

インフォメーション

「秋の全市一斉清掃」を実施します

根室市環境衛生月間として「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17日(日)7時30分～9時
悪天候の場合は翌週に順延。
2週連続悪天候のときは中止。
場 市内一円

※実施団体は、10月13日まで
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
TEL (23)6111番
内 2129・2130

「子宮がん検診」を実施

検診方法 細胞診検診、超音
波併用検診
対 20歳以上の女性

検診日時・会場 11月5日(金)
9時～9時30分落石会館、12
時30分～13時厚床会館/11月
6日(土)12時30分～13時歯舞コ
ミュニティセンター「あさひ」
18時～18時30分児童デイサー
ビスセンター/11月7日(日)8

時30分～9時、12時～12時30
分児童デイサービスセンター
定 細胞診検診 11月5日各
会場100人、6日歯舞会場70人・
児童デイ130人、7日午前100人・
午後100人、超音波併用検診
各50人

※超音波併用検診は、2年に
1回の受診となります。
料 細胞診検診1千円、超音
波併用検診2千円

次に該当する方は、細胞診検
診のみが無料です。①70歳以
上の方②生活保護世帯の方③
市民税非課税世帯の方④ひと
り親家庭等医療受給資格証の
交付を受けている方⑤根室市
国民健康保険に加入している
方⑥根室市が発行した子宮頸
がん無料クーポン券を持参し
た方
申込期間 10月8日～15日
(土日祝日除く)
申・問 市保健課健康推進担当
TEL (23)6111番
内 2117・2118

アкваビクス講習会を実施

日 10月24日(日)15時

場 温水プール
対 中学生以上
定 50人(定員締切)

講師 釧路スイミングクラブ
インストラクター

申込受付 10月6日～20日
申・問 市温水プール
TEL (22)3543番

市民講演会を開催

地域社会の中で、人間関係
や家族問題を抱える人たちと
カウンセリングを通じて、健
全な関係を保てるよう学ぶ
「市民講演会」を開催します。

日 11月3日(水)18時30分
場 総合文化会館視聴覚室
講演 「相談や支援で迷った
時」いじめ・引きこもり・精
神疾患など、さまざまな依存
症などで悩む当事者や家族と、
どこに相談したらよいか」
「どのように支援したらよ
いか」一緒に考える時間を共有
します。

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

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

定 60人
料 無料
申込期限 10月27日
申・問 市社会教育課社会教
育担当
TEL (24)3180番

10月18日～24日は
「行政相談週間」です

「根室市食生活改善推進員 養成講座」を開催します

正しい食事とバランスのと
れた食事は、健康の基本です。
食生活改善の知識と実践方法、
生活習慣病予防について学び、
食生活改善推進員として活躍
するための養成講座を開催し
ます。

日 11月4日・9日・16日・
19日・26日・30日・12月13日
計7回10時～15時10分

場 総合文化会館
対 市内在住の女性
定 20人(定員締切)
申込受付 10月8日～21日
申・問 市保健課健康推進担当

行政に対する苦情、要望等、
行政相談委員が皆さんからの
相談に応じます。相談は無料
で、秘密は固く守られます。
【このような相談はありませんか】
・道路がでこぼこになってい
て通行に支障がある。
・登記や社会保険について聞
きたいことがある。
・役所に相談したいがこの
窓口に行けばよいか分からな
い。

相談日 毎週第1・3水曜日
13時30分～15時
場 市役所相談室(地下)
料 無料
問 市市民環境課交通市民生活担当
TEL (23)6111番
内 2123・2124

日・日時	定・定員	fax・ファックス
場・場所、会場	申・申し込み先	内・内線
対・対象	問・問い合わせ先	E・電子メール
料・料金	TEL・電話	HP・ホームページ