

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。

●「市民みんなできれいなマチに」
ポスターコンクール作品展

回10月1日(火)～7日(月)／回イオンモ－
ル釧路昭和2階ニトリEXPRESS前

●きれいな資源物ステーションの
維持・管理にご協力ください

資源物ステーションにおいて、プラ
スチック製容器包装の中に汚れが付着
したものや、可燃ごみ（ちり紙、マス
ク、シュレッダー後の紙など）が混じ
っていることでカラスに荒らされたり、
資源物回収後にびんや缶、ペットボト
ルが排出されたりすることが少なくあ
りません。一人ひとりが排出ルールを
守り、清潔な資源物ステーションを維
持していきましょう。

資源物(容器包装)の対象外＝商品その
もの（パケツ、おもちゃ、文房具、歯
ブラシ、石けん箱等）、商品と一体の
場合(CDや楽器、カメラのケース等)、
商品の付属品の場合（飲料パックのス
トロー、弁当のスプーン等）※分別の
詳細は市ホームページをご覧ください。

●不法投棄はやめましょう

ごみを山林や河川、公園、道路等に
不法投棄すると5年以下の懲役、1,000
万円(法人は3億円)以下の罰金、また
はこの併科という刑罰を科せられます。
また、土地または建物の占有者は、管
理する場所の草刈りやロープを張るな
どしてみだりに廃棄物が捨てられない
よう適正な管理に努めなければなりま
せん。

市では不法投棄があった場合には現
地を確認し、投棄者を調査し指導を行
っています。特に悪質な場合は警察と
連携を取りながら対応していきます。
ごみは排出方法を守り、正しく排出し
ましょう。

●「食品ロス削減」パネル展

回回10月1日(火)～15日(火)ケースデンキ
釧路本店

【共通】回環境事業課廃棄物対策係(回
31-4551)、回市民課環境係(回66-2211)、
回市民課環境係(回01547-6-2231)

健 康



子宮頸(けい)がんワクチン
予防接種の無料接種について

子宮頸がんワクチンは、2種類のヒ
トパピローマウイルス(16型と18型)な
どの持続感染等に対して予防効果を持
つワクチンです。また、接種できるワ
クチンは、2価・4価・9価の3種類
のワクチンから選択が可能です。

定期接種対象者＝12歳になる年度の初
日から、16歳になる年度末日までの女
性(小学校6年生～高校1年生相当)／
キャッチアップ接種対象者＝平成9年
4月2日～平成20年4月1日生まれの
女性(2025(令和7)年3月までの経過
措置)／接種回数＝2回または3回※
接種回数、接種間隔はワクチンにより
異なります。接種回数は、ワクチンの
種類に関わらず、他市町村での接種を
含め、これまで接
種した回数を合計
して2回または3
回です。

回健康推進課(回
31-4524)



若者健診

回11月20日(水)午前9時～11時／回コア
鳥取／回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／回80人／回身体計測、
血圧測定、血液検査、尿検査、医師診
察／回10月30日(水)までに電話で健康推
進課(回31-4525)へ、または市ホーム
ページの申込フォームから

福 祉



2025(令和7)年度訓練生

訓練科目・訓練期間＝[建築デザイン
科]2025(令和7)年4月～10月、[CAD
機械科][総合ビジネス科][総合実務科]
2025(令和7)年4月～2026(令和8)年
3月、[プログラム設計科]2025(令和
7)年～2027(令和9)年3月／回障が
いのある求職者／選考試験日＝11月5
日(火)／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／回10月1日(火)
～21日(月)に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)へ

介護予防プログラム「わかがえり
レッスン」DVDを無料配布

介護予防は元気なうちから取り組む
ことが大切です。ぜひご自宅で「わか
がえりレッスン」に取り組みましょう。
回おおむね65歳以上の市民で、来庁し
て受け取りが可能な方／配布数＝50枚
(1人1枚のみ)／配布先・回電話で介
護高齢課高齢福祉係(回23-5185)、回
保健福祉課(回66-2120)、回保健福祉
課(回01547-9-5252)へ

子育て・教育



マタニティ講座

回10月6日(日)①午前9時45分～正午、
②午後1時30分～3時45分／回防災庁
舎4階健康推進課ホール／回妊娠34週
までの妊婦さんとその家族(新規受講、
初産の方優先)／回各12組／回育児レ
ッスン、妊婦体験、子育てお役立ち情
報等／回市ホームページの申込フォ
ームから／回健康推進課(回31-4525)

ひとり親家庭等の
お父さん、お母さんへお知らせ

●パソコン学習室

回10月の毎週火曜日(15日(火)を除く)午
前10時～午後3時／回ひとり親家庭等
の親、寡婦(要予約)／回5人

●ひとり親家庭のための自習室

回10月7日(月)、15日(火)、21日(月)、28日
(月)午後1時30分～4時30分／回看護師
や介護福祉士等の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

●弁護士による無料法律相談

回10月16日(水)午後1時30分～4時／回
ひとり親家庭の親、一般の方(託児あ
り。要予約)／回4人／回離婚、親権、
養育費、面接交渉権等

【共通】回こども家庭サポートステー
ションあさひ(旭町16-5)／回釧路母
子家庭等就業・自立支援センター(回
22-2401)

10月の子育て講座

●おいしく楽しく離乳食

回10月9日(水)午前10時30分～11時30分
／回0歳～おおむね1歳(離乳食完了
まで)／回離乳食の作り方、進め方等
／回回中部子育て支援拠点センター(回
38-5037)

●お父さんと遊ぼう

回10月19日(土)午前10時30分～11時30分
／回0歳～就園前のお子さんとその父
親、家族／回スキンシップ遊び、フリ
ートーク等／回回西部子育て支援拠点
センター(回65-6112)

●転入者さんあつまれ～！

回10月29日(火)午前10時30分～正午／回
0歳～就学前／回地域の子育て情報、
ファミリーサポートセンターすくすく
の説明登録等／回回西部子育て支援拠
点センター(回65-6112)

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10月9日(水)午後1時～3時／回防災庁舎3階相談室3(ス
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

●釧路市休日夜間急病センター(住吉2-12-37回44-6776)

診療科目＝内科、小児科／[夜間(毎日)]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、[土
曜日]受付時間＝午後1時30分～4時30分／診療時間＝午後2
時～5時、[日曜日、祝日]受付時間＝午前8時30分～午後4時
30分／診療時間＝午前9時～午後5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29日(火)、11月20日(水)、12月11日(水)、2025(令和7)年
1月26日(日)、2月16日(日)／回詳細はお問い合わせください／
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

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	
	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
10月	17日(木) 新橋会館
	18日(金) 川駒町内会館前(旧駒場会館)
	25日(金) 三津浦第1町内会館
11月	9日(土) 桜ヶ岡中央会館

【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」もご利用できます(対象者のみ)。
巡回バス検診では、Aコース(胃・肺・
大腸)に限り受診可。申し込みの際に、
「総合がんAコース」をご希望くださ
い。回健康推進課(回31-4524)



子宮頸がん・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

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	1,300円	釧路がん検診センター
	50歳以上	1,110円	
	40歳代	1,260円	上記以外の検診機関
	50歳以上	1,050円	
大腸がん (便潜血検査)		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(回37-3370)	○	○
釧路孝仁会記念病院(回0120-133-527)	○	○
釧路赤十字病院(回22-7171)	○	○
釧路労災病院(回22-7191)	○	○
市立釧路総合病院(回41-6121)	○	○
道東勤医協釧路協立病院(回24-6811)	-	○
足立産婦人科クリニック(回25-7788)	○	-
くしろレディースクリニック(回32-1020)	○	-
ひろせクリニック(回64-6315)	-	○

※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。