

市営住宅 入居者募集

■申込条件

- ・住宅に困窮している方【生年月日が昭和31年4月2日以降の単身者は入居できません。(障がい者、生活保護世帯等を除く)】
- ・同居または同居予定の親族(婚約者含む)のある方
- ・年間総収入額が下記の収入基準以下の世帯 ・市税を滞納していない世帯
- ・暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第2条第6号に規定する暴力団員でない方

■収入基準(給与所得者が1人のときの年間総収入額)

家族数	同居親族	年間総収入額	摘要
1人	0人	2,967,999円以下	年金・事業所得者、身体障がい者、所得のある方が2人以上、未就学児童がいる世帯などは基準が異なります。
2人	1人	3,511,999円以下	
3人	2人	3,995,999円以下	
4人	3人	4,471,999円以下	

■申込方法

- ・受付期間 5月10日～14日
 - ・受付場所 市役所3階 建築課住宅管理係
 - ・提出書類 収入を証明できるもの(源泉徴収票等)、市外在住者は住民票
※必ず印鑑をご持参ください。
 - ・抽選日 5月19日 10時00分～
 - ・抽選会場 エコセンター2000 2階大会議室
 - ・入居可能日 6月1日
- お申し込みください。

■市営住宅空き状況(入居要件に該当する住宅を1カ所選んで、お申し込みください。)

No.	住所	住宅構造	タイプ面積(m ²)	階	住宅使用料	入居要件
1	大曲2丁目5番2号棟	平成元年築 4階建団地	1LDK 41.70	2	12,500円～24,600円	高齢者向け
2	大曲2丁目5番2号棟	平成元年築 4階建団地	2LDK 59.90	3	18,000円～35,300円	2人以上世帯
3	大曲2丁目5番4号棟	平成2年築 4階建団地	3LDK 71.10	2	21,900円～43,100円	3人以上世帯
4	大曲2丁目12番4号棟	昭和63年築 4階建団地	1LDK 41.90	1	12,600円～24,700円	高齢者向け
5	つくしヶ丘6丁目9番1号棟	平成6年築 4階建団地	3LDK 74.40	3	23,700円～46,500円	3人以上世帯
6	つくしヶ丘6丁目9番2号棟	平成8年築 4階建団地	2LDK 67.40	3	22,000円～43,200円	2人以上世帯
7	つくしヶ丘6丁目11番2号棟	平成11年築 5階建団地	2DK 60.10	4	20,300円～40,000円	
8	潮見4丁目B番2号棟	昭和54年築 2階建長屋	3DK 65.70	—	17,300円～34,000円	3人以上世帯
9	潮見6丁目5番8号棟	昭和52年築 2階建長屋	3DK 63.80	—	16,300円～32,100円	2人以上世帯
10	潮見6丁目6番3号棟	昭和50年築 2階建長屋	3DK 55.80		13,900円～27,200円	2人以上世帯
11	潮見6丁目7番4号棟	昭和51年築 2階建長屋	3DK 61.30		15,400円～30,300円	2人以上世帯
12	駒場南1丁目5番12号棟	昭和53年築 2階建長屋	3DK 63.80		16,600円～32,600円	3人以上世帯
13	駒場南1丁目6番9号棟	昭和55年築 2階建長屋	3DK 67.40	1	18,100円～35,500円	3人以上世帯
14	駒場南8丁目12番1号棟	平成4年築 3階建団地	3LDK 74.70	1	23,700円～46,500円	3人以上世帯

※1) この空き住宅の情報は、3月31日現在のものです。受付開始までに「他の団地」や「入居要件の異なる」空き住宅が発生する場合がありますので、担当係までお問い合わせください。

※2) このほか「一部の住宅」については随時受け付けをしています。

※3) 入居者負担の設備が一部ありますので、お問い合わせください。

例：照明器具・灯油タンクなど(団地・長屋共通) 浴槽・風呂釜・給湯設備など(長屋住宅・一部団地)

■次回受付期間 8月2日(月)～6日(金)(予定)

問合先/建築課住宅管理係 ☎44-6111 (内線293・313)

網走市食生活改善協議会の活動 今月の健康レシピ



管理栄養士さんの! ワンポイントメモ

- ★こんにゃくの成分の97%は水分で、ほかに主成分として水溶性の食物繊維であるグルコマンナンが含まれています。グルコマンナンは消化酵素で分解できないため、腸内で水と混ざり合い、ゼリー状となって老廃物を対外に追い出す働きをします。
- ★カリウムも多く含まれているため、体内の余分な塩分も排泄してくれます。また、糖質の吸収を防いだり、コレステロールを下げる働きがあります。
- ★おかずとしてもよし、カロリーを控えるため麺類の変わりにもよいですね。

1人分栄養価 (エネルギー123Kcal, 蛋白質13.2g, 脂質4.3g, カルシウム193mg, 食物繊維7.8mg, 塩分1.6g)

こんにゃく焼き麺

《作り方》	《材料》4人分
① こんにゃくはゆでて水気を切る。乾きくらは水で戻す。	糸こんにゃく 480g
② キャベツ、人参、ピーマン、ねぎは千切り。	豚肉 200g
③ フライパンにごま油を熱し一度糸こんにゃくをいため取り出す。次に一口大に切った豚肉をいため、色が変わったら野菜を加えていためる。	キャベツ 120g
④ しんなりしたら糸こんにゃくときくらげ、醤油、みりん、塩・こしょうをする。	人参 40g
⑤ 器に盛り、削り節と白ごまをふる。	ピーマン 30g (1個)
	乾きくらげ 5g
	ねぎ 50g
	ごま油 大1
	塩・こしょう 少々
	みりん 大1
	削り節・白ごま 大1/2
	少々



～犬を飼われている皆さんへ～

生後90日を経過したら30日以内に市町村に登録し、狂犬病予防注射を受けさせなければいけません。小型犬や室内犬も同様です。交付される鑑札は登録証になりますので、無くさないように首輪につけておきましょう。

また成犬(未登録・未注射)の場合は、所有した日から30日以内に登録・注射を実施します。登録は一生涯ですが注射は毎年1回受けなければなりません。これらを怠ると狂犬病予防法違反で罰せられますので注意しましょう。

飼い犬との快適な生活を送るために

- ・近所に迷惑をかけないように敷地内につないで飼いましょう。
- ・必ず引き綱等をつけて散歩させ、排泄物の処理は適切に行いましょう。
- ・一度飼い始めたら、生涯飼い続けましょう。
- ・市では年間を通じて野犬の捕獲を行っています。飼い犬が誤って離れた場合はすぐに市役所・警察署・保健所へ連絡してください。



次に該当する場合は届出が必要です

1. 新しく犬を飼い始めたとき。
2. 飼い犬の所有者が変わったとき。
3. 飼い主・飼い犬の住所が変わったとき。
4. 飼い犬が死亡または行方がわからなくなったとき。

※犬が死亡して死亡届を提出していない場合は、登録が残っていますので必ずご連絡ください。

※今まで飼っていた犬が死亡し、新たに犬を飼う場合には新規登録の手続きが必要です。

平成22年度狂犬病予防注射日程 (日にちはすべて5月)

料 金/注射料2,490円と注射済票交付手数料550円(合計3,040円)が必要です。さらに新規登録される方は登録手数料として別に3,000円が必要になります。(釣り銭がいらぬようにお願いします)

問合先/生活環境課環境対策係 ☎44-6111 (内線340・405)

日 時	場 所	地 区	
10日 (月)	9:20～9:40	高石フルーツ園そば	天都山
	9:50～10:00	屋根付ゴミボックスそば	天都山
	10:10～10:20	民宿ランブ前	新町
	10:30～10:45	大曲西公園	大曲
	10:55～11:05	松田治療院裏	三眺・大曲
	11:15～11:25	新星町内会館前	新町
	13:20～13:50	向陽ヶ丘配水塔前	向陽ヶ丘
14:00～14:20	向陽ヶ丘第1公園	向陽ヶ丘	
14:30～15:00	向陽ヶ丘住民センター前	向陽ヶ丘	
11日 (火)	9:20～10:10	桂町墓地駐車場	桂町
	10:20～10:50	第一中学校正門横	台町
	11:00～11:20	北村鉄工所事務所前	南東
	13:30～13:45	旧ホテルビューパーク前	呼人
	13:55～14:10	もとよし旅館前	呼人
	14:20～14:35	旧かんぼの宿入口ゲート前	呼人
	14:45～14:55	西網走漁業協同組合集会所横	呼人
15:05～15:35	呼人消防	呼人	
15:45～16:00	元なりたや様横	呼人	
12日 (水)	9:20～10:00	保健センター	北西
	10:10～10:30	オホーツク総合振興局庁舎裏	北西
	10:40～11:00	ほくせい公園前	北西
	11:00～11:30	緑町児童公園横	緑町
	13:20～13:40	大野商店前	二ツ岩
	13:50～14:00	ユースホテル前	明治
	14:10～14:25	三吉神社向かい	海岸町
14:35～14:50	福祉センター向かい	北西・北東	
15:00～15:15	モヨロ貝塚館前	北東	
13日 (木)	9:20～10:10	かつ里菟裏駐車場	つくしヶ丘
	10:20～10:40	つくし児童センター	つくしヶ丘
	10:50～11:10	つくし6丁目公衆トイレ前	つくしヶ丘
	13:20～13:40	市民会館裏	南西
	13:50～14:10	若草団地入口	錦町
	14:20～14:50	変電所付近	錦町
	15:00～15:10	鉄南会館前	南西
14日 (金)	9:20～10:30	潮見神社	潮見
	10:40～11:30	潮見保育園	潮見

日 時	場 所	地 区	
14日 (金)	13:20～13:50	龍雲寺前	潮見
	14:00～15:00	簡易郵便局前	潮見
16日 (日)	10:00～12:00	市役所前	平日に来れない方
17日 (月)	9:20～9:30	山下電気横	鱒浦
	9:40～9:55	オショップ町内会リサイクル収集所前	鱒浦
	10:05～10:15	オホーツク児童公園	オホーツク団地
	10:25～10:55	丸田組資材置場向かい	オホーツク団地
	11:05～11:25	羽衣公園	オホーツク団地
	13:40～14:00	浦士別Aコープ横	浦士別
	14:10～14:35	音根内集会所	音根内
14:45～14:55	丸実研修センター前	丸万・実豊	
18日 (火)	9:20～9:40	駒場東町内会館	駒場
	9:50～10:20	第一すぎな団地公園	駒場
	10:30～11:00	駒場南ひばりヶ丘町内会館	駒場
	13:20～14:20	駒場住民センター	駒場
	14:30～14:45	中央公園公衆トイレ横	南西
	14:55～15:15	市役所裏	南東
19日 (水)	9:45～10:05	能取公民館前	能取
	10:15～10:30	平和会館前	平和
	10:40～11:15	鉄道記念館前	卯原内
	11:25～11:40	西網走コミュニティセンター	卯原内
	13:30～13:40	岨昭吉宅前	嘉多山
	13:50～14:10	嘉多山総合研修センター前	嘉多山
	14:25～14:40	二見ヶ岡会館前	二見ヶ岡
14:50～15:10	内藤組資材置場	二見ヶ岡	
20日 (木)	9:30～9:50	北浜消防	北浜
	10:00～10:10	日本フードパッカー前	藻琴
	10:20～10:40	藻琴消防	藻琴
	10:50～11:20	原生牧場入口	藻琴
	13:30～13:40	遠藤商店前	山里・昭和
	13:50～14:05	松原商店前	稲富
	14:15～14:30	中園公会堂	中園
	14:40～14:50	J A あばしり小麦乾燥施設	東網走
	15:00～15:10	豊郷公民館前	豊郷