

広報ねむろ

2019
October

10



特集

ヒグマに注意!!!

今月の表紙

根室市総合防災訓練

9月3日、花咲港マイナス10m岸壁後背地で、35の機関・団体などから2,588人が参加し、根室市総合防災訓練が行われました。訓練は巨大地震が発生し、大津波警報が発表されるという想定のもと行われ、参加者はそれぞれに災害時を想定し、連携を確認しながら訓練を行っていました。

特集

ヒグマに注意!!!

秋のヒグマ注意特別期間 9月7日～10月31日

山菜採りのシーズンとなり、人が野生動物が暮らす野山に入る機会が増える季節となりました。野山へ出掛ける際は、家族や知人などに行き先を知らせておきましょう。また、ヒグマの目撃地区への立ち入りはできるだけ避け、ヒグマ対策を心掛けるなど、十分に気をつけてください。



ヒグマの生態

ヒグマの特徴

人間よりも嗅覚・聴覚がはるかに優れている

夕暮れから朝方にかけて行動が活発になる傾向にある

走るスピードは
時速 50 km

逃げるものを追いかける
習性がある

一度気に入ったエサへの
執着心が強く学習能力が高い

ヒグマの1年

春 3月下旬～5月中旬

早い個体は冬眠から目覚めて活動を開始する。

食性: フキ・セリ科の
草本類

夏 6月～7月ころ

繁殖期となり、雄の活動範囲が広がる。

食性: 草本類・
アリなど

秋 8月～9月ころ

山中のエサが減少し、農地への出没が多くなる。

食性: ドングリ・
クルミなど

冬 12月～3月ころ

冬眠する。雌は冬眠穴の中で出産する。(1～3頭)

食性: 絶食する

体長 雄 2.0 mほど
雌 1.5 mほど

体重 雄 150 ～ 400 kg
雌 100 ～ 200 kg



ヒグマに遭遇しないために

- ① ヒグマの出没状況などについて、事前に情報収集する。
- ② できるだけ一人で野山に入らず、複数人で行動する。
- ③ 野山では鈴やラジオを携帯し、音を出しながら歩く。
- ④ ヒグマの生息域では、薄暗いときには行動しないようにする。
- ⑤ 糞や足跡などの痕跡がないかヒグマの存在を意識し、痕跡を見つけたら引き返す。
- ⑥ ゴミ出しのルールを守り、放置しない。

お墓参りをする 際のお願い

墓地にお供え物を置いたままにしておくと、それを食べたヒグマが近くに居ついてしまう危険があります。

墓地へのお供え物は必ずお持ち帰りください。

ヒグマを目撃したらすぐにご連絡ください!

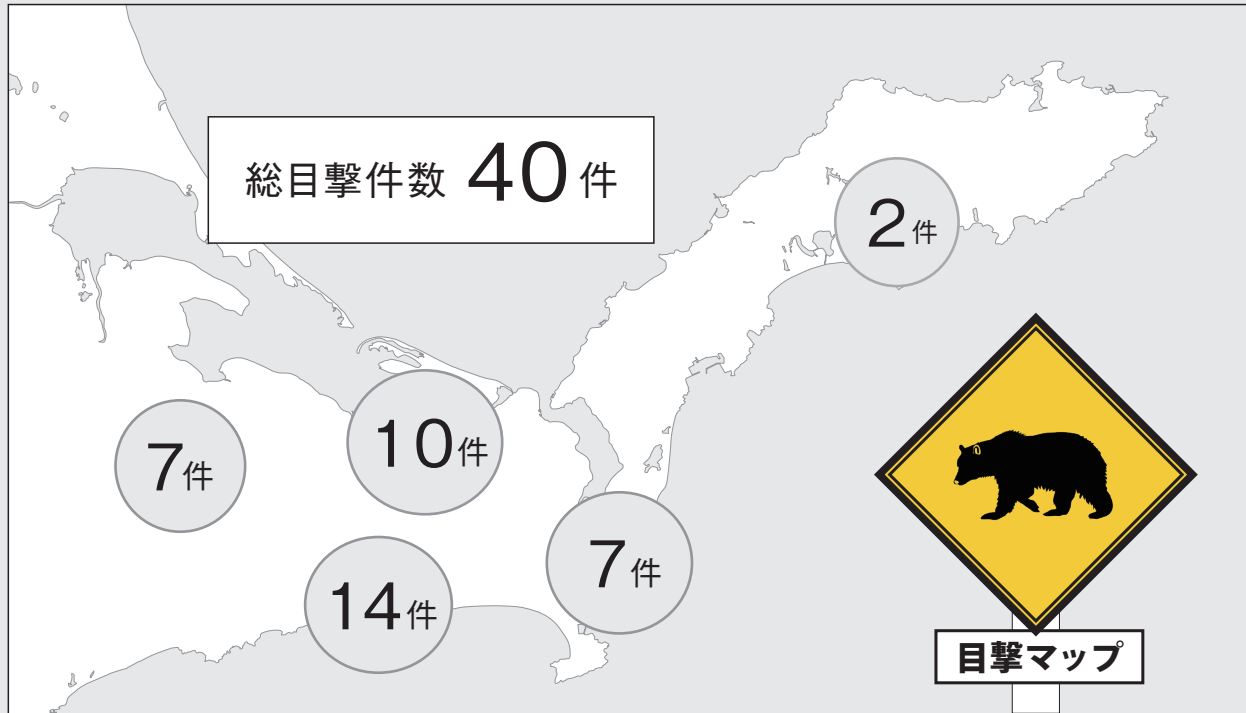
市農林課 (23) 6111 番 (内線 2266・2267) / 根室警察署 (24) 0110 番



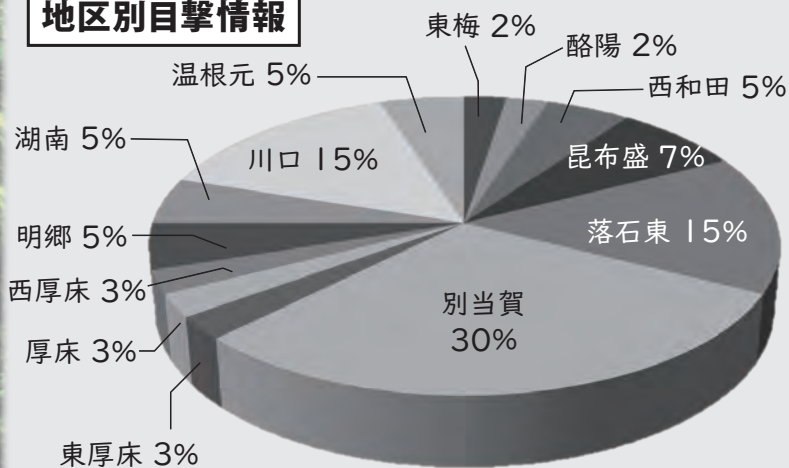
目撃情報 (平成31年4月1日～令和元年9月23日 現在)

市農林課ホームページでは、ヒグマの目撃情報を随時更新しています。▶

<http://www.city.nemuro.hokkaido.jp/lifeinfo/kakuka/suisankeizaibu/nourin/oshirase/4218.html>



地区別目撃情報



ヒグマ出没箇所には注意看板を設置しています。

今年度も全道各地でヒグマの出没が相次いでおり、市内でも多数の目撃情報が寄せられています。

市ではヒグマ出没箇所には注意看板を設置していますので、看板付近には近づかないよう、お願いします。

10月19日よりエゾシカの狩猟が解禁されます



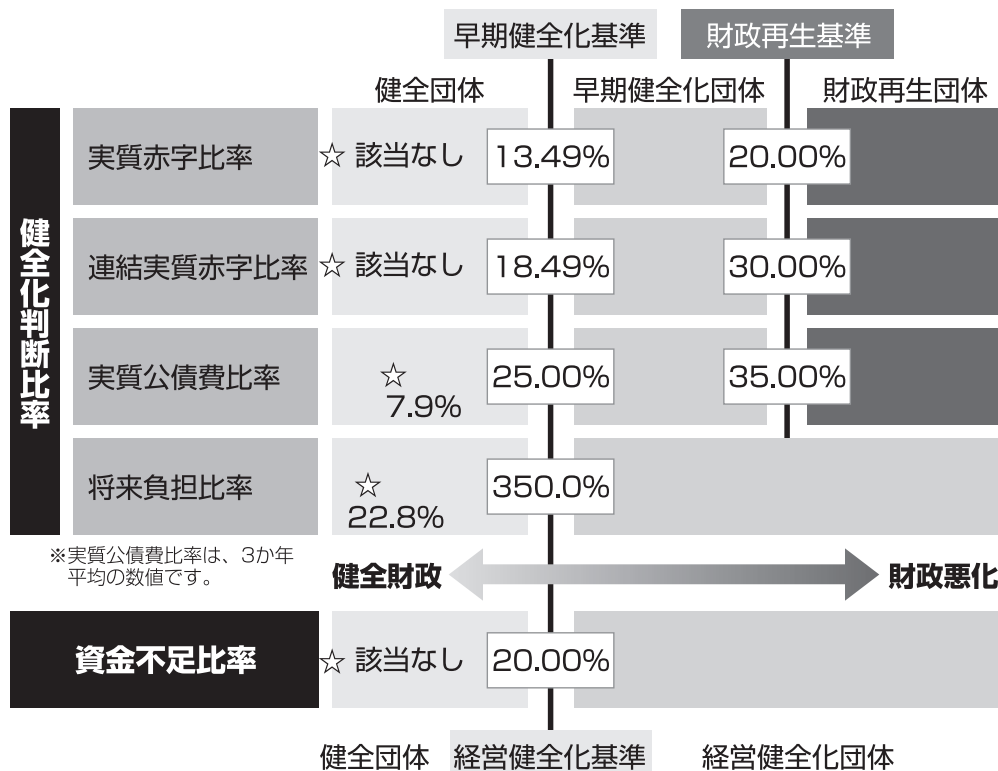
今年度のエゾシカ狩猟期間は令和元年10月19日(土) から令和2年1月31日(金) までとなっています。

期間中は、全国から大勢のハンターが野山に入り、狩猟を行うことから、農林業に従事される方や、山菜採りなどをされる方は、複数人で行動し、ハンターが気づくよう、よく目立つ色柄の服を着ることをお勧めします。

また、これからエゾシカとの交通事故も増加する季節になります。特に、日没から日の出の時間帯の事故が多発しています。エゾシカは群れで行動するので道路を一頭目が渡りきっても、すぐ後から二頭三頭と飛び出てきます。車が近付いても逃げないことがありますので、エゾシカを見かけたときは周囲を警戒し、徐行運転をしましょう。

平成30年度決算に基づく 健全化判断比率等の公表について

平成30年度決算の数値を基に算定した「健全化判断比率」・「資金不足比率」をお知らせします。
この比率は、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、毎年お知らせしています。



健全化判断比率

平成30年度決算数値に基づく、4つの健全化判断比率については、全てが早期健全化基準を下回っています。

4つの健全化判断比率のうちいずれかが「早期健全化基準」を超えた場合、「財政健全化計画」を策定し、自主的かつ計画的に財政の健全化を図ることになります。将来負担比率を除く3つの健全化判断比率のうちいずれかが「財政再生基準」を超えた場合、総務大臣の同意が必要な「財政再生計画」を策定することになり、国の管理下のもと厳しい財政の健全化が求められ、大幅な行政サービスの見直しなど、市民生活に大きな影響を与えることになります。

資金不足比率

平成30年度決算数値に基づく、資金不足比率については、資金不足額を生じた会計がなかったことから発生していません。

公営企業会計の資金不足比率には、「経営健全化基準」が設けられており、基準を超えた場合、「経営健全化計画」を策定し、自主的かつ計画的に経営の健全化を図ることになります。

比率の解説

◆実質赤字比率

福祉、教育、まちづくりなどを行う地方公共団体の一般会計の赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻度を示す比率です。

◆連結実質赤字比率

すべての会計の赤字や黒字を合算し、地方公共団体全体としての赤字の程度を指標化し、地方公共団体全体としての運営の深刻度を示す比率です。

◆実質公債費比率

借入金の返済額及びこれに準じる額の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示す比率です。

◆将来負担比率

地方公共団体の一般会計の借入金（地方債）や将来支払っていく可能性のある負担などの現時点での残高の程度を指標化し、将来財政を圧迫する可能性が高いかどうかを示す比率です。

◆資金不足比率

公営企業の資金不足を、公営企業の事業規模である料金収入の規模と比較して指標化し、経営状況の深刻度を示す比率です。

問合せ 市財政課財政担当
TEL (23) 6111 番
内線 2242・2243

最近、車の運転が
不安になってきたなあ

その不安、「シルバー講習」を受けて 30分で安心に変えませんか？



根室相互自動車学校では高齢ドライバーの方向けの無料認知機能検査「シルバー講習」を行っています。

認知機能の低下は比較的短期間に進行する場合があります。3年ごとの免許更新の際の検査だけではなく、**シルバー講習を受けて車をより長く安心して運転できるようにしましょう。**

日時:年間通して希望者があり次第行います
対象:認知機能に不安を感じる運転免許所持者
申込・問合せ先:根室相互自動車学校
☎(22)3811番

受講料

無 料

ねむるポイント
付与対象事業！

まちづくり出前講座 をご活用ください！！



市職員が市民の皆さんのもとへ出向き、市の取り組みや課題についてわかりやすく説明する「まちづくり出前講座」。
市民で構成する団体などの勉強会や研修会・研究会に、ぜひご活用ください。

木育推進講座

申込書、講座メニュー一覧などは、市役所総務課窓口または市ホームページよりご確認ください。



防災基礎講座

申込・問合せ先
市総務課広報広聴担当
TEL (23) 6111 番 (内線 2213)
fax (24) 8692 番

一緒に市役所の将来を
考えてみませんか??

根室市役所 庁舎建替市民検討委員会の 委員を募集します。

昭和48年に建設された市役所庁舎の建て替えにあたり策定する庁舎の機能、規模などを整理する基本構想・基本計画・基本設計について、広く市民皆さまからの意見を聞くために設置する「庁舎建替市民検討委員会」の委員を募集します。

活動内容

庁舎建て替えの基本理念や新庁舎の機能・規模・建設場所などに係る審議

募集人数

3名程度

応募資格

18歳以上の根室市民

募集締切

10月25日(金)

開催時期

令和元年11月下旬～令和3年3月までの
平日 18時～21時(全10回程度を予定)

応募方法

任意の用紙に、住所、氏名、年齢(生年月日)、性別、職業、電話番号、応募動機を明記し、持参または郵送・FAX・Eメールのいずれかにより、ご応募ください。

選考方法

男女比や年齢構成などを考慮して選考します。なお、選考結果は応募者全員に通知しますが、選考理由は公表しません。

申込問合せ先

市総務課 総務・防災担当
〒087-8711 根室市常盤町2丁目27番地
TEL:(23)6111番 内線2222・2223
FAX:(24)8692番
Eメール:sou_soumu@city.nemuro.hokkaido.jp

まちの話題

サッカーの楽しさ、夢を持つことの大切さ

9/15・16 武田修宏サッカー教室・トークショー



サッカー元日本代表の武田修宏さんによるサッカー教室とトークショーが2日間にわたり行われました。

一日目のサッカー教室には、あいにくの雨の中、約80人の小学生が参加。元日本代表選手と一緒にプレーできる貴重な機会に、子どもたちは目を輝かせながらピッチを走り回っていました。

また、翌日行われたトークショーで武田さんは、自身の小学校の卒業アルバムに「サッカーの日本代表になる」と書いていたことを明かし、夢を叶えた今は「サッカーチームの監督になる」という新たな夢を追いかけて勉強していると、常に夢や目標に向かって走り続けることの大切さを伝えていました。



スポーツの秋 盛り上がった大運動会

8/27 第46回高齢者大運動会



約1ヵ月にわたる高齢者のスポーツ・文化などの祭典「ねりんピック」の幕開けとなる高齢者大運動会が開催され、29の老人クラブ、342人が参加し熱戦が繰り広げられました。けがを防ぐための元気体操から始まった大会では、6つの色でチーム分けされたおじいちゃん、おばあちゃんが恒例の風呂敷競争など10種目に笑顔で参加し、楽しみながら優勝を争っていました。

根室の旬の味を堪能

8/31・9/1 根室かに祭り 2019



今年も、根室かに祭りが根室港特設会場で開催され、二日間で道内外から1万4千人が来場しました。会場では、真っ赤に茹で上げられた旬の花咲ガニや、色々なカニ料理が販売され、根室の旬を味わう多くの人で賑わいを見せていました。また、ステージショーやカニの茹で上げ実演のほか、恒例のカニの早食い競争も行われ、ものすごい勢いでカニを食べる挑戦者の姿に会場からは大きな声援が送られていました。

今、知ってほしい肝臓の病気

9/5 市民公開講座 in 根室



肝臓の病気について正しい知識を身につけてもらおうと、札幌医科大学附属病院肝疾患センターによる市民公開講座 in 根室が開催されました。講座では、お酒を全く飲まない人でも肝炎ウイルスによって肝臓の病気になる危険性があることや、1日のアルコール摂取目安が20g（ビールだと500ml）程度であることなどが紹介され、集まった約50人の市民は真剣な様子で講師の話を聞いていました。

修学旅行で根室の魅力をPR

9/3 柏陵中学校根室PRパンフレット配布



柏陵中学校の3年生70人は修学旅行先の千歳市内で、根室の魅力をPRするため、総合的な学習の時間を使って作成したパンフレット300部を通行人などに配布しました。根室の魅力を広く知ってもらおうとともに、生徒の郷土愛を育む取り組みとして、初めて実施したもので、実際にパンフレットを配布した生徒からは「自分も改めて根室の魅力を知ることができて、とても良かったです。」といった意見が聞かれました。

涼しい根室で夏合宿を

8/25 東京電機大学・EPJOコラボコンサート



市移住交流促進協議会が実施する大学サークル等誘致事業の第1号として東京電機大学のモダンJAZZ研究会の会員16人が根室を訪れ、別当賀夢原館で8月23日から4日間の合宿を行いました。日本一涼しい根室で夏合宿をしてもらおうと行われた初めての試みで、全員が根室初訪問という学生たちは、地元ジャズバンドEPJOとコラボコンサートを行うなど、JAZZの街根室での交流を楽しんでいる様子でした。

早期返還の願い胸に四島までの距離を歩く

9/16 第15回北方領土まで歩こう会



15回目となる「北方領土まで歩こう会」が開催され、小雨の降るあいにくの天気となりましたが、733人が参加しました。参加者は返還に向けたメッセージが書かれたゼッケンを胸に、国後（16km）、水晶（7km）、貝殻（3.7km）3つのコースを歩きました。今年のゲストは元サッカー日本代表の武田修宏さんで、参加者は写真撮影などにも気さくにに応じてくれる武田さんとの交流を楽しんでいました。



インフォメーション



市フェイスブックでは、
情報を随時更新して
います！

<https://www.facebook.com/nemurocity/>

秋の全市一斉清掃を実施 します

根室市環境衛生月間の一環として、「秋の全市一斉清掃」を実施します。市民皆さんのご参加をお願いします。

日 10月20日(日)7時30分～9時

※雨天の場合は翌週へ順延、2週連続悪天候の場合は中止。

※家庭や事業所などから出されたごみは収集しません。

※実施される団体は、10月11日(金)までに実施計画書を提出してください。

問 市市民環境課環境衛生担当

☎ (23) 6111番

内 2127～2130

根室市食生活改善推進員 養成講座の受講者を募集

食生活改善推進員(通称「食改さん」として活動いただくための知識を学ぶ養成講座の受講者を募集しています。食生活改善推進員は、食生活改善の知

識と実践方法を普及し、市民の食生活を通じた健康づくりをお手伝いするボランティアです。ご興味のある方はぜひご参加ください。

日 10月21日(月)～11月29日(金)

(全8回)

場 総合文化会館

対 どなたでも

定 15名(定員締切)

申込期限 10月10日(木)

申・問 市保健課健康推進担当

☎ (23) 6111番

内 2118・2131

「子宮がん検診」「大腸がん検診」を実施します



令和元年度「子宮がん検診」「大腸がん検診」を実施します。

ただし、今年度すでに検診を受けた方は受診できません。また、検診料金には免除規定がありますので、お問い合わせください。

【子宮がん検診】

日・場(定) 11月8日(金)12時

～12時30分・厚床会館(50名)、

15時～15時30分・落石会館(50

名)、18時～19時・児童デイサイ

ビスセンター(100名)11

月9日(土)8時30分～9時、9時

30分～10時、12時～12時30分、

13時～13時30分・児童デイサイ

ビスセンター(各50名)11月10日(日)8時30分～9時、9時30分～10時・児童デイサイビスセンター(各65名)13時～13時30分・歯舞コミュニティセンターあさひ(70名)

20歳以上の女性

料 細胞診検査1,000円、

超音波検査1,050円(超音

波検査は、会場でお申し込み

ください。

【大腸がん検診】

対 40歳以上の市民

料 500円

※申込後、検診キットを送付します。11月8日(金)までに市役所に提出してください。子宮がん検診もあわせて受診する方は、子宮がん検診受診時に提出してください。

【共通事項】

申込締切 10月11日(金)

申・問 市保健課健康推進担当

☎ (23) 6111番

内 2140・2118

合同レクリエーションを 開催します

地域の皆さんに障がいについて理解していただく機会として、心身に障がいを持つ方やその家族などが合唱やカラオケ、

ダンスなど日ごろの活動成果を発表します。出演団体の活動紹介展示も併せて行いますので、どなたでも気軽にお越しください。

日 10月8日(火)13時～

場 総合文化会館小ホール

料 無料

問 市社会福祉課福祉担当

☎ (23) 6111番

内 2165・2172

「元氣アップ講座」の参加者 を募集

健康づくり、生活習慣病予防のための元氣アップ講座「栄養・運動教室」「減塩調理教室」の参加者を募集します。

【栄養・運動教室】

日 10月21日(月)～11月15日(金)13

時30分～15時(全4回)

対 30歳以上74歳以下の市民で

医師から運動制限を受けていない方

定 30名

【減塩調理教室】

日 10月16日(水)10時30分～13時

対 20歳以上の市民

定 20名

【共通事項】

場 総合文化会館

申込期限 10月10日(木)

「令和2年国勢調査調査員」 を募集

市では令和2年国勢調査に従事していただく調査員を募集しています。国勢調査は、日本国内に住む全ての人と世帯が対象のため、多くの調査員が必要となりますので、皆様のご協力をお願いします。

主な業務内容 世帯への調査書類の配布・回収など

※調査活動に従事した対価として報酬が支給されます。

委嘱期間 令和2年8月下旬から10月(予定)

調査員の身分 非常勤の国家公務員となります。(守秘義務があります)

応募資格 警察、選挙に直接関係のない責任をもって調査活動のできる原則20歳以上の方

詳しくはお問い合わせください。また、各種統計調査に従事していただける調査員も随時募集しています。

申・問 市情報管理課統計担当

☎ (23) 6111番

内 2356

申・問 市保健課健康推進担当

☎ (23) 6111番

内 2118

春国岱ボランティアゆるふわ体験を開催します

すがすがしい秋の林で、ネイチャーセンターのボランティアグループ「フック」のメンバーと自然学習林内の案内板の付け替え作業を体験します。一緒に楽しく汗を流しましょう！

日 10月29日(火)10時～正午

※雨天時は室内プログラム

集合場所 春国岱ネイチャーセンター

対 18歳以上の市民
定 10名

持ち物 外で活動できる服装
長靴、帽子、作業用手袋

※ネイチャーセンターにて保険に加入します。

申込締切 10月27日(日)

申・問 春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター

☎ (25) 3047番

「表彰該当者」の推薦を

令和元年度根室市卓越技能者および中小企業勤労者永年勤続表彰の候補者推薦を受け付けています。

【根室市卓越技能者表彰】

根室地域の生産性の向上を図るとともに、技能が特に優れたその功績が他の模範となり、同一業種に15年以上実務経験を有する満40歳以上の方

【根室市中小企業勤労者永年勤続表彰】

市内の中小企業(同一事業所)に満20年以上勤務し、勤労意欲が旺盛で実行力・研究心に富み、他の模範となる満35歳以上の方

表彰日 11月15日(金)

推薦方法 所属業種団体の代表者または所属する事業所の代表者からの推薦書(市商工観光課備え付け)を提出してください。

詳細についてはお問い合わせください。

推薦締切 10月18日(金)

申・問 市商工観光課商工労働担当

☎ (23) 6111番
内 2271・2272

春国岱・秋のハイキングを開催します

NWC

春国岱の木道や草原を歩きながら、アッケシソウの草紅葉や、カモなどの渡り鳥、エゾシカの群を観察します。

日 10月14日(月・祝) 9時30

分～正午

※荒天時は10月20日(日)に順延

場 春国岱駐車場 集合

対 小学5年生～おとな(小学生は保護者同伴)

※往復5km程度歩きます。

定 20名

持ち物 長靴、防寒具上下、手袋、帽子、タオル、飲み物、おやつ、筆記用具、双眼鏡(貸し出しもあります)

料 100円(保険料として)

申込締切 10月10日(木)

申・問 春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター

☎ (25) 3047番

「自衛官候補生」「陸上自衛隊高等工科学校生徒」を募集

防衛省では、自衛官候補生および高等工科学校生徒を募集しています。

募集種目、対象、試験日および試験会場

●自衛官候補生

33歳未満の男性・女性／11月23日(土)／釧路駐屯地

●陸上自衛隊高等工科学校生徒

15歳以上17歳未満の男性／令和2年1月18日(土)／根室分屯基地

身分 特別職国家公務員

受付期間、応募資格など詳細はお問い合わせください。なお、自衛官候補生については年間募集しています。

問 自衛隊根室地域事務所

☎ (24) 3651番

農地パトロールを実施します

10月に農地パトロールを実施します。農業の健全な発展にため、農地を良好な状態で次の世代に継承することは、農業の多面的機能の発揮を図るうえで不可欠です。「地域の農地を活かし、担い手を応援する全国運動」の取り組みとして、優良農地の確保・保全と遊休化防止などを目的に実施します。

問 市農業委員会農地担当

☎ (23) 6111番
内 2431

技能講習を開催します

根室市通年雇用促進協議会では、季節労働者の方を対象とした技能講習を実施しています。

対 根室市在住の季節労働者(平成30年4月1日以降離職さ

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ3千万円
(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

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。

各1枚 300円

9月24日(火)2種類同時発売!

発売期間 9/24(火)～10/18(金)

公益財団法人 北海道市町村振興協会

れた短期雇用特例被保険者

種目 ①小型移動式クレーン運転②玉掛③高所作業車運転④フォークリフト運転⑤車両系建設機械(整地など)⑥不整地運搬車運転⑦ガス溶接技能講習

※⑤⑥は条件あり

場 中標津町教習機関

料 無料(交通費は自己負担)

定 各5名(先着順)

日時 種目により異なります

問 市商工観光課内根室市通年雇用促進協議会

☎ (23) 6111番
内 2273

空き地・空き家の管理をお願いします

令和元年8月現在、市内には643件の空き家があり、そのうち出入口や窓などが開放状態となっているものが160件あります。

空き家は子どもの火遊びや不審者などによる放火(平成30年に全国で発生した火災の約1割が放火または放火の疑いによるものです)、強風や台風時に屋根トタンの飛散や建物の崩壊などで人命に危険をおよぼす恐れがあります。

空き家の所有者・管理者の方は、空き地・空き家の管理・火災予防の徹底をお願いします。

- ①空き家の周囲や空き地に燃えやすいものは、置かない。
- ②空き家の出入口、窓などを施錠し、人が出入りできないようにする。
- ③空き家のガス、電気は確実に遮断する。
- ④管理意識を高め、定期的に巡回をする。

問合せ先

市消防本部警防課予防・保安担当 ☎ (24) 3163番

「第13回脳根脳外傷リハビリテーション講習会」を開催します

全国に約50万人の患者がいるといわれている高次脳機能障害についての講習会を開催します。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

日 11月9日(土)14時～17時
場 釧路孝仁会記念病院講堂
演題 ①「高次脳機能障害の基礎知識」まず当事者がどんな風につらいのか想像してみよう

②「当事者に聞く、高次脳機能障害の理解」
講師 こころのリカバリー総合支援センター所長阿部幸弘氏(精神科医)
定 100名
料 無料
申問 (一社)ソーシャルカフェ ☎ 0154(65)1124番

「道営住宅入居者」を募集

世帯向け一般住宅 花咲団地2号棟3LDK1戸305号
子育て支援住宅 であえくる明

治団地1号棟(小学校就学前の子がいること・入居制限付き)2LDK2戸202号301号家賃 21,700円～76,700円(入居者の収入によって変動します)
募集案内配布 11月5日(火)～15日(金)(土・日除く)
入居申込受付 11月11日(月)～15日(金)
※インターネットでの申し込みは11月9時～15日17時まで可能となっています。
抽選日 11月26日(火)(予定)
入居可能日 12月下旬(予定)
※1人世帯の募集はありません。
※年度内の入居補欠者の決定は行いません。空き家が発生した場合は、改めて募集します。
※入居予定者のいづれかが道営住宅に係わる未納の家賃、駐車場使用料および損害賠償金などがある場合や暴力団員である場合は入居を認めません。
申・問 道営住宅(根室市)指定管理者 渡辺建設工業(株)惣万 ☎ (23) 5291番



生活ガイド

消防編

問 市消防本部警防課予防・保安担当 ☎ (24) 3163番

秋の

根室市火災予防運動

10月15日から31日までの17日間、全国一斉の予防運動にあわせ、根室市火災予防運動を実施します。

運動期間中には、防火・防災を身近に感じていただく機会として消防本部駐車場で「はしご車搭乗体験」を実施します。

ほかにも消防車・救急車の展示や水消火器による消火体験、ヨーヨーすくいなどもあり、お子さんも楽しめる内容となっていますので、ぜひご来場ください。

はしご車搭乗体験

日時 10月20日(日) 10時～正午
場所 消防本部駐車場

※駐車場は市役所駐車場をご利用ください。
※災害発生時や気象状況などにより、安全のため中止とする場合があります。



火災を未然に防ごう。被害を抑えよう。

3つの習慣と4つの対策

3つの習慣

- ①寝たばこは、絶対にやめましょう。
- ②ストーブは、燃えやすいものから離れた場所で使用しましょう。
- ③ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消しましょう。

4つの対策

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置しましょう。
- ②寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐために防火品を使用しましょう。
- ③火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を設置しましょう。
- ④お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくりましょう。

アカゲラの幼鳥成長中！

8 月 29 日センターの外に出てみると、アカゲラのオスが東梅自然学習林内のミズキの木の実を食べにやってきました。入れ替わりで同じ木にメスがやってきた後、続いて幼鳥も同じミズキの実を食べにやって来たのでした。一瞬心臓がドキンとなるほど、うれしい出会いでした。



アカゲラの幼鳥は頭頂部全体が赤いが、生まれた年の冬にオスは後頭部が赤に、メスは頭部全体が黒に生え替わる。

今年、林内では2組のアカゲラのつがいの子育てをしているのを確認したのですが、どちらも巣立後の幼鳥を見ておらず、どうしているのかと気になっていたのです。アカゲラたちが来たミズキの木は、片方の巣穴に近いので、そこから巣立った可能性は高いと思います。

その巣穴でヒナが誕生したのがわかったのは6月17日でした。休むことなく「ビィビィ」と大きな声で鳴き続けるので、カラスたちもヒナの存在を把握している様子で、こちらが心配になるほどでした。6月21日に巣穴の様子を遠くから見てみると、30分間で7回オスがヒナに食べものを運びに来ました。翌々日の23日は40分の間にメスが6回、オスが3回と大体5分に1回のハイペースで給餌（きゅうじ）していました。アカゲラはオスとメスが共同で子育てし、夜はオスが巣穴でヒナと過ごすそうです。親鳥がヒナを育てる期間は、小鳥の中ではやや長く20～21日なので、7月第二週ごろには巣立ったと思われます。両親に大切に育てられた後、どこでどのように過ごしていたのかナゾですが、とにかく今回幼鳥の姿を確認でき、ほっとしました。

林内はアカゲラが好むエゾニワトコの実もあり、これから熟すヤマブドウも今年は豊作のようです。このまま無事に成長してくれることを願っています。

園 根室市春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンターTEL (25) 3047 番
記事：レンジャー 善浪めぐみ (公財)日本野鳥の会所属)

根室こぼれ話

幻の甲子園切符

昭和42年は根室高校野球部が最も輝いた年だったろう。この年の春季釧路根地区大会では山内秀雄投手が投打に大活躍。釧路商業高校との決勝戦では清水孝司選手が決勝のホームランを放って4対0と圧勝。実に12年ぶりの地区優勝を果たしたのだった。

さらに秋季地区大会決勝では中標津高校と対戦。山内投手が要所を抑えると打線が爆発し、8対2で再び地区優勝を果たした。

次に進んだ北海道大会では、一回戦で栗山高校に2対0、二回戦で名寄高校に6対3、準決勝では芽室高校に5対0と勝ち上がり、ついに強豪苦小牧東高校との頂上決戦に臨んだ。この試合は連投の山内投手が4点に抑えたものの、打線が振るわず1得点にとどまって惜しくも準優勝に終わったのであった。

年が明けてこの時の興奮も冷めた頃、ある噂話が校内を駆け巡った。「春の選抜に選ばれるらしい？」この話は嘘ではなかった。昭和43年は選抜大会が40回目の節目に当たることから高野連が出場枠を増やすと発表したのだ。

しかし、高野連は増枠分を東北地区に充て、仙台育英高校と福島磐城高校を選抜。結局、根室高校は『補欠校』に回されたのであった。監督の藤居康宏先生は「くやしいような、ほっとしたような」と複雑な胸の内を漏らしていたようだ。

根室市史編さん員 小坂井 歓厚
岡市図書館 (二三) 五九七四番

子育て支援

検診・健康相談・離乳食教室はねむろポイントカード
行政 pt 対象事業です。



市役所の健診・健康相談・離乳食教室 園 市保健課健康推進担当 Tel (23)6111 番 (内線2118・2131)			
4カ月児健診	10月2日(水)、11月6日(水)	13時30分～14時	会場:児童デイサービスセンター
7カ月児健康相談	10月8日(水)、11月12日(水)	13時30分～14時	会場:図書館2階 集会室
ファーストバースデイ すくすく健康相談	10月9日(水)、11月13日(水)	13時15分～13時30分	会場:児童デイサービスセンター
1歳6カ月児健診	10月10日(木)、11月14日(木)	12時～12時30分	会場:10月総合文化会館 11月児童デイサービスセンター
3歳児健診	10月3日(木)、11月7日(木)	12時～12時30分	会場:児童デイサービスセンター
離乳食教室	10月4日(金)、11月8日(金)	13時30分～14時	会場:総合文化会館 実習室
子育て相談所「ぶらんこ」 園 まつもと保育所2階 Tel (24)3482 番			
育児相談	月曜日～金曜日 土曜日	9時～17時 9時～11時30分	電話または直接、子育ての不安や悩みなどの相談を受け付けています。
一時保育 対象年齢:平成31年4月1日までに満1歳になられているお子さん	月曜日～金曜日	8時30分～17時	会場:まつもと保育所 一時的に保育が困難となるお子様をお預かりします。【要予約】
ピヨピヨルーム 5カ月～1歳5カ月までの親子	毎週火曜日	9時40分～11時30分	会場:まつもと保育所2階 ぶらんこ 遊びを通して交流を深め、子育てについて学びあえる場です。【要予約】 ピヨピヨルーム・ふれあいルームは 随時参加者を募集しています。
ふれあいルーム 1歳6カ月～就学前の親子	毎週木曜日 10月31日(木) 10時50分から 管理栄養士によるミニ講座「食育について」	9時40分～11時30分	
移動ふれあいルーム 1歳6カ月～就学前の親子	10月9日(水)	10時～11時30分	会場:青少年センター 親子とも上靴を持参してください。
つどいの広場「クルクル」 園 明治交番横道宮住宅1階 Tel (24)9696 番			
つどいの広場「クルクル」 0～3歳までの親子	月曜日～金曜日	10時～15時 ※12時～13時は閉館	親子が自由に遊び、交流を深める場です。子育ての不安や悩みなどの相談も受け付けています。 ※初めて利用される方は登録が必要です。
保育所開放 園 まつもと保育所 Tel (23)5821 番、こまば保育所 Tel (24)3693 番、落石保育所 Tel (27)2518 番			
保育所開放 対象年齢:6カ月～6歳 ※落石保育所は3歳～6歳	10月9日(水)、11月13日(水)	10時～11時	会場:まつもと保育所・こまば保育所・ 落石保育所 保育所を開放し、親子で遊べる場を提供します。希望する保育所にお問い合わせください。

各種相談窓口

●市民相談

会・問 市市民相談室
☎ (23) 6111 番 (内線2441)

●消費生活相談

会・問 市消費生活センター
☎ (24) 9065 番

●法律相談【要予約】

無料法律相談
10月25日(金)10時～16時
会 市役所地下和室
問 市市民相談室
☎ (23) 6111 番 (内線2441)
釧路弁護士会法律相談
10月10日(木)、11月14日(木)
14時～17時
会 総合文化会館第一講座室
問 釧路弁護士会
☎ 0154 (41) 3444 番
※有料(一人30分以内・5,000円)

●行政相談【要予約】

10月2日(水)・16日(水)
13時～15時30分
会 市役所地下和室
問 総務省行政相談委員
☎ 伊藤 (24) 5656 番・伊澤 (27) 2288 番

●釧路年金事務所相談【要予約】

10月15日(水)13時～17時
10月16日(水)9時～14時
会 総合文化会館第二講座室
問 釧路年金事務所
☎ 0154 (61) 6000 番

●お酒でお悩みの方相談

10月18日(金)13時30分～15時30分
会 市役所地下和室
問 市保健課健康推進担当
☎ (23) 6111 番 (内線2118・2131)

●健康・栄養・禁煙相談

●不妊・不育・妊娠・出産相談
会・問 市保健課健康推進担当
☎ (23) 6111 番 (内線2118・2131)

●教育相談

子ども教育相談 10時～16時

問 市教委青少年相談室
☎ (23) 2859 番

●育ちと学びの相談「りんくす」

問 市教委育ちと学びの相談室
☎ (23) 6111 番 (内線2416)

●障がい者就業相談【要予約】

10月10日(木)・24日(木)
11時～14時30分
会 10日:総合文化会館婦人活動室
24日:総合文化会館第一講座室
問 市社会福祉課福祉担当
☎ (23) 6111 番 (内線2165・2172)

●女性の健康相談

10月2日(水)、11月6日(水)10時～16時
問 根室保健所 ☎ (23) 5161 番

●こころの健康相談

●肝炎ウイルス検査・HIV抗体
検査・HTLV-1抗体検査
問 根室保健所 ☎ (23) 5161 番

病院ガイド

市立根室病院 ☎ (24) 3201 番

受付時間	月	火	水	木	金
内科（予約のない方）					
8:30～11:00	○	○	○	○	○
13:30～15:00	○	○	○	○	○
小児科					
8:30～11:00	○	○	○	○	○
13:30～15:00	○				○
外科					
8:30～11:00	○	○	○	○	○
13:30～15:00		○			
乳腺外来（乳がん検診） 10月1日（火）・18日（金）※要予約					
心臓血管外来 10月15日（火）					
整形外科 ★リハビリは8時30分～15時までの受付です。					
8:30～10:00	○	○	○	専門外来	○
膝・リウマチ外来 10月3日（木）・17日（木）					
肩関節外来 10月17日（木）・31日（木）					
※外来休診日 10月10日（木）・24日（木）・25日（金）					
産婦人科					
8:30～11:00	○	○	○	○	○
13:30～15:00	○		○		○
眼科					
8:30～11:00	○	○	休診	○	○
泌尿器科					
8:30～11:00	○				
13:30～15:00	○				
皮膚科 ★木曜日は10時30分までの受付です					
8:30～11:00	○	○	○	○	10:30まで
13:30～15:00	○	○	○		
※外来休診日 10月21日（月） ※初診の方は現在使用中の内服薬・軟膏（市販薬含む）を必ずご持参ください。					
耳鼻咽喉科					
8:30～11:00	○	○			
13:30～15:00	○	○			
脳神経外科 ★入院治療については取り扱っていません。					
8:30～11:00	○		○		
13:30～15:00	○		○		

※ 10月22日（火）は国民の祝日のため休診です。

	月	火	水	木	金
内科専門外来（予約の方）	★午前は 8:30～11:00、午後は 13:30～15:00 に受け付けています。				
	消化器内科	○	○	○ (午前のみ)	
	循環器内科	○	○ (午前のみ)	○ (午前のみ)	
	呼吸器内科			○ (偶数週のみ)	○ (偶数週のみ)
	血液外来	○ (午前のみ)	○ (午後のみ)	○ (午後のみ)	
	不整脈外来				○ (毎月第1週)
小児科予防接種等	7歳未満		○ 13:30～14:00	○ 13:30～14:00	
	7歳以上		○ 15:00～16:00	○ 15:00～16:00	
	乳児検診		○ 13:30～14:00		
	慢性疾患		○ 14:00～15:30	○ 14:00～15:30	
	★7歳未満のBCG、ロタワクチン、二種混合ワクチン、B型肝炎は要予約で、それ以外の予防接種は予約不要です。 ★7歳以上の予防接種は事前にお問い合わせください。				

※病院受診の際は、必ず「お薬手帳」をお持ちください。
※予防接種のご予約・お問い合わせは、午後からとなります。
※夜間救急外来は現在休診しています。平日の時間内受診にご協力ください。

日曜当番

やむを得ない事情により対応できないこともありますので、事前に医療機関へ症状などを連絡の上、受診してください。なお、当日急に診療できない場合はほかの医療機関を紹介します。

10月6日	江村精神科内科病院 ☎(22)2811番	10月20日	トキワ医院 ☎(24)3221番
11月10日	道東勤医協ねむろ医院 ☎(22)2563番	※10月13日、27日、11月3日の日曜当番はお休みです。	

※二次救急指定医療機関として、市立根室病院が救急診療を行っています。
（上記以外の土日、祝日、夜間の診療については、かかりつけ病院（医院）へお問い合わせください。）

保健
だより

インフルエンザ感染にご用心

保健師 高橋 耐子

インフルエンザウイルスは、一年中空気に存在しています。それがどうして冬に大流行するかというと、「温度と湿度」が関係していると言われています。高温多湿の夏はウイルスが水分にくっついて落ちてしまい感染経路が閉ざされますが、低温乾燥の冬はウイルスが活発になり、長い時間空気に漂っていることができます。インフルエンザウイルスが長時間生存していられるのは、気温が10℃前後、湿度が20％前後。ちょうど、朝夕肌寒くなり、暖房を入れる時期にあたります。空気が乾燥し、ウイルスが活動しやすい気温になると、くしゃみや咳を通じてどんどん遠くまで感染経路を伸ばしていきます。

インフルエンザが一般的な風邪より感染予防や治療に慎重になるのは、一般的な風邪よりも症状が重症化しやすい、時には脳炎を発症してしまう危険性もあるからです。

インフルエンザ感染を予防するには、適度な室温（22～28℃）、湿度（50～60％）、マスクの着用、手洗いうがい、そしてインフルエンザワクチンの予防接種が有効です。

マスクはすきまがないように着用しましょう。手洗いもせっけんをつけ、爪まで念入りに行いましょう。



市保健課健康推進担当
TEL (23) 61111番（内線2118）

親しみやすくも奥深い 川柳の世界に魅せられて

いっせんぎんしゃ 代表 古山満子さん

日常の出来事や、暮らしの中で感じた思いなどを五・七・五の言葉で表現する川柳。その川柳のおかげで、充実した毎日をごせているというのは、根室一川吟社の代表を務めている古山満子さんです。

芸術家肌という夫鉄太郎さんの勧めもあって川柳を始めた古山さんでしたが、その頃は新聞の川柳コーナーに年に一回作品を送る程度のものでした。ですが、平成17年に鉄太郎さんが他界した時、自分の作った川柳を何か形として残したいという夫の思いを受け継ぎ、鉄太郎さんが生前に作った作品をまとめた句集を発行。そのことをきっかけに、周りの勧めもあって古山さんは、本格的に川柳をはじめることになりました。

現在では、すっかり川柳に魅せられ、古山さんの生活に川柳はなくてはならないものになっています。「ただ何気に生活を送っているだけでは良い川柳は絶対にできない。」そう語り、普段の生活でも川柳の話題集めに余念がありません。新聞やテレビのニュース、人との会話からも川柳のヒントになるものはいかど常にアンテナを張っていて、古山さんにとって辞典とメモ帳は手放すことのできない重要なアイテムだといいます。生涯現役で川柳を楽しみたいという古山さん。これからも素敵な川柳をたくさん作ってください。



E44 根室道路 ウォーキング&お絵かき

とき
10月20日(日)
13時～15時 ※荒天中止

ところ
E44 根室道路
温根沼IC(仮)～根室IC(仮)
Onneto Nemuro

本年度中の開通を目指して工事が進められている「根室道路」。実際の道路でのウォーキングなどを通して、地域にとって大切な道路であることを皆さんへ知ってもらう機会となるイベントを開催します。

【対象】 根室市とその周辺に在住・在勤・在学する健康な方
※「お絵かき」については一般参加者の募集はしていません。

【参加料】 無 料

【定 員】 100名(定員締切)

【申込方法】 市ホームページもしくは市総合政策室に設置の申込書によりFAX・メールにて申し込みください。

【申込締切】 10月10日(休)

【申込・問合先】 市総合政策室総合政策担当 ☎(23)6111番 内線2255

移動行政相談会のお知らせ【厚床・落石・歯舞】

開催日程	場 所
10月29日(火)	厚床会館
10月30日(水)	落石ふるさと館
10月31日(木)	歯舞会館コミュニティセンターあさひ

※10時～15時まで

問合先 総務省行政相談委員

☎伊藤(24)5656番 / ☎伊澤(27)2288番

最低賃金、確認しましたか？

北海道内で事業を営む使用者および事業場で働く全ての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイトなどを含む。)に適用される北海道最低賃金が改定されます。

北海道最低賃金
時間額

861円

厚生労働省 北海道労働局 労働基準監督署(支署)

令和元年10月3日発行

市内スポーツ施設を無料開放します

10月14日(月・祝)は体育の日にちなみ、市内スポーツ施設を無料開放します。

【対象施設】

青少年センター(トレーニングルーム)、温水プール、パークゴルフ場(総合運動公園・宝林町・厚床・歯舞)、総合運動公園テニスコート

【問 合 先】

温水プール：市温水プール ☎(22)3543番

温水プール以外の施設：市青少年センター ☎(23)5982番

根室市の人口

令和元年9月1日現在の人口(前月比)

世帯数: **12,634**世帯(－17)

総人口: **25,604**人(－39)

男 性: **12,208**人(－19)

女 性: **13,396**人(－20)

※外国人を含む

転入: **65**人 出生: **9**人

転出: **89**人 死亡: **29**人

その他の増減: **+5**人

編集後記

9月の初めまでは残暑を感じることが多かったが、近頃はすっかり肌寒くなりました。今年は観測史上最高気温を更新した根室。果たして冬はどのくらい寒くなるのでしょうか。「今年最低気温も更新」なんて事にならないことを祈っています。(S)

