

February

2

2017 vol.922

根室



特集 手口いろいろ！ 悪質商法・特殊詐欺

根室市消防出初式

日露の絆は この四島から

手口いろいろ！ 悪質商法・特殊詐欺

注文した覚えはないが 荷物を受け取ってしまった・・・

注文していない商品や、断った商品を一方的に送りつけ、代金を請求してきます。「断ったら悪い」という優しさや、「家族が購入したのかもしれない」という一瞬の迷いにつけ込みやすいため、在宅時間が長い高齢者や主婦が狙われています。

注文していない物は受け取らない！

受け取ってしまった場合はクーリング・オフしましょう！

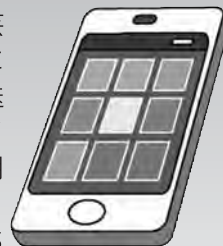


親切心で相談に乗ると・・・

お金で雇われた“サクラ”が芸能人などになりすまして「相談に乗ってほしい」などのメールを送り、メールを交換するためのサイトに誘導し、有料サービスを利用させる悪質な業者がいます。

「数百円なら・・・」と軽い気持ちで始めて、やりとりを重ねるうちに支払い額が数十万円になってしまう被害者もいます。

興味があっても、知らないアドレスや相手には、絶対に返信しないようにしましょう！



ネット通販で前払いしたのに 商品が届かない・・・

通販サイトで商品を購入し、代金を前払いしたのに商品が届かない。問い合わせしてみたら存在しない会社だった。

ネットで商品を購入する際は、会社概要で住所や電話番号などに不審な点がないか、よく確認しましょう。

初めて利用する場合、前払いは避けた方が賢明です！



次々別の人が電話口で・・・

A社の封筒が自宅に届き、その後B社から「A社の封筒は届いていないか。A社が販売する権利（未公開株や社債など）は、大変価値があるが封筒が届いた人しか購入できない。名義を貸して欲しい。」などと電話が来ます。承諾すると、A社や弁護士を名乗る者から「名義貸しは犯罪だ。裁判にしないためには手数料が必要。」と、金銭を要求してきます。

このような電話は相手にせず、すぐに切りましょう！



※クーリング・オフとは？

契約した後、頭を冷やして（Cooling Off）冷静に考え直す時間を消費者に与え、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる特別な制度のこと。

クーリング・オフは必ず書面で行います。ハガキなどに必要事項を記入してクーリング・オフを行った証拠を残すために両面コピーをとり、簡易書留など送ったことが証明できる方法で出してください。

※詳しくは、消費生活センターへお問い合わせください。

クーリング・オフ





これは詐欺かも・・・

振り込め詐欺

- 会社のお金を使い込んだ
- 株で大きな失敗をした
- 友人の借金の連帯保証人になった
- 銀行口座が悪用されているので通帳とカードを預かりたい

子や孫、公的機関の職員などを装い、
トラブル解決のための
お金などを要求してくる！！

架空請求詐欺

- 有料サイトの使用料が未納
- あなたの名義を貸してほしい
- 個人情報が流出しており削除するには手数料がかかる

メールなどを送りつけたり、
突然電話を掛けて、
ありもしない料金を請求してくる！！



還付金等詐欺

- 医療費などの還付がある
- ATMで受け取り手続きをしてほしい



公的機関の職員などを装い、
ATMの操作方法を指示して
逆にお金をだましとる！！

融資保証金詐欺

- 保証人なしで高額な融資をする
- 多重債務を一本化する

実際は融資をせず、高額融資を
だしに保証金を要求してくる！！



突然のお金の要求・・・ちょっと待って！

- 焦らず、本人からの電話なのか掛け直して確認する
- 身に覚えのない請求は無視する
- 現金を手渡さない、振り込まない、送らない
- 1人で悩まず、すぐに相談しましょう！！



消費生活相談は「188」へ！

悪質商法などによる被害、不適切な表示に関するトラブル、製品やサービスなどによる危険や危害などについて相談したいときは、局番なしの「188」をご利用ください。「188」へ電話をすると、音声ガイダンスが流れ、郵便番号を入力すれば、お住まいの地域の消費生活センターなどをご案内します。

問合せ先 市市民環境課交通市民生活担当
根室市消費生活センター

TEL (23) 6111番 内線2123
TEL (24) 9065番 (直通)

税の申告が始まります！

2月16日(木)～3月15日(水)

平成29年度の市・道民税の申告受付が2月16日(木)から始まります。期間は3月15日(水)までです。申告忘れや誤った申告で、不利益を受けることのないよう必要な書類をあらかじめ用意しましょう。

市・道民税は源泉徴収される所得税とは異なり、前年の収入に応じて1年遅れで課税されます。従って、平成29年度市・道民税は平成28年の収入に対して課税されることになります。

問合先 市税務課 TEL (23) 6111番 内線2152・2153

市役所ロビーに申告会場を開設

市では、市役所ロビーに申告会場を開設して、市・道民税の申告を受け付けます。開設期間および時間は、2月16日(木)から3月15日(水)まで(土曜日、日曜日、祝祭日を除く)の9時から17時までです。

市・道民税を申告しなければなら ない方

平成29年1月1日現在、根室市に住所がある方は原則として申告しなければなりません。また、収入がなかった方についても次の方は申告が必要になります。

- ①国民健康保険税や介護保険料の算定のために必要な方
- ②国民年金保険料の免除申請や公営住宅の入居手続きをする方
- ③その他各種給付金などの申請や非課税証明書が必要な方

【次の方は申告の必要はありません】

- ①所得税の確定申告を行った方
- ②平成28年中の所得が給与のみで年末調整を行った方

ただし、雑損控除、医療費控除または寄附金控除などの諸控除を受ける場合は、申告が必要となります

申告に必要なもの

申告には次のものが必要となります。

- ①印鑑
- ②収入を証明するもの
- ・源泉徴収票または支払者の証明書

- ・保険の満期金の収入を証明するもの
- ・個人事業主の方は収入と経費を証明するもの
- ③控除を証明するもの

- ・生命保険料、地震保険料または旧長期損害保険料などの課税所得控除証明書
- ・社会保険料(国民健康保険税、介護保険料など)の領収書
- ・社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書または領収書

- ・医療費控除を行う方は医療費に係る領収書
- ※領収書の日付は、平成28年1月1日から平成28年12月31日までの期間のものが対象になります。

- ④個人番号と本人確認ができる書類(次ページ参照)

医療費控除を受けられる方

医療費控除は、10万円を超えた額(ただし、合計所得金額が200万円以下の方は合計所得金額の5%を超えた額)が控除になります。

なお、医療費を補てんする給付金などが支払われている場合は、その部分は控除の対象となりませんのでご注意ください。

また、領収書などは、あらかじめ世帯員毎(本人以外のご家族の分も控除対象とする場合)・病院毎に整理し、それぞれの合計額を計算して持参するようお願いいたします。

申告について

前記期間中、市役所の申告会場は大変混みます。前記「申告に必要なもの」を参考に領収書などをまとめられたうえで、お越しくださいますようお願いいたします。



個人番号と本人確認

社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）の開始に伴い、平成29年度市・道民税の申告から、個人番号の記載と本人確認が必要となります。

本人が申告書を提出する場合と代理人が申告書を提出する場合とで、必要な書類が異なりますので、ご注意ください。

本人が申告書を提出する場合

個人番号カードをお持ちの方

その他の本人確認書類は必要ありません。

個人番号カードをお持ちでない方

次の①と②両方が必要となります。

①番号確認書類として次のいずれかを提示してください。

・通知カード・個人番号の記載された住民票など

②身元確認書類として次のいずれかを提示してください。

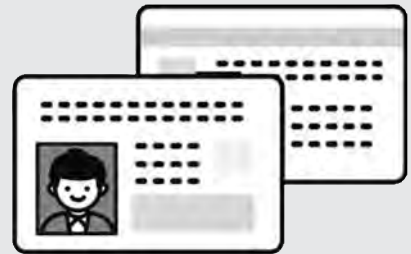
○提示が1点でよいもの

・運転免許証、障害者手帳、パスポートなど顔写真付証明書類

・健康保険証、年金手帳など

○提示が2点必要なもの

・住所、氏名、生年月日が記載されているが、顔写真のない証明書類など



代理人が申告書を提出する場合

次の①～③全てが必要となります。

①申告者の番号確認書類として次のいずれかを提示してください。（コピー可です。）

・個人番号カード（両面）、通知カード、個人番号が記載された住民票など

②代理権の確認書類として次のいずれかを提示してください。

・戸籍謄本（法定代理人の場合）、税務代理権限証明書、委任状

③代理人の身元確認書類として次のいずれかを提示してください。

○提示が1点でよいもの

・運転免許証、障害者手帳、パスポートなど顔写真付証明書類

○提示が2点必要なもの

・住所、氏名、生年月日が記載されているが、顔写真のない証明書類など



医療費控除の特例（スイッチOTC薬控除）について

一定の取り組みをおこなう個人が、平成29年1月1日から平成33年12月31日までの間に購入した一定のスイッチOTC薬について、年間の購入額が1万2千円を超えた場合、超えた部分を個人住民税の計算に使われる所得から、8万8千円を限度に控除することができる制度が創設されました。

①一定の取り組みとは、特定健康診査（いわゆるメタボ健診）、予防接種、定期健康診査（職場の健康診断）、健康診査、がん検診のいずれかを受けた方で、申告の際には、取り組みを行ったことを確認できる書類（健康診査の結果など）を提示していただく必要があります。

②一定のスイッチOTC薬は薬局などで市販されており、かぜ薬、胃腸薬、水虫薬、肩こり・腰痛・関節痛の貼付薬など、平成28年10月時点で約1,500品目が対象となっています。

③薬について、一定の取り組みをした個人以外の生計を一にする配偶者や親族が購入したものも対象になります。

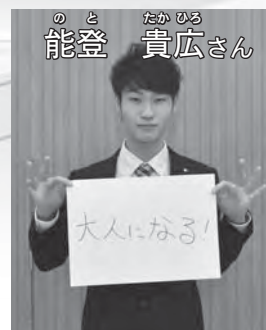
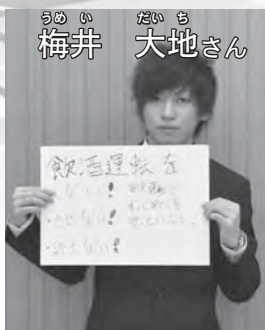
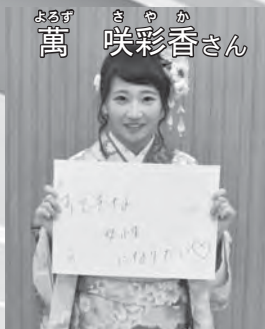
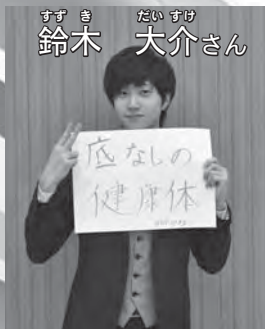
④平成29年1月1日～平成29年12月31日に購入した分は平成30年度の個人住民税の申告の対象になり、以後も同様に、購入した翌年度の個人住民税が対象になります。

⑤申告される方は、販売店から発行される領収書、レシートを大切に保管しておいてください。

⑥この制度による控除を受けられる方は、従来の医療費控除を受けることができなくなりますので、お気をつけください。

※厚生労働省のホームページにも制度について詳細が記載されています。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>



新成人

こうなりたい・・・

こうありたい・・・

これからを担う新成人に今後の抱負や夢などについて尋ねました。



平成26年4月に実施した消費税率引き上げに伴う
所得の少ない方への影響を緩和します。

臨時福祉給付金(経済対策分)



平成28年度 臨時福祉給付金

1人につき1万5千円

支給対象者

平成28年度の市民税が非課税の方
(課税者の被扶養者や生活保護の受給者等を除きます)



よくあるご質問

Q.ご質問

Q. 前回の臨時福祉給付金の支給対象者に該当しますが、実際には受給していません。今回の給付金の支給対象者になりますか？

Q. 平成28年1月2日以降に引っ越した場合の給付金の申請先はどこですか？

A.回答

A. 支給対象者になります。
前回の臨時福祉給付金を実際に受給したか否かは問いません。

A. 平成28年1月1日時点で住民票がある市町村になります。給付金は申請先の市町村から支給されます。
※平成28年1月2日以降に市町村の区域を越えて引っ越した場合は、申請先が現在お住まいの市区町村と異なりますので、ご注意ください。

対象となる可能性がある方(世帯)には、1月下旬に **申請書** をお送りします。

申請期間

平成29年2月1日(水) から 平成29年5月1日(月) まで

問合せ先

〒087-8711 根室市常盤町2丁目27番地 根室市役所

TEL (23) 6111番

(給付金)

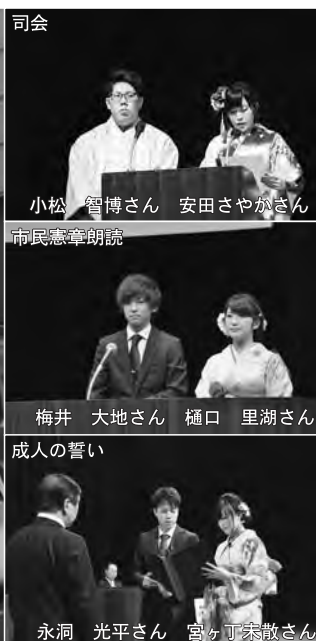
(市民税の課税状況)

市社会福祉課社会援護担当

市税務課課税担当(市民税)

内線2176

内線2152・2153



新成人の門出を祝う

▼平成29年根室市成人式 1/8▲

総合文化会館で開催された根室市成人式に204人の新成人が参列し、会場では久々に会う友達と記念撮影をするなど、再会を喜び合う姿が見られました。

式典の冒頭に、参加者の心に残る成人式を目指し、準備を進めてきた実行委員会が制作したスライドショー「われらの20年間」や恩師からのビデオレターが上映されると、新成人たちは楽しそうに当時の思い出話に花を咲かせていました。その後、主催者や来賓の祝辞を真剣な表情で聞き入るその姿に、新たに大人となったことへの責任と決意を感じることができました。

最後の成人の誓いでは、永洞光平さんと宮ヶ丁末散さんが、これまで育ててくれた家族への感謝を述べ、「若い人たちが根室に戻りたくなる、戻ってきたくなる様な根室を創るため努力する」と力強く誓いました。

新年迎え飛躍を誓う

▶根室市新年交礼会 1/4◀



平成29年の年始めにあたり、総合文化会館で根室市新年交礼会が開催され、地元選出の国会議員や道議会議員、官公庁、地元企業や団体の代表者など165人が参加しました。年頭の挨拶に立った長谷川市長は、サケ・マス流し網漁の禁止や日口首脳会談にふれ「根室市を取り巻く環境が大きく動いた一年だった。」と昨年を振り返り、「市制施行60周年の節目を迎える本年を飛躍の年にしたい。」と決意を述べました。

四島での暮らしを伝える資料館

▶北方領土資料館オープン 12/26◀



納沙布岬に新たな北方領土啓発施設「北方領土資料館」がオープンし、関係者によるテープカットが行われました。「北方領土資料館」は戦前の北方領土で日本人が生活していたという事実を忘れず、後世に伝えていくことを目的とした施設で、館内には戦前の北方領土の生活にスポットを当て、元島民の方から寄贈された生活道具など、四島での衣・食・住を中心とした資料が展示されています。

美しい初日に歓声

▶第37回納沙布岬初日詣 1/1◀



新年を迎えた元日の朝、納沙布岬は本土最東端から初日の出を見ようと訪れた多くの人で賑わいました。6時49分、薄くかかった雲の切れ間から美しい初日が顔を見せると大きな歓声があがり、手を合わせたり、写真を撮る人の姿が見られました。群馬県から訪れたという夫婦は、「本当に感動の瞬間でした。今日の日の出のように、晴れ渡った1年になって欲しいです。」と話していました。

根室の水産物を売り込むために

▶商談会デモンストレーション 1/24◀



ねむろ水産物普及推進協議会（愛称：まるごと根室）では、市内水産加工会社を対象に、いかに良い商品を作り、どのように売り込むかを学ぶための商談会デモンストレーションを開催しました。当日は、市内水産加工会社2社が参加。まるごと根室のアドバイザーを務める（株）五味商店社長の寺谷健治さんから付加価値の高い商品開発や商談の仕方についてアドバイスを受けていました。

できなくても前向きに努力することが大事

▶Aiベースボールクリニック 12/16・17◀



元日本ハムファイターズの稲葉篤紀選手が、北海道への恩返しのために行っているAiプロジェクトの一環で根室市を訪れました。Aiベースボールクリニックに集まった野球少年たちに稲葉選手は「できなくても、負けても、真剣に取り組んだ結果なら良いと思う。前向きに努力することが大事。」と何事にも一生懸命に取り組むことの大切さを話し、子どもたちは憧れの元プロ選手の言葉を胸に刻んでいました。

認知症への対応学ぶ

▶根室警察署認知症サポーター養成講座 12/20◀



近年、全国的に認知症高齢者が行方不明になる事案などが増えていることを受け、根室警察署の署員が、市で実施している認知症サポーター養成講座を受講しました。ここ数年は市内でも毎年認知症の疑いで数人の高齢者が保護されていることから、認知症患者への接し方や心構えを学んだ署員からは「自分の行動はもとより、地域全体で認知症の方を支えあえるまちになるといいですね」との声が聞かれました。

インフォメーション

第20期根室市寿大学生募集



公民館では、健康で力強く生きる高齢者として家庭生活や社会生活について学ぶ、第20期根室市寿大学生を募集します。

修学期間 2年間（平成29年4月から平成31年3月）毎月1～2回

学習内容等 健康、生活、経済、文化などについての講義や話し合い、パークゴルフや宿泊研修など

学習時間 10時から正午

場 総合文化会館ほか

対 根室市在住の65歳以上の方（原則として）

定 60人
修学負担金 年額3,000円のほか教材費、宿泊研修などに要する経費

募集期間 2月1日(水)～3月31日(金)

申込方法 公民館備え付けの入学願書に記入の上、修学負担金3,000円を添えてお申し込みください。

問 市公民館事業担当
TEL (24) 3188番

札幌交響楽団根室公演

根室市総合文化会館事業協会では、市制施行60周年記念・根室市総合文化会館事業協会事業100回記念「札幌交響楽団根室公演」を開催します。

日 4月15日(土)18時30分開演

場 総合文化会館大ホール

指揮 佐藤俊太郎

チケット発売日 2月17日(金)

料 大人3,000円、学生(高校生以下)1,000円

※全席自由・未就学児の入場はご遠慮ください。

問 市総合文化会館
TEL (24) 3188番

根室市ホームページ広告募集(有料)

市ホームページへの有料広告(バナー広告)を募集しています。

募集期限 3月10日(金)

掲載期間 平成29年4月～平成30年3月(1カ月単位)

掲載場所 市ホームページのトップページ (<http://www.city.nemuro.hokkaido.jp/>)

料 市内事業者 月8,000円(6カ月以上8,800円・12カ月6,400円) その他 月10,000円(6カ月以上8,500円・12カ月8,000円)

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 市情報管理課情報管理担当
TEL (23) 6111番
内 2340



日・日時	場・場所	場・会場	問・問い合わせ先	申・申し込み先
対・対象	料・料金	定・定員	TEL・電話	FAX・ファックス
			内・内線	

おかあさんといっしょ宅配便「ガラピコぷ～小劇場」観覧希望受付中

“ガラピコぷ～の仲間たち”が繰り広げる楽しいステージショーの観覧希望者を募集しています。

日 時 3月11日(土)
①開場10時30分 開演11時
②開場13時 開演13時30分

場 所 総合文化会館大ホール

料 金 無料

申込方法 NHKのホームページまたは、携帯サイトの専用フォームからお申込み下さい。(現在、受信料をお支払いいただいている方に限ります。(免除含む))

◆PC・スマホサイト
<http://www.nhk.or.jp/kushiro/>

◆携帯サイト
メニュー→TV→NHK→観覧→その他の地域→北海道

※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。お申込条件等の詳細についてはサイトをご確認ください。

申込締切 2月14日(火)

問 合 先 NHK釧路放送局(24時間音声テープ案内)
TEL 0154(44)4000番

北海道からのお知らせ

北海道漁港管理条例の規制改正により漁港内での遊泳が禁止になります。

漁港の区域内に、遊泳(潜水を含む)を規制する『遊泳禁止区域』が指定されます。

平成29年4月1日から遊泳禁止区域内での遊泳は禁止となります。(同条例第6条)

違反をした者は、5万円以下の罰金に処せられることがあります。(同条例第20条)

詳しくは、漁港内に設置の規制看板をご覧ください。

次に掲げる場合については、禁止対象から除外されます。

- ・漁業者が、漁業を営むために遊泳をする場合
- ・漁業従事者が、漁業に従事するために遊泳をする場合
- ・漁業協同組合が、当該組合の定款に定める事業の遂行のために遊泳をする場合
- ・漁港漁場整備法第39条第1項又は同条例第13条第1項の許可に基づき、遊泳をする場合
- ・国、道若しくは市町村又は独立行政法人若しくは道が設立した地方独立行政法人が、あらかじめ知事に届け出て、遊泳をする場合
- ・知事が特に必要であると認めて許可した場合

問合先 根室振興局産業振興部水産課 (23)6852番

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

2017「みんなでオンステージinねむろ」を開催



家族や友人そして地域で行われている踊りやダンス、音楽演奏などの活動を発表する楽しいステージですので、ぜひご鑑賞ください。

日 2月19日(日)13時開演

場 総合文化会館大ホール

発表内容 器楽演奏・踊り・

コーラスなど

※入場整理券は、1月27日(金)から総合文化会館で無料配布しています。

問 市総合文化会館内201

7「みんなでオンステージin

ねむろ」実行委員会

TEL (24)3188番

中小企業大学の研修受講者を支援

市内中小企業の経営体質強

化、経営の安定・活性化を図るために、中小企業のための人材育成機関である中小企業大学が主催する研修の受講を支援しています。

支援内容 市内に事務所を有する中小企業などが、経営者や従業員に中小企業大学が主催の研修を受講させた場合、受講料の全額(1人50,000円以内)を補助

【顧客価値を高める営業・マーケティング講座】

顧客価値を高めるマーケティングを基礎から学ぶとともに、顧客満足を実現するための知識の活用について学びます。

日 2月18日(土)9時20分〜17時

場 根室商工会館

講師 MORE経営コンサル

ティンク(株)代表取締役 日野

眞明氏

定 30人

料 16,000円(全額補助対象)

申・問 市商工観光課商工労働担当

TEL (23)6111番

内 2271・2272

フシワシウォッチングの参加者募集中

風蓮湖が一大越冬地となっているオオワシ、オジロワシについて、その生態や姿、ワ

シを取り巻く状況について解説を交えながら観察してもらいます。



また、フシワシの風蓮湖での越冬を支える伝統漁法である氷下待ち網漁について、ワイズユースの1つの形として紹介することにより、風蓮湖が鳥だけでなく人や多くの生き物にとって大切な場所になっていることを再認識してもらいます。

日 2月5日(日)8時〜11時10分

※荒天中止

場 春国代ネイチャーセンター

(送迎バスをご利用の方は7

時40分に市役所前庭集合)

定 20人

料 100円(保険料)

対 小学3年生以上

持ち物等 防寒着、暖かい靴

必要に応じてカイロ、温かい

飲み物など

双眼鏡やカメラがあれば持

参してください。

問 根室春国代原生野鳥公園

ネイチャーセンター

TEL (25)3047番

焼死者事故防止強調週間 2月1日(水)〜2月7日(火)

本格的な冬を迎え、焼死者事故が最も多く発生する時季となりました。火災で尊い命を失わないためにも、今一度、気を引き締めて火災予防に努めましょう。

3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめましょう。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使いましょう。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消しましょう。

4つの対策

- 住宅用火災警報器を設置しましょう。
- 防災製品を使用しましょう。
- 住宅用消火器を設置しましょう。
- 近隣者と協力体制をつくりましょう。



住宅用防災機器を活用しよう

○火災防止に

＜安全装置付ガスこんろ＞

異常な過熱や火が消えた際に、自動的にガスの供給を止めるものです。

○火災の発生を早く知る

＜住宅用火災警報器＞

煙や熱を感知すると、警報音で知らせるものです。

○火災の被害を最小限に

＜防災製品＞

カーテンやカーペット、寝具、エプロンなど、火がついても燃え広がりにくい製品です。

＜住宅用消火器＞

小型で軽量タイプの消火器です。

市消防本部 TEL (24) 3163番

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

「2017 北方領土の日 根室管内住民大会」を開催

日 2月7日(火) 正午

場 総合文化会館大ホール

内容 【第1部】住民大会式典

【第2部】并論発表の部、アトラクション サイクロンZ

問 市北方領土対策課北方領

土対策・国際交流担当

TEL (23) 61111番

内 2228・2229

「道営住宅入居者」を募集

世帯向け住宅 花咲団地1号

棟3LDK1戸、花咲団地2

号棟3LDK1戸、パークタ

ウン明治団地A棟2LDK1

戸、パークタウン明治団地B

棟3LDK1戸、であえくる

明治団地2号棟2LDK1戸

家賃 (収入によって変動)

19,800円〜70,400円

募集案内配布 2月13日(月)〜24日(金)

入居申込受付 2月20日(月)〜24日(金)

抽選予定日 3月9日(木)

入居可能日 3月下旬予定

※インターネットでも申込可

能となっています。

年度内の入居補欠者の決定

は行いませんが、空き家が発生

した場合に改めて募集します。

なお、入居予定者のいずれ

かが暴力団員である場合は、

入居を認めません。
申・問 道営住宅 (根室市)
指定管理者 渡辺建設工業(株)
惣万

TEL (23) 5291番

屋根からの落氷雪事故 防止のお願い

毎年冬になると、沿道家屋

などからの落氷雪による死傷

事故が多く発生しますので、

事故の防止を心がけましょう。

・落氷雪があった場合は、直

ちに事故がないか確認すると

ともに通行者の支障にならな

いよう排除してください。

・交通障害を防止するため、

屋根からの落氷雪や敷地内の

積雪を道路に出さないように

してください。

・軒下を通行する際は、屋根

からの落氷雪に十分注意して

ください。また、軒下や道路

では、絶対に子どもを遊ばせ

ないでください。

・ビルの壁、窓枠、突出看板

などからの落氷雪は少量でも

危険であるため、早めに付着

した氷雪の除去を行うように

してください。また、除去の

際には、歩行者への十分な安

全対策を行うようにしてくだ

さい。

Ⅱ 北海道・北海道開発局・北海道警察 Ⅱ

「ねむろバイオマス セミナー」を開催

バイオマスネットワークねむ

ろでは、根室管内に豊富に存在

するバイオマス資源を有効に

活用するため「ねむろバイオマ

スセミナー」を開催します。

日 2月28日(火) 13時〜15時

場 総合文化会館多目的ホール

演題・講師

・食品廃棄物等バイオマスの

利活用計画の進め方 北海道

大学大学院工学研究院 准教

授 石井 一英 氏

・バイオマスの混合処理によ

る利活用事業の推進事例 北

海道大学大学院工学研究院



道路を広く除雪できるよう、車の放置はやめましょう！
みんなで歩道の除雪に協力し、道路を広く使いましょう！

暴風雪による被害は、晴天から悪天へ天気が急変したときに特に多く発生しています。最新の気象情報や道路情報などを事前に十分確認しましょう。



ねむろのぼうさいFacebook・Twitterもご活用ください。

「自衛官候補生」 などを募集

防衛省では、自衛官候補生、

予備防衛官補および一般幹部

候補生を募集しています。

種目、試験日および試験会場

●自衛官候補生(各自衛隊)

27歳未満の男性/2月11日(出

陸上自衛隊釧路駐屯地

●予備自衛官補(一般公募)

特任助教 藤山 淳史 氏

・鹿追町環境保全センターの

取組み 鹿追町農業振興課

長補佐兼環境保全センター係

長 城石 賢一 氏

問 根室振興局環境生活課

TEL (23) 6821番

18歳以上34歳未満/4月中旬

/陸上自衛隊釧路駐屯地

●予備自衛官補(技能公募)

18歳以上で保有資格等に応じ

53歳から55歳未満/4月中旬

/陸上自衛隊帯広駐屯地

●一般幹部候補生(大卒程度)

20歳以上22歳未満の大卒者、

または22歳以上28歳未満の大

学院修士課程終了者/5月中

旬/釧路市内

身分 特別職国家公務員(予

備自衛官補は非常勤)

受付期間および年齢計算期日

は、職種により異なるためお

問い合わせください。

問 自衛隊根室地域事務所

TEL (24) 3651番

根室で発見されたサイダー瓶とケース

写真のサイダー瓶と木製の瓶ケースは、平成28年9月に帯広百年記念館の特別展のため、根室市から貸出して展示されました。この資料は根室市民の方が倉庫の整理中に見つけ、資料館に寄贈頂いたものです。サイダー瓶は詳しく調べれば製造された時代がわかることがあり、木製の瓶ケースも会社のラベルが残っていたことから資料として受け入れました。

資料館で調べたところ、サイダー瓶とケースを製造したのは帯広の業者であることがわかり、その後の帯広百年記念館との調査で帯広市の宮本富次郎商店で昭和30年代頃に製造されたものとわかりました。この会社は現在でも続いているが、会社や帯広市に当時の瓶や瓶ケースは残っていないとのことで、非常に興味を持たれていました。

歴史と自然の資料館では4万点を超える資料を所蔵しています。資料の中には調査の結果いろいろなことがわかり、今回のように資



展示されたサイダー瓶と木箱

料的価値があがるケースがあります。また、根室市で見つかった他自治体の郷土資料を、地元の方々に紹介する機会を作れたことで、市外の博物館との連携の大切さを再認識しました。

問合先 根室市歴史と自然の資料館 TEL(25)3661番



帯広百年記念館特別展の様子



学芸主査 猪熊 樹人

生活ガイド ～ 衛生編 ～

問合先：市市民環境課環境衛生担当 TEL(23)6111番 内線2127

冬季のごみ収集について

最近毎日のようにごみの分別方法や祝日のごみ収集などの問い合わせがあります。内容についてはさまざまですが、この時季比較的多くいただくのが、「今日はごみ収集ありますか？」とか「今日は〇〇ごみの日だけまだ来てないですが。」といったごみ収集の遅れについてのものです。

皆さんご承知のとおり、根室市のごみ収集は、ステーション方式ではなく、ごみ収集車が各家庭を回り個別に収集しています。また、ごみの種類ごとに収集する順番があります。(※)

雪が降る前は、比較的時間通りに収集することができませんが、この時季は積雪による道路状況の悪化、吹き溜まりや除雪作業さらには迷惑駐車などにより道幅が狭くなることなどから、ごみ収集作業がスムーズに行えないことがあります。原則、ごみ収集は道路機能が麻痺している場合や、吹雪などで安全面に問題がある場合を除き行います。また、当日中に全てのごみを収集しますので、収集時間の遅れについてご理解願います。

なお、翌日まで収集されていない場合は収集に伺いますので、お手数ですが市役所まで連絡願います。

(※)ごみ収集の順番について

ごみ収集は、1「可燃ごみ」2「不燃ごみ」3「各種資源ごみ」4「粗大ごみ」の順で収集しています。

子育て



子育て相談所「ぶらんこ」

問合先：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）	2月15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
2月23日(木) 10:50～11:10 ふれあいルームに保健師さんが来て「みんなで話そう」をお話をします。			

つどいの広場「クルクル」

問合先 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遊ぶ、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）	2月8日(水) 3月8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 問合先 子育て相談所 TEL (24)3482番

乳幼児健診などの日程

問合先：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	2月1日(水) 3月1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	2月9日(木) 3月9日(木) 12:00～12:30	
3歳児健診	2月2日(木) 3月2日(木) 12:00～12:30	
7カ月児健康相談	2月7日(火) 3月7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	2月8日(水) 3月8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）	2月3日(金) 3月3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 問合先 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・問合先
妊娠・出産、子育て、不妊、思春期、更年期の相談	2月1日(水) 3月1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
問合先＝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 2月17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）2月24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）
2月9日(木)・3月9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 2月15日(水)・3月1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
2月21日(水) 13:00～17:00 2月22日(木) 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。					
8:30～10:30	○	○	○	○	○
肩関節外来 2月9日(休) 休診、2月23日(休) 8:30～10:30 脊椎脊髄外来 2月2日(休) 8:30～10:30 当面の間、午後の診察は休診となります。					
産婦人科 ★分娩については取り扱っていません。					
8:30～11:00	○	○	○	○	○
13:30～15:00	○		○		○
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		○ (15:00～16:00)		○ (15:00～16:00)	
	乳児健診		○ (13:30～14:00)			
	慢性疾患		○ (14:00～15:30)		○ (14:00～15:30)	
	★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 2月17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。

2月5日	江村精神内科病院 TEL(22)2811番	2月12日	市立歯舞診療所 TEL(28)2014番
2月19日	根室共立病院 TEL(24)4736番	2月26日	トキワ医院 TEL(24)3221番
3月5日	道東勤医協ねむろ医院 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。)

特に冬の寒さは血管を収縮させ、血圧が高くなる可能性があります。血圧が急が高くなると血管に大きな負担がかかり、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす危険がありますので、高血圧の人はより血圧の管理に気を配った生活が必要です。防寒対策を行い、温度変化を最小に留めることも血行障害の予防に繋がります。また、冬は外出が減り運動不足になりやすい時期です。急な運動は身体に負担がかかるため、準備運動をしてから身体を動かしましょう。

この2つのポイントを日々の中で心がけ、体調を崩さず冬を乗り切ってください。



保健だより

冬の健康管理

保健師 石井 紅実

冬を元気に過ごしていただくためのポイントをご紹介します。

1. 乾燥に注意！

空気の乾燥により、鼻やのども乾燥し、身体を守る機能が低下することで、感染症にかかりやすくなります。湿度を50～60%に保つことでウイルスや細菌の繁殖を予防し、感染症を防ぐことができます。また、バランスの良い食事、ビタミンA・Cを含む食品は体内に入ったウイルスや細菌を撃退する力である免疫力を高める効果があります。人参、かぼちゃ、春菊、ブロッコリーなどの緑黄色野菜はビタミンA・Cどちらも豊富に含まれているので積極的に取ることをお勧めします。

2. 寒さに注意！

かわいい子には旅をさせよ

がんばる人
みつけ!!

まる やま
根室スケート連盟理事長 丸山マサル さん

根室スケート連盟の理事長を務める丸山マサルさんは昭和40年に体育教師となって以来52年間にわたってスピードスケートの指導に当たっています。

体育教師だからという理由だけでスケート指導に携わるようになった丸山さんでしたが、昭和42年に越田節男さん（故人）と全道大会を目指し、根室のスケート少年団の先駆けである「みずなら」を発足。自身も当時はスケート初心者だったため、たくさん勉強や練習をしながら選手の指導に当たってきました。

これまでオリンピックや世界選手権などで活躍する選手も育て上げて

きた丸山さんは「何でもはじめからできる子なんていない。失敗しても手を出さず見守る。すると、自分で試行錯誤し成長するものさ。かわいい子には旅をさせよとはよく言ったものだ。」と、選手自身が自ら考え、地道に練習することが強い選手になるための一番の近道なのだと語ってくれました。

最近では、スケートを好きな子どもがだんだん少なくなってきたように感じるといふ丸山さん。それでもいつの日にか再び世界を舞台に戦う選手が根室から輩出されることを信じ、後進を温かく見守っています。



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。多くの皆様の登録をお待ちしています。



根室市の人口

平成29年1月1日現在（ ）前月比
人口 **27,018** 人 （-28）
男 **12,894** 人 （-7）
女 **14,124** 人 （-21）
世帯数 **12,810** 世帯 （-24）
※外国人を含む
出生 15人 死亡 31人
転入 24人 転出 34人
その他の増減 ▲2人

広報ねむろ 2017 2月号 No.922
発行 根室市役所総務課
印刷 根室印刷株式会社

編集後記

■新年初の発行となります。皆さん今年もよろしく願います。さて、根室にも気温差や除雪などに悩まされる時期が到来しましたね。幼いころは雪が降るたびに大喜びで外に駆け出しましたが、いまや・・・皆さんご自愛くださいませ。

ねむろ
アングル

ねむろ こぼれ話 その1

根室市誕生祝賀大パレード

根室市が誕生した昭和32年の10月に自動車大パレードが行われた。筆者も兄たちに連れられて見た記憶がある。当時の根室新聞によると『アツと驚く花電車に続いて、盃を背負った10メートルもある大亀が路上を歩み』とある。馬車が運搬の主力で、車と言えば三輪車かジープという時代。車約100台が市内を巡行するさまを、根室市民は目を見張って楽しんだ。釧路から車を駆って行事に参加した人のコメントが手厳しい。

「行事の盛大なものには感心した。これで島が選れば言うこと無しだが、道の悪いのには閉口したよ」

根室市史編さん員 小坂井 歓 厚

※「ねむろ こぼれ話」は、根室で実際にあった出来事にまつわるちょっとした「こぼれ話」を小坂井根室市史編さん員が紹介するコーナーです。今月から不定期で連載します。



間伐で未来につなぐ北の森

この広報紙は、道内産の間伐材で作られた紙を使用しています