

広報

あばしり

札幌交響楽団による青少年音楽教室が7月13日、エコセンターで開催され、市内小中学校、高校の吹奏楽部員など約90名が参加しました。

児童・生徒たちは各楽器のパートに分かれ、プロの演奏者から貴重な演奏指導を受けていました。



8

2025年
No.792

特集

あばしり健康ポイント

氏名のフリガナを確認する通知が届きます

市の公式
SNSなど



市公式サイト
トップページから
ID検索できます!



LINE



X



Facebook

市内に居住する

18歳

以上の方
(R7.4.1現在)

あばしり 健康ポイント



詳しくはこちらを
ご確認ください

あばしり健康マイレージがリニューアルしました！

令和7年7月15日(火)～令和8年3月31日(火)



1 健康事業に参加



2 ポイントをためる



3 商品券と交換！

1 健康事業に参加

がん検診や脳ドック、ミニドックなどの各種検診や、健康に関する講演会など、対象の事業に参加することでポイントがたまります。楽しく健康になりましょう！

2 ポイントをためる

アプリまたはスタンプカードのいずれかでためることができます。
※参加方法によって交換上限ポイントが異なるのでご注意ください。

★アプリで参加 上限5,000pt

スマートフォンアプリ「脳にいいアプリ」をダウンロードし、アプリ内メニューから参加を申し込んでください。

歩数目標達成、脳トレ、指定のスポーツ施設利用でもポイントがたまります。

※アプリの設定や新規登録方法など、詳しくは市公式サイトからご確認ください。

★スタンプカードで参加 上限3,000pt

保健センターや市内コミュニティセンターなどで配布しているスタンプカードを切り離して使用してください。

3 商品券と交換

ためたポイントは1,000ptごとに「あばしり健康応援商品券」と交換でき、市内の食料品店など登録店舗で利用できます。

商品券への交換は、10月1日(水)より市役所2階健康推進課(保健センター)で行います。

※健康ポイントの開始前に受診したミニドック(R7.5.9～10、5.14～18)など、各種健康診査もさかのぼってポイントを付与します。ご希望の方は保健センターにお越しください。

本籍地から 氏名のフリガナを確認する通知が届きます



本籍地が網走市の方は7月中旬に発送しています。
網走市以外の方は、本籍地の市区町村にご確認ください。

(通知書のイメージ)

戸籍記載される振り仮名の通知書

令和7年〇月〇日

北海道網走市長

届出をしなくても、令和8年5月26日以降に、この通知に記載された振り仮名がそのまま戸籍に記載されます。

本籍	北海道網走市〇〇△△番地
----	--------------

【氏の振り仮名】

氏	網走
振り仮名	アバシリ
氏の振り仮名の届出が可能な方	網走 太郎 様のみ

【名の振り仮名】

①	名	太郎
	振り仮名	タロウ
②	名	京子
	振り仮名	キョウコ
③	名	正
	振り仮名	タダシ
④	名	ゆり
	振り仮名	ユリ

◆名の振り仮名の届出が可能な方

①～④の方が個別に届出可能です。

(未成年者については、親権者からの届出も可能です。)

通知書が届いたら…

必ず家族で確認！

通知書は同居している家族全員分が届きます。
仕事や学校などの関係で異なる場所に住んでいる場合は、それぞれの住所地に届きます。



フリガナが正しい場合 → 届け出は不要
令和8年5月26日以降、通知書に記載のフリガナが戸籍に記載されます。



フリガナが誤っている場合 → 届け出が**必要**
届出期限は令和8年5月25日です。

届出方法

① オンライン

② 窓口

③ 郵送



マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを利用したオンライン届出が便利です。

詳しくは市公式サイトからご確認ください (QID 16358) ▶

【問い合わせ】戸籍保険課 市民係 (67-5431)



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(m ²)	階	住宅使用料(円)	入居要件等	EV
1	大曲2丁目5-4号棟	H2年	1LDK/41.7	1	12,100円～23,700円	1人以上世帯 高齢者	
2	大曲2丁目5-5号棟	H4年	3LDK/74.5	6	22,200円～43,500円	1人以上世帯 入居要件緩和	○
3	大曲2丁目5-7号棟	H2年	1LDK/41.7	1	11,900円～23,400円	1人以上世帯 シルバーハウジング	
4	つくしヶ丘6丁目 11-1号棟	H10年	2DK/58.8	2	18,500円～36,400円	1人以上世帯	
5	駒場北2丁目1-6号棟	S63年	3LDK/78.4	3	22,500円～44,200円	3人以上世帯	
6	南3東3 スギセンビル	H20	2LDK/62.6	5	22,700円～44,600円	2人以上世帯	○

- ・風呂はガス・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です。
- ・「EV」はエレベーターです。○印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：8月1日(金)～8月7日(木)

申込先：〒093-8555 網走市南5条東1丁目10番地 建築課住宅管理係

- 提出書類：①網走市営住宅入居申込書(網走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：8月8日(金)午後1時30分(結果は抽選当日に電話にて連絡します。)

入居指定日：9月1日(月)

随時募集住宅(先着優先)

7月15日現在、17件あります。詳細は住宅管理係にお問い合わせください。

次回受付期間は令和7年10月上旬を予定しています。

道営住宅入居者募集

問い合わせ
045-3161
ホームページ <http://k-japan>
道営住宅指定管理者 有限会社 藤原工産

申込条件

- ・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
- ・年間総収入額が下記の収入基準以下の世帯
- ・道営住宅の家賃・駐車場使用料などの滞納がない方

【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	

- ・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。
 - ・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。
- 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.	団地	住所	間取り (㎡)	階	住宅使用料 (円)	募集区分	戸数
1~3	大曲団地 2・3号棟	大曲2丁目	2LDK・3LDK	3・5	17,700 ~ 43,700	一般世帯向け	3
4~6	つくしヶ丘団地 1・3号棟	つくしヶ丘3丁目	3LDK	1・3	24,900 ~ 48,800	一般世帯向け	3
7~9	グリーンタウンリバーサイド 1・2号棟	緑町2番	2LDK・3LDK	3~5	16,200 ~ 39,900	一般世帯向け	3
10~12	中央公園団地 A・B号棟	南3条西4丁目	2LDK・3LDK	8・10	20,000 ~ 47,600	一般世帯向け	3
13	サンガーデン鉄南 A号棟	北10条西2丁目	3LDK	1	21,600 ~ 42,500	一般世帯向け	1
14~17	サンリッチヴィラ2 E・F号棟	北11条西3丁目	2LDK	1~2	18,300 ~ 36,000	一般世帯向け	4
18~20	大曲団地 1・2・3号棟	大曲2丁目	2LDK・3LDK	1~4	17,900 ~ 43,600	単身向け	3
21~22	グリーンタウンリバーサイド 2・3号棟	緑町2番	3LDK	2・4	19,000 ~ 37,700	単身向け	2
23~24	サンリッチヴィラ2 D号棟	北11条西3丁目	2LDK	1	18,200 ~ 35,700	子育て世帯向け	2
25~26	サンリッチヴィラ A・B号棟	北12条西2丁目	2DK	1	16,200 ~ 32,200	高齢者単身向け (SH)	2
27	サンリッチヴィラ B号棟	北12条西2丁目	2LDK	1	20,200 ~ 39,700	高齢者世帯向け (SH)	1

申込方法

受付期間：8月24日(日) ~ 8月26日(火)

(午前10時~午後4時) ※最終日は午後7時まで

受付場所：24日・25日 エコーセンター 2階 会議室 A
26日 道営住宅お客様センター (藤原工産内)

提出書類：①北海道営住宅入居申込書 (藤原工産のホームページ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、所定様式の給与証明書、年金振込通知書など。)

抽選日時：9月3日(水) 午前10時

抽選場所：エコーセンター 2000 2階 会議室 A

入居可能日：10月下旬

随時募集住宅 (先着優先)

詳細は藤原工産へお問い合わせください。

「道営住宅申込みのしおり」「北海道営住宅入居申込書」などを配布していますので、お問い合わせください。

市有地(旧北児童館跡地)を公売します

- 公売方法 抽選
- 申込資格 申し込みは個人、1世帯につき1申し込み、申込者の住宅用地とすること
- 申込期間 8月1日(金)～8月29日(金)(※土日祝日を除く)午前9時～午後5時
- 申込方法 公売物件買受申込書、住民票原本(申込者の世帯全員が記載されているもの。マイナンバーの記載は不要)を担当係に持参してください。
申込書、公売要領は係にて配布するほか、市公式サイトからもダウンロードできます。
- 公売日時 9月8日(月)午前10時(午前9時30分集合)
- 公売会場 申込者に別途お知らせします。



◀ 詳しくは市公式サイトでご確認ください
(QID 17085)

区画番号	土地	地目	面積		売却価格
1	網走市北9条西4丁目4番1	宅地	395.16㎡	合計 411.27㎡ (124.40坪)	7,032,700円
	網走市北8条西4丁目4番22	宅地	16.11㎡		

※ 登録免許税など諸経費が別途かかります。

【申し込み・問い合わせ】 財政課 管財係 (67-5406)

みんなの市長室 “みんなで考えるあばしり”

市民の皆さんが考えている『まちづくり』について、市長が直接お話を伺う「みんなの市長室 “みんなで考えるあばしり”」を開催します。

この機会に、ご友人などとお揃いでお越しください。

- 日 時 … 8月5日(火)午後1時30分 から 午後4時30分
- 場 所 … 市長室
- 対象者 … 中学生以上で3人以上のグループ(1組20分程度)
- 受付方法 … お電話、または、市役所4階の秘書係で
予約してください。
- 受付開始日 … 7月29日(火)



【問い合わせ】 企画調整課 秘書係 (43-2829)

ごみの広域中間処理施設整備の状況について

【問い合わせ】 廃棄物処理広域化推進室 (67-5324)

令和14年度までの供用開始を目標に、1市5町（網走市・美幌町・斜里町・小清水町・清里町・大空町）で建設予定地の選定を行った結果、新たな候補地は「美幌町（美幌町報徳78番地ほか）」に決定しました。

今後、土地の試掘調査を含む事前調査や住民説明などを行い、建設可能か検討を進めていきます。



市公式サイトで
ごみの広域化について
お知らせしています



全国 **初** 開催

フォトマッチインターカレッジ 全国大会2025 in 網走を開催します！

審査員の判断で撮影した風景写真の優劣を競う「フォトマッチ」の大学トップを決める全国大会を開催します。

「フォトマッチ」の楽しさと、大学生の視点で撮影した網走の風景写真をこの機会にぜひお楽しみください。

◆開催日時◆

8月24日(日)

午後1時～午後6時(午後0時30分開場)

◆会場◆

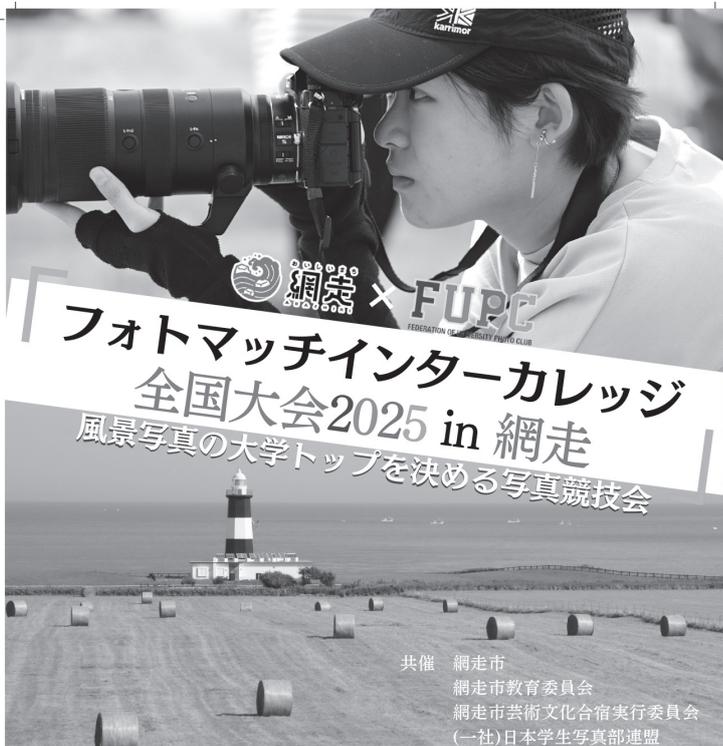
エコーセンター2000 2階大会議室

◆入場料◆

無料(途中入退場可能)
事前の申し込みは不要です。
どなたでも観戦できます。

◆出場大学◆

- ◎千葉工業大学文化会写真部 (東日本大会1位)
- ◎日本大学生物資源科学部写真研究部 (東日本大会2位)
- ◎甲南大学文化会写真部 (西日本大会1位)
- ◎同志社大学写真同好会 (西日本大会2位)
- ◎札幌大学写真部 (北海道特別参加)
- ◎東京農業大学オホーツクキャンパス写真サークル (北海道特別参加)



共催 網走市
網走市教育委員会
網走市芸術文化会館実行委員会
(一社)日本学生写真部連盟

【問い合わせ】

フォトマッチインターカレッジ全国大会実行委員会事務局
(社会教育課 生涯学習係) ☎43-3705



競技説明
動画はこちら



プロモーション
動画はこちら

あばしりごみ通信

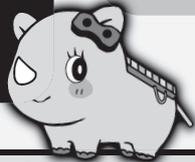
網走市ごみ減量・リサイクル情報



特集! 埋立ごみ減量化 発泡スチロール & 白色トレイ 特集



発泡スチロールと白色トレイは、機械で溶かしてからリサイクル業者に引き渡します。



Q 白色トレイとは

A 白色で発泡素材の容器です。

Q 何が対象?

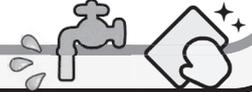


A お肉などのトレイ、魚箱です。
※プラマークがついていれば、容器包装プラスチックとして出せます。



Q 出すときの注意は?

A 汚れは洗い、または拭いてから、資源物の日に資源物ステーションに出してください。



ごみ事情 e モニターを募集します

今後の取り組みの参考のため、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にご協力いただける「網走市ごみ事情eモニター」を募集します。

アンケート調査について

事前にご応募いただいた方のパソコン、またはスマートフォンに、電子メールでアンケートを送信します。

満18歳以上で、市内に居住または在勤、在学している方が対象です。応募者多数の場合は抽選となります。

※アンケート調査は月に1回程度（期間中5回）実施します。

※アンケートに全て回答いただいた方に、謝礼としてクオカード1,000円分を進呈します。

募集締切

9.30 火

【アンケート調査実施】
10月～翌年2月



↑
詳細・応募はこちら



お盆休み中のごみ収集などについて

	8/11 (月・祝)	8/12 (火)	8/13 (水)	8/14 (木)	8/15 (金)	8/16 (土)
一般ごみ収集	○	○	○	○	○	○
資源物収集	休	○	○	○	○	—
ごみ処理場 持ち込み	○	○	○	○	○	○

一般ごみ



通常どおり収集

資源物



8月11日(月)は
祝日のため休止

※地区別の収集曜日で収集します。

Instagram
登録してね!

網走のごみ情報が盛りだくさん★



【問い合わせ】
生活環境課 清掃リサイクル係
(67-5419)

夏バテ予防 ～食事の3つのコツ～

気温がだんだんと高くなってきましたが、皆さんは夏バテなどしていませんか？暑さによる体力の消耗や、冷房による自律神経の乱れで体調を崩しがちな季節です。今回は夏バテを予防するために、すぐに実践できる3つの食事のコツをお伝えします。



① 消化に優しい食材を選びましょう

暑さで胃腸も疲れ気味ですので、うどん、そうめん、おかゆなど、消化に良いものを積極的に選びましょう。卵や鶏肉、野菜などを加えて栄養バランスを意識することがおすすめです。

② ビタミン、ミネラルを積極的に摂取しましょう

夏は汗をかくことで、ビタミンやミネラルが失われがちですので、ビタミンB群・ビタミンC・カリウムが含まれる食材がおすすめです。

●ビタミンB群：エネルギー代謝を助け疲労回復に役立ちます。(豚肉、レバー、大豆製品、緑黄色野菜など)

●ビタミンC：抗酸化作用で疲労回復に役立ちます。(パプリカ、ブロッコリー、トマト、柑橘類など)

●カリウム：体内の水分調整に役立ちます。(キュウリ、ナス、スイカ、バナナなど)



③ 食欲増進効果のある香辛料を活用しましょう

香辛料を上手に活用することで、食欲を増進させ夏バテを予防できます。

●香味野菜：生姜、ミョウガ、ネギ、大葉などは、さっぱりとした風味で食欲を刺激してくれます。冷奴や麺類の薬味にたっぷり使いましょう。

●柑橘類：レモン、すだち、カボスなどの酸味は、食欲をアップさせる効果があります。料理にかけたり、絞って飲んだりするのもおすすめです。

●スパイス：唐辛子やラー油などの適度な辛味も、食欲をそそります。ただし、取りすぎには注意しましょう。

3つの食事のコツを押さえて、夏バテを予防し元気に過ごしましょう！



あばしり野良猫対策シリーズ①

ティー・エヌ・アール

TNRってなに？

猫が好きな人も
そうでない人も
みんなが
暮らしやすいまちへ



TNRとは、飼い主のいない猫（以下、「野良猫」とします。）を捕まえて、不妊・去勢手術を施した後、元に居た場所に戻す取り組みを指します。TNRを行うことで、野良猫同士の無秩序な繁殖を防ぐことができます。

※TNR=捕獲（Trap）・手術（Neuter）・元いた場所に戻す（Return）の頭文字

TNRを行うメリット

- ✓ 地域から野良猫が着実に減っていく
- ✓ 野良猫を殺処分から守ることができる
- ✓ 地域環境の改善につながる

！ TNRを行う際の注意点

TNR活動を行う場合は、右記の3点に注意してください。

また、猫を飼育している方は、屋内飼育を徹底するように心がけてください。

野良猫を増やさないためのクラウドファンディング実施中！



詳細はこちら

●手術をしたら耳カットを忘れずに



手術を施した野良猫は、手術済みであることがわかるように耳の先端をカットしてもらいましょう。耳をカットしていれば、手術済みの猫であることが分かり、何度も捕獲されることを防げます。

●元の居場所に戻しましょう

野良猫を元の場所に戻すと、新たな子猫の誕生を防ぐことができます。

地域から野良猫を減らすには、地道な活動を広げることが一番の近道です。※里親として猫を迎える場合は、必ず最期まで面倒を見る「終生飼育」を徹底してください。

●捕獲器に入れたまま動物病院に連れて行っていいの？

捕獲器に入ったままでは、麻酔をするのが難しいため、扱いやすい大きめの洗濯ネットなどに入れ替えましょう。手術をする前には必ず獣医師さんへ連絡しましょう。

【問い合わせ】生活環境課 環境対策係(67-5418)



男女共同参画コーナー

ひゅーら

～ Human Love ～

ネットの利用方法を見直そう
～自分も相手も傷つけないために～

ネットリテラシーという言葉を知っていますか？インターネットの情報を正しく理解し、それを適切に判断、運用する能力のことです。現代の情報社会では、この能力の習得が求められています。

【インターネットの危険性】

インターネットは誰もが自由に情報を発信・受信できる便利なツールです。しかし、匿名性が高いインターネット空間では、時に言葉が凶器となり、人を深く傷付けてしまうことがあります。

近年、インターネットサイトやSNSでの誹謗中傷が社会問題となっています。この1年でも、有名タレントや若手俳優へ浴びせられた心無い言葉の数々は記憶に新しいのではないのでしょうか。

【情報を正しく読む目を持つ】

では、現代の情報が溢れている世界で、何に注意をしてインターネットを利用すれば良いのでしょうか？

まずは情報の真偽を見極めるということです。

大手検索サイトに掲載されているニュースでも、発信元が信頼できる組織であるか確認しましょう。そして、その上で同じ内容について書かれている他の記事と照らし合わせてみます。

すると、時に記者の感情や想像で書かれた文章が浮かび上がることがあります。そこまで読み取り、正しい情報を得る習慣が、現代社会で生きる私たちには必要です。

【自分が発信するときには】

そして、SNS等で情報を発信するときには大切なのは、それが不特定多数の人の目に触れ、発信した言葉で誰かを傷付ける可能性があるということをお忘れなことです。言葉の使い方に十分注意し、デマかもしれない不確かな情報を広めないことも大切です。

インターネットは便利な反面、使い方を誤ると大きな影響を及ぼすことがあります。私たち一人ひとりがネットリテラシーを身につけ、思いやりと責任ある発信を心がけることで、誰もが安心して利用できるインターネット空間をつくっていきましょう。

網走市男女共同参画プラン推進会議編集委員



コーンスープポテトサラダ

《材料》4人分

じゃがいも	中2個
にんじん	20g
きゅうり	1/2本
塩	少々
こしょう	少々
コーンスープの粉末	1袋
黒こしょう	少々

《作り方》

- ①じゃがいもは皮をむきひと口大、にんじんは5mm角に切る。きゅうりは薄い輪切りにして塩でもみ、水気を切っておく。
 - ②鍋にじゃがいも、にんじんを入れて、ひたひたの水で軟らかくなるまで茹でて水分を飛ばす。
 - ③②の熱いうちに、コーンスープの粉末を加え、混ぜて冷まします。こしょうときゅうりを加え、仕上げに黒こしょうで味を調える。
- ※コーンスープの粉末や調味料は味をみて調節しましょう。



管理栄養士さんの！ワンポイントメモ

- ★じゃがいもは意外とビタミンCが多い食品で、みかんと同じくらい含まれています。ビタミンCは加熱すると壊れやすいですが、じゃがいも場合はでんぷんに守られているため、加熱の影響が少ないと言われています。
- ★コーンスープは非常食として備蓄しておきやすい食材です。備蓄している食品はときどき使用期限を確認し、期限が近いものは日常生活で使いましょう。



1人分栄養価 エネルギー 44kcal、蛋白質1.0g、脂質0.4g、カルシウム11mg、ビタミンC16g、塩分0.3g

募集



網走市職員採用試験

【後期日程】

採用予定日／令和8年4月1日

募集職種および募集人数／

一般事務職 5名程度

土木技術職 若干名

保健師 若干名

【中途採用】

採用予定日／令和7年12月1日

募集職種および募集人数／

一般事務職 若干名

土木技術職 若干名

試験案内／職員課で配布するほか、公式サイトからもダウンロードできます。

受験資格／試験案内でご確認ください。

受付期間／8月1日(金)から8月28日(木)

申込方法／原則、インターネットによる電子申請にてお申し込みください。電子申請による申し込みが困難な方は、職員課までお問い合わせください。



後期日程
詳しくはこちら



中途採用
詳しくはこちら

一次試験日／9月20日(土)

※申し込み状況により、後期日程一般事務職(大学卒)および中途採用の試験を、9月21日(日)に実施する可能性があります。

申・問職員課職員係 ☎ 5386

網走市介護保険事業計画推進会議の委員を募集します

高齢者保健福祉計画や、介護保険事業計画の進捗管理および次期計画の策定に際し、広く市民の意見を反映させるため「網走市介護保険事業計画推進会議」の委員を募集します。

対象／市内に居住の昭和60年10月1日までに生まれた方で、保健・医療・福祉に関心のある方(本会議に委員を推薦している団体の役職にある方は除く)

応募方法／応募用紙に、保健・医療・福祉について関心を持っていることなどを記入の上、郵送または持参してください。(応募用紙は市役所案内で配布するほか、公式サイトからもダウンロードできます。)

受付期間／8月1日(金)～20日(水)

募集人員／2人

委員の任期／3年(令和7年10月1日から令和10年9月30日)

選考方法／選考会議で決定

申・問介護福祉課介護保険係
☎ 5429

妊娠・子育て



赤ちゃんふれあい体験教室

将来のお父さん・お母さんとなる世代を育てていくため、市内の中学3年生を対象とした「赤ちゃんふれあい体験教室」を実施します。支援センター「どんぐり」の遊びの広場に、中学生が参加しますので、たくさんの方のご参加、ご協力をお願いします。

日にち／9月9日(火)、16日(火)、24日(水)、26日(金)、30日(火)

時間／午前10時～11時30分

対象／生後2カ月～1歳2カ月までの赤ちゃんとお母さん

場所／支援センターどんぐり

申込期間／8月1日(金)～9月8日(月)

その他／ご協力いただいた方へ毎回粗品をプレゼントします。

申・問保健センター ☎ 8450

対象となる治療／

① 特定不妊治療(体外受精および顕微授精)

② 特定不妊治療以外の不妊治療(注射や投薬、人工授精など)のうち、保険適用となった治療

③ 保険適用となった不妊治療と併用して行われた先進医療治療(国から承認を受けている先進医療のみ)

※ただし、夫婦以外の第三者からの提供を受けた精子・卵子・胚による不妊治療や、代理母、借り腹によるものは助成の対象になりません。

対象／医師の診断により実際に不妊治療を受けた方で、次の全ての要件に該当する方

① 市に住民登録を有する方

② 法律上婚姻している方(原則、法律婚を対象としますが、場合によっては事実婚関係にある方も対象となります)

助成金額・助成期間／

① 特定不妊治療・1回につき10万円を上限

※一部の治療・検査は5万円が上限

② 特定不妊治療以外の不妊治療・1年程度につき3万円が上限

③ 保険適用の不妊治療と併用して行われた先進医療治療・治療に要した自己負担額の10分の7(上限3万5千円)

※治療に係る交通費の助成あり

申請方法／申請書類をお渡ししますの

で、保健センターまでご連絡ください。

申・問保健センター ☎ 8450



不妊治療費助成のお知らせ

不妊治療を受けているご夫婦に、治療費の一部を助成しています。

不育症治療費助成のお知らせ

不育症の治療や検査を受けているご夫婦に、治療費の一部を助成していただきます。

対象となる検査・治療

- ① 不育症の因子を特定するための検査
 - ② 検査結果に基づく治療
- 対象となる方／2回以上の流産・死産あるいは早期新生児死亡の既往があり、次の全ての要件に該当する方
- ① 市に住民登録を有する方
 - ② 北海道が定める医療機関で治療をしている方

助成金額／北海道への申請対象となる経費から助成金額を引いた額で、1回につき10万円を上限

申請方法／申請書類をお渡ししますので、保健センターまでご連絡ください。

申・問 保健センター ☎ 8450

児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届の提出が必要です

これらの手当を受けている方は、年に1度、現況届の提出が必要です。届け出がないと11月以降の児童扶養手当や、8月以降の特別児童扶養手当を受けることができなくなりますので、ご注意ください。

なお、届け出が2年以上滞ると、時効により受給権利がなくなります。

【児童扶養手当】

父母の離婚などにより、児童を養育しているひとり親に支給される手当で

す。所得に応じて支給額が決定されます。

公的年金を受給している場合、支給額の算出が異なりますので手続きが必要です。

受付期間／8月1日(金)～29日(金)

対象／児童を監護している母もしくは父など(児童が18歳に達する年度末まで受給可能。ただし、中程度以上の障がいがある児童は20歳の誕生日まで)

※請求者本人および請求者と生計を同じくする同居扶養義務者の所得が、限度額を超える場合は対象となりません。

【特別児童扶養手当】

受付期間／8月12日(火)～9月11日(木) 手当額(令和7年4月)

児童1人の場合

- 1級 5万6800円
- 2級 3万7830円

対象／身体や精神に障がいのある20歳未満の児童を養育している父母など(障がいの程度が身体障害者手帳1～3級、4級の一部。療育手帳A、Bの一部などが該当)

申・問 子育て支援課 とも家庭係 ☎ 675426



健康



日本脳炎定期予防接種の接種年齢について

日本脳炎の定期接種は、案内している接種年齢(7歳6カ月未満、13歳未満、20歳未満)を過ぎると、定期接種の対象外となります。

接種間隔については、1回目から2回目では最短で1週間以上、2回目から3回目の追加接種については、最短で6カ月以上の間隔が必要です。お手元の案内を、いま一度ご確認ください。

申・問 保健センター ☎ 8450

福祉



シニア料理教室

介護予防への認識を深めてもらうため、健康と栄養バランスに配慮した手軽なメニューの料理教室を開催します。

予定メニュー

- ・冷し彩りそば／香味野菜を添えて
- ・サラダチキンの納豆サラダ
- ・豆腐とはんぺんのバーグ
- ・トマトとオクラの土佐醤油和え

対象／60歳以上の市民
日時／9月5日(金) 午前10時～午後1時
場所／エコセンター クッキング室

定員／15名(先着)
申込期日／8月27日(水)

参加料／300円

持ち物／エプロン、おしぼり、三角巾、マスク(調理中はマスク着用をお願いしています。)

調理・栄養指導／網走市食生活改善協議会、保健センター管理栄養士

申・問 介護福祉課高齢者福祉係 ☎ 675430

シルバーパークゴルフ大会

高齢者の健康維持と、交流機会の創出のため、パークゴルフ大会を開催します。

対象／60歳以上の市民

日時／8月22日(金) 午前9時～午後1時30分頃(雨天決行)

場所／レイクサイドパーク・のとりパークゴルフ場

競技内容／36ホールストロークプレイ・個人戦

申込期日／8月6日(水)

参加料／無料

持ち物／飲み物や道具などは、各自で用意してください。

※あばしり健康ポイント(旧あばしり健康マイレージ)の対象となります。

申・問 介護福祉課高齢者福祉係 ☎ 675430

環境



11日の資源物収集は行いません

11日(月)は祝日のため、資源物収集を行いません。

収集日にあたっていている地区は、翌週の収集日に出してください。

☎ 生活環境課清掃リサイクル係 ☎ 5419

8月は市道民税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料 第2期の納期です

●納付相談について

都合により納期内に納めることができない場合は、そのまま放置せず、税務課納税係へご相談ください。

●口座振替について

一度の手続きで毎年口座振替を継続しますので、不在がちの方に大変便利で確実な納付方法です。

金融機関または市役所税務課窓口にて、預貯金通帳と届出印を持参し、手続きをしてください。網走市内に店舗のある金融機関が対象です。

夜間納付窓口

日時 / 9月1日(月) 午後5時30分～7時30分

場所 / 市役所2階 税務課納税係

※各種証明書の発行はできません。

※正面玄関(駐車場側)からお入りください。

☎ 税務課納税係 ☎ 5410

市税関係証明書の交付を本人以外の方が申請する場合には、来庁される方の身分証明書と印鑑、本人の委任状が必要です。

割り箸・竹串を「ごみ」に出すときのお願い

割り箸・竹串などの鋭利な長い物を出すときは、短く折ってから生ごみとして指定ごみ袋に入れて出しましょう。そのままの状態ですと、袋が破けたり収集員が怪我をする恐れがあります。

☎ 生活環境課清掃リサイクル係 ☎ 5419

保険・年金・税



障害基礎年金について

障害基礎年金は、国民年金加入中の病気がけがによる障がいの症状が、原則として医療機関初診日から1年6カ月を経過した日、またはその期間内に症状が固定した日(障害認定日)以降で、基準に該当する状態にある時に受けられる年金です。

障がいの程度 / 等級表の1級または2級に該当する場合に支給されます。

※身体障害者手帳に記載された等級とは異なります。65歳を過ぎて症状が悪化してからの請求はできません。

必要な保険料納付要件 / 初診日が20歳未満である場合を除き、初診日を基準として、一定期間以上の納付または免除などの期間が必要です。

初診日が20歳前の病気がけがによる障がいの場合 / 20歳の時点で障害等級表に定める状態にあれば支給されます。保険料納付要件を満たす必要はありませんが、一定額の所得がある場合は支給額が制限されます。

障害年金の請求は、所定の様式の診断書のほかに、申立書などの書類が必要です。状況により、診断書の種類や必要書類が異なる大変複雑な制度です。請求および受給決定後の保険料免除制度については、係までお問い合わせ

講座・お知らせ



みんなの講座

「アイスクリームづくり」

アイスクリーム(チョコ・抹茶・プレーン)を作ります。出来上がり品はお持ち帰りになります。

対象 / 市民

日時 / 8月29日(金)午前9時30分～午後1時頃

場所 / 網走市食品加工体験センター みんなる

定員 / 12名(応募多数の場合は抽選)

申込日 / 8月7日(木)※1日間のみ

受講料 / 1300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、マスク、ビニール手袋、飲み物、持ち帰り用のクーラーバッグ

指導 / 同センター食品加工指導員

☎ 市民活動推進係 ☎ 5390



申込フォーム

☎ 戸籍保険課国民年金係 ☎ 5413

網走市戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた戦没者の方を追悼し、平和への誓いを新たにすため、左記のとおり戦没者追悼式を実施いたします。

日時／8月3日(日)午前10時

場所／いほら斎場大ホール

問 社会福祉課庶務係 ☎ 5423

平和都市宣言パネル展

市では、恒久の平和を願い、平成3年に「平和都市宣言」を行うとともに、平成20年からは平和の尊さを広く伝える取り組みとして、未来を担う市内中学生を沖繩戦終焉の地であり友好都市である沖繩県糸満市へ派遣する

「青少年平和都市友好交流事業」を行っています。

パネル展では、過去の「青少年平和都市友好交流事業」の実施報告と戦争の悲惨さ、平和の尊さについて考える機会を設けることを目的に、原爆ボスターおよび沖繩戦に関する展示を行います。

展示期間・場所／

市立図書館内8月1日(金)～15日(金)

問 市民活動推進係 ☎ 5390

8月は北方領土返還要求運動 強調月間です

1日も早い北方領土の返還が実現することを強く期待し、北方領土返還要求運動強調月間を展開します。

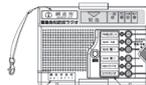
今月の防災ラジオ 試験放送日 8月13日(水) 午後1時

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。

Jアラート全国一斉情報伝達試験 8月20日(水) 午前11時

FMあばしりを通じ、防災ラジオで試験放送を実施します。

なお、当日の災害発生状況などで中止になる場合があります。



防災ラジオを無料で貸し出ししています

対象は、①市内に住所がある世帯、②市内に常設の店舗、作業所、事務所などがある事業者です。

ご希望の方は、防災係までご連絡いただくか、右の申込フォームからお申し込みください。



問 総務防災課防災係 ☎ 5385

北方領土問題についてご理解いただき、市庁舎1階市民ホールに設置している「返還要求署名簿」へのご署名をお願いいたします。

問 総務防災課総務係 ☎ 5384

夏本番 水難事故に注意!

〔遊泳場所指定区域以外は危険〕

急に深くなる場所、潮の流れが速くなる場所(離岸流)があります。

水上バイクとの衝突が心配されます。

〔お酒を飲んだら泳がない〕

アルコールの影響で平衡感覚が鈍り、正常な判断ができなくなります。

泳げる人でも溺れることがあります。

〔子どもから目を離さない〕

子どもは水遊びに夢中になり、保護者が目を離したすきに、流されたり溺れたりすることがあります。

軽い水遊びや釣りのときも油断せず、ライフジャケットを着用させましょう。

危ないと思ったら、自分の子どもでなくても注意しましょう。

〔衣服のまま水に落ちたら!〕

衣服が水を吸い重くなり、足がつかないと、恐怖や不安を感じます。慌てて暴れて体力を消耗すると、死亡事故につながる場合もあります。

陸にたどり着けなさそうなときは、無理に泳がず静かに救助を待ちましょう。

〔水難事故が発生したときは?〕

事故を大声で周囲に知らせ、119番通報をお願いしましょう。

流された人から目を離さず、木や岩などを目印として、どこまで流され、どのあたりで沈んだかの情報を正確に救助隊に伝えましょう。

二次災害を防ぐため、泳いで助けに行ってはいけません。

問 網走消防署警防課警防係

☎ 9415

全ての飲食店に 消火器設置義務があります

対象／火を使用する設備または器具を設けた飲食店など(ただし、全ての火を使用する設備または器具に、調理油加熱防止装置などの「防火上有効な措置」を設けている場合は、設置義務が免除されます。)

その他／消火器の設置場所や本数などの詳細については、消防署までご相談ください。

問 網走消防署警防課予防調査係

☎ 9417



シグナル

8月19日はバイクの日

今の時期、バイクの事故が増加傾向にあります。特に、休日のツーリング中に郊外地のカーブでの単独事故が多くなっています。

市内でもバイクでの事故が発生していますので、運転の際はよく注意し、安全運転をしましょう。



～ 交通事故を起こさないために ～

①カーブの手前では、十分に減速をしましょう!

大型バイクはスピードが出やすいので、特に注意です。

②指定・法定速度を守りましょう!

慣れた道や、運転に慣れてきたからと言ってスピードを出しすぎると危険です。

③余裕の持った運転をしましょう!

仲間とのツーリングは、無理に追いつこうとせず、また、全員に合わせた運行計画でツーリングを楽しみましょう。

ライダーだけではなく、歩行者や自動車などすべての方が事故にあわないように、お互いに注意して交通ルールを守りましょう。

令和7年国勢調査の実施について

令和7年は、5年に一度の国勢調査の年です。国勢調査は10月1日現在の日本国内に住む全ての人と世帯を対象とし、国内の人口や世帯の実態を統計法に基づき明らかにする国の最も重要な基幹統計調査です。調査結果は、さまざまな政策の検討などに利用されます。調査は、9月20日から9月末日にかけて、調査員証を身に付けた調査員が皆さまの自宅を訪問し、調査書類をお配りいたしますので、調査回答にご協力ください。

なお、回答方法についてはオンライン回答のほか、郵送提出や調査員への調査票提出を基本としています。
国勢調査実施本部 ☎6212



女満別空港季節運航便(直行便)について

今年の夏も女満別空港に便利な直行便が就航しています。

ダイヤや運賃など詳しくは、各社の公式サイトをご確認ください。

〔JAL:大阪(伊丹)―女満別〕

運航期間 / 8月28日(木)まで

運航便数 / 1日1往復

〔Peach:大阪(関西)―女満別〕

運航期間 / 9月29日(月)まで

運航便数 / 1日1往復(月・水・土曜日の週3往復)

〔ANA:中部(セントレア)―女満別〕

運航期間 / 9月30日(火)まで

運航便数 / 1日1往復

国観光課 広域観光推進係 ☎6707

一定面積以上の土地取引には届出が必要です

土地の売買・賃借・交換・営業譲渡など一定面積以上の土地取引の契約時には、国土利用計画法の規定により、その土地が所在する市町村に届出が必要と要です。

届出の対象となる面積

・都市計画区域内 5千平方メートル以上

・都市計画区域外 1万平方メートル以上

届出者 / 土地の権利取得者(買主など)

届出期限 / 契約締結日から2週間以内

※提出期限を過ぎた場合でも、届出書の提出にご協力ください。

提出書類

次の書類を各3部

・土地売買等届出書(様式が変更されていますので、市公式サイトからダウンロード)

ンロードして届出してください。)

・土地売買等契約書の写し

・土地の位置を明らかにした縮尺5万分の1以上の地形図

・土地およびその付近の状況を明らかにした5千分の1以上の図面

・土地の形状を明らかにした図面

・委任状(代理人が届出する場合)

罰則 / 届け出をしないと法律で罰せられることがあります。

国・国都市整備課計画係 ☎5568

QID16807

ふれ愛ひろば網走2025

ふれ愛ひろば網走2025を開催します。ぜひお越しください。

日時 / 8月31日(日)午前10時～午後2時

場所 / エコセンター

ふれ愛ひろば網走2025実行委員会事務局(社会福祉協議会地域福祉係)

☎42472

刑務所作業製品展示即売会

網走刑務所の作業製品のほか、全国の刑務所作業製品を展示・販売します。

函館少年刑務所発祥のマル獄製品や、大人気の固形洗濯石けん「ブルースティック」も数量限定で販売されます。

日時 / 8月9日(土)～11日(月)午前9時～午後5時

場所 / オホーツク流水館

オオホーツク流水館 ☎435951



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

**オホーツク・文化交流センター
(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

●施設に関して・お部屋の予約
管理係
TEL ④3704

お問い合わせはこちら↓

最新情報はこちら↓

チケット販売開始
大曲翔×アリ・リヴネ網走公演
「ヴァイオリンとピアノで世界を
魅了する至高のハーモニー」

最高峰ジュリアード音楽院を卒業し、
7つの世界大会を優勝したドイツ生まれ
ニューヨーク育ちのヴァイオリニスト大
曲翔と、同じくジュリアード卒のピアニ
スト、アリ・リヴネが欧米11カ国100
公演を終え来日。二人が織りなす圧巻の
ハーモニーをお楽しみください。

●8月8日(金)午前10時〜販売開始
場 エコーセンター / 市民会館 / キタノ
靴店 / フジヤ書店 / 喫茶ちばしり /
チケットぴあ

●市外の方には、8月15日(金)以降電話
での予約を開始します。

●費 一般2千円、高校生以下千円(全席自由)
●当日券各500円増

●未就学児は入場できません。
(公演情報)

日 10月26日(日)午後4時30分開演
場 エコーセンター エコーホール



チケット販売中
民謡クルセイターズ網走公演
MINYOIS BACK IN
TOWN AT 網走エコーセンター

日本各地の民謡とラテンリズムの融
合。実力ある民謡とグルーブ感を幅広
い世代でお楽しみください。

●市外の方には電話での予約を承って
おります。

●費 一般2500円、高校生以下1500円
(全席自由)

●当日券各500円増
●年齢制限等なし

(公演情報)

日 8月23日(土)午後4時30分開演
場 エコーセンター エコーホール



●9月9日(火)・16日(火) (全2回)
午前10時〜12時

場 エコーセンター 3階学習室A

対 網走市民 (18歳以上)

【講師】 川端 安枝 氏

内 編み物の基礎を学び、初心者向けの
編みぐるみを制作します。

定 6名(超えた場合は抽選)

●9月9日(火)・16日(火) (全2回)
午前10時〜12時

場 エコーセンター 3階学習室A

対 網走市民 (18歳以上)

【講師】 川端 安枝 氏

内 編み物の基礎を学び、初心者向けの
編みぐるみを制作します。

定 6名(超えた場合は抽選)

●費 300円

●申込期日 8月25日(月)

●申込方法 申込フォーム、電話

●持ち物 ▼かぎ針5号と毛糸とじ針があ
ればご持参ください。(貸出可)

●問 社会教育課生涯学習係(エコーセンター内)

●網走市民大学第3講座
『奇跡の7本指のピアノリスト
〜トーク&ピアノコンサート〜』
ピアノリスト 西川 悟平 氏

困難を乗り越え、世界を魅了するピ
アニスト・西川悟平さん。7本の指で
奏でる命の音と、笑いと涙あふれる
トークで、あなたに勇気を届けます。

●8月9日(土)午後2時〜3時45分
場 エコーセンター エコーホール

●対 網走市民・市民以外の方も受講可
●未就学児の入場はご遠慮ください。

●費 一般千円、大学生500円、高校生
以下無料(当日受付にて現金支払)

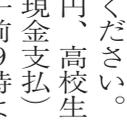
●申 申込期間講座1ヶ月前の午前9時よ
り受付(先着順)

●申 込方法 申込フォーム、
申込はこちら

●FAX、電話、エコーセ
ンター事務所窓口(席に
余裕がある場合当日受付有)

●受付時間 (電話・窓口)
開館日 ▼午前9時〜午後9時
閉館日 ▼午前9時〜午後5時

●問 網走市民大学事務局
TEL ④3705
FAX ④50733



令和7年度網走子ども会育成連合会
サマーデイキャンプ(兼)育成者研修会

●8月30日(土)
午前10時30分〜午後3時30分

●場 道立オホーツク公園とらんどキャンプ場

●対 市内小学生、子ども会会員及び育成者

●内 レクリエーション、牛乳パックで
ホットドッグづくり、モルックなど

●定 40名(超えた場合は抽選)

●※ 単位子ども会会員は優先となります。
●費 500円/名

●申 込期日 8月4日(月)

●申 込方法 申込フォーム

●問 網走子ども会育成連合会事務局
(エコーセンター内 生涯学習係)

●申 込期日 8月4日(月)

●申 込方法 申込フォーム

●問 網走子ども会育成連合会事務局
(エコーセンター内 生涯学習係)

●寿大学講座(案内)

●場 エコーセンター エコーホール

●対 寿大学に興味のある方

●費 無料

●申 当日受け付けます。

●問 社会教育課生涯学習係(エコーセンター内)

●第5回教養講座

●日 8月6日(水)午前10時〜12時

●内 講座「滯沸湖の成り立ち・歴史・自
然について」

●【講師】 滯沸湖水鳥・湿地センター
梅津 義則 氏

●網走市寿大学1日見学会

●日 8月27日(水)教養講座 ▼午前10時〜12時
クラブ見学 ▼午後1時〜2時30分

●内 教養講座 ▼【講師】落語家 桂慶枝氏
講演「慮る心」落語「ハンカチ」

クラブ見学▼カラオケ・舞踊・民謡・詩吟・書道
茶道・大正琴・園芸・健康麻雀・歌ごえ・短歌



フォトマッティンターカレッジ全国大会 2025 in 網走のご案内

風景写真の大学トップを決める写真競技会(フォトマッティンターカレッジ)の全国大会を全国で初めて網走市で開催します。東日本大会、西日本大会の上位2校と北海道内の2校の合計6校が、8月22日〜24日にかけて、市内で撮影した風景写真をもとに競技会に挑みます。「フォトマッティ」の楽しさと、大学生の視点で撮影した網走の風景写真をこの機会に是非お楽しみください。

日 8月24日(日)午後1時〜6時
開場▼午後0時30分
場 エコーセンター 2階大会議室
費 無料(途中入退可)
申 不要。どなたでも観戦いただけます。
問 社会教育課生涯学習係(エコーセンター内)



今月の休館日(エコーセンター)
4日(月)、18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↓



小学生向け企画 「本を読んでファイターズを応援しよう!」

場 図書館1階カウンター前
申 7月30日(水)締切

●参加方法

- ① 申込ページにアクセスして登録
- ② 届いたメールからファイターズ「読書手帳」をダウンロードして印刷
- ③ 7月26日(土)〜8月24日(日)の期間に決められた冊数の本を読んで「読書手帳」に記入
- ④ 読み終わったら「読書手帳」を図書館に提出

●読む本の冊数

- ・小学1〜2年生 ↓ 10冊
 - ・小学3〜4年生 ↓ 8冊
 - ・小学5〜6年生 ↓ 6冊
- ◎自分の学年にあった本を自由に選んで読んでください。

児童館よみかせ

日 8月6日(水)西児童館▼午後1時〜1時30分、いせの里児童センター▼午後1時40分〜2時10分
● 8月7日(木)桂町児童センター▼午後1時〜1時30分、つくし児童センター▼午後1時40分〜2時10分
潮見児童センター▼午後2時20分〜2時50分

今月の展示棚

日 8月1日(金)〜31日(日)
● 一般コーナー
「終戦から80年〜戦争と平和」

8月15日で終戦から80年を迎える日本。戦争と平和に関連した本を展示します。

●児童コーナー

「夏のほん」
スイカにかき氷、水泳など、夏らしい絵本をならべます。

●ティーンズコーナー

「平和を考える〜戦後80年を迎えて〜」
今年で太平洋戦争終結から80年を迎えます。戦争・紛争に関する本など、平和について考える本を特集します。

●2階地方資料コーナー

「北海道の山を楽しむ」
山の日にちなみ、ガイドブックや登山家の書いた本など北海道の山が楽しめる本の特集です。

●夏休み向け図書

「子どもたちに読んでほしい200冊」
日 7月25日(金)〜8月17日(日)

よみかせ会

日 2日、9日、23日、30日
(各土曜日) 午後2時〜
場 図書館1階えほんのもり
【よみて】

2日 声の図書館「そよかぜ」さん
9日 よみかせ会ハイジさん
23日 サークル「声の教室」さん
30日 図書館職員

0歳からのおやこで楽しむよみかせ会

日 8月27日(水)午前11時30分〜11時50分
場 図書館1階えほんのもり

大人のためのミニ朗読会(対面朗読)

日 8月27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「そよかぜ」さん
内 阿川 佐和子 著「アガワ家の危ない食卓」他
申 当日会場で受け付けします。

今月の休館日(図書館)

4日(月)、11日(月・祝)、18日(月)、25日(月)、29日(金・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
☎ 43 3550
【体育施設指定管理者】
日専連オホソック網走↓
☎ 45 5655



今月の休館日(体育館) なし
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)
4日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月)
開館時間
午前10時〜午後8時(火〜土)
午前10時〜午後4時(日・祝)



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

市立美術館
TEL 445045
FAX 445062
最新情報はこちら→

市立郷土博物館
TEL 433090
FAX 613020
最新情報はこちら→

企画展
『北を旅する人たちへ―藤倉英幸展』

日 8月2日(土)～9月7日(日)
場 市立美術館 第2展示室
費 高校生以上500円、小中学生250円

◎網走市・斜里町・清里町・小清水町・大空町の小中学生は土曜日無料
◎常設展示も観覧できます。

●講演会『北を旅した私とはり絵』

日 8月2日(土)午後1時～2時30分
場 市立美術館
【講師】藤倉英幸氏
(本展作家)



臨時休館 (展示替えのため)

日 8月1日(金)
『市立美術館開館記念日』観覧料無料

●今月の休館日(美術館)
1日(金)、4日(月)、12日(火・振替休館)、18日(月)、25日(月)
開館時間 午前10時～午後4時

特別企画展
甲殻WONDER・網走のヨコエビ展

「ダンゴムシはエビだった!」ダンゴムシのなかまの「ヨコエビ」を中心に、網走の甲殻類について標本と実物資料で特集します。

日 8月1日(金)～9月30日(火)
場 郷土博物館特別展示室
費 通常の入館料にて観覧できます。

●展示説明会

日 8月17日(日)午前10時～11時30分
定 20名 申 電話(郷土博物館まで)

モヨロカレッジ
モヨロ貝塚で土器づくり
モヨロ貝塚の遺跡の中でモヨロ人になつたつもりで土器をつくってみます。

日 8月2日(土)午前10時～12時
定 10名 場 モヨロ貝塚(野外)
雨天▼会場を変更して実施します。
申 電話(郷土博物館まで)

●ダンゴムシツアー・リベンジ
昨年に引き続き開催する網走市内のダンゴムシのなかまを観察してまわるツアー。今年も事業地を変更して開催予定です。

●第43回オホーツク星空への招待
大人も子どもも毎年ワイワイ星空を楽しむ会です。星座の場所を解説したり、望遠鏡で惑星をみたりします。

日 8月16日(土)午後8時～9時30分
(参加時間自由)
場 小清水原生花園
雨天・曇天▼中止します

申 当日会場受付(雨天中止などの連絡が必要な方は、電話・メールでの事前申込みも可能です)

●民俗資料収蔵展示施設の開放
昭和20年代の校舎に昭和レトロな道具がズラリ!博物館に寄贈された資料を保存・展示している施設を見学いただけます。

日 8月22日(金)～24日(日)、29日(金)～31日(日)
午前10時～午後4時(来場時間自由)
場 民俗資料収蔵展示施設(旧丸万小学校)
申 不要

●開放関連企画
思い出のレコード鑑賞会
昭和の名曲をレコードの音で体験しませんか。レコードを聴いたことがない方も、レコードがあるけどプレイヤーがなくて再生できないという方も自由に楽しめます。開場中であれば自由に参加できます。

◎博物館が収蔵している800枚の昭和時代のレコードから選んで聴くことができます。
◎レコードの持参も可能です。

●モヨロカレッジ
網走・常呂のオホーツク文化遺跡をめぐる

今年4月から一般公開されている常呂のオホーツク文化遺跡「トコロチャシ跡遺跡」など、モヨロ周辺の同時代の遺跡をバスでめぐります。

日 9月6日(土)午前9時～12時30分
定 25名
場 モヨロ貝塚館駐車場(集合)
申 電話(郷土博物館まで)

●今月の休館日(郷土博物館)
4日(月)、18日(月)、25日(月)
今月の休館日(モヨロ貝塚館)
7月～9月無休
開館時間 午前9時～午後5時

瀧沸湖水鳥・湿地センター
TEL/FAX 462400
最新情報はこちら→

●センター講座「水のいきもの観察会」
東京農大の園田先生と瀧沸湖に入って水の中に棲む生き物を探します。

日 8月24日(日)午前9時30分～12時
場 瀧沸湖水鳥湿地センター及び近くの湖岸
対 小学生以上、大人も可(小学校3年生以下は保護者同伴)
定 15名(先着順) 費 無料
持ち物▼飲み物、帽子、タオル、虫よけ、虫さされの薬、濡れても良い靴・服装

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 9月号・7月28日(月)/10月号・8月28日(木) 社会教育課生涯学習係(エコーセンター 2000内)まで

(実際にひざ位まで水に入ります。長靴・サンダル不可)、着替え用の服、靴

申込申込日 8月22日(金)

申込方法 電話・FAX・メールにて参加する方のお名前・年齢・電話番号・市町村名をお知らせ下さい。

ZUSR-SK-SEIKATSU-MIZUDORI @city.abashiri.hokkaido.jp

今月の休館日(瀧沸湖水鳥・湿地センター) 4日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月) 開館時間 午前9時～午後5時

北方民族博物館

TEL 45 338888

FAX 45 338889

最新情報はこちら↓



第40回特別展「雪原を駆ける 北方民族・冬の移動手段」

本展では、トナカイそりや犬ぞり、スキー、かんじきなど、北方民族の冬の移動技術と、その背景にある文化・生活・精神世界について紹介します。

7月19日(土)～10月19日(日)

場 北方民族博物館 特別展示室

費 特別展▼一般450円、高校・大学生200円、常設展・特別展セット▼一般800円、大学生320円、高校生200円(7・8月)、320円(9・10月) ※いずれも小中学生無料、65歳以上300円

講座 「神楽入門」

日 8月2日(土)午前10時～11時30分

場 北方民族博物館 講堂

対 一般 定20名(要申し込み)

講師 橋本 裕之氏(國學院大學客員教授/坐摩神社権禰宜)

費 無料

申 電話(北方民族博物館まで)

「高校生のための オープン・ミュージアム」

日 8月6日(水)午前10時～12時

場 北方民族博物館 講堂ほか

対 高校生 内 展示解説やバックヤードツアー、ものづくりを体験します。

定 10名(要申し込み) 費 無料

講師 日下 稜(当館学芸員)

申 電話(北方民族博物館まで)

講座 「第40回特別展解説講座」

日 8月16日(土)午前10時～11時30分

場 北方民族博物館 講堂

対 一般 定20名(要申し込み)

講師 中田 篤(当館主任学芸員)

費 無料

申 電話(北方民族博物館まで)

上映会 「北方民族博物館シアター夏」

日 8月31日(日)午前10時～11時30分

場 北方民族博物館 講堂

定 20名(要申し込み)

講師 佐藤 重吾(当館学芸員)

申 電話(北方民族博物館まで)

今月の休館日(北方民族博物館)なし 開館時間 午前9時～午後5時

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。

野鳥観察会

瀧沸湖のほとりで野鳥観察会を行います! 初心者も大歓迎です!
日 8月24日(日)午前9時～10時

場 瀧沸湖水鳥・湿地センター駐車場

対 一般 費 無料 申 不要

持ち物 ▼汚れても良い服装、あれば双眼鏡
問 日本野鳥の会オホーツク支部事務局
城石さん 080-1558716081

広島市立基町高校の生徒による 「原爆の絵」展

原爆投下後の広島の様子を体験された方から、高校生が話を聞き、絵にする活動をしています。被爆の実相を後世に伝え、平和の大切さを考えたいという「原爆の絵」の複製を展示します。

日 8月19日(火)～28日(木)火～土曜 ▼午前9時30分～午後7時、日曜 ▼午前9時30分～午後5時

場 市立図書館

問 新日本婦人の会網走支部 ☎ 6744

〔後援〕 網走市教育委員会

初心者会員募集

網走マスターズクラブ
まったく泳げなくても大丈夫! 高齢初心者大歓迎。水泳は楽しい生涯スポーツです。

日 ●初心者会員

毎週水曜日 ▼午後1時30分～3時
毎週土曜日 ▼午後2時～3時30分

●レギュラー会員
毎週火・金曜 ▼午後7時30分～9時

場 市民健康プール 対 18歳以上何歳でも
費 初心者会員 ▼1ヶ月1500円、レギュラー会員 ▼年間4千円

◎入会金なし

◎入館料・保険料各自負担
問 金田さん 090-281211545

声の図書館そよかせ 朗読勉強会

NHKアナウンサー、NHK放送研修センター日本語センター長として活躍され、現在は朗読講師として活動している岩井正氏を講師に、朗読の勉強会を開催します。

日 9月25日(木)午前9時30分～午後4時30分

場 エコーセンター 3階研修室C

講師 岩井 正氏
(NHK財団言葉コミュニケーション専門員)

費 負担金3千円(会場費・資料代)

申 申込日 9月11日(木)
申 込方法 電話

問 声の図書館そよかせ事務局
三浦さん 090-699117641

第47回 網走書道連盟展

水野東海百歳記念展示コーナーもごさいます。

日 8月24日(日)午後1時～28日(木)午後4時

場 エコーセンター 1階展示室
問 金子さん ☎ 455933

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！



【8・9月の開設日】

8月9日(土)、8月28日(木)、
9月13日(土)、9月25日(木)

土曜 午前10時～正午、木曜 午後5時30分～7時

※紛失・破損などによる再交付は有料です。
平日の開庁時間内にお手続きください。

問/戸籍保険課 市民係 ☎67-5412

網走市交通事故状況

令和7年7月13日現在

累積件数(網走警察署提供)

■発生件数	10 件
(前年比)	-11 件)
■死者	0 人
(前年比)	-3 人)
■傷者	12 人
(前年比)	-11 人)

人のうごき

人口 31,732人 (-8)

男 15,508人 (-8)

女 16,224人 (±0)

世帯 17,841世帯 (+15)

令和7年6月末現在(前月比)

広報 あばしり

令和7年8月号 No.792

発行/網走市

編集/企画調整課広報広聴係

〒093-8555

網走市南5条東1丁目10番地

☎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

https://www.city.abashiri.

hokkaido.jp/

この広報紙は再生紙を使用しています。

8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 相談日：12日(火) 予約受付日：5日(火)、6日(水) 相談日：26日(火) 予約受付日：19日(火)、20日(水) 相談時間：午前9時30分～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 Tel67-5390
人権相談 いじめや差別・いやがらせ・DVなどの人権問題～ 13日(水) 午後1時～3時 庁舎1階市民相談室 社会福祉課庶務係 Tel67-5423
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 8日、22日(金) 午前10時～正午 庁舎1階市民相談室 市民活動推進係 Tel67-5390
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 8月には行いません(次回は9月9日(火)開催予定) 開催日の1カ月前より予約を受付けます。 ※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 Tel67-5426
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 Tel67-5426
公害苦情相談 異臭・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 Tel67-5418
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 Tel67-5513
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 Tel67-7095 または 67-6555
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) 保険師による相談(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 7日(木) 午前9時～正午(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5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 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

8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
3	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
10	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
11	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
17	後藤田医院 新町1-2-7 ☎44-6811	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
24	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
31	網走脳神経クリニック 駒場北5-84-7 ☎67-5131	網走記念病院 潮見153 ☎61-0101

※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。