

広報

あばしり

網走市防災フェア2023が9月9日にエコーセンターにて開催されました。防災に関する講話や展示、AR体験などの他に、中庭では自衛隊と網走消防団女性分団による炊き出しの訓練が行われ、参加者へカレーと豚汁が提供されました。



10

2023年
No.770

特集

網走市の人事・給与などの公表

青少年平和都市友好交流事業

糸満市訪問の記録

市の公式
SNSなど



ウェブ
WEB
サイト



ライン
LINE



エックス
X
(旧Twitter)



フェイスブック
Facebook

人事・給与などの公表

令和4年度の網走市職員の給与や職員数、勤務条件、サービスの状況などを、「網走市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、公表します。

【問い合わせ】職員課職員係（内線326）

▼ 職員数

部門別職員数

区 分		職員数		対前年 増減数
		R4	R5	
一般行政	議 会	5	5	0
	総 務	65	71	6
	税 務	17	17	0
	民 生	41	44	3
	衛 生	35	32	▲3
	労 働	2	2	0
	農林水産	25	26	1
	商 工	16	17	1
	土 木	40	39	▲1
教 育	57	61	4	
小 計		303	314	11
公営企業等 会計	水 道	15	14	▲1
	下 水道	7	7	0
	そ の 他	22	21	▲1
合 計		347	356	9

新規採用	退職
15人	12人

階級別職員数（令和5年4月1日現在）

区 分	標準的な職務	職員数	構成比
1 級	係員	74人	20.8%
2 級		36人	10.1%
3 級	主任	83人	23.3%
4 級	係長、主査	98人	27.5%
5 級	課長、参事	49人	13.8%
6 級	部次長、 会計管理者	3人	0.8%
7 級	部長、参事監	13人	3.7%

▼ 給与 職員に支給される給料や主な手当の概要は、次のとおりです。

人件費（令和4年度普通会計決算）

住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率(B/A)	前年度人件費率
33,056人	2,725,383万円	9,442万円	309,731万円	11.4%	10.1%

職員給与費(令和4年度決算)

職員数(A)	給与費				一人当たり給与費 (B/A)
	給 料	職員手当	期末勤勉手当	計(B)	
347人	122,602万円	27,723万円	45,589万円	195,914万円	565万円

職員の平均年齢など

平均年齢	39.1歳
平均給料	297,400円
平均給与	332,448円

※給与とは、給料に職員手当(期末勤勉手当・退職手当を除く)などを加えたものです。

ラスパイレス指数

R 4 年	97.2
R 3 年	96.9
R 2 年	96.7
H31年	97.0

※国家公務員の給与水準を100とした場合の給与水準を単純平均したものです。

初任給

大学卒	185,200円
高校卒	154,600円

期末・勤勉手当

年間平均額	131万円
期末手当	2.40月分
勤勉手当	2.00月分
加算措置	5%～10%

退職手当

退職事由	勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度額	加算措置
自己都合の支給率	19.6695月分	28.0395月分	39.7575月分	47.709月分	定年前早期退職 2～20%加算
定年・勤奨の支給率	24.586875月分	33.27075月分	47.709月分	47.709月分	

各種手当

手当名	支給内訳、支給単価	1人当たり年間平均額
時間外手当	時間単価に1.25～1.75を乗じた額	323,813円
扶養手当	配偶者 6,500円	99,359円
	22歳までの子 10,000円	
	扶養親族 6,500円	
	16歳から22歳までの子の加算額 5,000円	
住居手当	借家（家賃額5,000円を超える職員） ～ 28,000円	116,274円
通勤手当	バスなどの交通機関を利用の場合 ～ 50,000円	32,891円
	車などの交通用具を利用の場合 3,000円 （駐車場借上の場合 は ～ 21,900円 1,000円加算）	
管理職手当	部長職 51,200円	93,337円
	次長職 41,200円	
	課長職 39,200円	
寒冷地手当 11～3月	扶養親族がいる場合 23,360円	83,366円
	扶養親族がいない場合 13,060円	
	その他 8,800円	
特殊勤務手当	除雪および排雪作業に従事する職員 1,500円	5,594円
	家庭などを訪問し福祉の相談業務をした職員 300円/日	
	感染症患者の消毒および感染のおそれがある業務に従事した職員 550円/日	
	その他支給対象（13種類） 各種毎の単価	

特別職の給料など

区分	特別職		
	市長	副市長	教育長
給料月額	836,000円 (950,000円)	722,000円 (760,000円)	631,750円 (665,000円)
期末手当	4.40月分 役職加算 10%		
退職手当	給料月額×在職年数×下記支給率を任期ごとに支給		
	4.30	3.59	2.74

※給料月額（ ）内は、減額措置前の金額です。

市議の給料など

区分	市議		
	議長	副議長	議員
給料月額	471,000円	415,000円	380,000円
期末手当	4.40月分 役職加算 10%		

▼勤務・休暇・処分など 勤務時間：午前8時45分～午後5時30分 休憩：正午から午後1時

休暇

種類	年次有給休暇、病気休暇、特別休暇（結婚、忌引き、産前産後など）
有給休暇付与日数	年間20日

年次有給休暇の取得状況

対象職員数	付与日数	取得日数	平均取得日数
346人	13,172日	3,662.1日	10.6日

育児休業などの取得状況

	育児休業	部分休業	取得可能
男性	0人	0人	3人
女性	9人	8人	3人

処分の状況

分限	免職	0人
	休職	6人
	降任	0人
懲戒	免職	0人
	停職	0人
	減給	1人
	戒告	0人

▼職員の研修について、令和4年度の研修実施状況は、基礎研修43人、特別研修52人、派遣研修43人の合計138人です。

▼職員の共済制度は、地方公務員等共済組合法に基づき、職員と市において負担する財源により、長期給付事業（年金）、短期給付事業（医療関係）、福祉事業（健康事業等）を行っています。

▼職員の厚生制度として地方公務員法第42条に基づき、網走市職員厚生会を設置し、職員の元気回復、その他厚生に関する事業を行っています。この互助会は、職員の会費で運営されています。

▼公務上および通勤途中の災害による傷病などまたは死亡の場合には、地方公務員災害補償基金から一定の補償が行われます。令和4年度は、傷病5件の補償が行われました。

▼職員は、給与、勤務時間その他の勤務条件に関し、懲戒その他意に反する不利益な処分を受けたときは、公平委員会に対し申し立てをすることができます。

令和4年度に、勤務条件・不利益処分に関する措置の要求はありませんでした。

糸満市訪問の記録

7月25日から28日までの4日間、平和学習と友好都市との親交を深めるため、市内の中学生6人が神奈川県厚木市の中学生6人とともに、沖縄県糸満市を訪ねました。
中学生自身が見て、聞いて、実感したことを紹介します。



(平和の灯)

第一中学校
清水 ひまり
さん



沖縄戦について本で学んだこと
がありました。実際に現地では話を聞く想像をはるかに超える悲惨なものでした。語り部の方の話が印象に残っており、誰も幸せにならない戦争は二度と繰り返してはいけなと思います。平和に暮らせていることは、当たり前ではないことを4日間で改めて経験しました。



(民宿でのサーターアンダギー作り体験)



第三中学校
齊藤 恵実里
さん

平和祈念公園で語り部の方のお話を聞き、沖縄戦について学びました。「現在の私たちは努力すれば自分の好きなことができる。しかし、それは当たり前なことではない。平和だからできる。」と教えてくださいました。戦争の記憶を次の世代に残し、伝えていく必要があると思います。



第二中学校
山田 直太郎
さん

サーターアンダギーづくりについて、見た目は簡単そうでしたが、実際に体験してみるととても難しかったです。4日間を通して、「戦争を繰り返してはいけません。自分たちが平和な未来をつくり守っていかねばならない。」と感じました。



(戦争体験講話)



第五中学校
鈴木 明日蘭
さん

ひめゆりの塔にはひめゆり学徒隊のことがあり、自分たちと同じくらいの年齢の女の子たちがたくさんいて、信じられなかったです。今回の訪問で改めて網走市と糸満市の気候の違いを実感しました。
あとは、平和を実現するためにはどうすればいいのか、自分には何ができるのかを考えていこうと思いました。



第三中学校
佐藤 美心
さん

糸満市の方は陽気な方が多くて食事がとても楽しかったです。琉球ガラス村でのコップ作りは飲み口の部分を綺麗な円にするのが難しく、職人の方が当たり前でできているのを見て尊敬しました。この派遣を通して私ができる「平和」とは、安心できる環境があつて笑顔になれることだと思っています。



(琉球ガラス村でのガラス作り体験)



第四中学校
井上 達也
さん

平和の礎には想像していた以上の犠牲者の名前が書いてあり、戦争は本当にしてはいけないことだと再認識しました。
また、交流会ではマンゴーやアグーバーガーなど普段は食べられないものや、エイサーの見学など北海道ではできない貴重な体験ができました。

感想文の全文は
こちら



市公式サイト

市営住宅入居者募集

問い合わせ／建築課住宅管理係（内線2033）

申込条件／申請前に住宅管理係へご確認ください

- ・住宅に困窮している方
- ・同居または同居予定の親族(婚約者含む)のある方
※1人以上世帯向けに単身で申し込む場合、60歳未満の方は申込みできません（身体障がい者、生活保護世帯などを除く）。
- ・年間総収入額が下記の収入基準以下の世帯

【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	年金や事業所得者、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	

- ・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
- ・緊急時における連絡先が必要です。

入居時注意事項

- ・敷金（家賃2カ月分）の納入が必要です。
- ・照明・暖房器具、灯油タンク、網戸、浴槽・風呂釜・給湯設備など、入居者負担の設備があります。
- ・駐車場の使用には別途、申請が必要です。
※1区画につき月額1,570円を徴収します。
- ・ペットの飼育はできません。一時預かりも「不可」です。
- ・夫婦の別居など、世帯を故意かつ不自然に分割・合併する世帯は入居できません。
- ・持ち家の方は、売却予定などを証明する契約書などがあれば、申し込みできます。

その他個別の注意事項については、受付時にお伝えします。

No.	住所	建築年	間取り	階	住宅使用料	入居要件等	EV
1	つくしヶ丘4丁目13番	H29年	2DK/52.8	2	18,400円～36,100円	1人以上世帯	○
2	つくしヶ丘6丁目8番	H7年	2DK/60.0	1	18,800円～37,000円	1人以上世帯 身障	○
3	大曲2丁目12番	S63年	1LDK/41.6	1	11,500円～22,700円	1人以上世帯 高齢者	
4	大曲2丁目5番	H2年	1LDK/41.7	1	12,100円～23,700円	1人以上世帯 高齢者	
5	駒場南8丁目12番	H7年	2LDK/65.9	3	21,100円～41,500円	2人以上世帯 改良住宅	
6	大曲2丁目5番	H9年	2LDK/68.1	3	20,900円～41,000円	2人以上世帯	
7	南4西1 オーション・ホト	H18年	2LDK/59.4	5	21,600円～42,500円	2人以上世帯 借上住宅	○
8	南4西4 ヴィラスクエア	H19年	2LDK/63.9	6	23,300円～45,900円	2人以上世帯 借上住宅	○
9	大曲2丁目5番	H5年	3LDK/71.1	2	21,400円～42,100円	3人以上世帯	
10	駒場南8丁目11番	H7年	3LDK/74.7	2	24,000円～47,100円	3人以上世帯	
11	つくしヶ丘6丁目11番	H12年	3DK/77.0	3	24,700円～48,600円	3人以上世帯	
12	南3東2 ピア20	H18年	3LDK/73.7	3	26,800円～52,700円	3人以上世帯 借上住宅	○
13	南3東2 ピア20	H18年	3LDK/73.7	4	26,800円～52,700円	3人以上世帯 借上住宅	○

- ・風呂についてはガス・電気会社とのリース契約となり、リース料の支払いが必要となります。
- ・「EV」はエレベーターです。○がついているところには設置されています。

申込方法

受付期間：令和5年10月2日(月)～10月6日(金) ※土日除く

申込先：〒093-8555 網走市南6条東4丁目 建築課住宅管理係

提出書類：①網走市営住宅入居申込書（市公式サイトからダウンロードできます）

②収入を証明できるもの（最新の源泉徴収票、年金・恩給等振込通知書など）

③市外在住者は住民票の写

（障がいのある方は、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の写）

抽選日時：令和5年10月11日(水) 午後1時30分 抽選結果は電話にて連絡します。

入居指定日：令和5年11月1日(水)



随時募集住宅（先着優先）

8月24日現在、21件あります。詳細は住宅管理係までお問い合わせください。

次回受付期間は令和5年12月上旬を予定しています。

10
/ 15
(日)

見つめてみよう 暮らしと環境

来場者プレゼント有

みんなの生活展

会場：北コミュニティセンター とき：午前9時30分～午後0時30分

【テーマ】大切なこと…今 生活を見直そう

販売コーナー

有機野菜（玉ねぎなど）季節のフルーツ（プルーン、梨） 木工品（ストラップ・ワイン立て）
包丁研ぎ1本300円（1家庭2本まで） など

展示コーナー

ガス器具の展示・実演 行政相談の紹介 更生保護の紹介 交通安全パネルの展示 など

体験コーナー

手作りおもちゃの紹介 竹とんぼ工作体験 楽しく学ぼう電気の省エネ！おもしろ体験
防災備蓄品の紹介、AR火災煙体験 ソーラーパネルで走る電車の体験型展示
「みんなで取り組む！3R！」リサイクル工作教室 など

消費者協会コーナー

消費生活相談の紹介 リユース・リサイクル小物販売 牛乳、ホタテ販売
広報はまなす展示 エコクラフトかご作り体験 など

【問い合わせ】市民活動推進係（内線234）

10
/ 25
(水)

令和5年度健康講演会

入場無料

こころといのちの講演会

会場：エコーセンター 2000 大会議室 とき：午後6時30分～8時

『うつ病がつなぐ家族の絆 笑顔の力で取り戻そう！
心と体の健康そして絆』



講師：スマイルナビゲーター うつ病家族支援アドバイザー

望月美由紀 氏

「全ての人を笑顔に！」のポリシーで笑いの天使クラウン（道化師）として20年近く活動しているスマイルナビゲーター・うつ病家族支援アドバイザーの望月美由紀さんを講師にお招きし、うつ病の方とその家族の心のケア、道化師術を応用したコミュニケーションについてお話いただきます。

入場整理券配布場所

市役所・保健センター・エコーセンター・福祉センター・網走保健所

主催：網走市 協力：自死遺族のための「わかちあいの会 With」

※この講演会は北海道地域自殺対策強化交付金により運営されています

【問い合わせ】保健センター（☎43-8450）

指定管理者事業者 の募集について

募集期間 10月 2日(月)～10月31日(火)
要綱配付期間 9月25日(月)～10月31日(火)

● 網走市体育施設

(網走市民健康プール、網走スポーツ・トレーニングフィールド、網走市営スキー場、網走市営スケート場)

配付・受付／総合体育館(平日 午前9時～午後5時)

説明会／10月4日(水)午前9時30分 総合体育館会議室

説明会に参加される方は、10月3日(火)午後5時までに申し込みが必要です。

問い合わせ／スポーツ課 管理係(電話43-3647)

● 網走市屋内ゲートボール場(すば一く網走)

配付・受付／総合体育館(平日 午前9時～午後5時)

説明会／10月4日(水)午前11時 総合体育館会議室

説明会に参加される方は、10月3日(火)午後5時までに申し込みが必要です。

問い合わせ／スポーツ課 管理係(電話43-3647)

● レイクサイドパーク・のとり

配付・受付／水産漁港課 漁業振興係(平日 午前9時～午後5時)

説明会／10月11日(水)午後1時30分 市役所西庁舎 会議室

説明会に参加される方は、10月5日(木)午後5時までに申し込みが必要です。

問い合わせ／水産漁港課 漁業振興係(電話44-6111 内線308)

オホーツク流水館 入館料金改定のお知らせ



令和5年10月1日よりオホーツク流水館の入館料金が変わります。

ただし、網走市、斜里町、清里町、小清水町、大空町※にお住まいの方は、受付で居住地の証明書を提示すると、改定前と同じ料金で入場いただけます。(天都山展望台の利用は無料です)

区分	改定前料金	改定後新料金	
	一律	市民・近隣町民※	その他
大人	770円	770円	990円
高校生	660円	660円	880円
小中学生	550円	550円	770円

※定住自立圏を形成している地域が対象です。受付で居住地の証明書(免許証や保険証など)をご提示ください。

開館時間や団体料金などについては流水館公式サイトにてご確認ください。

<https://www.ryuhyokan.com/>

【問い合わせ】観光課 観光振興係(内線243)



16日(月)から22日(日)は行政相談週間です

「制度や仕組みがわからない」「困りごとをどこに相談したらいいのかわからない」「役所への手続き方法を教えてほしい」など、毎日の暮らしの中で生じる国や特殊法人への苦情、行政の仕組みや手続きの改善に関するご相談を受け付けています。

定例行政相談

日時／毎月第2・第4金曜日 10時～正午

場所／網走市役所 本庁舎 2階 市民相談室

特設行政相談

日時／10月15日(日)

9時30分～12時30分

場所／北コミュニティセンター

みんなの生活展会場内

※相談は無料で、秘密は守られます。事前予約の必要はありません。

【問い合わせ】総務省 北海道管区行政評価局 旭川行政評価分室 ☎0166-38-3011

市民活動推進課 市民活動推進係 (内線:234) 本庁舎1階

JR網走駅に駐輪場ができました！

開設期間 令和5年11月30日(木)まで

最大駐輪台数 14台

<利用ルール>

駅レンタカー横の出入り口(スロープ)をご利用ください。

防犯登録をしている自転車のみ駐輪可能です。

その他注意事項などについては、

市公式サイトにて確認ください。



【問い合わせ】都市管理課 道路河川係 (内線255)

<https://www.city.abashiri.hokkaido.jp/060soshiki/220kensetsudoboku/jryuurinnjyo.html>

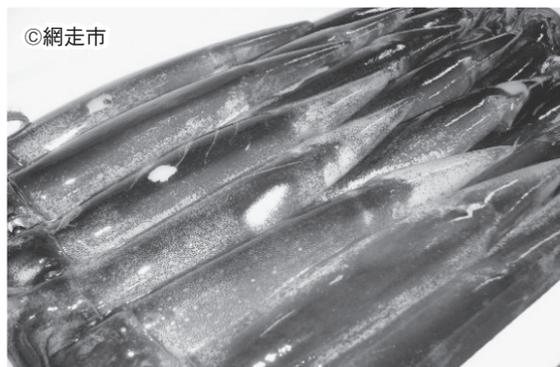
網走の^{うみ}海湖の恵み 第63回 「イカを食べて健康に！」

今月はイカについて紹介します。

イカはおよそ500種類おり、網走で獲れるイカは、国内で最も漁獲量の多いスルメイカです。スルメイカの名前の由来は、墨を吐く群れを「墨群(すみむれ)」と呼んでいたことから転じたとされています。

イカは低カロリー・低脂肪・高タンパク質の食材です。血中コレステロール値を下げ、中性脂肪を少なくし、肝機能の働きを高めるなど生活習慣病の予防やダイエット効果があり、さらに冷凍しても鮮度が落ちにくい優れた食材です。たくさんイカを食べて健康な体を目指しましょう！

©網走市



【問い合わせ】水産漁港課 漁政係 (内線296)

ごみ事情eモニターを募集します

あなたのごみ事情、教えてください！

インターネットを利用したごみに関するアンケート調査を行うため、回答いただけるごみ事情eモニターを募集します。

申し込み条件 次の条件を全て満たす方

- ① 満18歳以上で、市内に在住または在勤・在学している方
- ② インターネット環境を利用できる方
- ③ 電子メールアドレスをお持ちの方

実施期間

令和6年3月31日まで ※5回程度アンケートを実施予定

応募方法

10月31日（火）までに、市公式サイト下記ページよりご応募ください。

https://www.city.abashiri.hokkaido.jp/060soshiki/100seikatukankyo/gomi_e-monitor.html

謝 礼

期間中の全てのアンケートへ回答いただいた方に、1,000円分のクオカードを進呈

そ の 他

- ・ 応募時やアンケート回答時の通信費用などは、すべてeモニターの負担となります。
- ・ 応募者多数の場合は抽選となります。
- ・ アンケートページは、指定いただいたメールアドレスへ電子メールにてお送りします。

【問い合わせ】生活環境課清掃 リサイクル係（内線297）



網走市民健康づくりプラン③「休養・睡眠・こころの健康」について

HEALTHY講座

令和5年度のヘルシー講座では、「第3期網走市民健康づくりプラン」に沿って、健康的な生活についての情報をお知らせしています。今月は「休養・睡眠・こころの健康」についてです。

目標：良質な睡眠と十分な休養をとります

網走市「健康に関するアンケート」では20歳以上の「休養が充分にとれている」、「ある程度とれている」と思う人の割合は令和2年度で75.6%です。令和6年度の目標は83.2%です。

休養は、生活の質にかかわる重要な要素であり、十分な睡眠をとることは、こころと体の健康を保つために重要です。睡眠がとれない、こころの不調などを感じたら、一人で悩みを抱えず相談しましょう。

〈こころの不調のサイン〉

- ・ 気分が落ち込む、ネガティブになる
- ・ 無気力、やる気がでない
- ・ 食欲がない
- ・ 周囲と交流をさけるようになる
- ・ 身だしなみがだらしくなる
- ・ 落ち着きがない

〈快適な睡眠のための生活習慣〉

- ・ 適度な運動をする
- ・ 食事を規則正しく摂る
- ・ 朝起きたら日の光を浴びる
- ・ 睡眠時間にこだわらない
- ・ カフェインやアルコールの量に注意する



相談窓口

- ・ 体の健康や、こころの不調などで悩んだとき 保健センター 43-8450
- ・ 悩みごとでこころが追い詰められそうなとき 北海道いのちの電話 0120-864-505(24時間対応)
※市内在住の方は無料



男女共同参画コーナー

ひゅ〜ら

～ Human Love ～

自分らしさを認め合う、ひとりひとりが生きやすい社会へ

人生にはさまざまな選択の場面がありますが、自身のあり方、家族のあり方も多様化しています。自分らしい選択・あり方とはなんでしょうか。

【姓の選択】

日本では、民法の定めにより、「夫婦は、婚姻の際に定めるところに従い、夫又は妻の氏を称する」とされており、夫婦別姓は認められていません。そして、姓の選択において、平成28年の国の統計では実に96%が夫の姓を選択しています。

【性のあり方】

また、日本では、現行憲法の下では、「婚姻は両性の合意のみに基づいて成立する」とされており、同性婚は認められていません。性自認や性的指向の違いなど、性のあり方が多様であるにも関わらず、男性か女性の二択を迫られる機会もまだまだ多く、生きづらさを感じている方も少なくありません。

【主體的な姓選択と多様な性のあり方】

例えば、「伝統的な家族のかたちが崩れる」、「家族が同じ姓になることで、夫婦・家族の一体感が生まれ、子の利益にもなる。」などのように夫婦別姓に反対する意見もあります。

しかし、家族のあり方は家族の数だけ存在します。性のあり方も男性・女性だけでなく人それぞれです。

社会には多くのルールや決まりがありますが、今後さまざまな選択肢が増え、自ら選ぶことで大切なアイデンティティを守ることができる社会になるといいですね。

網走市男女共同参画プラン推進会議編集委員

※平成28年の国の統計：厚生労働省の婚姻に関する統計のことです。



市公式サイトでもこのレシピをご覧になれます。

- 《作り方》
- ① 白子はやさしく洗い、筋や血管を丁寧に取り除く。
 - ② 洗った白子と塩こうじを袋に入れて1時間漬け込む。
 - ③ アルミホイルに包んで、フライパンで焼く。大葉を敷いた皿に盛り付ける。

白子の塩こうじ漬け ～ゆずこしょう添え～

《材	《	材	《	4	人
料	》	料	》	分	
鮭白子		200	g		
塩こうじ		80	g		
大葉		4	枚		
柚子胡椒		適	量		



管理栄養士さんの! ワンポイントメモ

★白子に含まれる栄養素は、主にたんぱく質、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンB1です。どれも身体づくりや代謝に重要な働きをします。

ビタミンDは脂溶性ビタミンのため、油で調理することで吸収率が高まります。ビタミンEは、野菜に多く含まれるビタミンCと一緒に摂取すると効果が高まるので、白子と野菜の鍋やお味噌汁などもおすすめの食べ方です。

1人分栄養価 エネルギー 28kcal、蛋白質4.3g、脂質0.3g、カルシウム7mg、塩分0.1g

申=申し込み先
問=問い合わせ先

募集



シルバー人材センター会員募集

シルバー人材センターでは、元気に活躍いただける会員の方を募集しています。

市内にお住まいの60歳以上の方なら、どなたでも会員になることができます。
入会説明会/毎月17日と27日(休日のときは前日)にソレイユ網走で開催。事前にお問い合わせください。
10月は17日(火)と27日(金)午後1時30分から開催します。

入会申込書/センターで配付のほか、公式サイトからもダウンロードできます。顔写真、会費が必要です。

会員になると/お客様からセンターに依頼のあった業務を会員の方へ連絡し、日程や内容などの条件が合えば、就業していただきます。

申・問 網走市シルバー人材センター
網走市桂町2丁目1番3号ソレイユ網走内 ☎④③⑥⑥⑧⑧
<https://www.sjc-あばしり.jp/>

自衛官採用試験

〔自衛官候補生採用試験〕

受験資格/18歳以上33歳未満の方

試験日/①11月11日(土)

②11月12日(日)

③12月5日(火)

場所/①美幌、釧路 ②③帯広
応募期日/①②11月7日(火)
③11月29日(水)

〔第3回一般曹候補生1次試験〕

受験資格/18歳以上33歳未満の方

試験日/12月9日(土)

場所/美幌、帯広、釧路

応募期日/11月30日(木)

問 自衛隊帯広地方協力本部網走地域事務所 ☎④5743

自衛隊帯広地方協力本部ウェブサイト

<https://www.mod.go.jp/pco/ohiro/>

子育て



プレママクラブ(母親学級)・妊婦さん見学会

妊婦さん同士で楽しく学べる教室です。

対象/令和6年2月~4月に出産予定の妊婦さん

日時/11月10日(金)、17日(金)、24日(金)

午後1時30分~3時30分(2日目は3時まで)

場所/保健センター、子育て支援センター(どんぐり)

内容/妊娠中の歯の手入れ、母乳について、お産のしくみ、妊娠中の栄養、先輩ママ・妊婦さん同士の交流など

参加費/500円

申込期間/10月2日(月)~27日(金)まで

申・問 保健センター ☎④③8450

ハローベビークラブ(両親学級)

ご夫婦で一緒に参加できる教室です。対象/令和6年2月~4月に赤ちゃんを迎えるご夫婦

日時/11月28日(火)

午後7時~8時30分

場所/保健センター

内容/おふろレッスン、赤ちゃんのお世話、マタニティマッサージなど

参加費/300円

定員/12組(先着順)

申込期間/10月2日(月)~11月17日(金)

申・問 保健センター ☎④③8450

広げよう里親の「輪」

あたたかい家庭を必要としている子どもたちがいます。

「里親」とは、さまざまな事情により家庭で暮らせなくなった子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて、愛情とまごころをこめて養育してくださる方です。

資格などは必要なく、現在オホーツク管内では、約60組の里親がおり、約30名の子どもたちが里親家庭で生活しています。

里親制度について知りたい方はもちろん、町内会・サークル活動などで、担当者がお話させていただくこともできますので、お気軽にご連絡ください。

問 北海道北見児童相談所

☎0157②43498

教育相談会の実施

令和6年度に小学校へ入学を予定している、教育上特別な支援が必要と思われるお子さんについて、専門の先生を交えて、お子さんの心身・言語の状態を早期に把握し、どのような教育や支援が必要かを一緒に考える「教育相談会」を11月に開催する予定です。相談を希望される方はご連絡ください。

申・問 学校教育課学務係

(内線365) 西庁舎2階

健康



ジェネリック医薬品のお知らせ

国民健康保険に加入の、医薬品の処方実績があり、同一効能・効果のある安価なジェネリック医薬品への切り替えにより、お薬代が安くなることが見込まれる方へ、お知らせを送付します。

※36歳以上の方へ、年2回(10月・2月)送付しています。

※ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師・薬剤師にご相談ください。

※お知らせはジェネリック医薬品への切り替えを強制するものではありません。

問 戸籍保険課医療保険係

(内線408) 本庁舎1階

糖尿病の重症化予防

国民健康保険では、前年度の「特定健診」の結果、糖尿病の重症化による人工透析への移行リスクが高い方へ、医療機関への受診をお勧めしたり、生活習慣改善の相談を受けています。

対象となる方へは、保健師がお電話や訪問などをしておりしますので、ご協力をお願いします。

健康状態の把握のため、特定健診は毎年必ず受診しましょう。

閩戸籍保険課医療保険係
(内線408) 本庁舎1階

BCG予防接種

日時／11月7日(火)

午後0時45分～1時15分

対象／生後3カ月～1歳未満の乳児
(標準接種期間は生後5～7カ月)

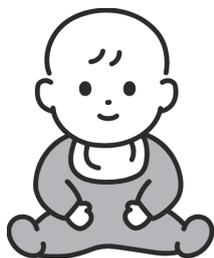
場所／保健センター

持ち物／母子手帳

申込期間／10月2日(月)～31日(火)

※保護者以外が付き添う場合はご連絡ください。(委任状が必要です。)

申・閩保健センター ☎ 8450



環境

緑化用苗木の配付

国土保全、地球温暖化防止、自然景観向上のため、植樹を計画している団体へ広葉樹の苗木を配布します。

対象／町内会などの地域団体(女性団体、高齢者団体、農・漁協、学校なども対象です)

植樹場所／公有地および一般に広く開放された民有地

申込書／申込書は耕地林務係で配付のほか、市公式サイトからもダウンロードできます。植樹場所がわかる地図を添付してください。

受付期間／10月2日(月)～20日(金)

配布期間／10月中旬～下旬 ※申込者に別途連絡

申・閩農林課耕地林務係

(内線373) 西庁舎3階

「3」袋の口は必ず結んでください

ごみを出すときは、袋口(ペロ)を結んでから、取っ手部分を結び、ごみがこぼれないように出してください。

袋に入れて口が結ばない大きさのごみは、ごみ袋に収まるように切るか、一般ごみ処理券または粗大ごみ処理券(要予約)を貼って出してください。

閩生活環境課清掃リサイクル係

(内線233) 本庁舎2階

10月は清掃月間です

10月の明治ごみ処理場(☎ 688)の1)の開場時間は次のとおりです。

月曜日～土曜日／午前9時～午後4時

日曜日／午前9時～正午(8日のみ)

※日曜日は「第2日曜日」のみ開場

閩生活環境課清掃リサイクル係

(内線233) 本庁舎2階

9日の資源物収集は行いません

9日(月)は祝日のため、資源物収集を行いません。この日が収集日にあっている地区は、次週の収集日に出してください。

閩生活環境課清掃リサイクル係

(内線233) 本庁舎2階

福祉

障がいがある方の就業等に関する相談会の開催

「オホーツク障がい者就業・生活支援センターあおぞら」が相談会を開催します。

障がいのある方や支援を必要とする方の就労に向けた相談や、すでに働いている方の相談も受け付けます。相談を希望される方は、事前申し込みが必要です。

対象／障がいなどにより支援が必要な方

保険・年金・税

介護保険料の納め忘れにご注意を

65歳以上の方の介護保険料の納付は原則、年金からの天引きですが、状況により納付書で納付しなければならぬ場合もあります。保険料を納めずにいると、介護サービス利用の際に制限を受けることがありますので、保険料は必ず納めてください。

被災などの理由で納付が困難な場合は、介護保険係までご相談ください。

【年金から天引きできない例】

- ・65歳到達後、年金天引き開始のための事務手続きなどの準備期間
- ・他市町村からの転入後、一定期間
- ・修正申告などで所得状況が変わったときや生活保護を受けたときなど
- ・年金を担保として貸付金を受けるなどで天引きが中止となったとき

閩介護福祉課介護保険係

(内線391) 本庁舎1階

申=申し込み先
問=問い合わせ先

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは日本年金機構が実施します。

■対象となる方

- ・老齢基礎年金を受給しており、次の要件をすべて満たしている方。65歳以上、世帯全員の市町村民税が非課税となっている、年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下である方
- ・障害基礎年金・遺族基礎年金を受給しており、前年の所得額が約47.2万円以下の方

■請求について

年金を受給している方

すでに年金生活者支援給付金を受給している方は、新たな手続きは不要です。所得額が前年より低下したことなどにより支給対象となる方には、9月より順次、日本年金機構から簡易な年金生活者支援給付金請求書をお送りしています。

これから年金を受給し始める方

年金の請求手続と合わせて年金事務所または市町村で請求手続きをしてください。

年金支援給付金専用ダイヤル

☎0570-051-4092

講座・お知らせ

安全な農作業を心がけましょう

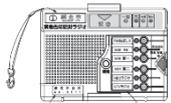
昨年度の市内の農作業事故発生件数は30件で、特に秋を迎えるこの時期は事故件数が増えています。農業機械を使用するときは、次の点に十分注意して安全な作業を心がけてください。

- ・農業機械で路上を通行するときは、他の車両や歩行者に注意し、路肩に寄りすぎないようにしましょう。
- ・機械の周りに子どもや他の作業者がいないか、周囲の安全を確認しましょう。
- ・機械の点検は、必ずエンジンを止めた状態で行いましょう。
- ・安全フレーム付きトラクターではシートベルトを着用し、圃場を出る際のブレーキペダルの連結確認を徹底しましょう。
- ・疲労を感じながら作業を続けると、集中力が低下し事故につながりやすいので、頻繁に休憩を取りましょう。

農林課農業振興係
(内線248) 西庁舎3階

今月の防災ラジオ試験放送日
10月13日(金)
午後1時

FMあばしり(78.7MHz)での割り込み放送告知後に試験放送を実施します。



10月は、市民税第3期、国民健康保険料および後期高齢医療保険料第4期の納期です。

10月は徴収強化月間

市税および国民健康保険料、後期高齢者医療保険料の納め忘れがある方は、至急納めてください。文書や電話で何度も催告を受けているにもかかわらず、そのまま放置すると、他の納付者との公平性を確保するため、財産や給料の差押を実施しますので、特別な事情のある方は早めに相談してください。

夜間納付窓口

日時/ 10月19日(木)、31日(火)
午後5時30分～8時

場所/ 本庁舎2階 税務課納税係

- ※各種証明書は発行できません。
- ※午後6時以降は本庁舎南5条側入口(裏口)からお入りください。
- ※10月31日のみ、市営住宅使用料についても、2階建築課で納付窓口を開設しています。

問税務課納税係 (内線309・332) 本庁舎2階

みんべる講座「豆腐・冷凍でんぷん団子づくり」

対象/ 市民
日時/ 10月25日(水)
午前9時30分～午後1時30分頃
定員/ 12名(先着順)
申込日/ 10月5日(木)1日のみ
受講料/ 千円 ※材料価格により変更する場合があります。
持ち物/ エプロン、三角巾、タオル、ビニール手袋、持帰り用容器(市販の豆腐が3丁ほど入るプラスチック容器など)、持ち帰り用袋、飲み物
申・市民活動推進係
(内線234) 本庁舎1階

看護職で現在お勤めされていない方へアンケートのお願い

看護師不足の対策を検討するため、アンケート調査を実施しています。ご協力をお願いします。
対象/ 市内にお住まいの、看護師または准看護師の資格があり、現在お勤めされていない方
回答期限/ 10月31日(火)
回答方法/ 左の二次元コードをスマートフォンやタブレットで読み取り、ご回答ください。(回答にかかる時間は5～10分)
問保健センター ☎8450



秋の火災予防運動

10月15日(日)から31日(火)まで、火災予防運動を実施します。

3つの習慣／

- ①寝たばこは絶対にやめてください。
- ②ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消してください。
- ③ストーブの近くに、燃えやすいものを置かないでください。

4つの対策／

- ①寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐため、防災製品を使用しましょう。
- ②逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を設置しましょう。
- ③住宅用火災器および住宅用火災装置を設置しましょう。
- ④お年寄りや体の不自由な人を守るため、隣近所の協力体制を作りましょう。

☎ 0157 247633
 北海道運輸局北見運輸支局

住宅用火災報知機の故障・電池切れにご注意ください

住宅用火災警報器の寿命は10年が目安です。10年を超えた警報器は清掃や点検を行っていないと、いざという時に作動しない可能性があります。

定期的に作動確認をしましょう／

ボタンを押して確認するタイプと、ひもを引いて確認するタイプがありま

す。警報が鳴れば正常です。

警報が鳴らないとき／

電池切れまたは故障の可能性がありますが、電池を交換しても改善されないときは、早急に本体を取り替えましょう。※消防署では、住宅用火災警報器や消火器の販売・斡旋はしていませんのでご注意ください。

「公証週間」電話相談

☎ 0157 247633

10月1日から7日までは公証週間です。公証制度を広く普及させるため、日本公証人連合会本部による電話相談を実施します。

☎ 03 3502 8239

・午前9時30分から正午
 ・午後1時から4時30分
 内容／遺言、任意後見契約など公証事務全般

☎ 0154 315010
 釧路地方法務局

住宅・土地統計調査

住宅・土地統計調査は、10月1日現在の世帯や住戸の状況などを明らかにするものです。

調査対象となった世帯へ、9月下旬から調査員がお伺いしていますので、インターネットまたは郵送にて調査票

のご提出をお願いします。
 関係情報政策課情報政策係
 (内線310) 本庁舎3階

漁業センサス

漁業センサスは、漁業の生産構造、就業構造を明らかにし、漁村、水産物流通・加工業などの漁業をとりまく実態と変化を総合的に把握するため、統計法に基づき、5年ごとに行う調査です。

11月1日現在で実施し、漁業者や水産関係者の方のところへ調査員がお伺いしますので、ご協力をお願いします。

関係情報政策課情報政策係
 (内線310) 本庁舎3階

点検整備推進運動実施中 クルマを点検しましょう

車検は、安全・環境面で国が定める基準に適合しているかどうかを一定の期間ごとに確認するもので、次の検査までの安全性などを保障するものではありません。

日常点検整備や定期点検整備を確実に実施し、使用に応じた適切な保守管理を行います。

☎ 0157 247633
 北海道運輸局北見運輸支局

秋の輸送繁忙期の交通安全運動

10月15日(日)～24日(火)

秋は、輸送貨物の増加とともに、大型車両の交通量が増える季節です。しっかり安全確認をしましょう。

- ◆過労・過積載・過密な運転の防止
- ◆スピードの出し過ぎなど無謀運転の防止
- ◆高齢者の交通事故防止・夜光反射材の普及
- ◆夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車の交通事故防止
- ◆飲酒運転の根絶



シグナル



凡例 日日時 場所 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

エコーセンター2000

●各イベント、講座について
 生涯学習係
 TEL 43705
 FAX 450733
 TEL 43704

お問い合わせはこちら
 施設に関して・お部屋の予約
 管理係

最新情報ははこちら↓

網走市民大学講座 第4・第5講座

●第4講座 10月5日(木)
 『私の体験したデイズニーマジック・感動を呼ぶサービス』
 【講師】(有香取感動)マネジメント代表 香取 貴信氏

みんなが幸せになれるご機嫌な法則とは？デイズニーから教わったたくさんさんのマインドをお伝えします。

●第5講座 11月1日(水)
 『人とつながる』

【講師】社会医療法人財団慈泉会 相澤病院 信州大学特任教授 スピードスケート金メダリスト 小平 奈緒氏

家族、恩師、ライバルとの思い出を振り返りながら、人とつながることの大切さや、スケート競技を通して学びえたことをお話しします。

＜尚講座基本情報＞

日午後6時30分～8時15分

場 エコーセンター エコーホール

費 一般千円 大学生500円※高校生以下無料

申募集期間 前日迄

募集方法 メール・FAX・電話

※未就学児の入場はご遠慮いただいております。
 網走市民大学事務局(生涯学習係内)

第4講座申込はこちら↓

第5講座申込はこちら↓



弦楽アンサンブル『石田組』

網走公演

いま最も聴きたいカリスマ・ヴァイオリニスト石田泰尚率いる「石田組」が来網！ぜひお楽しみください。

日 10月14日(土)開演 午後2時

場 網走市民会館(全席自由)

費 一般3500円 高校生以下千円

◎当日券一般のみ500円増

◎小学生以上から入場可

＜チケット販売所＞

①エコーセンター ②市民会館 ③市役所売店 ④キタノ靴店 ⑤フジヤ書店

網走市民まなびすと講座

重さのひみつ

～原子の目で重さを探求する～

「重さ」について、パワーポイントのスライドを使って、面白い実験や原子模型を使って学びます。大人から子どもまで楽しめます。

日 10月21日(土)午後1時～3時30分

場 エコーセンター 視聴覚室

対 網走市民(小学4年生～大人)

定 20名 費 無料

申募集期間 10月6日(金)迄

募集方法 申込フォーム
 電話 申込はこちら↓



第42回網走市寿大学祭

寿大学の学生が一年間の日頃の学習成果を披露します。家族や友人、知人だけでなく、広く市民の方々にもご来場いただきたくご案内いたします。

日(展示) 10月10日(火)午後1時

11日(水)午後2時30分

「ステージ発表」11日午前10時

場 エコーセンター エコーホール・展示室

内(展示) 園芸・短歌・書道

「ステージ発表」茶道・カラオケ・民謡・詩吟・舞踊・大正琴・歌ごえ

費 無料

網走市民まなびすと講座

人形劇団ブークによる

「アヒルさん人形作り講座」

10月9日(月)に網走市民会館で人形劇団ブーク様による公演が行われます。今回作るアヒルさん人形は演目の1つ「ピーターとおおかみ」に登場する人形で、首と羽が動くようになっていきます。

日 10月8日(日)午後1時30分～3時

場 エコーセンター 学習室ABC

対 網走市民(5歳～小学6年生の網走市民)

※親子での参加推奨 定 20名

費 一体500円【持ち物】ハサミ

申募集期間 9月29日(金)迄

募集方法 申込フォーム

電話 申込はこちら↓

電話 申込はこちら↓

電話 申込はこちら↓

電話 申込はこちら↓

【募集令和6年度

ホール公演企画(芸術文化事業)

音楽、演劇、ダンス、伝統芸能など：情熱ある素敵な企画を募集します。公演に際しエコーセンターに協力できる網走市民のグループ及び市内で活動できる文化団体

内 多くの市民に鑑賞してもらいたい、芸術性が高いプロ及びそれに準ずる公演者による公演企画の提案

◎提案した企画は、1月中旬(予定)に実施する選考委員会にてプレゼンしていただき、審査・選考します。

申募集期間 12月15日(金)迄

募集方法 応募用紙に記載のうえ提出
 ◎応募用紙はエコーセンター・市HPに掲載

◎手続きに不安がある方は生涯学習係までご相談ください。

詳細はこちら↓

電話 申込はこちら↓

**網走市社会教育セミナー
「明日を拓く地域、ひと、まなびの循環」**

人口減少社会に求められる社会教育の役割や地域づくりなどについて、講演やグループワークを通して学びます。

日 11月12日(日)午後1時～5時

場 エコーセンター 大会議室

対 網走市民、興味のある方

〔講師〕 菊池一春氏(前訓子府町長)

若杉鉄夫氏(北海学園大学
非常勤講師)

定 30名 費 無料

申 募集期間 11月1日(水)迄

募 集方法 申込フォーム・電話



今月の休館日(エコーセンター)
2日(月)、16日(月)、30日(月)
開館時間 午前9時～午後10時

市立図書館

☎ 43 2426

FAX 45 2792

最新情報はこちら↓



第28回 図書館まつり

●本が泣いているよ展

日 4日(水)～8日(日)※8日は午後3時迄

場 図書館1階 図書の修繕方法を紹介

●子ども俳句・短歌大会応募作品展示

日 4日(水)～8日(日)※8日は午後3時迄

場 エコーセンター 展示室

内 市内小学生による作品展示

●子ども俳句・短歌大会表彰式

日 10月7日(土)午後1時30分～2時
場 エコーセンター アトリウムロビー
内 優秀作品についての表彰

●古本市

日 10月8日(日)午前9時30分～12時30分

場 エコーセンター アトリウムロビー

内 市民寄贈の古本を低価格で販売

●電子図書館体験会

日 10月8日(日)午前9時30分～12時30分

場 エコーセンター アトリウムロビー

内 電子図書館の体験コーナー。ガチャガチャ、輪投げもあります。

●フェルト工作

「あばしりのもりをしくむ」

日 10月8日(日)午前9時30分～12時30分

場 エコーセンター 展示室

内 フェルトで簡単工作し、あばしりのもりを賑やかに彩ります。

●人形劇団たんぼ公演

日 10月8日(日)午前10時～11時

場 エコーセンター 大会議室

内 人形劇、紙芝居、演劇などの公演

大人のための絵本セラピー

日 10月28日(土)午前10時30分～12時

場 エコーセンター 視聴覚室

対 中学生以上の市民

内 絵本を読んで感じたことを分かち合う中で、忘れかけていた気持ちや異なる考え方に触れます。

定 15名(超えた場合は抽選)

申 募集期間 10月1日(日)～22日(日)

募 集方法 電話・メール・

図書館カウンター

申込はこちら↓



朗読・読み聞かせ講座

日 11月11日(土)午前10時～12時

場 エコーセンター 視聴覚室

対 中学生以上の市民

内 現役ラジオパーソナリティから、朗読や読み聞かせ・スピーチ等の「コツ」を教わります。

定 15名(超えた場合は抽選)

申 募集期間 10月15日(日)

募 集方法 電話・メール・図書館カウンター

11月5日(日)

申込はこちら↓

図書館カウンター

今月の展示棚

日 10月1日(日)～29日(日)

◎一般コーナー

「あなたはどう？ミステリー対決【国内VS海外】」

人気のミステリー小説。国内、海外どちらがお好きですか？

◎児童コーナー「秋のほん」

秋はいろいろなことをするのに良い季節。秋をかんじる絵本を集めます。

◎ティーンズコーナー

「おいしい本はいかが？」

おいしいそうな食べ物が出てくる小説を特集します。

◎2階地方資料コーナー「北海道の出版社」

北海道に根ざした出版と編集を手がける道内出版社の本をあつめました。

日 10月15日(日)～10月29日(日)

「ハロウィン」

ハロウィンにあわせて、魔女、かぼちゃ、おばけなどの本を展示します。

よみきかせ会

日 7日、14日、21日、28日
(各土曜日) 午後2時

場 図書館1階えほんのもり

〔よみて〕

7日…声の図書館「そよかせ」さん

14日…よみきかせ会ハイジさん

21日…網走南ヶ丘高等学校演劇部さん

または図書館職員

28日…サークル「声の教室」さん

0歳からのおやこで楽しむよみきかせ会

日 10月25日(水)午前11時30分～11時50分

場 図書館えほんのもり

大人のためのミニ朗読会(対面朗読)

日 10月25日(水)午後1時30分～3時

場 図書館2階ボランティア室

「よみて」声の図書館そよかせさん

内 大人の流儀(伊集院静著)「ほかを朗読します。

申 当日会場で受け付けします。

今月の休館日(図書館)

2日(月)、9日(月祝)、16日(月)、23日(月)、30日(月)、31日(火・月末整理日)

開館時間

午前9時30分～午後7時(火～土)

午前9時30分～午後5時(日・祝)

総合体育館

最新情報はこちら↓

☎ 43 3647

FAX 43 3550

日専連ホーソック網走↓

☎ 45 5655





凡例 日日時 場所 対象 内容 定員 費用 申し込み方法

スポーツの日 体育施設無料開放

対 網走市民・斜里町民・清里町民・小清水町民・大空町民

① 総合体育館

日 15日(日) 午前9時～午後5時

※9日は大会利用予定のため一般利用不可

● 市宮陸上競技場

日 9日(月祝) 午前9時～午後5時

網走市総合体育館

② すばーく網走(屋内ゲートボール場)

日 9日(月祝) 午前9時～午後5時

間 すばーく網走 ☎ 3140

〔指定管理者〕 網走シルバー人材センター ☎ 6688

③ 網走スポーツ・トレーニングフィールド

● テニスコート

日 9日(月祝) 午前9時～午後5時

間 テニスコートクラブハウス ☎ 2392

〔指定管理者〕 日専連オホーツク網走

● レクリエーション広場

・ゴーカート・おもしろ自転車

日 9日(月祝) 午前10時～午後5時

・パークゴルフ場

日 9日(月祝) 午前9時～午後5時

間 センターハウス ☎ 2726

〔指定管理者〕 日専連オホーツク網走

総合体育館 臨時休館

メンテナンスのため終日全館休館します。

日 10月30日(月)

間 網走市総合体育館

市民健康プール 改修工事に伴う休館

日 9月24日(日)～11月2日(木) (予定)

※今年度は「スポーツの日」体育施設無料開放は実施しません。

間 市民健康プール ☎ 0450

〔指定管理者〕 日専連オホーツク網走

オホーツクドーム(11月～1月) 利用調整会議のお知らせ

令和5年11月～令和6年1月における練習および大会、イベントでの利用について調整します。

日 平日・夜間分 10月8日(日)

〔土・日・祝・冬休み分〕10月9日(月祝)

※いずれも午後6時30分

場 市民健康プール多目的ルーム

対 利用を希望するチームの代表者

〔優先・事前予約について〕

◎市内のチームを優先。

◎大会・イベントに限り、電話などで事前予約を受け付けます。

間 オホーツクドーム ☎ 3621

〔指定管理者〕 日専連オホーツク網走

募集 市民健康プール

〔水泳教室・健康増進講座〕

日 11月4日(土)～12月28日(木)

① 水泳教室 (各7～8回予定)

対 成人の部、小学生の部、幼児(5歳以上、未就学児)の部

費 4千円(保険料、入館料込)

② 健康増進プール講座 (各6回予定)

内 アクアシェイプ、水中運動など

費 4千円(保険料、入館料込)

③ 健康増進多目的ルーム講座(各6回予定)

内 ビラティス、ヨガ、バレトンなど

費 3千円(保険料、入館料込)

◎各教室で開催日時、定員が異なります。(定員超えた場合は抽選)

申 募集期間 9月27日(水)～10月9日(月)

受 受付時間 午前10時～午後4時

◎休館中ですが、窓口のみ営業します。

申 込方法 市民健康プール窓口へ直接申込み。電話申込不可。

間 市民健康プール ☎ 0450

今月の休館日(体育館) 30日(月)

開館時間

午前9時～午後9時30分(火～土)

午前9時～午後5時(日・月・祝)

今月の休館日(市民健康プール)

1日(日)～11月2日(木)予定

市立美術館

☎ 445045

FAX 445062

最新情報はこちら↓



企画展『荒井コレクション 川瀬巴水展』

日 9月14日(木)～11月5日(日)

場 網走市立美術館

費 高校生以上800円 小中学生400円

〔網走市民〕 高校生以上500円 小中学生250円 ※免許証、学生証等持参

〈ギャラリートーク〉

「コレクターの視点から」

日 10月26日(木) 午後2時

場 網走市立美術館 展示室内

〔解説〕荒井寿一氏(荒井商事株式会社)

今月の休館日(美術館)

2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

開館時間 午前10時～午後4時

市立郷土博物館

☎ 433090

FAX 613020

最新情報はこちら↓



モヨロ文化市民講座

「モヨロのヴィーナスと動物像」

オホーツク文化を象徴する「モヨロのヴィーナス」に代表される牙製婦人像、クマや海獣を表現した動物像。その特徴や背景にあるモヨロ人の精神文化に迫ります。

日 10月15日(日) 午後2時～3時30分

場 エコセンター

対 モヨロ文化に興味のある方

費 無料 定 80名

〔講師〕高橋 健氏

(横浜ユーラシア文化館学芸員)

申 前日迄に電話申し込み(郷土博物館)

月・土星・木星・秋の星座

日 10月22日(日) 午後7時～8時

※参加する時間は自由

場 郷土博物館前庭

〔雨天・曇天〕館内での学習会へ変更

申 前日迄に電話申し込み(郷土博物館)

大人の工作教室 トコトコ人形づくり

坂道を自分で歩き出す木製の人形をつくりまします。工作初心者も歓迎！木の工作を楽しんでみませんか。

エコーだより「まちの元気」では市民のみならずからのさまざまな情報を募集しています。

エコーだより広報掲載申込書は網走市公式サイトからダウンロードできます。

原稿締め切りは 11月号・9月29日(金)/12月号・10月31日(火) 社会教育課生涯学習係(エコーセンター 2000内)まで

日 10月28日(土)午前10時～12時
場 郷土博物館 対 高校生以上
費 無料 定10名



申請日迄に電話申し込み(郷土博物館)
今月の休館日(郷土博物館・モヨロ貝塚館)
2日(月)、9日(月祝)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
開館時間 午前9時～午後5時

濤沸湖水鳥・湿地センター

☎・FAX ④⑥ 2400

最新情報はこちら↓



おさんぽ観察会

北から飛来したヒシクイ、オオハクチョウ、オナガガモ等の野鳥を観察します。

日 10月22日(日)午前10時～11時30分

※気象状況により中止または内容や時間を変更する場合があります。

場 濤沸湖水鳥・湿地センター 玄関前

対 どなたでも※小学3年生以下は保護者同伴

申 電話・FAXで前日まで

〔持ち物〕飲み物、帽子、あれば及眼鏡(貸出あり)、汚れてもよい服装と靴(又は長靴)

今月の休館日(濤沸湖水鳥・湿地センター)
2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

開館時間 午前9時～午後5時

北方民族博物館

☎ ④⑤ 33888

FAX ④⑤ 33889

最新情報はこちら↓



はくぶつかんクラブ
「白樺の皮で編むカードケース」

日 10月7日(土)
午前10時～12時

場 北方民族博物館 講堂

対 小中学生

定 12名(要申し込み) 費 無料

〔講師〕平栗美紅(当館解説員)

申 募集方法 電話



第37回北方民族文化シンポジウム網走
「北方諸民族文化とジエンダー2」

日 10月21日(土)・22日(日)

(各日午前9時～午後4時)

場 エコーセンター 大会議室

費 無料

〔発表者〕ウラジスラフ ウラジミロワ氏 他

(ウプサラ大学准教授)

申 募集方法

● 会場で参加希望の方 電話

● オンラインで参加希望の方 当館公式HP第37回シンポジウムページよりお申し込みください。

HP 第37回シンポジウム

ページはこちら↓



今月の休館日(北方民族博物館)

2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

開館時間 午前9時30分～午後4時30分



みんなの元気!

市民の「元気な活動」の情報を掲載しています。

たぐらぐびー倶楽部
Leikki シニア

運動が苦手な方でも遊び感覚で楽しめるタグラグビー!小学生と一緒に楽しく体を動かしましょう!

日 毎週月曜(祝日は休み)午後7時～8時

場 潮見小学校・潮見コミュニティセンター

対 中学生以上(運動が苦手な方も大歓迎)

費 年会費4千円(スポーツ保険料込)

問 関根さん

☎ 090-4126-9843

問い合わせフォームはこちら↓



オホーツクジュニア弦楽合奏団
アルモニアヴィオーレ(アルビオ)

中高生団員を募集しています。まずは初心者コースで体験しませんか?

日 毎週土曜日午後2時～5時

〔初心者コース〕午後1時～2時

場 エコーセンター 音楽練習室 他

費 団費・楽器貸出費 各月千円

申 アルビオ事務局

申し込みフォームはこちら↓



網走ヘルスアップ・ヨガ・サークル主催
エンジヨイヨガ in 網走
心を開放し、笑顔で楽しむ

ヨギニ同士の交流で楽しく歪みを矯

正していきましょう★

日 11月19日(日)午前10時～11時30分

午前9時30分受付開始

場 北コミュニティセンター 費 2千円

申 募集期間 11月10日(金)迄

募集方法 電話
問 佃さん ☎ 090-8275-4063

(公社) 日本詩吟学院認可
オホーツク岳風会 網走支部
創立65周年記念 第57回 吟道大会

日 10月1日(日)正午開会

場 エコーセンター エコホール

内 会員吟詠・詩舞吟・構成吟・他支部

合 吟・協賛団体出演など

費 無料 問 オホーツク岳風会網走支部

☎ ④ 6515

網走友の会 SDGs暮らしと家計フェア

よい家庭づくりが社会に広がることを願い、衣食住・家計・子育てについて学んでいきます。本イベントは、家計簿を中心に衣食住の勉強の展示説明をします。

日 10月24日(火) 午前10時～午後4時

場 エコーセンター 展示室

対 網走市民 費 無料

問 浜田さん ☎ ④ 7662

酒井さん ☎ ④ 1134

茶道裏千家淡交会網走支部主催

秋の文化祭茶会

どなたでもお抹茶、お菓子を楽しめます。お誘いあわせでご来席大歓迎。

日 10月29日(日)午前10時～午後1時

場 エコーセンター 〔薄茶席〕交流室C

〔立礼席〕会議室B ※いずれも椅子

あり〔受付〕2階エレベーター前

費 一席分一般2200円 高校生以下880円

問 梅本さん ☎ ④ 1121

あばしり健康 ダイヤル24

網走市民限定サービスのため、ホームページ上にはフリーダイヤル番号の掲載はしていません。毎月の「広報あばしり」裏表紙をご覧ください。

問い合わせ：保健センター
(☎43-8450)

マイナンバーカード 夜間・休日窓口開設中！



【10月の開設日】

3日(火)、14日(土)、19日(木)

平日 午後5時30分～午後7時、土 午前9時～正午

問/戸籍保険課 市民係 (内線227)

網走市交通事故状況

令和5年9月11日現在

累積件数(網走警察署提供)

■発生件数	22 件
(前年比)	- 4 件)
■死者	0 人
(前年比)	± 0 人)
■傷者	29 人
(前年比)	- 2 人)

人のうごき

人口 33,017人 (-12)

男 16,197人 (+ 2)

女 16,820人 (-14)

世帯 18,067世帯 (+14)

令和5年8月末現在(前月比)

広報 あばしり

令和5年10月号 No.770

発行/網走市

編集/企画調整課広報広聴係

〒093-8555

網走市南6条東4丁目

☎ 0152-44-6111

☎ 0152-43-5404

Eメール

ABA-SITYOU@city.abashiri.hokkaido.jp

網走市公式サイトアドレス

http://www.city.abashiri.

hokkaido.jp/

この広報紙は再生紙を使用しています。

10月の相談日

弁護士法律相談 ~法的な解決手段を要する困りごとなど~ ①相談日：10日(火) → 予約受付日：3日(火)、4日(水) ②相談日：25日(水) → 予約受付日：17日(火)、18日(水) 相談時間：午前9時30分～午前11時(30分/人) ※定員になり次第締め切り ※要予約(電話のみ) 午前8時45分～午後5時30分 市民活動推進係(内線234)
人権相談 ~いじめや差別・いやがらせ・DVなどの人権問題~ 11日(水)、25日(水) 午後1時～3時 本庁舎2階市民相談室 社会福祉課庶務係(内線235)
行政相談 ~生活の困りごとや役所の手続きでわからないこと・苦情・意見など~ 13日(金)、27日(金) 午前10時～正午 本庁舎2階市民相談室 市民活動推進係(内線346)
健康相談 ~健康管理・栄養管理のことなど~ 月～金曜日 午前9時～午後4時 保健センター Tel43-8450
年金相談 ~国民年金のことなど~ 10月はいりません(次回は11月7日(火)開催予定) 開催日の1ヵ月前より予約を受付します。 ※予約受付・問い合わせ/Tel0157-25-8703(北見年金事務所)
女性相談 ~女性が抱える悩みごとなど~ 月～木曜日 午前9時～午後5時 子育て支援課こども家庭係(内線364)
ひとり親相談 ~ひとり親家庭の生活・就労・母子貸付金など~ 火～金曜日 午前10時～午後5時 子育て支援課こども家庭係(内線364)
公害苦情相談 ~臭気・騒音などの公害への苦情~ 月～金曜日 午前9時～午後5時 生活環境課環境対策係(内線340)
労働相談 ~労働条件・職場環境のことなど~ 月～金曜日 午前9時～午後5時 商工労働課商工労働係(内線292)
消費生活相談 ~悪質訪問販売・クーリングオフのことなど~ 月～金曜日 午前10時～午後4時 消費者相談室 Tel44-7076
生活困窮、成年後見人制度などの相談(生活サポートセンター・らいと) 月～金曜日 午前9時～午後5時 網走市社会福祉協議会 Tel167-7095 267-6555
家庭児童・教育相談 ~いじめや不登校など、家庭・子どもに関する悩みごと~ 月～金曜日 午前9時～午後5時 家庭児童・教育相談室 Tel0120-78-3387
こころの健康相談 ~不眠・アルコールなどの依存問題・うつ病・統合失調症・高次脳機能障害など~ 思春期相談 ~心や身体の悩み・不登校・ひきこもり・摂食障害・家庭内暴力など~ 精神科医による相談(月1回、要予約) 保健師による相談(随時) 月～金 午前9時～午後5時 網走保健所 Tel41-0697
ギャンブル依存の相談 (ギャンブル依存自助グループ・G Aオホーツク北見) 毎週木曜日 午後7時30分～午後8時30分 随時相談 午後8時～午後10時 Tel090-6444-2456
交通事故巡回相談 ~交通事故での困りごとなど~ 5日(木) 午前9時～午後1時(巡回相談) オホーツク総合振興局交通事故相談所 ※要予約(相談日の3開庁日前の正午まで) 予約なしの場合、中止となります。 予約受付・問い合わせ オホーツク総合振興局保健環境部環境生活課 Tel41-0627
貸金業苦情相談専用フリーダイヤル ~貸金業に関する苦情申し立てまたは相談~ 毎週月曜日、金曜日 午前10時～正午、午後1時～午後4時 問) フリーダイヤル 0120-1-78372 ※その他の時間帯も道庁環境生活部消費者安全課(Tel011-231-4111内線24-527)で相談受け付け(通話料がかかります)
若者の働くことや進路の悩み (オホーツク若者サポートステーション 網走出張所相談窓口) 毎週木曜日 午前10時～午後4時 勤労者総合福祉センター(桂町2丁目1番3号) 問い合わせ 0157-57-3136(オホーツク若者サポートステーション)
創業相談窓口 ~網走商工会議所、日本政策金融公庫北見支店による創業相談~ 第3火曜日 午後1時～午後5時 網走商工会議所 ※要予約 Tel43-3031
事業承継相談窓口 ~網走商工会議所、北海道よろず支援拠点による事業承継相談~ 第3木曜日 午前10時～午後5時 網走商工会議所 ※要予約Tel43-3031

10月の休日当番病院 受診の際には事前にご連絡ください



日	内科	外科
1	網走脳神経クリニック 駒場北5 ☎67-5131	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
8	網走市休日内科急病センター (網走厚生病院内) 北6西1 ☎61-3099	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
9	こまばクリニック 駒場北4-1-1 ☎67-5310	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
15	網走市休日内科急病センター (網走厚生病院内) 北6西1 ☎61-3099	こが病院 潮見153 ☎61-0101
22	網走市休日内科急病センター (網走厚生病院内) 北6西1 ☎61-3099	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
29	さらしな内科クリニック 駒場南3-7-22 ☎61-6116	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157

※救急のための診療ですので、一般の外来診療を受ける方はご遠慮ください。
また、内科の診察時間は午前9時から午後5時までです。