

インフォメーション

「市民大学講座」受講者を募集

根室市市民大学運営委員会では、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、根室市市民大学を開設しています。

本年度は「昆布を知ろう！」をテーマに開催します。

日 10月9日(木)・10日(金)・17日(金)・24日(金)19時～21時
場 総合文化会館多目的ホール

【演題】

9日(木)「昆布の種類と生態」
10日(金)「昆布の現状と養殖」
四ツ倉 典滋氏(北海道生物圏フィールド科学センター准教授水産学博士)
17日(金)「昆布の生産・流通・消費」竹内 一義氏(歯舞漁業協同組合代表理事組合長)
24日(金)「和食と昆布のうま味」二宮くみ子(NPO法人うま味インフォメーションセンター理事農学博士)
申込開始 9月16日(火)
定 70人(定員締切)
料 1,000円(開講日までに納入)

申・問 市総合文化会館
TEL (24)3188番

「第2回がん検診・特定健康診査」を実施

平成26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27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、お問い合わせください。

【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

【共通事項】

日 10月25日(土)～27日(月)
場 児童フリースペースセンター
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12日(金)～22日(月)(土・日曜、祝日を除く)
申・問 市保健課健康推進担当
TEL (23)6111番

「第61回写真道展根室巡回展」を開催

第61回北海道写真協会入賞・入選作品270点および第32回学生写真道展入賞・入選作品60点を展示します。

第3部(ネイチャーフォト)で入賞した小林正輔氏(北海道新聞野生生物基金賞)、辻ノ内弘氏・田村允睦氏(会友)、高橋勇三氏・長尾康氏(入選)の作品を展示します。

日 9月19日(金)～23日(火)9時～19時
場 総合文化会館多目的ホールほか
問 市総合文化会館内(第61回写真道展根室巡回展実行委



市の花 ヨキワリコザクラ

員会)

TEL (24)3188番

「根室市食生活改善推進員養成講座」を開催

食生活改善の知識と実践方法を普及することにより、一人ひとりが「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促進することを目的として、「食生活改善推進員養成講座」を開催します。

日 10月7日(火)～12月2日(火)
場 総合文化会館

対 根室市民
定 15人※定員締切

申込期間 9月5日(金)～9月24日(水)
申・問 市保健課健康推進担当
TEL (23)6111番
内 2118

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

日・日時
場・場所、会場
対・対象
料・料金

定・定員
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
E・電子メール
HP・ホームページ

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・地域が連携して取り組むことに取り組むを進めましょう。

社会福祉課社会援護担当

「二つの給付金」申請期限は10月6日です

臨時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金の申請期限は10月6日です。

申請書は6月末に対象世帯に送付しておりますので、申請がお済でない方は忘れずに申請してください。

なお、期限を過ぎて申請されても給付金はお支払いできませんのでご注意ください。

申請場所 市役所19番・20番窓口(郵送可)
問合先 (23)6111番 内線2176(臨時福祉)
内線2179・2180(子育て給付)

「根室おさかな料理教室」 参加者を募集

まるごと根室では、旬の根室産秋鮭を使った料理教室を開催します。

品目 秋鮭めし、秋鮭の唐揚げ野菜あんかけ、秋鮭と野菜の昆布巻、秋鮭のつみれ汁

日 9月30日(火)10時

場 総合文化会館実習室

対 どなたでも

定 20人(定員締切)

料 3000円

持ち物 三角巾、エプロン

講師 歯舞漁協女性部

申込期限 9月26日(金)

申・問 市水産港湾課水産振興担当

TEL (23)6111番

内 2262

「根室市文化祭作品」 を募集

公民館では、平成26年度根室市文化祭の作品を募集しています。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20日(月)

作品搬入 10月30日(木)

華道は10月31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 作品の大きさや点数など出品上の注意については、公民館へお問い合わせください。

【文芸部門】

作品締切 10月14日(火)

日 10月25日(出)

●俳句大会 当季雑詠三句、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「食」三句

●詩大会/自由詩二編 互選

【ステージ部門開催日程】

●吟道大会 10月26日(日)

●邦楽舞踊大会 11月8日(土)9日(日)

●音楽大会 11月15日(出)

●サウンドウエーブ2014 11月23日(日)

問 市総合文化会館内(市文化祭事務局)

TEL (24)3188番

「大人の風しん予防接種費用」の一部を助成

「先天性風しん症候群」の発症を予防するため、大人の風しん予防接種費用の一部を助成しています。

対 これまでに麻しん風しん混合予防接種および風しん予

防接種を2回接種したことがある方や、風しん罹患歴のある方を除く市民で、①②に該当する方。

①妊娠を希望する年度内に19歳以上49歳以下の女性(昭和40年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方)

②妊婦の夫(胎児の父親)(母子健康手帳で妊婦の夫であることが確認できる方)

自己負担額 2,000円

接種方法 市内医療機関へ事前に申し込みをしてください。

問 市保健課健康推進担当

TEL (23)6111番

内 2117

「第2回技能講習・安全衛生教育」を開催

季節労働者の方を対象とした技能講習を開催します。

対 根室在住の季節労働者の方

料 無料

【講座内容】

①小型移動式クレーン車運転技能講習

16時間コース/20時間コース

日 9月25日(木)~27日(土)

申込締切 9月17日(水)

②玉掛技能講習

15時間コース/19時間コース

日 10月6日(月)~8日(水)

申込締切 9月29日(月)

③刈払い機取扱作業安全衛

生教育

6時間コース 10月10日(金)

申込締切 10月3日(金)

④フォークリフト運転技能講習

11時間コース 10月14日(火)・15日(水)

31時間コース 10月14日(火)~17日(金)

申込締切 10月6日(月)

⑤高所作業車運転技能講習

12時間コース/14時間コース

日 10月20日(月)・21日(火)

申込締切 10月10日(金)

問 市商工観光課内

根室市通年雇用促進協議会

TEL (23)6111番

内 2272

「道営住宅入居者」を募集

●道営花咲団地

1号棟 3LDK3戸

2号棟 3LDK1戸

●道営パークタウン明治団地

3LDK3戸/2LDK1戸

●道営であえくる明治団地

2号棟 2LDK1戸

1号棟 2LDK2戸

※であえくる1号棟は子育て支援住宅(期限付き)です。

その他は世帯向け住宅です。

※いずれも部屋の指定はできません。

募集案内配布 9月16日(火)~22日(月)(土・日除く)

「羅臼湖トレッキング」 参加者を募集

総合型地域スポーツクラブ「からつと」では、親子・家族、仲間たちと、世代間の交流を深めることを目的に羅臼湖トレッキング参加者を募集しています。

日 9月28日(日)午前7時

市役所前出発

場 羅臼湖(知床峠羅臼湖入口から片道約3km)

定 30人(小学生以上の市民)

料 1,000円(スポーツ傷害保険料含む)

申込開始 9月18日(木)

問 市青少年センター内「ねむろコミュニティスポーツくらぶ」事務局

TEL (23)5982番

「こころの健康づくり講演会」を開催

こころの健康づくりと自死遺族支援を目的に、僧侶によるこころの健康づくり講演会を開催します。

日 9月30日(火)18時30分
場 総合文化会館視聴覚室
演題 「大切な人を亡くされたあなたへ」
講師 浄土真宗本願寺派弘宣寺 住職 八村弘英氏
対象 一般市民
定 70人
料 無料
申・問 根室保健所
TEL (23)5161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)
8月30日(出)、9月25日(内)、9月26日(検)、9月27日(出)／釧路駐屯地
●一般曹候補生(陸海空自衛官)
9月19日(検)／根室分屯基地
●航空学生(海空パイロット養成)
9月23日(火)／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18日(出)／釧路市内

市政ウォッチングねむろの参加者を募集

現在、発掘調査中のトーサムポロ湖周辺堅穴群などの遺跡を巡る「ねむろ遺跡あるきコース」を開催します。発掘調査の見学はなかなかできませんので、この機会にぜひご参加ください。

【ねむろ遺跡あるきコース】

日 時 9月26日(金)
午前9時～午後0時20分
コース ノツカマフ1・2号チャシ跡、トーサムポロ湖周辺堅穴群、ランネモトチャシ跡
定 員 20人
参加料 無料
申込期限 9月19日(金)
定員締切

申込・問合せ先
市総務課広報広聴担当
(23)6111番 内線2213



作業用救命衣を着用しよう

9月1日(月)より「海から願う家族の笑顔 笑顔に伝える無災害」をスローガンに、第五十八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

●防衛大学校学生(陸海空幹部自衛官養成)
11月8日(出)、11月9日(回)(2日間)／釧路市内
身分 特別職国家公務員
受付期間、応募資格および年齢計算期日などは、お問い合わせください。
問 自衛隊根室地域事務所
TEL (24)3651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つりに合わせて実施します。

灯台踊場から見る北方領土などの眺望をぜひお楽しみください。
日 9月21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

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(根室漁協保険共済課)
TEL (23)6161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14日(日) 9月15日(月)	9時30分～16時30分 9時30分～16時30分		
水 第4期大人の水泳教室	一般市民 (学生を除く)	バタフライ	10月3日～11月12日 ※毎週水曜・金曜 計10回	19時30分～20時30分	15人 (定員締切)	9月18日～10月1日
泳 第2期らくらく水中運動教室	一般市民 (学生を除く)	アクアウォーキング	10月16日～10月30日 ※毎週木曜 計5回	19時30分～20時30分	15人 (定員締切)	9月25日～10月9日
教 どんぎょ中級者水泳教室	小学2・3年生のど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	初歩のクロール	Aコース 10月21日～11月27日 ※毎週火曜・木曜 計10回 Bコース 10月22日～11月28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)	10月1日～10月16日
室						

※いずれも受講料・利用料は無料。ただし、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/月・火・木曜日 循環器内科
木・金曜日 呼吸器内科(第5木曜日は休診)
- 金曜日 午前:腎臓外来 8:30～11:00
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

○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14:00～15:30
- 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 13:30～14:00(※1)
7歳以上 15:00～16:00(※2)
- 慢性疾患 14:00～15:30

※1 BCG・ロタワクチン・二種混合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
- 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25日(水)・10月9日(水) 8:30～11:00
- 脊椎脊髄外来 10月2日(水) 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

※金曜日は、出張医師による診療となります。
※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

- 火曜日 13:30～15:00(10月から8:30～11:00・13:30～15:00)
- 水・木曜日 8:30～11:00・13:30～15:00
- 金曜日 8:30～11:00

※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

※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7日(日) 根室共立病院/9月14日(日) 道東勤医協ぬむろ医院
- 9月21日(日) 江村精神科内科病院
- 9月28日(日) 川上小児科医院/10月5日(日) 岡田医院

※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。)

○脳ドックを実施しています。脳ドックは予約制となっています。

○乳がん検診 9月は、10日(水)、17日(水)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)

健康のまど

▷4カ月児健康診査

10月1日(水)
受付13:30～14:30

▷7カ月児健康相談

10月8日(水)
受付13:30～14:30

▷1歳6カ月児健康診査

10月9日(木)
受付12:00～12:30

▷3歳児健康診査

10月2日(木)
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。 9月17日(水)

▶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 9月17日(水)・10月1日(水)

▶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です。)

根室保健所 TEL(23)5161番

▶健康相談・栄養相談 健康づくりに関する相談

市保健課健康推進担当

TEL(23)6111番(内2118・2131)

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番

○市民相談

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

○りんくす(育ちと学びの相談)

開庁日の9:00～17:00 根室市育ちと学びの相談室
TEL(23)6111番(内2416)

○お酒でお悩みの方相談

9月19日(金) 13:30～15:30 市役所和室

○法律相談(無料) 9月26日(金) 10:00～16:00

※電話申込が必要。

市役所市民相談室 TEL(23)6111番(内2441)

○法律相談(有料:1人30分以内、5,000円)

9月11日(木)・10月9日(木) 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番(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24日(水) 13:00～18:00

25日(木) 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