

2026

3

vol.1031

帰るべき島がある。 語るべき未来がある。



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



受け継がれる
四島かるた

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

食料品等物価高騰
生活支援給付金のご案内

特集 食料品等物価高騰生活支援給付金のご案内

根室市では、物価高対策の一環として、国の「重点支援地方交付金」を活用し給付金を給付します。

対象者 令和8年1月1日時点で
根室市の住民基本台帳に
登録されている**市民**

給付額 **市民1人あたり**
13,000円

申請方法 給付金を受け取るためには、申請手続きが必要です。

1 オンライン申請

3月1日(日)から受付開始

※マイナポータルメンテナンスにより利用できない場合があります。
※電話等でのお問い合わせは3月2日(月)からお受けします。

2 書面申請

5月中旬に申請書を送付

※オンライン申請がお済みでない方のみ

**給付
時期**

オンライン申請 3月下旬から順次給付

書面申請 6月下旬から順次給付

3月18日(水)までにオンライン申請を完了された方は、3月中に給付します。

【準備編①】公金受取口座の登録

オンライン申請は、「公金受取口座」の登録が必要となりますので、事前の登録をお願いします。

用意するもの

- マイナンバーカード 4桁の暗証番号（利用者用電子証明書）
- 登録したい口座情報（通帳やキャッシュカード）

登録方法

- スマートフォンまたはパソコンで登録

スマートフォンでの登録方法

- ①スマートフォンに「マイナポータル」アプリをインストール
- ②マイナポータルを開き、ログインするためマイナンバーカードを読み取り、ログイン
- ③メニュー内の「公金受取口座」画面で口座情報を入力し登録手続き完了

※上記手続き後、登録完了まで数日かかりますのでご了承ください。



アプリのインストール
はこちら

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）※平日 8:50～17:20
- ・マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120(95)0178 番※【平日】9:30～20:00【土日祝】9:30～17:30

オンライン申請の進め方

給付金の申請画面へ

※ Web ブラウザの設定がプライベートモードやシークレットモードではエラーとなります。

準備するもの

- マイナンバーカード
- スマートフォン



● 4ケタの暗証番号

① ログインに必要

利用者証明用暗証番号

② 本人情報の確認に必要

券面事項入力補助用暗証番号

※暗証番号はマイナンバーカードを受け取った時の用紙（個人番号カード・電子証明書暗証番号記載表）に記載されています。

※暗証番号が不明な場合は市民課戸籍住民担当で再設定可能です。

STEP 1

3pの **B** の画面にある、『給付金』ボタンを押します。



STEP 2

「食料品等物価高騰生活支援給付金」を押します。



◀こちらから直接申請画面を開けます

※二次元コードは標準のカメラアプリで読み取ってください。

※マイナポータルメンテナンスにより利用できない場合があります。

※端末の種類やログイン状況によって一部画面の表示が異なる場合があります。

申請画面の操作

STEP 5

電話番号の登録をしてください。

※電話番号はハイフン無しで入力してください。



STEP 4

「本人情報の確認をはじめる」を押し、『券面事項入力補助用暗証番号』を入力します。利用者証明用ではないのでご注意ください。



※次へを押し、3pの **A** と同様の操作で、マイナンバーカードをスマートフォンで読み取ります。

STEP 3

「申請をはじめる」を押します。

食料品等物価高騰生活支援給付金

食料品等物価高騰生活支援給付金

物価高騰対策のため、食料品購入支援策として市民一人あたり13,000円を給付するものです

対象

令和8年1月1日時点で根室市の住民基本台帳に登録されている方



ログイン

これより先の機能を利用するには、利用者登録もしくはログインが必要です。



3pの **A** を参考にスマートフォンでマイナンバーカードを読み取ってログイン

オンライン申請サポート窓口を開設します

- ・申請手順でお困りの方
- ・スマートフォンでカードを読み込めない方
- ・スマートフォンやメールアドレスがなく申請できない方



ご自身のスマートフォンでのサポートや市役所パソコンからの申請サポートを実施しますので、お気軽にご来庁ください。

開設日 3月2日(月)～3月13日(金)

会場 市役所1階ふるさとギャラリー

※平日 9時～16時30分 (12時～13時までを除く)

- ・オンライン申請はマイナンバーカードが交付された方で、公金受取口座の登録がある方が利用できます。
- ・マイナンバーカードの交付(交付まで約1～2ヶ月)や公金受取口座(紐付け完了まで数日)については市民課戸籍住民担当が窓口となります。
※()内はあくまで目安です。

【問合せ先】 根室市総合政策部臨時給付金室 ☎(23)6111 番 (内線 3010)

給付金の“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意を

「食料品等物価高騰生活支援給付金」の申請にあたり

- ・根室市がATM(銀行・コンビニなどの現金自動支払機)の操作をお願いすることはありません。
- ・ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことはできません。
- ・根室市が給付金を給付するために、手数料などの振込を求めることはありません。また、「LINE」などのSNS上で個人情報や写真などを要求することはありません。(本制度の周知はいたします。)

*上記のようなことがあったら、迷わず最寄りの警察署(または警察相談専用電話(#9110))にご連絡してください。

参考

STEP2の「給付金」画面から、ご自分の申請状況を確認することもできます。



給付を決定しましたら、通知書を郵送します。

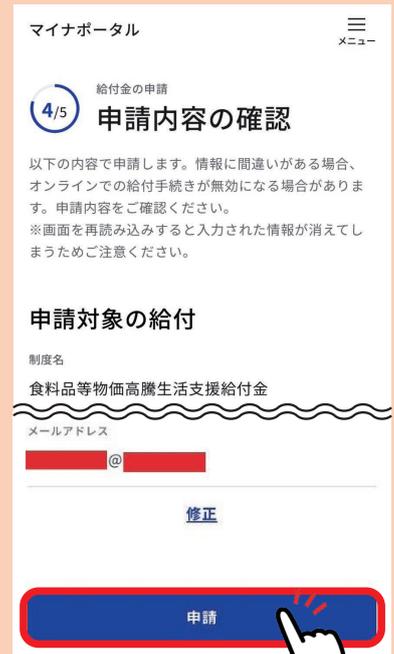
STEP7

申請が完了します。
以上で手続きは終わりです。



STEP6

本人情報を確認し、誤りがなければ申請ボタンを押します。



知ってほしい、 根室市のごみ処理の現状



根室市じん芥焼却場



根室市ごみ埋立処分場



根室市資源再生センター

問合せ先 市生活環境課環境衛生担当 TEL (23) 6111 番 内線 3141 ~ 3143

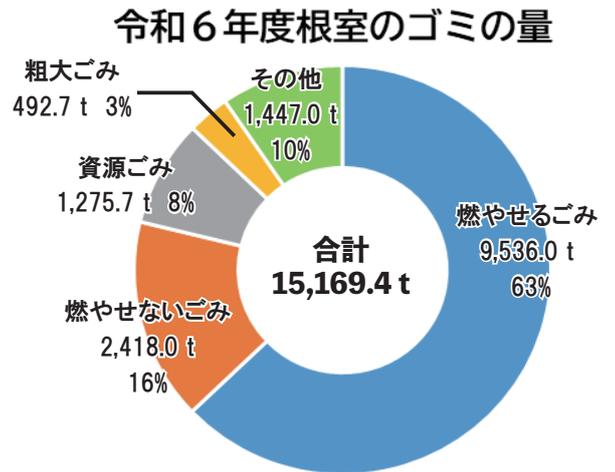
皆さんの生活に欠かせないのが「ごみの処理」。普段何気なく処理しているごみですが、近年は「ごみを減らす」「ごみを再資源化する」という取り組みが進められています。今回は、根室市のごみ処理の現状について、お知らせします。

根室市のごみの量

令和6年度の根室市の施設におけるごみの処理量は、約15,169トンとなっており、昨年と比べて約409トンの減少となっております。

なお、市民1人当たりの1日排出量は約850gとなっており、令和5年度から約40g増加しております。

さらなるごみの減少のため、今後ともごみの分別、リサイクル等のごみの排出抑制にご協力をお願いいたします。

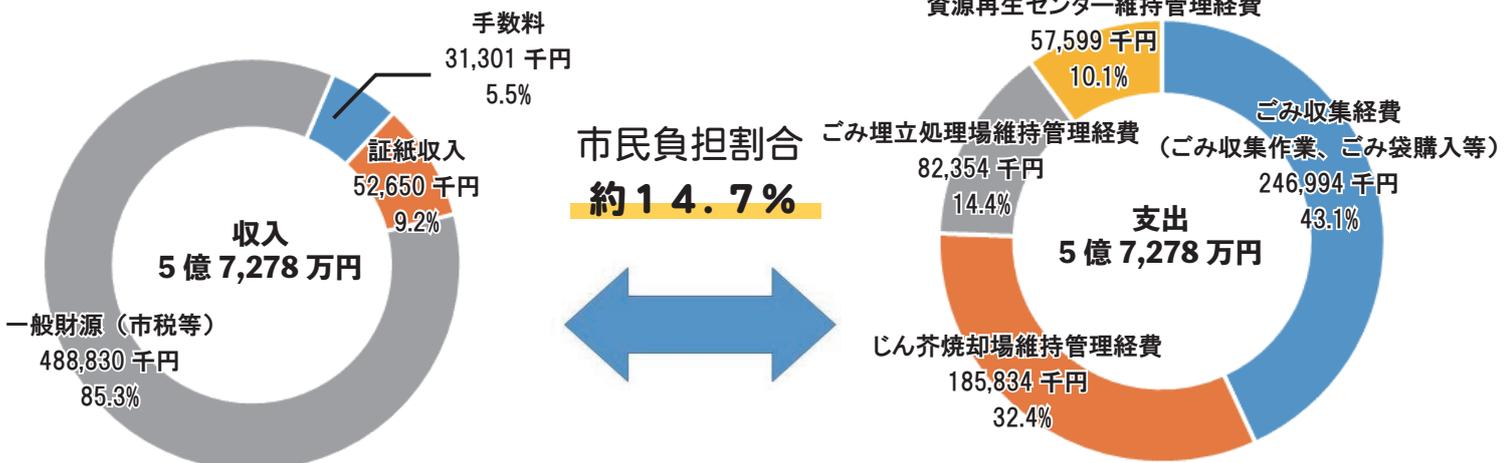


根室市のごみの処理にかかる経費

令和6年度のごみ処理経費は、ごみ処理手数料や証紙付ごみ袋の販売収入など、約8,395万円でした。

一方で、ごみ収集車や処理施設の維持・運営にかかった費用は約5億7,278万円にのぼっています。

市民の皆様にご負担いただいている額は、全体の約14.7%にとどまっており、本来ご負担いただくこととしている割合(33%)を大きく下回っています。



ごみの循環型社会形成へ

令和6年度のごみ処理量15,169トンのうち、空き缶やペットボトルなどの資源ごみ、最終処分場で回収した金属類、町内会などによる廃品回収分を合わせ、約1,993トンが再資源化されました。

これらは道内外の再利用施設で、衣類や鉄製品などの原材料として活用されています。

市では、不要となったごみを資源として生かす「循環型社会」の実現に向けた取り組みを推進しています。

引き続き、市民の皆様のご理解とご協力をお願いします。



ごみを減らしたほうが良いのはどうして？



ごみの量が減ると…

- ごみの焼却が減る
⇒焼却時の燃料の消費が減る
⇒CO2排出量が減る
- ごみ収集車の走行距離が減る
⇒ガソリンの使用量が減る
⇒CO2排出量が減る

すなわち…

温室効果ガスの
排出抑制

につながります。



ごみの分別の徹底を

ごみの戸別収集を円滑に行うため、市ではごみの適正な分別をお願いしています。

分別されないまま排出しますと、収集車両の火災や焼却炉の劣化につながるおそれがあります。

ごみを出す人、処理する人のお互いが気持ちよくごみの処分ができるよう、引き続き分別の徹底にご協力をお願いします。

朝8時までにごみ出しを

収集車は朝8時から作業を開始しますので、ごみは当日の朝8時までに出してください。

ごみの種類によっては午後に収集するものもありますが、朝の巡回時に資源ごみや粗大ごみの排出状況も確認しています。

円滑な収集のため、すべてのごみを朝8時までに出していただきますようご協力をお願いします。

スプレー缶は、中身を空にして ビン類の日に出しましょう

近年、中身の入ったスプレー缶が「燃やせないごみ」として排出され、収集車内において爆発や火災が発生しています。

作業員の安全確保のためにも、スプレー缶は必ず中身を空にして「ビン類」の日に出してください。

なお、中身を出し切ることができない場合は、市役所生活環境課へお持ちください。

生ごみを減らす取り組み

市では、生ごみの減量対策としてコンポスト容器の購入費を一部助成しています。

助成の対象は、市内の指定店で購入したコンポスト容器です。

購入を検討されている場合は、事前に市役所生活環境課へお問い合わせください。

収集ごみ火災の跡



コンポスト容器で生ごみの減量を



助成金額の例

130ℓ以上	上限3千円
130ℓ未満	上限1千円
電気式	購入金額の60% ※上限3万円

令和8年度

根室市市民交通傷害共済 会員募集

根室市市民交通傷害共済とは？

根室市市民交通傷害共済は、市民一人ひとりが会費を出し合い、交通事故に遭ってけがなどをされた方に見舞金を支給し助け合う制度です。根室市に居住し、住民登録をしている方であればどなたでも加入できます。



問合せ 市生活環境課交通市民生活担当 TEL (23) 6111 番 (内線 3152・3153)

■受付開始日

令和8年度会員は3月2日から

※共済期間中は年度の途中でも加入申請ができます。

■共済会費

一般 600円 高校生以下 400円

※生活保護世帯の方は、市が負担します。また、準要保護世帯の方は、半額を市が負担します。

■共済期間

令和8年4月1日（年度途中に申し込みの方は加入承認の日）から令和9年3月31日まで

■申込方法

- ①加入申込書は、町会加入の方は各町会から配布されます。幼稚園・保育所児童や小中学生・高校生は、各学校などから配布されます。
- ②加入申込書に必要事項を記入し、会費を添えて町会や学校などに申し込みをしてください。
- ③町会未加入の方などは、市役所生活環境課交通市民生活担当（窓口3番）または歯舞支所の窓口で、直接申し込みをしてください。

■見舞金の支給

- ①道路交通法に規定する車両による運行中の人身事故が、見舞金支給の対象となります。
- ②見舞金の請求期間は、交通事故に遭った日から1年以内です。忘れずに請求してください。

■請求するときに必要なもの

市民交通傷害共済会員証、交通事故証明書（人身事故の場合）、診断書（市指定のもの・自賠責診断書も可）、死亡診断書（死亡事故の場合）、印鑑、その他市長が指定する書類。

■見舞金支給の除外

- ①道路交通法に規定する道路以外の場所における車両の運行による交通事故
 - ②災害対策基本法に規定する災害による交通事故
 - ③無免許、酒気帯び、速度違反による運転者と同乗者
 - ④自殺行為または犯罪を目的とした運転者と同乗者
 - ⑤故意または重大な過失による交通事故
- ※スピード違反、一時停止違反、シートベルト未着用などの違反行為がなく、交通法規を遵守している方が、見舞金の支給対象者となります。

■見舞金基準額表

等級	傷害の程度	基準額
1等級	死亡した場合	120万円
2等級	実日数入院治療期間9カ月以上	75万円
3等級	実日数入院治療期間6カ月以上	60万円
4等級	実日数治療期間6カ月以上	36万円
5等級	実日数治療期間5カ月以上	30万円
6等級	実日数治療期間4カ月以上	24万円
7等級	実日数治療期間3カ月以上	18万円
8等級	実日数治療期間2カ月以上	15万円
9等級	実日数治療期間1カ月以上	12万円
10等級	実日数治療期間2週間以上	9万円
11等級	実日数治療期間1週間以上	6万円
12等級	実日数治療期間1週間未満	3万円

※実日数治療期間とは、入院・通院または往診に要した日数をいいます。

※共済運営委員会の決定により、事故内容によって減額して支給される場合があります。

こんな場合、見舞金は支給されるの？

歩行中に自転車に追突されてけがをした場合、
自転車で走行中に転倒してけがをした場合に
見舞金は支給されますか？

どちらの場合も、
見舞金の支給対象になります。

ただし、道路交通法に規定されている道路上での
事故に限ります。

※自転車事故でも、必ず警察に届けましょう。
また、見舞金の申請には、交通事故証明書が必要です。

『共創』をテーマに、まちづくりを推進



問合せ先
市総合政策室総合政策担当
☎ (23) 6111 番 内線 3383 《市HPリンク》

令和7年度よりスタートした、「第10期根室市総合計画」の推進のため多様な主体がそれぞれの特徴を活かしながら、共に新しい価値を創り、地域課題を解決していく仕組みづくりを進めます。

共創のまちづくり元気ファンド

- ▶ **対象** NPO法人や企業が行う、まちの賑わい創出や活動の場づくりなどの施設整備などの取り組みに対し、クラウドファンディングを活用した資金調達を通じて補助金を交付します。
- ▶ **補助対象者** 市内に事業所を有する NPO 法人または中小企業者

随時事前相談受付中

根室市人づくり・まちづくり補助金

- ▶ **対象** SDGsの掲げる17の目標達成に資する、地域のまちづくり活動に関する自主的・主体的な取り組みに対し補助金を交付します。(営利活動、政治活動または宗教活動は除く)
- ▶ **補助額**
 - 講演会・研修会・イベント等 開催事業
 - ・補助対象経費の4分の3以内(予算の範囲内)で、上限100万円、下限5万円
 - 無形伝統文化財伝承事業
 - ・補助対象経費の4分の3以内(予算の範囲内)で、上限200万円、下限10万円
 - 地域活性化が図られる活動の場整備事業
 - ・補助対象経費の10分の10以内(予算の範囲内)で、上限500万円、下限100万円
 - 地域資源魅力向上チャレンジ型プロジェクト事業
 - ・補助対象経費の10分の10以内(予算の範囲内)で、上限500万円、下限100万円

募集期間：3月2日(月)～19日(木)

根室市花咲線普及促進活動助成金

- ▶ **対象** 根室本線「花咲線」普及のために行う利用促進や魅力向上等につながる事業
- ▶ **補助額** 1事業につき上限40万円(全部または一部を助成)

募集期間：3月2日(月)～19日(木)

根室市Jazz文化発信活動助成金

- ▶ **対象** 「ジャズの街 根室」を全国へ広くPRし、文化的価値を遺し伝えるための事業
- ▶ **補助額** 1事業につき上限40万円(全部または一部を助成)

募集期間：3月2日(月)～19日(木)

第1回 市民モルック大会

参加者募集!



木の棒を投げて得点を競う、フィンランド発祥のニュースポーツ「モルック」の市民大会を初開催します。

ルールはシンプルで、初めての方でもすぐに楽しめます。簡単なルール説明も行いますので、安心してご参加いただけます。

ご家族やご友人同士での参加はもちろん、お一人での参加も歓迎です。この機会にぜひご参加ください。

日時 3月22日(日) 9時～正午

会場 根室市青少年センター

申込期間：3月4日(水)～18日(水)

申込方法：電話・FAX・窓口

対象：小学生以上

～チーム～

1チームは3名で構成します。

①未経験者の部 ②経験者の部

※個人での申し込みの場合は、事務局でチーム編成します。

～試合構成～

■公式戦 各部ごとに実施します。

■交流戦 公式戦終了後に行います。

申込・問合せ先 根室市スポーツ推進委員協議会(市スポーツ課内) ☎(23)5982番 FAX(24)7212番



氷上に広がる冬のにぎわい

2/1 ニムオロ冬の祭典・スケートフェスタ



ニムオロ冬の祭典が根室総合運動公園で3年ぶりに開催され、約1,000人の市民でにぎわいました。雪不足に対応するため会場をスケートリンクに移し、四島取り雪合戦に代わって氷上綱引き大会を実施。小学生の部と一般の部あわせて20チームが参加し、滑りやすい氷上で熱戦が繰り広げられました。同日にはスケートフェスタも行われ、記録会や氷上ゲームを通して、冬のスポーツを満喫する一日となりました。

野鳥の宝庫 根室を体感

1/23-25 ねむろバードランドフェスティバル



「ねむろバードランドフェスティバル2026」が、市内各地で開催されました。メイン会場のベルクラシック根室では、野鳥や自然環境に関する展示のほか、体験コーナーが設けられ、来場者が楽しみながら学び姿が見られました。根室市は国内有数の野鳥観察地として知られており、期間中は風蓮湖などで野鳥観察会も実施。屋内外の催しを通して、野鳥の宝庫・根室の魅力幅広い世代に発信する機会となりました。

原点の地から返還への決意新たに

2/7 2026「北方領土の日」根室管内住民大会



「北方領土の日」に合わせ根室管内住民大会が開かれ、約700人の元島民や後継者、関係者が集いました。式典では、石垣市長が、先達が命をかけて取り組んできた返還運動の歩みに触れ、「今再び原点の地から当時と変わらぬ熱い思いを発信しよう」と呼びかけました。また、歯舞群島勇留島出身の角鹿泰司さんは元島民を代表し「後継者と力を合わせ、残された力をふり絞り、島が還るその日まで、全力を尽くす」と力強く表明。会場ではシュプレヒコールが響き、世代を超えて返還実現への意志を確認する大会となりました。



一流の技を間近に 胸躍る

2/11 未来のアスリート応援事業講習会



国内外で活躍する未来のアスリート育成を目的に、「巻誠一郎サッカー教室」を開催しました。一流アスリートを招いて行う本事業に、市内の小学生28人、中学生2人が参加。元日本代表の巻さんは、基礎技術や動き方の要点を実演を交え指導しました。子どもたちはボールを追い、挑戦を重ねながら成長を実感。憧れの存在と一緒に練習した経験は、夢へ踏み出す大きな一歩となりました。

世代をつなぐ 四島かるた

2/6 海星学校 四島かるた



市立海星学校で、「北方領土の日」に合わせた恒例行事「四島かるた」が行われました。縦60センチ、横45センチの特だかるたを使い、2～6年生の児童と保護者がチームに分かれて挑戦。島の自然や暮らし、返還への願いが込められた読み札が読み上げられると、会場には真剣な表情と元気な声があがりました。旧幌茂尻小学校時代から受け継がれてきた取り組みを通し、北方領土への思いを学ぶひとときとなりました。

ワークショップで共創のまちづくり

2/12 根室市グランドデザイン
ワークショップ



「根室市公共施設グランドデザイン」の推進と、賑わいのある街づくりを目指して「官民共創型ワークショップ」を開催しました。当日は、北斗小学校の後利用をテーマに議論。社会教育や産業活性化に活用するアイデアや、市内外を問わず交流が生まれる空間づくりへの提案など、熱心な議論が交わされました。休憩時間の「もぐもぐタイム」では根室の銘菓を楽しみ、終始和やかな雰囲気の中、参加者の根室への想いがあふれる会となりました。

陸路断絶を想定 海からの連携

2/11 根室市・自衛隊総合連携災害対応訓練



エアクッション型揚陸艇 (LCAC)

根室市と自衛隊は、大規模地震や津波により陸路が寸断され、太平洋側の港湾施設が被災した事態を想定し、「総合連携災害対応訓練」を実施しました。陸路の代替として海上輸送により、海上自衛隊輸送艦「くにさき」とLCACを用い、支援物資や重機などを根室港に搬送。揚陸後は、陸上自衛隊や航空自衛隊と連携し、物資輸送などの手順を確認しました。海上からの物流確保を軸に、関係機関の連携体制と受援能力の実効性を確認する訓練となりました。



らせ

日…日時 場…場所 対…対象 料…料金 定…定員 申…申込先 問…問い合わせ先 ☎…電話番号 内…内線

献血のご協力をお願いします

北海道赤十字血液センター釧路事業所による移動献血車「ひまわり号」が巡回しますので、献血のご協力をお願いします。
日・場

●3月11日(水) 大地みらい信用金庫本店・12時～16時30分

●3月12日(木) 根室漁業協同組合・9時～10時30分、歯舞漁業協同組合・11時30分～12時30分、リライアブルブックス根室店・14時30分～16時30分

●3月13日(金) 北海道釧路方面根室警察署・9時～11時、北海道根室振興局12時30分～15時30分

問 市健康推進課健康推進担当
☎(23) 6111番
内 2131

「地域福祉推進補助事業」を募集

市では、民間団体が行う福祉活動を支援するため、在宅福祉の向上や健康・生きがいづくりをはじめとした地域福祉推進補助事業を募集しています。

対 根室市民で組織する団体
対象事業の例 ①在宅福祉などの普及、向上に関する事業②健

康・生きがいづくりの推進事業
③ボランティア活動の活発化に関する事業④その他高齢者などの福祉を推進する上で、市長が特に必要と認める事業

補助金 事業に必要な経費のうち、別に定める補助対象経費の4分の3以内を予算の範囲内で補助します。
※個々の団体の議決を得ており、令和8年4月1日から令和9年3月31日までに実施・完了する事業に限ります。

申込締切 令和8年3月31日(火)
申・問 市社会福祉課社会援護担当

☎(23) 6111番
内 2101

「根室市特別奨学資金」のご活用を

対 ①大学で水産学を専攻している在学生または入学が決定している方②高等学校で水産関係の学科に在学中または入学が決定している方

貸付期間 在学する学校の正規の修業期間以内

貸付条件 市内に住所を有し、学業・人物ともに優秀で経済的理由で就学が困難な方

※卒業後、根室内の水産業に貸し付けを受けた期間以上、就

業する意志があること
貸付金額(年額) ①24万円以内
②12万円以内
申込期間 3月19日(木)～4月10日(金)
申・問 市教委教育総務課学校教育担当
☎(23) 6111番
内 3325

「予備自衛官補」を募集

防衛省では、予備自衛官補(一般公募)を募集しています。
受験資格 18歳以上52歳未満
募集締切 3月30日(月)必着
試験日 4月1日(水)～19日(日)のいずれか1日
身分 特別職国家公務員(非常勤)

※「技能公募」も募集していますので、詳しくはお問い合わせください。

問 自衛隊根室地域事務所
☎(24) 3651番

道営住宅入居者を募集

世帯向け一般住宅(いずれも3LDK) 花咲団地2号棟1戸、パークタウン明治B棟1戸、であえくる明治団地1号棟1戸、であえくる明治団地2号棟1戸

子育て支援住宅(いずれも2LDK) であえくる明治団地1号棟4戸(小学校就学前の子がいること・入居期限付き)
家賃 18,000円～91,400円(入居者の収入によって変動します。)
募集案内配布 4月6日(月)～17日(土・日除く)
入居申込受付 4月13日(月)～17日(金)
抽選日 4月24日(金)(予定)
入居可能日 5月中旬(予定)
※インターネットでの申し込みは4月13日(月)9時から17日(金)17時まで可能となっています。
※受付期間などは、変更する場合があります。

合があります。
※年度内の入居補欠者の決定は行いません。空き室が発生した場合は、改めて募集します。
※入居予定者のいずれかが、道営住宅にかかわる未納の家賃、駐車場使用料および損害賠償金などがある場合や、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)惣力
☎(23) 5291番

農地の賃借料情報を提供します

農地法第52条の規定に基づき、令和7年中に締結(公告)された農地(牧草畑)の賃借借における1ha当たりの実勢賃借料をお知らせしますので、賃借の際の目安としてご活用ください。
また、この情報は農業経営を取り巻く状況、経済情勢等の変化から変動があり得ることをご理解願います。

地域区分	平均額	最高額	最低額	データ数
東部地区	29,751円	51,648円	4,992円	65
西部地区	10,826円	15,335円	4,742円	13
【参考】根室市全体	23,573円	51,648円	4,742円	78

※地域区分は市農業委員会地区推進区域としています。
【東部地区】 歯舞地区一円、牧の内、花咲港、市街周辺一円、穂香、幌茂尻、温根沼、東和田、西和田、落石東、落石西、長節、昆布盛、浜松
【西部地区】 東梅、酪陽、別当賀、川口、初田牛、湖南、槍昔、明郷、東厚床、西厚床、厚床一円
【問】市農業委員会 ☎(23) 6111番 内線 2281

図書館休館のお知らせ

年度末館内図書整理・蔵書点検のため、図書館は休館となります。

休館期間中の図書の返却は、正面入り口右側の返却ポストのご利用をお願いします。

休館日 3月25日(水)~31日(火)

問合せ先 市図書館 TEL：(23) 5974 番

第24期根室市寿大学生を募集

公民館では、健康で力強く生きるとして家庭生活や社会生活について学ぶ、第24期根室市寿大学生を次のとおり募集します。

修学期間 2年間（令和8年4月から令和10年3月まで）
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。
学習時間等 基本として毎月

1・2回、午前10時から正午
 総合文化会館ほか
対 場 根室市在住の65歳以上の方
 で、卒業まで続ける意思のある方。（原則として）
定 員 50人
修学負担金 年額3,000円のほか教材費、宿泊研修等に要する経費。

募集期間 3月2日(月)~3月31日(火)
申込方法 入学願書（公民館にあります）に記入の上、修学負担金3,000円を添えてお申し込み下さい。

申込受付 平日9時~16時
問 市公民館事業担当
 ☎ (24) 3188番

根室市農業委員会を募集

農地の利用関係の審査や農地利用の最適化推進などを行う、農業委員会委員を募集します。
任期 令和8年7月29日~令和11年7月28日

募集要件 根室市の農業に関する識見を有し、農地利用の最適化推進などを適切に行うことができると思われる方
募集人数 11名

活動内容 総会などの会議（月1回程度）、農地パトロール、

農地利用の集積・集約化、現況調査、各種研修会への参加など
応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入のうえ、直接または郵送により提出してください。
 応募用紙は農業委員会事務局に備え付けのほか、市ホームページからダウンロードできます。

受付期間 3月2日(月)~31日(火)
申・問 市農業委員会事務局
 ☎ (23) 6111番
 内 2281



▲市HP

テロ未然防止に向けた取り組みにご協力ください

根室警察署では、テロ対策に万全を期するため、行政機関や民間事業者などが緊密に連携して行う官民一体の日本型テロ対策を推進しています。

テロ対策は、警察による取り組みのみでは十分ではなく、「安心して暮らせる根室の実現」に向け、関係機関、事業者、地域住民と緊密に連携して推進することが望まれます。

爆発物の原料となる薬品などを買い集める者を目撃したり、

普段と比べて不自然で見慣れない物が置かれているなど、「何か変だな」「いつもと違う」と感じたら、迷わず警察に通報をお願いします。



問 テロ対策根室地区パートナーシップ推進会議事務局（根室警察署内）
 ☎ (24) 0110番

令和8年度 広報根室発行日(配達日)のお知らせ

広報根室は、発行日に各町会の広報配布担当者様のお宅のほか、市内のコンビニエンスストア、スーパーなどへお届けしています。

4月号	4月7日(火)	10月号	10月1日(木)
5月号	5月1日(金)	11月号	10月30日(金)
6月号	6月1日(月)	12月号	12月1日(火)
7月号	7月1日(水)	1月号	12月25日(金)
8月号	7月31日(金)	2月号	2月1日(月)
9月号	9月1日(火)	3月号	3月1日(月)

※悪天候などにより発行日も配布を見合わせる場合がありますので、ご了承ください。

4月号は4月7日(火)発行です!!

問合せ先 市総務課広報広聴担当 ☎(23) 6111番 内線 2342

国税の納付は納期限内に
 申告所得税及び復興特別所得税の納期限は3月16日(月)、消費税及び地方消費税の納期限は3月31日(火)です。
問 根室税務署
 ☎ (23) 3261番



ねむろメール登録



ねむろのぼうさい (Facebook)



ねむろのぼうさい (X)

おし



ら

せ

「がん個別相談」「がんピアサロン根室」を開催します

治療や日常生活、仕事やお金など、がんに罹患すると直面するさまざまな悩みを、がん経験者と一緒に考える「がんピアサロン根室」を実施します。

開催日: 3月24日(火)

会場: 市役所2階ふれあいルーム

事前予約制 受付: 3月2日(月)～16日(月)

～小さな悩みでも何でもかまいません～

経験者だからあなたに共感できる—
経験談から悩みの解決・解消への糸口を一緒に見つける—

がんに関するさまざまな問題について、がん経験者のピアサポーターと一緒に考えていきます。個別相談のため、普段は言えない辛さや不安など、心に思うことは何でも、この場を使ってお話ししてみてください。

また、がんピアサポーターに興味がある方も大歓迎です♪

がんピアサポーター

がん経験者の方や支援者が養成講座を受講し、患者さんや経験者・家族などをサポートするための活動を行います。

個別相談

① 10時～ ② 11時15分～
※相談時間は各1時間となります。

グループサロン

時間: 13時～15時
※定員(5名)で締め切ります。

申し込み・問合せ先

市健康推進課健康推進担当
☎(23)6111番 内線2133

住所・名前の変更登記を忘れていませんか?

令和8年4月1日から住所・名前の変更登記の義務化が始まります。

この制度により、不動産の所有者は住所や名前に変更があった日から2年以内に登記申請をしなければなりません。また、令和8年4月1日より前に住所や名前に変更があった場合は令和10年3月末までに登記申請をしなければなりません。

※制度の詳細については釧路地方法務局根室支局にお問い合わせください。なお、左記の二次元コードからも確認することができます。

問 釧路地方法務局 根室支局
☎(23)4874番



▲法務省 HP

「北海道警察官」を募集

北海道警察では、令和8年度(第1回)北海道警察官採用試験の受験者を募集しています。

採用予定人数

●A区分(大卒程度) 男性14

0名程度、女性50名程度

つたえる

手話言語講座

日常生活で使う身近な手話をご紹介します。

今月の手話 「元気です」

「元気」の手話は、いきいきと活発な様子を表しています。尋ねる表情を使えば相手に「元気ですか?」と聞くこともできます。

久しぶりに会う相手への挨拶にも使えます。

問 市社会福祉課福祉担当
☎(23)6111番 内線2113

協力: 根室市ろうあ会、根室手話の会

Youtubeで実演動画も配信中!
二次元コードからご覧になれます▶



握った両手を前におき、上下に2回動かします。

●B区分(A区分以外) 男性40名程度、女性20名程度
受験資格 平成6年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方

受付締切 4月10日(金)17時

一次試験日 4月26日(日)
※詳しくはお問い合わせください。
問 根室警察署警務課
☎(24)0110番

日...日時 場...場所 対...対象 料...料金 定...定員 申...申込先 問...問い合わせ先 ☎...電話番号 内...内線

◆◆◆ 学芸員日誌 ◆◆◆

冬の小さなお楽しみ

冬芽（ふゆめ）と葉痕（ようこん）を観察を楽しむ

先日、春国岱ネイチャーセンターのボランティアグループ「スンク」の皆さんの活動にお邪魔してきました。この日は、野草愛好家の野表結さんを講師に迎え、「冬芽・葉痕」をテーマとしたレクチャーと観察会が行われました。

「冬芽」と聞いても、何のことだろう？と思われる方も多いかもしれません。冬芽とは、休眠・越冬し、春に伸びて葉や花になる芽のことです。多くは虫眼鏡を使わないと観察できないほど小さいのですが、よく見ると形や表情がとても個性的で、まるで人や動物の顔のように見えるものもあります。

顔のように見える部分は葉痕といい、葉柄と枝がつながっていた跡が、落葉後に現れたものです（写真1）。目や口のように見える点は維管束痕と呼ば

れ、水分や養分が通る管の断面です（写真1）。同じ樹種でも表情はさまざまで、見ていて飽きません。

スンクの皆さんと一緒に、野表さんから冬芽の見つけ方や見分け方を教わりながら、夢中になって、冬芽の顔探しを楽しみました。写真1のハルニレもとてもかわいらしいのですが、今回、見つけた中から、外山のお気に入りをご紹介します。一つ目はイタヤカエデです。先端の冬芽の下にある葉痕が、眠っているような表情に見え、とても愛らしく感じられます（写真2）。もう一つはホザキナ

ナカマドで、葉痕がシカの顔のように見え、こちらも印象的でした（写真3）。
普段あまり注目されることのない冬の小さな楽しみ、「冬芽観察」。皆さんもぜひ、身近な木々で探してみてください。



学芸員
外山 雅大



写真3) ホザキナカマドの冬芽と葉痕



写真2) イタヤカエデの冬芽と葉痕



写真1) ハルニレの冬芽と葉痕

園 市歴史と自然の資料館 ☎ (25) 3661 番

根室こぼれ話

迷子を巡る三つの愛の物語

昭和34年6月29日、市内松本町で遊んでいた5歳の少女が姿を見せなくなった。預かっていた叔母のFさんは近所を探し、花園交番へ向かったが、この日は訓示招集で警察官は不在だった。

そこでFさんは街頭放送の放声社に協力を依頼。磯西支配人はすぐに拡声機で特徴を伝え、市民へ呼びかけた。同時に根室署へ連絡が入り、署の交換手が情報を確認し、配置中の警察官へと引き継がれる。

やがて「緑町でそれらしい女の子がいる」と公衆電話から通報が入った。放送を聞いた少年からの知らせだった。警察が急行し、少女は無事保護される。行方不明から約七時間後のことだった。

放声社、警察署、そして名も知らぬ少年。三つの連携がつながり、少女は家族のもとへ戻った。当時の根室新聞は、この出来事を「迷子を巡る三つの愛の物語」と伝えている。

根室市史編さん員 小坂井 徹厚

「根室こぼれ話」は、今月号をもって終了いたします。長きにわたりご覧いただき、誠にありがとうございました。

市役所の健診・健康相談 園 市こども家庭センターすくすく TEL (23)6111 番 (内線2121・2122)			
4カ月児健診	3月4日(水)	11時50分～12時30分	会場:根室市役所
9・10カ月児健康相談	3月6日(金)	12時50分～14時00分	会場:図書館
1歳6カ月児健診	3月12日(木)	12時00分～13時00分	会場:根室市役所
3歳児健診	3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	3月10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」 園 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 対象年齢:令和7年4月1日までに満1歳になられているお子さん	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 5カ月～1歳5カ月までの親子	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ください。
ふれあい 1歳6カ月～就学前の親子	第1・2・4・5 木曜日	9時15分～11時30分	
いこ～よ 1歳6カ月～就学前の親子	3月13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」 園 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」 0～3歳までの親子	[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 園 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 対象年齢:6カ月～6歳 ※落石保育所は3歳～6歳	3月11日(水) 4月8日(水)(予定)	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 市市民相談室
☎(23)6111番(内線2024)

●消費生活相談

会・問 市消費生活センター
☎(24)9065番

●無料法律相談【要予約】

3月27日(金)10時～16時
会・問 市市民相談室
☎(23)6111番(内線2024)

●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
問 根室保健所 ☎(23)5161番

●ことばの相談【要予約】

問 市児童デイサービスセンター
☎(27)1551番

●行政相談

3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)
問 釧路行政監視行政相談センター
☎0154(23)7136番

●釧路年金事務所相談【要予約】

3月24日(水)13時～17時
3月25日(水)9時～14時
会 総合文化会館第二講座室
問 釧路年金事務所
☎0154(25)1521番

●女性の健康相談

4月1日(水)10時～16時
申込期限 3月27日(金)
※事前予約制です
問 根室保健所 ☎(23)5161番

●不妊・不育・妊娠・出産相談

問 市こども家庭センターすくすく
☎(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
☎(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
☎(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
☎(23)6111番(内線3312)

●障がい者就業相談【要予約】

3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
☎(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
☎(23)6111番(内線2132・2133)

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)3月6日(金)13日(金) ※要予約					
心臓血管外来 3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	予約 3月 2日 16日 30日		予約 3月 4日 18日		
膝・リウマチ外来 3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	予約 10:30まで	予約	予約 10:30まで	予約	予約
泌尿器科 ★金曜日は第1・3・5週のみ診療しています。 ★3月30日(月)、31日(火)は休診です。					
8:30~11:00		○	予約	○	○
13:30~15:00	予約				
皮膚科					
8:30~11:00	○	○	○	予約 10:30まで	
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	○	○	予約	○ 3月5日	○ 3月6日 10:00まで
13:30~15:00	○	○		○ 3月5日	
脳神経外科 ★入院治療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 (予約の方)	★午前は8:30~11:00、午後は13:30~15:00に受け付けています。					
	消化器内科	○	○	○	○	
	循環器内科	○	(午前のみ)	○	(午前のみ)	(午前のみ)
	呼吸器内科					○
	血液外来	(午前のみ)	(午後のみ)	(第1・3週の 午前のみ)	(午後のみ)	
小児科予防接種等	脳神経内科		(午後のみ)	(午後のみ)		
	未就学児		○ 13:30~15:00		○ 13:30~15:00	
	小学生以上		○ 15:00~16:00		○ 15:00~16:00	
	乳幼児健診		○ 13:00~13:30 (予約制)			
【予約が必要な予防接種】 乳児:BCG その他:二種混合ワクチン ※上記以外の予防接種については予約不要です。						

※病院受診の際は、必ず「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、13:30 からとなります。
 ※夜間救急外来は休診中のため、平日の時間内受診にご協力ください。
 ※感染症対策の一環として、外来制限等を行う場合がございます。
 ※院内では、これまで通りマスクの着用をお願いします。
 ※診療体制に変更が生じる場合がありますので、病院HPまたは院内掲示をご確認いただきますようお願いいたします。
 ※当院は診療情報を取得・活用することにより、質の高い医療の提供に努めています。正確な情報を取得・活用するため、マイナ保険証の利用にご協力をお願いいたします。

日曜当番

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上、受診してください。なお、当日急に診療できない場合はほかの医療機関を紹介します。

3月8日	トキワ医院 ☎(24)3221番	3月29日	市立歯舞診療所 ☎(28)2014番
3月1日、15日、22日の日曜当番はお休みです。			

※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。)



根 高 通 信

「今春の市内進路動向」

1月26日(月)に公立高等学校入学選抜出願状況が発表されました。本校においては、出願者数が前年より微減しているところですが、市内中学を卒業する生徒の多くは本校を選択していただいております。感謝と責任の重さを感じているところです。来る3月1日(日)には本校で第78回卒業証書授与式が執り行われ148名(総数26,436名)

の生徒が新たな一歩を踏み出します。さて、今春卒業の本校生徒の進路動向ですが、進学7割強、就職3割弱と、やや進学希望者が増えています。進学希望者の内訳については、大学6割、専門・各種学校が4割と例年より大学志望の割合が増えています。今年度も大学を一般入試で受験する生徒は多く、大学入学共通テ

ストは約30名の受験生が挑みました。就職希望者については、市内希望者が9割と例年以上に市内就職を希望する割合は多くなっています。公務員(根室市、道職員、自衛隊)については12名が合格しました。本校の教育活動にご理解ご協力いただいた皆様へ、この場をお借りしてお礼申し上げます。

本校のホームページも随時更新しています。



声で寄り添い、日々の暮らしを支える



根室音訳奉仕友の会「花あかり」
役員のみなさん

広報根室を音訳したCDを、視覚に障がいのある方や高齢者施設に届けているボランティア団体「根室音訳奉仕友の会 花あかり」。今回は、花あかりの役員である（写真左から）船越政江さん、菅原幸子さん（現会長）、為数美智子さん、清水聖子さんにお話を伺いました。

▶ FOCUS 声で寄り添う、花あかりの活動

会員は現在22名。広報根室を音訳した「花あかり編集声の広報根室」、根室のニュースや身近な話題、コラムなど音楽を交えてラジオ風に紹介する「根室発 あなたと私のコーヒータイム」、短編小説やエッセイを朗読する「録音図書」の3種類のCDを制作しています。

制作はそれぞれ月に1度の編集会議で構成を考え、読む人や、録音、ダビングを担当する人などの役割を分担し、一枚のCDを完成させています。

CD制作のほか、月1回の「例会」や、発声や音訳方法

を学ぶ「勉強会」、新たな会員を育成する「養成講座」、「朗読のつどい」など、学びを深めながら活動を続けています。

「声」で情報を届けるこの活動は、平成4年の創設から30年以上にわたり、地域に寄り添いながら続けられてきました。

▶ FOCUS 続けたい、やりがいと仲間

「好きなことだから続けられる——」。みなさんは、本を読むことや声で伝えることを楽しみながら、その活動が誰かの楽しみや励みにつながっていることに、やりがいを感じているといいます。

会員同士の仲が良く、困ったときには自然と声をかけ合い、助け合える雰囲気も魅力の一つです。多くの人に関わり、支え合いながら一枚のCDを仕上げていく過程そのものを大切にしています。

また、年に1度行っているリスナーへの電話訪問で寄せられる声も、活動を続ける大きな励みになっています。

▶ FOCUS 『声の輪』を広げるため

上述のとおり、花あかりでは毎年5月ごろに音訳ボランティア養成講座を開催しています。発声や音訳を基礎から学び、実際の活動へとつながる入り口です。「人のかかわりがほしい」「音訳に興味がある」、そんな思いを持つ方に向けて、会長の菅原さんは「ぜひ一歩踏み出してほしい」と呼びかけます。好きなことを続けながら、ひとの暮らしに寄り添う活動は、新たな出会いや学びにもつながっています。

みなさんは、これからもすてきな声で、リスナーの暮らしの中に花のような優しいあかりを灯します。

図書館 リサイクル本フェアを開催

図書館では、保存期限が過ぎた一般書・児童書・絵本・雑誌など、お好きな本を無料で何冊でも、お持ち帰りいただける「図書館リサイクル本フェア」を開催します。ぜひお越しください。

日時 3月13日(金)～24日(火)
※16日、20日、23日はお休み



10時～17時30分
※日曜日は16時30分まで



会場 図書館2階 集会室

※ご来場の際は、エコバッグなどを持参ください。

【問合せ先】 市図書館 ☎ (23) 5974 番

市役所臨時窓口開設のお知らせ

転入・転出などが重なる期間の土・日曜日に臨時窓口を開設します。住民異動に関する手続きなどにご利用ください。

日時

4月4日(土)・5日(日) 9時～正午

開設窓口

戸籍住民担当（1階①番窓口）

転入・転出など住民異動に関する各種届出住民票の写し・印鑑登録証明書などの交付

☎ (23)6111番 内線 3171～3174

編集後記

今月号表紙の四島かるた。幌
茂尻小と海星でこども時代を過
ごした私にとっては胸に熱く来
るものがありません。当時は校舎
裏のリンクでヘルメットと膝・
肘パッド、長靴を装備し、氷上
で大きなためがけて走った
記憶があります。今でもこうし
て一つの行事として残っている
のは嬉しいなと感じます。(S)

根室市の人口

令和8年2月1日現在の人口 (前月比)

世帯数: **11,968** 世帯 (-25)
総人口: **21,860** 人 (-58)
(うち外国人816人)
男 性: **10,378** 人 (-30)
(うち外国人208人)
女 性: **11,482** 人 (-28)
(うち外国人608人)
— 令和8年1月 1カ月の転出入等 —
転入: **27** 人 出生: **15** 人
転出: **55** 人 死亡: **44** 人
その他の増減: **-1** 人

「転出届」はマイナポータルから

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからオンラインによる転出の届け出ができます。

※転入先市区町村の窓口で、転入届が必要です。

※詳しくはデジタル庁ホームページ、マイナポータルサイトをご覧ください。



マイナポータルへの
アクセスはこちら➡

