

December

12

2016 vol.920

根室



2016



～根室の1年～



There was such fact in
Nemuro City
3
March, 2016.

- ・市観光協会や有志による「ありがとう花咲駅感謝セレモニー」が開催される。
- ・姉妹都市のアメリカ・アラスカ州シトカ市を訪問する市民グループに市長・議長がメッセージを託す。

There was such fact in
Nemuro City
4
April, 2016.

- ・根室市、長崎県佐世保市、鹿児島県南大隅町、稚内市の4自治体が本土東西南北端を訪れた人だけが手にできる証明書「日本本土四極踏破証明書」の発行を開始。



- ・市が行政情報配信サービス「ねむろメール」の運用を開始。

There was such fact in
Nemuro City
5
May, 2016.

- ・大地みらい信用金庫が、創立100周年を迎える。
- ・根室の地酒「北の勝」が全国新酒鑑評会で37年ぶりに金賞を受賞。
- ・地域おこし協力隊によるカフェ「VOSTOK labo(ポストーク・ラボ)」が駅前の観光インフォメーションセンターにオープン。



Do you remember?
NEMURO2016
～根室の1年～

2016年も残すところあとわずかとなりました。さまざまな出来事があった今年の1年を振り返ってみます。

There was such fact in
Nemuro City
1
January, 2016.

- ・第36回納沙布岬初日詣。市民、観光客など2,200人が詰めかけ、3年ぶりにご来光が見られる。



There was such fact in
Nemuro City
2
February, 2016.

- ・JR北海道が3月25日からのダイヤ改正に伴う時刻表を発表。根室と釧路を結ぶ花咲線8本が減便となる。

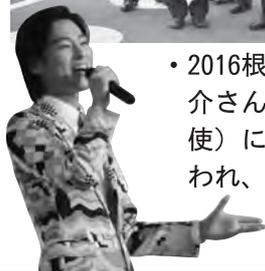


- ・光洋中学校出身の榊原一輝選手（帯広南商業高校2年）がリレハンメルユースオリンピック冬季競技大会のスピードスケート男子500mで銀メダルを獲得。



There was such fact in
Nemuro City
9
September, 2016

- ・大型客船「ぱしふいっくびいなす」(26,594ト)が花咲港に寄港。
- ・鶴保庸介内閣府特命担当相が就任後初めて根室市を訪れ、北方領土を視察。



- ・2016根室かに祭り。山内恵介さん（ねむろ味覚観光大使）による歌謡ショーが行われ、20,700人が来場。

There was such fact in
Nemuro City
6
June, 2016

- ・12年ぶりに再結成した根室四島踊り隊がYOSAKOIソーラン祭りに参加。
- ・総務省が昨年度のふるさと納税寄付総額を発表。根室市は全国で20位、全道で2位にランクイン。



There was such fact in
Nemuro City
7
July, 2016

- ・北海道海難防止・水難救済センターの全道大会が12年ぶりに根室市で開催。
- ・客船「にっぽん丸」(22,472トン)が花咲港に寄港。
- ・根室出身でジェームズ・ジョイスやルイス・キャロルの翻訳で知られる英文学者の柳瀬尚紀さん（ねむろ味覚観光大使）が死去。



There was such fact in
Nemuro City
10
October, 2016

- ・元プロ野球選手・桑田真澄さんをお招きし、講演会と少年野球教室を開催。
- ・根室高校と根室西高校が統合して来春開校する新設校の校名が「北海道根室高校」に決定。
- ・根室商工会議所の山下洋司会頭が退任を表明。



There was such fact in
Nemuro City
8
August, 2016

- ・市が計画している合葬墓の名称を決める選考委員会を開催。合葬墓の名称が「市民墓」と決まる。
- ・根室市と黒部市の姉妹都市提携40周年記念式典を開催し、「友情の証」に調印。両市合唱団による合同コンサートや交流会も行われさらなる友好を深める。



- ・黒部商工会議所と根室商工会議所が姉妹提携を調印。

There was such fact in
Nemuro City
11
November, 2016

- ・新根室高校の校章が決まる。根室出身の銅版画家池田良二さん（ねむろ味覚観光大使）がデザイン。
- ・市文化奨励賞をアマチュア写真家の佐藤正一郎さんが受賞。
- ・根室商工会議所の新会頭に山本連治郎氏が就任。



根室市の人事行政運営状況をお知らせします

人事行政運営における公平性および透明性を確保するため、「根室市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」の定めるところにより、職員の内用、給与、勤務時間、勤務条件など、人事行政の運営等の状況について、次のとおりお知らせいたします。

なお、給与等の状況の公表については、広報ねむろ11月号にて掲載済みのため省略させていただきます。

問合せ先 市総務課職員担当
TEL(23)6111番 内線2225・2226

2 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)勤務時間、休憩・休息時間の状況（標準的なもの）

1週間の勤務時間	始業時刻	終業時刻	休憩時間	閉庁日
38時間45分	8時50分	17時20分	12時00分 ～ 12時45分	・日曜日および土曜日 ・国民の祝日に関する法律に規定する休日 ・12月31日から翌年1月5日までの日

(2)年次有給休暇の取得状況（平成27年1月1日～平成27年12月31日）

総付与日数(a)	総取得日数(b)	対象職員数(c)	平均取得日数(b/c)	消化率(b/a)
6,956日	1,293日	188人	6.9日	18.6%

※対象職員数は勤務時間等が変動的な職場（消防職・看護師等）及び技能労務職を除く職員数です。

(3)特別休暇の導入状況（平成28年4月1日現在）

種類	付与内容
忌引の休暇	死亡した者の続柄により10日～1日
法要の休暇	配偶者および1親等の血族に限り1日
結婚の休暇	7日以内
配偶者出産の休暇	3日以内
男性職員の育児参加休暇	5日の範囲内
妊娠通院の休暇	妊娠6月末まで 4週間に1日 妊娠7月から9月末まで 2週間に1日 妊娠10月から分娩まで 1週間に1日
妊娠障害の休暇	母子健康手帳の交付を受けた妊娠中の職員が妊娠に伴うつわり等の障害により、勤務することが困難と認められる場合2週間以内。
妊娠健康保持の休暇	業務の内容が母体または胎児の健康保持に影響があると認められる場合、適宜休息し、または補食するために必要な時間。
産前産後の休暇	分娩予定日前8週間目（多胎妊娠の場合にあっては14週目）に当たる日から、分娩日後8週目に当たる日までの期間内においてあらかじめ必要と認められた期間。
育児の休暇	生後満1年に達しない子を育てる場合 1日2回各60分
生理休暇	女子職員が生理日に勤務することが著しく困難である場合、1回につき3日以内において必要とする期間。
夏季休暇	7月から9月の期間内における勤務を要しない日および休日を除いて、原則として連続する3日の範囲内の期間。
長期勤続休暇	満20年勤続および満30年勤続した職員に対し、1年度の期間内において連続する3日の範囲内の期間。
短期介護休暇	要介護者等の必要な世話をを行う職員が、その世話をを行うため勤務しないことが相当であると認められる場合、1暦年5日
家族看護休暇	1暦年90日以内（30日を超える期間は無給）
人間ドック受診休暇	1年度の期間内において連続する3日以内
ボランティア休暇	1暦年5日以内
ドナー休暇	骨髄移植のため配偶者、父母、子および兄弟姉妹以外の者に骨髄液を提供する場合に必要な検査、入院等のため勤務しないことがやむを得ないと認められる場合、その都度必要と認める期間。
その他	・感染症予防法による交通遮断又は入院などの場合、その都度必要と認める期間 ・風水、震災その他非常災害による交通遮断の場合、その都度必要と認める期間 ・風水、震災その他非常災害による職員の現住居の滅失又は損壊の場合、その都度必要と認める期間 ・生活に必要な水、食料等が不足している場合で、職員以外にその確保を行うことができない場合、その都度必要と認める期間 ・交通機関の事故その他不可抗力の原因による場合、その都度必要と認める期間 ・選挙権その他公民として権利を行使し、又は公の職務を執行する場合、その都度必要と認める期間 ・裁判員、証人、鑑定人又は参考人として出頭する場合、その都度必要と認める期間 ・職務上必要な国又は地方公共団体の実施する競争試験その他の試験を受ける場合、その都度必要と認める期間

1 職員の任免および職員数に関する状況

（特別職、臨時・非常勤職員を除く）

(1)職員採用の状況(平成27年度)

■職種別採用者数

一般行政職	22人	技能労務職	0人
医療技術職	13人	消防職	1人

(2)職員の退職の状況(平成27年度)

■職種別退職者数

一般行政職	22人	技能労務職	1人
医療技術職	22人	消防職	3人

■事由別退職者数

定年退職	17人	懲戒免職	0人
勲奨退職	8人	失職	0人
自己都合退職	10人	死亡退職	0人
分限免職	0人	再任用(定年延長)退職	13人

(3)部門別職員数の状況

部門	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年
一般行政	議会	4人	4人	4人	4人
	総務	65人	65人	65人	63人
	税務	16人	16人	16人	17人
	労働	2人	2人	2人	2人
	農林水産	19人	18人	20人	19人
	商工	4人	4人	4人	4人
	土木	30人	32人	32人	31人
	民生	69人	68人	69人	68人
	衛生	20人	19人	18人	18人
特別行政	教育	53人	50人	51人	48人
	消防	67人	68人	69人	69人
公営企業等	病院	156人	156人	156人	147人
	水道	18人	18人	18人	17人
	下水道	6人	6人	6人	7人
	その他	21人	21人	20人	19人
合計	550人	547人	550人	533人	533人

人事行政の運営状況

(2)研修の実施状況（平成27年度総務課所管分）

実施機関	研修名	対象職員	受講者数
根室市	新任職員研修（春）	新規採用職員	22人
	新任監督者（主査職研修）	一般職員	25人
	債務相談対応等研修	一般職員	18人
	新任職員研修（秋）	新規採用職員	16人
	安全運転研修会	一般職員	52人
	管理職研修会	一般職員	45人
	地域活性化職員派遣研修	一般職員	7人
	ファシリテーション研修	一般職員	25人
北海道市町村職員研修センター	OJT研修	一般職員	22人
	文書作成能力向上研修	一般職員	1人
	自治体新任管理者研修	一般職員	1人
	税務事務（市町村民税課税）研修	一般職員	1人
	税務事務（固定資産税課税）研修	一般職員	2人
	折衝力・交渉力強化研修	一般職員	1人
	管理能力研修	一般職員	4人
	税務事務（徴収）研修	一般職員	1人
その他専門研修	コミュニケーション能力向上研修	一般職員	1人
	指導能力研修	一般職員	1人
	健康管理担当者研修	一般職員	1人
	道路計画一般研修	一般職員	1人
	地方自治体女性職員交流研究会	一般職員	1人
	指揮隊長研修	消防職員	1人
自治体新任管理者基礎研修	一般職員	1人	

※上記のほか、各所属において必要に応じ、専門研修や職場研修、さらには職員が自発的に行う自主研修を実施しています。

(3)勤務成績の評定の状況（平成27年度）

実施状況	評価方法	評価結果の活用	対象者
定期的に評定(12月)	能力評価、業務評価以外の手法による評価	・任用管理(昇任・昇格、配置転換) ・給与上の処遇(普通昇給)	全職員

6 職員の福祉および利益の保護の状況

(1)職員福利厚生会事業の状況

区分	事業概要	予算等の概要（平成28年度）
根室市役所職員福利厚生会	・吉凶慶弔に対する金品の贈呈 ・保健教養の施設拡充および奨励 ・生活必需品の共同購入、受託販売 ・その他必要と認める事業	当初予算額 12,367千円 〔内訳〕 ・会員数 318人 ・市負担金 879千円 ・会員掛金 6,468千円 ・その他収入 5,020千円
市立根室病院職員福利厚生会	・吉凶慶弔に対する金品の贈呈 ・保健教養の施設拡充および奨励 ・生活必需品の共同購入、受託販売 ・その他必要と認める事業	当初予算額 6,176千円 〔内訳〕 ・会員数 183人 ・市負担金 982千円 ・会員掛金 3,904千円 ・その他収入 1,290千円
根室市消防職員福利厚生会	・吉凶慶弔に対する金品の贈呈 ・保健教養の施設拡充および奨励 ・生活必需品の共同購入、受託販売 ・その他必要と認める事業	当初予算額 1,617千円 〔内訳〕 ・会員数 69人 ・市負担金 8千円 ・会員掛金 1,259千円 ・その他収入 350千円

(2)健康診断の実施の状況（平成27年度）

健康診断の種類	対象者数	受診者数
定期健診Ⅰ・Ⅱ	158人	145人
総合健診	372人	359人
特殊健診（胃部健診）	2人	2人
特殊健診（腰痛健診）	43人	36人
特殊健診（振動病健診）	16人	16人
特殊健診（VDI健診）	5人	5人

(3)公務災害・通勤災害の状況（平成27年度）

区分	認定申請件数	認定件数
公務災害	1件	1件
通勤災害	0件	0件

(4)勤務条件に関する措置の要求・不利益処分に関する不服申立ての状況（平成27年度）

区分	継続件数	措置要求・不服申立て件数
勤務条件に関する措置要求	0件	0件
不利益処分に関する不服申立て	0件	0件

(4)介護休暇・育児休業の取得状況（平成27年度）

介護休暇取得者数		育児休業取得者数	
継続取得者数	新規取得者数	継続取得者数	新規取得者数
0人	0人	9人	3人

※介護休暇 職員の家族の介護が必要と認められる期間（無給）。
※育児休業 3歳に満たない子を養育するため職員が申し出た期間（無給）。

3 職員の分限および懲戒処分の状況

(1)分限処分件数（平成27年度）

処分事由	処分の種類				
	降任	免職	休職	降給	
勤務実績が良くない場合	0件	0件	0件	0件	
心身の故障の場合	0件	0件	15件	0件	
職に必要な適格性を欠く場合	0件	0件	0件	0件	
職制、定数の改廃、予算の減少により廃職、過員を生じた場合	0件	0件	0件	0件	
刑事事件に関し起訴された場合	0件	0件	0件	0件	

※分限処分 職員が職責を果たすことができないことにより行う処分。

(2)懲戒処分等件数（平成27年度）

処分事由	処分の種類					
	戒告	減給	停職	免職	訓告等	
法令に違反した場合	0件	0件	0件	0件	3件	
職務上の義務に違反した場合	0件	1件	0件	0件	24件	
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行のあった場合	0件	0件	0件	0件	7件	

※懲戒処分 服務違反や不正行為により行う処分。

4 職員の服務の状況

(1)服務規律の遵守に関する取組み状況（平成27年度）

年月日	内容
平成27年4月1日	職員の綱紀粛正及び服務規律の確保について（市長通知）
平成27年4月24日	職員の交通事故防止について（市長通知）
平成27年7月10日	職員の交通事故防止について（市長通知）
平成27年7月14日	職員の綱紀粛正及び服務規律の確保について（市長通知）
平成27年12月11日	職員の綱紀粛正と交通事故防止等について（市長通知）
平成28年3月1日	職員の市民対応について（副市長通知）

(2)営利企業等従事許可の状況（平成27年度発生分）

事由	人数
営利を目的とする私企業を営むことを目的とする会社、その他の役員、顧問、評議員及び当該会社、団体の重要方針決定に参画する上級職員の地位を兼ねる場合	0人
自ら営利を目的とする場合	0人
報酬を得て事業又は事務に従事する場合（統計調査等）	70人

5 職員の研修および勤務成績の評定の状況

(1)研修に関する計画等

名称	策定年月
根室市職員人材育成基本方針	平成27年4月
根室市職員研修基本計画（平成27年度～平成31年度）	平成27年4月



姉妹都市である黒部市とのスポーツ交流が行われ、根室から18人の訪問団が黒部市を訪れました。今回の種目はバドミントンで、これまでに3回の交流が行われていますが全て引き分けで、今回こそは決着を付けたいと勝負に挑んだ根室選手団でしたが、結果は混合団体戦1勝3敗と惜しくも敗れてしまいました。敗れはしたものの、試合の後は、選手同士が笑顔で語り合い、スポーツを通して有意義な交流ができました。

熱き死闘と深き友情
▼姉妹都市親善スポーツ交歓団交流 10/23▲

高校生の視点で防災を考える

▶高校生防災会議 11/5◀



今年で3回目となる高校生防災会議が根室高校の体育館で開催されました。根室高校は今年、学校安全の観点から功績のあった学校に贈られる文部科学省学校安全表彰を北海道で唯一受賞するなど、熱心に防災教育に取り組んでおり、この日も、東京大学大学院の定池祐季特任助教による講演や防災機関の担当者によるパネルディスカッションなどを行い、防災に対する認識を深めました。

生産者だからできる一手間

▶活〆講演会 11/9◀



市内各漁協の青年部員達で構成する根室市漁協青年部連絡協議会は、釧路水産試験場の辻浩司加工利用部長を講師に、初となる活〆講習会を開催しました。活〆された魚は鮮度保持や味覚の面でも優れ、商品価値も高いとされています。実際に生きたカレイやメバルを使いエラや延髄を切断して血を抜く方法を教わった若手漁業者は、「練習として明日からでも、試してみたい。」と笑顔で語っていました。

スポーツの秋！ニュースポーツを体験

▶ニュースポーツフェア 10/22◀



誰もが楽しく汗を流すことのできるニュースポーツを気軽に楽しんでもらおうと、4年前から行っているニュースポーツフェアを今年も青少年センターで開催しました。この日実施した種目はスポーツ吹矢で、訪れた親子連れは、全道大会で優勝経験もある日本スポーツ吹矢協会根室イーグル支部の指導員からルールやコツを教わりながら、笑顔でニュースポーツを楽しんでいました。

三浦綾子文学賞受賞作家が講演

▶河崎秋子講演会「北海道の人と馬と動物たち」10/30◀



読書会「一休さん」の発足30周年を記念し、河崎秋子さんによる講演会が図書館で開かれました。別海町で酪農業を営みながら、執筆活動続ける河崎さんは、人と馬とが懸命に生きていく姿を描いた「颯風の王」で三浦綾子文学賞を受賞。講演では、作品に登場する架空の島「花島」（モデルは根室沖のユルリ島）に住む野生馬に対する思いを紹介するなど、作品と根室の関わりが語られました。

「根室展 in 横浜 2016」 「ふるさと納税感謝祭」 10/22・23

根室展 in 横浜 2016

昨年に引き続き2回目の開催となる根室展。東京根室会をはじめ根室ゆかりの方々のご協力のもとトレッサ横浜イベント広場で開催されました。多くの買い物客が足を止め、特産品を購入したり、ステージアトラクションを楽しむなど、会場は大変な賑わいを見せていました。



第2回ふるさと納税感謝祭

横浜赤レンガ倉庫広場で行われた「第2回ふるさと納税感謝祭」に上土幌町と合同出展しました。出展ブースには2日間で約9千人の方が訪れ、ふるさと納税制度や寄附金の活用についてPRするとともに、ご寄附いただいた方には感謝の気持ちを伝えました。



インフォメーション

根室市奨学資金のお知らせ



対 高校・高専・大学またはこれらに相当する学校に入学予定・在学している方

貸付期間 在学期間中(無利子)貸付条件 市内に3年以上住所を有し、学業・人物ともに優秀で経済的理由で就学が困難な方

貸付予定金額(年額) 奨学資金 / 大学等24万円以内、高校等10万8千円以内、入学準備金 / 大学20万円以内、短大・高専10万円以内、高校5万円以内

※初回貸付は平成29年5月上旬予定

申込期間 12月9日(金)～4月10日(月)

※平成28年度中に入学準備金の貸し付けを希望する場合は、

平成29年3月10日(金)までに申請してください。

問 市教育総務課学校教育担当

TEL (23)61111番
内 2414

悪天候でごみ収集ができない時のお願い

暴風雪などの悪天候のためごみ収集ができない場合は、「燃やせるごみ」の収集はお休みとなり、「資源ごみ」「燃やせないごみ」は翌週の同じ曜日に収集いたします。

ご不便をお掛けすることがありますが、ご協力をお願いいたします。

問 市民環境課環境衛生担当
TEL (23)61111番
内 212752130

「インフルエンザの予防接種」を実施中

各医療機関で、今年度もインフルエンザ予防接種を実施しています。

65歳以上の方および60歳から64歳で、心臓・じん臓・呼吸器・免疫機能に障がいのある方は、接種料の一部を公費

日・日時
場・場所
対・対象
料・料金
定 料 金
員

申・申し込み先
問・問い合わせ先
TEL・電話
FAX・ファックス
内・内線

宝くじ助成で軽可搬消防ポンプ一式などを購入

根室市消防本部では、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業「地域防災組織育成助成事業(宝くじ助成)」の助成を受け、「軽可搬消防ポンプ一式」および「防火防災教育用DVD一式」を購入し、落石東女性防火クラブに配備しました。

この助成事業は、女性防火クラブなどの育成強化を図るための助成を行い、安全で災害に強い地域づくりを推進するとともに、宝くじの普及宣伝を目的としており、今回の購入により、地域における初期消火活動や火災予防活動の充実が図られることが期待されます。



軽可搬消防ポンプ一式



防火防災教育用DVD一式

平成27年国勢調査の確報集計結果

平成27年10月1日現在で全国一斉に実施した国勢調査の、人口等基本集計(世帯数・人口)の確報集計をお知らせします。

区分	世帯数	人口
平成27年	11,383世帯	26,917人
平成22年	11,897世帯	29,201人
差 引	△514世帯 △4.3%	△2,284人 △7.8%

災害発生・被害の恐れのある場合や、普段の生活で不安に思うことなどの相談を24時間受け付けます。

消防・災害相談ダイヤル
(24)0119番

根室市新年交礼会を 開催

新年を迎え市内各界・各層の方々が一堂に会し、決意を新たにすることも、さらなる交流を深めることを目的に、平成29年「新年交礼会」を開催します。

日 1月4日(水)11時

場 総合文化会館多目的ホール

会券 800円

会券取り扱い 市総務課総務・

防災担当、歯舞支所、根室商

工会議所

取扱期間 12月1日(木)～19日(月)

問 市総務課総務・防災担当

TEL (23)6111番

内 2222・2223

年末年始の「ごみ・し尿 収集」のお知らせ

「ごみ収集は、12月31日(出)～1月3日(火)まで休業、4日(水)から平常業務となります。

し尿収集は、12月31日(出)から1月5日(木)まで休業、6日(金)から平常業務となります。

「ごみを直接搬入される場合」

「ごみ埋立処理場・じん芥焼却

場・資源再生センター」は、12

月31日(出)～1月3日(火)まで休

業、4日(水)から平常業務とな

ります。

年末は、各施設とも場内が

大変混雑しますので、早めの搬入をお願いします。

「ごみの分別は「根室市ごみ分別ガイドブック」に従い適正に分別して出してください。

1月の第1と第2月曜日は、2週連続休日となりますので、空缶とプラ容器は、16日(月)と23日(月)に、ピンは16日(月)に回収します。

問 市民環境課環境衛生担当

TEL (23)6111番

内 2127～2130

訪問健康診査を実施 します

市では、40歳以上の在宅で寝たきり、または寝たきりの状態に準ずる方(寝たきりの原因は問いません)と、その方の介護を主に担当されている方で健診機関での受診が困難な方を対象に、訪問健康診査を実施します。



診査内容 医師による問診・診察・血圧測定・尿検査・心電図検査・血液検査(肝機能・腎臓機能ほか)

日 1月以降に実施予定。日程が決定次第、個別に連絡します。

料 1,000円(免除規定有)

問 市保健課健康推進担当

TEL (23)6111番

内 2118

申込締切 12月19日(月)

申・問 市保健課健康推進担当

TEL (23)6111番

内 2118

「平成28年度北海道根室西高等学校・北海道根室高等学校合同PTA研修会を開催

根室西高等学校と根室高等学校さらには地域関係諸団体が、子どもへの育みについて、課題意識を持ち、共通認識のもとに学ぶ研修会を開催します。



講師 全国Webカウンセリング協議会 理事長 安川雅史氏

日 12月20日(火)17時30分

場 根室西高等学校 体育館

定 50人程度

料 無料

申込締切 12月13日(火)

申・問 北海道根室西高等学校PTA研修委員

TEL (24)2901番

いっしょにあそぼう!アンパンマンと親子で楽しむクリスマスコンサート参加者募集中

日 12月16日(金)10時～11時30分

場 総合文化会館多目的ホール

対象児 5カ月～就学前

問 市子育て相談所

TEL (24)3482番

除雪作業には皆様のご協力が必要です



除雪作業には皆様のご協力が必要です



平成28年度の除雪体制

今年度の根室市の除雪体制は、市所有車と民間業者の除雪車を合わせて57台で作業します。市道の車道除雪路線は516路線268km、歩道79kmのほか、私道などの生活に関わる通路についても除雪しています。

除雪の出動は、概ね降雪量10cm以上としています。風雪や吹き溜まり状況を判断して、必要に応じて出動します。作業時間は原則として午前4時から午後7時です。

降雪の時間帯や暴風雪など降雪量・雪質で除雪作業に遅れが生じ、ご迷惑をおかけする場合がございますが、市民皆様のご理解とご協力をお願いします。

安全確保のため、バス路線や通学路線などの交通量の多い市道および交差点部分の排雪運搬作業を行っています。

また、市内6カ所に設置されているロードヒーティングを稼働させるほか、スリップや転倒事故防止のため、凍結防止剤を急勾配箇所や交差点および急カーブ箇所など77路線に散布しています。



＝市都市整備課＝

無理のない計画と登山計画書を提出しよう

冬山で遭難しないためには、冬山における危険を理解し、対策を考えておく必要があります。

登山技術、体力、経験に合った山を選ぶと共に、無理のない計画を立てて、登山計画書を最寄の警察署または交番、駐在所に提出し、家族や職場などにも日程を知らせましょう。道警本部ホームページから登山計画書を提出することもできますのでご確認ください。

問 根室警察署

TEL (24)0110番

「管理職向け職場定着セミナー」「じもとXじと発見フェア」の参加企業を募集

【管理職向け職場定着セミナー】
離職問題への意識啓発と職場定着に向けた取組促進を図るための研修に参加する方を募集しています。

また、研修終了後には希望者（事前申込）に対して定着支援に関する個別相談を実施します。

日 1月16日(月)9時30分～12時30分

場 総合文化会館第二講座室
対 管理職および人事担当者
定 30社程度

申込締切 1月10日(火)

「じもとXじと発見フェア」

就職活動前の高校生や大学生などが、地元の仕事や企業の魅力を発見するための企業展示会です。貴社で扱っている製品や写真などの展示、実演や体験などを通して企業PRしませんか。

日 2月2日(木)16時～18時

場 総合文化会館

定 30社程度

申込締切 1月19日(木)

申・問 キャリアバンク(株)

TEL 011(251)3353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、高等工科学校生徒を募集しています。

種目・資格・試験日

自衛官候補生(陸海空自衛隊)・
27歳未満の男性・12月17日(出)
陸上自衛隊高等工科学校生徒・
男性・1月21日(出)

身分 特別職国家公務員

応募資格・受付期間・試験会場などはお問い合わせください。

なお、自衛官候補生については、年間を通じて募集しています。

問 自衛隊根室地域事務所
TEL (24)3651番

予防接種の接種漏れはありませんか？

根室市では、国で定められている定期予防接種について、無料で接種できるよう公費助成しています。(詳しくは、ホームページをご確認ください。)

◎日本脳炎(平成28年4月から)

道内では感染源となる蚊が発生しておらず、人から人への感染もないため、感染の危険性は低いですが、海外・道外へ行き来する機会も増えていることから、誰でも感染・発症する可能性がある病です。※定期接種対象年齢が、接種開始年齢により異なります。(接種回数 4回)

◎B型肝炎(平成28年10月から)

B型肝炎ウィルスが血液・体液を介して感染する肝臓の病気です。乳幼児が感染するとウィルスが体内に残りやすく、年月を経て慢性肝炎などを発症する可能性があります。

※平成28年4月1日以後に生まれた生後1歳に至るまでのお子様。
(接種回数 3回)

◎水ぼうそう(平成26年10月から)

身体に水泡ができ、感染力の非常に強い病気です。感染する前に接種することにより重症化を防ぐことができます。

※1歳以上3歳未満のお子様。(接種回数 2回)



近年、定期予防接種化となった予防接種についてご紹介しましたが、予防接種をすることにより、病気の重篤化やまん延を防ぐことができます。定期予防接種の種類によって、対象年齢・期間がそれぞれ異なりますので、接種漏れがないか母子手帳をご確認のうえ、かかりつけ医にご相談ください。

問合せ先 市保健課健康推進担当 TEL(23)6111番 内線(2117・2118)

学芸員、剥製と横浜へ行く

今日はいつもとは少し違った、学芸員の仕事を紹介します。実は先日、横浜で開催された『根室展in横浜』の中で『ねむろのどうぶつ・ちょこっとミュージアム』と題して、地域おこし協力隊の有田さんに協力していただき、2人で根室の自然と動物たちを紹介してきました。オオワシ、アザラシ、オオハクチョウ、ラッコの毛皮、シマフクロウの羽などなど、資料館自慢の資料を持って行き、訪れた方々に剥製や資料に実際に触れてもらう方式で展示を行いました。

皆さん夢中になって剥製や資料に触れながら解説に耳を傾けてくれました。根室の海にラッコが暮らしていること、冬にはオオワシが電柱に止まっていることなどをお話すると『日本にそんな場所があるんだぁ』、『ラッコに会ってみたいなぁ』などの声が聞かれ、根室の自然と動物たちに興味を持ってきていました。



物産展の一角に作った小さなミュージアムは根室の自然と動物たちの素晴らしさを伝えるのに一役買ったようです。ちなみに1番人気の資料は手触り最高のラッコの毛皮、2番人気はオオハクチョウの剥製でした。どちらも最高な触り心地なのでまだ触れたことのない方はぜひ、資料館に来て触れてみてください。



No.370



学芸員 外山 雅夫

問合先 根室歴史と自然の資料館 TEL(25)3661番

生活ガイド ～ 図書館編 ～

問合先：市図書館 司書 石田 朱音 TEL(23)5974番

図書館にはいくつもの展示コーナーがあることをご存じですか？まず、入口正面には「貸出・予約ランキングコーナー」を設けています。ランキングは3カ月に1回更新してきますので、今一番人気のある本が一目でわかります。館内で最も利用されているコーナーです。

また、「中学生・高校生おすすめコーナー」では、中学生や短大生が作成した、おすすめの本の紹介文「わたしのおすすめの一冊」を本とともに展示しています。「中学生へのおすすめの本」と「中学生がおすすめする本」の両方が楽しめるコーナーです。

その他、カウンター前の「図書館おすすめ本コーナー」や「今月の本棚」、「おすすめの本コーナー」などさまざまなテーマで展示・貸出をしています。随時内容を更新していますので、いつでも新鮮な思いでお楽しみいただけます。

この冬は、図書館で新たな本との出会いをしてみませんか？



子育て



■子育て相談所「ぶらんこ」

問合せ先：子育て相談所（まつもと保育所2階） TEL(24)3482番

事業名	日時	内容	会場
育児相談	・月～金曜日 9:00～17:00 ・土曜日 9:00～11:30	子育てに関する悩みや不安など気軽に相談ください。	子育て相談所
ピヨピヨルーム (5カ月～1歳5カ月の親子対象)	毎週火曜日 9:40～11:30	親子ふれあい遊び・お誕生日祝いなどを行います。	
ふれあいルーム (1歳6カ月～就学前の親子対象)	毎週木曜日 9:40～11:30	※毎月第2火・木曜日は身体測定を行っています。要予約	
移動ふれあいルーム (1歳6カ月～就学前の親子対象)	12月14日(水) 10:00～11:30	体を動かし親子で自由遊びを楽しめます。 ※親子共上靴持参	青少年センター
12月22日(木) 10:50～11:10 ふれあいルームに保健師さんが来て「身体発育Q&A」お話をします。			

■つどいの広場「クルクル」

問合せ先 つどいの広場（明治交番横、道営住宅1階）TEL(24)9696番

開設日時	毎週月曜日～金曜日 10:00～15:00（12～13時閉館）
内容	0歳～3歳までのお子さんを対象に親子で自由にあそび、交流を深める場です。また子育ての不安や悩み等の相談に応じます。

■保育所開放・一時保育 希望する保育所に問い合わせてください。

内容	日時	会場・申込先
保育所開放 保育所を開放し、親子で遊べる場を提供します。 (0歳から5歳までの親子対象)	12月14日(水) 10時～11時	・まつもと保育所 TEL(23)5821番 ・こまば保育所 TEL(24)3693番 ・ほうりん保育所 TEL(24)5372番
一時保育 一時的に保育が困難となるお子さま（平成28年4月1日現在、満1歳以上）を預かります。	月～金曜日 8:30～17:00 ※希望日の3日前までにお申し込みください。	実施会場 まつもと保育所 問合せ先 子育て相談所 TEL(24)3482番

■乳幼児健診などの日程

問合せ先：保健課健康推進担当 TEL(23)6111番 内線2118・2131

事業名	日程・受付時間	会場
4カ月児健診	12月7日(水) 1月11日(水) 13:30～14:30	児童デイサービスセンター
1歳6カ月児健診	12月15日(水) 1月19日(水) 12:00～12:30	
3歳児健診	12月8日(水) 1月12日(水) 12:00～12:30	
7カ月児健康相談	12月6日(火) 1月17日(火) 13:30～14:30	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	12月14日(水) 1月18日(水) 13:15～13:30	児童デイサービスセンター
離乳食教室 (4カ月児健診時に詳細をお知らせします)	12月9日(金) 1月13日(金) 13:30 (2時間程度)	総合文化会館 1階実習室

■教育相談

内容	時間	会場・問合せ先
子ども教育相談 家庭・学校生活・交友関係・いじめ・非行問題などの相談	10:00～16:00	青少年相談室 まちなかサロン 恋問2階 TEL(23)2359番
りんくす 育ちと学びの相談	8:50～17:20	根室市育ちと学びの相談室 市役所3階教育委員会内 TEL(23)6111番 内線2416

■女性の健康相談

内容	時間	会場・問合せ先
妊娠・出産、子育て、不妊、思春期、更年期の相談	12月7日(水) 1月4日(水) 9:00～17:00	根室保健所 TEL(23)5161番

■妊娠・出産相談

内容	時間	会場・問合せ先
妊婦健診・出産費用に関する不安、予期せぬ妊娠で心の準備ができないなど、妊娠・出産に関する相談	9:00～17:00	市保健課健康推進担当 TEL(23)6111番 内線2118 2131

各種相談

会場＝会
問合せ＝問



- 消費生活相談 開庁日の9:00～17:00
会・問：市役所消費生活センター TEL(24)9065番
- 市民相談 開庁日の9:00～17:00
会・問：市役所市民相談室 TEL(23)6111番(内2441)
- お酒でお悩みの方相談 12月16日(金) 13:30～15:30
会：市役所和室
問：市保健課健康推進担当 TEL(23)6111番(内2118・2131)
- 法律相談 要予約（無料）1月27日(金) 10:00～16:00
会：市役所和室 問：市民相談室 TEL(23)6111番(内2441)
- 法律相談 要予約（有料：1人30分以内、5,000円）
12月8日(木)・1月12日(木) 14:00～17:00
会：総合文化会館 第1講座室
問：釧路弁護士会 TEL0154(41)3444番

- 行政相談 12月7日(水)・12月21日(水)・1月18日(水)
13:00～15:30 会：市役所和室
問：伊藤(24)5656番 伊澤(27)2288番
- 釧路年金事務所出張相談 要予約 会：総合文化会館 第2講座室
12月20日(水) 13:00～17:00 12月21日(水) 9:00～12:00
・年金相談事前予約専用電話 TEL0154(61)6000番
- 健康相談・栄養相談 健康づくりに関する相談
会・問：市保健課健康推進担当 TEL(23)6111番(内2118・2131)
- ◆こころの健康相談 心の病気・悩みおよびギャンブル依存などでお困りの方。相談には事前予約が必要です。
- ◆肝炎ウイルス検査・HIV抗体検査・HTLV-1抗体検査
検査日・会場などについてはお問い合わせ下さい。
- ※◆の問合せ先 根室保健所 TEL(23)5161番

病院



市立根室病院 TEL(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	○	○	○	○	○
整形外科 ★リハビリは、8:30~15:00までの受付です。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~14:30	○	○	○	○	○
肩関節外来 12月8日(休)・12月22日(休) 8:30~11:00 脊椎脊髄外来 12月1日(休) 8:30~11:00・13:30~14:30					
産婦人科 ★分娩については取り扱っていません。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○出張医
13:30~15:00	○		○		○出張医
眼科					
8:30~11:00	○	○	○(8:30~10:00)	○	○
泌尿器科					
8:30~11:00	○				
13:30~15:00	○				
皮膚科					
8:30~11:00		○	○	○	○
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	○	○			
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	○		○		

	月	火	水	木	金	
内科専門外来	消化器内科			○(午前のみ)	○(午前のみ)	
	循環器内科	○	○	○(午前のみ)	○(午前のみ)	
	呼吸器内科			○(第5水曜休診)	○(第5木曜休診)	○(8:30~10:30)
	腎臓外来		○(午後のみ)			
	禁煙外来	○(午後のみ)		○(午後のみ)		
	血液外来	○(午前のみ)	○(午後のみ)		○(午後のみ)	
	糖尿病外来			○(午後のみ)		
	もの忘れ外来		○(午後のみ)			
	不整脈外来					○(偶数月第2週)
小児科予防接種	7歳未満		○(13:30~14:00)		○(13:30~14:00)	
	7歳以上		○(16:00~18:00)		○(16:00~18:00)	
	乳児健診		○(13:30~14:00)			
	慢性疾患		○(14:00~16:30)		○(14:00~16:30)	
	★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。					

★乳がん検診 12月30日(金)要予約
★脳ドックを予約制で実施しています。
※病院受診の際は、「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ので、平日の時間内受診にご協力ください。

日曜当番

日曜当番診療を下記の日程で実施しています。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うえ、受診してください。なお、当日急に診療できない場合は他の医療機関を紹介します。

12月4日	川上小児科医院 TEL(23)5238番	12月11日	市立歯舞診療所 TEL(28)2014番
12月18日	トキワ医院 TEL(24)3221番	12月25日	根室共立病院 TEL(24)4736番
1月15日	道東勤医協ねむる医院 TEL(22)2563番		

※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なっています。(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

体重測定は健康管理の第一歩

保健師 鈴木圭子

食へ過ぎが続いた後など、体重計に乗るのが怖くなってしまいがちですが、日々の体重の変化を確認し、適正な体重を維持したいものです。

肥満度を表す指標に、BMIがあります。体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で求められ、18・5以上25未満が普通体重とされ、25以上が肥満とされています。18・5未満はやせ、25以上が肥満とされています。体重が多すぎても少なすぎても病気にかかりやすくなります。肥満は、関節などへ負担をかけ、膝痛や腰痛の原因になったり、高血圧症、糖尿病などの生活習慣病を招きます。一方、ダイエットしていきないうちに体重が減ってくる場合は、病気が隠れていることがあり注意が必要です。毎日体重を測定し、変化を確認すると、食習慣や運動習慣を見直すきっかけとなります。また、体重の変化に早いうちに対応できます。「久しぶりに体重計に乗ってみたら体重が大幅に増えてしまった」となること、元に戻すのは大変です。

体重は、毎日同じ条件(時間帯・服装など)で計測し、結果をグラフにすると、変化がわかりやすく、励みにもなります。さっそく今日から試してみませんか。

市役所ヘルスサポートコーナーに「元気アップ!食事・運動・体重記録表」を配置しています。日々の健康管理にぜひご利用ください。



がんばる人 みつげ!!

輝きをくれたヨガ

インストラクター 泉 知穂 さん



ヨガ教室 Blue Sky のインストラクター泉知穂さんは5年前に乳がんを患いました。30歳のときに乳がん健診を受け、早期の乳がんを発見。はじめは「傷みも違和感もないのに、本当に私が乳ガンなの？」と信じられなかったそうです。

ところが、ガンの進行を抑えるために女性ホルモンを止める治療を始めてからは、イライラやモヤモヤ、感情の浮き沈みが激しくなり、自分の殻に閉じこもることが多くなりました。

そんな時、気分転換にと、友人から誘われヨガに行ってみると、これまで溜め込んできた心身の苦痛から一気に開放され、彼女の世界は輝き始めたといいます。始めて1年後にはインストラクターの資格を取得。

現在は、根室と帯広を拠点にヨガのレッスンをしています。

「もしも同じような苦しみを抱えている人がいたら、ヨガを通して心のおもりを少しでも軽くするお手伝いがしたい。乳がんのことを公表しているのもそのためです。」と優しくも力強い口調で包み隠さず話してくれた泉さんは、これからもガンと戦い続けます。決して下を向かず、前を向いて進み続ける彼女の笑顔はとても素敵でした。



建設スタッフ大募集!

道内より16名が活躍中! 仲間と一緒に働きませんか?

関東圏の電力・鉄道事業で働く多能工・重機オペレーター募集
 日給11,500円~13,500円 月収例 29万円~43万円(休出残業含)
 寮費無料(水光熱費も無料)、帰省旅費支給制度など福利厚生充実
 神奈川寮、千葉寮を新築、さらに新宿(静岡県)をリニューアル働く環境充実!

ものづくりから国づくりへ

まずはお気軽に問い合わせ下さい

中林建設株式会社 電話055-975-4332 担当吉川
 HP: <http://www.nh-const.com> (働く環境の写真をHPに掲載)

根室市の人口

平成28年11月1日現在()前月比

人口	27,075人	(-34)
男	12,909人	(-22)
女	14,166人	(-12)
世帯数	12,842世帯	(-10)
※外国人を含む		
誕生	18人	死亡 29人
転入	37人	転出 60人

広報ねむろ 2016 12月号 No.920
 発行 根室市役所総務課
 印刷 根室印刷株式会社

編集後記

ねむろアングル

■日増しに冬の香りが濃くなり、雪もチラついてきましたね。雪が少なければ「冬らしくない」といい、雪が多ければ「もう雪なんていらぬ」という矛盾を口にする季節ももうそろそろですね。何事も程よいくらいが望ましい。(S)

みんなに届け!

ねむろメール

根室市に関する様々な情報を
 携帯電話等で受け取ることができます

根室市では、電子メールを使って防災情報をはじめ、日頃の生活に役立つ情報をメールで配信する「行政情報メール配信サービス(ねむろメール)」を始めました。このサービスは、電子メールアドレスをお持ちの方なら、どなたでも利用できます。多くの皆様のご登録をお待ちしています。



登録はこちらから

