

広報くしろ

動物園にクロヒョウの「ソラ」が仲間入り！

「ソラ」は、5月28日に浜松市動物園（静岡県）からやってきた今年7歳になるメスです。一般公開の予定日などは、動物園ホームページで確認してください。6月下旬には、おびひろ動物園からアメリカバイソンの「リーフ」（オス）も来園します。釧路市動物園でのアメリカバイソンの展示は約9年ぶりです。さわやかな風が吹く季節を迎えた動物園の新しい仲間会いに行ってみませんか？

夏の旬を食べよう！
昆布／ツブ

漁師オススメの旬の魚
くしろプライド釧魚



2026

July No.249
令和8年7月1日発行

7



写真提供：浜松市動物園（静岡県）

主な記事

- 試験運用 8月3日(月)から市役所の窓口受付時間が変わります | 令和7年国勢調査の結果（速報）をお知らせします |
- 釧路市まちづくり基本構想策定に向けて3,000人を対象に市民アンケートを実施します |
- 釧路市物価高騰対策消費者支援事業くしろ市民応援クーポンの利用期間が始まっています！ |

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 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 7月27日(月)



●地震や津波などの災害には、日頃の準備と地域のつながりが大切です。町内会は、日常の“備え”を促し、防災研修会を通じ「共助」の意識づくりに取り組んでいます。いざという時に助け合える地域を一緒につくりましょう。
●夏祭り、ラジオ体操、清掃活動など、町内会では季節に合わせて、イベントを実施しています。顔見知りが増えると、イベントも楽しくなり、安心感もぐっと高まります。「ちょっと行ってみようかな」という気持ちで、地域行事に参加してみませんか。町内会メンバーになりたい等のお問い合わせは釧路市連合町内会（☎31-4255）へ。

試験運用

8月3日(月)から市役所の窓口受付時間が変わります

問合せ 市役所行財政改革推進室 (☎31-4592)

市役所では窓口受付時間の短縮を検討しており、以下の部署で試験運用を実施します。ご不便をお掛けすることがないように、引き続き、市民サービスの維持向上に努めていきますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

●試験運用の対象部署

施設名	対象部署
市役所本庁舎	環境保全課、市民税課、資産税課、納税課、商業労政課、都市計画課、建築指導課、会計室
市役所防災庁舎	戸籍住民課、障がい福祉課、介護高齢課、こども育成課、国民健康保険課、医療年金課
阿寒町行政センター	市民課、保健福祉課
阿寒湖まりむ館	阿寒湖温泉支所
音別町行政センター	市民課、保健福祉課

- ◆原則として窓口対応業務を対象に受付時間を変更します。
- ◆電話でのお問い合わせ等についても、できるだけ窓口受付時間内をお願いします。
- ◆試験運用の対象職場を拡大する際は、市ホームページおよび釧路市LINE公式アカウントにより、お知らせします。
- ◆窓口受付時間については、試験運用の実施状況を踏まえ引き続き検討していきます。

●窓口受付時間の変更

現在

午前8時50分～午後5時20分

8月3日(月)から

午前9時～午後4時

試験運用期間中は手続き等の内容により窓口受付時間外でも対応しますので、窓口受付時間内での来庁が難しい場合などには、各部署に連絡してください。

令和7年国勢調査の結果(速報)をお知らせします

問合せ 市役所企画課統計係 (☎31-4205)

昨年10月に実施した「令和7年国勢調査」の結果(速報)をお知らせします。

今後は、国が公表する各種集計結果を用いて詳細な分析を行い、釧路市のまちづくりに役立てていきます。

国勢調査にご協力いただき、ありがとうございました。
※この速報値は2026(令和8)年9月に総務省統計局から公表予定の確定値とは異なる場合があります。

	人口	男	女	世帯数
令和7年(速報値)	151,326	70,765	80,561	77,314
令和2年(確定値)	165,077	77,506	87,571	80,349
増減数	△13,751	△6,741	△7,010	△3,035
増減率	△8.3	△8.7	△8.0	△3.8

2026(令和8)年度

どなたでも参加OK!

市政懇談会を開催します

参加無料

市長と市民の皆さんとの情報共有の場です。近くの会場までお越しください。

開催スケジュール(※スケジュールは変更になる可能性があります。)

回	日程	時間	会場
①	7月13日(月)	14:00～15:30	城山会館 大広間(城山1-12-13)
②	7月14日(火)		星が浦会館 大広間(星が浦大通2-7-22)
③	7月15日(水)	17:30～19:00	音別町コミュニティセンター 研修室1・2・3(音別町中園1-78)
④	7月22日(水)	17:30～19:30	まなぼっと幣舞 802・803号室(幣舞町4-28)
⑤	7月31日(金)	14:30～16:00	阿寒湖まりむ館 会議室トーラサンペ・ユーカラ(阿寒町阿寒湖温泉2-6-20)
⑥		17:30～19:00	阿寒町公民館 1階大ホール(阿寒町中央2-4-1)
⑦	8月3日(月)	14:00～15:30	共栄ふれあいセンター 集会室A(双葉町4-38)

事前申込不要

ぜひお越しください!

【お願い】◆駐車場の数が限られているのでお誘い合わせの上ご来場ください。◆受け付けでの記名をお願いします。

問合せ

市役所市民協働推進課(☎31-4504)、阿寒町行政センター地域振興課地域振興係(☎66-2121)、音別町行政センター地域振興課(☎01547-6-2231)

詳しくはこちらから▶



2026 (令和8) 年度 釧路市健康ポイント事業開始のお知らせ

7月1日(水)
スタート!
10月31日(土)まで

釧路市LINE公式アカウントで 健康ポイントを集めて クーポン券を手に入れよう!



健康ポイントの詳細は上の二次元コードから確認できます。市ホームページをご覧ください。

問合せ先
市役所健康推進課 (☎31-4525)

◆ポイントの集め方

<p>STEP 01</p> <p>追加はここから</p> <p>釧路市LINE公式アカウントを「友だち追加」する。</p>	<p>STEP 02</p> <p>くしろ健康ポイントショップカードを取得する。</p>	<p>STEP 03</p> <p>ポイントを集める。</p>	<p>STEP 04</p> <p>50ポイント達成すると、画面に「特典チケット」が表示されます。交換所へ行き、特典チケットを見せ、「健康づくり応援団クーポン券」と引き換えます。 ※クーポン券の交換は、18歳以上の市民が対象です。</p>
---	---	--	--

◆ポイントはどこで集められるの?

- 2ポイント**
 - ◆運動施設や学習施設の利用 ◆ウォーキングコースの利用
 - ◆健康づくり応援団の店の利用
 - New!** ◆子育て支援センターの利用 ◆介護予防継続教室への参加
 - 5ポイント**
 - ◆市民健診の受診
(対象回/7月18日(土)、8月22日(土)、9月15日(火)、10月30日(金))
 - ◆市が指定する健康づくりのイベント
 - 10ポイント**
 - ◆くしろ健康まつり2026 (10月18日(日))
- ※詳細は市ホームページをご確認ください。

会場に設置されている二次元コードを読み込むとポイントを集められます! (1日1回まで)

◆何がもらえるの?

先着200人	50ポイント達成した方全員にWチャンス!
健康づくり応援団クーポン券 1,000円	抽選で10人に健康づくり応援団クーポン券 5,000円が当たります。*抽選日は11月16日(月)
交換所	釧路和商市場インフォメーション 月~土曜日 (午前8時~午後5時) *交換時、簡単なアンケートに回答していただきます。 *Wチャンスのみに応募の方も、引換期間内にこちらで受け付けます。
提示物	市民であることを確認できる書類 (マイナンバーカード、運転免許証など) 50ポイント達成済みの特典チケット画面
引換期間	10月1日(木)~11月14日(土)
利用期間	10月1日(木)~12月31日(木)

クーポン券は、健康づくり応援団登録店 (35カ所) で利用できます。
*2026 (令和8) 年6月10日時点

Vitality 釧路ウオーク (5ポイント対象)

スマートフォン専用アプリ「Vitality」を活用した健康づくり事業です。ウォーキング等の運動に取り組み、毎週設定される週間目標を達成すると、**さまざまな特典が獲得**できます。*本事業は住友生命保険相互会社の協力のもと実施します。

期間 7月27日(月)~9月20日(日) **対象** 18歳以上の市民、市健康ポイント事業の参加者
定員 先着200人 **登録期間** 7月20日(月)午前10時~26日(日) *アプリから登録

「Vitality」登録サポート会を開催します

【日時】 7月21日(火)、24日(金)午前10時~午後4時
【場所】 市役所防災庁舎1階 多目的スペース
【申込】 不要
【問合せ先】 住友生命保険相互会社 釧路支社 (☎23-6382)



釧路市まちづくり基本構想策定に向けて 3,000人を対象に市民アンケートを 実施します

問合せ先
市役所企画課企画係 (☎31-4208)

市のまちづくりの指針である「釧路市まちづくり基本構想」が、2027 (令和9) 年度で計画を満了することから、2028 (令和10) 年度から始まる新たな基本構想の策定に向けた取り組みを進めています。

そこで今回、**釧路市にお住まいの3,000人の方***に、アンケートを実施し、これまでの市の取り組みやこれからのまちづくりに関する意見をいただきたいと考えています。

新たな基本構想の策定に向けての基礎資料として活用させていただきますので、ご協力をお願いします。

*住民基本台帳をもとに無作為抽出した釧路市在住の方



市民アンケートについて

◆アンケートの送付

市役所から封筒 (右の見本) が届きます。内容は、アンケート調査票、概要説明リーフレット、返信用封筒となっています。



市民アンケートの回答期限7月31日(金)

◆アンケート結果

結果は集計後に広報くしろや市ホームページに掲載し、市民の皆さんにお伝えします。また、アンケートは無記名で回答していただくもので、個人の氏名が公表されることはありません。

釧路市まちづくり基本条例と釧路市まちづくり基本構想とは…

◆釧路市まちづくり基本条例

市民が主体であるまちづくりを実現するため、基本理念などをまとめた市のまちづくりのルールです。



◆釧路市まちづくり基本構想

釧路市まちづくり基本条例に基づき策定する、目指すべきまちの姿の実現に向けた市のまちづくりの最上位指針です。



釧路市物価高騰対策消費者支援事業

くしろ市民応援クーポンの利用期間が始まっています！



クーポンが届いていない場合は下記のサポートセンターまでお問い合わせください。

問合せ先 くしろ市民応援クーポンサポートセンター (☎050-5865-9445)

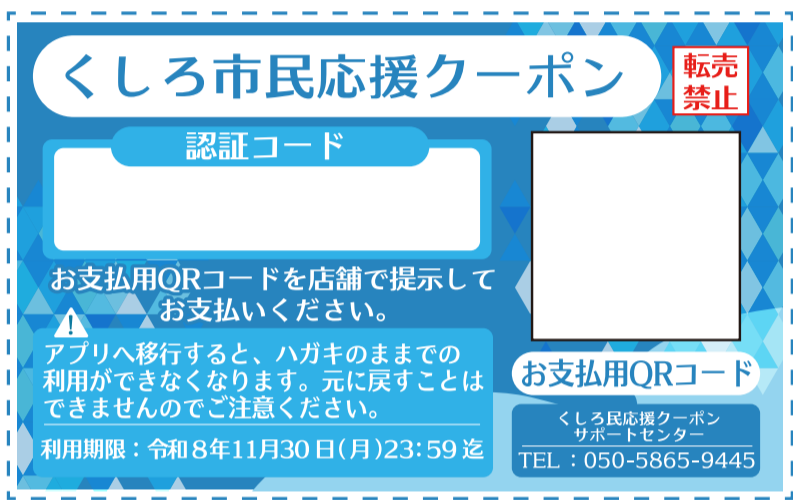
平日・祝日午前9時～午後6時(土・日曜日、8月28日(金)は除く)

※国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用しています。担当課 市役所商業労政課



お届け済みはがきの下部がクーポンです

クーポンは、残高がなくなるまで1円単位で最後まで使い切ることができます。また、クーポンは現金との併用ができます。



クーポンの利用ができる加盟店

クーポンは、右のポスターを掲示している店舗で利用できます。加盟店の詳細は、下記の二次元コードからご確認ください。

引き続き、加盟店の申し込みを受け付けています。

7月31日(金)まで

申し込みは右記のホームページから



クーポンは2種類の使い方が選べます

①はがきそのまま利用する

※点線に沿って切り取りカードとしての利用も可能です。



②アプリに移行して利用する

二次元コードから



アプリストアから

アプリの利用環境は、
iOS14.0以上、
AndroidOS8.0以上です。



アプリをダウンロードの上、はがきの支払い用二次元コードから残高を移行し利用してください。詳しくはクーポンで確認してください。

はがきとアプリのどちらも利用できる店舗

※この他にもアプリのみの利用となる店舗もあります。店舗ポスターでご確認ください。※6月8日時点

クーポンの利用期間は

11月30日(月)午後11時59分まで

◆釧路地域

北大通

- ・北大通東家
- ・天馬
- ・Watch&Jewelry 大谷
- ・佐藤紙店
- ・サロン・ド・イフ
- ・ブティックアーバン
- ・ミヤケ模型
- ・ビューティツボイ
- ・一栄 さとう
- ・三原製麺所
- ・カフェコロン

末広町

- ・あっとほーむ居酒屋 むっちゃんち
- ・QUEEN
- ・五明酒店
- ・旬鮮 炬ぱた もりや
- ・酒肴 瓢
- ・ダイニングバー 梟

・つり具センター 釧路店

- ・とんき
- ・丸絹岡野絹物店
- ・焼肉さがみ家
- ・八千代本店
- ・リサイクルブテック遊衣
- ・Re:season
- ・レストラン泉屋
- ・炬ぱた 鱗
- ・CAPE ANN
- ・酒肴や誠
- ・GHØST
- ・BISTRO J BAR しゅんや
- ・ジョイブルー
- ・ラーメンゆきかげ 末広店
- ・炭火焼こだま
- ・タリーズコーヒー 釧路店
- ・隠れ家ダイニングカンティーナ
- ・Salix

栄町

- ・居酒屋ダイニング あひる
- ・居酒屋 辰魂
- ・居酒屋 はじめ
- ・スナックキルケ
- ・炭火焼 きら
- ・炭焼炉端 ちくぜん
- ・天ぷら料理 さくら
- ・ふく亭 釧路店
- ・ぼんこたん
- ・炬ぱたさかまる
- ・炬ぱた居酒屋 はたご家
- ・炬ぱたと釜飯の店 釜吉
- ・Cocktail Dining ステア
- ・焼肉 べら旨
- ・焼肉酒場 ほるえもん
- ・八喜寿司
- ・たこ焼居酒屋 零
- ・まかない亭 稚鬼稚鬼

川上町

- ・au ショップ久寿里橋

・Café Bar KOKAGE

- ・五明鮮魚店
- ・cise.kawakami
- ・すし酒場 笑楽
- ・テックランド 釧路旭町店
- ・信田流
- ・ビッグハウス 旭町店
- ・柳月ビッグハウス 旭町店
- ・BAR ICHI

旭町

- ・カフェティアラ
- ・(有)ヤブタデンキ
- ・Honda Cars 釧路旭町店

錦町

- ・EHAB
- ・サイクルガレージバズ
- ・Cheri
- ・たんばや MOO 店
- ・北匠 MOO 店
- ・釧路おが和 MOO 店

- ・港の屋台 ブルー
- ・川島商店
- ・BASE9
- ・cafe maru
- ・食事処 しつげん

黒金町

- ・相原商店 (釧路和商市場内)
- ・柿田商店
- ・(株)さとむら
- ・くしろキッチン 和商市場店
- ・釧路市役所福利厚生会売店 (株)六峰社
- ・小町園
- ・ジョイパックチキン 釧路和商市場本店
- ・北匠 和商市場店
- ・まるいち佐藤商店
- ・山崎鮮魚店
- ・(有)岡田商店
- ・(有)丸栄田村商店
- ・市場のパン屋さん
- ・大高印章店

幸町

- ・釧路パレスフィールド
- ・釧路パレスボウル
- ・トップ オブ クシロ
- ・炬ばた かねさち
- ・FUTAMI BARISTA CAFE
- ・いちい青果ぐるめ館
- ・さいわい食堂

浪花町

- ・舟木米穀店/舟木コーヒー
- ・Dr.Drive 浪花町店
- ・セブンイレブン 釧路浪花町

浜町

- ・シャケ番屋

寿

- ・焼肉大鵬
- ・釧路ガス(株)
- ・セブンイレブン 釧路寿町店

宝町

- ・釧路アポロ石油(株)

堀川町

- ・トヨタモビリティ 釧路(株) 堀川店

川北町

- ・ザ・ビッグ 川北店
- ・丸勝池田精肉店
- ・そば処星の 川北店

白金町

- ・豊文堂 喫茶ラルゴ

喜多町

- ・おそばやびくとりー
- ・トヨタモビリティ 釧路(株) 喜多町店

双葉町

- ・熱原トラスト(株)釧路支社 車検センター

共栄大通

- ・大友精肉店
- ・釧之助 共栄大通店
- ・(株)三宝商会 共栄 SS

新橋大通

- ・au ショップ 釧路新橋
- ・コープさっぽろ 新橋大通店
- ・まつりや 新橋店
- ・葉舞
- ・ユアーズフジワラ

春日町

- ・フクハラ 春日店
- ・そば処 はま長

若松町

- ・ブティック マルトシ
- ・パン工房 Ficelle

新川町

- ・かつ善 新川店
- ・なごやか亭 新川店
- ・こめしん 新川店

川端町

- ・スーパーセンタートライアル 釧路川端店

花園町

- ・釧路 STRONG HOLD

新栄町

- ・よしやす食堂

- ・Dr.Drive 新栄町店

治水町

- ・キッチンカーイベ

南大通

- ・カクセ成田商店
- ・なかむら靴店
- ・池田商店

大町

- ・釧路倶楽部

大川町

- ・(株)石原商会

弥生

- ・いわまつ食堂
- ・PULP WAGON

浦見

- ・菓子処 なかじま
- ・霧ノ音

富士見

- ・藪蕎麦 百味庵
- ・パン工房 tokotoko

千代ノ浦

- ・DCM 千代の浦店

住吉

- ・(有)服部商店
- ・美意 Be-i
- ・アーユルヴェェーダひだまり
- ・炬端 もしり家
- ・ランチマーケット

城山

- ・セブンイレブン 釧路城山1丁目店
- ・宝龍
- ・食事処 しな田
- ・(有)ソフトビート

材木町

- ・釧路おが和本店

緑ヶ岡

- ・ひこやちや

貝塚

- ・アスピーファム 釧路貝塚店
- ・コープさっぽろ 貝塚店
- ・熱原トラスト(株)釧路支社 Enejat 貝塚店

春採

- ・コーチャンフォー 釧路店
- ・コープさっぽろ 中央店
- ・ザ・ビッグ 春採店
- ・デンキのエースたかはし
- ・とがし薬局
- ・なごやか亭 春採店
- ・ハピネススマート 春採店
- ・ほくぜん 春採店
- ・まつりや 春採店
- ・ミスタードーナツ コーチャンフォー 釧路店
- ・メガネのプリンス 釧路春採店
- ・(株)克蘭ツ

武佐

- ・百萬里 武佐店
- ・72 ゴルフ倶楽部
- ・伯苗和電器
- ・フクハラ 武佐店
- ・メガネの金安
- ・たかでん

白樺台

- ・たにぐち薬局
- ・レストランクローバー

益浦

- ・スーパーセンタートライアル 益浦店

桜ヶ岡

- ・ASBeefam. 桜ヶ岡店
- ・(株)久保田電器商会
- ・コープさっぽろ 桜ヶ岡店
- ・柳月 桜ヶ岡店
- ・セブンイレブン 釧路桜ヶ岡3丁目店

豊川町

- ・熱原トラスト(株)

中園町

- ・フクハラ 中園店
- ・不二家 釧路中園店
- ・DCM 中園店

入江町

- ・リユースショップ オキドキ 釧路店
- ・うるとら食堂

愛国東

- ・居酒屋寿司酒房 にし
- ・ECO&KIDS AKIRA
- ・きりんや 愛国店
- ・(有)野上商会
- ・フクハラ 愛国店
- ・柳月 愛国店
- ・銘酒のさとう
- ・酒と飯の喜口屋
- ・フランス料理ガストーラ
- ・パティスリーミルミル

愛国西

- ・シャディサラダ館 愛国店
- ・フローリスト花菜
- ・拉麺・つけ麺 穂澄

美原

- ・ツルハドラッグ 釧路美原店

芦野

- ・あいちょう 芦野店
- ・芦野東家
- ・ブックオフ 公立大学前店
- ・こめしん 芦野店
- ・(株)三宝商会 愛国 SS
- ・cafe シエスタ
- ・Bistro La Nature
- ・細川洋品店
- ・SAMA 釧路店

文苑

- ・コムシステム
- ・ザ・ビッグ 文苑店
- ・食肉工房よしやす
- ・ソフトバンク 釧路文苑×ワイモバイル 釧路文苑
- ・ピーナッツセレクトショップ
- ・焼肉ごしき苑
- ・熱原トラスト(株)釧路支社 文苑店
- ・フクハラ 公立大前店
- ・サラデジャンタルノボ

鳥取大通

- ・ギフトオブハートやすらぎ
- ・ケーズデンキ 釧路本店
- ・ザ・ビッグ 鳥取大通店
- ・スーパーアークス 鳥取大通店 (衣料)
- ・スーパーアークス 鳥取大通店
- ・スケートハウス 釧路
- ・釣人 釧路店
- ・トヨタモビリティ 釧路(株) 鳥取店
- ・トレスタ
- ・ファイテンショップ 釧路店
- ・ブティック カド
- ・RHYTHM kushiro
- ・柳月スーパーアークス 鳥取大通店
- ・銀龍
- ・Dr.Drive 十條前店
- ・DCM 鳥取大通店
- ・熱原トラスト(株)釧路支社 Enjet 鳥取大通店
- ・麺や北町
- ・らーめん春鶴
- ・ピークルショップ FRG

鳥取南

- ・コープさっぽろ とっとり店
- ・ジョイフルエーケー 釧路店
- ・ヤマダデンキテックランド ジョイフルタウン 釧路店
- ・Dr.Drive 西港店

鳥取北

- ・きりんや 鳥取店
- ・米屋 きちべい
- ・セブンイレブン 釧路鳥取北5丁目店

新富士町

- ・ミルキークラウン

昭和町

- ・焼肉金一
- ・トラストホッケーショップ
- ・リユースショップセカンドストリート 昭和店

昭和中央

- ・ASBee 釧路昭和店
- ・イオン 釧路昭和店

- ・ikka イオンモール 釧路昭和
- ・ONWARD CROSSET SELECT
- ・ガンズロックス
- ・サツドラ 釧路昭和中央店
- ・幸せごはん ゆきね
- ・sucre&vogue
- ・ドコモショップ 釧路昭和店
- ・なごやか亭 昭和店
- ・ニトリ EXPRESS イオンモール 釧路昭和店
- ・博多ラーメンふくちゃん
- ・フクハラ 昭和店
- ・BOOKsHIROSE イオンモール 釧路昭和店
- ・ほくぜん 昭和店
- ・メガネの早川 イオン昭和店
- ・柳月イオンモール 釧路昭和店
- ・Lente
- ・河原商店
- ・居酒屋酒仙
- ・CHELSEA New York イオンモール 釧路昭和店
- ・焼肉一番
- ・マリエッタ 釧路店
- ・時計・宝石 石岡 イオン 釧路昭和店
- ・リユースショップセカンドストリート イオンモール 釧路昭和店
- ・エステティックサロンていーだ
- ・エムアイブラザ 釧路昭和

昭和南

- ・au ショップ 釧路昭和
- ・ジョイパックチキン 釧路昭和店
- ・阿寒モルト牛 昭和店

星が浦大通

- ・あいちょう 星が浦店
- ・コープさっぽろ 星が浦店
- ・サツドラ 釧路星が浦大通店
- ・食事処 なかやま
- ・セブンイレブン 釧路星が浦大通1丁目店
- ・トヨタモビリティ 釧路(株) 星が浦大通店
- ・フクハラ 星が浦店
- ・ミスタータイヤマン 釧路店
- ・柳月 星が浦びあざフクハラ店
- ・ホンダカーズ 釧路星が浦店
- ・プロノ 釧路西店
- ・セブンイレブン 釧路星が浦大通2丁目店
- ・DCM 星が浦店
- ・(株)三宝商会 星ヶ浦 SS
- ・靴の専門店 TANAKAYA

星が浦北

- ・きりんや 星が浦店

星が浦南

- ・道東リペアサービス
- ・(株)こめしん

大楽毛

- ・釧路かに卸売市場
- ・TK フーズ
- ・Dr.Drive 大楽毛店

山花

- ・山花温泉リフレ

鶴野

- ・レストラン・オズ
- ・そば乃 青山亭

鶴丘

- ・たんばや 釧路空港店
- ・KeePerPROSHOP 釧路空港店
- ・Butler 釧路空港店

◆阿寒地域

- ・ツルハドラッグ 阿寒湖温泉店
- ・DCM ニコット 阿寒店
- ・ホテル御前水
- ・夢の杜ファーム
- ・(有)太平デンキ
- ・マルトやまもと

◆音別地域

- ・釧路丹頂農協 A コープ おんべつ店
- ・生鮮屋いとう
- ・味閣
- ・(有)平山モーター商会
- ・この町愛すの家もーちゃん



バスに乗って遊びに行こう！

問合せ 釧路市地域公共交通活性化協議会（市役所企画課内）（☎31-4502）

バスでお出かけプロジェクト

～ちびっこマンデープラス・ちびっこ3サンデーとの連携～



子育て世代の方々へ、バスに乗ってもらうきっかけづくりとして、本イベントを実施します！

対象期間中にバスに乗り、ちびっこマンデープラス・ちびっこ3サンデーを利用した方に「たにぼんおかし引換券（100円分）」をプレゼントします。友だちを誘って、ぜひお気軽にご参加ください！



期間 【バス乗車証明券配布期間】7月12日(日)～8月31日(月)
【おかし引換券交換期間】7月19日(日)～11月18日(水)
【おかし交換期間】7月19日(日)～11月18日(水)

対象者 保護者同伴の未就学児

その他 バス乗車証明券は、バスに乗車した未就学児の人数分のみの配布となります。
後日配布は行いませんので、対象の方は降車時に運転手に申し出の上お受け取りください。

イベント参加の流れ

- ①バス乗車証明券配布期間中に路線バスに乗車した対象の方は、降車時に運転手に申し出いただき「バス乗車証明券」を受け取ります。
- ②おかし引換券交換期間中に「ちびっこマンデープラス・ちびっこ3サンデー」を利用し「バス乗車証明券」をスタッフに提示すると「たにぼんおかし引換券」と交換できます。
- ③おかし交換期間中に「おかし たにぼん (MOO 1階)」で100円分のお菓子と交換できます。

★ちびっこマンデープラス・ちびっこ3サンデー（入場無料）

【開催日】毎週月・水・金曜日（祝日の場合は休み）
毎月第3日曜日 ※11月11日(水)は休み

【時間】午前9時～午後3時30分

【会場】MOO5階多目的アリーナ 詳細はこちらから▶



7月4日(土)

バスふれあいイベントを開催します！



皆さんに路線バスをもっと身近に感じていただくため、釧路西部たらく商店会が開催する「多良福まつり」に併せ、釧路市地域公共交通活性化協議会、くしろバス(株)、阿寒バス(株)、イオン北海道(株)、釧路総合振興局、釧路西部たらく商店会による共催でバスふれあいイベントを開催します！



ぜひご家族でお越しください（荒天時は「多良福まつり」の開催の可否に準じます）。

日時 7月4日(土) 午後1時30分～3時

場所 イオンモール釧路昭和 郵便局側駐車場
「多良福まつり」会場内

- 内容**
- ・会場にバスを用意しますので、自由に乗り降りできます！
 - ・運転席に座って記念撮影も！
 - ・クイズに答えてお菓子つかみ取り！
 - ・バスに関する疑問はなんでもお聞きください！

乗りたいバスが今どこを走っているのかわからないかな？

バスを使いたいけれど、どの路線がいいのだろう？



ワオン WAONで運賃を払いたいけどどうすればいい？

★第15回多良福まつり（入場無料）

【開催日時】7月4日(土) 午前11時～午後8時

7月5日(日) 午前10時～午後4時

※雨天の場合は中止（小雨決行）

詳細はこちらから▶



郵便局でマイナンバーカードの申請や電子証明書の有効期限更新等が行えます

問合せ 釧路市マイナンバーカードコールセンター（☎0120-954-193）

担当課 市役所戸籍住民課戸籍住民担当（☎61-5031）

市内3カ所の郵便局でマイナンバーカードの申請（申請サポート）、マイナンバーカードに搭載されている電子証明書の発行や有効期限の更新、暗証番号の変更やロック解除等の手続きができます。



取扱郵便局

- ◆大楽毛郵便局（大楽毛4-3-8）
 - ◆イオンモール釧路昭和内郵便局（昭和中央4-18-1）
 - ◆釧路桜ヶ岡郵便局（桜ヶ岡4-3-32）
- ※マイナンバーカードの申請（申請サポート）は、大楽毛・釧路桜ヶ岡郵便局では2023（令和5）年8月から実施しています。
【取扱日時】午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日・年末年始を除く）

電子証明書に関する手続きについて

●利用できる方

- ◆マイナンバーカードをすでにお持ちの方
- ※代理人による手続き、住所・氏名等の変更に伴う手続き、顔認証マイナンバーカードに係る手続きは受け付けできません。
- ※詳しくは、右記の二次元コードからご覧ください。



マイナンバーカードの申請（申請サポート）について

●利用できる方

- ◆初めてマイナンバーカードを取得される方
- ◆すでにお持ちの方で、カードの有効期限を迎える方
- ※紛失等による再発行や特急発行に該当する申請、代理人による申請は受け付けできません。
- ※詳しくは、右記の二次元コードからご覧ください。



マイナンバーカードおよび電子証明書の更新について

マイナンバーカードとカードに搭載されている電子証明書の有効期限は、それぞれマイナンバーカードは発行から10回目の誕生日（未成年者は5回目の誕生日）、電子証明書は発行から5回目の誕生日となっています。どちらも有効期限の2カ月ほど前にお知らせが届きますので、忘れずに更新の手続きをお願いします。

マルチコピー機の設置場所について

【新たな設置場所】◆市役所本庁舎1階（市民税課前）◆防災庁舎2階フロア中央
※コア鳥取、コア大空に設置していたマルチコピー機は、設置を終了しました。





問合せ JR釧網本線維持活性化実行委員会 (市役所企画課内画31-4502)

釧網本線沿線自治体等で構成されるJR釧網本線維持活性化実行委員会では、今年度も、釧網線の観光資源を最大限活用し、観光鉄道化に向けた取り組みを行うことで、抜本的な改善方策の検討につなげるために必要な調査・実証事業を実施します。

この調査・実証事業の一つとして、6月26日(金)から釧路一網走間で3日間乗り放題の釧網線フリーパスの販売をしています。

期間限定

釧網線フリーパス

釧路一網走間 3日間乗り放題

おとな (こども半額) **5,400円**

- 利用期間** 7月1日(水)~2027(令和9)年2月28日(日)
- 発売期間** 6月26日(金)~2027(令和9)年2月26日(金) ※売り切れ次第終了
- 販売箇所** 釧網線フリーパス専用サイト ※駅では購入できません。
- 有効期間** 連続する3日間

- ◆フリーエリア(釧路一網走間)を3日間乗り降り自由の切符です。
 - ◆普通列車の普通車自由席の利用です。**指定席を利用する場合は運賃のみ有効で、別に指定席料金が必要です。**
 - ◆通常の乗車券から「釧網線フリーパス」への変更はできません。
 - ◆利用開始前に限り払い戻しが可能です(専用サイトで払い戻しをしてください。なお、払い戻し手数料はかかりません)。
 - ◆利用開始後の払い戻しはしません。列車の運行不能および遅延などによる払い戻しおよび有効期間の延長もありません。
- ※JR釧網本線維持活性化実行委員会からの補助金を活用する切符のため、補助金をもとに算定した販売予定数が上限に達した場合は、発売を終了します。





無料配信中

ココシルアプリ

釧網本線の見どころを音声ガイドでご案内

アプリをダウンロード後、「JR北海道車窓・沿線観光ガイド」を選択してください。GPSで自動的に聞きいただく他、ご自身の操作で好きなタイミングで再生も可能です。

ご注意


- ※ダウンロードに当たっての通信費等はお客様の負担となります。
- ※アプリをご利用の際はGPS機能を使用できるように設定してください。
- ※車内では携帯電話はマナーモードに設定の上、通話をご遠慮ください。

摩周・屈斜路トレイル

摩周・屈斜路トレイルは、阿寒摩周国立公園内にある全長約62kmのトレイルです。

摩周湖と屈斜路湖という2つのカルデラ湖を渡り歩き、火山が作り出した独特の自然景観、温泉街や湯宿、また古くからあるアイヌコタン(集落)を通るトレイルです。

詳しくはホームページをご覧ください▶



釧網線フリーパスの購入はこちら▶

(JR北海道e-passホームページ)



※掲載の画像・イラストは全てイメージです。

国民年金 のお知らせ

免除等

市役所医療年金課年金係 (☎31-4532)

年金相談に関する一般的なお問い合わせ

日本年金機構

ねんきん加入者ダイヤル (☎0570-05-1165)

申請書の郵送等

日本年金機構

釧路年金事務所国民年金課 (☎25-1521)

※音声案内が2回流れます。2回とも「2」を選択してください。

ご不明な点や手続きについて、詳しくは市役所または釧路年金事務所にお問い合わせください。



7月1日(水)から、2026(令和8)年度 国民年金保険料免除・納付猶予申請の受け付けを開始します

制度内容

- 免除制度** 本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料が全額免除または一部免除となります。
※一部免除は減額された保険料を納めないで未納期間になります。
- 納付猶予** 50歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予となります。

2026(令和8)年度分は、2026(令和8)年7月分から2027(令和9)年6月分までが申請対象期間です。

過去期間は、申請受理日から2年1カ月前までの未納である期間を申請することができます。

※保険料を全額納付したときと比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。

保険料免除基準

区分	2026(令和8)年度 保険料月額	免除基準となる 前年所得額※
納付(免除なし)	1万7,920円	—
1/4免除	1万3,440円	168万円+各種所定控除
半額免除	8,960円	128万円+各種所定控除
3/4免除	4,480円	88万円+各種所定控除
全額免除・猶予	0円	67万円

※2026(令和8)年度の単身世帯の基準額です。申請する対象年度や扶養状況により基準額は変わります。

※基準額を超過した場合でも、失業特例制度での申請で保険料が免除または納付猶予となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

必要なもの

- ◆本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)
- ◆基礎年金番号が分かるもの(「年金手帳」や「基礎年金番号通知書」など)
- ◆退職(失業)を理由とする場合は離職書類

※免除の申請年度によって、有効な離職書類の範囲が異なります。

免除申請年度	有効な離職書類の範囲
令和5年度 (令和6年5月～令和6年6月)	令和3年12月31日付以降の離職書類
令和6年度 (令和6年7月～令和7年6月)	令和4年12月31日付以降の離職書類
令和7年度 (令和7年7月～令和8年6月)	令和5年12月31日付以降の離職書類
令和8年度 (令和8年7月～令和9年6月)	令和6年12月31日付以降の離職書類

手続き先

住民票のある市区町村役場または年金事務所

※郵送での申請も可能です。

申請書の送付をご希望の場合はお問い合わせください。

※マイナポータルから電子申請も可能です。

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

☎ https://www.nenkin.go.jp/denshibenri_kojin/denshibenri_kojin/mynportal.html

こちらの二次元コードからアクセスできます▶



年金受給の相談は、来訪予約をご利用ください

ご予約いただくと、お客様のご都合に合わせて、スムーズに相談できます。

希望日の1カ月前から前日まで受け付けしています。



【年金額や記録、各種年金請求】

日本年金機構 予約受付専用電話 (☎0570-05-4890)

【障害基礎年金の相談・請求】

市役所医療年金課年金係 (☎31-4532)

釧路の短い夏の終わりを告げるイベントに参加して思い出を作りませんか?

第72回くしろ市民北海盆踊りの参加者を募集しています!!

日時 8月19日(水) 午後7時～8時10分 会場 北大通6～13丁目

担当課 市役所観光振興室 (☎31-4549)

(子ども・親子の部 午後6時～6時30分) ※雨天の場合は20日(木)に順延

申込部門 ◆手踊りコンクール(団体・個人) ◆仮装コンクール(団体・個人)
◆フリースタイル(団体)

申込方法 FMくしろのホームページからGoogleフォームで応募できます。

または、市役所本庁舎1階および防災庁舎1階庁舎案内、市役所本庁舎3階観光振興室、FMくしろに設置している参加申込用紙(FMくしろホームページからもダウンロード可)を使用して、メール・郵送・ファクスでも応募できます。

※子ども・親子の部の事前申込は不要です。

メール bonodori0819@yahoo.co.jp ファクス 47-0111

郵送 〒085-0813 春採7-1-24コーチャンフォー釧路店2階
(株)エフエムくしろ内 くしろ市民北海盆踊り会事務局

申込締切 7月24日(金)(当日の飛び入り参加も可能です)

問合せ先 くしろ市民北海盆踊り会事務局 (株)エフエムくしろ内 ☎47-0808

応募フォームは
こちら



好評につき、今年も開催!

中学生・高校生の皆さんへ 保育の仕事

ボランティア

職場体験しませんか?

- 対象者** ◆市内に在住している中学生、高校生
◆市内の学校に通う中学生、高校生
- 申込** 7月12日(日)まで
申込フォームに必要事項を入力してください。
(URL: <https://logoform.jp/f/xjN97>)
申込フォームはこちら▶
- 調整** 参加決定後、詳細をメールでご連絡します。
希望者多数の場合は、お断りする場合があります。
- 体験** 9:00集合、13:00~14:00頃終了

参加無料



8月7日(金)は
七夕まつり
だよ!

体験施設	体験可能日
市立新富士保育園	7月29日(水)、8月6日(水)、8月7日(木)
市立鳥取保育園	7月30日(木)、8月4日(水)、8月6日(水)
市立芦野保育園	8月4日(水)、8月5日(木)、8月6日(金)
市立音別認定こども園	8月5日(木)、8月6日(金)、8月7日(土)

報告 終了後、アンケートにご協力ください。

保育士の
仕事に関心
のある方

保育士を
目指して
いる方

進路を
検討中
の方

子どもが
好きな方

- 注意事項**
- 保護者の同意が必要です。
 - ボランティア保険は市が負担します。

職場体験のスケジュール ※一例です。

- 9:00 集合、オリエンテーション
- 9:30 職場体験(ボランティア)
園児たちとの遊び、着替え、
制作や記録の補助
- 11:30 園児給食(補助)
- 12:30 お昼寝、休憩(給食試食)
- 13:00 保育士との交流、振り返り
- 13:30 終了、帰宅



Q & A

- Q** いろんな園で体験してみたいのですが?
- A** OKです! 日程が被らないように申し込んでください。
- Q** 昨年も参加したんだけど?
- A** 大歓迎です! ぜひ今年もご参加ください。
- Q** 小さい子どもの面倒を見たことがないのですが?
- A** 保育に興味があれば、誰でも参加できます。
保育士が丁寧に対応します!



▲詳しくはこちら

問合せ先 市役所こども育成課保育係 (TEL: 31-4541)

全国から大勢の選手が参加します。市民の皆さんの温かい応援をお願いします!

第54回 釧路湿原マラソン 7月26日(日) ※雨天決行 市民陸上競技場ほかスタート

問合せ先 実行委員会事務局(スポーツ振興財団内TEL: 31-1230)
担当課 市教委スポーツ課

当日、コース周辺の道路は交通規制されます。沿道の住民の皆さんにはご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。
午前7時30分以降の入場は大変混雑しますので、早めのご来場をお願いします。また、ランナーの動向により、路線バスの12番文苑公住線、65番美原線、100番イオン線、222番たんちょう線は開催時間中、運休する便があります。詳しくはくしろバス(TEL: 36-8181)までお問い合わせください。

参加される皆さんへ

- ナンバーカードの引き換えはがきを忘れずにお持ちください。受付場所は全種目、市民陸上競技場です。
- 【マラソン・15kmウォークの受付時間】6:30~8:00

競技者通過予想時間

種目	路線名	先頭	最終
共通	①美原東西線	9:00	9:25
共通	②柳橋通(美原中央)	9:06	9:35
共通	③柳橋通(美原芦野側)	9:09	9:45
共通	④愛国北園通(愛国側)	9:12	9:55
30km	⑤釧路湿原道路	9:24	12:00
共通	④愛国北園通(文苑側)	9:20	12:10
共通	③柳橋通(文苑側)	9:23	12:20
共通	②柳橋通(コアかがやき側)	9:26	12:30

スポーツくしろ 釧路湿原マラソンは、スポーツ振興くしろの助成金を受けて行っています。



交通規制にご協力ください

- 車両通行禁止 (7:30頃~13:10頃)
- 車両通行禁止 (8:30頃~13:30頃)
- 車両通行禁止 美原・芦野側 (8:30頃~12:10頃)
- 車両通行禁止 文苑側 (8:30頃~13:30頃)
- 川側車線車両通行禁止 (8:30頃~12:10頃)
- 車両通行禁止 (8:30頃~12:10頃)
- 交通規制区間(規制予想時間:左記参照)

大会の開催当日は、道東自動車道の釧路中央ICが閉鎖されます

マラソン大会開催当日、道東自動車道は右記の時間帯で釧路中央IC東側、西側とも入口、出口が閉鎖され、乗り降りできません(①~④)。
釧路西IC-釧路東IC間は通行可能です。
ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

釧路湿原マラソン
7月26日(日)
IC閉鎖時間
6:00~15:00





釧路市住民等主体の通所サービス

「おたっしゃサービス」

の参加者を募集しています



担当課 市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

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、定期的に通うことができる通所サービス（おたっしゃサービス）を実施しています。

- 対象者** 「要支援1・2の方」または、「生活機能の低下がみられた方」
 - ※基本チェックリスト（日常生活に関する25項目の質問）を用いて地域包括支援センター等が判断します。
 - ※上記に該当しない一般の方も、受け入れ団体の定員状況等によっては参加できる場合があります。地域包括支援センターまでご相談ください。
- 開催日** 週1回同じ曜日に実施（1回1時間以上）
- 場 所** 地区会館、介護サービス事業所、商業施設 等
- 参加費** 1回参加ごとに**100円**
 - ※実施会場により食費・材料費等、別途自己負担が必要となることがあります。

問合せ先

西部地域包括支援センター	☎55-2666	昭和190-4462(老健くしろ内)
中部北地域包括支援センター	☎36-1233	文苑4-65-2 ふみぞの東陽ビル11階
中部南地域包括支援センター	☎24-1102	堀川町8-43
東部北地域包括支援センター	☎42-0600	鶴ヶ岱1-10-46
東部南地域包括支援センター	☎42-8222	春採4-10-15(望洋ふれあい交流センター内)
阿寒地域包括支援センター	☎66-1234	阿寒町中央1-4-1(阿寒町行政センター内)
音別地域包括支援センター	☎01547-9-5252	音別町中園2-119-1 (音別町福祉保健センターほほえみ内)

こんなことをしています！

- ◆運動機能の向上
ストレッチや筋力トレーニング等
- ◆認知機能の向上
脳活性化トレーニング等



- ◆参加者同士の交流 歌唱や茶話、創作活動等



各会場で実施内容が異なります。まずは地域包括支援センターまでお問い合わせください。



釧路市介護予防普及啓発キャラクター「まんねん」

2026(令和8)年度

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とは…

ご近所ボランティアは、地域の住民が主体となって実施している「おたっしゃサービス（介護予防の通いの場）」や、市内の高齢者施設などで活動しているボランティアです。

活動内容や時間帯はさまざま、自分のペースで無理なく始められます。あなたに合った活動を見つけて、楽しくボランティア活動してみませんか？



担当課 市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

対象者 18歳以上の釧路市民で全課程（下記開催日程の①～③）に参加できる方および、講座修了後、釧路市公認ボランティアとして活動していただける方。

参加費 無料

定員 各会場25人（先着順）

◆講座日程（①ボランティア講座 ②ボランティア体験 ③修了式・登録者連絡会）

会 場	開 催 日 時	申 込 締 切
釧路市生涯学習センター まなぼっと幣舞 (幣舞町4-28)	① 7月23日(休)午後1時～4時	7月15日(休)
	② 7月24日(金)～8月5日(休)のうち1日※平日のみ	
	③ 8月6日(休)午後1時～2時	
コアかがやき (愛国191-5511)	① 8月25日(火)午後1時～4時	8月17日(月)
	② 8月26日(水)～9月7日(月)のうち1日※平日のみ	
	③ 9月8日(火)午後1時～2時	
コア鳥取 (鳥取北8-3-10)	① 10月16日(金)午後1時～4時	10月8日(休)
	② 10月19日(月)～11月5日(休)のうち1日※平日のみ	
	③ 11月6日(金)午後1時～2時	
阿寒町保健・福祉サービス 複合施設ひだまり (阿寒町中央1-7-12)	① 11月6日(金)午後1時～4時	10月30日(金)
	② 日程調整中	
	③ 12月4日(金)午後1時～4時	
音別町福祉保健センター ほほえみ (音別町中園2-119-1)	① 11月24日(火)午後1時～4時	11月16日(月)
	② 11月30日(月)～12月4日(金)のうち1日※平日のみ	
	③ 12月15日(火)午後1時～2時	

【申込・問合せ】
社会福祉法人
釧路市社会福祉協議会

- 釧路地域
ボランティアセンター釧路
(☎24-1648)
- 阿寒地域
ボランティアセンター阿寒
(☎66-4200)
- 音別地域
ボランティアセンター音別
(☎01547-6-2941)

こちらの二次元コードからも申し込みできます。



介護保険サービスを利用されている皆さんへ

問合せ 市役所介護高齢課介護給付係 (☎31-4553)

8月からの介護サービス料負担軽減の申請を受け付けています

現在、下記の軽減の認定を受けている方で、8月以降も引き続き軽減の認定を希望される方は、更新の手続きが必要になります。

特定入所者介護サービス費

制度の内容

特別養護老人ホーム（特養）や老人保健施設（老健）に入所やショートステイしたときの居住費（滞在費）と食費については自己負担となっていますが、右記の対象要件を全て満たしている方は、申請により「負担限度額認定」を受けることで、負担限度額（下表）を超えた額が軽減されます。

＜居住費（滞在費）・食費の負担限度額＞

対象者	利用者負担段階	居住費（滞在費）			食費（※3）
		特養	老健医療院 （室料あり）	老健医療院 （室料なし）	
生活保護受給者	第1段階	0			300 (300)
世帯全員 （別世帯の配偶者 も含む）が 市民税非課税	老齢福祉年金受給者				880
	所得指標金額（※1）が82.65万円（※4）以下の方	430			390 (600)
	所得指標金額（※1）が82.65万円（※4）超120万円以下の方	430			680 (1,030)
	所得指標金額（※1）が120万円超の方	530	530	430	1,420 (1,360)

非該当（第4段階）の方は、各施設が定める居住費（滞在費）と食費をお支払いいただきます。

※1 所得指標金額：年金収入額（非課税年金含む）＋その他の合計所得金額（※2）－土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除

※2 その他の合計所得金額：合計所得金額から公的年金収入にかかる雑所得を差し引いた金額

※3（ ）内はショートステイ利用時の金額

※4 2026（令和8）年8月から、国の基準額見直しにより、80.9万円から82.65万円に変更となります。

（日額：円）

対象要件

- (1) 世帯全員（別世帯の配偶者も含む）が市民税非課税であること
- (2) 預貯金等合計額が
 - ・本人が65歳以上（第1号被保険者）で単身世帯の場合
第2段階→650万円以下、第3段階①→550万円以下、第3段階②→500万円以下であること
 - ・本人が65歳以上（第1号被保険者）で配偶者がいる場合
本人預貯金額に1,000万円を上乗せした金額以下であること
 - ・本人が40歳以上65歳未満（第2号被保険者）の場合
単身者は1,000万円以下、配偶者がいる方は2,000万円以下であること

社会福祉法人等および民間等サービス利用者負担軽減

制度の内容

利用者負担の軽減を実施している事業所が提供している次の対象サービスを利用した場合に、対象要件を全て満たしている方は、申請を行い該当となったときに介護サービス費用の自己負担の一部（25%）が軽減されます。



軽減対象サービス

- ①訪問介護、訪問型サービス（訪問介護相当）②通所介護、通所型サービス（通所介護相当）③（介護予防）短期入所生活介護 ④夜間対応型訪問介護 ⑤地域密着型通所介護 ⑥（介護予防）認知症対応型通所介護 ⑦（介護予防）小規模多機能型居宅介護 ⑧定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ⑨看護小規模多機能型居宅介護 ⑩介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ⑪地域密着型介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

対象要件

世帯全員が市民税非課税で下記①～⑤の要件を全て満たす方

- ①年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること
- ②預貯金等の額が単身世帯で350万円以下、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること
- ③日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと
- ④負担能力のある親族に扶養されていないこと
- ⑤介護保険料を滞納していないこと

申請方法

申請書等を市役所防災庁舎3階介護高齢課介護給付係に提出してください（郵送先〒085-8505黒金町7-5）。

申請は随時受け付けていますが、8月から軽減を受けることを希望される方は**7月17日(金)**までに提出してください。



申請に必要なもの

- ・申請書（市ホームページからダウンロードしてください。また、市役所介護高齢課の窓口の他、ケアマネジャーや介護保険施設（特養・老健）へ配布しています。必要な方はご連絡ください。）
- ・通帳等の写し（表紙を開いて取扱支店等が記載されているページと申請日から2カ月以内の記帳したページ）
- ・定期預金や有価証券等の金額が確認できるもの
- ・個人番号（マイナンバー）確認書類
- ・利用者本人と提出する方（実際に来庁や郵送される方）の身分が確認できる書類（運転免許証や介護保険被保険者証、保険証、年金手帳等）

2026（令和8）年度の負担割合証を送付します

要支援・要介護認定を受けている全ての方に利用者負担割合が記載された「介護保険負担割合証」を発行していますが、有効期限が**2026（令和8）年7月31日(金)**までとなっています。

有効期限が2026（令和8）年8月1日(土)からの「介護保険負担割合証」を7月中に送付しますのでご確認ください。

第1号被保険者 本人の合計所得金額 <特別控除後>（注1）	同一世帯の第1号被保険者の 年金収入＋その他合計所得金額 <特別控除後>（注2）	利用者の負担割合
220万円以上	・単身世帯で340万円以上 ・2人以上世帯で463万円以上	3割負担
160万円以上	・単身世帯で280万円以上 ・2人以上世帯で346万円以上	2割負担
160万円未満	・単身世帯で280万円未満 ・2人以上世帯で346万円未満	1割負担

（注1）合計所得金額（特別控除後）：収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。

なお、土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除した額を用います。

（注2）その他合計所得金額（特別控除後）：合計所得金額（特別控除後）から公的年金収入にかかる雑所得を差し引いた金額です。

Shizuka Kusano: Japanese Embroidery
— The Tale of Genji Adorned with Flowers

草乃しずか — 源氏物語を花で装う —
日本刺繍展

2026.7.4(土) - 8.23(日)
10:00 - 17:00 (入館は16:30まで)
休館日: 7月20日(月)を除く月曜日
観覧料: 一般900(700)円、大学生以下無料
※観覧料は前売券と同様です。

鉚路市立美術館
Kushiro City Museum of Art
〒015-0136 鉚路市幣舞町4番25号
TEL 0154-42-6116 Fax 0154-41-8162
E-mail shirayamamuseum@city.kushiro.ak.jp

平素焼酎
SNSへの投稿
OK

日本刺繍作家の草乃しずか氏は、日本刺繍に魅せられて以来、半世紀にわたりその表現の可能性を追求してきました。「日本刺繍は心模様を表現するアート」という信念のもと、伝統に根差しつつ現代の感性を取り入れ、独自の刺繍世界を築いています。

本展では、源氏物語に登場する女性たちに思いを寄せ、そのイメージから生まれた振り袖や几帳を中心に、平和への祈りを込めたタペストリー、さらに洋装や小物へと広がる刺繍作品を紹介します。草乃しずかが紡ぎ続けてきた日本刺繍の豊かな世界をご堪能ください。

7月4日(土)～8月23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 (7月20日(月)を除く)

◆観覧料 一般900(700)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

※身体障害者手帳、療育手帳、精神障害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

◆問合せ先 鉚路市立美術館

(幣舞町4-28 まなぼとと幣舞3階 ☎42-6116)



作家によるスペシャルギャラリートーク

日時 7月4日(土) 午前10時～ (30分程度)

※事前申込不要、当日直接会場へ (要観覧料)

講師 草乃しずか氏 (日本刺繍作家)

草乃しずか氏▶



日本刺繍ワークショップ

草乃しずか氏、アトリエ草乃しずかの皆さんを講師に迎え、日本刺繍を施したブローチまたは帯留め (選択制) を作ります。

日時 7月4日(土) 午後1時～3時 会場 まなぼとと幣舞601号室

対象 高校生以上 15人 参加費 4,000円 (材料費+観覧料)

※詳細は当館ホームページをご確認ください。

後期高齢者医療制度に加入中の皆さんへ

お手元の資格確認書の有効期限は 7月31日(金)に満了となります



問合せ 市役所医療年金課医療給付係 (☎31-4526)、北海道後期高齢者医療広域連合 (☎011-290-5601)

◆7月中に以下のものをお届けします

85歳以上の方、84歳以下の方
マイナ保険証をお持ちでない方

資格確認書 (はがき型)

後期高齢者医療資格確認書	
有効期限 令和9年7月31日	
交付年月日 令和8年8月1日	
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和7年7月7日
加入開始日	平成20年4月1日
加入区分	1割
加入区分	区II
有効期限	平成20年4月1日
加入区分	区分A
有効期限	令和8年8月1日
加入区分	区分A
有効期限	平成20年4月1日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	99011000 公印(朱)
北海道後期高齢者医療広域連合	

お届けするもの

84歳以下の方
マイナ保険証をお持ちの方

資格情報のお知らせ
(A4サイズ)

資格情報のお知らせ	
有効期限 令和9年7月31日	
交付年月日 令和8年8月1日	
被保険者番号	01234567
住所	広城市連合町1丁目
氏名	広城 太郎
性別	男
生年月日	昭和7年7月7日
加入開始日	平成20年4月1日
加入区分	1割
加入区分	区II
有効期限	平成20年4月1日
加入区分	区分A
有効期限	令和8年8月1日
加入区分	区分A
有効期限	平成20年4月1日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	99011000 公印(朱)
北海道後期高齢者医療広域連合	

◆2026(令和8)年8月以降の医療機関への受診について

資格情報のお知らせが届いた方はマイナ保険証で受診してください。

資格情報のお知らせは、ご自身の資格情報を把握するためのものであり、資格情報のお知らせのみで医療機関等の受診はできません。なお、マイナ保険証の読み取りができない場合に、マイナ保険証とともに資格情報のお知らせを提示することで、正しい資格情報で医療機関等を受診することができます。

資格情報のお知らせが届いた方であっても、障がいをお持ちの方などマイナ保険証での受診が困難な方については、申請により資格確認書を交付します。

交付を希望される方は、資格確認書交付申請書を市役所医療年金課の窓口にご提出ください。

資格確認書交付申請書は、市役所の窓口でお渡ししているほか、広域連合のホームページにも掲載しています。

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。

応急手当普及員養成講習

回7月28日(火)～30日(木)各日午前9時～午後5時／消防本部3階大会議室／10人程度／所属する会社や団体等で応急手当を指導するための資格／テキスト代等実費／詳細はお問い合わせください／開催日の10日前までに消防本部警防課(☎23-0432)へ

認知症サポーター養成講座・

認知症サポータースキルアップ講座 認知症に対する正しい知識や理解を地域に広めるとともに、認知症高齢者や家族が地域で安心して暮らし続けることを支える方を育成するための講座です。

●認知症サポーター養成講座

回7月21日(火)午前10時～11時30分／市民

●認知症サポータースキルアップ講座

回8月11日(火)午前10時～11時30分／市民で、過去に認知症サポーター養成講座を受講したことがある方／オンライン

【共通】小規模多機能ふみぞの(文苑2-26-14)※申込人数により、変更になる可能性あり／電話で中部北地域包括支援センター(☎36-1233)へ

剪定(せんてい)講習会

回7月25日(土)午前9時30分～11時※雨天中止／柳町公園／公園緑化協会管理棟前駐車場横広場／10人／1人300円／タオル、飲み物、あれば剪定ハサミ、刈込ハサミ／7月23日(木)までに電話で公園緑化協会(☎24-0513)へ

釧路湿原国立公園

フォトコンテスト

あなたの写真がポスターになるチャンス！釧路湿原の魅力が伝わる写真を募集します！最優秀賞は「山花温泉リフレア宿泊券&しつげん55パス」を贈呈！

投稿方法=7月1日(水)～10月31日(土)に応募専用フォーム(☎https://logoform.jp/form/5Kjn/1594380)から※詳細は当会ホームページをご覧ください／釧路湿原国立公園連絡協議会事務局(環境保全課内☎31-4594)

釧路市スポーツ賞の候補者を推薦してください

回①スポーツで特に優秀な記録を樹立、または全国大会において上位入賞した個人および団体 ②本市に10年以上在住し、スポーツの普及奨励のため企画または指導に当たっている、おおむね50歳以上の方で、過去に市長または、教育委員会からスポーツに関する表彰を受けたことのない方および組織的に社会体育活動を行っている団体／7月1日(水)～31日(金)(当日消印有効)に所定の申請用紙および資料を直接または郵送でMOO4階市教委スポーツ課(〒085-0016錦町2-4☎31-2600)へ

シルバー作品展

絵画や手芸品など、手作りの作品を募集します。

回9月1日(火)～8日(火)午前9時～午後5時／まなぼとと幣舞1階展示ホール、2階市民自由広場／市内在住の60歳以上の方や団体／7月31日(金)までに電話で介護高齢課高齢福祉係(☎31-4539)へ※多数時抽選

除雪業務委託事業者(新規)

委託期間=11月19日(木)～2027(令和9)年3月31日(水)／市内および近郊の事業者／7月1日(水)～16日(土・日曜日は除く)に道路維持事業所(☎24-3322)、阿寒建設課(☎64-6191)、音別建設課(☎01547-6-2231)へ

市立高等看護学院見学日

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は、この機会にぜひご参加ください。回7月24日(金)午後4時30分～／7月23日(木)午後5時までに電話で市立高等看護学院(春湖台1-18☎42-1302)へ

釧路湿原国立公園指定40周年

イベント釧路湿原の写真

国立公園指定40周年を記念して釧路湿原国立公園連絡協議会のインスタグラムでカウントダウン投稿を行います！カウントダウン投稿で使用する釧路湿原の魅力が伝わる写真を募集します！投稿方法=7月1日(水)～2027(令和9)年3月31日(水)に応募専用フォーム(☎https://logoform.jp/form/5Kjn/1594686)から※詳細は当会ホームページをご覧ください／釧路湿原国立公園連絡協議会事務局(環境保全課内☎31-4594)

釧路公立大学 2026(令和8)年度(後期)聴講生・科目等履修生

【聴講生】単位取得を目的としないで授業科目を受講する方 選考方法=書類選考 【科目等履修生】単位取得を目的として授業科目を受講する方 選考方法=面接・書類選考 【共通】回若干名／インターネットを利用した遠隔授業となる場合あり／7月8日(水)から配布する所定の願書に記入の上、7月16日(木)～24日(金)(必着)に直接または郵送で公立大学法人釧路公立大学事務局学生課(〒085-8585芦野4-1-1☎37-5091)へ

税・保険・年金

7月31日(金)は以下の市税等の納期限です

- ・固定資産税(第2期)
 - ・国民健康保険料(第2期)
 - ・後期高齢者医療保険料(第2期)
 - ・介護保険料(第2期)
- ※いずれも普通徴収分

・7月分保育園保育料

●市税等 休日の納付相談窓口

回7月25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。納付に当たりお困りの際は納税課までご相談ください。☎納税課(☎31-4517・4518)

■納付には便利な口座振替を■

■スマホでの納付も行えます■

環境

環境事業課からのお知らせ

●小型充電式電池(モバイルバッテリー等)の拠点回収について

近年、リチウムイオン電池による発火・発煙事故が増加しています。市でも、当該事故の発生を防ぐ必要があることから、今般、市内家電量販店との提携により、膨張したものやリサイクルマークが無い小型充電式電池も回収できる体制を構築しました。

回収協力店舗=ケーズデンキ釧路本店、ヤマダデンキキテックランド(釧路旭町店・ジョイフルタウン釧路店)、デンキのえすたかはし、久保田電器商会、DCM(中園店・千代の浦店・星が浦店・鳥取大通店)、各行政センター市民課環境係・阿寒湖温泉支所市民係 ※発熱や発火の恐れがあるため、両極にセロハンテープを貼って絶縁した上で、お持ち込みください。

☎環境事業課廃棄物対策係(☎31-4551)

●7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7月1日(水)、15日(水)、第2・4水曜日の地区は7月8日(水)、22日(水)、[阿寒地域]第2・4金曜日の地区は7月10日(金)、24日(金)、第2・4土曜日の地区は7月11日(土)、25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】☎環境事業課廃棄物対策係(☎31-4551)、☎市民課環境係(☎66-2211)、☎市民課環境係(☎01547-6-2231)

福祉

第2回「脳の健康度テスト」

回①7月31日(金)、②8月28日(金)午前10時30分～正午／☎コアかがやき／☎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／☎30人／☎①ファイブ・コグ検査 ②検査結果の返却と解説、講話／☎眼鏡、補聴器(必要な方)／☎電話で介護高齢課高齢福祉係(☎23-5185)へ

外国人高齢者・障害者福祉給付金制度

この給付金は、公的年金の制度上、無年金にならざるを得なかった在日外

国人高齢者・障がい者の方々が、地域で自立し、安定した生活を続けていくことを支援し、その福祉の向上を図るためのものです。

☎市に住民登録されている外国人のうち、公的年金の受給要件を制度上満たすことができない方であり、所得が基準額以内の方で、かつ次のいずれかに該当する方

①高齢者=1926(大正15)年4月1日以前に生まれた在日外国人のうち、永住許可または特別永住許可を受けている方(1961(昭和36)年4月1日以降に日本国籍を取得した方を含む)

②障がい者=1962(昭和37)年1月1日以前に生まれた重度心身障がい者のうち、1982(昭和57)年1月1日以前に重度心身障がい者であった在日外国人または同日以降重度心身障がい者となり、その初診日が同日以前の在日外国人の方。1961(昭和36)年4月1日以降1982(昭和57)年1月1日以前に日本国籍を取得した重度心身障がい者のうち、日本国籍取得日前に満20歳に達していた方で、日本国籍取得日前に重度心身障がい者であった方、または日本国籍取得日以降に重度心身障がい者となり、その初診日が同日以前の方 ※この他にも支給要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

月額=[高齢者]1万円、[障がい者]2万5,000円(年3回に分けて支給)／☎介護高齢課高齢福祉係(☎31-4539)、☎障がい福祉課(☎31-4537)

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？

回7月4日(土)午前9時20分～午後3時、11日(土)午前9時30分～午後3時10分／☎総合福祉センター／☎市内在住の18歳以上で、子育てに意欲のある方／☎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／☎詳細はお問い合わせください／7月1日(水)までに電話で子育てサポートセンター・すくすく(☎23-2552)へ

7月の子育て講座

●子育て教室

回7月1日(水)～23日(木)午後1時30分～3時／☎2026(令和8)年1月1日～4月1日生まれの乳児とその家族(全4回開催、詳細はお問い合わせください)／☎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／☎☎子育て支援総合センター(☎65-9912)

●乳歯のお手入れ

回7月8日(水)午前10時30分～11時30分／☎0歳～就園前／☎虫歯の予防法と正しい磨き方／☎☎中部子育て支援センター(☎38-5037)

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。

- 親子で体験!砂場であそぼう
回7月15日(水)午前10時30分~11時30分/回あすなろ会子ども遊学館/回1歳6カ月程度~就園前/回砂に触ってみよう!/回子育て支援総合センター(回65-9912)
- ここを育むかわり
回7月16日(木)午前10時30分~11時30分/回0歳~就学前/回子どもへの肯定的なかかわりについて等/回西部子育て支援センター(回65-6112)
- 家族みんなで夏祭り
回7月23日(木)午前10時30分~11時15分/回0歳~就園前のお子さんとその家族/回おまつりごっこ、体を使った遊び等/回親子つどいの広場昭和(回55-2231)

- 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
回7月15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、親子交流等諸問題
- 親子でワクワク!
初めてののお金の教室
親子でお金の大切さ、働くこと、ありがとうの気持ちを学ぶ体験型のマネー教室です。
回7月25日(土)午前10時~正午/回ひとり親家庭等の親子、ひとり親になる予定の親子、親族等(託児あり。要予約)/回15組
- パソコン開放デー
回応相談/回ひとり親家庭等の親、寡婦(要予約)/回5人/回パソコンの入り、検索等

【共通】回子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)

健康

釧路市先進不妊治療費等助成
市では、不妊治療における経済的負担を軽減するため、医療保険適用された治療と併用して実施された先進医療(厚生労働大臣が定める不妊治療の技術)に要する費用と交通費の一部を助成します。対象となる検査や治療等の詳細は、市ホームページ等をご確認ください。
回健康推進課(回31-4524)

釧路市不育症治療費助成
夫婦の経済的な負担を軽減するため、不育症治療費を助成します。
回北海道の実施する不育症治療費助成の決定を受けている方/回1回の検査・治療につき限度額は5万円/回対象となる検査・治療等の詳細は、市ホームページ等をご確認ください/回健康推進課(回31-4524)

その他

市長の資産等を公開します
閲覧開始日=6月30日(火)/閲覧場所=市役所2階市民協働推進課/閲覧できる書類=資産等補充報告書他※市ホームページでもご覧いただけます/回秘書課(回31-4501)

**上下水道料金
夜間・日曜納付相談窓口**
夜間=7月23日(木)午後8時まで/日曜=7月5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)

7月はクルーズ客船「飛鳥Ⅲ」が入港します
入出港時には歓迎の行事も行いますので、多くの市民の皆さんの参加をお待ちしています。
回7月23日(木)[接岸]午前8時、[出港]午後5時/利用岸壁=耐震・旅客船ターミナル/回今後変更・中止となる可能性や天候等の理由により前後する場合があります/回港湾空港課(回53-3371)



夏場の火災に要注意!
この時期の火災はエアコンや扇風機などの電気機器によるものや、バーベキューコンロや花火などが原因になることがあります。次のことに注意して楽しい夏を過ごしましょう。
○電気機器の点検、コンセントプラグの清掃を定期的実施する ○古い電気機器の使用時は、異常を感じたらすぐに使用をやめる ○バーベキューをする時は、グリル付近に消火水を準備する ○花火をする時は、燃えやすい物が無い広い場所とする
回消防本部予防課予防広報係(回23-0426)

**夏の交通安全運動
7月13日(月)~22日(水)
ストップ・ザ・交通事故
~めざせ安全で安心な北海道~**
○二輪車、自転車乗用中の交通事故防止
○居眠り運転による交通事故防止
○飲酒運転の根絶
回市民生活課(回31-4590)

市民意見提出手続条例に基づく意見募集結果のお知らせ
皆さんからのご意見を踏まえ、条例案等を取りまとめました。ご意見、ありがとうございました。
●釧路市自然と太陽光発電施設の調和に関する条例一部改正(案)について意見として伺ったもの 1件
回環境保全課環境管理係(回31-4535)
●釧路市再生可能エネルギーゾーニングマップ素案意見として伺ったもの 6件
回企画課企画係(回31-4502)

**2026(令和8)年度
サマージャンボ宝くじのお知らせ**
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
発売期間=6月30日(火)~7月31日(金)

サマージャンボプレミアム12億円
(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)
サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
プレミアム:1枚500円
ジャンボ・ミニ:1枚300円
6月30日(火)3種類同時発売!
発売期間 6/30(火)~7/31(金)
公益財団法人北海道市町村協会の協賛

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7月8日(水)午後1時~3時/回防災庁舎3階相談室3(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

日曜がん検診申込受付中
回8月2日(日)/回釧路がん検診センター/回胃・肺・大腸・乳・子宮頸(けい)がん検診※各検診定員締切/回「総合がん検診受診券」「無料クーポン券」も利用可(対象者のみ)

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)/回釧路がん検診センター(回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
8月	3日(月) 星が浦会館
	10日(月) 中鶴野会館 大薬毛西会館
	12日(水) 桜田青年研修所 山花農業生活センター ビレッジハウス大薬毛駐車場
	13日(木) 大薬毛北3丁目町内会館 大星会館

回釧路がん検診センター(回37-3370)

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券が届きます
2026(令和8)年4月1日現在、20歳の女性には子宮頸がん検診、40歳の女性には乳がん検診を無料で受けられるクーポン券を5月下旬に発送しました。この機会にぜひ受診しましょう。

【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)に限り受診できます。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)	1,250円	釧路がん検診センター
	1,270円	
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 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	

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。

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。

橋梁補修工事による交通規制(片側交互通行)のお知らせ

工事に伴い、ご不便、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

回 7月上旬~2027(令和9)年3月下旬
/規制箇所=別保橋
回 道路河川課建設係(回31-4559)



下水道工事による交通規制(終日車両通行止め等)のお知らせ

雨水管を新たに布設する工事を行います。工事に伴い、ご不便、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

回 7月中旬~2027(令和9)年1月中旬
/回 鶴野東横幹線(鶴野小学校付近)
回 上下水道部下水道建設管理課建設係(回22-6602)



各種相談窓口

■女性のための無料法律相談(要予約)

回 7月8日(水)午後1時~3時/回 4人
/回 7月1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(回65-1034)へ

■スマホ巡回相談

回 回 1階市民ホール] 7月24日(金)、[ルート38音別館おんぼーと多目的室] 7月31日(金)午前10時~午後2時(1人30分)/回 スマホ相談員(山口回070-9146-2102)

■無料法律相談会(要予約)

回 8月7日(金)午後1時30分~4時30分(1人30分)/回 総合福祉センター(旭町12-3)/回 DV、ハラスメント、雇用、離婚等/回 7月7日(火)から北海道女性協会(回011-251-6329)へ

■障がい者就労支援相談(要予約)

回 7月16日(木)午後1時~4時/回 防災庁舎3階障がい福祉課/回 障がい福祉課(回23-5201)、障がい者就業・生活支援センターぶれん(回65-6500)

■依存症(アルコール、ギャンブル等)、摂食障害に関するオンライン相談(要予約)

釧路保健所では、月に1回北海道立精神保健福祉センター医師による依存症に関するオンライン相談を実施しています。

回 7月~2027(令和9)年2月の毎月第4木曜日、3月11日(木)午後1時30分~4時30分/回 詳細はお問い合わせください/回 相談日の7日前の正午までに釧路保健所(回65-5825)へ

■外国人のための無料相談会

回 7月19日(日)午前10時~午後1時/回 KKSコンベンションセンター(観光国際交流センター)2階「くしろ国際交流プラザ」/回 在留資格や生活全般に関する相談/回 札幌出入国在留管理局釧路出張所(回22-2430)

■生活相談支援センター「くらしごと」(要予約)

回 月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後6時/回 生活や就労に関する相談/回 くらしごと(北大通12-1-14ビケンワークビル1階回65-1250)

■ふれあい相談

回 [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/回 総合福祉センター(旭町12-3)/回 家庭生活全般、心配ごと、悩みごと/回 ふれあい相談センター(回24-7837)

■犯罪被害者等相談

回 [電話相談]火・木・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/回 犯罪被害に関する相談、その他の相談/回 釧路被害者等相談室(回24-6002)

■法律相談(要予約。先着6人)

回 7月3日(金)、17日(金)、8月7日(金)午後1時~3時/回 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(回31-4504・4505)へ

■人権相談(要予約。先着4人)

回 7月24日(金)午後1時30分~3時30分/回 電話で釧路人権擁護委員協議会事務局(回31-5040)へ

■行政相談(当日受付)

回 7月7日(火)、21日(火)午後1時~3時/回 釧路行政監視行政相談センター(回23-7136)

【共通】回 市役所1階市民相談室

みんなの掲示板

記号の説明

回日時 回場所・会場 回集合場所 回対象 回定員 回内容 回料金 回持参 回申込方法 回問合先 回その他
参加料の掲載のないものは無料で参加できます。
回 はボランティア募集です。

◆春採公園のオオハンゴンソウの防除ボランティア参加者募集

回 7月11日(土)午前9時30分~11時30分*雨天順延/回 市立釧路総合病院裏側駐車場/回 釧路市公園緑化協会(回24-0513)

◆「モシリヤを歩く」参加者募集

回 7月11日(土)午前9時50分~正午/回 鶴ヶ岱武道館前/回 20人/回 雨天時はまなぼとと幣舞でスライド上映/回 くしろ市民学園友の会事務局(まなぼとと幣舞内回41-8181)

◆アニメ「めぐみ」上映会

回 7月15日(水)午後1時~2時30分/回 中央図書館7階/回 100人/回 7月8日(水)(必着)までにメールまたはファクスで北海道総合政策部国際局国際課(回011-204-5091回011-232-4303回somu.kokusai1@pref.hokkaido.lg.jp)へ

◆7月16日(木)~31日(金)「海の事故ゼロキャンペーン」

マリネレジャー等を楽しむために、最新の気象海象を確認し次の点を守りましょう。
○ライフジャケットの着用 ○複数での行動 ○連絡体制の確保 ○プレジャーボート使用の際は発航前検査の実施、適切な見張りの徹底
※「ウォーターセーフティガイド」の事故防止ポイントもご覧ください。
回 釧路海上保安部交通課(回21-5575)

◆フレイルカフェ

「フレイル」を学び、予防としてできることを一緒に考えます。
回 7月20日(月)午前10時30分~*1時間程度/回 フレイルに興味のある方/回 20人/回 当日はドリンク1杯ご注文ください/回 回 スターバックスコーヒーイオン釧路店(回65-8150)

◆2026ジュニアゴルフスクール

回 7月25日(土)午前11時~正午/回 未経験者、初心者/回 無料レンタルクラブあり/回 回 72ゴルフ倶楽部(武佐3-47-12回46-7220)

◆家族介護教室「管理栄養士から学ぼう!簡単でおいしい高齢者の食と健康」

回 7月17日(金)午前10時30分~正午/回 15人/回 回 7月13日(月)までに老人保健施設星が浦(星が浦大通3-9-35回55-2800)へ

◆技術者交流フォーラム事業(第48回)in釧路

回 7月30日(木)午後1時30分~4時50分/回 釧路センターキャッスルホテル/回 200人/回 津波災害等に関する講演/回 寒地土木研究所(回011-590-4046)

◆映画上映会「ムヒカ~世界でいちばん貧しい大統領から日本人へ~」

回 7月26日(日)午前10時~正午/回 中央図書館7階/回 40人/回 釧路国際交流会(回65-6712)

◆相続登記・遺言書保管制度説明会

回 7月22日(水)午後2時~3時30分/回 20人/回 個別相談不可/回 釧路地方方法務局登記部門(回31-5020)

◆能力開発セミナー観光ビジネス科「中国語講座」

回 8月19日~9月18日の毎週水・金曜日午後6時30分~8時20分(全10回)/回 在職者(従業員)/回 15人/回 回 7月31日(金)午後5時までにWEBまたはファクスで釧路高等技術専門学院(回57-8016回57-8013回https://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kss)へ

◆女性スタッフによる休日乳がん検診

回 8月2日(日)午前8時30分~午後1時/回 [マンモグラフィー]18人、[マンモグラフィー+乳腺エコー]7人/回 釧路赤十字病院健診センター(回22-7171)

◆緊急再就職訓練受講生募集

①オフィス経理基礎科②プレゼン活用実践科
訓練期間=①8月4日(火)~12月3日(木)②9月1日(火)~11月30日(月)/回 ハローワーク釧路に求職登録している方等/回 各15人/回 教科書代、資格試験代実費/回 ①は7月21日(火)、②は8月18日(火)までにハローワーク釧路(回41-1201)へ/回 釧路地方職業能力開発協会(回52-1150)

◆社交ダンス無料体験講座

回 7・8月の水曜日午後6時30分~、金曜日午後1時~、土曜日午前10時~*各1時間程度/回 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物/回 回 ダンススクール場谷(文苑1-59-27場谷回070-5283-2948)

8月号に掲載希望の方は7月3日(金)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(回22-0211回25-7791回kouhou946@ad-kitanihon.co.jp)へご連絡ください。

生涯学習ガイド 7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…問合せ先 確…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 画41-5809
 【休館日】月曜日(20月は除く)、
 21(火)

●生涯学習センター
 幣舞町4-28 画41-8181
 【休館日】月曜日

●道立釧路芸術館
 幸町4-1-5 画23-2381
 【休館日】6/30(火)~7/10(金)
 13(月)、21(火)、27(月)

●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 画24-5005
 【休館日】月曜日

市立博物館

~5(日)	9:30~17:00	企画展「みんなで調べた!春採湖畔の植物と花ごよみ」	両生類分野は、捕獲トラップ等の調査グッズや関連資料を展示します。アユ分野は、エトロフ出身のアユ名工・シタエホリ作と考えられる当館所蔵マキリ(小刀)を、最新の調査結果と共に展示します。
~8/30(日)	9:30~17:00	博物館プレ90周年リレー展④「キタサンショウウオってどんな生き物?生態と魅力に迫る」「エトロフの名工・シタエホリ作品の秘密に迫る」	
11(土)	9:30~17:00	新着資料ミニ展示「北海の守護神・巡視船(旧) そうや 1978-2025」	2025(令和7)年11月に引退した釧路海上保安部の巡視船(旧)「そうや」。同船で使用されていた航海に関する機器やプレートなどを展示します。
11(土)~10/12(月)	13:30~15:00	春採湖汽水のいきもの観察会 画20人 画50円 画WEBまたは電話で※雨天中止	
11(土)~10/12(月)	9:30~17:00	創立90周年記念企画展「博物館ができた頃~90年前のくしろ~」	大正期から昭和初期にかけて、釧路市が目覚ましい発展を遂げる頃、釧路市立郷土博物館が開館しました。博物館の収蔵資料を中心に「文化都市くしろ」の歩みを紹介します。
18(土)	13:30~15:30	春採湖畔草花ウォッチング 画春採公園 画博物館※雨天中止	
19(日)	8:00~10:00	春採湖畔探鳥会 画博物館前あずまや※雨天中止	
8/1(土)	13:30~16:30	みんなの社会科見学「新富士駅・釧路貨物駅探検隊」 画小学生以上(小学生は保護者同伴) 画20人 画300円 画1(水)~8(水)にWEBまたは郵送、ファクス(画42-6000)で	道東の鉄道貨物の要、コンテナ列車の終着駅である釧路貨物駅(新富士駅)。その仕事と果たしている役割を、駅長のお話と構内見学で学びます。
8/9(日)	13:30~15:00	体験講座「クワガタムシ・カブトムシの標本をつくろう!」 画10人 画500円 画11(土)~19(日)にWEBまたは郵送、ファクス(画42-6000)で	クワガタムシやカブトムシに標本針を刺して、図鑑に載っているような標本を作ります。

生涯学習センター(まなぼっと幣舞)

画大ホール 画市民展示ホール 画多目的ホール

講座	5(日)	10:00~12:00	くしろ子ども未来塾 画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。
	25(土)~3月 【全10回予定】	10:00~11:30または 13:30~15:00(※変動あり)	くしろ市民大学新規受講生募集 画市内在住者 画390円(新規登録料1,000円別) 画直接または電話で	自然、科学、美術など幅広い分野の講義を受講できます。
	8/5(水)	10:00~12:30	家庭で作れるフィリピン料理講座 画市内在住者。親子可 画24人 画1,200円(材料費含む) 画2(水)8:50~29(水)に直接または電話で	ティノラングタホンぐームール貝のスープ~、ルンピアング上海~豚ひき肉の春巻き~、デザート~アボカドコンポート風~を作ります。
	8/8(土)~12/5(土) 【全5回】	10:00~11:30	ライフアップ講座 ①8/8(土)釧路市における男女平等参画~女性活躍ってなぜ必要?~ ②9/26(土)アイヌ伝承文化「トンコリの魅力」 ③10/3(土)釧路湿原のあゆみとウェットランドセンターの活動について ④11/14(土)釧路市観光大使が語る釧路の魅力 ⑤12/5(土)釧路港の歴史とこれから(仮) 画市内在住で全5回受講できる方 画24人 画780円(全5回分) 画8(水)8:50から直接または電話、WEBで	映像などを通してながら、釧路地方の自然や歴史等について学習します。
	8/26(水)	10:00~13:00	託児付き(1~4歳児)子育て応援講座「フランス料理教室」 画市内在住で未就学児童がいる保護者。開催日1週間前に定員に空きがあれば未就学児童がいなくても受講可 画24人 画31(金)8:50から直接または電話、WEBで。詳しくはホームページをご覧ください。	

ホール

~9(木)10:00 想い出巡りパートII 小泉恒男写真展 小泉恒男 画090-4871-6756	展	5(日)14:30 はだしのゲン 第二部「なみだの爆発」上映会 平和を語る釧路市民の会 長内 画090-1601-0945	多	12(日)10:00 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~ カラフル・マルシェ 清野 画090-3903-7090	展
12(日)13:30 釧路ダンススポーツ協会7月ダンスパーティー 釧路ダンススポーツ協会 工藤 画22-7822	多	14(火)~18(土)10:00(14(火)は11:00) 小泉千里バステル画教室展 小泉千里 画090-9434-4010	展	15(水)18:00 SHOGEN & Keyco summer tour 2026 in 釧路 「人生はアート」今日、誰のために生きる? 画 RAMACHi 清田 画090-6695-3895	多
16(木)18:30 第41回釧路市家庭防災推進員東地域協議会 「防火ダンスの集い」 釧路市中央消防署予防広報査察係 画23-0430	多	19(日)10:00 ライフ・ガーデン~ハンドメイドの展示販売・ 占いブース・ワークショップ~ ライフ・ガーデン 内海 画090-4879-8490	展	19(日)14:00 釧路江南高校蝦夷太鼓部定期演奏会 釧路江南高等学校 画22-2760	大
22(水)~26(日)10:00 第73回写真道展釧路巡回展 北海道写真協会釧路支部 石川 画43-0704	展	25(土)13:30 2026(令和8)年度 「少年の主張」釧路総合振興局地区大会 釧路総合振興局環境生活課道民生活係 三浦 画43-9151	多	25(土)14:00 くしろ文化講演会 沢木耕太郎氏「旅の不思議 ~異国の旅、国内の旅~」 ※要入場整理券 (一財)くしろ知域文化財団 画65-7000	大
26(日)13:30 ダンスサークル野ばらダンスパーティー ダンスサークル野ばら 吉田 画090-7642-5144	多	29(水)~8/2(日)10:00 2026・80周年記念全道展道東地区釧路地区展 全道展釧路地区事務局 森川 画080-2873-1103	展		

- **あすなろ会子ども遊学館**
幸町10-2 画32-0122
【休館日】6(月)、13(月)、21(火)
- **市立美術館**
幣舞町4-28 画42-6116
【休館日】月曜日
(20(月)は除く)、
1(火)～3(金)
- **中央図書館・地区図書館**
北大通10-2 画64-1740
※音声ガイドでご案内します。
【休館日】月曜日※20(月)も休館、31(金)
【各地区図書館休館日】月曜日、31(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】15(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】1(火)、2(水)、13(月)

道立釧路芸術館

11(土)～ 9/13(日)	9:30～17:00 (31(金)、8/28(金) は19:00まで)	笠間日動美術館コレクションの至宝 ゴッホ《サン＝レミの道》に 出会う！～西洋と日本、同時代を生きた画家たち～ 25(土)14:00～14:30ギャラリーツアー 31(金)18:00～18:30トワイライト・ギャラリーツアー	世界の優れた美術作品を数多く所蔵する笠間日動美術館のコレクションから、 フィンセント・ファン・ゴッホ《サン＝レミの道》(1889～1890年頃)や葛 飾北斎《富嶽三十六景》(複製版)をはじめ、19～20世紀の日本と西洋におい て生み出された風景画や風俗画、人物画などを紹介します。
25(土)～8/23(日)	9:30～17:00	夏のキッズ・アトリエ	
29(水)	①11:00 ②13:00 ③15:00	ワークショップ「ステンシルでブックカバーをかざりつけよう」 画各10人	
アートホール			
5(日)	14:00	幻想のインド・ネパール音楽	20(月) 11:00 「今」このひととき マインドフルネスおやこコンサート
18(土)	14:00	日台親善交流コンサート	25(土) 10:00 アートシネマ館「炎の人ゴッホ」(1956年/アメリカ/122分) 画先着100人※開催中の展覧会の割引券を配布 (当日のみ有効)
19(日)	11:00	なつたのしいコンサート	

コーチャンフォー釧路文化ホール (市民文化会館)

大 大ホール 小 小ホール 展 展示ホール

1(水)10:00 ウィッグユキ展示会 画ユキ 画052-459-7030	3(金)14:30 2026 (令和8) 年度 第44回釧路地区産業安全衛生大会 画労働基準協会 画65-5169	4(土)12:30 第51回釧路市中学校吹奏楽演奏会 画釧路市中学校吹奏楽連盟 (北中学校 片桐) 画23-3291	5(日)13:30 第50回ピティナ・ピアノコンペティション 釧路地区予選 画エール楽器釧路支店 画23-4471
12(日)12:50 第33回藤朋流大正琴演奏会 画藤朋流大正琴サークル 画51-3910	16(木)18:00 KUSHIRO BEAUTY FES 画学朋友学園釧路理容美容専門学校 画41-2295	19(日)11:00 第45回毎日子どもピアノコンクール 釧路地区予選 画エール楽器釧路支店 画23-4471	19(日)12:30 第65回合唱祭 画釧路合唱連盟 宝力 画090-4873-1659
25(土)・26(日)10:00 釧路みんなのマルシェkotolike てとと市～ハンドメイドイベント～ 画釧路みんなのマルシェkotolikeてとと市 竹内 画090-3789-4805	26(日)14:30 「釧路九条の会」創立20周年記念 戦争反対!改憲NO!釧路集會記念講演 「もし憲法九条が「改正」されたら…」 画釧路九条の会 前田 画090-7518-5237	28(火)14:30 カワイ音楽教室釧路地区全コース 発表会(グループコースピアノコース) 画河合楽器製作所釧路店 画23-7215	29(水)10:00 カワイ音楽教室釧路地区全コース 発表会(ピアノコース大人コース) 画河合楽器製作所釧路店 画23-7215

各プレイガイドにてチケット販売中

- **桂米團治独演会** 画8/1(土)14:00画4,400円(当日4,900円) 全席自由画まなぼと幣舞 画(一財)くしろ知域文化財団(画65-7000)
- **DRUM TAO SUPER LIVE 2026** 画8/29(土)16:30画6,500円(当日7,000円) 全席指定画画コーチャンフォー釧路文化ホール 画(画24-5005)
- **ゲッターズ飯田開運トークライブ2026** 画9/19(土)①11:30②15:00画3,000円(当日3,500円) 全席指定画まなぼと幣舞 画コーチャンフォー釧路文化ホール(画24-5005)

あすなろ会子ども遊学館

★夏休み期間中(25(土)～8/23(日))は、小・中学生の展示室観覧料が無料です。

3(金)	10:00～12:00	遊学館ボランティア説明会画18歳以上画	
4(土)	10:00～16:00	宇宙教育指導者セミナー画18歳以上※高校生不可画30人画WEB受付中	材料や分量を変えて、自分だけのスライムを作ろう!
4(土)、12(日)、18(土)、26(日)	①11:00 ②14:30	おはなし会画	
8(水)	11:00～11:30	おはなしタイム画	砂遊びが初めての子も大歓迎!子育て支援総合センターの職員と一緒に、砂に触れて楽しみましょう。子育て相談も受け付けています。
12(日)	10:30～12:00	ファンクラブ教室「スライムグランプリ」画小学生以上画12人画要年間パスポート 画6/28(日)からWEB受付	
15(水)	10:30～11:30 (時間内自由参加)	にこにこタイム「親子で体験!砂場であそぼう」	日本の伝統行事「七夕」の飾りを作って笹につるそう!そのまま家に持ち帰って飾れるよ☆
25(土)・26(日)	①10:00 ②14:00 (時間内自由参加)	七夕(たなばた)スペシャル画各回30人画	
26(日)	16:00～16:45	プラネタリウム 大人のための星空さんぽ「浴衣で七夕」画120人 画プラネタリウム観覧料	浴衣で星空を見ませんか?もちろん洋服でもOK♪満天の星の下、七夕が少し楽しくなる、そんなお話を紹介します。※通常番組はお休み
8/1(土)	19:30～20:20	星空キャラバン「星空動物園～動物の星座なんびき?～」画釧路市動物園	
毎週土・日曜日、祝日	15:00～15:30	サイエンスショー画	夜の動物園まつりで、動物の星座を探そう!移動天文車「カシオペア号」の望遠鏡で夏の天体も見よう!雨天・曇天はミニプラネタリウム
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	
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」画画	

夏休みイベント 2026	25(土)～8/23(日)	9:30～17:00	まいにち祭な夏やすみ! (屋台や行燈(あんどん)など)画	8/1(土)	①10:45 ②13:00	体感!蝦夷太鼓のひびき
	25(土)・26(日)	9:30～17:00	浴衣Days(浴衣で来館するとくじ引きを 引ける!)画各日100人画	8/2(日)	①10:00 ②13:30	オリジナル行燈をつくろう!画小学生以上 画各回16人画画18(土)からWEB受付

プラネタリウム 投影スケジュール ※6/30(火)～7/3(金)は、メンテナンス等のため休演 ※投影時刻、内容が変更になる場合もあります。

平日 (25(土)～8/23(日) を除く)	10:00	団体投影(予約制)	11:30	きらきらタイム 「マウイの釣り針(さそり座)」	13:30	見えない宇宙に挑む	16:00	おしりたんていコズミック フロント コズとなぞとき! うちゅうのおおどろぼう◆
土・日曜日、祝日、 25(土)～8/23(日)		きらきらタイム 「マウイの釣り針(さそり座)」		おしりたんていコズミック フロント コズとなぞとき! うちゅうのおおどろぼう◆		おしりたんていコズミック フロント コズとなぞとき! うちゅうのおおどろぼう◆		見えない宇宙に挑む※

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 (※)26(日)16:00～16:45は「大人のための星空さんぽ」です。

◆あの「おしりたんてい」のプラネタリウム番組が北海道初登場!!おしりたんていが謎を解き明かし、事件をコズとなぞと解決!

市立美術館

4(土)～8/23(日) 10:00～17:00 草乃しずか 日本刺繍展～源氏物語を花で装う～

日本刺繍作家、草乃しずか氏は半世紀にわたりその表現の可能性を探求してきました。伝統に根ざしつつ現代の感性を取り入れ、「心模様を表すアート」として独自の世界を展開。豊かな色彩表現と情感あふれる独自のぬいであられ、国内外に多くのファンを持っています。本展では源氏物語を着想源とした振り袖や几帳を中心に洋装や小物刺繍など約200点を紹介します。

中央図書館・地区図書館

～4(土)、14(火)～26(日)	9:30～19:30 ※4(土)、26(日)は16:00まで	釧路市立博物館90周年関連展示「博物館へ行こう」 7階展示室
4(土)	14:00～14:20	大人の絵本時間 西部地区図書館
11(土)	11:00～11:30	みんなで紙芝居を見よう 中部地区図書館
12(日)	11:00～12:00	みんなで紙芝居を見よう 4階
12(日)、28(火)	10:30～12:00	おやこで楽しむ映画デビュー 作品:がんばれ!ルルロロ「ふたりっていいね」(25分) 乳幼児から参加可。上映終了後、交流の時間あり
14(火)～26(日)	9:30～19:30 ※26(日)は16:00まで	祝 沢木耕太郎氏来釧 予習してみよう 7階展示室
18(土)	13:30～15:00	「ダ・ヴィンチ・コード」を日本に届けた翻訳家「越前敏弥 講演会」 7階多目的ホール 70人
19(日)	11:00～11:20	大人の絵本時間 東部地区図書館
21(火)	18:00～19:00	街なか店舗コラボ企画(サロンド・イフ×中央図書館)「セレクトショップがつくるコミュニティの力～店は“買い物の場”から“つながりの場”へ～」 講師:羽生幸子氏(Saloon:de if 店主) 7階多目的ホール 80人 直接または電話、申込フォームで

●なつやすみ図書館きょうしつ「小さな本を作ってみよう!」参加者募集
 日 10:00～11:30、[コア鳥取]25(土)13:00～14:30、
 [コア大空]26(日)10:00～11:30、[中央図書館]26(日)13:00～14:30
 小学生各5人 1(火)～24(金)に申込フォームから

●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] 12(日)、26(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



7月上映会 7階多目的ホール 定各80人

3(金)・4(土)	13:00	キャプテン・フィリップス(洋画、134分)
10(金)・11(土)		海の上のピアニスト(洋画、121分)
17(金)		囁きの河(邦画、108分)
24(金)・25(土)		海の沈黙 Silence of the Sea(邦画、112分)

釧路文学館 ★28(火)～31(金)は展示入替作業と資料整理日のため釧路文学館休館

～26(日)	9:30～19:30	企画展「父と子、二人の中戸川」
12(日)	13:00～14:00	マンスリー朗読会 作品:中戸川吉二「イボタの蟲」他 朗読:朗読サークルMIST 30人

●鉄道の写真、俳句募集

日～12(日) 写真部門 (①釧路湿原ノロッコ号②SL冬の湿原号③スーパーおおぞら④鉄道) から1人2枚まで、俳句部門 (①くしろ湿原ノロッコ号②鉄道) から1人3句まで
 作品は8月からの企画展「旅する文学～鉄道×地図×文学」で掲示
 応募用紙またははがき、ホームページの応募フォーム、図書館SNSから
 ※詳細はお問い合わせください。

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 (回38-9800)

2(木)、7(火)、13(月)、20(月)、29(水)	9:00	こどもアリーナ 未就学児	20(月)	9:00	季節のイベント in こどもアリーナ
3(金)	9:00	特別な支援の必要な子の遊び場「のびのびアリーナ」	22(水)	9:00	シニア一般利用無料デー
5(日)	10:00	ハンドメイドイベント tokimeki マルシェ	30(木)	19:00	ミニテニス体験会
14(火)	10:00	ミニテニス体験会	毎週木曜日	19:00	IAP呼吸法トレーニング POJI+
16(木)	9:00	真ん中世代サービス(19～59歳に粗品プレゼント)	毎週月・水・金曜日 (1(水)、15(水)、24(金)は除く)	10:00	初心者からのチューブエクササイズ チャーズトレ

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 (回31-1230)

1(水)、22(水)	13:30	ヒップアップトレーニング 18歳以上の女性
1(水)～(水曜日全5回)	19:50	ヨガ棒クラス
2(木)～(木曜日全5回)	18:30	ナイトヨーガ1部
	19:50	ナイトヨーガ2部
3(金)～(金曜日全5回)	10:00	スタイルアップレッスン「骨盤美人」 18歳以上の女性
	19:30	楽しくエアロ
6(月)、13(月)	16:00	楽しく運動あそび 小学校1～3年生
6(月)～(月曜日全3回)	11:50	スローエアロビク
	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(月)、27(月)	17:00	JFAなでしこひろば 附属陸上競技場 4歳以上の女性(親子の参加可) 当日受付
29(水)・30(木)	10:30	サマーキッズスクール 小学生

鳥取温水プール 対定¥申問 (回53-5333)

●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)
 対成人 対①水泳教室②健康ウォーキング
 ¥[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)
 対奇数月の20日※6人未満の場合中止
 ※詳細はお問い合わせください。

●トレーニングジム
 (ランニングマシンや筋トレマシンなど)
 ¥[大人]1回400円、6回回数券2,000円、
 1カ月定期券3,000円[高校生]1回280円、
 6回回数券1,400円、1カ月定期券2,100円

●夏休み短期水なれ教室
 日①28(火)～31(金)②8/4(火)～7(金)③8/18(火)～21(金)
 各9:15～10:15 対3歳～小学生 ¥[4日間]8,030円、
 [8日間]1万1,330円、[12日間]1万4,630円
 ※10名までに申し込むと880円割引



市のInstagramアカウントを紹介します!

【公式】釧路市 防災危機管理課

@kushirocitybousai

備蓄やハザードマップなど防災に関する情報や、
 防災訓練などのイベントを紹介しています!
 日頃から防災意識を高めていきましょう!

フォローは
こちらから



KUSHIROCITYBOUSAI

他にもさまざまな情報を発信しているアカウントがたくさんあります。

詳しくはこちらをチェック



問合せ先 市役所市民協働推進課 (回31-4504)

ようこそ! 子どもの本の森へ!

今回紹介してくれるのは、阿寒町公民館図書室の山根美菜子さんです。

これ、
読んでみて!



腹ペコのビーストは、ある日うまそうな子どもを見つけました。「ディナーだ! こいつはごちそうだ! 飛び切りのディナーは友達と一緒に食べるに限る!」。早速友達に招待状を送ります。次々と届く手紙を開いてみましょう。手紙には、飛び切りのディナーにするための怖いレシピがずらり。当日は、どんな料理が出てくるでしょうか。実際に開けることのできる手紙が付いている、楽しい仕掛け絵本です。

タイトル: 「Monsterとこわーいてがみ」
作: エマ・ヤーレット 訳: 岡野佳 (おかのけい)
発行: 化学同人



くしろ子育て情報ピックアップ

子どもたちが安心して 過ごせる「居場所」を紹介 します

くしろ市こどもつながりプラットフォームでは、子どもたちが安心して過ごせる「居場所」として、「地域(こども)食堂」と「学びの場」を市ホームページで紹介しています。



詳しくは
こちらから



※くしろ市こどもつながりプラットフォームは、関係機関、団体等との連携協力により、子どもたちを取り巻くさまざまな問題に対し、多角的に対応することを目的として設置されています。

問合せ 市役所こども支援課 (☎31-4204)

「夜のシマフクロウ耳すましツアー」の 参加者を募集

問合せ 釧路市動物園 (☎56-2121)

☆ あまり聞いたことがないシマフクロウの鳴き声を聞いてみませんか? シマフクロウの生態などについても詳しく説明します。
※聞くことができない場合もありますのでご了承ください。



- 日時** 7月25日(土) 午後6時~7時
※雨天時予備日8月1日(土)、延期の場合は参加者へ前日24日(金)に動物園から連絡します。
- 対象** 親子(小・中学生とその保護者)
※参加者の兄弟など、家族の方であれば一緒に参加できます。
※子どものみ、大人のみ参加はできません。
- 定員** 20人程度(抽選) **参加費** 無料(大人は要入園料)
- 申込方法** 動物園ホームページからWEBで事前申込。
- 申込期間** 7月13日(月)~17日(金) ※24時間受け付け。
- 抽選連絡** 7月21日(火)から当選者にメールでお知らせします。

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

区分	5月中		2026(令和8)年累計		区分	5月中		2026(令和8)年累計			
	交通事故統計	件数	5件	60件		死者	0人	1人	負傷者	5人	65人
シートベルト装着率調査	100%				火災など統計	件数	6件	25件	死者	0人	2人
					救急出動	858件	4,522件				
人口統計	人口=150,168人 世帯数=90,464世帯(5月末現在)										

※「広報くしろ8月号」は7月31日(金)配布予定です。

※北海道新聞折り込み配布は7月30日(木)の予定です。