

広報ねむろ

8

2022
August

今月の表紙

マガモ子育て真っ最中

根室公園のひょうたん池に姿を見せた子育て中のマガモの親子が公園を訪れた方を和ませています。4匹のヒナは身を寄せ合いお母さんカモの後に付いて水面を進み、お母さんカモは、時よりカラスが近づくと、子を庇うように葉に身を隠したりするなど、マガモの子育ての様子を、散策中の方たちは心配しながらも、微笑ましく眺めていました。

特集

防災ハザードマップ
で備える

目に届く場所に置きましょう。

防災

ハザードマップ で備える

市では、令和4年3月に「根室市防災ハザードマップ」を作成しました。

冊子版には、令和3年11月に北海道が指定した「津波災害警戒区域」をはじめ、土砂災害や高潮、洪水など、災害が発生する可能性がある場所などを掲載しています。

また、家庭での対策など、防災に関する知識をまとめた「災害への備え」ページも用意しました。

「根室市防災ハザードマップ」を活用し、日頃の備えや市内の災害リスクのある場所、避難場所などを把握し、災害に備えましょう。



問合せ先 市総務課総務・防災担当 TEL:(23)61111番 内線2222・2223

ハザードマップを活用して

今すぐ

やるべき3つのこと

01 家族防災会議を行おう | 2・40・裏表紙 ページ

災害はいつ発生するかは誰にも分かりません。そして災害が起きたときに家族が一緒にいるとは限りません。災害発生時の取るべき行動を確認し、家族が別々となった場合に備え、安否確認の方法や最終的な集合場所をあらかじめ決めておきましょう。また、ハザードマップの裏表紙の「わが家の防災メモ」も記入しておきましょう！

02 災害リスクを知ろう | 4~36 ページ

「根室市防災ハザードマップ」の地図は「地震・津波」、「土砂・洪水」、「高潮」にそれぞれ分かれており、津波災害警戒区域や土砂災害警戒区域等、洪水浸水想定区域、高潮浸水想定区域を色分けして表示しています。

自分が住んでいる地域や、職場、学校など普段良く行く場所に災害リスクが潜んでいないか確認しておきましょう！

03 備蓄品・非常持ち出し品を準備しよう | 41 ページ

災害時、復旧するまでの数日間を支えるものが「備蓄品」、避難するときに最初に持ち出すのが「非常持ち出し品」です。

ハザードマップには、事前準備の参考になるよう、備蓄品と非常持ち出し品のチェックリストを掲載しています。日頃の準備が、いざというときに役立ちます。チェックリストを活用して、備蓄品と非常持ち出し品を準備しておきましょう！



ハザードマップはいつも

ハザードマップを使って 家庭で避難訓練

避難先・避難経路を確認する (42ページ)

「根室市防災ハザードマップ」には、「指定緊急避難場所」「指定避難所」「待避所」を掲載しています。自分が住んでいる地域や、職場、学校など普段よく行く場所で災害が起きた時、どこに避難すればよいか確認しておきましょう。

「指定緊急避難場所」「指定避難所」「待避所」とは

指定緊急避難場所	切迫した災害の危険から命を守るために、緊急的に避難する場所（屋外）
指定避難所	災害の危険性があり、避難した人が、災害の危険性が無くなるまで滞在する施設 災害により自宅等に戻れなくなった場合に、一定期間、避難生活を送るための施設
待避所	大雨、高潮、高波などで災害が小規模または局地的な場合や、暴風雪、停電、火災発生時などの一時退避、または指定避難場所を補完する場合などに、状況により必要に応じて臨時的に開設する施設 ※避難指示などを発令した際に、臨時避難所として開設する場合があります。

実際に避難先まで行ってみよう

災害リスクや避難先・避難経路の確認ができれば、地図を持って避難先まで行ってみましょう。

災害が起きた時、起きそうな時に速やかに避難できるよう、避難経路や避難先を実際に目で見て確認し、避難するときのイメージを固めておくことが大切です。



▲指定緊急避難場所のマーク

WEB版ハザードマップで 自分専用避難マップを

従来の冊子版に加え、スマートフォンやパソコンから確認できる「根室市防災ハザードマップ (Web版)」を作成しました。スマートフォンの位置情報から現在地の情報を確認したり、見たい地点を拡大してより詳細な情報を確認できるようになりました。

また、印刷機能においては、選んだ地点を好みの縮尺で印刷でき、避難先などをメモできる自分専用の避難マップを作成できます。自宅や職場、学校など自分のよく行く地域のマップを準備し、目に入るところへ掲示しておきましょう。



▲WEBマップ



専用マップ作り方

メニュー



マップ印刷



印刷プレビュー



避難行動判断・
備蓄品については
防災ハザードマップの
38・41ページに
掲載しています

在宅避難のススメ

「難」を「避ける」のが避難

災 害時に避難所へ避難することだけでなく、自宅や親戚・知人宅で安全を確保する「在宅避難」も避難方法の1つです。避難所ではスペースや設備に限りがありますが、自宅等が安全であれば、在宅避難の方が普段の生活に近い環境で過ごせます。

1
Point

危険な場所にいる人は避難が原則

- ハザードマップで災害警戒区域や浸水想定区域となっている危険な場所の場合は、**避難が原則です。**

※ハザードマップの警戒情報は『あくまで予想』です。相手は自然であり、どんな事が起こるか分かりません。特に津波の場合は、自分のいる場所がハザードマップでは安全な場所でも油断しないことが必要です。

2
Point

在宅避難や親戚知人宅、ホテルなどへの避難も考える

- **安全な場所にいる場合は避難する必要はありません。**自宅等が危険のない場所の場合は在宅避難という選択もあります。
- 災害時に市は「避難所」を開設しますが、学校や市の施設などの避難所以外にも、「親戚・知人宅」「ホテル」などへの避難や「車中泊」も考えてみましょう。

3
Point

在宅避難のための準備をしておきましょう

- 日常生活の中で、食材などを多めに購入・常備し、使いながら使った分を買い足して災害に備える『ローリングストック』で、無理なく家庭備蓄を行いましょう。食料や水は家族構成や人数に応じて、**最低でも『3日分』、可能であれば『1週間分』**の備蓄を行いましょう。

………＝ 避難先による環境の違い ＝………

	避難所など	在宅避難
目的	一時避難 長期的な避難生活	短期～長期の生活
1人当たりのスペース	狭い（2㎡程度）	自宅の状況に応じた スペースの確保が可能
プライバシーの確保	難しい	確保しやすい
食料・水	最低限の備蓄	自分で準備・備蓄 ※避難所等で物資や情報を 得ることもできます。
断水時等のトイレ	簡易トイレ 仮設トイレなど	自宅で準備 簡易トイレなど
ペット	屋外での一時飼育など	普段どおり



防災無線による行政放送は、通常は女性の声で、緊急時は男性の声で行います。悪天候時は音声聞き取りづらい場合もありますので、「男性の声」の放送が聞こえたら、他の方法で情報収集に努めてください。

防災無線から「男性の声」がしたら 情報収集!!

情報を集める手段を 準備しておこう!!

災害が起きた時、まずは現状を把握することが重要です。その後、正しい避難行動等をするためにも、災害時における「情報収集」は非常に重要な役割です。

市では、様々な手段で情報を発信しています。正確な情報をいち早く入手することができるよう準備しておきましょう。また、災害発生時は、ライフラインの途絶により、普段使っている手段が使えない場合がありますので、複数の方法を用意しておきましょう。

根室市公式LINE



3月から開始した市公式LINEでは、荒天が見込まれる際の気象情報や避難情報などをリアルタイムに発信しています。また、「防災情報」のアイコンから各種WEBページへ直接アクセスできます。

友だち登録 ▶



「ねむろのぼうさい」 Facebook・Twitter



▲ Facebook



▲ Twitter

ねむろメール

市が防災情報等をメールで配信するサービスです。下記のQRコードを読み取り、空メールを送信すると数分以内に返信がありますので、メールの内容に従って進むと登録ができます。

配信登録 ▶



テレビ(データ放送) 地デジ広報サービス

テレビリモコンの「dボタン」から見られるデータ放送では、気象情報や防災情報について、常時放送されています。

また、8チャンネル(UHB)では、「地デジ広報サービス」が利用でき、市が発信する防災情報などが確認できます。

ラジオ

ラジオは停電時にも使用できる有効な情報収集手段です。市から提供される避難情報など緊急情報が「FMラジオ(76.3MHz)」などから放送されます。※併せて電池も備蓄しましょう。

防災情報については
防災ハザードマップの

39ページに
掲載しています

携帯電話が
ない世帯

緊急情報配信サービス

津波情報や避難情報などの緊急情報を、固定電話やFAXでお知らせするサービスです。登録を希望する方は市役所総務課までお問い合わせください。

ヒグマに 注意!

ヒグマの目撃情報が相次いでいます。
7月6日現在、ヒグマの目撃情報が30件寄せられています。
6月25日に敷島町の旧柏陵中学校の跡地でヒグマの足跡が発見された際に、興味本位で現場に行く方も見受けられました。
非常に危険なのでやめましょう。

ヒグマに遭遇しないための注意点

- ①新聞、ラジオ、市ホームページなどで出没情報を確認し、目撃の多い場所には極力近づかないことを心がけましょう。
- ②早朝や夕方など、薄暗い時間帯の外出は控えましょう。特に、ヒグマの餌場となる河川敷や寝ぐらとなる草むらの近くは注意してください。
- ③ヒグマのいるような場所にやむを得ず近づく際は複数人で行動するとともに鈴やラジオなどで音を出して自分の存在をヒグマに知らせ、出会い頭の事故を防ぎましょう。

ヒグマを目撃したり、痕跡を発見した際は、市農林課または根室警察署へすぐに連絡してください。

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

根室市青年サークル連絡協議会「令和4年度交流会事業」

とっさの時の救急救命!!

AEDの使い方や身近なケガの処置方法について学習するほか、消防車搭乗体験を予定しています。

日 時	令和4年8月18日(木) 19時~21時
場 所	市消防本部研修室(上靴が必要です)
対 象	根室市内の勤労青少年およびその家族(小学生以上) 10名程度
参加費	500円
申込期間	令和4年8月10日(水)まで

参加者全員に、
『応急処置セット』
プレゼント!!



※感染状況によっては、内容の変更・延期または中止する場合があります。

申込・問合せ先：根室市青年サークル連絡協議会(市教委社会教育課内)

TEL (24) 3180 番 FAX (23) 6172 番

E-mail : kyo_kyouiku @ city.nemuro.hokkaido.jp

申込メール作成用QR⇒



教育長と一緒に根室を学ぼう

なるほど THE ネ〜ム回



波岸教育長

昨年11月に就任した波岸教育長と「根室の名所」をバスで一緒に巡り、参加者が教え・教わり、根室の「なるほど」を教育長と子どもたちがともに学び、学習した感想などを教育長室で発表し合う参加・体験型の講座を開催します。

学習会

8月14日(日) 10時～14時

○行き先：車石・ノツカマップ・原生花園・明治公園

※昼食は弁当をご用意します。

報告会

8月15日(月) 16時

○報告場所：根室市役所3階 教育長室

- 【参加料】 500円（保険料として）
- 【対象/定員】 市内小学校の4・5・6年生 / 10名
- 【申込方法】 電話・窓口・FAXによる
- 【申込期間】 8月1日(月)～10日(水) 平日9時から17時
※天候や感染状況により、延期・中止となる場合があります。

申込・問合せ先 市公民館事業担当 TEL：24-3188 FAX：23-6172

温水プールからのお知らせ

申込・問合せ先 市温水プール ☎(22)3543番

教室名	対象	内容	期間	定員	時間	申込期間
子どもの部 ※水泳クラブ所属者を除く						
幼児ひよこさんコース	3歳・4歳の幼児	水慣れ・水遊び	9月6日～11月8日 (毎週(火) 全8回)	10名	15:00～16:00	【受付】 8月2日(火)～11日(木) 【申込書提出】 8月13日(土)～20日(土)
幼児ペンぎんさんコース	4歳・5歳の幼児		9月7日～11月9日 (毎週(水) 全8回)			
チビっ子水泳教室	令和5年度就学の幼児		9月8日～10月27日 (毎週(木) 全8回)			
とんぎょコース	小学1～3年生	水慣れ・浮くこと 初歩の背泳ぎ	9月2日～11月2日 (毎週(水)(金) 全15回)	20名	16:00～17:00	
やまバコース	小学4～6年生	初歩のクロール	9月1日～10月27日 (毎週(火)(木) 全15回)			
大人の部 ※学生を除く						
水中運動教室	一般市民	水中ウォーキング 水中運動	9月1日～10月27日 (毎週(火)(木) 全15回)	15名	9:45～10:45	【受付】 8月2日(火)～11日(木) 【申込書提出】 8月13日(土)～20日(土)
ストレッチ運動教室【午前】		研修室での ストレッチ運動	9月2日～11月2日 (毎週(水)(金) 全15回)		9:30～10:30	
ストレッチ運動教室【午後】			9月1日～10月27日 (毎週(火)(木) 全15回)		13:30～14:30	
大人の水泳教室【初級】		クロール・背泳ぎ	9月2日～11月2日 (毎週(水)(金) 全15回)	10名	10:30～11:30	
大人の水泳教室【中級】		平泳ぎ・バタフライ				

※1) 定員を超える申し込みがあった場合は、くじ引き抽選を行います。
 ※2) 感染症の拡大や悪天候により、日程を変更することがあります。

島に眠る先祖へ洋上から祈りを

7/23 洋上慰霊

新型コロナウイルス感染症の影響により、2年連続で北方領土への北方墓参をはじめとするビザなし渡航が中止となり、今年度も実施の見通しが立たない中、「上陸できずとも少しでも島に近づいて祈りを捧げたい」という元島民や関係者の応える『洋上慰霊』が始まり、鈴木直道北海道知事や元島民ら42人を乗せた四島交流船「えとぴりか」が根室港を出発しました。この日は荒天のため、予定していた歯舞群島水晶島沖の中間ライン近くまでは行かず、参加者たちは根室半島沖で船内に設置された祭壇に献花し、島へ手を合わせました。

洋上慰霊の実施に向けては、鈴木知事のほか、千島連盟の協紀美夫理事長、石垣市長と四町の代表者が今年6月に岸田首相のもとを訪ね、事業の実施・支援について要望していました。

出発式では、主催者として鈴木知事が「ビザなし渡航が行われていない状況は関係者の気持ちを考えると断腸の思いである。洋上慰霊により皆さんの思いが先人の眠る島に届くことを心から念願する。」と話し、協理事長は「領土交渉の早期再開、墓参と自由訪問の実施再開に向けて、強い意思を持って交渉することを国に対して求めていきたい。」と挨拶。船が港を離れ、汽笛が鳴ると、3年ぶりに根室港に「えとぴりか」を見送る声が響きました。

慰霊を終えた色丹島元島民の得能宏さんは、「乗り慣れた船で海路を使って先祖に近づけたことは嬉しかった。命を大事にし、杖をつきながらでも何とかしてまた島に辿り着きたい。」と囁み締めていました。

洋上慰霊は8月10日までの間、全10回の行程を予定しています。



過去最高量のごみを回収

7/16 春国岱散策路木道開通・一斉清掃



氷結の影響により破損し、通行止めとなっていた春国岱原生野鳥公園散策路の木道の修繕が完了し、1年5カ月ぶりに開通しました。開通初日には風蓮湖・春国岱の保全に取り組む根室ワイズユースの会による清掃が行われ、330kgのごみが回収されました。同会の千葉勝博会長は「根室の自然を子どもたちに残すため、私たちの活動を通じて身近にある自然の魅力・大切さを伝えよう」と参加者に呼び掛けていました。

地球温暖化ってなんだろう

6/27 地球環境モニタリングステーション



北海道地球温暖化防止活動推進員による環境学習会と国立研究開発法人国立環境研究所職員による地球環境モニタリングステーションの見学会を、根室振興局との共催で開催しました。落石小学校と海星小学校の5・6年生が参加。年々、二酸化炭素排出量が増加する地球のために自分たちは何が出来るかなど、環境と人間の関わりや環境保全の重要性を学び、地球温暖化などについて理解を深めていました。

思いやりの心をたいせつに

7/14 伝統文化・郷土芸能体験（茶道）



今年度の伝統文化・郷土芸能体験プログラム事業（茶道）が始まり、落石小学校では参加した5・6年生11人が色とりどりの浴衣に身を包み、裏千家淡交会根室支部の講師の方々に礼儀作法やお茶の点て方、頂き方を学びました。日本の歴史の中で受け継がれてきた「茶道」の体験を通して、おもてなしの心と人を思いやる心を学んだ児童たちは、「これからも続けていきたい」と笑顔で語りました。

自分の可能性を広げて

7/14 東海大学海洋学部生による講演会



将来の水産分野を担う人材育成を目指し、市と相互協力協定を結ぶ東海大学静岡岡キャンパスから海洋学部4年の小林愛冬さんを招いた高校生向けの講演会が開催されました。小林さんは東海大学を選んだ理由や大学での授業や生活、自身が学生時代に熱中した水産物の商品開発について、経験をもとに語り、1年生170人へ自分の将来を思い描いた進路選択の大切さと呼び掛けていました。

誰もが利用やすく、親しみを持てる庁舎に

7/7 新庁舎等整備工事安全祈願祭



市役所新庁舎の建設工事が始まり、現庁舎東側の建設予定地で工事の安全を願う安全祈願祭が行われ、関係者約100人が無事故を祈りました。新庁舎は地下1階、地上4階建て。来庁者が分かりやすく、利用しやすいユニバーサルデザインを取り入れ、災害発生時の対応拠点施設として、機能の強化を図ります。新庁舎は令和6年3月に完成。5月からの利用開始を予定しています。

地域への奉仕活動に感謝

6/29 国際ソロプチミスト根室 善行賞・感謝状贈呈式



43年にわたり地域を支えてきた女性奉仕団体「国際ソロプチミスト根室」から、6月末の解散を前にした『最後の奉仕活動』として、保育所など子育て支援施設14カ所へ総額250万円相当の遊具を寄付いただきました。石垣市長は図書寄贈やイベントへの協力など長年の活動に対し、「女性ならではの慈愛に満ちた心で地域を支えてくれた」と、感謝の言葉とともに善行賞・感謝状を贈りました。



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/>

市民皆様へのお願い

本紙のお知らせは7月25日時点の情報により作成しています。今後、新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、掲載内容が変更となる場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

行事などの中止・延期の変更情報は、市ホームページや新聞などにより随時お知らせします。

総合防災訓練を実施します

市では、大規模な災害発生に備え、各防災関係機関が連携した総合防災訓練を実施します。自衛隊や消防などによる倒壊家屋や車両事故からの救出、へ

リコプターによる救急患者の輸送、根室海上保安部などによる海上訓練、消火訓練などの実施を予定しています。

この機会に自分たちができる防災・減災対策について、改めて考えてみましょう。

日 8月30日(火)13時00分

場 花咲港マイナス10m岸壁

※13時～15時までの間に、「緊急速報メール」の情報伝達訓練も併せて実施します。実際の災害とお間違えの無いようご注意ください。

問 市総務課総務・防災担当
☎ (23) 61111番

「天童よしみコンサート」を開催します

幼少期から数多くの「のど自慢大会」で優勝し、1972年にデビューした天童よしみさんのコンサートを開催します。

日 10月4日(火) (開場 17時(開演) 18時)

場 総合文化会館大ホール

料 5,000円(当日5,500円)

※全席指定、未就学児入場不可
チケット販売

●電話予約 8月21日(日)10時～

11時30分～(チケット引換時間・場所) 13時～15時・総合文化会館婦人活動室

●窓口販売 8月22日(月)から(平日9時～17時) / (販売場所) 総合文化会館事務室

※感染状況により、公演が延期・中止となる場合があります。

問 市総合文化会館事業協会 (総合文化会館内)

☎ (24) 3188番

「ヨガ」「法律相談」「巡回相談」を開催します

ひとり親家庭の父母を対象としたヨガや法律相談および就労・生活などの相談をお受けします。

日・内容・場・定

●8月27日(土)10時～12時

①就労セミナー「ヨガで心と体をリフレッシュ」/ 総合文化会館幼児室 / 10名
 ②巡回相談 / 総合文化会館第1和室

●9月7日(水)13時～15時30分

①法律相談 / 総合文化会館婦人活動室 / 4名
 ②巡回相談 / 総合文化会館第1和室

※いずれも事前申込が必要・託児あり

申 市こども子育て課こども子

育て担当

☎ (23) 61111番

内 21800
問 釧路母子家庭等就業・自立支援センター

☎ 0154(22) 2401番

令和4年度根室市手話言語講習会を開催します

手話言語を初歩から学び、耳の不自由な方と手話言語でお話してみませんか。以前学習したことはあるが、また一から学習し直したいという方も大歓迎です。

日 9月7日(水) (毎週水曜日・全24回) 19時～21時

場 根室市福祉会館

対 手話言語学習未経験または1年未満で、ろうあ者の福祉に理解と熱意を有する、高校生以上の方

料 無料

定 15名

申込期間 8月1日(月)～15日(月)

※新型コロナウイルス感染症対策を講じます。状況によっては講習会を中止する場合があります。

申・問 市社会福祉課福祉担当

☎ (23) 61111番

NEW 宝くじ公式サイト

Quick One
 クイックワン

発売中!

和田屯田記念館を一般開放します

北海道指定有形文化財である「和田屯田兵村の被服庫」を一般開放します。

期間中は、屯田兵の開拓時代の歴史資料展示や、和田屯田歴史保存会による説明も行います。

日 8月13日(土)～16日(火)10時～15時

場 和田屯田記念館 (西和田568番地2)

問 市教委社会教育課文化財担当
☎ (25) 3661番

根室市戦没者追悼式の挙行について

平和への誓いを新たにし、戦没者へ追悼の誠をささげる「根室市戦没者追悼式」を挙行します。

8 / 15 (月) 11時59分～
(受付は11時より)

場所：総合文化会館多目的ホール

問合せ 市社会福祉課社会援護担当
☎ (23)6111番 内線2166

**2022全道展道東地区
展(根室特別展)・ギャラ
リートークを開催します**

絵画・彫刻・工芸・陶芸各部
門の道東地区会員・会友・一般
公募の入選入賞作品を展示およ
びギャラリートークを開催しま
す。

【作品展示】
日 8月3日(水)～7日(日)10時～
17時(7日は15時まで)
場 総合文化会館エントラン

ス、コリドール

【ギャラリートーク】

日 8月6日(土)10時

講師 田崎謙一氏(全道展審査
委員長)

問 「全道展道東地区展(根室
特別展 実行委員会事務局)(総
合文化会館内)」
☎ (24) 3188番

自衛官候補生などを募集

防衛省では、自衛官候補生な
どを募集しています。

種目・試験日および試験会場

●自衛官候補生(陸海空自衛隊)
男子 9月22日(木)、23日(金)
女子 9月21日(水)／釧路駐屯地

●一般曹候補生(陸海空自衛官)
9月13日(火)、17日(土)のいずれか
1日／根室分屯基地

●航空学生(海空パイロット養
成) 9月19日(月)／釧路市内

●防衛医科大学校看護学科学生
(看護師・保健師養成) 10月15
日(土)／釧路市内

●防衛大学校学生(陸海空幹部
自衛官養成) 11月4日(土)、7日
(月)(2日間)／釧路市内

●防衛医科大学校医科学生(医
師養成) 10月22日(土)／帯広市内
身分 特別職国家公務員

※受付期間および年齢計算期日
は種目により異なるため、お問
い合わせください。

問 自衛隊根室地域事務所
☎ (24) 3651番

海の夏季安全推進活動を 実施します

根室海上保安部では7月16日
から8月31日まで、海の夏季安
全推進活動を実施しています。

夏休みには海や釣りに出かけ
る方が多くなりますが、足元や
周囲の状況に十分注意して海中
への転落を避けるとともに、事
故があった時の通報や救助のた
め複数人での行動を心がけ、安
全に楽しみましょう。

また、小型船舶を運行される
方は、「ライフジャケットの着
用」「最新の気象情報を把握」「万
が一のため連絡体制の確保」と
ともに、「自船の安全確保3か
条」の確認をお願いします。

【自船の安全確保3か条】

- ①海に出る前に「発航前検査」
 - ②運行中に「常時見張りの徹底」
 - ③万が一に「救助支援者の確保」
- 問 根室海上保安部交通課
-
- ☎ (24) 3354番

「救命講習」の受講者を募集

総務省消防庁では、毎年9月
9日を「救急の日」とし、この
日を含む一週間を「救急医療週
間」と定めています。

救急の日にあわせて「普通救
命講習」「上級救命講習」を開
催します。

受講を希望される方は、お気
軽に消防署までお問い合わせく
ださい。

【普通救命講習】

日 9月9日(金)18時～21時

【上級救命講習】

日 9月11日(日)9時～18時

【共通事項】

場 消防本部2階研修室

定 各15名程度

※当日は動きやすい服装で受講
してください。(スカート不可)
※感染状況により、中止となる
場合があります。

申・問 市消防署救急通信課
☎ (24) 3164番

道営住宅入居者を募集

世帯向け一般住宅 花咲団地
1号棟3LDK1戸、花咲団地
2号棟2LDK3戸、パーク
タウン明治A棟2LDK1戸、

パークタウン明治B棟3LDK
2戸

子育て支援住宅 であえる明
治団地1号棟2LDK3戸(小
学校就学前の子がいること・入
居制限付き)

家賃 18,200円～77,
000円(入居者の収入によっ
て変動します。)

募集案内配布

日(金) 9月5日(月)～16

入居申込受付

日(金) 9月12日(月)～16

抽選日 9月28日(水)(予定)

入居可能日 10月下旬(予定)

※インターネットでの申し込み
は9月12日(月)9時から16日(金)17
時まで可能となっています。

※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
営住宅に関わる未納の家賃、駐
車場使用料および損害賠償金な
どがある場合や、入居予定者の
いづれかが、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



「令和4年度第1期成人学 校作品展」を開催します

令和4年度第1期成人学
校「写真教室」「つまみ細工講座」
受講生による作品展を開催しま
す。

日 8月8日(月)～21日(日)9時～
17時(21日は16時まで)

場 総合文化会館エントランス
ホール、コリドール

料 無料

問 市公民館事業担当
☎(24) 31888番

大人のお宝ギャラリーの 開催および展示参加者を 募集

エレキギターなどLM(ライ
トミュージック(軽音楽)樂
器の展示会を開催します。自慢
の愛器を展示しませんか。
対(出展者) 18歳以上の市民
(観覧者) どなたでも

展示品 エレキギター、アコー
スティックギター、ベース、キー
ボード、ドラム、アンプなどの
周辺機器のほか、ヴィンテージ
楽器、ジャンク復活品など
日 9月10日(土)10時～17時/9
月11日(日)10時～15時

場 総合文化会館多目的ホール

料 無料

申込方法 展示参加申込票を総
合文化会館に提出してください。

※申込票は、総合文化会館ホー
ムページでダウンロードできる
ほか、総合文化会館事務室に備
え付けています。

※展示申込点数に限りがありま
すので、お問い合わせください。

申込締切 8月29日(月)

問 「大人のお宝ギャラリー&
トークセッション」LM楽器編
「実行委員会事務局(市総合
文化会館内)

☎(24) 31888番



第26回根室市防火パーク ゴルフ大会を開催します

市消防本部では、防火パーク
ゴルフ大会を開催します。皆さ
んのご参加をお待ちしていま
す。

なお、大会は新型コロナウイ
ルス感染症対策を行い開催しま
すので、参加される皆さまのご
協力をお願いします。

日 9月17日(土)9時～

※小雨決行

場 市パークゴルフ場(宝林町)

対 根室市民
定 70名(先着順)

料 無料

申込期間 8月1日(月)～31日(水)

※定員になり次第、受付を終了
します。

申込方法 パークゴルフ場に備
え付けている申込用紙に、必要
事項をご記入ください。

問 市消防本部警防課予防・保
安担当
☎(24) 31633番

預けて安心! 「自筆証書 遺言保管制度」をご活用 ください

遺言書は、相続登記や預貯金
を始めとする相続手続をスムー
ズに行うための有効な手段であ
り、いわゆる「終活」の一環と
して関心を集めています。

法務局でも、ご自身が作成し
た遺言書を保管できる「自筆証
書遺言保管制度」ができました。
この制度を利用すると、遺言
書の紛失や改ざんを防止するこ
とができます。
手数料 1件3,900円
制度について

写真で振り返る

懐かしねむろ



Film 13. 花咲小学校旧校舎

昭和31年頃に撮影された栄町にある旧校舎が建てられる前の校舎です。さらに前の校舎が空襲で焼失し、昭和22年に落成しました。当時の正門は新校舎へ「東門」として移設され、本年4月の旧啓聖中校舎への移転まで子どもたちの成長を見守ってきました。

●通常の自筆証書遺言書で必要
な家庭裁判所での検認が、不要
となります。
●希望した場合は遺言書を保管
した方が亡くなられた後、相続
人等の中から1名に対し亡くな
られたことおよび遺言書が保管
されていることをお知らせしま
す。

●相続人等は、法務局に自筆証
書遺言を保管された方が亡くな
られた後、全国どこの遺言書保
管を行っている法務局からで
も、自筆証書遺言の保管の有無
や内容を確認することができま
す。
少しの手続で、将来世代の負
担を軽減してみませんか。
詳しくはお問い合わせくださ
い。

問 釧路地方法務局根室支局
☎(23) 4874番

毛・照・厚 (エゾオグルマ)



葉裏が白く見えるのは細かい毛がびっしり生えているため

夏 の春国岱の海岸に出ると、ヒマワリに似て少し小ぶりの黄色い花をつけた植物が、たくさん目に入ります。エゾオグルマです。ヒマワリと違うのは、大柄ですがずんぐりとした背丈と、その葉。葉は表面がてかてかして、非常に厚みがあります。葉を裏から見ると、白くて細かい毛がびっしりと生えています。

海岸に生える植物は「毛がある」「照りがある」「厚みがある」といった特徴のどれかを



砂浜に生えるエゾオグルマ

備えていることが多いのですが、エゾオグルマはこの3つの特徴をすべて持っています。実は海岸というのは、植物にとって非常に過酷な環境で、海水の塩分は植物にとって有毒ですし、雨水はすぐに砂地にしみこんでしまうので、雨の直後以外は水不足。日かげが少ないので強い日ざしにさらされ、強い風に飛ばされた砂浜の砂が葉や茎を傷つけます。

こうした困難な条件を克服するために、海岸の植物たちは、茎や葉の表面に毛を生やしたり、ロウの成分を含む光沢のあるクチクラ層を発達させたりして、乾燥や砂、強い日ざしから身を守ります。またラクダのこぶのように分厚い組織の中に水分をためておくことでも、乾燥への対策をしているのです。

海岸を好んで生えるハマナスやハマボウフウといった他の海岸植物も、この「毛・照・厚」の特徴を持っています。春国岱の海岸で、あなたも確かめてみてはいかがでしょうか。

圃 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 古南幸弘 ((公財)日本野鳥の会所属)

根室こぼれ話

ふるさとの味「オランダせんべい」

根室のお土産と言えば、カニ、エビ、コンプ製品、鮭フレックと様々ある中で、異彩を放つのが株式会社端谷菓子店の「オランダせんべい」。そのポリウム感と立体感に、品のいい甘さと柔らかなさの組み合わせが絶妙で、気取らない風味もまた好ましい。

このせんべいは昭和41年に、先代の端谷秀雄氏が開発したもの。様々な原料の配合や焼き具合を工夫して辿り着いたのが今の味で、半世紀にわたってその味を頑固に守っている。

このせんべいがなぜ「オランダ」を冠しているのかと言えば、オランダにこれに類似する商品があるというわけではなく、その表面の凸凹模様が長崎のオランダ坂の石畳に似ているからだそう。

焼き機は通常のせんべいを造るときに使うバーナーではなく、電熱機で両面を同時に焼くタイプのため、絶妙な焼き加減が要求され、熟練したカンと腕が必要なのだそう。

「オランダせんべい」という商品は山形県にもあるらしいが、よくあるハードタイプのものなので、軟らかいオランダせんべいは日本ではここだけのこと。

店長曰く「根室の冷涼で湿気の多い気候がせんべいの美味しさと柔らかさを保ってくれるうえ、涼しさが電熱器の熱を和らげてくれる」のだそう。

根室市史編さん員 小坂井 歓厚
圃市図書館 (二三) 五九七四番

子育て支援



健診・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。

新型コロナウイルス感染症の影響により、
健診・相談窓口などが中止等となる場合
があります。ご理解をお願いします。

市役所の健診・健康相談 〇 市保健課健康推進担当 Tel (23)6111 番 (内線2118・2131)			
4カ月児健診	8月3日(水)	12時10分～	会場:児童デイサービスセンター
7カ月児健康相談	8月19日(金)	13時30分～	会場:図書館
ファーストバースデイ すくすく健康相談	個別相談		
1歳6カ月児健診	8月18日(木)	12時00分～	会場:児童デイサービスセンター
3歳児健診	8月4日(木)	12時00分～	会場:児童デイサービスセンター
離乳食教室	8月5日(金)	13時30分～14時30分	会場:総合文化会館幼児室
5歳児相談	個別相談		
子育て相談所「ぶらんこ」 〇 まつもと保育所2階 Tel (24)3482 番			
育児相談	月曜日～金曜日 (祝日を除く)	9時～17時	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:令和4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 5カ月～1歳5カ月までの親子	毎週水曜日 ミニ講座:8月18日(木)「イヤイヤ期」	9時15分～11時30分	会場:つどいの広場クルクル 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】
ふれあい 1歳6カ月～就学前の親子	毎週木曜日	9時15分～11時30分	ピヨピヨ・ふれあいは随時参加者を募集しています。(電話予約は6組まで)
移動ふれあい 1歳6カ月～就学前の親子	8月18日(木)	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」 〇 明治交番横道営住宅1階 Tel (24)9696 番			
つどいの広場クルクル 「ピース」 0～3歳までの親子	月曜日～金曜日 (水・木は午後のみ) ※18日(木)は午前もあります。	午前:9時15分～11時30分 午後:14時15分～16時30分 ※12時～13時は閉館します。	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。(初回登録制) コロナ対策のため、予約制としています。問合せは、つどいの広場まで。
保育所開放 〇 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	8月は中止とします。 9月14日(水) (予定)	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

8月19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

8月4日(木)

14時～17時

会 総合文化会館中会議室

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

8月3日(水)・17日(水)

13時30分～15時30分

会 市役所地下和室(担当:総務省

行政相談委員 伊藤・奥田)

問 釧路行政監視行政相談センター

☎0154(23)1100番

●釧路年金事務所相談【要予約】

8月23日(水)13時～17時

8月24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

8月26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 9時～17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】

8月4日(木)・25日(木)

11時～14時30分

会 総合文化会館特別会議室

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

8月3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

●ことばの相談【要予約】

問 市社会福祉課福祉担当

☎(23)6111番(内線2165)

病院ガイド

受付時間	月	火	水	木	金
内科（予約のない方）					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
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) 8月23日(火)・26日(金) ※要予約					
心臓血管外来 8月25日(木) ※要予約					
整形外科 ★リハビリは8時30分~15時までの受付です。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
膝・リウマチ外来 8月4日(木)・18日(木)					
肩関節外来 8月25日(木)					
産婦人科					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		○
眼科 ★原則、予約診療となります。					
8:30~11:00	予約	予約	休診	予約	予約
泌尿器科 ★金曜日は第1・3・5週のみ診療しています。					
8:30~11:00		○	予約	○	○ 第1・3・5週
13:30~15:00	予約				
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	○	○	○		
※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	○	○			○ 8月26日
13:30~15:00	○	○		○ 8月25日	
脳神経外科 ★入院治療は取り扱っていません。					
8:30~11:00	○		○		
13:30~15:00	○		○		

市立根室病院 ☎(24)3201番

	月	火	水	木	金	
★午前は 8:30~11:00、午後は 13:30~15:00 に受け付けています。						
内科専門外来（予約のない方）	消化器内科	○	○	○	○ (午前のみ)	
	循環器内科	○	○ (午前のみ)	○ (午前のみ)	○ (午前のみ)	
	呼吸器内科					○
	血液外来	○ (午前のみ)	○ (午後のみ)		○ (午後のみ)	
	不整脈外来					○ 8月12日
	小児科予約接種等	未就学児		○ 13:30~14:00		○ 13:30~14:00
小学生以上			○ 15:00~16:00		○ 15:00~16:00	
乳児検診			○ 13:00(予約制)			
慢性疾患			○ 14:30~15:30		○ 14:30~15:30	
【予約が必要な予防接種】 乳児：BCG その他：二種混合ワクチン ※上記以外の予防接種については予約不要です。						

※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、13:30 からとなります。
 ※夜間救急外来は休診中のため、平日の時間内受診にご協力ください。
 ※新型コロナウイルス感染症対策の一環として、外来制限等を行っています。

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。

8月21日	市立歯舞診療所 ☎(28)2014番	8月28日	根室共立病院 ☎(24)4736番
9月4日	トキワ医院 ☎(24)3221番	※8月7日、14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。)



根 高 通 信

「第1回学校評議員会」が行われました

6月21日、本校会議室において「第1回学校評議員会」が開かれ5名の方々に受諾いただきました。

はじめに久保校長から、入学状況や新型コロナウイルス感染症対策、部活動の活動状況等を説明。続いて、本校の学校経営方針について説明を行い、スクールミッション「課題解決力と自己管理能力の育成」の説明と重点目標については「地域連携」

を軸に教育の質の向上を図り、生徒が生き生きと活動する学習機会の設定、適切な評価の実施と課題解決力の向上等が挙げられました。

その後、評議員の方々から教育活動への質問・意見・要望を承り、北方領土や防災教育など根室の地域性を踏まえた取り組みや社会貢献活動の充実について協議しました。
 まだコロナ禍の収束が見えないこ

本校のホームページも随時更新しています。



ともあり、これまでのような活動ができない状況が続いておりますが、市民の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

世代を超えて笑顔になれる空間を

じい〜ん ども 食堂 実行委員会 会長 **成田 文子** さん

安価で提供される食事と会話を通じて、子どもたちや家庭と地域の交流を深める場とする「子ども食堂」。市内では令和元年から開催されています。

実行委員会会長の成田文子さんは、知人に声をかけられ、実行委に参加。仲間とともに準備に奔走しました。令和元年6月の初回を「何人来てくれるか予想もつかなかった」と振り返る成田さん。期待と不安の中、オープンとともに多くの方が訪れ、用意したカレーライス約70食はあっという間に完売。その後も市内漁協や農協、企業からの食材等の無償提供や新根室プロレスのレスラーが駆け付け、子どもたちに笑顔を届けるなど、地域のつながりの輪は、回を重ね

るごとに広がっていききました。軌道に乗り出した頃に訪れたコロナ禍。飲食の場となる食堂は中断を余儀なくされました。有効な感染対策が分からなかった当初は、悩んだ時期もあったそう。浸透してきた子ども食堂を途絶えさせないと、コロナ禍は『テークアウト方式』として活動を続けてきました。コロナ収束後を見据え「形を変えても続けることが大切」と訴えます。

最近では、管内3運営団体との連携組織を立ち上げ、情報交換や食材の融通を図る仕組みづくりも進めている成田さんは「みんなで集まって、食事を囲み、お話しする本来の空間を一日でも早く、再開できたら」と願いを話してくれました。



令和5年度第II期 根室市職員採用試験のお知らせ

市では、高卒以上を対象とした職員採用試験を9月中旬に予定しています。

詳しい日程、募集職種・要件、受験資格などは今後、市ホームページなどでお知らせします。

なお、新型コロナウイルス感染症の状況により、開催予定を変更する場合があります。

問合せ
市総務課職員担当 ☎(23)6111番 内線 2225

移動公民館講座の開催希望について

市公民館では、お住まいの地域にある会館を利用し、様々な講座を開催することができます。

開催を希望される場合は、お気軽に総合文化会館までご相談ください。

問合せ：市公民館事業担当 ☎(24)3188番 FAX(23)6188番

集落協定の実施状況を公表

中山間地域等直接支払制度は、農業の生産条件が不利な地域において、農業生産活動を継続するため、協定面積に応じて交付金を支払う制度で、年に一度実施状況を公表しています。

公表期間 8月1日(月)～15日(月) ※土・日を除く

公表場所 市農林課農政担当
※市ホームページにも掲載しています。

問合せ：市農林課農政担当 ☎(23)6111番 内線 2266

根室市の人口

令和4年7月1日現在の人口 (前月比)	
世帯数: 12,155 世帯 (-11)	
総人口: 23,774 人 (-36)	(うち外国人 348人)
男性: 11,376 人 (-17)	(うち外国人 68人)
女性: 12,398 人 (-19)	(うち外国人 280人)
転入: 49 人	出生: 7 人
転出: 52 人	死亡: 40 人
その他の増減: ±0 人	

…………… 編集後記 ……………

コロナ禍で、遠方の父母としばらく顔をあわせられない方も多く、遠方の生活がスマートフォンやパソコンで楽にできるようになりました。生活操作を覚え、やりとりを楽しみにしていきましょう。苦勞しながらも困りません。生活がスムーズにすすみます。家族が安心して暮らすことができます。

病院の医療事務 ★[派遣社員]スタッフ募集 (受付・会計・健診受付など)

★根室市内の病院での受付・事務スタッフ ★2つの働き方から選択OK!

- ①3ヵ月短期…時給1,000円 (ご希望により延長可能) ★月収164,000円可能
- ②長期パート…時給950円 月～金の間で週2～3日シフト勤務 ★扶養内勤務可

【勤務地】根室市内の病院/根室駅～徒歩15分(車通勤可能)
【資格】未経験歓迎 ※簡単なPC入力可能な方 [時間]8:00～17:00(休憩1時間)
【待遇】有給休暇、制服貸与、ロッカー貸与、交通費全額支給(規定による) [派]社保加入有
【休日】土曜・日曜・祝日 ◎月曜～金曜までのお仕事 [応募]まずはお電話ください。

◎平日勤務(土日祝休) ◎未経験・無資格OK

■総合医療サービス/労働者派遣事業(派13-010492) <東証プライム上場企業>
株式会社ソラスト 札幌支社 TEL011-205-5321
solasto 札幌市中央区北3条西3丁目1-6 札幌小暮ビル3F (担当:フジ/平日9:00～17:30)

