

2026

9

vol.1037

しま 北の四島 歴史と誇りをとります



NEMURO CITY NEWS



未来志向で共に創る 海と大地に生きるまち

広報

根室



あじい!

SNS やホームページで、市政情報をチェックしよう!



市 HP



Facebook



Instagram



LINE

特集

根室金刀比羅神社例大祭

羅比刀金室根特集

北海道三大祭りのひとつで、北海道指定無形民俗文化財の「根室金刀比羅神社例大祭」が、8月7日から9日までの3日間にわたり開催されました。

創祀220年の節目を迎えた今年は、7年ぶりに御神輿のJR根室駅前渡御が復活。金色に輝く約1.5トンの御神輿と四祭典区の山車が市内を巡り、笛や太鼓、威勢のよい掛け声が街中に響き渡りました。

沿道には多くの市民や観光客が詰めかけ、受け継がれてきた伝統と祭りの熱気に包まれた3日間となりました。



神社例大祭

【動画で感じる 祭りの熱気】

市公式SNSでは、力強い御神輿の渡御など、例大祭の様子を動画で紹介しています。

二次元コードよりご覧ください。



Facebook



Instagram







トイレの水洗化で 快適な生活を！

下水道への接続・トイレの水洗化などについては
市上下水道施設課下水道普及担当
☎ (23) 6111 番 (内線 3242)

までご相談を！！

水洗便所改造資金融資あっせん制度のご利用を！



皆さんが水洗化工事を実施される場合、次の要件を満たしている方にトイレの水洗化に必要な資金のあっせんを行っています。

貸付限度額

便器 1 器につき

50 万円



雑排水

10 万円



償還回数

最大 60 回 (5 年間)

条 件

- ①市税、国保税、下水道事業受益者負担金等の滞納がないこと。
- ②個人家屋の所有者または、家屋所有者の同意を得た借り受け者で、既存家屋の水洗トイレ設置工事を施工し、市の完了検査を終えた方。

※連帯保証人は 1 人。ただし、1 件につき 60 万円を超える貸し付けの場合は 2 人必要です。

「下水道クイズ」に答えて賞品を当てよう！！

下水道への理解と関心を深めていただくため、下水道の日（9 月 10 日）に合わせ、市と根室市下水道促進協賛会の共催で「下水道クイズ」を実施します。クイズに答えて豪華賞品を当てましょう！

問題 次の ○○○ に当てはまる文字は？

「みゃくみゃくと ○○○へめぐる 下水道」

- ▶応募方法 クイズの答え、住所、氏名、電話番号をハガキに書いて、次のあて先にお送りください。
- ▶あて先 〒087-8711 根室市常盤町 2 丁目 27 番地
根室市役所上下水道施設課内「下水道クイズ」係
- ▶応募締切 令和 8 年 9 月 11 日(金) ※当日消印有効
- ▶抽 選 日 令和 8 年 9 月下旬予定
※当選者には電話でご連絡します。

賞 品

※アタリ本数は各 1 本です

特等	ポータブルテレビ
1 等	おこめ券 3 万円分
2 等	JCB ギフトカード 2 万円分

※当選者の氏名は報道機関へ情報提供しますのでご了承ください。

令和 8 年度下水道推進標語は

「みゃくみゃくと
ミライへめぐる 下水道」だよ



下水道の正しい利用をお願いします！

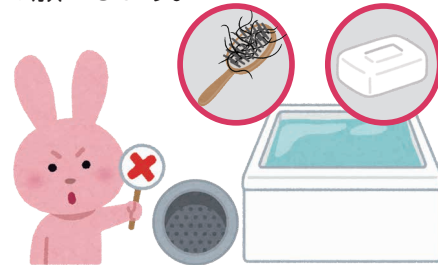
台所では、食用油や生ゴミを排水口に流さないでください。（食用油は凝固剤で固めて、燃やせるゴミとして処分してください。）



トイレでは、トイレットペーパー以外のものは絶対に流さないでください。（ティッシュペーパー・紙おむつ・生理用品など）



お風呂・洗面所では、髪の毛や石けんのかたまりなどになるべく排水口へ流さないようにお願いします。



ヒグマに 注意!

山菜採りのシーズンとなり、人が野生動物の暮らす野山に入る機会が増える季節となりました。野山に出掛ける際は、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、十分に気を付けてください。

秋のヒグマ注意特別期間 9月1日～10月31日

ヒグマに遭遇しないためのルール!

- ① 新聞・ラジオ、市ホームページ・市公式LINEなどで、事前に情報収集する。
- ② 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 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、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。

ヒグマによる事故を防ぐためには、

ルールを守り、**ヒグマに遭わないこと**です。

ヒグマ目撃情報

(令和8年4月1日～7月31日)



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すると、それを食べたヒグマが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 2212・2213) / 根室警察署 (24) 0110 番

根室のひ

故郷を望み 船上から慰霊

7/25 洋上慰霊(第1回目)



北方領土に眠る先祖や親族を船上からしのぶ、本年度の「洋上慰霊」が始まりました。初回は元島民やその後継者、鈴木直道北海道知事らが「えとぴりか」に乗船し、歯舞群島から国後島沖を航行。標津町沖で行われた慰霊式では、参加者が献花し、故郷の島々へ思いを寄せながら静かに手を合わせました。北方領土墓参が中断する中、元島民の平均年齢が90歳を超える現在、若い世代も参加し、故郷への思いや記憶を次代へ受け継ぐ機会となりました。

根室から響く 返還への声

8/2 北方領土返還要求根室市民大会



北方領土返還要求根室市民大会が道立北方四島交流センター「ニ・ホ・ロ」横の特設会場で開かれ、元島民や市民ら約600人が参加しました。大会では、市立学校生徒弁論大会で優勝した中学生による弁論や、市民・元島民らによる返還への訴えを通じて、北方領土への思いを共有。最後は参加者全員で「北方領土を返せ」と力強く声を上げ、返還要求運動の原点の地・根室から、返還実現と運動を次の世代へつないでいく決意を新たにしました。

令和八年度

根室市功労者・貢献賞表彰式

市では、毎年、市制施行記念日にあたる8月1日に、市政の発展・推進に尽くされた個人・団体を表彰する市功労者・貢献賞表彰式を執り行っており、本年は23名・4団体の受賞者へ石垣市長から表彰状と功労章（貢献章）が手渡されました。

根室市議会議長として多年にわたり市の行政等の発展に尽力され、根室市功労者を受賞された田塚不二男さんが、受賞者を代表して「本日の受賞を励みに、今後も微力ながら、ふるさと根室のために尽くしてまいりたい。」と謝辞を述べられました。



【根室市功労者】 田塚不二男さま

【根室市自治貢献賞】 栗林久美さま、小谷鈴子さま、菅原干津子さま、濱屋正一さま、三澤和子さま、山岸恵美子さま、重永猛さま、中谷友子さま、井上卓さま、金濱憲さま、齋藤信子さま、足立計昌さま、工藤勝代さま

【根室市社会貢献賞】 小山豊さま、坂下登さま、佐藤俊彦さま

【根室市産業貢献賞】 故 田家徹さま、齊藤光貴さま、島孝治さま、松本智さま、チップ・リキン実行委員会さま

【根室市善行賞】 岡田優二さま、三浦典子さま、大地みらい信用金庫さま、根室ライオンズクラブさま、古本市実行委員会さま

戦没者を悼み 平和を誓う

8/15 根室市戦没者追悼式



根室市戦没者追悼式が市総合文化会館で行われ、戦没者遺族をはじめ関係者 85 人が参列しました。式では、日露戦争以降の戦没者や根室空襲などによる戦死没者、北方領土で戦争に起因して亡くなった方々を追悼。参列者は祭壇に一人ひとり花を手向け、犠牲となった方々へ静かに祈りを捧げました。戦争の記憶を風化させることなく、平和の尊さを次の世代へ語り継ぎ、恒久平和への願いを新たにすることができました。

最東端のまちを駆け抜ける

8/16 最東端ねむろシーサイドマラソン



第 10 回最東端ねむろシーサイドマラソンが開催され、過去最多となる 1,147 人がエントリーしました。大会はハーフをはじめ、10km、5km、3km、1km の 5 種目で行われ、参加者は太平洋やオホーツク海を望む根室ならではのコースを力走。ゲストランナーとして川内優輝選手らも参加し、大会を盛り上げました。沿道からの温かい声援を受けながら、それぞれの目標に向かってゴールを目指し、最東端のまちを舞台に爽やかな汗を流しました。

花咲がにで味わう 根室の夏

8/22-23 根室かに祭り



根室の夏の味覚を代表する「根室かに祭り」が根室港特設会場で開催され、2 日間で約 13,700 人が来場しました。会場では、花咲がにの直売をはじめ、鉄砲汁や焼きがになど多彩なグルメを求める人でにぎわい、根室ならではの味覚を堪能しました。恒例の花咲がにの早食い競争やゆであげ実演に加え、歌手・新浜レオンさんによる歌謡ステージも行われ、会場は大盛況。市民や観光客が根室自慢の花咲がにを存分に味わい、笑顔と活気にあふれる夏の 2 日間となりました。





地域健康講座に伺います！

保健師・管理栄養士が皆さんの住まいの地域に伺い、「健康づくり」の出前講座を実施しております。ぜひご活用ください。

対 市内在住で複数名の参加が見込まれる団体（町会・職場・ご友人の集まりなど）

料 無料

場 町会会館、職場、個人宅など、申込者にて準備をお願いします。

内容 「がんについて」「生活習慣病の予防」「フレイルってなに？」「歯と口の健康づくり」「女性の健康」など

申・問 市健康推進課健康推進担当（保健師）

☎（23）6111番

内 2133

「青空バザール」出店者を募集

毎年10月の「根室市環境衛生月間」の一環として開催する、「リサイクル青空バザール」の出店者を募集します。

日 10月4日(日) 9時～正午

※荒天時中止

場 総合運動公園河畔グラウンド

出店品目 家庭生活用品、日用雑貨、衣類など

募集期間 9月1日(火)～18日(金)

募集数 54店（先着順）

申・問 市生活環境課環境衛生担当

☎（23）6111番

内 3141～3143

「根室市民大学講座」 受講者を募集

生涯学習の観点から根室の課題を見つめ考える機会として、根室市民大学を開設しています。

本年度は「根室の水産業」をテーマに開催します。

【日・演題】

●9月4日(金)「根室市水産加工振興センターの成果と今後の展望」講師：金子 穂高 氏（根室市水産加工振興センター 主任）

●9月11日(金)「地域の未来を拓く「海業」の可能性～根室の漁業と歯舞漁協の挑戦～」講師：伊藤 司 氏

（歯舞漁業協同組合 常務理事）

●9月25日(金)「未来へつなぐ根室の水産業 - 栽培漁業・養殖業の取組と展望 -」講師：工藤 良二 氏（根室市水産研究所 所長）

※時間はいずれも19時～20時30分

【共通事項】

場 総合文化会館 多目的ホール

申込方法 8月5日(水)より電話・FAX・窓口にて受付中

定 70名（定員締切）

料 1,000円（高校生以下無料）

申・問 市公民館

☎（24）3188番

FAX（23）6172番

ウルフルズライブツアー チケット販売中！

「ウルフルズライブツアー2026 ツーツーウラウラツ ツーシーズン3」のチケットを絶賛販売中です。

日 10月10日(土) 開場16時15分／開演17時

場 総合文化会館 大ホール

料 根室市民特別価格 7,000円（税込）／一般価格 8,800円（税込）

※通常席の価格です。プレミアム席はすでに完売しております。

※市の補助により特別価格となっております。特別価格チケットを購入の際は、市民である証明書のご提示を求めます。

※3歳以下入場不可

※4～12歳は保護者同伴のうえ入場可（チケットの購入が必要です）

申・問 根室市総合文化会館事業協会（市総合文化会館内）

☎（24）3188番

「自衛官」を募集

防衛省では、自衛官（陸海空自衛隊）を募集しています。

【2等陸・海・空士(任期制自衛官)】

受験資格 18歳以上33歳未満

募集締切 11月5日(木)必着

試験日 11月14日(土)

【一般曹候補生】

受験資格 18歳以上33歳未満

募集締切 11月20日(金)必着

試験日 11月28日(土)

【共通事項】

身分 特別職国家公務員

※その他、各種試験（防衛大学・防衛医科大学等）を実施します。詳しくはお問い合わせください。

問 自衛隊根室地域事務所

☎（24）3651番

「劇団バク」等身大人形劇公演を 開催します

読書の楽しさや季節の楽しみ、そして図書館に親しみをもってもらうため「こどものつどい」を開催します。

今回は「劇団バク」による『手ぶくろを買いに』を上演いたします。楽しい歌や手遊びと一緒に、迫力満点の大人形劇を楽しみませんか？

日 10月3日(土) 11時～

場 図書館 2階集会室

申込方法 9月19日(土)より電話・窓口・専用フォームにて受付

問 市図書館

☎（23）5974番

65歳以上の一人暮らし世帯に 防火訪問を実施します

消防本部と消防団では毎年、市内在住の65歳以上の一人暮らし世帯を対象に防火訪問を実施しています。

近年、高齢者宅からの火災が多く発生していることから、火気の取り扱いを確認し、火災を未然に防ぐことを目的としています。

訪問の際には、活動服及びアポロキャップを着用し、身分証明書を持参して訪問いたしますので、ご協力をお願いいたします。

【花咲港・落石・和田・厚床・歯舞地区】

訪問期間 ～10月2日(金)（消防団員）

【市街地】

訪問期間 10月上旬～11月上旬予定（消防職員及び消防団員）

【共通事項】

対 市内在住の65歳以上の一人暮らし世帯

※今回訪問ができなかった世帯については、来年以降訪問いたします。

※訪問は了承をいただいた方のみとさせていただきます。

問 市消防本部警防課予防・保安担当

☎（24）3164番



第2回市民モルック大会 参加者募集

【モルックとは】

フィンランドのカレリア地方の伝統的なゲームを元に、フィンランドの企業によって1996年に開発されました。
地面に立て並べた複数のピンをめがけて「モルック」という木の棒を投げ、獲得した点数を競うスポーツです。



- 日時 9月27日(日) 9時～正午
- 会場 根室市青少年センター 晴天時：根室市運動広場（青少年センター隣）
雨天時：第一研修室・第二研修室
- 対象 小学生以上の根室市民
- 部門 ①未経験者の部 ②経験者の部
- 構成 1チーム3名 ※個人申込も可能です（事務局でチーム編成）
- 表彰 ①未経験者の部 1位～3位に賞状、1位に賞品を授与
②経験者の部 1位～3位に賞状及び賞品を授与
- 申込 9月1日(火)～15日(火) 電話・FAX・窓口にて受付
- 参加費 300円（傷害保険料含む、申込時納入）

申込・問合先 根室市スポーツ推進委員協議会事務局（市スポーツ課内）
☎(23)5982番 FAX(24)7212番

「表彰該当者」の推薦を

令和8年度根室市卓越技能者・中小企業勤労者永年勤続表彰の候補者推薦を受け付けます。

【根室市卓越技能者表彰】

推薦基準 満40歳以上で同一職種に満15年以上実務経験を有する方のうち、次のいずれかに該当する方
①技能が特にすぐれ、功績が顕著で他の模範となる方 ②作業の改善に尽力し、生産性の向上に貢献した方 ③後進の指導に尽力し、技能水準の向上に著しい功績をした方

【根室市中小企業勤労者永年勤続表彰】

推薦基準 満35歳以上で、市内の中小企業（同一事業所）に引き続き満20年以上勤務し、勤労意欲が旺盛で実行力があり、研究心に富み、他の模範となる方

【共通事項】

基準日 令和8年10月1日

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より、所定の様式で推薦

推薦締切 10月2日(金)

表彰式予定日 11月13日(金)

申・問 市商工労働観光課商工労政担当

☎(23) 6111番

内 2222

作業用救命衣を着用しよう

9月1日より【その一步 見守る家族 待つ笑顔】をスローガンに、第70回船員労働安全衛生月間が全国一斉に始まります。

根室地区船員労働安全衛生協議会では、サンマ棒受網漁船を中心に訪船し、安全確保に関する周知・啓発や船内における災害防止対策・衛生管理の指導を行うなど、船員の災害・疾病防止活動を展開します。

問 根室地区船員労働安全衛生協議会(根室漁業協同組合指導部保険課)
☎(23) 6161番

高齢者世帯調査を実施します

緊急時の連絡体制や日頃の見守り活動など、安心して生活できる地域づくりのため、次のとおり生活状況等をお伺いしますので、ご協力をお願いします。

対 65歳以上の一人暮らし世帯

期間 9月1日(火)～10月30日(金)

方法 地域の民生委員が訪問します（委員不在の地区は市から郵送）

問 市介護福祉課高齢者包括支援担当

☎(23) 6111番

内 2164

「希望の家祭り」を開催します

食べ物・手作り製品の各種販売、フリーマーケット、無料ゲームコーナー、有料体験コーナーなどをご用意しています。

さらに、睦の園幼稚園、ジュニア・アンサンブル・ねむろ、根室市民吹奏楽団のステージ発表など、盛り沢山な内容となっています。皆様のご来場をお待ちしております。

日 9月12日(土) 11時～14時

場 総合文化会館 多目的ホール、エントランス、大ホールホワイエ、コリドール

問 社会福祉法人希望の家

☎(24) 3934番

弁護士による 無料法律相談を開催します

日 9月2日(水) 13時～

場 総合文化会館 第1講座室

対 ひとり親家庭の父母・寡婦等、及びひとり親になる可能性のある方

定 4名（要申込・託児有）

相談時間 1件あたり30分程度

※同時開催の巡回相談など、詳しくはお問い合わせください。

申・問 釧路母子家庭等就業・自立支援センター

☎ 0154 (22) 2401番



ねむろメール登録



ねむろのぼうさい
(Facebook)



ねむろのぼうさい
(X)



根室市文化祭作品募集

根室市文化祭の作品を募集しています。多くの皆様の作品をお待ちしています。

【展覧部門】

対 高校生以上の根室市民

日 10月30日(金)～11月1日(日)

申込締切 10月16日(金)

作品搬入日 10月28日(水)

※華道は10月29日(木)

募集作品 写真・美術（絵画・陶芸・彫刻・木彫）・書道・華道・硬筆・写経・写仏・手芸・手工芸・フラワー

【フリースペース】

対 高校生未満の根室市民

日 10月30日(金)～11月1日(日)

申込締切 10月16日(金)

募集作品 学校や幼稚園・保育園等の活動以外で制作した作品

【文芸部門】

日 10月24日(土)

申込・作品締切 10月1日(木)

・俳句大会／当季雑詠三句、席題二句 当日互選

・短歌大会／近詠二首

・川柳大会／宿題「花」三句

・詩大会／自由詩二編 互選

【ステージ部門】

・演劇大会／10月18日(日)

・吟道大会／10月25日(日)
・邦楽舞踊のつどい／11月8日(日)
・音楽大会／11月14日(土)
・サウンドウェーブ2026／11月21日(土)～22日(日)

※出品上の注意事項など、詳細はお問い合わせください。

問 文化祭実行委員会事務局（市総合文化会館内）

☎ (24) 3188番

初心者ミニテニス教室を開催します

根室市教育委員会と根室ミニテニス協会の主催により、初心者ミニテニス教室を開催します。

日 (1回目) 9月17日(木)・24日(木)・10月1日(木)・8日(木) 9時30分～11時30分／(2回目) 10月15日(木)・22日(木)・29日(木)・11月5日(木) 19時～21時

場 青少年センター

対 16歳以上の市民（学生不可）

定 各回10名

講師 日本ミニテニス協会公認指導員・根室ミニテニス協会会員

料 900円（保険料・ボール代）

持ち物 運動のできる服装、室内専用運動靴、タオル

募集締切 (1回目) 9月10日(木)／

(2回目) 10月8日(木) ※定員締切

申・問 市教委スポーツ課スポーツ推進担当

☎ (23) 5982番

FAX (24) 7212番

「マップで楽しむ秋の春国岱ウォーク」を開催します

特別マップをもとに参加者ご自身で散策を楽しむイベントです。ただ歩くだけでは気がつけなかった、色々な風景や生きものに会えるかもしれません。お題の写真を撮影してネイチャーセンターに来館された方には、ちょっとしたプレゼントを差し上げます。(所要時間:30分～1時間半程度)

日 9月19日(土)～23日(水) 9時～17時（開館中随時）

対 どなたでも

料 無料

服装・持ち物 歩きやすく汚れてもよい靴、外で活動できる服装（長袖・長ズボンがおすすめ）、お持ちの方は双眼鏡（貸出あり）

参加方法 ネイチャーセンターまたは春国岱駐車場で特別マップを手に入れてスタート（事前申込不要）

問 春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター

☎ (25) 3047番

令和8年度第2回がん検診・特定健康診査を実施します

日 10月23日(金)～25日(日)

受付時間 ① 6時30分～7時 ② 7時15分～7時45分
③ 8時～8時30分 ④ 8時45分～9時15分 ⑤ 9時30分～10時

場 所 根室市役所

申込期間 9月10日(木)～18日(金)

がん検診（希望する検診のみの受診も可能）

対 40歳以上の市民
※前立腺がん検診…50歳以上の男性
※エキノコックス症血清検査…18歳以上の市民

料 ・胃がん検診 1,000円
・肺がん検診（X線） 300円
・大腸がん検診 500円
・前立腺がん検診 2,310円
・肝炎ウイルス検診 500円
・エキノコックス症血清検査 無料

※喀痰検診は令和8年4月1日より廃止となりました。

※免除規定についてはお問い合わせください。

定 各日100名

特定健康診査

対 ・40～74歳の国民健康保険加入者及び社会保険被扶養者
・75歳以上などの後期高齢者医療制度加入者
・生活保護受給者

料 無料
※社会保険被扶養者の方は一部費用負担があります。

申・問 市健康推進課健康推進担当
☎ (23) 6111番
内線 2132～2134



レーザー測量による遺跡調査

根

室市内には 321 か所の遺跡があり、道内でも有数の多さです。この地域の特徴として、竪穴住居跡がくぼみとして残っており、地表から確認できます。文化財保護法では遺跡の所在や広がり把握し公開するよう定められているため、教育委員会では市内各所を調査し、竪穴住居跡のくぼみを見つけ、その規模や内容の確認を行っています。

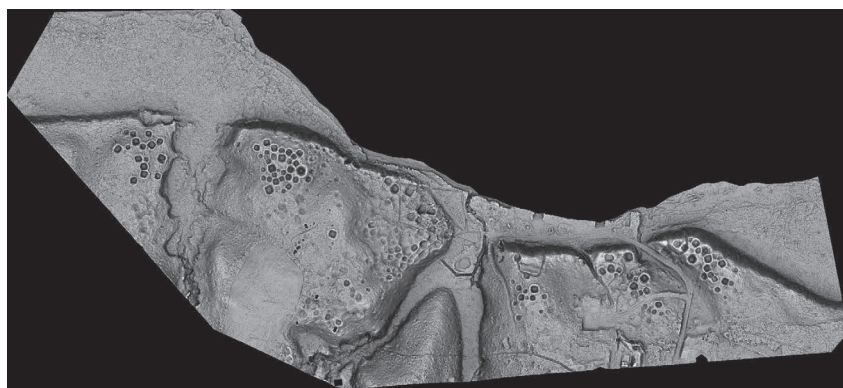
従来は航空写真をもとに湖や川筋を調べ、くぼみ状の地形があれば現地調査で確認していました。しかし、森林内では立木の影響により航空写真では地表の把握が難しく、遺跡の有無について知ることが困難でした。

ところが、近年、国土地理院が航空レーザー測量の成果を公開したことで、調査方法が変わって

きました。レーザー測量は航空機から地表に 1 秒間に数十万発のレーザー光を発射し、森林内でも立木の枝葉をすり抜けて地表の詳細な形状を計測できます。

市全域のレーザー測量のデータがまだ公開されておらず、別当賀川の中流域、厚床、初田牛周辺のデータが公開されています。このデータをもとに立体図にし、竪穴住居跡のくぼみが密集する場所を見つけます。

そして現地調査を行った結果、今年 2 月に別当賀川流域などで新たに 7 か所の遺跡を把握できました。もともと別当賀川流域は遺跡が多いですが、それでも未知の遺跡が数多くあることがわかり、別当賀川が生業上いかに重要であったかを実感することができました。



ドローンレーザー測量から
得られた立体図（別当賀川口）

四角形や円形の色の濃い部分が
竪穴住居跡のくぼみ

問 根室市歴史と自然の資料館 Tel (25) 3661 番

写真で見る

根室の歩み



～昭和 57 年 9 月 15 日撮影～

根室市敬老会

市の呼びかけにより昭和 37 (1962) 年 4 月 5 日に初の老人クラブが誕生しました。弥生町にあった労働会館で月例会をおこない、9 月には市長が長寿のお祝いをしました。それが敬老会の始まりとされています。敬老の日が祝日となった昭和 41 (1966) 年には、前日の 9 月 14 日に花咲小学校体育館で開催されました。当時は 70 歳以上の高齢者 1200 人あまりが対象で、半数近くの方が参加、健康コンクール入賞者の表彰や舞踊会の余興などがありました。その後、敬老会の会場は市青少年センターに変更され、現在は高齢社会の進展に合わせて「ねんりんピックいきいき芸能まつり」内の敬老セレモニーに受け継がれています。



市役所の健診・健康相談 図 市こども家庭センターすくすく TEL (23)6111 番 (内線2123・2124)			
4カ月児健診	9月2日(木)	11時50分～12時30分	会場:根室市役所
9・10カ月児健康相談	9月11日(金)	12時50分～14時00分	会場:図書館
1歳6カ月児健診	9月10日(木)	12時00分～13時00分	会場:根室市役所
3歳児健診	9月3日(木)	12時00分～13時00分	会場:根室市役所
5歳児健診	9月30日(木)	13時30分～15時00分	会場:根室市役所
離乳食教室	9月4日(金)・10月2日(金)	13時30分～14時30分	会場:総合文化会館
子育て相談所「ぶらんこ」 図 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8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 / こまば保育所 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	【第1・3・5水曜日】 9時15分～11時30分 【第2・4水曜日】 14時15分～16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。 ※第3木曜日はふれあいを実施しませんのでご注意ください。
ふれあい 1歳6カ月～就学前の親子	第1・2・4・5 木曜日	9時15分～11時30分	
いこ～よ 1歳6カ月～就学前の親子	9月11日(金)	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」 図 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	【午前午後】 月・火・金曜日、第3木曜日 【午前のみ】第2・4水曜日 【午後のみ】第1・3・5水曜日 第1・2・4・5木曜日	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) ※不明な点や、つどいの広場クルクルまたは子育て相談所までお問い合わせください。
保育所開放 図 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	9月9日(木) 10月14日(木) (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2024)

●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】

無料法律相談

9月25日(金)10時～16時
会・問 市市民相談室
☎ (23) 6111 番 (内線2024)

釧路弁護士会法律相談

9月10日(木)14時～17時
会 標津町役場1階 第1会議室
問 釧路弁護士会法律相談センター
☎ 0154 (41) 3444 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

●行政相談

9月2日(木)・9月16日(木)
13時30分～15時30分
会 市役所1階相談室
問 釧路行政監視行政相談センター
☎ 0154 (23) 7136 番

●釧路年金事務所相談【要予約】

9月29日(火)13時～17時
9月30日(水) 9時～13時
会 総合文化会館特別会議室
問 釧路年金事務所
☎ 0154 (25) 1521 番

●不妊・不育・妊娠・出産相談

問 市こども家庭センターすくすく
☎ (23) 6111 番 (内線2123・2124)

●女性の健康相談

10月7日(木)10時～16時
申込期限 10月2日(金)
※事前予約制です
問 根室保健所 ☎ (23) 5161 番

●高齢者の介護などに関する相談

問 市介護福祉課地域包括支援センター
☎ (23) 6111 番 (内線2161・2162)

●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3312)

●障がい者就業相談【要予約】

9月3日(木)・9月17日(木)・10月1日(木)
10時～15時
会 市役所1階相談室
問 市社会福祉課福祉担当
☎ (23) 6111 番 (内線2112・2113)

●健康・栄養・禁煙相談

問 市健康推進課健康推進担当
☎ (23) 6111 番 (内線2132・2133)

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	○	○	○	○	○
小児科					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○				○
外科 ★9月11日(金)は受付時間が10時までとなります。 ★9月14日(月)、17日(木)は代診となります。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
乳腺外来（乳がん検診）9月15日(火)・18日(金) ※要予約					
心臓血管外来 9月10日(木)・24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。 ★9月は診療体制が通常と異なる場合がありますので、病院HP等を確認の上、ご来院願います。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
膝・リウマチ外来 9月3日(木)・17日(木)					
産婦人科 ★9月24日(木)、25日(金)は代診となります。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		○
眼科 ★コンタクト外来は休止しております。					
8:30~11:00	予約 10:30まで	予約	予約 10:30まで	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	○	○
13:30~15:00	予約				
皮膚科 ★9月24日(木)は休診となります。					
8:30~11:00	○	○	○	予約 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	○	○	予約	○ 9月17日	○ 9月18日 10:00まで
13:30~15:00	○	○		○ 9月17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	○		○		

	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	○	○	○	
	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)	○ (第1・3週の 午前のみ)	○ (午後のみ)
小児科予防接種等	脳神経内科		○ (午後のみ)	○ (午後のみ)	
	未就学児		○ 13:30～15:00		○ 13:30～15:00
	小学生以上		○ 15:00～16:00		○ 15:00～16:00
	乳幼児健診			○ 13:00～13:30	
	【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。
 ※感染症対策の一環として、外来制限等を行う場合がございます。
 ※院内では、これまで通りマスクの着用をお願いします。
 ※診療体制に変更が生じる場合がありますので、病院HPまたは院内掲示をご確認いただきますようお願いいたします。
 ※当院は診療情報を取得・活用することにより、質の高い医療の提供に努めています。正確な情報を取得・活用するため、マイナ保険証の利用にご協力をお願いいたします。

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。

9月6日	江村精神科内科病院 ☎(22)2811番	9月27日	市立歯舞診療所 ☎(28)2014番
9月13日、20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

「根高祭（学校祭）」

7月3日(金)から3日間にわたり「第76回根高祭（学校祭）」を開催しました。今年度も全日一般公開で実施し、数年ぶりに前夜祭も行われ、生徒会バンドやねむろ太鼓の演奏も披露されました。1日目の合唱コンクールには220名、2日目の仮装パフォーマンスには258名、3日目のHR創造店（クラス展示）や模擬店には574名の

方々が来校され、昨年度を上回る延べ1000名を超える来校者数でした。今回新たに審査員として根室市地域おこし協力隊から、合唱審査にソプラノ歌手やボイストレーナーとして活動されている川島ゆみ氏、仮装パフォーマンス審査に俳優やアーティストとして活動されている黒木龍世氏にご協力いただきました。

また、今年度も根室市飲食店組合（南蛮倉庫、旬魚旬彩苑庭、まめ'sキッチン）様、J A道東あさひ根室支所様のご協力でP T A模擬店および商業科・事務情報科の販売実習を実施することができました。ご協力いただいた企業団体の皆様方をはじめ、ご来校いただいた皆様方、誠にありがとうございました。

本校のホームページも随時更新しています。



「知る」から始まる、つながり



市国際交流員

エラワン・フーゴさん

外国人住民が増える根室市で、8月から国際交流員として活動しているエラワン・フーゴさん。インドネシア出身で、日本語をはじめ4つの言語を操ります。今回は、根室での仕事や多文化共生への思いについてお話を伺いました。

▶ FOCUS 日本との出会いから根室へ

子どもの頃、友人や雑誌をきっかけに日本へ興味を持ったフーゴさん。中学3年生の夏休みに「暇つぶし」でひらがなを覚え、高校では日本語クラブ、大学では日本文化サークルに所属し、その後は日本への留学も経験。帰国後は日本語教師として働いていました。

「人のため、人と関わる仕事にやりがいを感じます」と国際交流員を志したフーゴさん。根室へ来る前は「街中にカニがたくさんいる」と想像していましたが、驚いたのはシカの多さ。「友達に写真を送ったら『奈良にいるの?』と聞かれました」と笑います。

▶ FOCUS 気軽に相談できる存在に

日本語教師の経験を生かした外国人の日本語学習支援をはじめ、相談対応や交流イベントにも力を入れたいと話します。

外国人にとって難しいのは、言葉だけではありません。「日本人が子どもの頃から教わるルールやマナーも、大人になって日本へ来た外国人には分からないことがあります」。そんな困り事に寄り添い、「信頼できて、気軽に相談できる存在」を目指します。

▶ FOCUS 「知ること」から始まる交流

ともに暮らす上で大切なのは「お互いを知ろうとすること」。インドネシアには「知らないものは好きになれない」という言葉があり、フーゴさん自身も「知らないと怖い」と感じた経験があるといいます。

「相手を知れば知るほど、『外国人』ではなく、一人の人間だと分かるはずです」。料理教室や文化体験への参加など、お互いを知るきっかけとなる交流にも意欲を見せます。

▶ FOCUS 根室で一緒に楽しく

外国人住民には、自分たちのコミュニティだけにとどまらず、日本人の友人をたくさんつくり、根室での暮らしを楽しんでほしいと話すフーゴさん。自身も「冬は苦手でしたが、せっかく根室に来たので好きになりたい」と、新たな生活を楽しみにしています。

「根室市で一緒に楽しく暮らしましょう」。言葉や文化の違いを越え、人と人をつなぐ架け橋として、フーゴさんの根室での新たな一歩が始まりました。

9月13日(日)は第19回根室市長選挙です

告示日 9月6日(日) 投票日 9月13日(日)

投票所によって投票時間が異なります

●午前7時～午後8時（16カ所）

まつもと保育所、根室市役所、武徳殿、商工会館
福祉会館、宝西町内会館、老人福祉センター
光洋中学校、昆布盛会館、落石会館、歯舞会館
友知第一町内会館、瑤瑤環第二会館
西浜児童会館、こまば保育所、福祉交流館

●午前7時～午後6時（8カ所）

花咲港会館、海星学校、温根沼会館
落石漁業協同組合、別当賀夢原館
厚床会館、双沖会館、温根元第二会館

●午前7時～午後4時（3カ所）

初田牛会館、川口会館、豊里会館

期日前投票所

- 根室市役所 9月7日(月)～12日(土)
午前8時30分～午後8時
- 厚床会館 9月9日(水) 午前11時～午後6時
- 落石会館 9月10日(木) 午前11時～午後6時
- 歯舞会館 9月11日(金) 午前11時～午後6時

※立候補者が1名の場合は、投票は行いません。
(無投票となります)

問合せ 市選挙管理委員会事務局
☎(23) 6111番 内線2371

創立45周年記念

鼓童

ONE EARTH TOUR 2026

遙か

会場：総合文化会館
大ホール

10月12日(月・祝)

開場 午後1時30分
開演 午後2時00分

全席指定

- 根室市民特別価格 ※身分証等の提示が必要
一般：5,000円 高校生以下：1,500円
- 一般価格
一般：6,000円 高校生以下：2,500円

※未就学児入場不可

問合せ 根室市総合文化会館事業協会（総合文化会館内）
☎(24) 3188番

根室市の人口

令和8年8月1日現在の人口（前月比）	
世帯数：11,984世帯（+68）	
総人口：21,625人（+37）	（うち外国人875人）
男性：10,288人（+30）	（うち外国人250人）
女性：11,337人（+7）	（うち外国人625人）
— 令和8年7月1カ月の転出入等 —	
転入：120人	出生：11人
転出：67人	死亡：27人
その他の増減：0人	

編集後記

7月から9月にかけてのイベントラッシュ。取材で多くの現場にお邪魔していますが、根室出身ながら行ったことのないイベントが多々あり、衝撃を受けました。知識や経験を少しずつ積み重ねていくのは、とても楽しいです。まだまだ知らないことばかり、宝探しの気分ですから取材に向かいます！（N）