

# インフオメーション

## 第2回がん検診・特定健康診査を実施

平成25年度第2回がん検診・特定健康診査を実施します。がん検診は、希望する検診のみを受診することもできます。

**【がん検診】**  
検診内容 胃・肺・大腸がん・肝炎ウイルス検診、エキノコックス症血清検査

対 40歳以上の市民（平成26年3月31日までに40歳になる方を含む）。

料 胃がん検診1,000円／肺がん検診（X線）300円／肺がん検診（喀痰）700円／大腸がん検診500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

※免除規定については、問い合せください。

### 【特定健康診査】

対 40歳～74歳までの根室市国民健康保険加入者、75歳以上等の後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者。

料 無料

### 【共通事項】

日 10月26日（月）～28日（水）

場 児童プレイセンター  
受付時間 6時30分～7時、8時～8時30分、9時30分～10時  
定 各日140人

申込期間 9月13日（火）～20日（火）（土・日曜、祝日を除く）

申込受付 電話および担当窓口

申・問 市保健課健康推進担当

TEL (23) 61111番

## 「根室市食生活改善推進員養成講座」を開催

市では、健康づくりの基本である「栄養・運動・休養」を基調に、食生活改善の知識と実践方法を普及することにより、一人一人が「自分の健康は自分で守る」という意識を広め、地域住民の生涯を通じた食生活改善活動の定着を目的とした、「食生活改善推進員養成講座」を開催します。

日 10月8日～11月26日計7回

場 市総合文化会館

対 根室市民

定 15名※定員締切

申込期間 9月5日（木）～20日（金）  
申・問 市保健課健康推進担当

TEL (23) 61111番  
内 2118

## 「根室市文化祭作品」を募集

公民館では、平成25年度根室市文化祭の作品を次のとおり募集しています。多くの皆さん（高校生以上）の出品をお待ちしています。

### 【展覧部門】

申込締切 10月21日（月）  
作品搬入 10月31日（木）  
華道は11月1日（金）

募集作品 写真・美術（絵画・陶芸、彫刻、木彫、七宝）・書道・華道・硬筆・写経、写仏・絵手紙・手芸・手工芸・フラワー

※出品上の注意 作品の大きさ点数など出品上の注意事項は、問い合せください。

### 【文芸部門】

作品締切 10月15日（火）  
開催日 10月26日（出）

●俳句大会 当季雑詠二句、互選、当日席題二句  
●短歌大会 近詠二首 当日互選  
●川柳大会 宿題「道」三句



市の花 ヨキワリコザクラ

## 防災行政無線などを用いた全国一斉の緊急情報の伝達訓練

平成25年9月11日（水）11時00分～11時30分ごろの2回実施します。市では、地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム（Jアラート）から送られてくる国からの緊急情報を確実に皆さんへお伝えするための情報伝達訓練を行います。市内38カ所に設置してある防災行政無線から、次の放送内容が一斉に放送されます。

### 【放送内容】

「これは、試験放送です。」×3回 + 「こちらは、ほうさい根室市です。」 + 防災行政無線チャイム

### 【問合せ先】

市総務課総務防災担当 TEL (24) 61111 内線 (2222・2223)

### ●詩大会 自由詩二編 互選

【ステージ部門開催日程】

●邦楽舞踊大会 11月9日（土）10日（日）

●音楽大会 11月16日（土）

●サウンドウェーブ2013 11月24日（日）

問 市文化祭事務局（総合文化会館）  
TEL (24) 3188番

## 「根室市共通封筒への広告主」を募集

広告媒体 長型3号封筒裏面  
募集枠 3枠（1枠縦6cm×横9cmで1事業者1枠とします。）

印刷枚数 10万枚  
広告料金 1枠10万円（税込）  
申込対象者 市内事業者の方

## 根室市農業委員会の活動計画を策定

本年5月に皆さんからご意見等を募集した「平成25年度の目標及びその達成に向けた活動計画」を策定しました。

その内容を根室市ホームページで公表しています。

HP <http://www.city.nemuro/Hokkaido.jp/dcitynd.nsf>  
市農業委員会農地担当  
問 TEL (23) 61111番 内 2431

（市内に事業所の住所を有する事業者も可）

申込期間 9月9日（月）～9月27日（金）（4事業者以上の申込があった場合は抽選とします。）

問・申 市財政課財政担当  
TEL (23) 61111番  
内 2243

日・日時	定・定員	FAX
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

## 「平成25年住宅・土地統計調査」にご協力ください

総務省統計局では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。



この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国30万世帯の方々に対象とした大規模な調査です。調査の結果は、国や地方公共団体における「住生活基本計画」の成果指標の設定、耐震や防災を中心とした都市計画の策定、空き家対策条例の制定などに幅広く利用されています。

統計調査員が調査世帯へ調査票の記入をお願いに伺った際には、調査票へのご記入、または、インターネットでの回答をお願いします。  
 問 市情報管理課統計担当  
 TEL (23)6111番  
 内 23056

## 「航空自衛隊北部航空音楽隊演奏会」を開催

根室市では総合文化会館開館20周年を記念し、来る9月23日午後6時30分から航空自衛隊北部航空音楽隊演奏会を開催します。

多くの市民のご来場をお待ちしております。  
 入場整理券を9月6日9時より総合文化会館にて1人2枚まで配布します。

### 【開催日時】

日 9月23日(月)  
 開場 午後5時30分  
 開演 午後6時30分

会場 総合文化会館大ホール  
 入場料 無料(整理券は9月6日9時より市総合文化会館にて1人2枚迄配布します)  
 問 総合文化会館  
 TEL (24)3188番

## 無料乗車券配付バスに乗ってイベント参加

標津線代替輸送連絡調整協議会では、バス利用促進に併せ、飲酒運転撲滅、CO<sub>2</sub>削減のためのエコ運動として「イベントにはバスで」をキャッチフレーズに、バス無料乗車券を配布します。

【別海町「産業祭」開催日】  
 9月15日(日)

申込期間 9月2日～13日

その他 ①定員締切となりません。②バスは中標津空港線の利用です。③小学生以下のみでの利用はできません。④「別海(べつうみ)」前から産業祭会場までシャトルバスを運行します。

申・問 市総合政策室総合政策担当  
 TEL (23)6111番  
 内 2253

## 自殺予防週間(9/10-9/16)

全国的に自殺者数が高い水準で推移しています。このため、全国的な取り組みとして9月10日から1週間を自殺予防週間として位置づけ、自殺防止に向けた取り組みを強化します。

誰もが自殺に追い込まれることのない地域社会を目指して、家庭・職場・学校・地域が連携し、できることから取り組みを進めましょう。

## 「こころの健康づくり講演会」を開催

高齢者のこころの健康づくりと自殺予防を目的に、認知症専門医によるこころの健康づくり講演会を開催します。  
 日 9月24日(火)18時

会場 総合文化会館視聴覚室

演題 「こころの孤独に「用心」高齢者のうつ病を理解する」

講師 清水桜が丘病院長 清水輝彦氏  
 対象 一般市民  
 定 70人

料 無料  
 申込期限 9月18日(水)※当日参加も可能です。  
 問 根室保健所  
 TEL (23)5161番

## 作業用救命胴衣を着用しよう

9月1日から「元氣だよ」無事を祈り 待つ家族 この一声で ほっとする」をスローガンに、第57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・啓発や船内での災害防止対策・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  
 (根室漁協保険共済課)  
 TEL (23)6161番

## 「納沙布岬灯台の一般公開」をします

納沙布岬灯台の一般公開を

根室さんま祭りに合わせて実施します。

地域の皆さんに親しんでいただけるよう、灯台2階展望室では、職員による説明を行います。

灯台踊場から見る北方領土の眺望をぜひお楽しみください。

日 9月22日(日)10時～15時  
 場 納沙布岬灯台  
 問 根室海上保安部交通課  
 TEL (24)3354番

### NHK「のど自慢」予選会のローカル放送について

平成25年7月27日(土)に根室市総合文化会館で実施したNHK「のど自慢」予選会のローカル放送の日程が次のとおり決定しましたのでお知らせします。

▷放送日時 総合テレビ  
 9月6日(金)午前0時40分～  
 ※9月5日深夜

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**

## 「子どもの人権110番」強化週間

いじめ防止・早期発見およびいじめへの対処、また、インターネットを通じて行われたいじめに対して、法務局の協力を求めることができます。

子ども用相談ダイヤル  
0120(007)110番  
日 9月30日(月)～10月4日(金)  
8時～19時

相談担当者 釧路人権擁護委員会の「子ども人権委員」が主に対応しますが、子どもの人権問題に適切に対応できる人権擁護委員または、釧路法務局人権擁護課の職員が対応する場合があります。

問 釧路地方法務局人権擁護課  
TEL 0154(31)5014番  
(人権擁護課直通)

## 知っていますか？道の「苦情審査委員」制度

道が行った業務や制度の内容を審査する制度が、「北海道苦情審査委員」制度です。

皆さん自身の利害に関することで、道政に対する苦情であれば、「苦情審査委員」に申し立てができ、委員が公正で中立な立場から、道の関係機関に対し、必要な調査を行います。

もちろん、個人情報の保護にも十分配慮します。

問 北海道総合政策部知事室  
道政相談センター  
TEL 011(204)5523番

または、  
問 根室振興局総務課  
TEL (24)5414番

## 「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

高齢者・障害者に対する暴行・虐待に関する困りごと、心配ごとなどの電話相談を受け付けています。

相談ダイヤル  
0570(003)110番  
日 9月9日(月)～15日(日)8時30分～19時(土・日曜は10時～17時)※面接による相談は、通常どおり(平日8時30分～17時15分)

相談担当者 釧路人権擁護委員連合会所属の人権擁護委員および釧路地方法務局職員

問 釧路地方法務局人権擁護課  
TEL 0154(31)5014番

## 「自衛官等・各種学生」を募集

防衛省では、自衛官等および各種学生を募集しています。

募集種目及び試験日  
●一般曹候補生(陸海空自衛官)  
9月16日(月)又は17日(火)

●自衛官候補生(陸海空自衛隊)  
男性 9月24日(火)、25日(水)  
11月23日(出)

女性 9月23日(月)  
●航空学生(海空、パイロット養成)  
9月21日(出)

防衛医科大学看護学科学学生(保健師・看護師の幹部養成)  
10月19日(出)

●防衛大学校生(幹部養成)  
11月9日(出)と10日(日)(両日)身分 特別職国家公務員

受付期間(締切)  
●一般曹候補生、自衛官候補生、航空学生は、9月6日(金)まで

●防衛医科大学校、防衛大学校は、9月30日(月)まで

※応募資格・受付期間・試験会場等については、募集種類により異なるため問い合せてください。

問 自衛隊根室地域事務所  
TEL (24)3651番

## 戦後海外から引き揚げて来られた方々へ

税関では、戦後海外から引き揚げて来た方々から預かりました約87万件の未返還の保証券類を返還しています。

返還の請求は本人だけでなく家族の方でも構いませんので、気軽に最寄りの税関まで問い合せてください。

問 函館税関 根室税関支署  
TEL (25)8257番

## 温水プール事業のご案内 TEL(22)3543番

事業名	対象	内容	期間	時間	定員	申込期間
秋の無料開放	一般市民	無料開放 (トレーニング室含む)	9月15日(日) 9月16日(月)	9時30分～15時20分 9時30分～16時30分		
水泳教室	第4期大人の水泳教室	一般市民 (学生を除く)	10月1日～10月29日 ※毎週火曜・木曜 計8回	19時30分～20時30分	15人 (定員締切)	9月12日～9月26日
	第2期らくらく水中運動教室	一般市民 (学生を除く)	10月4日～10月18日 ※毎週金曜 計3回	19時30分～20時30分	15人 (定員締切)	9月13日～9月27日
	とんぎょ中級者水泳教室	小学2・3年生のとんぎょコース修了者もしくは、背泳ぎ25m程度泳げる方(水泳クラブ所属者等を除く)再受講可能	初歩クロール	Aコース 10月22日～11月28日 ※毎週火曜・木曜 計10回  Bコース 10月23日～11月27日 ※毎週水曜・金曜 計10回	A・Bともに15時30分～16時30分	各20人 (定員締切)

※いずれも受講料・利用料は無料。ただし、「第2らくらく水中運動教室」以外の水泳教室については、スポーツ安全保険料として800円が必要です。トレーニング室利用にあたっては、「トレーニング機械指導員認定証」を提示してください。



# 市立根室病院ガイド

TEL(24)3201番

## ○内科

- ・予約のない方の受付時間  
月～金曜日 8:30～11:00・13:30～15:00
- ・専門内科外来(予約制)  
水・木曜日 消化器内科/火・金曜日 循環器内科  
木・金曜日 呼吸器内科
- 火曜日 午後：禁煙外来 13:30～15:00
- 水曜日 午後：糖尿病外来 13:30～15:00
- 麻しん風しん予防接種(高校生以上)月～金曜日 8:30～11:00
- ※毎週金曜日フットケア外来を完全予約制で実施しています。

## ○小児科

- 月・金曜日 8:30～11:00・13:30～15:00
- 火・水・木曜日 8:30～11:00
- 火曜日 乳児検診 13:30～14:00、慢性疾患 14:30～15:30
- 水曜日 午後から検査のため一般外来休診
- 火・木曜日 予防接種 7歳未満 13:30～14:30 (※1)
- 火・木曜日 7歳以上 15:00～16:00 (※2)
- 慢性疾患 14:30～15:30
- ※1 BCG・ロタワクチンは要予約となります。他の予防接種は予約不要です。
- ※2 7歳以上の予防接種は、事前にお問い合わせください。

## ○外科

- 月～金曜日 8:30～11:00
- 月・木・金曜日 13:30～15:00

## ○整形外科

- 月～金曜日 8:30～11:00・13:30～14:30
- 肩関節外来 9月12日(休) 8:30～11:00 13:30～14:30
- ※リハビリは、8:30～15:00までの受付となります。

## ○産婦人科

- 毎週月～金曜日 8:30～11:00
- 毎週月・水・金曜日 13:30～15:00
- ※入院治療が再開となります。分娩については、取り扱いません。

## ○眼科

- 月・火・木・金曜日 8:30～11:00
- 水曜日 8:30～10:00

## ○泌尿器科

- 毎週月曜日 8:30～11:00・13:30～15:00
- 毎週火曜日 8:30～10:00 (一般診療休診)

## ○皮膚科

- 水曜日 8:30～11:00・13:30～15:00 一般診療および予約診療
- 木曜日 8:30～11:00 一般診療および予約診療
- ※初診の方は、現在使用中の内服薬・軟膏(市販薬も)を必ず持参してください。

## ○耳鼻咽喉科

- 月・火曜日 8:30～11:00・13:30～15:00
- 水曜日 8:30～11:00 (一般診療休診)

## ○脳神経外科

- 毎週月・水曜日 受付時間 8:30～11:00 13:30～15:00
- 一般診療のみ
- ※入院治療については、取り扱いません。

※病院に受診の際は、「お薬手帳」をお持ちください。  
※予防接種のご予約・お問い合わせについては、午後からとなります。  
※夜間救急外来については、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。

## 日曜当番医

日曜日当番診療を、下記の日程(診療時間9時～17時)で実施しています。各医療機関はそれぞれ特色がありますので、対応できないこともあります。なお、当日急に診療できない事態のときは、他の医療機関を紹介します。

- 9月1日(日) 岡田医院 / 9月8日(日) 市立歯舞診療所
- 9月15日(日) 市立歯舞診療所 / 9月22日(日) 道東勤医協ねむる医院
- 9月29日(日) 根室共立病院

※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。(上記以外の土曜日、祝日、夜間の診療については、かかりつけの病(医)院へお問い合わせください。)

- 脳ドックを実施します。脳ドックは予約制となっています。
- 乳がん検診 9月は、11日(休)に実施します。検診は予約制となっています。

## ○会場 市立根室病院

市立根室病院健診担当 TEL(24)3201番(内2156)

### ▷4カ月児健康診査

10月2日(休)  
受付13:30～14:30

### ▷7カ月児健康相談

10月9日(休)  
受付13:30～14:30

### ▷1歳6カ月児健康診査

10月10日(休)  
受付12:00～12:30

### ▷3歳児健康診査

10月3日(休)  
受付12:00～12:30

▷会場 市児童デイサービスセンター  
市保健課健康推進担当  
TEL(23)6111番(内2118)

- ▶女性の健康相談 妊娠・出産、子育て、不妊、思春期、更年期の相談などを希望する方。 10月16日(休)
- ▶こころの健康相談 心の病気・悩みおよび対人関係などについてお悩みの方。相談日はお問い合わせください。
- ▶肝炎ウイルス検査 10月7日(月)・21日(月)
- ▶HIV抗体検査 月2回(検査日は、お問い合わせください。)
- ▶HTLV-1抗体検査 検査日は、お問い合わせください。
- ▶会場 根室保健所(各相談・検査は事前予約が必要)  
根室保健所 TEL(23)5161番

## 相談コーナー

### ○消費生活相談

開庁日の9:00～17:00  
市役所消費生活センター  
TEL(24)9065

### ○市民相談

開庁日の9:00～17:00  
市役所市民相談室  
TEL(23)6111(内2441)

### ○お酒でお悩みの方相談

9月20日(金) 13:30～15:30  
市役所和室

### ○法律相談(無料) 9月27日(金) 10:00～16:00

※電話申込が必要。  
市役所市民相談室 TEL(23)6111(内2441)

### ○法律相談(有料:1人30分以内、5,000円)

9月12日(休) 14:00～17:00 総合文化会館  
※前日の17時までに電話予約が必要。  
釧路弁護士会 TEL0154(41)3444番

### ○行政相談 毎月第1・3水曜日 13:30～15:00

市役所市民相談室 TEL(23)6111(内2441)

### ○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。

青少年相談室 TEL(23)2859番

### ○育児相談 育児の悩みや心配事などの相談。

子育て相談所 TEL(24)3482番

### ○釧路年金事務所出張相談(事前に予約が必要です)

9月25日(休) 13:00～18:00  
26日(休) 9:00～15:00

総合文化会館 第2講座室

- ・年金相談事前予約専用電話 TEL0154(61)6000番
- ・市保健課国保・年金担当 TEL(23)6111番(内2125)