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。

環境事業課からのお知らせ

●「集まれ！ごみひろい隊会」に参加しませんか

日５月23日㈯午前９時～11時※雨天中止／**清掃区域**＝市役所周辺、港湾地域周辺、幸町、黒金町、北大通、MOO周辺、末広歓楽街地域、栄町平和公園周辺／**受付場所**＝防災庁舎前広場／**問**釧路市マチをきれいにする推進協議会事務局（環境事業課内☎31-4551）

●ごみを減らすためには

「ごみを減らすため」「増やさないため」に、買い物では「もったいない」を意識して「てまえどり」を心掛け、家庭では「使い切り・食べ切り・水切り」の３きり運動を実践するなど、日常生活でできることから始めましょう。

●ごみを出しに行く時も玄関の施錠を忘れずに

ごみを出しに行っている間に、玄関から空き巣に入られることがあります。わずかな時間だと思っても、家を出る時には忘れずに玄関に鍵を掛けるようにしましょう。

●５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、５月６日㈬、20日㈬、第２・４水曜日の地区は５月13日㈬、27日㈬、［阿寒地域］第２・４金曜日の地区は５月８日㈮、22日㈮、第２・４土曜日の地区は５月９日㈯、23日㈯※各該当地区はクリーンカレンダーをご覧いただくかお問い合わせください。

【共通】問環境事業課廃棄物対策係（☎31-4551）、**阿**市民課環境係（☎66-2211）、**音**市民課環境係（☎01547-6-2231）

福祉

優良勤労障がい者を表彰します

長年にわたり仕事をしている障がいのある方を推薦してください。自薦・他薦は問いません。

対長年にわたり就労し、または事業所を営み、他の模範となる優良勤労障がい者／**推薦締切**＝５月７日㈭／**問**障がい福祉課（☎23-5201）

子育て・教育

すくすく事業説明・講習会

子育て応援ボランティアを募集しています。講習会に参加して、子育てのお手伝いをしてみませんか？

日5月20日㈬午前９時30分～午後３時、22日㈮午前10時～午後４時／**所**総合福祉センター／**対**市内在住の18歳以上で、子育てに意欲のある方／**内**子どもの救急法や交通安全、子どもの身体と病気、遊ばせ方など子どもを預かる上で必要な講義／**他**詳細はお問い合わせください／**申**５月13日㈬までに電話で子育てサポートセンター・すくすく（☎23-2552）へ

５月の子育て講座

●産前産後のからだケア

日５月14日㈭午前10時30分～11時30分／**対**マタニティの方、産後６カ月までの母子／**内**お母さんの産前産後のからだケアについて／**所申**西部子育て支援センター（☎65-6112）

●救急法

日５月29日㈮午前10時30分～11時30分／**対**０歳～就学前／**内**ケガや病気の対応、救急処置とAEDの使い方等／**所申**中部子育て支援センター（☎38-5037）

●おいしく楽しく離乳食

日５月26日㈫午前10時30分～11時30分／**対**０歳～おおむね１歳（離乳食完了まで）／**内**離乳食の作り方、進め方等／**所申**子育て支援総合センター（☎65-9912）

●元気な「からだ」育て

日５月28日㈭午前10時30分～11時30分／**対**妊婦、０歳～就園前／**内**予防接種や感染症、生活リズムについて等／**所申**親子つどいの広場昭和（☎55-2231）

「こども110番の店」協力のお願い

地域の子どもたちを不審者等から守るため、コンビニエンスストア、店舗、事業所等の皆さんには、緊急避難場所を担っていただいています。協力店舗におかれましては引き続きよろしくお願いします。

なお、現在、掲示いただいている「110番ステッカー」は、2026（令和８）年度から増刷廃止となりますが、劣化等の際は在庫の範囲で交換可能ですのでご連絡ください。

問市教委学校指導課学校指導係（☎23-5189）

児童扶養手当・特別児童扶養手当の金額改定

日４月分～／**対**児童扶養手当、特別児童扶養手当の各受給者

●児童扶養手当（全部支給の場合）

改定前	第１子	月額4万6,690円
	第２子以降	月額1万1,030円加算
改定後	第１子	月額4万8,050円
	第２子以降	月額1万1,350円加算

●特別児童扶養手当

改定前	１級	月額5万6,800円
	２級	月額3万7,830円
改定後	１級	月額5万8,450円
	２級	月額3万8,930円

問こども支援課（☎31-4540）

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

日５月20日㈬午後1時30分～４時／**対**ひとり親家庭の親、一般の方（託児あり。要予約）／**定**４人／**内**離婚、親権、養育費、親子交流等諸問題

●パソコン開放デー

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

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

その他

林野火災に注意！

空気が乾燥し林野火災の発生しやすい季節となりました。タバコの投げ捨て、火遊びはやめましょう。また、山林に入る場合は所有者の許可を受けましょう。

問農林課農林振興係（☎31-2552）

上下水道料金 夜間・日曜納付相談窓口

夜間＝５月19日㈫午後８時まで／**日曜**＝５月10日㈰午前９時～午後５時／**所**上下水道料金お客様サービスセンター（南大通2-1-121）／**問**第一環境㈱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）

GW期間中の交通事故防止

本格的な行楽期が始まりますが、ドライブや旅行などで車を運転する際は制限速度を守り安全運転に努めて交通事故を防止しましょう。

問市民生活課（☎31-4590）

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）

日５月13日㈬午後１時～３時／**所**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。

●心の健康相談※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 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

胃がん・肺がん検診

日月～金曜日、第１・３土曜日／**対**40歳以上（１年に１回受診可）／**申**釧路がん検診センター（☎37-3370）

検診項目・内容	料金	検診機関
胃がん（バリウム検査）	1,340円	釧路がん検診センター
肺がん（X線）	480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
5月	22日㈮	はまなす会館
		桜ケ岡共和会館
	27日㈬	東雲町内会館
	28日㈭	桜ケ岡中央会館
	29日㈮	白樺ふれあい交流センター
		晴海町内会館
		春採生活館

申釧路がん検診センター（☎37-3370）

【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」も利用可（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。

問健康推進課（☎31-4524）

子宮頸（けい）がん・乳がん・大腸がん検診

対子宮頸がん検診は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）／**申**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）		1,250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	1,340円	釧路がん検診センター
	50歳以上	1,140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。