

2026

2

vol.1030

立ち向かえ 四島の時計が動くまで
NEMURO CITY NEWS



未来志向で共に創る 海と大地に生きるまち

広報 根室

祝！根室市20歳の集い



SNS やホームページで、市政情報をチェックしよう！



市 HP



Facebook



Instagram



LINE

特集

物価高から暮らしを守る
～根室市の支援制度を紹介します～

特集 物価高からくらしを守る～根室市の支援制度を紹介します～

【申請不要】水道料金・農業用水使用料の基本料金を免除 市民生活・事業活動に関わる支援

国の「重点支援地方交付金」を活用し、水道料金及び農業用水使用料の基本料金を、官公庁を除く全用途において令和8年1月検針分から3月検針分まで免除します。

- 免除対象 根室市で給水契約のある世帯及び事業所の水道料金及び農業用水使用料の基本料金
※水量料金（超過使用料）及び下水道使用料は免除対象外
※官公庁は免除対象外

- 免除期間 令和8年1月検針分～3月検針分

【免除額の参考】1世帯あたり約5千円、1事業所あたり約1万2千円

※免除となる基本料金はメーターの口径によって金額が異なります。

※実際に免除となる基本料金は、右記の二次元コードよりご確認下さい。

免除となる金額は
市ホームページでご覧になります。



市 HP

上水道未給水世帯への給付について

市民生活に関わる支援

市内で上水道が未給水の世帯については、水道料金基本料の令和8年1月～3月分相当の金額（5千円）を支給します。

※対象となる可能性のある世帯に対し、支給のお知らせを2月初旬に送付します。

支給要件に該当する世帯（市内で上水道が未給水の世帯）で、お知らせが届いてない方は令和8年2月27日までにお問い合わせください

問合先 市上下水道料金センター ☎ (23) 6111番（内線 3271～3273）

【上水道未給水世帯の方】市社会福祉課社会援護担当 ☎ (23) 6111番（内線 2101）

【原則申請不要】物価高対応子育て応援手当 市民生活に関わる支援

国の「物価高対応子育て応援手当」により、こども1人につき2万円を児童手当を受給する保護者に支給します。

- 支給対象者

①令和7年9月分の児童手当を根室市から支給された方（公務員以外は原則申請不要）
※申請不要の方については1月21日をもって支給を完了しました。

②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに生まれた子どもの保護者のうち、
根室市にお住まいの生計を主として維持する方（申請が必要）

- 支給額 こども一人につき2万円

- 申請が必要な方

公務員の方

申請書に必要事項を記入の上、所属庁から児童手当受給状況証明欄に証明をもらった状態で、提出をお願いします。

上記「支給対象者」の②に該当する方

令和7年12月26日までに児童手当の申請のあった保護者…個別に通知を送付していますので
申請書を提出してください。

令和7年12月26日以降に出生した子どもの保護者…出生に関する手続きを行う際に、窓口にて
申請のご案内をします。

問合先 こども家庭庁コールセンター ☎ 0120(252)071番

※受付時間：平日 9時～18時



市こども子育て課こども子育て担当 ☎ (23) 6111番（内線 2141～2144）

※受付時間：根室市役所の開庁時間

NEXT: 取り組み予定の支援をご紹介

特集 物価高からくらしを守る ～根室市の支援制度を紹介します～

原材料価格やエネルギー価格の高騰が続き、食料品や燃料費など、私たちの暮らしに身近な分野で物価高の影響が広がっています。

根室市ではこうした状況を踏まえ、令和5年度より「根室市エネルギー・食料品等価格高騰重点支援展開計画」を策定し、国の交付金などを活用して、市民生活や事業活動に関わる支援を実施してきました。

昨年12月、重点支援地方交付金をはじめとした国の補正予算が成立したことを受け、「根室市エネルギー・食料品等価格高騰重点支援展開計画」を改訂。令和8年1月より新たな物価高対策を講じることとしました。

今月号では令和8年1月から取り組んでいる（又は今後取り組む予定の）根室市の物価高対策を一覧にして掲載し、どのような支援があるのかをご紹介します。ご自身に関係する制度の確認にご活用ください。

取り組み中の支援

【要申請】福祉灯油の支給 市民生活に関わる支援

国の「重点支援地方交付金」を活用し、自宅で生活する低所得者世帯や高齢者世帯などに対し、暖房用燃料費の一部として支給します。

- 対象世帯

令和7年12月1日時点で住民基本台帳登録世帯であり、令和7年度の市民税が非課税の世帯で
さらに、つぎのいずれかに該当する世帯が支給対象となります。

※施設入所・長期入院は対象外
※市民税未申告の場合は要申告

高齢者世帯 65歳以上（昭和36年4月1日以前生まれ）の方で構成される世帯

障がい者世帯
・障害者基礎年金受給者がいる世帯
・特別障害者手当受給者がいる世帯
・特別児童扶養手当受給者がいる世帯
・身体障害者手帳（1・2級）所持者がいる世帯
・精神障害者保健福祉手帳（1級）所持者がいる世帯
・療育手帳A所持者がいる世帯

ひとり親世帯 児童扶養手当受給者がいる世帯

生活保護受給世帯 生活保護を受給する世帯

- 支給額 ※いずれも1世帯につき1回の支給となります。

高齢者世帯、障がい者世帯、ひとり親世帯 … 1万円 ※生活保護受給世帯の場合は5千円

生活保護受給世帯 … 5千円

- 申請期限

令和8年2月27日（金）

※対象となる可能性のある方に対し、通知文と申請書を送付しています。
届いていない世帯で、支給要件に該当する方はお問い合わせください。

問合先 根室市役所 ☎ (23) 6111番

高齢者世帯に関すること 介護福祉課高齢者包括支援担当 内線 2163・2164

障がい者世帯に関すること 社会福祉課福祉担当 内線 2112・2113

ひとり親世帯に関すること こども子育て課こども子育て担当 内線 2142・2143

生活保護受給世帯に関すること 社会福祉課社会援護担当 内線 2102・2103

後期高齢者医療制度のお知らせ

高額介護合算療養費について

『高額介護合算療養費』とは

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減するものです。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度および介護保険から支給されます。

なお、対象となる方には、3月～4月頃に申請のお知らせをお送りしますので、市役所窓口へ提出してください。

○後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。

○支給額が500円以下の場合は支給されません。

【自己負担限度額表】 ※令和6年度分の自己負担額の計算期間：令和6年8月1日～令和7年7月31日

負担割合	区分	自己負担額の合計の基準額
3割	現役並み所得者	課税所得 690万円以上 212万円
		課税所得 380万円以上 141万円
		課税所得 145万円以上 67万円
2割	一定以上所得者	56万円
1割	一般	
	住民税非課税世帯	区分II（※1） 31万円
		区分I（※2） 19万円

※1 世帯全員が住民税非課税で、区分Iに該当しない方

※2 世帯全員が住民税非課税で、世帯全員の所得が0円（公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下。給与所得がある場合、その金額から10万円を控除。）または老齢福祉年金を受給している方

申請される方は

市民課保険・年金担当（2番窓口）まで、お申し出ください。

問合先

北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062 札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階

☎ 011-290-5601

市民課保険・年金担当

根室市役所1階2番窓口

☎ 23-6111（内線3161～3163）



特集 物価高からくらしを守る～根室市の支援制度を紹介します～

取り組み予定の支援

【要申請】食料品等物価高騰生活支援給付金 市民生活に関わる支援

● 概要

国の「重点支援地方交付金」を活用し、食料品購入支援策として市民一人あたり1万3千円の給付を予定しています。

給付金の申請は、「書面申請」と、マイナポータルを活用した「オンライン申請」の2つの申請方法を予定しています。また、オンライン申請の場合は、書面申請と比べ、早期に給付金を入金することができるから、市民みなさまにいち早く給付金をお届けするため、市では、マイナポータルを活用した申請を推奨しております。その申請にあたっては、事前に公金受取口座を登録する必要があります。

申請の方法や時期をはじめとする詳細については、今後チラシ折込による周知や根室市公式SNSにて情報発信を行います。

問合先

根室市臨時給付金室 ☎ (23)6111番（内線3010）

公金受取口座の登録はお済みですか

給付金の申請をスムーズに行うために

食料品等物価高騰生活支援給付金は、市民皆様のお手元にいち早く給付金をお届けするため、公金受取口座を活用しますが、マイナポータルによる申請受付を開始した際に、スムーズに手続きができるよう、事前に公金受取口座の登録をお願いします。

公金受取口座登録制度とは、給付金等を受け取るための預貯金口座を、国（デジタル庁）に登録していく制度です。

登録できるのは、ご本人名義の預貯金口座、お一人につき1口座のみとなります。

口座を登録することで、今後給付金等を申請する際に、申請書への口座情報の記入や通帳の写しの添付、行政機関による口座情報の確認作業が不要となり、よりスムーズに受け取ることが可能になります。

スマホで登録がおすすめ



スマホやパソコンが無くても登録できます

- 登録したい口座がある金融機関の支店の窓口で登録する
※登録可能な金融機関の一覧はデジタル庁ウェブサイトをご確認ください▶
- 所得税の確定申告時に還付金等の受取口座を公金受取口座として登録する



マイナンバーカードの交付や公金受取口座登録制度についてご不明な点はお問い合わせください。

・市市民課戸籍住民担当（1番窓口）☎ (23)6111番（内線3172・3174）※根室市役所の開庁時間

・マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120(95)0178番

※【平日】9時30分～20時【土日祝】9時30分～17時30分



申告受付

期間 2月16日(月)～3月16日(月)
9時～16時30分(土・日・祝日を除く)

会場 根室市役所 1階 ふるさとギャラリー

申告に必要なもの 必要書類などをすべてそろえてお越しください。

必要な書類など

収入を証明するもの	<ul style="list-style-type: none">源泉徴収票または給与等の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
控除を証明するもの	<ul style="list-style-type: none">生命保険料、地震保険料または旧長期損害保険料などの控除証明書社会保険料（国民年金保険料）控除証明書または領収書医療費控除の申告を行う方は医療費控除の明細書 ※領収書の日付が、令和7年1月1日から令和7年12月31日までの期間のものが対象になります。
○マイナンバーカードをお持ちの方 ・マイナンバーカードのみ ○マイナンバーカードをお持ちでない方 (①または②のいずれか) ①通知カード+本人確認書類 ②マイナンバー記載の住民票+本人確認書類 ※本人確認書類とは、運転免許証、パスポート、資格確認書などをいいます。	<p>※通知カードの場合は、記載されている住所・氏名などが、住民票に記載されているものと一致している場合のみ、確認書類として有効となります。</p> <p>※扶養控除の申告をする場合は、対象者のマイナンバーが確認できるものをお持ちください。</p>

根室税務署からのお知らせ 根室税務署 ☎ 0153 (23)3261 番

国税庁ホームページでは、パソコン・スマートフォンなどから、所得税・消費税・贈与税の申告書を作成し、e-Tax（電子申告）等で提出することができます。

申告会場の混雑の解消のため、確定申告会場ではなく、ぜひご自宅での申告書の作成・提出へのご協力をお願いします。



市・道民税の申告受付が始まります。

問合先 市税務課課税担当 ☎ 0153 (23)6111 番 内線 3121～3123

令和8年度の市・道民税の申告受付が始まります。

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、令和8年度市・道民税は令和7年中に受け取った収入に対して課税されることになります。

市・道民税の申告をしなければならない方

令和8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および後期高齢者医療保険料の算定に必要な方
- 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その他各種給付金等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。

- ◆所得税および復興特別所得税の確定申告を行った方
- ◆令和7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。

医療費控除の申告を行う方へ お願い

医療費控除の申告には、「医療費控除の明細書」の提出が義務化されています。

申告時間の短縮と混雑の解消のため、事前に明細書を作成の上、申告をするようお願いします。

なお、医療費の領収書は提出の必要はありませんが、5年間の保管が義務付けられていますので、ご留意願います。

市・道民税の電子申告について

令和8年度申告より、マイナンバーカードを使用しご自宅から申告することができます。

詳しくは根室市ホームページよりご確認ください。

根室市ホームページ ▶



根室のひとこま。

【背景】納沙布岬 初日詣



◀Instagramで見る

防火・防災への決意誓い新年の出発

1/7 根室市消防出初式



根室市消防本部と消防団は、根室市温水プール駐車場で根室市消防出初式を開催しました。消防職員・消防団員合わせて131名と消防車両10台が参加。分列行進を通じて、新年の始まりにふさわしい厳粛な雰囲気の中、防火・防災への取り組みを確認しました。その後、市総合文化会館で行われた屋内行事では、市長や消防長が、市民の安全・安心を守るため、消防職団員が一丸となつて活動していくことを決意表明しました。

新しい年へ思いを筆に

1/5～1/9 子ども書き初め教室



新年を迎え、根室書道連盟の協力のもと、子ども書き初め教室が開かれ、市内の児童・生徒182名が参加しました。初日はおちいし義務教育学校と花咲港小学校で実施され、花咲港小学校では8名の児童が挑戦。普段は書き初め用の筆を持つ機会の少ない子どもたちでしたが、書道連盟の先生の手ほどきを受けながら、一文字一文字に思いを込めて筆を運び、新しい一年への気持ちを文字に表していました。

最東端から迎える新年のはじまり

1/1 納沙布岬初日詣・金刀比羅神社裸参り



元日、本土最東端の納沙布岬で、道内の平地では最も早い初日の出が昇りました。未明から冷たい風が吹く中、市民や観光客ら約1,400人が集まり、厚手の上着に身を包みながら水平線を見つめ、ご来光の時を待ちました。午前6時49分ごろ、雲間から太陽が姿を現すと、会場からは歓声が上がり、新年の訪れを喜び合いました。会場では初日詣が行われ、記念絵馬の配布も実施。また、金刀比羅神社では恒例の裸参り「初走会」も行われ、威勢のよい掛け声が新年の幕開けに花を添えました。



20歳の節目を祝福

1/11 令和8年「根室市20歳のつどい」



「20歳のつどい」を開催し、今年度20歳を迎える学年の参加者142名が出席しました。式典の「20歳の誓い」では、代表の佐々木瞳会さんが「感謝と誇りを胸に、それぞれの場所から根室を支え、恩返しできるよう努力する」と、高橋愛斗さんが「社会の一員としての自覚と責任を持ち、前を向いて歩んでいく」と力強く誓いました。式典終了後は、恩師からのビデオメッセージなどのアトラクションが行われ、参加者は節目の一日を和やかな雰囲気の中で過ごしました。



笑顔つながるクリスマス

12/24 市内保育所合同交流会



市内のまつもと、こまば、落石、厚床の各保育所の3～5歳児クラスが集まり、青少年センターでクリスマス合同交流会を行いました。参加したのは保育士と園児あわせて82名。はじめは他の保育所の友だちに緊張する様子も見られましたが、すぐに打ち解け、ゲームやダンスを通して笑顔が広がりました。クリスマスイブのこの日は季節外れの雨となりましたが、広い体育館いっぱいに体を動かし、元気いっぱい交流を深めました。



浜の母ちゃん直伝の味を堪能

12/18 浜の母ちゃん直伝！
おさかな漬物教室合同試食会



ねむろ水産物普及推進協議会（愛称：まるごと根室）は、11月に実施した「浜の母ちゃん直伝！根室おさかな漬物教室」で受講者が作成した漬物の合同試食会を開催しました。当日は、講師を務めた市内4漁協女性部をはじめ、関係者約80名が参加し、「紅鮭の飯寿し」「ますのはさみ漬け」「さんまの飯寿し」「こまいの切漬け」の4品目のほか、各漁協による一品料理が振舞われ、漬物の出来栄えや料理の味わいを楽しみました。

病院ガイド

市立根室病院 ☎ (24)3201番

受付時間	月	火	水	木	金
内科 (予約のない方)					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
小児科					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○				○
外科					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
乳腺外来 (乳がん検診) 2月6日(金) 13日(金) ※要予約					
心臓血管外来 2月12日(木)・26日(木) ※要予約					
整形外科 ★リハビリは8時30分~15時までの受付です。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○	○	○	○	○
膝・リウマチ外来 2月5日(木)・19日(木)					
産婦人科					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		○
眼科 ★コンタクト外来は休止しております。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		○
泌尿器科 ★金曜日は第1・3・5週のみ診療しています。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		
皮膚科 ★2月12日(木)は休診です。					
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 ★2月3日(火)は予約のみの対応となります。 ★2月4日(水)は休診です。					
8:30~11:00	○	○	○	○	○
13:30~15:00	○		○		
脳神経外科 ★入院治療は取り扱っていません。 ★2月2日(月)の入江医師の診療は休診となります。					
8:30~11:00	○		○		
13:30~15:00	○		○		



「見学旅行」

10月27日(月)から10月31日(金)まで2年次生が「見学旅行」へ行きました。

横浜・東京を中心に訪問し、初日は八景島シーパラダイス、カップヌードルミュージアムを観覧。オリジナルカップヌードルの製作や宿泊先のホテルでは、みんなで中華料理をいただきました。2日目は鎌倉大仏殿高徳院・長谷寺(長谷観音)を

参拝後、横浜市を中心に自主研修。3日目は各自横浜から東京へ移動し、終日都内で自主研修。4日目は浅草寺・仲見世を訪問し、仲見世通りでは人の多さに圧倒されたようです。その後東京スカイツリーを見学し東京ディズニーランドへ。5日目は羽田空港内で2時間程度自由行動と各自昼食をとり釧路空港へ。

バスに乗り換え17時半頃全員無

本校のホームページも随時更新しています。



このコーナーでは、市内唯一の高校である根室高等学校から、将来の根室を担う生徒たちの話題を皆さんにお届けします。

参拝後、横浜市を中心に自主研修。3日目は各自横浜から東京へ移動し、終日都内で自主研修。4日目は浅草寺・仲見世を訪問し、仲見世通りでは人の多さに圧倒されたようです。その後東京スカイツリーを見学し東京ディズニーランドへ。5日目は羽田空港内で2時間程度自由行動と各自昼食をとり釧路空港へ。

バスに乗り換え17時半頃全員無

子育て支援

健診・健康相談・離乳食教室はねむろポイントカード行政pt対象事業です。

市役所の健診・健康相談	圆 市こども家庭センターすくすく	TEL (23)6111番 (内線2121・2122)	
4ヶ月児健診	2月4日(水)	11時50分~12時30分	会場:根室市役所
9・10ヶ月児健康相談	2月20日(金)	12時50分~14時00分	会場:図書館
1歳6ヶ月児健診	2月19日(木)	12時00分~13時00分	会場:根室市役所
3歳児健診	2月5日(木)	12時00分~13時00分	会場:根室市役所
5歳児相談	は個別相談とします		
離乳食教室	2月3日(火)	13時30分~14時30分	会場:総合文化会館
子育て相談所「ぶらんこ」 圆 まつもと保育所2階 TEL (24)3482番			
育児相談	月曜日~金曜日 (祝日を除く)	9時~17時	電話または直接、子育ての不安や悩みなどの相談を受け付けています。
一時保育	月曜日~金曜日	8時30分~17時	会場:まつもと保育所/こまば保育所 一時的に保育が困難となるお子様をお預かりします。【要予約】
ピヨピヨ	毎週水曜日	【第1・3・5水曜日】 9時15分~11時30分 【第2・4水曜日】 14時15分~16時30分	会場:つどいの広場クルクル 遊びを通して交流を深め、子育てについて学びあえる場です。 ※第3木曜日はふれあいを実施しませんのでご注意下さい。
ふれあい	第1・2・4・5木曜日	9時15分~11時30分	
いこ～よ	2月20日(金)	10時~11時30分	会場:青少年センター 親子とも上靴を持参してください。
つどいの広場「クルクル」 圆 明治交番横道営住宅1階 TEL (24)9696番			
つどいの広場クルクル 「ピース」	【午前午後】 月・火・金曜日、第3木曜日 【午前のみ】第2・4水曜日 【午後のみ】第1・3・5水曜日 第1・2・4・5木曜日	午前:9時15分~11時30分 午後:14時15分~16時30分 ※12時~13時は閉館します。	親子が自由に遊び、交流を深める場です。 子育ての不安や悩みなどの相談も受け付けています。(初回登録制) ※不明な点はつどいの広場クルクルまたは子育て相談所までお問い合わせください。
保育所開放	圓 まつもと保育所 TEL (23)5821番、こまば保育所 TEL (24)3693番、落石保育所 TEL (27)2518番		
保育所開放	2月12日(木)	10時~11時	会場:まつもと保育所・こまば保育所・落石保育所 保育所を開放し、親子で遊べる場を提供します。希望する保育所にお問い合わせください。

各種相談窓口

- 市民相談
会・問 市民相談室
TEL (23)6111番 (内線2024)
- 行政相談
2月4日(水)・18日(水)13時30分~15時30分
会 市役所1階相談室(担当:総務省行政相談委員 伊藤・奥田)
- 消費生活相談
会・問 市消費生活センター
TEL (24)9065番
- 無料法律相談【要予約】
2月27日(金)10時~16時
会・問 市民相談室
TEL (23)6111番 (内線2024)
- 釧路年金事務所相談【要予約】
2月25日(水)13時~17時
2月26日(木)9時~14時
会 総合文化会館第二講座室
問 釧路年金事務所
TEL (0154)251521番
- こころの健康相談
- 肝炎ウイルス検査・HIV抗体検査・HTLV-1抗体検査
- 女性の健康相談
- ことばの相談【要予約】
3月4日(水)10時~16時
申込期限 2月27日(金)
※事前予約制です
- 不妊・不育・妊娠・出産相談
会 市こども支援課こども支援担当
TEL (23)6111番 (内線2121・2122)
- 高齢者の介護などに関する相談
問 市介護福祉課地域包括支援センター
TEL (23)6111番 (内線2161・2162)
- 子ども教育相談
9時~17時
問 市教委青少年相談室
TEL (23)2859番
- 育ちと学びの相談「りんくす」
問 市教委育ちと学びの相談室
TEL (23)6111番 (内線3312)
- 障がい者就業相談【要予約】
2月5日(水)・19日(水)10時~15時
会 市役所1階相談室
問 市社会福祉課福祉担当
TEL (23)6111番 (内線2112・2113)
- 健康・栄養・禁煙相談
問 市健康推進課健康推進担当
TEL (23)6111番 (内線2132・2133)

FOCUS POINT ~輝く根室人~



20歳のつどい
実行委員会のみなさん

20年を越え、次の一步へ

令和8年1月に開催された「根室市20歳のつどい」。その企画・運営を担ったのが、20歳のつどい実行委員会のみなさんです。

今回は実行委員会の佐々木瞳会さん、村上春平さん、佐藤琴音さん、大高加廉さん、三浦快基さん、澤田歩夏さん、木下莉緒さん、高橋愛斗さんの8名にお話を伺いました。

▶ FOCUS 距離を超えて、想いをつなぐ

実行委員のメンバーの中には、進学などを理由に市外で生活している人もおり、全員が一堂に会して準備を進めることは簡単ではありませんでした。限られた時間の中で、打ち合わせはLINEなどのオンラインツールを活用。移動の負担を抑えながら、それぞれの生活リズムに合わせて連絡を取り合い、準備を進めてきました。

式典の進行や役割分担、アトラクションの内容など、決めるべきことは多く、画面越しの話し合いでは思いがうまく

伝わらない場面もあったといいます。それでも、一つひとつ丁寧に確認を重ね、意見を出し合いながら形にしていました。

直接会えなくても、同じ目標に向かって準備を進めているという実感が、委員たちの支えになっていました。

▶ FOCUS 副題「Re:Start」に込めた意味

今回の20歳のつどいには、副題として「Re:Start」が掲げられました。「20歳の節目を境に20年間で積み重ねてきた想いを振り返り、それを土台に新たな一步を踏み出していくこう、また、今の自分をアップデートさせていくう」という気持ちが込められています。

副題を考える中では、「自分たちらしい言葉とは何か」「同世代にどう伝わるか」といった点について話し合いが重ねられました。形式的な言葉ではなく、今の自分たちの気持ちを素直に表現できる言葉を選びたいという考えが、委員の間で共有されていました。

▶ FOCUS 経験が次の一步につながる

実行委員のみなさんは準備を進める中で、人と協力して一つのことをつくり上げる難しさと、その大切さを実感したと振り返ります。一人ひとりが考え方の違いに向き合い、相手の意見を受け止めながら役割を果たす。その積み重ねが、実行委員会の取り組みを形づくってきました。

20歳という節目に、仲間とともに式典をつくり上げた経験は、大きな財産となりました。準備の過程で得た学びや気づきは、これから歩むそれぞれの道の中で生かされていくことでしょう。

2026「北方領土の日」根室管内住民大会

日露両国の国境を択捉島とウルップ島の間と定めた「日露通好条約」が結ばれた日が2月7日であったことから、1981(昭和56)年、政府は2月7日を「北方領土の日」と定めました。

根室市では北方領土返還要求運動原点の地から、領土問題の早期解決の思いを表明し、運動後継者の育成を目的として、「北方領土の日」に根室管内住民大会を開催します。

2月7日(土) 正午～ 総合文化会館 大ホール

【第1部】住民大会式典

12時00分～13時10分 (予定)

【第2部】弁論発表・アトラクション 13時15分～15時40分 (予定)

※詳細は、市ホームページおよび新聞折り込みチラシなどでお知らせします。

問合先 市北方領土対策課北方領土対策担当 ☎ (23)6111 番内線 3362

編集後記

今月の表紙は「20歳のつどい」。私の頃は「成人式」。成年の日も1月15日に固定されていた。私が成人式を迎える直前に北海道東方沖地震が発生し、総合文化会館が被害を受けたため、急遽市内のホテルで開催されました。息子にその話をした。「それで？」の一言。相変わらず親の話に興味は無さ。(R)

根室市の人口

令和8年1月1日現在の人口 (前月比)

世帯数:	11,993 世帯	(-76)
総人口:	21,918 人	(-98)
	(うち外国人 829人)	
男性:	10,408 人	(-62)
	(うち外国人 211人)	
女性:	11,510 人	(-36)
	(うち外国人 618人)	

— 令和7年12月 1ヶ月の転出入等 —

転入: 21人 出生: 3人

転出: 86人 死亡: 35人

その他の増減: -1人

衆議院議員総選挙

投票日: 2月8日(日)

棄権せずに、あなたの大切な1票を投票しましょう！

期日前投票の活用を！

2月7日(土)まで 市役所1階ロビーにて

※落石会館(4日)、厚床会館(5日)、歯舞会館(3日・6日)にも期日前投票所を設けます。

【問合先】市選挙管理委員会事務局
☎ (23) 6111番 内線 2371