

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。

【定期接種】

☎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】

積極的勧奨差し控えにより接種機会を逃した方で、2022(令和4)年4月～2025(令和7)年3月の期間のうち1回以上接種した方を対象に無料接種期間を2026(令和8)年3月まで1年延長し、従来の定期接種対象年齢を超えて予防接種を行います。

☎1997(平成9)年4月2日から2009(平成21)年4月1日生まれの女性のうち、キャッチアップ接種期間（2022(令和4)年4月～2025(令和7)年3月）に1回以上接種した方／接種回数＝3回（キャッチアップ接種期間中の接種を含めて3回）※他市町村での接種含め、既に3回接種済みの方は対象外

●キャッチアップ接種開始前に自費で接種を受けた方への助成について

キャッチアップ接種対象年齢の女性のうち2022(令和4)年3月までに自費で接種を受けた方について、接種費用の助成を行っています。詳しくはお問い合わせください。

☎健康推進課(☎31-4524)

福祉

2026(令和8)年度訓練生募集

訓練科目・訓練期間＝[建築デザイン科]2026(令和8)年4月～10月、[CAD機械科・総合ビジネス科・総合実務科]2026(令和8)年4月～2027(令和9)年3月、[プログラム設計科]2026(令和8)年4月～2028(令和10)年3月／☎障がいのある求職者／選考試験日＝11月4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／☎10月1日(水)～21日(火)に北海道障害者職業能力開発校（☎0125-52-2774 ☎0125-52-9177）またはハローワーク釧路（☎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。「わかがえりレッスン」は釧路市介護予防プログラムで、無理なく楽しみながら行うことができます。ぜひご自宅で「わかがえりレッスン」に取り組みましょう。

☎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・☎電話で介護高齢課高齢福祉係（☎23-5185）、☎保健福祉課（☎66-2120）、☎保健福祉課（☎01547-9-5252）へ

子育て・教育

10月の子育て講座

●おいしく楽しく離乳食

☎10月8日(水)午前10時30分～11時30分／☎0歳～おおむね1歳（離乳食完了まで）／☎離乳食の作り方、進め方等／☎☎中部子育て支援センター（☎38-5037）

●子育て教室

☎10月17日(金)～11月7日(金)午後2時～3時30分／☎令和7年4月2日～7月31日生まれの乳児とその家族／☎①母乳育児 ②離乳食 ③乳児の健康 ④心と体の育つかかわり（全4回開催、詳しくはお問い合わせください）／☎☎子育て支援総合センター（☎65-9912）

●おはなし好きな子あ～つまれ！

☎10月30日(木)午前10時30分～11時15分／☎1歳～就園前／☎☎大型絵本、テーブルシアター等／☎☎西部子育て支援センター（☎65-6112）

●ハッピーハロウィン

☎10月31日(金)午前10時30分～11時15分／☎0歳～就園前／☎☎親子ゲーム、簡単制作等／☎☎親子つどいの広場昭和（☎55-2231）

マタニティ講座

☎10月19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／☎10月6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)

ひとり親家庭等の

お父さん、お母さんへお知らせ

●弁護士による無料法律相談

☎10月15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、面接交渉権等諸問題

●ひとり親家庭のための自習室

☎月4回程度※応相談／☎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

●パソコン開放デー

☎応相談／☎ひとり親家庭等の親、寡婦（要予約）／☎5人／☎パソコンの入力、検索等

●就業支援セミナー「親と子どもを守る」～はじめての情報セキュリティ～

☎10月25日(土)午前10時～正午／☎ひとり親家庭等の親、寡婦、離婚等を考えている人（託児あり。要予約）／☎10人【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

上下水道料金

夜間・日曜納付相談窓口

夜間＝10月16日(木)午後8時まで／日曜＝10月5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）

ヒグマ出没に注意！

秋は冬眠に向けてヒグマの行動が活発になる季節です。ヒグマと出会わないために、次の点にご注意ください。○ヒグマが活発に行動する早朝、夕方、夜間に外出する際は注意する ○生ごみなどの可燃ごみは、屋外に放置するとヒグマを誘引する可能性があるため、収集日の前夜に出さず、当日の朝に決められた場所に出す ○山林に入る前には市町村役場や森林管理署などで事前にヒグマの出没情報を確認し、出没情報や注意看板がある場所には立入らない ○山林に入る際は鈴などの音が出るものを身に付け、単独行動を避ける ○ヒグマに遭遇したら、慌てず落ちついて行動する。走って逃げると追いかけてくることもあり危険ですので、視線をそらさず、ゆっくり後退する ○子グマに遭遇した場合は、必ず近くに母グマがいます。母グマは神経質ですので、驚かさず静かにその場を離れる ○フンや足跡を見たら速やかに引き返す ※ヒグマの姿や足跡などを見つけたら、ご連絡ください。

※ヒグマ出没情報は、「釧路市LINE公式アカウント」でも発信しています。是非ご活用ください。☎釧路警察署（☎23-0110）、環境保全課自然保護係（☎31-4594）、☎市民課環境係（☎66-2211）、☎市民課環境係（☎01547-6-2231）

みんなの力がささえています

今年も10月1日(水)から赤い羽根共同募金運動が始まります。地域の福祉を支えるために、今年も皆様のご協力をお願いします。また、今年も500円以上の募金で赤い羽根募金バッジ(数量限定)も頒布しています。詳細はお問い合わせください。



☎釧路市共同募金委員会（☎24-1565）

橋梁補修工事による交通規制のお知らせ

工事に伴い、ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

●新川橋(車両通行止め)

☎10月1日(水)～11月21日(金)



●音別跨線橋(通行止め)

☎～2026(令和8)年11月下旬



●鳥取橋(車線減少)

☎～11月下旬



☎道路河川課建設担当（☎31-4559）

2025(令和7)年

秋の全道火災予防運動

10月15日(水)～31日(金)

2025(令和7)年度全国統一防火標語

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

火事を起こさないために、次のことを心掛けましょう。○家の周りに燃えやすいものは置かない！○寝たばこやたばこのポイ捨てをしない！○揚げ物をするときはその場を離れない！○子どもにはマッチやライターで遊ばせない！○電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない！○ストーブには燃えやすいものは近づけない！○外出前に火の点検！☎消防本部予防課予防広報係（☎23-0426）

