

くしろ 広報

冬の旬を食べよう！
スケトウダラ／マダラ

漁師オススメの旬の魚
くしろ **プライド** 釧魚



2024

December No.230
令和6年12月1日発行

12

幣舞橋のライトアップを 河畔で眺めてみませんか

現在の幣舞橋は5代目で、1976（昭和51）年に完成しました。太平洋に沈む夕日や夕焼けの撮影スポットとして、市民だけでなく多くの観光客に親しまれています。日が沈むころ河畔を歩けば、ライトアップされた幣舞橋を眺めることができます。このライトアップは、2019（令和元）年3月に開始されたもので、普段は周辺の街路灯と調和した「電燈色」でライティングしていますが、地域イベントや社会催事のときは14色からなる特別なパターンでライティングしています。



冬のリバーサイドで幣舞橋のライトアップを…

幣舞橋のライトアップカースケジュールは、釧路・阿寒湖観光公式サイトで確認できます。

URL: https://ja.kushiro-lakeakan.com/things_to_do/13397/



主な記事

｜新市長就任あいさつ 釧路市長 鶴間秀典｜道東自動車道いよいよ釧路と札幌直結！！ 阿寒IC～釧路空港IC～釧路西IC 12月22日(日)午後3時開通！！
｜12月2日(月)から保険証の仕組みが変わります｜生きたヤマを活用した技術継承で、世界に誇る炭鉱技術を海外へ｜

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 URL: <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 放送番組 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12月23日(月)



- 自然災害への備え、被災時における近隣住民相互の支え合いは冬こそ大切です。いつも以上に「いざ！」というときの対応を考えましょう。
- 冬はスリップなど交通事故の危険が増します。町内会でも児童の通学を見守るなど交通安全に取り組んでいます。一人ひとり「法定速度を守る」「飲酒運転はしない・させない」など安全運転に心掛けましょう。
- 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（☎31-4255）へお気軽にどうぞ。

新市長就任あいさつ

釧路市長

つる ま ひで のり
鶴 間 秀 典「すべての市民が安心して幸せに
笑顔あふれるあったかいまち」
の実現を目指して

【略歴】

1974 (昭和49) 年6月5日生まれ。
1997 (平成9) 年3月北海道大学経済学部卒業。2003 (平成15) 年4月阿寒町議会議員に初当選。2005 (平成17) 年10月合併により釧路市議会議員に就任。2007 (平成19) 年4月釧路市議会議員に二選。2011 (平成23) 年4月釧路市議会議員に三選。2015 (平成27) 年4月釧路市議会議員に四選。
2019 (令和元) 年8月ゲストハウスCRANE鶴代表。2023 (令和5) 年4月北海道議会議員に初当選。2024 (令和6) 年10月釧路市長に初当選 (11月2日就任)。

市民の皆様、市長就任にあたり、一言ごあいさつを申し上げます。

去る10月27日に行われた釧路市長選挙におきまして、市民の皆様の温かいご支援により、市政の舵取り役を担うことになりました。

今は、釧路市長として市政の舵取りを行っていく責任の重大さに、改めまして身の引き締まる思いがしております。

私が現在進めたいと考えていることについてですが、1つ目として、「笑顔倍増計画」であります。

かつてこのまちの基幹産業と言われていた石炭、水産、紙パルプといった産業は、社会情勢の影響を受けて大きな変化を迫られ、その姿を変えざるを得ませんでした。

世の中はますます情報が価値を持つ時代へ移り変わり、地方都市においてもこの情勢に対峙していく必要がありますし、当市においては、若年世代の急激な減少が、まちとしての機能に大きく影響を与えており、若者の働く場と学びの場の確保を早急に進めていく必要があります。

2つ目として、「世界展開戦略」についてであります。海に面した釧路の利点を最大限発揮できるよう、物流の利便性を高める取り組み

を進めるとともに、地域の農水産物などの輸出の強化を目指し、地元企業の輸出を支援し、外貨獲得を目指します。

3つ目として、「未来の人づくり」であります。「釧路の未来」への投資という視点で、職員の皆さんの短期・長期での派遣や出向を後押しします。また、教育については、グローバル人材の育成が何より大切だと考えており、世界基準で学べる高校の認定を目指すなど、国際化を推進してまいります。

4つ目として、「行財政運営」であります。釧路市はこれまでも、行財政改革に積極的に取り組んできました。しかしながら、さまざまな分野で高騰している物価は、必要な行政サービスや市民生活に大きく影響を及ぼしておりますことから、メリハリのある戦略的な行財政運営を心がけたいと考えております。

「すべての市民が安心して幸せに笑顔あふれるあったかいまちを創っていく。」これが私の目標であり、使命であります。

勇気と優しさを持ち、全身全霊を傾けて市政の運営にあたっていくことをお誓いし、市長就任のごあいさつとさせていただきます。

くしろ男女いきいき参画表彰 受賞おめでとうございます

問合せ 市役所市民協働推進課 (☎31-4504)

今年で9回目となるこの表彰は、女性の活躍の促進、子育てしやすい環境の充実、女性のチカラ (感性や視点等) を生かした地域の活性化等、男女平等参画の推進に関わる活動に取り組んでいる個人、企業、団体および支援している企業、団体等を表彰するものです。

●いちりんネットワークさん



「美原一輪車クラブ」出身や在籍中の子どもたちの父母によって構成され、一輪車を通して頑張る子どもたちの支援を目的に体幹教室を運営して参加者相互の交流を深めるとともに、「みはら・かがやき食堂」の運営に参加している団体です。

「みはら・かがやき食堂」は活動8年目を迎え、地域住民の交流の場にもなっているこの活動の中で、子どもたちは小さい頃から調理や配膳・ホールの役割を持つスタッフとして活躍しており、地域のさまざまな年代の人と関わるという経験が子どもたちの人間的な成長にもつながっています。

2024 (令和6) 年2月には、子どもたちの発表・交流の機会として「こどもフェスティバル」を企画・運営し、コロナ禍で発表の場が少なかった、文化やスポーツに親しみ、地道な努力を続けてきた子どもたちを励ますとともに、こども食堂の魅力や意義などを伝える活動を行いました。

地域の大人と子どもたちが協力して「みはら・かがやき食堂」を長年運営し、地域の子どもの食育や体力づくり、居場所づくりに貢献している点が高く評価されました。

今後は、これまで構築したネットワークを生かし、さらに飛躍した活動が期待されています。

●平野 直美さん



カウンセラーという職業が広く知られていなかった2012 (平成24) 年から今日まで、釧路市を中心にカウンセラーとして活動し、孤立・孤独化が進む社会の中で、心に悩みを抱える多くの人に寄り添う活動を続けています。

パートナーのアルコール依存症やDV等で疲弊する女性とその子どものケア、産後うつや介護の悩み、発達障害や不登校の子どもを持つ、主に母親の心のケアに力を入れ、子育てしやすい環境づくりに寄与するとともに、大切な人を自死で亡くした人やパニック障害・不安障害を持つ人のための自助グループを立ち上げ、悩みがある人が安心して悩みを共有し、想いを語れる居場所づくりの活動を行い、カウンセラーとしての中心的な役割を担っています。

自助グループなどの活動を通じて、悩みがある人が安心して悩みを共有し想いを語れる居場所作りを行っています。

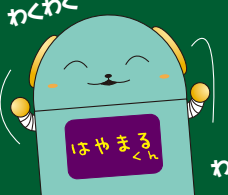
カウンセラーとして、地域の人の悩みに寄り添い、地道に活動を続けてきたチャレンジする女性であることが評価されました。

今後は、2024 (令和6) 年に新たに立ち上げた「ほっかいどう不登校サポート研究所」の活動を行うことにより、子育てしやすい環境づくりに対するより一層の積極的な取り組みが期待されています。



道東自動車道
いよいよ

釧路と札幌
直結!!



北海道横断自動車道
釧路地区早期建設
促進期成会キャラクター
「はやまるん」

インターチェンジ

阿寒 IC ~ 釧路空港 IC ~ 釧路西 IC



12月22日(日)午後3時開通!!

問合せ先 市役所都市経営課企画係 (☎31-4595)

国土交通省北海道開発局釧路開発建設部で整備を行ってきた道東自動車道の阿寒インターチェンジ～釧路空港インターチェンジ～釧路西インターチェンジの開通が12月22日(日)午後3時に決定しました。

開通により、釧路～札幌間が直結し、札幌まで約4時間で移動できるようになります。

道東自動車道の開通により、移動時間の短縮の他にも防災や物流の効率化、観光産業の活性化など、さまざまな整備効果をもたらします。

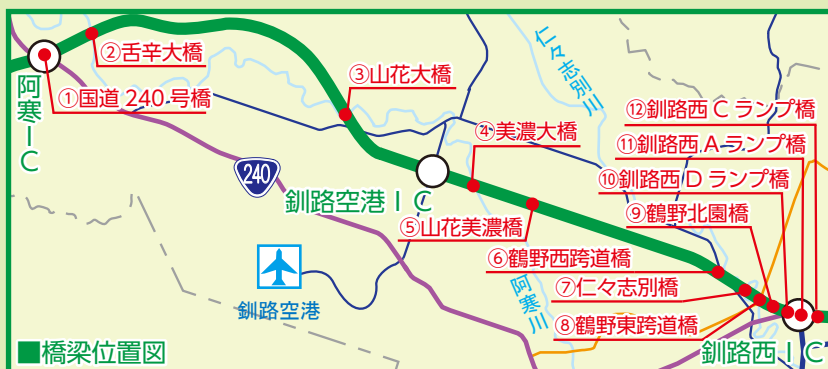
さらに近くなった札幌や帯広などへのドライブはいかがでしょうか? 開通後も本別インターチェンジ⇄釧路別保インターチェンジ間は通行無料ですのでぜひご利用ください!



橋名板を揮毫していただきました!

開通する阿寒インターチェンジ～釧路西インターチェンジ間には12カ所の橋梁が建設されました。この橋梁に設置する「橋名板」の文字を市内の小・中学生の皆さんに揮毫していただき、国土交通省北海道開発局釧路開発建設部長、北海道釧路総合振興局長、釧路市長により選定し、以下のとおり完成しました。

ご協力いただきました小・中学生の皆さん、ありがとうございました。



鶴野東跨道橋

鶴野東跨道橋

揮毫いただいた文字が銘板となり各橋梁に設置されます。

①国道 240 号橋

国道240号橋

鳥取中学校3年 西垣内 麻央さん

②舌辛大橋

舌辛大橋

阿寒中学校2年 菊池 亜寿美さん

③山花大橋

山花大橋

鳥取小学校5年 村上 凛さん

④美濃大橋

美濃大橋

昭和小学校5年 星野 琴美さん

⑤山花美濃橋

山花美濃橋

山花小学校2年 杉本モマル隆之介さん

⑥鶴野西跨道橋

鶴野西跨道橋

春採中学校2年 高橋 蘭さん

⑦仁々志別橋

仁々志別橋

愛国小学校6年 大谷 結乃さん

⑧鶴野東跨道橋

鶴野東跨道橋

鳥取西中学校3年 柴田 萌叶さん

⑨鶴野北園橋

鶴野北園橋

鶴野小学校6年 穂刈 梨桜さん

⑩釧路西 D ランプ橋

釧路西 D ランプ橋

大楽毛小学校6年 豊川 叶大さん

⑪釧路西 A ランプ橋

釧路西 A ランプ橋

清明小学校3年 佐々木 羽葉さん

⑫釧路西 C ランプ橋

釧路西 C ランプ橋

新陽小学校6年 小浜 侑芽さん

2024~2025 年末年始の業務案内

市役所・行政センター・支所

市の窓口は12月28日(土)から1月5日(日)まで休みとなりますが、12月28日(土)と1月4日(土)は土曜窓口（戸籍の届け出と住民票、印鑑登録証明書などの交付のみ）を開庁しています。

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

■年末年始のパスポート業務

- ◎年内の申請・交付は12月27日(金)までです。
- ◎年内に交付を希望される方は、12月11日(水)までに申請してください。
- ◎年明けの申請・交付の受け付けは、1月6日(月)からです。

■年末年始のマイナンバーカード業務

- ◎市役所窓口でのマイナンバーカードの交付は12月28日(土)まで、年明けは1月4日(土)からです（交付窓口は午前9時～午後2時までです）。
- ◎マイナンバーカードの情報更新は12月27日(金)まで、年明けは1月6日(月)からです。
- ※マイナンバーカードセンターは12月29日(日)から1月3日(金)まで休み。

医療機関 休診日は次の通りです

- 市立釧路総合病院
- 市立釧路国民健康保険阿寒診療所
- 釧路赤十字病院
- 市立釧路国民健康保険音別診療所
- 釧路労災病院
- 道立阿寒湖畔診療所

◎12月28日(土)から1月5日(日)まで休診。

急病の場合の案内、受診は下記へ

◆救急当番病院の案内

24時間体制で案内しています。
救急医療情報案内センター ☎0120-20-8699



■休日夜間急病センター（内科、小児科）

12月28日(土)・1月4日(土)

診察 午後2時～5時 受付 午後1時30分～4時30分

12月29日(日)～1月3日(金)、5日(日)

診察 午前9時～午後5時 受付 午前8時30分～午後4時30分

夜間（共通）

診察 午後7時～翌午前7時

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

■休日緊急歯科診療所

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

美術館・こども遊学館・図書館・文学館・ コーチャンフォー釧路文化ホール・博物館・ まなぼっと幣舞・道立芸術館

■美術館

◎12月16日(月)から1月3日(金)まで休み。

■こども遊学館

◎12月28日(土)から1月3日(金)まで休み。

■中央図書館 ■文学館 ■地区図書館（西部・中部・東部）

■コーチャンフォー釧路文化ホール（市民文化会館）

■博物館 ■まなぼっと幣舞 ■道立芸術館

◎12月29日(日)から1月3日(金)まで休み。

動物園・ふれあいホースパーク・MOO

■動物園 ◎12月29日(日)から1月2日(木)まで休み。

■ふれあいホースパーク ◎12月30日(月)から1月2日(木)まで休み。

■MOO ◎1月1日(水)は休み。

12月31日(火)と1月2日(木)・3日(金)は午後5時まで営業。

※2～3階の飲食店は12月31日(火)は休み、1月2日(木)・3日(金)は営業時間がそれぞれ異なります。

水道



■上下水道料金お客様サービスセンター

◎12月29日(日)から1月3日(金)まで休み。

水道が凍結し、お湯をかけても水が出ない場合は、各当番事業者までご連絡ください。

《当番事業者》

■釧路地域 ■阿寒本町地区

当番日	当番事業者	電話番号
12/27(金)・28(土)	大倉工業(株)	24-5176
12/29(日)	(株)共立	22-0808
12/30(月)	太平洋設備(株)	46-3474
12/31(火)	綜合設備(株)	25-3116
1 / 1 (水)	大倉工業(株)	24-5176
1 / 2 (木)	大同工業(株)	52-2291
1 / 3 (金)	第一水道工業(株)	23-3414
1 / 4 (土)	(株)鈴木設備工務店	36-4281
1 / 5 (日)	(株)共立	22-0808

■阿寒湖温泉地区

当番日	当番事業者	電話番号
12/29(日)～1 / 5 (日)	カンエイ実業(株)	67-3207

■音別地域

当番日	当番事業者	電話番号
12/29(日)～1 / 5 (日)	山田水道機工(株)	01547-2-2586

ごみ収集など

釧路地域

■ごみ収集

◎1月1日(水)から1月5日(日)まで休み。
※資源物の収集は12月31日(火)から1月5日(日)まで休み。

■釧路広域連合清掃工場、ごみ最終処分場・粗大ごみ処理センター

◎12月29日(日)、31日(火)は午後0時30分まで開場。

1月1日(水)から1月3日(金)まで休み。

■資源リサイクルセンター

◎12月31日(火)から1月3日(金)まで休み。

阿寒地域

■ごみ収集

◎1月1日(水)から1月5日(日)まで休み。
※資源物の収集は12月31日(火)から1月5日(日)まで休み。

■阿寒町一般廃棄物最終処分場

◎12月31日(火)から1月3日(金)まで休み。

■資源物保管施設 ◎12月28日(土)から1月5日(日)まで休み。

音別地域

■ごみ収集

◎12月31日(火)から1月5日(日)まで休み。※資源物の収集も休み。

し尿くみ取り

■釧路・阿寒・音別地域

◎12月27日(金)から1月5日(日)まで休み。

のお知らせ

※ は休館・休業日、 は平常営業

施設名		12/27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)
衛生	市役所、各行政センター（※戸籍住民課「土曜窓口」は12月28日(土)と1月4日(土)も通常営業）		※							※	
	各支所										
	雇用労働相談所										
コミュニティ	昇雲台斎場										
	北斗霊園管理事務所（お墓参りはできます）										
	紫雲台墓地管理事務所（お墓参りはできます）										
	市民活動センター「わっと」										
	コミュニティセンター（釧路地域）										
	地区会館	会館によって異なりますので、各会館までお問い合わせください。									
	生活館										
福祉	阿寒湖まりむ館（観光インフォメーションセンターは12月31(火)、1月1日(水)利用できません）										
	コミュニティセンター、多目的センター（阿寒地域）										
	コミュニティセンター（音別地域）										
	総合福祉センター										
	身体障害者福祉センター										
	サン・アビリティーズくしろ										
	保育園、認定こども園、児童館、児童センター、子育て支援センター										
	児童発達支援センター（地域支援相談係、野のはな園）										
	プラザよねまち										
	老人福祉センター、昭和老人集会所										
	望洋・白樺ふれあいセンター										
	阿寒湖温泉子供交流館										
	阿寒町保健・福祉サービス複合施設「ひだまり」※デイサービスセンターを除く										
観光	阿寒町老人健康増進センター										
	音別町福祉保健センター「ほほえみ」										
	観光国際交流センター										
	丹頂鶴自然公園										
	湿原展望台										
	港文館										
	米町ふるさと館（2025（令和7）年4月30日(水)まで休館）										
	阿寒湖畔エコミュージアムセンター										
	阿寒湖アイヌシアター「イコロ」										
	ルート38音別館 おんぼーと										
教育・文化等	男女平等参画センター「ふらっと」										
	交流プラザさいわい										
	市民防災センター										
	鶴ヶ岱公園茶室「鶴翔庵」										
	サンライフ釧路										
	阿寒町公民館・阿寒町公民館図書室（※27日(金)は図書室のみ休み）	※									
	音別町体験学習センター「こころみ」										
	音別町ふれあい図書館「みなくる77」										
スポーツ	音別町文化会館										
	ウインドヒルクしろスーパーアリーナ										
	鳥取ドーム										
	鳥取温水プール										
	鶴ヶ岱武道館										
	市民陸上競技場（室内走路）ウインドヒルひがし北海道スタジアム屋内練習場										
	柳町スピードスケート場・KKS 釧路厚生社アイスアリーナ、春採アイスアリーナ、釧路アイスアリーナ										
	フィッシャーマンズワーフMOO 多目的アリーナ・スタジオ										
	阿寒町スポーツセンター										
	阿寒湖畔トレーニングセンター										
	音別町森林体験交流センター「ティクル80」										

国民健康保険・後期高齢者医療に加入中の皆さんへ

12月2日(月)
から

保険証の仕組みが変わります

問合先 市役所国民健康保険課保険係 (☎31-4527)、市役所医療年金課医療給付係 (☎31-4526)

マイナ保険証（保険証利用登録をしたマイナンバーカード）はお持ちですか？

12月2日(月)から、現行の保険証は新たに発行されなくなり、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行します。

マイナ保険証を利用することで、いつもの通院やその他の場面でもさまざまなメリットがあります。マイナ保険証をお持ちの方はぜひご利用ください。

※現行の保険証は記載されている有効期限までは引き続き利用できます。有効期限を確認し、誤って破棄しないようご注意ください。

マイナ保険証に関する主なメリット

データに基づくより良い医療が受けられる

受診時・調剤時にマイナ保険証で受け付けし、情報提供に同意することで、過去に処方された薬や特定健診などの情報を医師・薬剤師にスムーズに共有することができます。初めて受診する医療機関・薬局でも安心です。

手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除される

医療機関等へ「限度額適用認定証」を提示することで、窓口負担を上限額に抑えることができますが、発行には事前申請が必要となり、申請が間に合わない場合は高額な費用を一時的に支払う必要がありました。

しかし、これからはマイナ保険証を利用することで、「限度額適用認定証」がなくても、窓口負担を上限額に抑えることができます。

※保険適用外の検査等、制度対象外となるものがあります。

マイナ保険証のメリットについてより詳しく
知りたい場合はこちら▶

※厚生労働省ホームページへつながります。



とっても
簡単！

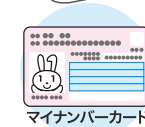
マイナンバーカード

1

受付



マイナンバーカードを
カードリーダーに
置いてください。



3

同意の確認

診察室等での診療・服薬・健診情報の
利用について確認してください。

過去の情報を
利用いたします

過去の診療・服薬・健診情報
を医療機関に提供することに同意
しますか。
この情報はあなたの診療や健康管
理のために利用します。

同意しない 同意する

(40歳以上対象)
過去の情報を
利用いたします

過去の健康情報を当機関に提供す
ることに同意しますか。
この情報はあなたの診療や健康管
理のために利用します。

同意しない・40歳未満 同意する

2

本人確認

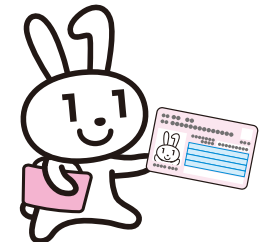
顔認証または
4桁の暗証番号を入力してください。



4

受付完了

お呼びするまでお待ちください。



カードを忘れずに！

申請によりマイナンバーカードの保険証利用登録を解除することができます

マイナンバーカードの保険証利用登録解除を希望する場合は、加入している医療保険者への申請が必要です。

市の国民健康保険および後期高齢者医療に加入している方は、窓口にお越しいただくか、郵送での申請も可能です。

国民健康保険に加入している方

■申請場所

- ・市役所国民健康保険課保険係（市役所防災庁舎2階）
- ・各行政センター市民課、阿寒湖温泉支所

■申請に必要なもの

- ・マイナンバーカードの健康保険証利用登録解除申請書
- ・申請者の本人確認ができるもの（マイナンバーカードや運転免許証など）
- ・委任状および代理人の本人確認ができるもの（代理人申請時）

※郵送申請の場合、本人確認書類は写しを同封して
ください。

※申請書・委任状は市ホームページからダウンロード
することができます。

▲申請書・委任状は
こちら



後期高齢者医療に加入している方

■申請場所

- ・市役所医療年金課医療給付係（市役所防災庁舎2階）
- ・各行政センター市民課、阿寒湖温泉支所

■申請に必要なもの

- ・マイナンバーカードの健康保険証利用登録解除申請書
- ・申請者の本人確認ができるもの（マイナンバーカードや運転免許証など）

※申請書は市ホームページからダウンロードす
ることができます。



▲申請書は
こちら

マイナンバーカードの保険証利用登録をされていない方には「資格確認書」を交付します

マイナンバーカードの保険証利用登録をされていない方には、現行の保険証の有効期限が切れる前に、保険証の代わりとなる「資格確認書」を郵送いたします。ただし、12月2日(月)～令和7年7月31日(木)に75歳になる方には、利用登録の有無に関わらず、「資格確認書」を郵送いたします。

配慮が必要な方に係る「資格確認書」の申請について

介助者などの第三者が、本人に同行して資格確認の補助をする必要があるなど、マイナ保険証をお持ちでも、マイナ保険証での受診が困難である方については、医療保険者へ申請手続きを行うことで、現行の保険証に代わる「資格確認書」の交付を受けることができます。詳細については加入している医療保険者へお問い合わせください。

釧路市住民等主体の通所サービス

おたっしゅサービス 運営団体募集中！

問合先 市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

市では、高齢者がいつまでもいきいきと健やかな生活を送ることができるよう、地域住民やボランティア、NPO法人、介護サービス事業所などが主体となり定期的に通うことのできる通いの場（おたっしゅサービス）を運営しています。

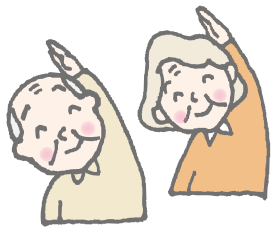
要支援1・2の方や、介護予防の取り組みが必要な方（基準あり）などが参加するサービスです。

「おたっしゅサービス」の活動内容

毎週同じ曜日に1時間以上実施

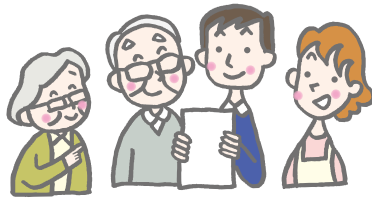
①運動機能の向上

体を動かす活動として、ラジオ体操やストレッチ等



②認知機能の向上

脳トレーニングとして、脳活性化ゲームやクイズ等



③参加者同士の交流

茶話・音楽・創作活動・料理・生け花等



①～③の要素を含めた内容であれば、活動内容は自由！

活動運営費・会場使用料・衛生用品費等の補助があります！参加者の集客、活動継続の支援などのお手伝いもします！

ボランティア
活動に
興味がある

地域の
人たちが集う
場所を作りたい

興味のある方は
気軽にお声かけください！
活動の見学也大歓迎！



釧路市介護予防
普及啓発キャラクター
まんねん

お問い合わせは、市役所介護高齢課高齢福祉係（☎23-5185）または、お住まいの地域包括支援センターへ

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



スマートフォン
での
トップ画面

広報くしろのアプリを利用してみませんか？

「広報くしろ」のアプリは、広報くしろの紙面に掲載されている「市からのお知らせ」の一部と「生涯学習ガイド」、市内各地域の「クリーンカレンダー」を、スマートフォンでいつでも、どこでも見ることができます。

イベントの日時や場所を手軽に検索でき、地図機能も連動しているため大変便利です。また、広報くしろ全体が読める市ホームページにリンクし、電子書籍で手軽に読むことができます。

問合先 市役所市民協働推進課 (☎31-4505)

便利！

スマートフォンで下記の
二次元コードを読み取り
ご利用ください。



第53回 くしろ物産まつり

今年一年お疲れ様でしたの年末特別価格、
釧路の特産品を自分や家族へのご褒美に！！

期間 12月13日(金)～15日(日)



釧路の特産品を年末特別価格で提供する「くしろ物産まつり」を開催します。ご家庭の食卓や、お正月料理、年末年始の贈答品としてご利用ください。

また、豪華景品が当たるお楽しみ抽選会や、地元高校生による販売実習、ここでしか買えない商品が並ぶ姉妹都市・友好都市コーナーもありますのでぜひご来場ください。

日時 13日(金) 午前10時～午後4時
14日(土) 午前9時～午後4時
15日(日) 午前9時～午後3時

会場 観光国際交流センター1階大ホール
(幸町3-3)

問合先 一般社団法人 釧路市物産協会 (☎31-2011)
担当課 市役所観光振興室

生きたヤマを活用した技術継承で、 世界に誇る炭鉱技術を海外へ

日本唯一の坑内掘稼行炭鉱である釧路コールマイン株式会社では、現在も海底下から石炭を生産しています。

この生きたヤマを活用し、培われてきた炭鉱技術は、海外産炭国へと技術継承され高い評価を得ています。また、日本唯一の坑内掘稼行炭鉱だからできる取組として、脱炭素、落盤や自然発火、メタンガスの流出防止など、保安対策の強化にもつながる新技術にも積極的に取り組み、世界から注目を集めています。

問合先 釧路市石炭産業対策協議会 (市役所産業推進室内 画31-4550)

釧路炭鉱のこれまで

幕末の1856（安政3）年、開港した箱館（函館）港へ石炭を供給するため、現在の益浦の海岸で北海道初の石炭採掘が行われ、1887（明治20）年頃からは石炭の近代的採掘が進められます。

1920（大正9）年には「太平洋炭礦株式会社」が設立、日本各地の炭鉱と比べいち早く「機械化炭鉱」として稼働し、多くの技術革新により1977（昭和52）年度には、年間261万トンの生産量を誇りました。

石炭需要の低下により、太平洋炭鉱の閉山が決まり、地元経済界や北海道、釧路市等自治体、関係諸機関の支援・協力のもと2001（平成13）年12月27日に「釧路コールマイン株式会社」が設立、太平洋炭鉱閉山翌日の2002（平成14）年1月31日に509人を採用し操業を開始しました。



現在の釧路炭鉱の取り組み

日本は世界でも有数の石炭輸入国であり、国内需要量の99%以上を海外からの輸入に依存しています。これからも戦略的に、国際規模での海外炭の安定供給確保を図るため、釧路コールマイン株式会社の優れた技術を活用した受入・派遣研修を実施しています。

また、2021（令和3）年度からは環境にも配慮した事業として、CO2を坑内払い跡に充てんする実証試験も実施しています。「石炭の利用」と「利用後のCO2の削減」を考え、豊富な海底資源を最大限に活用し、炭鉱だからこそできるCO2の排出削減に向けて取り組んでいます。

炭鉱技術海外移転事業 ～世界に誇る技術力を釧路から海外へ～

釧路コールマイン株式会社では2002（平成14）年度から現在まで、産炭国であるベトナム・中国・インドネシア・コロンビアに対し、生きたヤマを活用した技術継承を進めており、海外産炭国からの研修生が釧路コールマイン株式会社をフィールドとして研修していくことで、海外炭の安定供給や産炭国への国際貢献につながっています。研修では、機械化採炭、通気保安、救護、保安監督管理などの技術向上を図っており、研修対象国から高い評価を受けています。

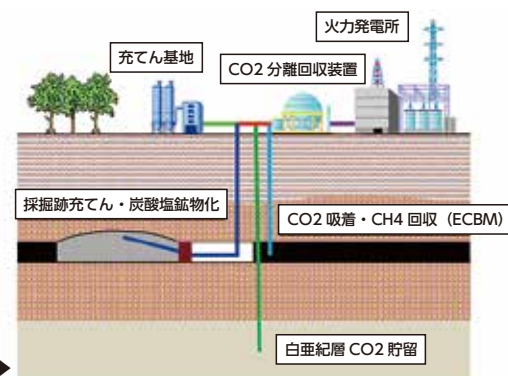
これまでの長年の実績と経験によって培われ、現在も「生きた現場」で磨かれ続ける優れた採炭・保安・管理技術を伝えることで、対象国の石炭生産量が向上し、災害発生率が大幅に減少するなど成果を上げています。また、市では、研修生が釧路で快適に過ごし、日本文化の理解促進を図ることを目的に、関係団体と連携して研修生と市民との交流事業を支援しています。



払い跡充てん炭酸塩鉱物化実証試験 ～国内唯一だからできる新しい挑戦～

釧路コールマイン株式会社では2021（令和3）年度から国の補助を受け、関係大学および研究機関の協力による分析や技術的なアプローチを得ながら「払い跡充てん炭酸塩鉱物化実証試験」を行っています。この試験はCO2を石炭灰に注入し、石炭灰に含まれる酸化カルシウムと酸化マグネシウムに結合・鉱物化させて古い坑道に充てんしていくというもので、脱炭素はもちろん、落盤や自然発火、メタンガスの流出防止など、保安対策の強化にもつながります。

日本唯一の生きた炭鉱だからこそ可能な実証試験であり、釧路コールマイン株式会社による新たなカーボンリサイクルの可能性として、現在も進められています。



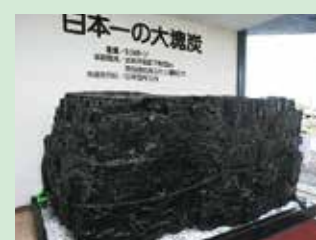
炭鉱のカーボンリサイクル将来構想▶

旧太平洋炭礦炭鉱展示館 で現場にいるような体験ができます

釧路の石炭は、ボイラーなどで燃やすのに向いている一般炭で、含まれる硫黄分が0.2～0.3%と少ない低公害炭でもあり、火力発電所等で利用されています。

旧太平洋炭礦炭鉱展示館では、釧路の炭鉱が歩んできた道のりや石炭がどのように掘られているのか等を学ぶことができます。特に模擬坑道では、実際に石炭採掘の現場にいるような体験ができます。

住所 桜ヶ岡3-1-16
電話 画91-5117
休館 水曜日、年末年始
料金 大人300円、子ども200円
※10人以上の団体割引あり
開館時間 午前10時～午後4時



安全な冬道の確保のため、除雪作業にご協力をお願いします



問合せ先

【市道】市道路維持事業所 (☎24-3322) / 市阿寒建設課 (☎66-2121) / 市音別建設課 (☎01547-6-2231)

【港湾道路】市港湾空港課 (☎53-3371)

【国道】釧路開発建設部釧路道路事務所 (☎41-8101) 【道道】釧路総合振興局釧路建設管理部事業課 (☎23-1565)

釧路地域 除雪情報ダイヤル (☎24-1717) ▶ 除雪開始時間や進行状況等を音声でお知らせします。

除雪作業について

全市一斉除雪を開始すると、除雪作業が全て完了するまでに10時間から12時間かかります。また、気象状況によっては風などによる視界不良などにより、作業完了までに時間がかかってしまう場合もあります。

除雪作業の際には、路上駐車や個人敷地からの道路への雪出しが後を絶ちません。路上駐車があると、その部分だけ除雪ができません。また、道路への雪出しをされると、車線が狭くなるなど交通事故の危険性が増します。安全に道路を走行、または児童、生徒が安全に歩けるよう、冬を安全に過ごすためにも皆さんのご協力をよろしくお願いします。



釧路市の除雪作業

釧路地域では、6ブロックごとに作業を管理する除雪センターを設置しています。また、阿寒地域、音別地域については各行政センター内の建設課および阿寒湖温泉支所にて管理しています。除雪作業については、お住まいの地域の除雪センターまたは市阿寒・音別建設課へお問い合わせください。

除雪作業は協力業者の確保が大変重要な課題となっていますが、厳しい環境の中、今年度も建設業者および運輸業者等のご協力をいただいて除雪体制を組むことができました。冬の暮らしの安全・安心を確保するため、市民の皆さんのご協力をお願いします。

■除雪計画の概要

除雪の出動基準は、各地域とも連続した降雪があり、10～15cmの積雪があることを目安にしていますが、地域の特性、風雪や地吹雪などの天候状況、路面状況等を総合的に判断し決定しています。車道は約1,129km、歩道は約547kmを対象に除雪します。1回の除雪費用は約7,000万円です。

■除雪センター開設時期

2025 (令和7) 年3月31日(月)までの午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く。除雪作業時は、この時間以外も開設)

※お住まいの地区の除雪センターは10・11ページをご覧ください。

地域	名称	所在地	電話番号
釧路地域	東部東地区除雪センター	益浦1-9	92-2376
	東部西地区除雪センター	貝塚3-7-22 (太平洋運輸敷地内)	44-4226
	中部北地区除雪センター	愛国191	39-0081
	中部南地区除雪センター	治水町12	32-0255
	西部東地区除雪センター	鳥取北6-1	55-7916
	西部西地区除雪センター	大楽毛186	60-5486
阿寒地域	市阿寒建設課	阿寒町中央1-4-1	66-2121
	阿寒湖温泉支所	阿寒町阿寒湖温泉2-6-20	67-2505
音別地域	市音別建設課	音別町中園1-134	01547-6-2231

除雪についての5つのお願い

3 路上駐車はやめてください 車庫法で規制されています！

路上に1台でも放置車両があると、その箇所の除雪ができなくなります。



1 道路への雪出し禁止 道路交通法で規制されています！

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



2 除雪後に残った玄関・車庫前の雪の処理はご家庭で

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



4 歩道上に物を置かないでください

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



5 深夜の除雪作業にご理解を

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





雪捨て場 雪捨て場は次の8カ所をご利用ください。2025（令和7）年3月31日(月)までの予定です。
雪捨て場には、ごみを絶対に捨てないようお願いします。

● **釧路地域** ※安原雪捨て場は、小規模のため大型車両は利用できません。

③市ごみ最終処分場 高山30 日曜日以外 9:00～16:30 日曜日 9:00～12:30	⑥安原雪捨て場 安原190-5 (旧安原ごみ処分場跡地) 9:00～16:00	⑦大楽毛雪捨て場 大楽毛北2-3・7・8 9:00～17:00	④西港臨海地区 星が浦南6-2 9:00～17:00
--	---	---	--

● **阿寒地域**

⑤阿寒湖畔スケートリンク 阿寒湖温泉5-5-22 9:00～17:00	⑥舌辛川左岸河川敷上流 北新町2-25-4 9:00～17:00	⑦舌辛川左岸河川敷下流 中央2-25-90 9:00～17:00
---	--	--

● **音別地域**

⑧森林組合東側 共栄1-22-4 (森林組合東側) 9:00～17:00
--



除雪センター、雪捨て場、 砂ステーション配置図

●砂ステーション設置箇所

設置箇所	住所
①シルバー人材センター	弥生2-1-33
②消防第三分団	千歳町3-13
③緑ヶ岡公園駐車場	緑ヶ岡3-1-11
④消防第十分団	武佐3-1-25
⑤春採下町会館	武佐1-3-25
⑥旧興津会館	興津1-11-9
⑦消防桜ヶ岡支署	桜ヶ岡4-3-30
⑧コア大空	益浦1-20-20
⑨白樺ふれあい交流センター	白樺台2-1-1
⑩愛国小学校	愛国西1-25地先
⑪コアかがやき	愛国191-5511
⑫市道路維持事業所	古川町28
⑬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
⑭釧路駅北口広場	若松町1
⑮西消防署	鳥取南4-4-22
⑯老健くしろ前	昭和190
⑰消防大楽毛支署	大楽毛2-4-16

※凍結防止のため、砂に塩化カルシウム剤を混合していますので、
草木には使用できません。

道路のすべり防止対策

坂道や踏切などのつるつる路面状況により、砂や凍結防止剤の散布を行います。この他に、砂箱や砂ステーションを市内各所に設置しています。

■砂箱 (242力所)

坂道の要所には、砂箱を設置しています。車がスリップした場合等の緊急脱出用に使用するものです。持ち帰らないようお願いします。

■砂ステーション（17カ所）

凍結路面対策として、市民の皆さんに砂散布のご協力をお願いしています。砂袋が不足しているため、持参または再利用にご協力ください。



▲砂ステーション

除雪には皆様のご理解とご協力が必要です。

除雪作業においては、バス路線や通学路の優先的な確保や、緊急車両が通れるよう、生活道路の速やかな確保に最大限努めています。

最近お腹が出てきたなあ…それって、メタボリックシンドローム？

特定健診**で確認しましょう!**

問合先 市役所国民健康保険課特定健診担当 (☎31-4570)



メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪がたまることに加え、脂質異常・高血圧・高血糖が組み合わさることによって、**心臓病**や**脳卒中**などになりやすい病態のことをいい、男性は腹囲が85cm以上、女性は90cm以上で、内臓脂肪が蓄積している可能性があるかと判断します。メタボリックシンドロームかどうかは、特定健診で分かります。

メタボリックシンドロームの診断基準と BMI (肥満指数)の判定基準

■メタボリックシンドロームの診断基準

腹囲 (へそ周り)

▶男性**85cm**以上▶女性**90cm**以上(内臓脂肪面積 $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)いずれか**2項目**に該当

脂質異常

中性脂肪^{ミリグラムパーデシリットル}150mg/dl 以上HDLコレステロール^{ミリグラムパーデシリットル}40mg/dl未満

のいずれか、または両方

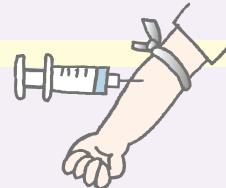


高血圧

最高 (収縮期) 血圧^{ミリメートルエッチジー}130mmHg以上

最低 (拡張期) 血圧85mmHg以上の

いずれか、または両方



高血糖

空腹時血糖110mg/dl以上

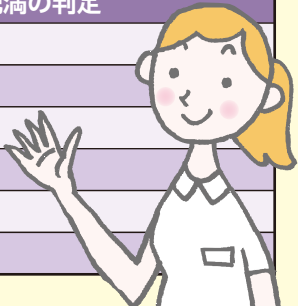
■BMI (肥満指数) の計算方法

体重 ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

kg ÷ m ÷ m = BMI

身長の単位はメートルです。
例えば、160cmの場合は1.6mで計算してくださいね。

BMI	肥満の判定
18.5未満	低体重 (やせ)
18.5～25未満	普通体重
25～30未満	肥満 (1度)
30～35未満	肥満 (2度)
35～40未満	肥満 (3度)
40以上	肥満 (4度)



内臓脂肪と生活習慣病について ～自覚症状がないままに進む動脈硬化～

内臓脂肪からは、善玉サイトカインという物質が分泌され、血糖値を下げる役割のインスリンというホルモンの働きを良くしたり、動脈硬化を予防したりしています。

ところが、BMI (肥満指数) が25以上になり、内臓脂肪が蓄積すると、悪玉サイトカインという物質の分泌が増加し、インスリンの働きを悪くしたり、血圧を上げたりして、体に悪影響を与えます。それにより血管を傷め、動脈硬化も進んでしまいます。

3～5 kg減量すると、善玉サイトカインの分泌が良くなるといわれていますので、BMIが25以上の方は、まずは体重を3 kg減らすことを目指してみませんか？

内臓脂肪から出る物質 (悪玉サイトカイン)

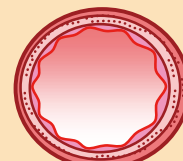
動脈硬化の進行 (血管の断面)

インスリンの働きを邪魔する

中性脂肪が増え、HDL (善玉) コレステロールが減る

血圧を上げやすくする

血栓を作りやすくする



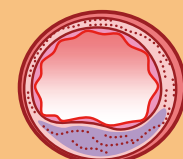
きれいな血管

自覚症状はありません

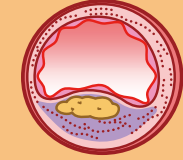
脂質異常症

高血圧

糖尿病



25%の詰まり



50%の詰まり

自覚症状が出る！突然倒れる！

心筋梗塞

狭心症

脳梗塞



75～90%の詰まり



40～74歳の釧路市国民健康保険加入者の皆さんへ

1年に1度、特定健診を受けましょう！

特定健診では、生活習慣病に関する項目を無料で調べることができます。

※今年度の無料受診券の有効期限は2025 (令和7) 年3月末までです。

受診券が見当たらない場合は、右記の二次元コードから再発行の手続きをするか、市役所国民健康保険課特定健診担当 (☎31-4570) までご連絡ください。



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。

☆市からのお知らせ

「市からのお知らせ」は
スマホからも
ご覧いただけます。



記号の
説明

日日時 場所・会場 集集場所 対象 定員 内容
料金(税込) 持参 その他 申込方法 問合先
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



12月の自然観察会

●絵の具づくり体験講座

塘路湖周辺で採取した自然素材で顔料を作り、絵の具にして絵を描いて楽しむ講座です。

12月7日(土)午後1時～3時／定15人／¥500円(材料費)／申電話で塘路湖エコミュージアムセンター(015-487-3003)へ

●湿原の「かたち」を見て歩こう

花や葉が枯れ落ち、遠くまで見渡せるこの時期。普段注目しない湿原周辺の「かたち」にスポットを当てます。

12月8日(日)午前10時～正午／定15人／申電話で温根内ビジターセンター(065-2323)へ

2025「くしろ20歳のつどい」

12月1日現在、市に住民登録のある方には12月中旬に郵送で案内します。市外在住者で案内状の受け取りを希望する方は市ホームページをご確認ください。

2025(令和7)年1月12日(日)午後2時～(開場午後1時)／コーチャンフォー釧路文化ホール(釧路市民文化会館)大ホール／平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方／注意事項＝会場内は酒類の持ち込み、飲酒、喫煙禁止です。飲酒している方の入場は固くお断りします。また、式典の妨害や迷惑行為を行った方は直ちに退場いただきます／市教委生涯学習課(031-4579)



釧路市新年交礼会

2025(令和7)年1月5日(日)午前11時～正午／観光国際交流センター／¥1枚1,000円／出席者名簿への掲載＝12月2日(月)～6日(金)に会券を購入の方／12月2日(月)から市役所2階秘書課(031-4501)へ

「オオジシギがつなぐ姉妹湿地の今」展示会

4つのひがし北海道のラムサール条約登録湿地と、オーストラリアのハンター河口湿地との姉妹湿地提携から30周年を迎えるにあたり、現地訪問の報告も交えた姉妹湿地写真展を開催します。

12月15日(日)～22日(日)、[市役所1階ギャラリー]2025(令和7)年1月7日(火)～17日(金)／釧路国際ウェットランドセンター(032-3110)

春採湖周辺環境の研究調査結果・春採湖なんでもパネル展

春採湖調査会では春採湖周辺の環境に関する2023(令和5)年度の研究調査結果をまとめた「春採湖調査報告書」を作成しました。詳細は市ホームページをご覧ください。また報告書を視覚的にわかりやすくまとめた「春採湖なんでもパネル展」を開催します。

12月15日(日)～22日(日)、[市役所1階ギャラリー]2025(令和7)年1月7日(火)～17日(金)／環境保全課自然保護係(031-4594)

釧路市民憲章制定60周年記念事業 書道展・ポスター展・写真展

●展示

2025(令和7)年1月17日(金)～19日(日)午前9時～午後5時／コーチャンフォー釧路文化ホール展示ホール／市

動物園 56-2121

●動物園オリジナルカレンダー 限定100枚プレゼント

12月1日(日)から正門窓口で、有料入園者1家族に1枚プレゼントします。

●クリスマスZOO

トナカイ舎見学やプレゼント付きスタンプラリーなどを行います。クリスマス色に彩られた動物園をお楽しみください。

12月8日(日)

●冬休み工作教室

2025(令和7)年1月12日(日)／小学生／6人※多数時抽選／動物にちなんだ作品の作成／12月2日(月)～4日(水)にWEB受付※詳細は、当園ホームページ「イベント情報」に掲載予定

●冬期間の休園日のお知らせ

12月～2025(令和7)年2月の毎週水曜日

コア鳥取 53-3199(月曜休館)

●鳥取西中学校吹奏楽部による アートステージ

12月7日(土)午前11時～正午／上履き

●ふまねっと体験講座

12月11日(水)午前10時～11時30分／定20人／¥300円／開催前週までに料金持参で窓口へ

コア大空 91-0504(月曜休館)

●大空ちびっこ運動広場

12月8日(日)午前9時30分～午後0時30分／未就学児(保護者同伴)※小学生以上は兄弟姉妹等で未就学児の付き添いのみ利用可／上履き(運動靴等)／当日直接窓口へ※詳細は事務室まで



コアかがやき 39-5070(月曜休館)

●みはら・かがやき食堂 クリスマスパティー(数量限定)

12月14日(土)午前11時～午後1時30分／¥300円(小学生100円)／12月4日(水)午前10時から事務室来館受付(月曜日は除く。電話受付不可。当日券若干あり)

●冬休み工作

「リースで作る お正月飾り」

12月21日(土)午前10時～正午、午後1時～3時／小学生(低学年は保護者同伴)／各5人／¥500円／12月5日(木)午前10時から直接または電話で(月曜日は除く)※詳細はお問い合わせください。

ふれあいホースパーク 56-2566

●冬季営業のお知らせ

12月28日(金)午前9時30分～午後3時30分

●休園日＝毎週水曜日

●2025ホースパークオリジナル カレンダー販売中

¥1部1,500円

●冬休み親子ふれあい体験会(要予約)

12月26日(木)、2025(令和7)年1月9日(木)午前10時30分～11時／1家族4人までの3歳以上の親子／2家族／餌やり、ブラッシング、騎乗体験等／¥1家族3,000円(保険料200円は任意)

●引き馬乗り放題パスポート販売

¥3,000円(通常1周540円)／販売期間＝12月～2025(令和7)年2月／利用期間＝購入日から1カ月間※最終利用日は2025(令和7)年2月28日(金)

●ばん馬の天ちゃんに乗って記念撮影

12月～2025(令和7)年2月／¥1,100円／スマホやカメラ

サンライフ釧路 42-3554

●プリザーブドフラワー体験講座 ～しめ縄アレンジ～

12月21日(土)午前10時～11時／8人程度／¥2,200円／12月19日(木)まで

●ダイエットボクシング体験教室 ～有酸素運動で基礎体力づくり～

12月7日(土)、14日(土)、21日(土)午後2時～3時40分／6人程度／¥1,500円／12月4日(水)まで

●サンライフ杯 ソフトバレーボール 大会参加チーム募集

レディースの部・トリムの部 2025(令和7)年1月12日(日)、[トリムの部] 1月26日(日)各午前9時～／各3,500円／12月16日(月)まで※詳細はお問い合わせください。

道の駅阿寒丹頂の里 66-2969

●赤いベレー(066-2330)

【特製クリスマスオードブル予約受付中】 受付期間＝～12月21日(土)／¥1個4,500円／12月23日(月)～25日(水)は市内配達可(阿寒・音別地域を含む)※時間指定不可

【おせち用オードブル「おせちブル」予約受付中】

受付期間＝～12月25日(水)／¥5～6人前オードブル1万2,000円※予算に応じてオードブルなど相談可／12月30日(月)・31日(火)は市内配達可(阿寒・音別地域を含む)※時間指定不可

●阿寒国際ツルセンター「グルス」(066-4011)

いよいよ丹頂の飛来シーズンです。丹頂の美しい舞姿をぜひご覧ください。

【自然観察会(要入館料)】

12月8日(日)午前9時／長靴

鳥取ドーム 53-5125

●ふまねっと教室

2025(令和7)年1月15日(水)午前10時～11時30分／主に中高年の方／20人／体のバランス改善や歩行・認知機能の改善を図る運動／¥500円／運動に適した服装、上靴(運動靴)、汗拭きタオル、着替え、飲み物等／2025(令和7)年1月6日(月)までに電話で

山花温泉リフレ 56-2233

●山花ギャラリー

佐藤綾子「人物と犬」写真展

12月1日(日)～31日(火)

●加工体験会「釧路産の卵とはんぺんで作る伊達巻き」

12月12日(水)～14日(土)午前10時30分～正午／各日4人／¥600円／12月1日(日)午前10時から電話で

●入浴・お食事セット券

販売期間＝通年(12月31日(火)～2025(令和7)年1月2日(水)は除く)／既にセット券をお持ちの方は年末年始も利用可

●「レストランはなしのぶ」の

12月31日(火)の一般利用の営業時間は午前11時30分～午後3時です

釧路フィッシャーマンズワーフMOO 23-0600

●クリスマスリボン数あてクイズ

12月1日(日)～25日(水)／1階ツリー特設コーナー

●営業時間のお知らせ

12月31日(火)は1・2階ショッピングゾーンは午後5時まで。2・3階飲食店は休業となります。なお、5階アリーナは12月29日(日)～2025(令和7)年1月3日(金)まで休業となります。※その他イベントの詳細はMOOホームページをご確認ください。

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。

内小学生の書道作品、市内中学生のポスター、市内高校生の写真作品展示
●表彰式
回2025(令和7)年2月16日(日)午前9時30分～／回まなぼっと幣舞多目的ホール／回書道作品、ポスター作品、写真作品の入賞者を表彰
【共通】回市民生活課(回31-4521)

募 集



職員・公募委員等

2025(令和7)年度会計年度任用職員採用予定日＝2025(令和7)年4月1日以降／回12月2日(月)から市ホームページで順次募集を開始します。詳細は12月2日(月)以降に市ホームページをご確認ください／回職員課(回31-4511)

職員採用試験

募集職種＝ジョブリターン（退職者採用）制度、ジョブリストート（公務員経験者採用）制度／回受験資格等の詳細は、市ホームページをご覧ください／回2025(令和7)年1月10日(金)までに市ホームページから／回職員課(回31-4511)

その他

2025(令和7)年度放課後児童クラブ員

回次の時間以降、保護者が仕事等により在宅していない小学生【1年生】午後2時、【2年生】午後2時30分、【3年生以上】午後3時／回12月2日(月)～28日(土)に直接各放課後児童クラブ（児童館・児童センター等）へ／回こども育成課こども未来づくり係(回31-4584)、回保健福祉課(回66-2120)

2025(令和7)年度市立高等看護学院入学生

願書受付＝12月2日(月)～13日(金)（必着）／応募資格＝高等学校卒業（見込み含む）の方、高等学校卒業程度認定試験合格者（旧大学入学資格検定合格者含む）／募集人数＝30人（推薦入学者若干名含む）／修業年限＝3年／試験日＝[学科試験]2025(令和7)年1月23日(木)、[面接試験]2025(令和7)年1月24日(金)／募集要項請求・回市立高等看護学院(〒085-0822春湖台1-18回42-1302)

①第8回危険物取扱者試験 ②第5回消防設備士試験

回2025(令和7)年2月9日(日)／回①甲種、乙種全類、丙種②甲種特類、甲種（第1～5類）、乙種（第1～7類）／回12月9日(月)～16日(月)に書面または電子申請で（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)

第40回北方領土の日啓発書道展

回市内および釧路管内の小学校3～6年生※1校につき各学年4人まで／標題＝3年生「北方」、4年生「友好」、5年生「平和の日」、6年生「北方領土」／作品規格＝半紙（作品の左側に学校名、学年、氏名を記入）／展示＝2025(令和7)年1月27日(月)～31日(金)市役所1階ギャラリー、2月4日(火)～11日(火)まなぼっと幣舞2階市民自由広場／回2025(令和7)年1月17日(金)までに応募名簿を添付し、直接または郵送で市役所2階市民生活課(〒085-8505黒金町7-5回31-4590)へ

伝統的なアイヌ文化・生活の場の再生支援事業

「アイヌ文様刺しゅう中級講座」

チゼリ（チェーンステッチ）刺しゅうで2分の1サイズの着物から作ります。回2025(令和7)年1月11日(土)・12日(日)、18日(土)・19日(日)、2月1日(土)・2日(日)午前10時～午後1時／回春採生活館／回12人（多数時抽選）／回裁縫道具、30～50cmのものさし、裁ちばさみ、筆記用具／回3,000円（材料費）※初日に会場でお支払いください／回12月2日(月)～13日(金)（必着）に往復はがき（1人1枚※返信面も記載）に「刺しゅう体験講座参加希望」と明記の上、住所、氏名、年齢、電話番号を記載し釧路アイヌ協会(〒085-0813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

冬休み親子工作教室

回2025(令和7)年1月11日(土)午前10時～11時30分／回鳥取ドーム研修室／回小学生と保護者／回7組／回小鳥の巣箱作成／回1組500円（工作1セットにつき）／回作業手袋、上靴／回2025(令和7)年1月10日(金)までに電話で公園緑化協会(回24-0513)へ

親子で地産地消体験～地場産品で冬休みの思い出づくりをしよう！～

回2025(令和7)年1月10日(金)午前10時～午後3時30分／回小学校4～6年生とその保護者／回12組24人（多数時抽選）／回釧路産の魚介を使用した料理体験、カラマツと釧路ハーブで作る！症状別「ネック＆アイピロー作り」／回1組1,000円（材料代、保険代含む）／回12月12日(木)までに電話またはメールで地産地消くしろネットワーク事務局（産業推進室内回31-4550回sa-sangyousuishin@city.kushiro.lg.jp）へ

税・保険・年金



12月25日(水)は以下の市税等の納期限です

- ・固定資産税(第4期)
- ・国民健康保険料(第7期)
- ・後期高齢者医療保険料(第7期)

・介護保険料(第7期)

※いずれも普通徴収分

・12月分保育園保育料

●市税等 休日の納付相談窓口

回12月21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■■■

障がいがある方のための税金の減免制度があります

障がいがある方は、住民税の障害者控除、軽自動車税の減免を受けられる場合があります。対象条件や必要書類の他、不明な点はお問い合わせください。回障がい福祉課(回23-5201回25-3522回sho-shougaihukushi@city.kushiro.lg.jp)

償却資産申告書の発送

償却資産の申告が必要な事業者の方に、2025(令和7)年度の償却資産申告書を12月上旬に発送します。申告書の内容をご確認の上、市内に所有している償却資産（2025(令和7)年1月1日現在）について、2025(令和7)年1月31日(金)までに申告してください。申告が必要な事業者の方で、申告書が届かなかった場合にはご連絡ください。回資産税課(回23-5198)

環 境



環境事業課からのお知らせ

●高山への自己搬入について

12月31日(火)午後0時30分～2025(令和7)年1月3日(金)は、ごみの搬入はできません。詳細はお問い合わせください。

【可燃ごみ】釧路広域連合清掃工場(回92-2002)

【不燃ごみ・粗大ごみ】環境事業課(回31-4551)

開場＝月～土曜日午前9時～午後4時30分、日曜日および12月31日(火)午前9時～午後0時30分※計量やごみを降ろす時間が必要ですので、終了時間の30分前までに入場してください。

年末は大変混雑しますので、早めの搬入をお願いします

●ごみの量を減らしましょう

年末年始はごみが増える時期です。食材を買いすぎない、料理を食べ切る、生ごみの水切りを徹底するなど、ごみの減量に取り組みましょう。

●冬期間のごみステーション、資源物ステーションの除雪にご協力を

資源物ステーションの籠等の設置が困難となったり、排出や収集の支障となったりしないよう、使用しているごみステーションの除雪にご協力ください。

●12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12月4日(水)、18日(水)、第2・4水曜日の地区は12月11日(水)、25日(水)、【阿寒地域】第2・4金曜日の地区は12月13日(金)、27日(金)、第2・4土曜日の地区は12月14日(土)、28日(土)※各該当地区はクリーンカレンダーをご覧ください。かお問い合わせください。

【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)

福 祉



第5回脳の健康度テスト

回①2025(令和7)年1月17日(金)、②2月7日(金)各午後1時30分～3時／回防災庁舎／回おおむね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30人／回①ファイブ・コグ検査②検査結果の返却と解説、講話／回眼鏡、補聴器（必要な方）／回電話で介護高齢課高齢福祉係(回23-5185)へ

共同募金委員会からのお知らせ

自主性、非営利、公開を原則とし、下記活動に必要な資金の一部を助成します。

①2025(令和7)年度

「赤い羽根共同募金助成事業」

回福祉団体および障がい者施設への活動支援や住民参加により行われる地域の福祉課題解決に向けた活動等

②2024(令和6)年度

「市民歳末たすけあい募金助成事業」

回障がいのある方や生活困窮にある方、地域食堂、子どもの学習支援等、年末年始の支援活動等

【共通】回①は12月20日(金)まで、②は12月24日(火)までに関係書類を釧路市共同募金委員会(回24-1565)へ※詳細はお問い合わせください。

健 康



インフルエンザを予防しよう！

予防するためには

- 衛生管理を徹底し、こまめに手洗い、うがいを行いましょう。
- 定期的に室内の換気を行いましょう。
- 食事、運動、休養等、規則正しい生活を心掛け、体調を整えましょう。
- 人混みを避けるとともに、マスクを着用し、感染を防ぐようにしましょう。

「せきエチケット」を守りましょう！

マスクをすること
でほかの人に感染させないことが大事です。
回健康推進課(回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。

ノロウイルスによる感染症にご注意ください

ノロウイルスによる感染性胃腸炎の人への感染は、ウイルスに汚染された飲食物を口にすることや、人から人への二次感染によって起こるものです。手洗い、調理器具等の消毒洗浄および食品の十分な加熱が有効です。消毒には適切な濃度の次亜塩素酸ナトリウムを使用してください。

感染した場合、1～2日後に吐き気、おう吐、腹痛、下痢、発熱などの症状が出ます。一般的には症状は軽く、ほとんどの場合2～3日で回復しますが、高齢者、幼児など抵抗力の弱い方は重症になることもあります。感染が疑われたら医師の診察を受けましょう。
☎健康推進課(☎31-4524)、釧路保健所(☎65-5811)

水痘(みずぼうそう)予防接種を受けましょう

水痘はとても感染力が強く、5歳までにはおよそ8割のお子さんがかかるといわれています。軽症ですむことが多いですが、中には重症化したり入院が必要となったりすることもあります。お子さんの成長に伴って、集団生活の場も増えてくることから、お子さん自身の感染防止とともに、家族やお友達にうつさないためにもできるだけ早く接種しましょう！下記対象者は、無料で予防接種を受けることができます。
☑生後12～36カ月未満のお子さん／**接種回数**＝2回※対象者以外の方も、任意接種として有料で接種可／☑予防接種を実施している市内医療機関へ※詳細はお問い合わせください／☎健康推進課(☎31-4524)、☎保健福祉課(☎66-2120)、☎保健福祉課(☎01547-9-5252)

若者健診

☎2025(令和7)年1月26日(日)午前9時～11時／☎防災庁舎4階／☎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／☎12月26日(木)までに電話で健康推進課(☎31-4525)へ、または市ホームページの申込フォームから

子育て・教育

2025(令和7)年度新規保育施設利用申込用紙の交付および第1次受付

来年4月から新たに市内の認可保育施設の利用を希望される方へ、施設利用のしおりと申込用紙を交付します(市ホームページからダウンロード可)。なお、現在申込中の方も改めて申し込みが必要です。また、申込期間は例年より早まります。

交付場所＝①こども育成課、☎保健福祉課(交付のみ)※開庁時間 ②認可保育所、認定こども園、地域型保育事業施設※午前9時30分～午後4時／**第1次利用申込受付**＝12月2日(月)～13日(金) ①午前9時30分～午後4時30分 ②午前9時30分～午後4時※交付、受け付けともに土・日曜日、祝日は除く ※同時にお子さんの面談も行いますので、お子さんと一緒にお越しください。 ②は事前に各施設へお問い合わせください／**電子申請**＝マイナンバーカードと暗証番号を準備の上、市ホームページまたは市公式LINEの電子申請ボタンからお申し込みください。なお、電子申請をした場合のお子さんの面談日時や場所については、申し込み確認後、市から連絡をします／☎こども育成課保育係(☎31-4541)

12月の子育て講座

●クリスマス会

☎12月5日(木)・6日(金)午前11時～11時30分／☎0歳～就園前／☎パネルシアター、親子でダンス他／☎☎西部子育て支援拠点センター(☎65-6112)

●クリスマス会

☎12月12日(木)・13日(金)午前11時～11時30分／☎0歳～就園前／☎パネルシアター、親子でダンス他／☎☎中部子育て支援拠点センター(☎38-5037)

●クリスマス会

☎12月17日(火)午前10時30分～11時15分／☎0歳～就園前／☎親子ゲーム、簡単制作他／☎☎親子つどいの広場昭和(☎55-2231)

●クリスマス会

☎12月18日(水)、20日(金)午前11時～11時30分／☎0歳～就園前／☎パネルシアター、親子でダンス他／☎☎東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

マタニティ講座

☎12月15日(日)[午前の部]午前9時45分～正午、[午後の部]午後1時30分～3時45分／☎防災庁舎4階健康推進課ホール／☎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／☎12月2日(月)から市ホームページの申込フォームで／☎健康推進課(☎31-4525)

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

☎12月2日～23日の毎週月曜日午後1時30分～4時30分／☎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)／☎学習アドバイザー付き

●パソコン学習室

☎12月3日～24日の毎週火曜日午前10時～午後3時／☎ひとり親家庭等の親、寡婦(要予約)／☎5人

●ペアレンティング

子どもの行動に対して、どのように対応したらよいかを学ぶ講座です。

☎12月7日(土)午前11時～正午／☎ひとり親家庭等の親、寡婦(託児あり。要予約)／☎5人

●弁護士による無料法律相談

☎12月18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

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

その他

2023(令和5)年度情報公開・自己情報開示制度の利用状況

2023(令和5)年度の利用状況		
情報公開請求件数		66件
処理状況	公 開	41件
	部分公開	24件
	非 公 開	0件
	不 存 在	2件
取り下げ		0件
審査請求		0件
自己情報開示請求件数		129件
処理状況	開 示	80件
	部分開示	18件
	非 開 示	1件
	不 存 在	33件
取り下げ		0件
審査請求		0件

☎市民協働推進課(☎31-4504)、☎地域振興課地域振興係(☎66-2122)、☎地域振興課(☎01547-6-2231)

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)

☎12月11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、夜間および12月28日(土)～2025(令和7)年1月5日(日)を除く)

救急当番病院

●釧路市休日夜間急病センター(住吉2-12-37☎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(☎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！

☎2025(令和7)年1月26日(日)、2月16日(日)／☎内容等、詳細はお問い合わせください／☎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	
	X線・喀痰 ^{かくたん} 検査	1,080円	

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	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(☎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)	○	○
道東勤医協釧路協立病院(☎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。

【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)

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券をご利用ください！

対象の方には5月下旬にクーポン券を発送しています。
☎[子宮頸がん]20歳、[乳がん]40歳※年齢は2024(令和6)年4月1日現在の年齢／有効期限＝2025(令和7)年3月31日(月)／☎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。

上下水道料金

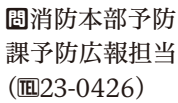
夜間・日曜納付相談窓口

夜間＝12月17日(火)午後8時まで／日曜＝12月8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）

歳末火災予防特別警戒

12月15日(日)～31日(火)

年末は何かと慌ただしく、注意力も散漫になりがちです。ちょっとした不注意から火災が発生してしまいますので、火のもとには十分注意してください。

 消防本部予防課予防広報担当（㊦23-0426）



マイナンバーカードセンターの休所日

 毎週水曜日、12月22日(日)、29日(日)～2025(令和7)年1月3日(金)／ マイナンバーカードコールセンター（㊦0120-954-193）

市有地を売ります

●一般競争入札による売払い

売払物件＝釧路市緑ヶ岡1丁目17番70宅地 398.13㎡(120.43坪)／参考価格＝545万4,000円／入札参加申請期間＝～12月23日(月)午後5時／現地説明日時＝12月9日(月)午後2時※要事前連絡／ 市有財産対策室（㊦23-5195）

2025・2026(令和7・8)年度建設工事等競争入札参加資格審査申請受付

現在登録されている方も新たに申請が必要です。
対象業務＝建設工事および建設工事に係る委託※資格要件等は申請の手引きをご覧ください／登録期間＝2025(令和7)年4月1日～2027(令和9)年3月31日／ 12月10日(火)午前9時～2025(令和7)年1月31日(金)午後5時30分に（一財）北海道建設技術センターにて行う北海道市町村入札参加資格共同審査による電子申請。申請の手引きおよび各種様式は「北海道市町村入札参加資格共同審査ポータルサイト」(㊦<https://www.hoctec.info/kyoshin/>)からダウンロード可／ 契約管理課契約係（㊦31-4508）

交通事故にご注意ください

年末に向け、凍結路面や日没の早まりなどから交通事故の増加が懸念されます。外出する際には、時間に余裕をもって行動し、交通安全に努めましょう。
○スピードの出し過ぎ等無謀運転の防止
○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
○デイ・ライトの推進

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。

●富士見緑ヶ岡通(釧路消防団第3分団付近～釧路住吉郵便局付近)の車道
 12月下旬までの午前9時～午後5時※一部夜間工事あり



【共通】 上下水道部水道整備課建設担当（㊦43-2163）

○夜間運転時のハイ・ビーム
○交差点では安全確認
○夜光反射材の着用
○飲酒運転の根絶
 市民生活課（㊦31-4590）

市議会12月定例会

12月5日(木)午前10時から開会予定です。
 議会事務局（㊦31-4581）

●柳町公園南側の市道(旧釧路保健所付近～釧路養護学校付近)の車道

 2026(令和8)年2月下旬までの午前8時～午後6時※一部夜間工事あり



各種相談窓口



■スマホ巡回相談会

 12月13日(金)午前10時～正午、午後1時～3時／ 音別町行政センター／ スマホ相談員（山口 ㊦070-9146-2102）

■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）

■外国人のための無料相談会

 12月15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）

■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／ 犯罪被害や生活上の問題に関する相談等／ 釧路被害者相談室（㊦24-6002）

■女性のための無料法律相談(要予約)

 12月11日(水)午後1時～3時／ 4人／ ㊦12月4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

■弁護士による「みんなのなんでも無料法律相談所」(要予約、当日受付可)

 12月13日(金)午後1時30分～3時30分／ 釧路地方合同庁舎2階会議室／ 人権擁護委員協議会事務局（㊦31-5040）

■障がい者就労支援相談(要予約)

 12月19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）

■法律相談(要予約。先着6人)

 12月6日(金)午後1時～3時／ ㊦11月29日(金)午前8時50分から電話で市民協働推進課（㊦31-4504・4505）へ

■人権相談(要予約。先着5人)

 12月20日(金)午後1時～3時30分／ ㊦電話で釧路人権擁護委員協議会事務局（㊦31-5040）へ

■行政相談(当日受付)

 12月3日(火)、17日(火)午後1時～3時／ ㊦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）／ 釧路行政監視行政相談センター（㊦23-7136）

【共通】 市役所1階市民相談室

釧路市公式LINE基本受信設定をしましょう!

問合せ先 市役所市民協働推進課（㊦31-4504）

釧路市公式LINEをご登録いただいている皆さん、基本受信設定はお済みですか？欲しい情報を受け取るためには基本受信設定が必要です。

下記のとおり基本受信設定をして、より便利に市公式LINEをご利用ください。

▶基本受信設定の手順

1

友だち追加をする
と右図のようにメニューが出てきます。
まずは一番左の「基本受信設定」を押します。



2

受信設定のアンケートが表示されます。誕生年月など、ご自身の情報や、欲しい情報などを選択し、最後に「回答」を押します。

回答

3

確認画面が表示されるので、内容に間違いがなければ、一番下の「送信」を押します。

送信

4

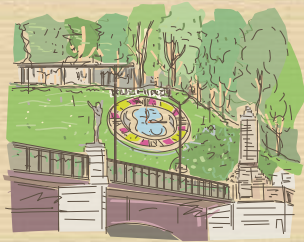
アンケートを「×」で閉じた後、子育て情報やごみ収集日の情報を受信したい場合は、続けて設定をお願いします。

※設定した内容は何度でも変更可能です。



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



「女性に対する暴力をなくす運動」期間中のパープル・ライトアップ
【11月12日(火)～25日(月) (14日(木)を除く)】

くしろ男女いきいき参画表彰式



くしろ男女いきいき参画表彰式



くしろ男女いきいき参画表彰式【11月8日(金)】



令和6年度釧路市立高等看護学院宣誓式【11月8日(金)】



みんなの掲示板

記号の説明

日 日時 場所・会場 日 集合場所 日 対象 日 定員
日 内容 日 料金 日 持参 日 申込方法 日 問合先 日 その他
参加料の掲載のないものは無料で参加できます。
ホ はボランティア募集です。

◆第28回冬迎春

日 12月1日(日)午後1時～3時 / 日 観光国際交流センター1階 / 日 在住外国人と市民の交流イベント / 日 500円(会員300円) ※外国人および中学生以下は無料 / 日 釧路国際交流の会事務局(日65-6712※火・木・日曜日午前10時～午後1時)

◆笑いヨガ体験会

日 12月5日(木)午前10時～正午 / 日 まなぼと幣舞802号室 / 日 500円 / 日 12月4日(水)までに桜が丘ひびくクラブ(菅原日91-4725)へ

◆NHK「道東ブレインフェスティバル」

日 12月7日(土)午前10時～午後5時 / 日 観光国際交流センター / 日 トークセッション、ブレインバトル観覧、体験コーナー等 / 日 詳細は当局ホームページをご覧ください / 日 NHK釧路放送局(日41-9191)

◆ダイエットキックボクシング無料体験

日 毎週月・水曜日サンライフ釧路、毎週金曜日サンアビリティーズ釧路 / 日 K-combat(中村日090-4877-4649)

◆麦のスワッグ作り講習会

日 12月7日(土)午後1時30分～3時30分 / 日 鳥取ドーム研修室 / 日 10人 / 日 500円 / 日 12月6日(金)までに電話で釧路花くらぶ事務局(釧路市公園緑化協会内日24-0513)

◆講演会「敗戦80年を前に、開戦の意味を考える～戦争はどのようにして始まったか～」

日 12月8日(日)午後2時30分～4時30分 / 日 まなぼと幣舞5階ハイビジョンシアター / 日 70人 / 日 500円(会場費、資料代含む) ※大学生以下無料 / 日 平和を語る釧路市民の会(長内日090-1601-0945)

◆ポリテク釧路2月生「電気システム科」

日 2025(令和7)年2月3日(月)～7月28日(月) / 日 見学会 = 12月12日(木)、19日(木) / 日 ハローワーク釧路に求職登録している方等 / 日 20人 / 日 一般住宅用電気設備工事、シーケンス制御等の技能および関連知識の習得 / 日 教科書代 / 日 12月25日(水)までにハローワーク釧路(日41-1201)へ / 日 釧路ポリテクセンター釧路訓練課(日57-5938)

◆ふまねっとサロン

日 12月19日(木)午前10時～正午 / 日 プラザよねまち / 日 ふまねっと、バンド演奏 / 日 ふまねっとサロン(木本日090-2878-8504)

◆タオル・バスタオル・タオルケットの寄贈にご協力

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

◆ハイブリッド合同企業説明会

日 2025(令和7)年1月25日(土)午前11時～午後2時 / 日 釧路プリンスホテルおよびZoom / 日 再就職、転職希望者、大学、短大、高専、専門学校卒業予定者 / 日 出展企業 = 約40社 / 日 Zoom参加者は要予約。詳細はホームページをご覧ください / 日 釧路市地域雇用創造協議会(日65-6870)

◆カレンダー・手帳リサイクル市

日 2025(令和7)年1月11日(土)・12日(日)午前10時15分～午後4時(12日(日)は午後3時まで) / 日 イオンモール釧路昭和1階サンコート / 日 手提げ袋等

◆カレンダー・手帳の提供について

日 受付 = 12月23日(月)～27日(金)、2025(令和7)年1月6日(月)～9日(木)午前9時～午後5時 / 日 持込先・日 釧路市ボランティア連絡協議会(旭町12-3総合福祉センター日24-1648)

◆ナースバンクをご利用ください

日 ナースバンクは北海道から委託されて設置している無料職業紹介所です。相談員が看護職の再就業のサポートをします。お気軽にご相談ください。

日 発熱等、体調が優れない方の来所はご遠慮ください。相談は30分以内。電話やメールでも対応可能です。

日 ナースバンク釧路業務支所(日65-6684)

◆看護師等の届け出制度

日 「看護師等の届出制度」とは、保健師、助産師、看護師、准看護師の免許を持ちながら、その仕事に就いていない方に氏名や連絡先などをナースセンターへ届け出いただく制度です。詳細はお問い合わせください。

日 ナースバンク釧路業務支所(日65-6684)

1月号に掲載希望の方は12月2日(月)正午までに内容の分かるものをファクスまたはメールで北日本広告社(日22-0211日25-7791日kouhou946@ad-kitanihon.co.jp)へご連絡ください。

生涯学習ガイド

12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

★冬休み期間中、市内の小・中学生は入館無料です！

～8(日)	会場により異なります	サテライト展示（コープさっぽろ貝塚店・くしろ水産センター） 「ちょい見せ！？釧路の縄文！」	ディーゼルに追われゆく蒸気機関車。機関区職員による写真愛好グループ「SLクラブ」が記録した鉄道風景を、道東を中心に展示します。
～1/12(日)	9:30～17:00	収蔵資料ミニ展示「阿寒摩周国立公園の植物・いまむかし」	
11/30(土)～2/16(日)	9:30～17:00	企画展・私の博物館「昭和40年代・国鉄釧路機関区SLクラブ写真展～汽車の煙～」	1874（明治7）年12月1日の「釧路郵便役所」設置から150年。地域とともに歩んできた釧路管内の郵便局の歴史をふり返ります。
11/30(土)～3/9(日)	9:30～17:00	企画展「釧路の郵便150年」	
7(土)	13:30～15:40	郵便映画祭2024～映像でふりかえる、昭和時代の郵便のしごと～	
28(土)	10:30～12:30	おそなえもちをつくろう小・中学生と保護者（小学校2年生以下は保護者同伴） 定50人抽料300円抽1(日)～18(水)（必着）までにWEBから、またははがき、ファクスで	餅つき体験、おそなえ餅作り、クイズなどを通して、お正月を迎える準備について楽しく学びます。

市立美術館

～15(日)	10:00～17:00	ミニ企画展 歌う指先～磯優子展～	磯優子氏はグラフィックデザイナーとして活躍する一方、版画とCGの技術を駆使して繊細な作品を生み出すイラストレーターとして活動しています。本展では多岐にわたる作家の仕事を紹介します。
--------	-------------	------------------	--

生涯学習センター（まなぼっと幣舞）

大ホール 市民展示ホール 多目的ホール

講座	8(日)	10:00～12:00	くしろ子ども未来塾¥300円※フラワーアレンジメントと華道は材料費別途		体力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。					
	1/18(土)	9:00～16:30	子どもチャレンジ「親子でわくわくワカサギ釣り」市内内在住の小学生とその保護者 定20人¥2,340円(受講料、貸し釣り道具、遊漁料含む) 抽10(火)8:50～			ワカサギ釣りで冬を楽しもう!				
ホール	～1(日)9:00(11/29(金)は11:00)	展	1(日)13:00	大	4(水)～8(日)10:00	展	6(金)18:30	大		
	2024(令和6)年度 第30回生き生き生活文化展		第7回北海道太鼓 ジュニアコンクール		第66回北海道文化集会in釧路関連事業 第6回こどもアール・ブリュット北海道みらい作品展移動展		くしろ演劇みたい会 第127回例会「ガラクタ」	定¥		
	釧路挂冠会 (釧路市校長・教頭在職退職者の会) 本間 画41-8181		日本太鼓財団北海道道東支部事務局 中門 画090-5984-0028		釧路地方文化団体連絡協議会 画41-8181		演劇鑑賞会 くしろ演劇みたい会 画25-6405			
	8(日)13:00	大	11(水)～14(土)10:00	展	15(日)10:00	展	15(日)13:30	多	15(日)13:00	大
	第66回北海道文化集会in釧路 ～持続可能な地域文化の アップデート～		阿寒の森間伐材アート展		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～		釧路ダンススポーツ協会 12月パーティー	¥	キッズロケット クリスマスコンサート2024	¥
	釧路地方文化団体連絡協議会 画41-8181		阿寒の森間伐材アート展実行委員会 岡田 画090-2817-5822		ライフ・ガーデン 内海 画090-4879-8490		釧路ダンススポーツ協会 工藤 画22-7822		キッズロケット事務局 金安 画090-8270-8760	
	21(土)10:30	大	22(日)10:00	展	22(日)13:30	多	22(日)14:00	大		
	0歳からのファミリーコンサート ～たのしいクリスマスコンサートひろば～		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～		ダンスサークル 野ばらパーティー	¥	釧路高専吹奏楽部 第19回定期演奏会	¥		
	幼い子どもたちのためのコンサート実行委員会 進藤 画090-5982-6745		カラフル・マルシェ 清野 画090-3903-7090		ダンスサークル野ばら 吉田 画090-7642-5144		釧路工業高等専門学校吹奏楽部 画57-7359			

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(日)12:00 展 第22回くしろMAMAフリマ	1(日)14:30 小 ONKYOコンサート2024 ～3人のソリストによる～	7(土)9:30 小 第55回鉄道弘済会釧路認定こども園 創作発表会	7(土)14:30 小 斉藤良子・羽田野美幸ピアノ教室発表会
くしろMAMAフリマ実行委員会 画050-5437-7323	釧路音楽協会事務局 画090-8632-0479	(公財) 鉄道弘済会釧路認定こども園 画36-7028	斉藤良子ピアノ教室 画91-3557
8(日)10:00 展 イベチャレ特別企画!! イベ運動会	8(日)17:00 大 ZEARTY DANCE STUDIO 5th ANNIVERSARY～NXTRIBE vol.5～	14(土)14:00 小 釧路ジュニアオーケストラ 11thソロコンサート	
きっさこイベ 加藤 画080-5325-1899	ZEARTY DANCE STUDIOネクストライブ実行委員会 車田 画090-6443-3074	コーチャンフォー釧路文化ホール 画24-5005	
15(日)14:30 小 2024カワイクリスマス ジュニアコンサート	22(日)14:30 小 ヨウコバレエスタジオおさらい会	22(日)17:30 大 第25回 釧路公立大学吹奏楽部定期演奏会	18(水)10:00～各プレイガイドにてチケット販売開始 ●清塚信也with NHK交響楽団メンバー ～カラフル・ミュージック・ツアー～2025 抽3/8(土)13:30抽S席8,800円、A席7,700円全席指定 抽抽コーチャンフォー釧路文化ホール大(画24-5005)
カワイ音楽教室釧路事務所 画23-7215	ヨウコバレエスタジオ 三野宮 画090-8308-8241	釧路公立大学吹奏楽部 西川 画070-9047-1580	

道立釧路芸術館

～8(日)	9:30～17:00	自然へのまなざし 天と地と📍 series Re-birth 風化から再生2024「朽ち往くものから」～下沢敏也展～	人間と自然の関わりを表現した美術作品を「天」と「地」の二つのテーマから紹介する展覧会。当館の所蔵作品を中心に、さまざまな視点と手法により制作された作品をお楽しみください。 アートの鑑賞は難しいと思っている人はいませんか？この展覧会では、当館のマスコットキャラクター・かもめのももちゃんと一緒にアートを気軽に楽しむ手掛かりを探します。		
21(土)～3/9(日)	9:30～17:00	ももちゃん芸術祭2024 アートを楽しむヒントをみつけよう!📍 新収蔵品展 森山大道「北海道」を中心に			
26(木)～1/13(月)	9:30～17:00	冬のキッズ・アトリエ			
アートホール					
8(日)	11:00	和cafe slo兎 18周年記念コンサート📍	26(木)	18:30	桜ウインズ クリスマスコンサート
15(日)	15:15	未来にはばたく子どもたち「管楽器奏者たち」のコンサート	28(土)	10:00	アートシネマ館「アイス・ロード」 (2021年/アメリカ/109分)📍先着100人 ※開催中の展覧会の割引券を配布(当日のみ有効)
22(日)	16:30	TESYピアノ教室門下生ピアノ発表会			

● **こども遊学館**
幸町10-2 ☎32-0122
【休館日】月曜日
28(土)~1/3(金)

中央図書館
北大通10-2 ☎64-1740
※音声ガイダンスでご案内します。
【中央図書館・各地区図書館休館日】
月曜日、10(火)、27(金)、29(日)～1/3(金)

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

● **ウインドヒルくしろ**
スーパーアリーナ
 広里18 ☎38-9800
 【休館日】18(水)
 31(火)~1/3(金)

●柳町スピードスケート場
柳町1-1 ㊦31-1230【本部事務所休館日】29(日)～1/3(金)
●柳町・釧路・春採各スケーティングリンク休館日】31(火)・1/1(水)

●鳥取温水プール
鳥取南4-4-21 ㊦53-5333【休館日】29(日)～1/3(金)

こども遊学館

★冬休み期間中(26木～1/14火)は、小・中学生の展示室観覧料が無料です。

1(日)	11:00～12:00	工作教室「お正月飾りをつくろう!」 ☑小学生以上 ☑10人 ☑☑WEB受付中	19(木)	10:00～12:00	遊学館ボランティア説明会☑18歳以上 ☑
5(木)	10:30～11:30	親子遊び「わくわく☆クリスマス」☑2歳～ 未就学児の親子 ☑15組 ☑☑WEB受付中	20(金)	11:30～12:00	プラネタリウム クリスマス特別投影 「スペシャル きらきら☆クリスマス」 ☑120人 ☑☑ プラネタリウム観覧料
7(土)	10:00～16:00	第13回くしろ安心住まいフェア		13:00～15:00	成人楽集「羊毛でお正月飾り」 ☑18歳以上 ☑15人 ☑☑400円(材料費) ☑ 6(金)からWEB受付
7(土)・21(土)	①11:00 ②14:30	おはなし会 ☑	21(土)	16:00～16:45	プラネタリウム 大人のための星空さんぽ 特別編「星空と音楽のタベ2024」 ☑120人 ☑☑ プラネタリウム観覧料
8(日)	18:15～19:15	星空キャラバン「見えるか!?土星食」 ☑当館前庭※雨天・曇天は中止			
11(水)	11:00～11:30	おはなしタイム ☑			
14(土)	①10:00 ②14:00 (時間内自由参加)	レッツ!おりがみ「クリスマス」 ☑各回20人 ☑	22(日)	①13:00 ②14:45	にこにこ子ども劇場 ☑
	①11:00 ②14:00	森の戦士ボノロンがやってくる! ☑		13:00～14:30	サイエンス・ラボ 「ふわふわ結晶クリスマス飾り」 ☑20組 ☑
14(土)・15(日)	10:00～16:00	クリスマススペシャル「サンタさんのレシピ」 ☑中学生以下 ☑先着150人 ☑	毎週土・日曜日、祝日	15:00	サイエンスショー ☑
15(日)	①11:00 ②14:30	クリスマス☆おはなし会 ☑各回30人 ☑	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～ ☑
	①10:30 ②14:00	クリスマスミニコンサート	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」 ☑☑

プラネタリウム 投影スケジュール

※10(火)～13(金)、メンテナンスおよび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>		きらきらタイム ～きらきら☆クリスマス～		太陽 ～私たちの母なる星～		○ブラネタリウム ちびまる子ちゃん 南十字星に魅せられて ●【新番組】彩ちゃんと夜空のキャンパス
土・日曜日、祝日 冬休み	10:00	○ブラネタリウム ちびまる子ちゃん 南十字星に魅せられて ●【新番組】彩ちゃんと夜空のキャンパス	11:30	○星のかげらをさがしに ●ブラネタリウム ちびまる子ちゃん 南十字星に魅せられて(※1)	13:30	○ブラネタリウム ちびまる子ちゃん 南十字星に魅せられて ●【新番組】彩ちゃんと夜空のキャンパス	16:00	太陽～私たちの母なる星～ (※2)

所3階スターエッグ定各回120人入要プラネタリウム観覧料●8日まで●14出から(※1)15日11:30~12:00は幼児向け「きらきらタイム」です。(※2)21出16:00~16:45は「大人のための星空さんぽ」特別編です。●【新番組】 絵を描くのが大好きなアヤちゃんと虹色のペン君と一緒に夜空の世界を冒険しよう!小さなお子さんからみんなで楽しめる番組です。

中央圖書館

★西部地区図書館は3(火)～7(土)は蔵書点検のため臨時休館となります。28(土)は、地区図書館は17:00で閉館します。

1(日)	13:00～15:00	北方領土問題地域学習会㊦7階多目的ホール㊦50人㊦ 映画「クナシリ」上映後ディスカッション㊦直接または電話で
12(木)	18:00～19:00	特別講座「特殊詐欺のお話」㊦7階多目的ホール㊦80人 ㊦直接または電話、申込フォームで
14(土)	11:00～11:30	みんなで紙芝居を見よう㊦中部地区図書館
	14:00～14:20	大人の絵本時間㊦西部地区図書館
15(日)	11:00～11:20	大人の絵本時間㊦東部地区図書館
21(土)	11:00～12:00	クリスマススペシャルおはなし会㊦4階おはなしコーナー
●おはなし会（読み聞かせ等）※各30分程度 毎週水曜日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] 8(日)、22(日)11:00		
●図書郵送貸出サービス（有料）をご利用ください。㊦直接または電話で		
12月映画上映会		㊦7階多目的ホール ㊦各80人
6(金)・7(土)	13:00	銀座の恋の物語(邦画、93分)
13(金)・14(土)		シンデレラ 3つの願い(洋画、87分)
20(金)・21(土)		ホリデイ(洋画、135分)
28(土)		身近き、短き、家族かな(邦画、93分)

釧路文学館		
～1/26(日)	9:30～19:30	企画展「おいしい文学」展
4(水)	18:00～19:00	講演会「あなたのおそばに…ちょっと気になるお蕎麦の話」講師：石丸達郎㊦7階多目的ホール㊦80人 ㊦直接または電話、申込フォームで
8(日)	13:00～14:30	川柳教室（冬の食べ物をテーマに一句詠む） 講師：飯田活魚㊦6階文学会議室㊦20人 ㊦直接または電話、申込フォームで
15(日)	13:00～14:00	マンスリー朗読会（作品：吉本ばなな「キッチン」） 朗読：小田島本有㊦7階多目的ホール
1/16(木)	18:00～19:00	講演会「続・あなたのおそばに…ちょっと気になるお蕎麦の話」講師：石丸達郎㊦7階多目的ホール㊦80人 ㊦直接または電話、申込フォームで
1/26(日)	13:00～14:30	俳句教室（冬の食べ物をテーマに句を作る） 講師：村田朋代、山本ひろし㊦6階文学会議室㊦20人 ㊦直接または電話、申込フォームで

スポーツ

ウインドヒルくしろスーパーアリーナ

対定¥申問 (TEL 38-9800)

1(日)、4(水)、10(火)、15(日)、19(木) 25(水)、30(月)	9:00	こどもアリーナ [※] 未就学児	12(木)、19(木)、26(木)	19:00	グループフィットネスk-fitコアトレーニング
			15(日)	9:00	季節のイベントinこどもアリーナ
2(月)、9(月)、16(月)、23(月)	19:00	グループフィットネスk-fit有酸素運動	19(木)	19:00	ミニテニス体験会
4(水)	19:00	グループフィットネスk-fit MIXDAY	28(土)・29(日)	10:00	キッズスポーツイベントみらくる広場

スポーツ振興財団

所 記載のないものは柳町スピードスケート場 対定¥申 各開催日前日まで 問(TEL)31-1230)

2月～(月曜日全4回)	13:30	スローエアロビック	
	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	
6(金)、13(金)	10:00	スタイルアップレッスン「骨盤美人」 要 18歳以上の女性	
	11:15	Step美Body～Step台で楽しくシェイプアップ 要 18歳以上の女性	
6(金)～(金曜日全3回)	19:30	初中級エアロ	 みんなで勉強とスポーツを楽しもう!!
20(金)	14:30	インファントクラス 要 2～5歳	
1/7(火)・8(水)	10:30	ウィンターキッズスクール 要 小学生 申 17(火)～	

- スケート体験教室3回 3(火)16:30(至) 6歳～小学校6年生
 - 初心者スケート教室3回 10(火)～12(木)16:30(至) 6歳～小学校6年生
 - 冬休みはじめてのスケート体験日 1/9(木)10:00(至) 4歳～小学校2年生(申) 17(火)～
- 【共通】所KKS釧路厚生社アイスアリーナ

鳥取温水プール

対定半申問 (TEL53-5333)

- **2カ月単位の成人水泳教室**
日①火・木曜日11:00～12:00
 ②水曜日11:00～11:45(祝日は除く)
対象成人 **内容**①水泳教室②健康ウォーキング
料〔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)
申込奇数月の20日※6人未満の場合中止
 ※詳細はお問い合わせください。



ようこそ！ 子どもの本の森へ！

今回紹介してくれるのは、
西部地区図書館の宮本亜希子
さんです。

これ、読んでみて！



近年住宅地にも現れるようになったシカが主人公のお話
しです。

表紙にどーんと描かれたし
ぶめのシカさん。立派な角が
自慢ですが、ある日その角が
大変なことに…。シカさんの
気持ちを「しか」にもじって表現しています。

途中、「一ここより詩吟調でー」とありますので、ぜひオリジナ
ルで‘吟じて’お楽しみください！最後のオチをお楽しみに！！

表紙をめくると詩吟の世界。子どもでも大人でも楽し
める絵本です！

タイトル：「シカものがたり」
文：おなり修司 絵：飯野和好 発行：絵本館



くしろ子育て情報ピックアップ

「子ども読書デビュープロジェクト」を 始めました！



市は生後1歳未満の子どもを対象に、1冊の絵本を贈る「子
ども読書デビュープロジェクト」を始めました。

これは、絵本を通じて親子がゆったりとふれあう時間を作るき
っかけづくりとして、また、乳幼児期から本に親しむことによる
読書習慣の形成の一助とするものです。

10月から順次開催している生後6・7カ月の子どもがいる保
護者向けの育児相談会で、市中央図書館作成の「赤ちゃんとし
楽しむ絵本ガイド」に掲載する絵本12種類の中から、子ども1人
につき1冊をプレゼントし、読み聞かせ体験も行っています。

対象者 育児相談の対象者

(市内在住の6・7カ月児とその保護者)

会 場 市内の育児相談会場にて実施

問合先 市教委生涯学習課生涯学習係 (☎31-4579) ▲市HPはこちら



VIVA! 北海道コンサドーレ札幌

2024明治安田J1リーグ終盤戦

J1リーグ残留に向けて勝利が求められる北海道コンサ
ドーレ札幌は、10月19日の第34節 名古屋グランパス戦
に勝利し、11月3日の第35節 セレッソ大阪戦、11月9
日の第36節 湘南ベルマーレ戦は引き分けに持ち込みまし
た。今シーズンも残り2試合となります。J1リーグ残留
に向けて、勝利が条件となっています。北海道コンサ
ドーレ札幌へ皆さんの熱い声援を届けていきましょう！

2024明治安田J1リーグ試合日程〈12月〉

- ▶第37節12月1日(日) VS サンフレッチェ広島
(午後2時、エディオンピースウィング広島)
- ▶第38節12月8日(日) VS 柏レイソル
(午後2時、大和ハウスプレミストドーム) ※今シーズン最終戦

ホーム戦の
チケット購
入情報はこ
ちら▶



北海道コンサドーレ
札幌釧路地区後援会
のLINEページ。
観戦会情報などはこちら▶



注目選手紹介

こんどう とも き
No.33 近藤 友喜 (MF)

生年月日 2001/3/21 (23歳)

前所属 横浜FC 出身地 愛知県



■注目ポイント■

今季、北海道コンサドーレ札幌へ加入。
豊富な運動量と自慢のスピードを生かしたドリブル突破が
持ち味です。今季は、J1リーグに27試合出場し4得点2ア
シストを記録し、チームの中心選手となっています。北海道
コンサドーレ札幌をJ1リーグ残留のため、勝利を導く活躍
に期待がかかります。

●釧路市は2018年(平成30年)に、株式会社コンサドーレと包括連携協定を
結んでいます。

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	10月中	2024(令和6)年累計	火災など統計	区分	10月中	2024(令和6)年累計
	件数	24件	183件		件数	3件	31件
	死者	0人	3人		死者	0人	3人
	負傷者	27人	206人		救急出動	918件	8,899件
	シートベルト装着率調査	100%					
人口統計		人口＝154,756人 世帯数＝91,509 世帯（10月末現在）					

※「広報くしろ1月号」は12月20日(金)配布予定です。

※北海道新聞折り込み配布は12月19日(木)の予定です。