律相談

9月8日(金)午後1時30分~3時30分/鉚路地方合同庁舎2階法務局会議室/鉚路人権擁護委員協議会事務局(31-5014)

外国人のための無料相談会

9月10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鉚路出張所(22-2430)

不動産無料相談会

9月12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鉚路支部(25-2222)

女性のための無料法律相談(要予約)

9月13日(水)午後1時~3時/4人/9月6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

借金・金融一般相談会

9月14日(木)午前9時~正午/鉚路地方合同庁舎9階会議室(鉚路財務事務所)/北海道財務局(011-807-5144・5145)

障がい者就労支援相談(要予約)

9月21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)

ふれあい相談

[電話相談]月・水・金曜日、[面接相談(要予約)]月曜日、各午前10時~午後3時30分※ともに祝日、年末年始を除く/総合福祉センター(旭町12-3)/家庭生活全般、心配ごと、悩みごと/ふれあい相談センター(24-7837)

第33回「公証週間」

電話相談03-3502-8239

10月1日(日)~7日(土)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/鉚路地方法務局(31-5000)

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12-14ビケンワークビル1階65-1250)

犯罪被害者相談室

[電話相談]火・金曜日午前10時30分~午後2時30分、[面接相談(要予約)]随時※ともに祝日、年末年始を除く/犯罪被害に関する相談等/鉚路被害者相談室(24-6002)

男女平等参画相談

月~金曜日(祝日を除く)午前8時50分~午後5時20分/市役所2階市民協働推進課相談室※電話での相談も可/男女平等参画に関する市の施策についての意見や、男女平等参画の推進を阻害すると認められるものについての申し出等/市民協働推進課(男女平等参画相談電話61-5030)

法律相談(要予約。先着6人)

9月1日(金)、15日(金)午後1時~3時

人権相談(要予約。先着5人)

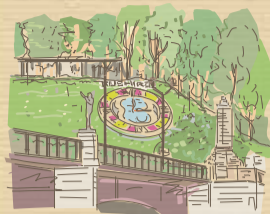
9月22日(金)午後1時~3時30分

【共通】市役所1階市民相談室/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5日(火)、19日(火)午後1時~3時/市役所1階市民相談室/事前予約制のオンライン相談も行っています(毎週火曜日午後1時~3時)/鉚路行政監視行政相談センター(23-1100)

まちの出来事



釧路の四季のさまざまな出来事をご紹介します

第76回くしろ港まつり【8/4(金)~6(日)】



「くしろWAON」感謝状贈呈式【8/11(金)】



第69回くしろ市民北海盆踊り【8/19(土)】



みんなの掲示板

記号の説明

日 日時 場 場所・会場 集 集合場所 対 対象 定 定員
内 内容 料 料金 持 持参 申 申込方法 問 問合先 他 その他
参加料の掲載のないものは無料で参加できます。

◆広島の高中生が描いた原爆の絵展

日 9月5日(火)~17日(日)(11日(月)は除く)
場 中央図書館7階展示室 / 新日本婦人の会釧路支部(☎25-1121)

◆動物愛護パネル展

日 9月16日(土)・17日(日)・20日(水)~24日(日)
場 午後1時~7時 / jazz&Coffee Cat(幸町6-1-5) / 喫茶利用の場合は各自負担 / 釧路総合振興局環境生活課(☎43-9155)

◆ふまねっとサロン

日 9月21日(木)午前10時~正午 / 場 プラザ米町 / 内 ふまねっと、ストレッチ体操、脳トレゲーム等 / 料 300円(保険料含む) / 場 ふまねっとサロン(木本 ☎090-2878-8504)

◆目の健康講座in釧路

日 9月24日(日)午前10時~正午 / 場 ANAクラウンプラザホテル釧路3階万葉の間 / 内 「白内障手術」「守ろう 目の健康」 / 場 事務局(高橋 ☎080-1500-0406)

◆全国膠原病友の会「医療講演会」

日 9月24日(日)午前10時 / 場 まなぼっと 幣舞5階ハイビジョンシアター / 内 全身性エリテマトーデスの治療の進歩 / 料 500円(会員は無料) / 場 北海道難病連 釧路支部(☎25-2012)

◆初めてのダイエットキック無料体験

日 毎週月・水・金曜日午後7時~9時 / 場 サンライフ釧路 / 場 K-combat(中村 ☎090-4877-4649)

◆北海道 お米・牛乳子育て応援事業

北海道の子育て世帯に、お米や牛乳の商品券等が支給されます。詳細はホームページをご覧ください。
日 平成17年4月2日~令和5年9月30日生まれの子どもがいる道内の世帯 / 日 9月30日(土)までに電子申請または郵送で北海道お米・牛乳子育て応援事業事務局(〒063-8691 札幌西郵便局郵便私書箱39号 ☎011-350-7371 ☎https://hkd2023kosodate-ouen.jp)へ

◆健診から始まる健康づくり

協会けんぽでは年度内に1度加入者の健診費用を一部補助しています。
内 35~74歳の被保険者「生活習慣病予防健診」(5大がん検診含む)、40~74歳の被扶養者「特定健診」 / 場 全国健康保険協会(協会けんぽ)北海道支部(☎011-726-0352)

◆芝居練習見学会

2024(令和6)年2月・3月に公演予定の練習を見学しませんか。
日 毎週金曜日午後2時30分~5時 / 場 寿生活館(寿2-4) / 内 芝居の制作過程等に興味のある方 / 場 くしろ高齢者劇団事務局(佐藤 ☎24-7663)

◆タオル・バスタオル等の寄贈にご協力

ご連絡いただければ取りに伺います。
場 釧路手をつなぐ育成会サン・フラワー(☎43-1039)

◆釧路短期大学の授業を受けてみませんか

- 科目等履修生・聴講生
単位取得や条件により免許・資格取得も可能です。
- 幼稚園教諭免許取得特例講座受講生
幼稚園教諭免許取得に必要な単位数が軽減されます。

内 保育士資格所有者で実務経験が3年以上ある方
【共通】内 詳細はお問い合わせください / 日 9月29日(金)までに釧路短期大学(☎68-5124)へ

◆ホームページ作成基礎講座

日 10月10日~26日の毎週火・木曜日午後6時30分~8時20分(全6回) / 場 釧路地域職業訓練センター204教室 / 内 在職者 / 定 15人 / 申 9月21日(木)までに釧路高等技術専門学院ホームページ(☎57-8016 ☎https://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kss)から

◆赤十字健康生活支援講習 支援員養成講習

日 9月16日(土)・17日(日)午前9時~午後4時 / 場 釧路赤十字病院4階講堂 / 内 満15歳以上 / 定 30人 / 料 900円(教材費) / 場 釧路赤十字病院総務課(高橋 ☎22-7171内線366)

10月号に掲載希望の方は9月5日(火)までに北日本広告社(☎22-0211 ☎25-7791)へご連絡ください。

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。

●市立博物館
春湖台1-7 電話41-5809
【休館日】月曜日(18月は除く)
19(火)

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

●生涯学習センター
幣舞町4-28 電話41-8181
【休館日】月曜日

●道立釧路芸術館
幸町4-1-5 電話23-2381
【休館日】4(月)~15(金)
19(火)、25(月)

市立博物館

★集合場所等詳細はお問い合わせください。★ラムサール条約釧路会議30周年記念企画展の関連情報は9ページをご覧ください。

~10/15(日)	9:30~17:00	北海道内博物館合同展示 「推し花の押し花~牧野富太郎と植物標本~」	9(土) 16(土)	13:30~15:00 13:30~15:00	しらべてみよう春採湖の昆虫展 500円※雨天中止 春採湖畔草花ウォッチング 500円※雨天中止
~4/7(日)	9:30~17:00	記念ミニ展示「雄略鉄道開業100年」	17(日)	8:00~11:00	春採湖畔探鳥会 春採公園※雨天中止

生涯学習センター(まなぼと幣舞)

大ホール 市民展示ホール 多目的ホール

講座	3(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
	17(日)	13:30~15:00	市民気象講座「釧路の気象と天気予報など」 講師：釧路地方気象台観測予報管理官 定森 尚人氏 市内在住者 18人 受付中
	10/7(土)、21(土) 11/18(土)、25(土) 12/2(土)【全5回】	13:30~15:00	ライフアップ講座①「釧路空港のはなし」②「タンチョウの魅力」③「アイヌの子供たちへ愛情を注ぎ続けた教師~永久保秀二郎と三浦政治」④「エネルギーとしての石炭あれこれ」⑤「雪の妖精シマエナガから学ぶ他を受け入れるということ」 市内在住で全5回受講できる方 18人 780円(全5回分) 7(土)8:50~
	10/18(水)	10:00~13:00	託児付き(1~4歳児) 子育て応援講座「イタリア料理教室」 市内在住で未就学児童がいる保護者。それ以外の方は開催日の1週間前に定員に空きがあれば参加可 18人 1,270円(材料費含む) 15(金)8:50~
ホール	1(金)12:00・2(土)・3(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 電話090-8709-1326
	13(水)~16(土)10:00(13(水)は11:00から)	展	ダネラ手創りじゅうたん展 ダネラたんちよう釧路支部 電話40-4093
	15(金)14:00	大	釧路市立幣舞中学校文化祭(合唱祭)
	17(日)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 電話090-4879-8490
	17(日)13:30	多	釧路ダンススポーツ協会 9月パーティー
	23(土)11:00・24(日)10:00	展	未来へつなぐ~花々と共に~池坊釧路中央会花展 池坊釧路中央会 佐藤 電話090-7050-3032
	24(日)13:00	大	第3回ひがし北海道太鼓まつり 日本太鼓財団北海道東支部 太田 電話090-2059-4749
	26(火)18:30	大	くしろ演劇みたい会 第121回例会「旅立つ家族」 演劇鑑賞会くしろ演劇みたい会 電話25-6405
	27(水)~10/1(日)9:00	展	釧路市シルバー作品展2023 市役所介護高齢課高齢福祉担当 電話31-4539
	30(土)13:30	多	野ばらダンスパーティー ダンスサークル野ばら 吉田 電話090-7642-5144

コーチャンフォー釧路文化ホール(市民文化会館)

大ホール 小ホール 展示ホール

1(金)10:00	展	2(土)13:00	展	2(土)18:00	小	3(日)15:00	大	8(金)10:30	小
2023(令和5)年度第70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(江南高等学校) 電話22-7987		くしろMAMAフリマ くしろMAMAフリマ実行委員会 電話050-5437-7323		釧路ジュニアオーケストラ 第21回定期コンサート コーチャンフォー釧路文化ホール 電話24-5005		劇団四季 ファミリーミュージカル「人間になりたがった猫」 (一財)くしろ知域文化財団 電話65-7000		居酒屋はまなす25周年記念カラオケ発表会&盲導犬チャリティー 居酒屋はまなす 長谷川 電話090-2058-2913	
9(土)13:00・10(日)9:00	展	10(日)17:00	大	14(水)11:00・15(金)9:00	展	17(日)12:00	小	20(水)~24(日)10:00	展
秋の山野草展示会 釧路山草会 伊東 電話090-1528-0593		GReeeeN LIVE TOUR 2023 "The GAME" コーチャンフォー釧路文化ホール 電話24-5005		2023(令和5)年度北海道高等学校文化連盟第70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(東高等学校内) 電話36-2750		第28回釧路歌謡協会発表会 釧路歌謡協会 菊地 電話090-2695-1196		第105回釧路美展 釧路美術協会 中川 電話090-6992-0108	
23(土)14:00	小	24(日)17:30	大	26(火)13:00・27(水)・28(木)10:00	展	28(木)9:30	大		
混声合唱団音の虹 第5回演奏会 混声合唱団音の虹 電話41-7486		明輝高等学校吹奏楽部 第17回定期演奏会 明輝高等学校吹奏楽部 電話36-5001		京都きもの市場大呉服市 (株)京都きもの市場 電話0120-188-008		鳥取中学校学校祭「鳥中祭」 鳥取中学校 電話51-2491			

各プレイガイドにてチケット販売中

●札幌交響楽団第30回記念釧路定期演奏会

10/27(金)18:30 一般4,500円(当日5,000円)、学生1,500円(当日2,000円)全席自由 釧路文化ホール(大) 電話24-5005

コーチャンフォー釧路文化ホールにてチケット販売中

●HOTEL the LIVE 2023 "GUITARHYTHM VII TOUR" 11/12(日)17:00 9,800円全席指定 釧路文化ホール(大) 電話24-5005

道立釧路芸術館

~3(日)	9:30~17:00	ヨーロッパ近代絵画の巨匠たち~開館25周年記念 モネ、ルノワール、セザンヌ、ピカソ、マティス… 笠間日動美術館コレクション~ 2(土)14:00~14:30 ギャラリー・ツアー	16(土)~11/12(日)	9:30~17:00	開館25周年記念 あなたはイヌ派?それともネコ派? ディズニー キャッツ&ドッグス展	
	9:30~17:00	キッズ・アトリエ in 巨匠たち展	16(土)~11/26(日)	9:30~17:00	≪同時開催≫ たのしいワン!かわいいニャン!かもめのもちちゃんと見るCats&Dogs	
	9:30~17:00	≪同時開催≫ 田園の夢 ~帯広美術館名品選 パルピゾン派の世界~	17(日)~10/1(日)	9:30~17:00 (17(日)は13:00から)	光と墨のふたり展	
アートホール	2(土)	16:30	TESYピアノ教室門下生 ピアノ発表会	18(月)	13:00	佐々木ピアノ教室発表会
	9(土)	14:00	積志リコーダーカルテット&リコ☆リコ☆リコーダー釧路ジョイントコンサート	23(土) 24(日)	14:00	第15回くにたちコンサート釧路公演 第61回菅野バイオリン教室発表会
	10(日)	16:00	大塚・山手ピアノ教室発表会			アートシネマ館「犬のおまわりさん てのひらワンコ」(2011年/日本/68分) 各回先着100人 ※上映後、開催中の展覧会の割引券を配布します(当日のみ有効)
	16(土)	18:30	奥村智洋バイオリンリサイタル 4	30(土)	①10:00 ②14:00	
	17(日)	13:00	まわるおとのコンサート			

● **こども遊学館**
幸町10-2 画32-0122
【休館日】月曜日
(18月は除く)
19火

● **中央図書館**
北大通10-2 画64-1740
※音声ガイダンスでご案内します。
【休館日】月曜日(18月は除く)、29金
【各地区図書館休館日】月曜日、29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**
広里18 画38-9800
【休館日】20水

● **柳町スピードスケート場**
柳町1-1 画31-1230
● **鳥取温水プール**
鳥取南4-4-21 画53-5333
【休館日】11月、25月

● **市立美術館**
幣舞町4-28 画42-6116
【休館日】1金・2出
月曜日
(18月は除く)

こども遊学館

2(出)	10:00~12:00	遊学館ボランティア説明会 画18歳以上 画	18(月)	13:30~15:30	どんぶりdeプラネタリウム 画小学生以上 画8人 画3(日)からWEB受付
2(出)、10(日)、16(出)、24(日)	①11:00 ②14:30	おはなし会 画各回8組 画	23(出)	16:00~16:45	大人のための星空さんぽ 画120人 画要プラネタリウム観覧料
12(火)~24(日)	9:30~17:00	宇宙Weeks「星空を映して1世紀 ~プラネタリウム誕生100周年~」 画	24(日)	13:00~15:00	実験教室「手作り望遠鏡」 画小学校3年生以上 画8人 画10(日)からWEB受付
		パネル&実物展示「プラネタリウム徹底解説」 画	27(水)	10:30~11:20	親子遊び「リトミックであそぼう♪」 画2歳~ 未就学児の親子 画10組 画13(水)からWEB受付
	①10:00(土・日曜日、祝日のみ) ②11:30 ③13:30 ④16:00	プレゼント企画「そうだ!プラネタリウムを親に 行こう!」 画各回120人 画要プラネタリウム観覧料	10/21(出)	18:50~20:20	夜間特別投影「プラネタリウム誕生100周年 記念イベント」 画小学生以上 画120人 画特別投影チケット(30 出)から1階受付で販売
12(火)~10/1(日)	9:30~17:00	「宇宙の日」小・中学生作文絵画コンテスト作品展 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
13(水)	11:00~11:30	おはなしタイム 画各回8組 画	翌々月以降に実施希望の団体を募集		
16(土)	14:30~15:00	大人のための「プラネタリウム徹底解説」 展示ガイドツアー 画高校生以上 画	出張天体観測会「星空☆宅配便」 画		

プラネタリウム 投影スケジュール ※26(火)~28(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	10:00	団体投影<予約制>	11:30	13:30	16:00
土・日曜日、祝日		妖怪ウォッチ♪ コマさんからのSOS! ブラックホールヘレツゴーだニャン♪	きらきらタイム ~お月さまのひみつ~ ○キラ古墳壁画 天文図と中国星座の世界(※1) ★宇宙のエネルギー	○キラ古墳壁画 天文図と中国星座の世界 ★宇宙のエネルギー 妖怪ウォッチ♪ コマさんからのSOS! ブラックホールヘレツゴーだニャン♪	妖怪ウォッチ♪ コマさんからのSOS! ブラックホールヘレツゴーだニャン♪ ○キラ古墳壁画 天文図と中国星座の世界(※2) ★宇宙のエネルギー

画3階スターエッグ 画各回120人 画要プラネタリウム観覧料(※1) 17(日)11:30~12:00は幼児向け「きらきらタイム」です。(※2)23(出)16:00~16:45は「大人のための星空さんぽ」です。
○24(日)まで ★29(金)から新番組「The Hot and Energetic Universe 宇宙のエネルギー」さまざまなエネルギーが満ちあふれるダイナミックで美しい宇宙の姿を、大迫力の全天周映像でお楽しみいただけます。

中央図書館

9(出)	11:00~11:30	みんなで紙芝居を見よう 画中部地区図書館	釧路文学館		
	11:30~12:00	英語のおはなし会	~10/22(日)	9:30~19:30	企画展「アイヌと文学」
28(木)	18:00~19:00	街なか店舗コラボ企画(佐藤紙店×中央図書館) 「万年筆と文具の話」 画7階多目的ホール 画80人 画1金から直接または電話で	10(日)	11:00~12:00	アイヌ文様切絵教室 画7階多目的ホール 画小学生以上 画20人 画直接または電話で
30(土)~ 10/15(日)	9:30~19:30 (最終日は18:00まで)	姉妹都市提携60周年記念 「鳥取・湯沢 釧路とのゆかり展」 画7階展示室		13:00~13:30	マンスリー朗読会 朗読: 釧路演劇協議会
10/1(日)	13:30~15:00	鳥取県土族移住の歴史と郷土芸能 画7階多目的ホール 画100人 画1金から直接または電話で	24(日)	13:00~15:00	上映会「kapiw(カピウ)とapappo(アパッポ)~ アイヌの姉妹の物語」 画7階多目的ホール
10/7(土)	10:00~11:30	茶道講座~知ると楽しい茶道の歴史~ 画7階多目的ホール 画80人 画1金から直接または電話で	9月映画上映会 画7階多目的ホール 画各80人		
●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] 10(日)、24(日)11:00			1(金)・2(出)	13:00	グランパ・ウォーズ(洋画、98分)
●図書郵送貸出サービス(有料)をご利用ください。画直接または電話で			8(金)・9(出)		ティファニーで朝食を(洋画、114分)
●各コアまつりのため、17:00で閉館します 画[東部地区図書館]2(出)・3(日)、[中部地区図書館]3(日)、[西部地区図書館]24(日)			15(金)・16(出)		最高の人生のつくり方(洋画、94分)
			22(金)		世界アルツハイマー月間上映会「私たちの認知症合唱団 Episode1、Episode2」(ドキュメンタリー、[Episode1] 58分、[Episode2]58分)※上映終了後、認知症カフェを開催。
			祝日上映会		
			18(月)	13:00	老後の資金がありません!(邦画、115分)
			23(土)		先生と迷い猫(邦画、107分)

スポーツ

ウインドヒルくしろスーパーアリーナ 画38-9800			鳥取温水プール 画53-5333		
4(月)、7(木)、11(月)、14(木)、21(木)、25(月)、28(木)	19:00	グループフィットネスk-fit	12(火)	10:00	ミニテニス体験会 画~2(出)
6(水)、8(金)、10(日)、13(水)、15(金)、18(月)、27(水)	9:00	こどもアリーナ 画未就学児	21(木)	19:00	ミニテニス体験会 画~11(月)
				19:00	クライミング体験会 画~11(月)
スポーツ振興財団 画記載のないものは柳町スピードスケート場 画31-1230			鳥取温水プール 画53-5333		
4(月)	17:00	JFAなでしこひろば 画附属陸上競技場 画4歳以上の 女性(親子の参加可) 画当日受付	7(木)、14(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 画所申 春採アイスアリーナ(画46-5115)
4(月)、25(月)	19:30	やさしいエアロ夜間と ショートコンディショニング	7(木)~ (木曜日全4回)	13:30	スローエアロビック
5(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	20(水)、27(水)	10:00	軽スポーツエンジョイ教室 画ポッチャ、パッコー等
6(水)~ (水曜日全4回)	19:00	ダイエットヨーガ	26(火)	15:00	インファントクラス 画2~5歳 画12(火)~
			●2カ月単位の成人水泳教室 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。		

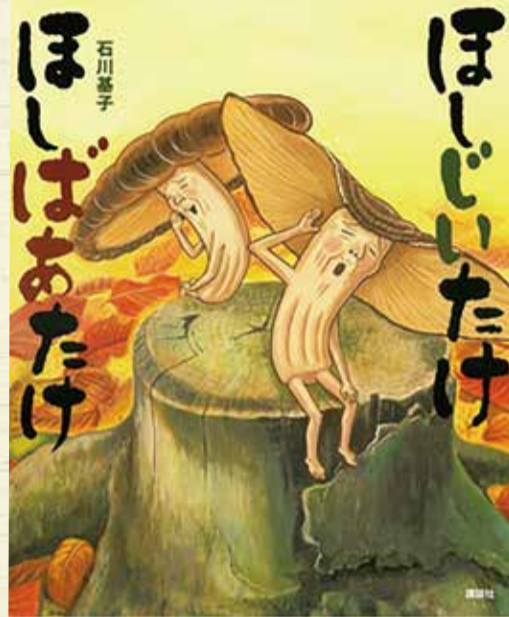
市立美術館

3(日)~ 10/22(日)	10:00~17:00	遠藤彰子展 在り過ぐす 画 3(日)14:00作家本人によるギャラリートーク※要観覧券	現代日本を代表する洋画家遠藤彰子の1000号、1500号といった巨大なサイズの絵画の作品を紹介します。
23(土)	13:30~16:30	遠藤彰子ワークショップ「流木に絵を描こう」 画まなぼと幣舞802・803号室 画小学生以上 画12人 画	
24(日)	14:00~15:30	遠藤彰子講演会 画まなぼと幣舞705・706号室 画60人 画	

ようこそ! 子どもの本の森へ!

今月のおすすめの一冊を紹介してくれるのは、東部地区図書館の
小棚木千晶さんです。

これ、読んでみて!



タイトル：「ほしじいたけ ほしばあたけ」
文・絵：石川基子
発行：講談社

きのこの里に事件発生!
ほしじいたけは、仲間のきのこを助けようと、そろりと水につかりました。

すると、ぷっくり。うおおおうじゃっ。

長老きのこの知恵と勇気がつまった、子どもも大人も楽しめるきのこ絵本です。



くしろ子育て情報ピックアップ

ファミリー・サポート・センター事業 子育てサポートセンター・すくすく

問合せ先 市役所こども育成課保育担当 (☎31-4541)

子育てサポートセンター・すくすくは、依頼会員(子育てを援助して欲しい人)と提供会員(子育ての援助ができる人)の会員同士がお互いに助けたり助けられたりして、地域のなかで子育ての相互援助活動を行う組織です。



例えば

- ・仕事の都合などで保育所、幼稚園、児童館への送りや迎えに行けない。
- ・技術や資格を得るため講習会に参加したい。
- ・お兄ちゃん(お姉ちゃん)の授業参観に行きたいけれど下に子がいて…。
- ・最近、育児に疲れ気味…ちょっと気分転換に買い物に行きたいなあ!!
- ・急な用事で出掛けなければ、でも子どものことが心配で…。 など

このような場合に、提供会員が保護者に代わって子どもの送迎や託児をしてくれます。

利用に当たっては、子育てを援助して欲しい人(依頼会員)、子育ての援助ができる人(提供会員)、またはその両方への会員登録が必要です。

会員登録、利用時間、料金等の詳細は、子育てサポートセンター・すくすく(旭町12-3釧路市総合福祉センター内)へ電話(☎23-2552)でお問い合わせください。

詳細は、右記のQRコードから確認できます。

☎<https://www.city.kushiro.lg.jp/kosodatekyouiku/kosodate/1008292/1008294/1005289.html>



JR利用実態・意向調査 ご協力をお願いします

問合せ先 JR釧網本線維持活性化実行委員会(市役所都市経営課内)(☎31-4502)
JR花咲線調査・実証事業協議会(北海道旅客鉄道(株)内)(☎011-700-5739)

JR釧網本線維持活性化実行委員会およびJR花咲線調査・実証事業協議会では、鉄道の利用実態を把握し、釧網線の利用促進等につなげるため、住民の皆さんへアンケート調査を実施します。皆さんのご協力をお願いします。

- 対象**
- ① 沿線自治体居住者：沿線市町村の住民基本台帳からの無作為抽出によるサンプル調査
 - ② 沿線在所の高校通学生：釧路工業、釧路江南、釧路北陽、釧路湖陵、釧路明輝、釧路商業、武修館、釧路工業高等専門学校、標茶、清里、網走桂陽、網走南ヶ丘の通学生のうちJR利用者を対象に調査

- 実施方法**
- ① 沿線自治体居住者：調査票を郵送
 - ② 沿線在所の高校通学生：対象となる高校へ調査票を配布
※返信用封筒同封、web回答も可

実施時期 8月下旬～9月上旬



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

交通事 故統計	区分	7月中	2023(令和5)年累計	火災 など 統計	区分	7月中	2023(令和5)年累計
	件数	10件	123件		件数	8件	33件
死者	1人	1人	死者	0人	0人		
負傷者	10人	143人	救急出動	977件	6,045件		
シートベルト装着率調査	100%			人口統計			
				人口=158,732人 世帯数=92,750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29日金)配布予定です。