

広報

# あばしり

網走沖で採取された流氷が3月9日、網走港で陸揚げされました。

重さは推計約300トンで、今後はオホーツク流氷館で展示されるほか、観光プロモーションや物産展などでも使用されます。

4

2026年  
No.800

特集

令和8年度 市政執行方針

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

# 令和8年度 市政執行方針

第1回定例会で、水谷市長が説明した令和8年度の市政執行方針を要旨として紹介します。  
具体的な主要施策は、全世帯へ配布予定の「ことしのまちづくり（予算概要書）」でお知らせします。



## はじめに

令和8年網走市議会第1回定例会において、予算をはじめ関連する議案をご審議いただくにあたり、市政執行の所信と施策の概要を申し上げ、議員各位並びに市民の皆様のご理解とご協力を賜りたいと存じます。

令和6年の我が国の人口動態統計の確定数によれば、出生数は68万6173人で過去最小となり、対前年4万1115人の減少と9年連続で減少、合計特殊出生率は1.15で過去最低を更新しました。一方、死亡数は160万5378人で過去最多となり、自然増減数は91万9205人の減少と、過去最大の減少幅となりました。この約100万人の人口減少の流れは当市も例外ではなく、中長期的な人口減少を前提として、保健、医療、福祉、地域交通といった生活基盤サービスにおいて、その維持の在り方を変革していかなければならない時を迎えています。

このことは、国と地方の役割の在り方、また、近隣自治体との連携の必要性を問う直すものであり、従来、自治体が単独で全てを完結させてきたフルセット型の行政サービスの提供は変革が求められています。今後、持続可能な行財政運営を実現するため、公共施設などの総量の縮小や適正な配置、広域連携の取り組みなど、これらに主眼を置いた行政運営が重要です。市民の皆様、関係機関、諸団体とこれらの課題を共有し、より一層の連携を図りながら市政の懸案事項や課題に機敏かつ柔軟に対応していく所存です。

ついで数年前まで「デフレマインドの払拭」という言葉が飛び交っていたのもつかの間、今は、エネルギー価格をはじめとする物価の高騰が国民生活に大きな影響を及ぼしています。賃金と物価上昇の時間的なギャップの解消が喫緊の課題となる中、当市においても物価高騰対策を実施し、現在、子育て応援手当の支給や市内店舗で利用できる市民1人あたり1万7千円の地域応援商品券の配布を進めているところでは、また、住民税非課税世帯への支援金の給付や、所得税・住民税所得割の定額減税、さらには低所得者世帯への暖房用燃料の支援に独自に取り組んでまいりました。

人手不足に対しては、地域医療を支える看護師や社会インフラを担う技能者の育成、職場の環境改善に取り組む事業者への支援に加え、新規就職した方への奨励金の支給対象年齢の拡大、復職への支援、さらには社宅や社員寮の整備への支援など、人材の確保と定着に多角的に取り組んでまいりました。

子育て支援においては、高校生までの医療費の完全無料化、妊娠・出産時の経済的支援、1歳までの乳児へのベビー用品購入クーポン券の進呈、そして、小中学校をはじめ幼稚園、保育園、認定こども園の給食費の無償化を実施してまいりました。

環境施策では、自治体新電力会社「あばしり電力株式会社」の取り組みにより、市内4カ所の発電施設のほか、NGKオ

適切な処理体制の構築と公衆衛生の確保のため、施設の供用開始に向け関係機関と連携しながら着実に取り組んでまいります。

今後もし引き続き、誰もが安心して暮らし続けられるまちの実現に向けて力を尽くしてまいります。

## 基本方針

### ■市政を取り巻く環境

政府は、「責任ある積極財政」を経済財政運営のあるべき姿とし、令和8年度予算は、令和7年度補正予算と一体として切れ目なく「強い経済」を実現するための予算と位置付け、賃上げ環境の整備、成長投資の推進、防災・減災、新しい地方経済の創生などの重点施策を通じ、強い経済成長と物価安定の両立の実現を目指すとしています。

国の令和8年度一般会計予算は、過去最大の規模となる122兆3092億円となり、税収も過去最高の83兆7350億円と、前年度当初より約5兆9160億円の増加となりました。一方、公債依存度は24.2%、債務残高はGDPの1.7倍と依然として高い水準にあり、国の厳しい財政状況に変わりはないものと認識しています。

### ■当市の財政状況

当市の財政状況は、これまでの行政改革の取り組みにより、財政の健全度を示す財政指標は改善基調にあり、また、ふるさと寄附の支えにより一定の基金残高を維持しています。

歳入は、賃上げによる所得の増加や企業の増益により税収増が見込まれるところです。

一方、歳出では、人件費、物価高による管理コストが増加する中、子育て支援の充実、地域医療や地域公共交通の維持・確保、地域産業の活性化、公共施設やインフラ施設の老朽化対策などさまざまな市民ニーズに対して、財政規律も保ちながら取り組むことが求められています。

令和8年度の一般会計当初予算は275億5555万5千円で、対前年度比マインス2167万円、0.1%の減、6つの特別会計は総額で95億9222万1千円、対前年度比プラス1億2054万9千円、1.3%の増となりました。

また、公営企業会計は3つの事業会計の総額で5億5581万2千円、対前年度比プラス1億257万9千円、2.1%の増となったところです。

### 今年のまちづくりについて

令和8年度は、医療体制や地域公共交

通の維持確保、子育て支援の充実、人材の確保、地域経済の活性化など、総合計画を基本として5つの観点からまちづくりに取り組んでまいります。

### ■ひとにやさしく

#### ひとを育むまちづくり

1つ目は「ひとにやさしく、ひとを育むまちづくり」です。

保健医療では、札幌医科大学と連携し、市民の健康増進、スポーツの振興や競技力の向上を目指した取り組みを行うとともに、網走厚生病院が地域センター病院としての機能を維持・充実できるように支援を拡充するほか、引き続き救急医療体制の維持と開業医の誘致に努め、医療提供体制の充実を図ります。

また、産後の母子に対するケアを充実させるとともに、新たに妊婦へのRSウイルスワクチン接種に取り組むほか、不妊治療への助成、健康診査を継続し、市民の健康維持に努めてまいります。

子育て環境では、「こども計画」を策定するとともに、新たに、幼稚園、認定こども園において「こども誰でも通園制度」を開始するほか、子育て世帯の経済的負担の軽減のため、高校生までの医療費の無料化、小中学校や認定こども園などの給食費の無償化を継続します。

また、特別な支援を要する子どもが各ライフステージにおいて切れ目なく適切

な支援を受けられるよう、新たに「サポートファイル」を導入します。

なお、4月より供用を開始する「こども発達支援センター」は、感覚統合室を新設し、療育機能の強化を図ります。

人材の確保では、看護師、介護従事者、障がい福祉従事者、保育士の復職に向けた支援を継続します。

老朽化が進む網走市総合福祉センターは、網走水産試験場との一体的な整備による旧道立高等看護学院への移転に向け、施設改修の実施設計に取り組みます。

学校生活では、特別な支援が必要な児童生徒の状態に応じたきめ細かな支援を充実させるとともに、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの配置を継続し、児童生徒や保護者に寄り添った相談体制、各専門機関との連携による組織的な対応に努めます。

また、調べ学習や読書活動、情報活用能力の育成を支援する学校司書を増員し、子どもたちの本に親しむ習慣化を推進します。

部活動は、子どもたちのスポーツや芸術文化活動の機会の確保のため、関係機関と連携し地域展開に向けた取り組みを進めます。

### ■グリーンなまちづくり

2つ目は「グリーンなまちづくり」です。2050年カーボンニュートラルの実

現に向け、市民や事業者向けの脱炭素セミナーの開催など啓発活動に取り組み、関係者による継続的な意見交換の場を創出を目指すとともに、総合体育館や郊外集会施設、市営住宅の照明のLED化により省エネルギーを促進するほか、あばしり電力の取り組みでは、東京農業大学に太陽光発電施設を整備し、再生可能エネルギーの利用を促進します。

また、森林の環境保全機能の維持のため、植林や伐採など計画的な整備に努め、「こまば木のひろば」では、柵や橋、階段の改修など環境整備を行い、治山と保健の機能を併せ持つ多目的保安林としての機能を維持します。

### ■活力あふれるまちづくり

3つ目は「活力あふれるまちづくり」です。

農業では、新規農作物の栽培の振興のため、新たに、必要な資格取得経費や機材などの導入経費を支援するほか、経営意欲の向上を図るため、意欲的に取り組む農業者への支援を拡大するとともに、近年、急増している有害鳥獣の被害を抑制するためエゾシカやカラスの捕獲を強化します。

水産業では、漁業者や水産加工事業者の意欲的な取り組みを支援するほか、新たに、ホタテ稚貝へい死の再発防止に向けたリスク管理計画の策定を支援するとともに、ホタテ漁家の負担軽減に取り組

み、事業の継続を支えます。

観光業では、宿泊税を活用し、新たに、観光客の満足度の向上につながるよう宿泊施設の環境整備への支援、体験型観光の磨き上げ、閑散期の誘客に向けた取り組みの強化、プロモーション動画のリニューアルに取り組みます。

また、タクシー事業者の配車アプリの導入を支援するほか、どこバスは車両を増車するとともに、観光客の利用が見込まれる近隣の観光スポットへ運行エリアを拡大し、二次交通の利便性向上を図ります。

多くの市民や観光客に好評の花火大会は、警備体制の強化、有料観覧席の試験導入、網走桂陽高校と連携したプログラムの充実を図り、より魅力ある大会を目指します。

加えて、上川大雪酒造の酒蔵建設を契機とし、新たに、観光関係事業者などと連携した地酒に対する気運醸成や、酒粕を活用した食文化の創出、ブランドの確立など、お酒を主軸としたプロモーションと誘客促進に取り組めます。

地域公共交通では、日常の移動手段の確保のため、生活路線バスやどこバスの運行を支援するほか、郊外地区では乗合タクシーの実証運行に取り組み、患者送迎バスとの機能の統合と利便性の向上について検討を進めます。

働き手の確保では、合同企業説明会、就労や起業への意欲を高めるセミナー、新社会人を対象とした研修会の開催、新

規就職した方への奨励金、社会インフラを担う人材確保や住宅整備への支援を継続するとともに、地域公共交通事業者の人材確保策に対する支援対象を拡大するほか、季節労働者の通年雇用化を促進するため、新たに、資格取得を支援します。

### ■安全・安心なまちづくり

4つ目は「安全・安心なまちづくり」です。

災害対策では、夜間の安全な避難のため、台町地区の津波避難路へソーラー蓄電池式の照明設備を整備するほか、避難所の資機材を充実させるとともに、防災知識や対応力の習得のため、市民や関係機関と連携し巨大地震の発生を想定した総合防災訓練に取り組めます。

また、東京農業大学が取り組む蓄電池の整備を支援し、避難所としての機能と大学自体のBCPの強化を図ります。

インフラの整備では、道路の改良、橋梁の長寿命化対策、導水管や配水管の布設替え、下水道施設の強靱化を計画的に進めるとともに、公園は遊具の更新を中心とした計画的な再編整備を進めます。

消防では、「安全・安心な暮らしを守り続ける柔軟な消防庁舎」をコンセプトに、令和10年度の供用開始に向け建設工事に着手します。

猛暑対策では、コミュニティセンターと住民センターのエアコンを増設し避難所としての機能強化を図るとともに、住

宅や郊外の集会施設への設置に対する支援も継続します。

除雪対策では、事業者への貸与車両を整備するとともに、新たに、車両導入や免許取得を支援し除雪体制の維持を図ります。

全国的に出没が多発しているクマ対策では、個体数密度の低減と警戒心の植え付けによる出没抑制、ハンターの育成のため、北海道ヒグマ管理計画に基づく春期管理捕獲を実施するとともに、緊急銃猟を安全かつ円滑に実施できる体制を整備します。

### ■デジタルを推進するまちづくり

5つ目は「デジタルを推進するまちづくり」です。

業務の効率化や経営強化のため、人材の育成や相談会の開催などデジタル化に取り組み事業者への支援を継続するとともに、町内会役員の高齢化、担い手不足加入率の低下といった課題に対応するため、新たに電子閲覧板を導入し、町内会業務の負担軽減を図ります。

また、吹雪など視界不良時の安全な作業とオペレーターの負担軽減のため、除雪車両に、カメラ映像の鮮明化や障害物を検知するシステムを導入します。

加えて、納税者の利便性の向上のため、市税と保険料のコンビニ収納を開始します。

# オホーツク 網走マラソン2026

2026年9月27日(日)開催

種目 ▶ マラソン42.195km(制限時間: 6時間30分)・5km・3km  
 一般エントリー (事前発送) ▶ 4月1日(水)  
 ※先着順。定員に達し次第、締め切りとなります。 ~7月16日(木)



種目	スタート	定員	参加資格	参加料
マラソン 42.195km	午前8時45分	2,600人	18歳以上(高校生を除く) ※6時間30分以内に完走できる方	12,000円
5km	午前9時50分	300人	高校生以上	一般3,000円 高校生2,000円
3km	午前10時00分	100人	小学4年生~中学生	1,000円

## 大会ゲスト



エリック・  
ワйнаナさん



金 哲彦さん

表彰：マラソン各部門および3km・5km各部門1位~6位、マラソン団体戦1位~3位  
 団体戦に男女・年代の区別はありません。



大会ホームページ (<https://www.abashiri-marathon.jp/>)

## 【問い合わせ】

オホーツク網走マラソン事務局  
 (61-2360)

## 事業所および企業の皆さまへ

# 令和8年経済センサスー活動調査を実施します

この調査は、令和8年6月1日現在における全国全ての事業所・企業の経済活動の状況を明らかにすることを目的に、総務省と経済産業省が一体的に実施する重要かつ大規模な統計調査です。

4月ごろからインターネット回答用の調査書類が各事業所に郵送されますので、ご回答をお願いします。なお、調査書類が郵送されなかった事業所や回答が確認できない事業所には、5月中旬以降に調査員が調査票を直接配布いたします。(必ず「調査員証」と「経済センサスー活動調査」と記入された手提げ袋を身に付けています。)

インターネット回答、郵送提出、調査員提出のいずれかの方法によりご回答ください。

※回答いただいた内容は、統計法に基づき目的以外では絶対に使用しません。個人情報などは厳重に守られます。

<https://www.e-census2026.go.jp/>



【問い合わせ】情報政策課 情報政策係 (67-5383)

# 令和8年度 予算の概要

人口減少社会に向けて、網走の地域性を活かした「『ひと・もの・まち』が輝く」まちづくりを推進します。

## 一般会計

# 275億5,556万円

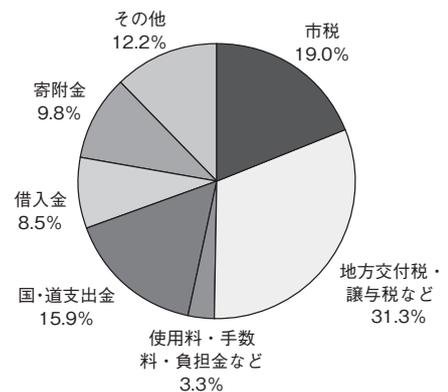
網走市の令和8年度予算が決まりました。  
一般会計は、275億5556万円、7年度当初予算額と比べて0.1%の減となりました。  
主な取り組みは、消防本部庁舎の建設工事のほか潮見地区での市営住宅の建設や、総合福祉センターの移転に向けた実施設計、道路などのインフラ整備のほか、宿泊税を活用した観光振興の強化、地域医療体制の維持・充実、小中学校の教育環境の充実、将来を見据えた学校の適正規模・適正配置の検討などを重点としました。

この予算を通じて、市民の皆さんをはじめ、関係機関の皆さんと、豊かで美しい自然の中、ひと・もの・まちが輝き続け、誰もが安心して暮らすことのできるまちづくりを推進します。  
令和8年度予算の詳しい内容は、別に全戸配布する「ことしのまちづくり」でお知らせします。

## 歳入 (概要)

区 分	8年度予算額	7年度予算額	比較増減
市 税	52億4,209万円	51億2,141万円	1億2,068万円
地方交付税・譲与税など	86億3,708万円	81億7,632万円	4億6,076万円
使用料・手数料・負担金など	8億9,060万円	8億9,358万円	-298万円
国・道支出金	43億8,918万円	48億5,055万円	-4億6,137万円
借 入 金	23億2,990万円	29億340万円	-5億7,350万円
寄 附 金	27億65万円	22億120万円	4億9,945万円
そ の 他	33億6,606万円	34億3,077万円	-6,471万円
歳 入 合 計	275億5,556万円	275億7,723万円	-2,167万円

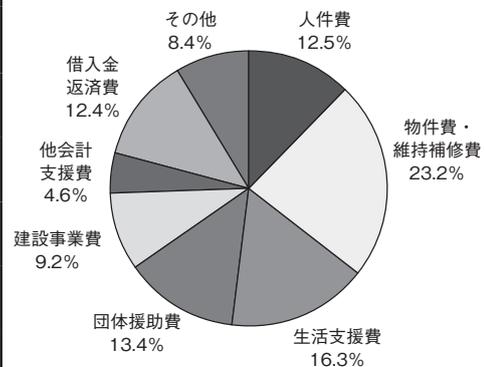
## 歳入



## 歳出 (概要)

区 分	8年度予算額	7年度予算額	比較増減
人 件 費	34億4,025万円	32億9,351万円	1億4,674万円
物 件 費・維持補修費	63億9,107万円	64億1,362万円	-2,255万円
生活支援費	44億9,586万円	44億2,945万円	6,641万円
団体援助費	37億800万円	36億8,787万円	2,013万円
建設事業費	25億3,092万円	32億6,066万円	-7億2,974万円
特別会計支援費	12億5,528万円	12億1,953万円	3,576万円
借入金返済費	34億1,920万円	32億6,250万円	1億5,669万円
そ の 他	23億1,498万円	20億1,009万円	3億489万円
歳 出 合 計	275億5,556万円	275億7,723万円	-2,167万円

## 歳出



※端数処理により、計数が合致しない場合があります。

## 主な事業

(単位：万円)

事業内容		予算額
ひとにやさしく・ひとを育むまち	斜網地域の中核医療機関としての「地域センター病院」の機能確保を目的として網走厚生病院を支援します。	10,092
	総合福祉センターの移転に向けた実施設計をします。	1,500
	将来的な学校の適正規模・適正配置を見据えた基本計画を策定します。	1,250
	こども誰でも通園制度を実施します。	813
	妊娠28週から36週の方を対象に、生まれてくる赤ちゃんのRSウイルスを予防するワクチンの定期接種を実施します。	451
グリーンなまち	東京農大が太陽光パネルの整備と併せて行う蓄電池の設置を支援し、避難所としての機能とBCP(事業継続計画)の強化を図ります。	7,000
活力あふれるまち	どこバスの増車を支援し、運行エリアを観光スポットへ拡大します。	1,300
	新規作物の栽培に挑戦する農業者を支援します。	1,000
	体験型観光を推進するための機能強化やコンテンツ造成などを支援します。	900
	新たに建設される酒蔵で醸造される地酒など網走のお酒や食を中心とした誘客促進、プロモーションを実施します。	460
	市内タクシー事業者の配車アプリ導入を支援します。	184
安全・安心なまち	太陽光発電施設の適正化に関する検討・審議をします。	235
	消防本部庁舎の令和10年度供用開始に向けて、建設工事を行います。	77,155 (うち市負担金 2,514万円)
	1市5町で構成する斜網地区廃棄物処理組合が実施する廃棄物中間処理施設の整備に係る費用を負担します。	3,968
	市道の舗装や排水施設などを改修します。	26,000
	公営住宅の潮見団地で、引き続き1棟30戸の建設工事を進めます。	88,468
デジタルを推進するまち	ヒグマの個体数抑制と捕獲従事者の育成を図ります。	48
	除雪車両にホワイトアウト時に映像を鮮明化して運転を支援するシステムを導入します。	528
	コンビニ窓口での市税・保険料の収納の取り扱いを開始します。	185
	町内会活動の負担を軽減するため、電子回覧板システムを導入します。	139

### 予算編成のポイント

#### 重点事業

「子育て支援の充実」「地域の医療や公共交通の維持」「地域産業の活性化」「公共施設等の老朽化対策」を推進する取り組みを重点事業としました。

#### 国の補正予算とふるさと寄附金の活用

国の補正予算による交付金やふるさと寄附金の活用により、財政の健全化に配慮しました。

## 特別会計

# 95億9,222万円

特定の収入や支出を一般会計と区別して処理される会計です。網走市には6つの特別会計があります。

特別会計名	予算額	増減率 (対前年度)
市有財産整備	7,246万円	-42.4%
国民健康保険	39億1,367万円	-1.8%
網走港整備	8億66万円	-6.0%
能取漁港整備	1億6,104万円	-7.0%
介護保険	37億2,950万円	3.2%
後期高齢者医療	9億1,492万円	26.7%

## 公営企業会計

# 50億5,581万円

独立採算を原則とする複式簿記による会計です。網走市には3つの公営企業会計があります。

公営企業会計名	予算額	増減率 (対前年度)
水道事業	21億2,265万円	1.3%
簡易水道事業	2億4,976万円	2.3%
下水道事業	26億8,340万円	2.7%

※端数処理により、計数が合致しない場合があります。

【問い合わせ】  
財政課財政係 (67-5405)

令和8年4月  
スタート



# こども誰でも通園制度



令和8年4月より、「こども誰でも通園制度」がスタートします。この制度は、保護者の就労要件を問わず、月10時間までであれば保育園などに通園できる新たな制度です。

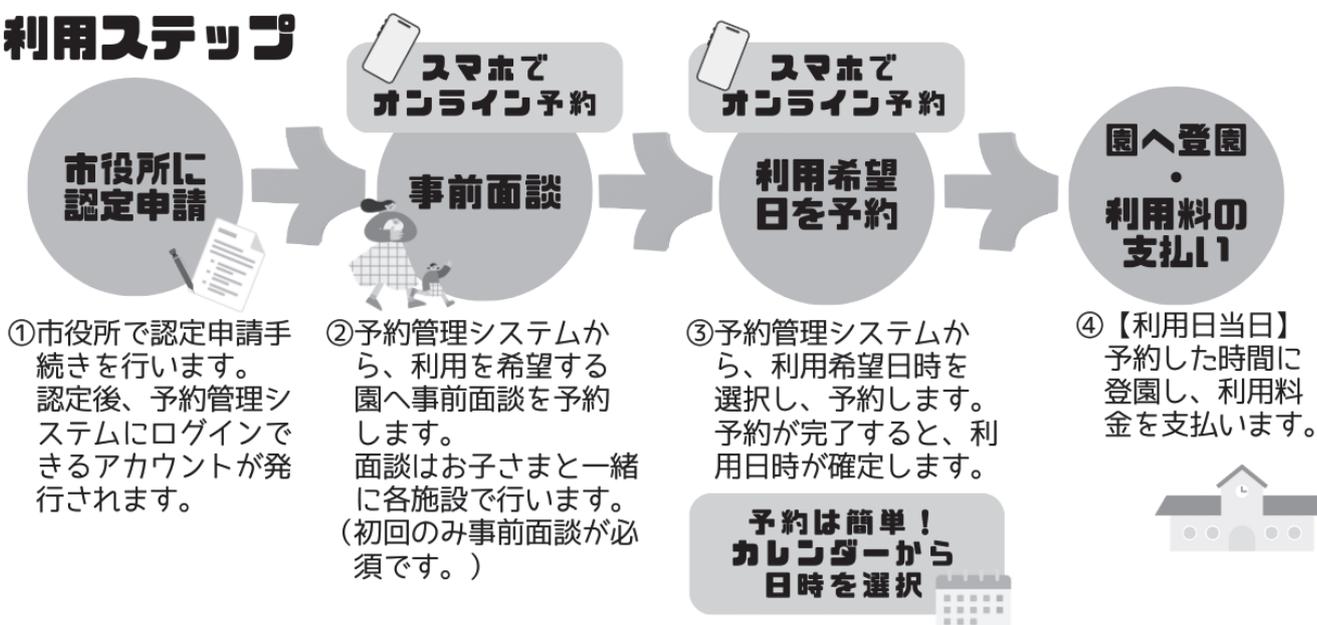
友だちや保育士などとの関わりの中で、お子さんの健やかな成長を促すとともに、保護者の方の孤立感や育児不安の軽減を図ります。

対象：0歳6カ月から満3歳未満の、保育所などに通園していないお子さま

料金：1時間あたり300円

利用可能時間：月10時間まで、時間単位で利用できます

## 利用ステップ



## 実施施設

※通園できる日や時間は園によって異なります(予約管理システムで確認できます)

施設名	住所	連絡先
認定こども園網走幼稚園	南8条東3丁目	0152-44-6886
認定こども園網走若葉幼稚園	南6条東2丁目	0152-44-4512
認定こども園網走藤幼稚園	北4条西4丁目3番1号	0152-43-3912
認定こども園つくし	つくしヶ丘5丁目9番3号	0152-43-3434
認定こども園しおみ	潮見8丁目4番9号	0152-44-3222
認定こども園いせの里保育園	北11条西4丁目1番5号	0152-44-7591
桂幼稚園	桂町3丁目3番1号	0152-43-3207

【問い合わせ】子育て支援課 こども家庭係 (67-5426)

# 移転のお知らせ

令和8年4月より、こども発達支援センターは北3条西4丁目（旧保健センター）へ移転します。移転に合わせ、子ども達にとってよりよい環境を整備しました。

## 移転でここが変わります

### 1. 感覚統合室を整備しました

適切な刺激を体を与え、情緒の安定や運動能力の向上を図るための部屋です。吊り下げ遊具（スイング・ハンモック）などを設置し、床はクッション性の高いマットレスを整備しています。

### 2. プレイルームが広くなりました

今までよりプレイルームが広くなり、新しい器具が増えました。広々とした空間で思う存分、体を動かすことができます。

### 3. 全室にエアコンを完備しました

夏場も快適に利用できるようになります。



## 建物位置図



## 感覚統合室



## 指導室



## プレイルーム



## 建物正面



開設日：毎週月曜日～金曜日（祝日除く）

開所時間：午前9時～午後5時

住所：北3条西4丁目1番地

電話：0152-44-1884

F A X：0152-43-2530

【問い合わせ】子育て支援課 こども家庭係（67-5426）

# 令和8年度から市の公の施設を管理・運営する 指定管理者が決まりました

指定管理者制度とは、公の施設の管理運営を、民間事業者も含めた幅広い団体に委ねることができる制度です。令和8年度は、今回指定した施設を含め全体で31の施設が指定管理者によって管理・運営されます。このたび指定した各施設の指定管理者は以下のとおりです。

【指定期間：令和8年4月1日～令和11年3月31日】		
No.	施設名	指定管理者の名称
1	網走市南コミュニティセンター	網走市南コミュニティセンター運営委員会
2	網走市潮見コミュニティセンター	網走市潮見コミュニティセンター運営委員会
3	網走市北コミュニティセンター	網走市北コミュニティセンター運営委員会
4	網走市西コミュニティセンター	網走市西地区地域活動推進協議会
5	網走市西網走コミュニティセンター	網走市西網走コミュニティセンター運営委員会
6	網走市呼人コミュニティセンター	網走市呼人コミュニティセンター運営委員会
7	網走市向陽ヶ丘住民センター	網走市向陽ヶ丘住民センター運営委員会
8	網走市駒場住民センター	網走市駒場住民センター運営委員会
9	さんごそう保育園	網走市へき地さんごそう保育園運営委員会
10	網走市農村環境改善センター	網走市へき地はまなす保育園運営委員会
11	網走市鉄道記念館	網走市鉄道記念館管理運営委員会

【指定期間：令和8年4月1日～令和14年3月31日】		
No.	施設名	指定管理者の名称
1	網走市音根内地区福祉会館	音根内自治会
2	網走市能取地区福祉会館	能取区会
3	網走市嘉多山地区総合研修センター	嘉多山区会
4	網走市浦士別地区集落センター	浦士別栄自治会
5	網走市中央地区総合研修センター	藻琴町内会
6	網走市能力開発センター	職業訓練法人 網走職業訓練協会
7	網走市西地域プール	網走市西地域プール管理運営委員会

【問い合わせ】企画調整課 企画係 (67-5380)

## 網走市公式LINE登録者募集中！

市内のイベント情報や防災・防犯情報など、さまざまな情報をお届けするほか、ごみの分別検索や手続きの事前申請、公共施設の予約、子育て・健康情報の検索、ハザードマップの確認などができます。

登録は二次元コードから▶



【問い合わせ】企画調整課 広報広聴係 (67-5382)

安心安全な地域をつくる

# 町内会へ

加入しましょう！

網走市町内会連合会と網走市は、  
協働によるまちづくりを推進するため、  
町内会への加入を推奨しています。

## 地域コミュニティ活動

- お花見・盆踊り・夏祭りの開催
- 夏休みラジオ体操の実施など



## 生活情報提供活動

- 町内会連合会だより、広報あばしりの配付
- 回覧板での情報提供など



## 生活安全活動

- 防犯灯の点灯管理
- 防犯パトロール
- 防災訓練の実施など



## 環境美化活動

- ゴミステーションの管理
- 花いっぱい運動の実施
- 町内会清掃活動、資源物回収など



## 青少年育成活動

- 交通安全運動の推進
- 通学路の安全対策
- 子ども会活動など



## 地域福祉活動

- 高齢者健康トレーニング
- 健康教室の開催
- 声かけ運動



問い合わせ / 網走市町内会連合会事務局（網走市社会福祉協議会内）

TEL 43-2472 FAX 43-3919

## 運転免許を自主返納した高齢者の方に 公共交通利用券を交付します

【申し込み・問い合わせ】  
市民活動推進課  
市民活動推進係  
☎ 67-5390

市では、**運転免許を自主返納された満75歳以上の市民**を対象に「公共交通利用券」および「どこバス定期券」を交付しています。

また、免許返納の意思があつたにもかかわらず、**やむを得ない理由で免許失効となった方も対象**になる場合があります。

### 必要書類

- ① 警察署で発行された「申請による運転免許の取消通知書」
  - ② 身分証明書（マイナンバーカード、年金手帳、健康保険証または資格確認書）
  - ③ 申請書（窓口でお渡しします。市公式サイトからもダウンロードできます。）
- ※代理人申請の場合や、やむを得ない理由で免許を失効した方は、その理由が確認できる書類の提出が必要です。申請前にご相談ください。

### 申請期限

自主返納日（取消通知書の交付日）から1年以内

交付は1人1回限りです。  
過去に交付を受けた方は  
対象外です。

### 交付内容

下記①②のどちらかを交付します。

- ① 市内のバス、どこバスやタクシーで利用可能な公共交通利用券（1万円分）  
どこバス定期券（3カ月分）のセット
- ② 市内のバス、どこバスやタクシーで利用可能な公共交通利用券（2万円分）





このコーナーでは、さまざまな活動を頑張る網走市の小・中・高校生を紹介します！

## 網走っ子の活動報告 第6弾

●中学生の活躍（部活動・地域クラブ活動）

### 陸上競技

○北海道中学校陸上競技大会（R7.7月 室蘭市開催）

【男子棒高跳】決勝10位：野中 梧葉(第一中2年)、新鞍 健人(第三中3年)

【男子走幅跳】予選出場：内田 悠貴(第一中3年)

【女子走幅跳】予選出場：小堀 空来(第一中3年)

【女子100m】準決勝進出：小崎 杏梨(第一中3年)、金兵 希空(第三中3年)

予選出場：笹田 虹心(第五中2年)

【女子200m】予選出場：金兵 希空(第三中3年)

【女子100mH】準決勝進出：笹田 虹心(第五中2年) / 予選出場：小崎 杏梨(第一中3年)



(北海道中学校陸上競技大会)

### 水泳

○北海道中学校水泳大会（R7.7月 札幌市開催）

【男子100m背泳ぎ/200m背泳ぎ】

予選出場：大友 徠暉(第三中3年)、緒方 柊茉(第五中3年)

【女子100m平泳ぎ/200m平泳ぎ】

予選出場：伊藤 真彩(第二中3年)

【女子100mバタフライ/200m自由形】

予選出場：城戸 優華(第二中3年)

【女子 50m自由形】予選出場：内山 莉子(第一中2年)



(北海道中学校水泳大会)



(全国都道府県対抗中学校バレーボール大会)

### バレーボール

○北海道中学生バレーボール選抜優勝大会（R7.5月 芦別市開催）

【男子】ベスト8：戸松 虎珀(第三中3年)

○北海道中学校バレーボール大会（R7.8月 深川市開催）

【男子】出場：戸松 虎珀(第三中3年)

○全国都道府県対抗中学校バレーボール大会（R7.12月 大阪市開催）

【男子】出場：戸松 虎珀(第三中3年)

○北海道中学生バレーボール選抜優勝大会予選会（R8.1月 芦別市開催）

【男子】出場：網走VONDS



(北海道中学生バレーボール選抜優勝大会予選会)

### 野球

○全日本少年軟式野球大会北海道大会（R7.7月 帯広市開催）

【男子】出場：第一中

○北海道中学校軟式野球大会（R7.7月 知内町開催）

【男子】出場：第二中・第五中合同チーム



(北海道中学校軟式野球大会)

### 体操

○北海道中学校体操競技・新体操大会（R7.7月 札幌市開催）

【体操男子二部】総合優勝：紫藤 璃久(第一中1年) / 出場：江田 絆人(第一中2年)、高坂 明人(第一中2年)、中村 輝(第三中3年)

【体操女子二部】出場：竹田 希愛心(第一中2年)、近藤 天音(第三中2年)、渡邊 琴美(第三中1年)

【体操男子二部団体】2位：江田 絆人・高坂 明人・紫藤 璃久

### 吹奏楽

○北海道吹奏楽コンクール（R7.8月 札幌市開催）

【B編成】銀賞：第三中

【問い合わせ】

学校教育課 学務係 (67-5396)

## 春の不調 『春バテ』 対策



こころもからだも健康に  
**HEALTHY講座**

暦は4月、新しい環境での生活が始まる方も多いのではないのでしょうか。

厳しい冬が終わり暖かく明るい春を迎えますが、春は「身体がだるい」「やる気が出ない」など心身の不調を感じる方も多くなる時期だと言われています。これらの不調＝「春バテ」の原因は、自律神経の乱れかもしれません。

春に自律神経が乱れやすくなる理由は「寒暖差が大きくなること」と「生活や人間関係が大きく変わること」からくるストレスにあります。

### 『予防と対策』

春に感じやすいストレスからくる「春バテ」の対策には、生活習慣を見直して心身を健康に保つことが大切です。

4つのポイントを意識して、春を元気に乗り切りましょう。

- 生活リズムを整える（毎日だいたい同じ時間に起き、日中は体を動かす）
- 質の良い睡眠を取る（寝る1～2時間前から準備を始め、光や音の刺激を避ける）
- バランスのとれた食事を取る（ビタミンB群やビタミンCなどのビタミンを意識的に摂取し、なるべく3食決まった時間に食べる）
- 運動習慣をつける（散歩やストレッチなど軽い運動を継続的に行う）



## ピリカ実践講習会を開催します！

ごみ拾いアプリ『ピリカ』を実際に使う、ごみ拾いイベントを開催します。アプリを使ったことがない方にも丁寧に使い方を教えます。普段、ピリカで投稿している方の参加も大歓迎です。ぜひご参加ください。（記念品を用意しています。）

●日時● 4月18日（土） 午前10時～11時30分

●対象● 市民

●集合場所● エコーセンター 正面玄関前

●申込方法● 電話もしくは、Googleフォームからお申し込みください。



Googleフォーム

### 【ピリカって何？】

誰でも簡単にごみ拾いの様子を発信できるアプリです。このアプリを使い、日本全国、世界100カ国以上の国でごみが拾われています。

### 【使い方は？】

①アプリをダウンロードして新規登録 → ②ごみを拾う → ③写真を撮って投稿！

### 【どんなメリットがあるの？】

- ごみ拾い活動が見える ●他のユーザーから感謝されたり、仲間が増える
- ごみ拾い活動が自動で記録される → **まちがきれいに！**



ごみ拾いをしている方もこれからの方も、いっしょにまちをきれいにしませんか？

【申し込み・問い合わせ】生活環境課 清掃リサイクル係（67-5419）



## 男女共同参画コーナー

# ひゅーら

～ Human Love ～

誰もが自分らしく輝ける地域へ

～女性活躍のいま、私たちにできること～

最近、仕事と家庭を両立しながら生き生きと働く女性の姿を、よく見かけようになりました。統計でも女性の平均勤続年数は年々延びており、キャリアを継続する女性が増えているということがうかがえます。

しかし、世界的な視点で見ると、管理職に占める女性の割合や男女の賃金格差には、依然として大きな課題が残っているのが現状です。

### 【社会全体で支える「女性活躍推進法」の延長】

こうした状況を改善し、より良い社会を築くため、国は令和8年3月31日までとなっていた「女性活躍推進法」の有効期限を10年間延長し、令和18年まで取り組みを継続することを決定しました。また、今回の改正では、男女の賃金差異や管理職比率などの企業に対する公表義務が拡大されるだけでなく、女性特有の健康課題への配慮や、職場におけるあらゆるハラスメント対策の強化も明確に打ち出されています。

### 【「思い込み」に気づくことが、はじめの一步】

では、私たちにできることは何でしょうか。大切なのは、まず「女性はこうあるべき」「男性はこうすべき」といった、無意識の思い込み(アンコンシャスバイアス)に気付くことです。

家庭や地域活動で「性別」を基準に役割を決めつけず、一人ひとりの希望や個性を尊重し合うことが、女性活躍、ひいては誰もが生きやすい社会への第一歩となります。

### 【「見える化」された情報を利用して選ぶ】

これから就職や再就職を考えている方は、厚生労働省の「女性の活躍推進企業データベース」をぜひ活用してみてください。各企業の女性比率や育児休業の取得実績などが一目で確認でき、自分らしく働ける場所を探すための心強い味方になります。

### 【誰もが輝き、支え合える地域の未来へ】

女性が活躍できる環境が整うことは、性別や障がいの有無にかかわらず、誰もが自分らしく豊かに暮らせる活力ある地域づくりに直結します。今の変化を前向きに捉え、みんなで支え合える地域を一緒につくっていきませんか。

網走市男女共同参画プラン推進会議編集委員



管理栄養士さんの! ワンポイントメモ

★たんぱく質と脂質: iring大豆と小揚げが主な供給源となります。植物性たんぱく質をしっかりと取れるのが特徴です。

★食物繊維が豊富: 大豆、大根、にんじん、酒かすなど、食物繊維を多く含む食材が豊富に使われているため、腸内環境を整えるのに役立ちます。

★低カロリー: 全体的に低カロリーながら、たんぱく質や食物繊維をバランス良く取れるヘルシーな組み合わせです。

## しもつかれ風

《材料》4人分	
大根	¼本
にんじん	40g
小揚げ	2枚
iring大豆	45g
酒かす	20g
しょうゆ	小さじ4
酢	大さじ1

### 《作り方》

- ① 大根とにんじんはすりおろす。
- ② 油揚げは1cm幅の短冊切りにし、フライパンで焼き色をつける。
- ③ 焼き色がついたら①とiring大豆、酒かす、しょうゆを加えて、ふたをして弱火で10分煮る。
- ④ 仕上げに酢を混ぜて火を止める。



1人分栄養価 エネルギー 123kcal, 蛋白質7.5g, 脂質4.2g, カルシウム75mg, 塩分1.0g

# 募集



## 少年消防クラブ員募集

少年消防クラブ員を募集しています。

対象／市内に住む小学校4～6年生  
入会金・会費など／無料

活動内容(学習会)／

●春季 消防署で防火・救急の学習

●夏季 防火キャンプなど

●秋季 公共施設の見学、防火体験

●冬季 冬のスポーツやイベント

その他／制服を貸し出します。入会には保護者の同意が必要です。

申・問 網走市少年婦人防火委員会事務局  
(網走消防署南出張所警防係)

☎33016

## ふるさと納税返礼品の提供事業者募集

ふるさと納税制度を通じ、網走の魅力を全国に発信する事業にご協力いただける方を募集します。

協力内容／返礼品の提供および発送

主要条件／

・本店、営業所、工場のいずれかが市内にある法人、個人事業主など

・関係法令などを遵守した品やサービスを提供できること

・市税の滞納がないこと など

登録期間／令和8年7月～令和9年6月(単年更新制)

応募方法／様式および添付書類(納税

証明書など)の提出  
※様式は商工労働課で配布します。

その他／

・登録期間に限らず随時応募できます。

・詳細は個別にお伝えします。まずはご相談ください。

・市が指定する業務委託先との契約が必要ですが。

〔事業者向け説明会〕

日時／4月22日(水)

①午前11時～ ②午後2時～

③午後4時～

場所／エコーセンター3階視聴覚室

申込期日／4月15日(水)

申・問 網走市ふるさと寄附事務局(商工労働課) ☎675513

## 都市計画マスタープラン策定委員会地域懇談会メンバー募集

「網走市都市計画マスタープラン」について、地域の現況と課題、地域づくりの方向性、将来像などについて意見を交換する地域懇談会(年2回)のメンバーを募集します。

対象／まちづくりや都市計画に関心があり、市内に居住する18歳以上の方

応募方法／応募用紙に必要事項を記入し、郵送・持参・FAXまたはメール

にて応募してください。(応募用紙は市役所案内、エコーセンター、市内各

コミセン・住民センターで配布するほか、市公式サイトからもダウンロード

できます。)

登録期間／4月30日(木)まで

募集人員／若干名

委員の任期／令和9年3月31日まで

選考方法／選考会議で決定

報酬／無償

申・問 都市整備課計画係 ☎675568

# 健康



## 健康相談のお知らせ

保健センターでは、歯科衛生士、管理栄養士、保健師が健康相談に応じています。

歯やお口のこと、食事や栄養のこと、女性の健康に関すること、こころの健康に関することなどでお困りはありますか?どなたでもお気軽にご相談ください。

受付／月曜日～金曜日、午前8時45分から午後5時30分

※Webからの予約も受け付けています。後日、担当者からご連絡します。

申・問 保健センター ☎48450



## 大切な方を自死で亡くされたあなたへ

大切な方を自死で亡くした方にしかわからないこころの体験を語る場として「わかちあいの会with」を毎月定例で開催しています。

日時などのお問い合わせや申し込みは、電話やWeb



で受け付けています。

申・問 保健センター ☎48450

## 春のミニドック検診 女性のがん検診

春のミニドック検診・女性のがん検診の申し込みが始まります。詳しい内容は市公式サイトまたは3月末配布の保健センターだよりをご覧ください。

ミニドック検診／6月18日(木)～22日(月)

女性のがん検診／6月28日(日)～29日(月)

場所／こども発達支援センターふわり(旧保健センター(北3条西4丁目))

申込期間／4月6日(月)～

5月15日(金)

申込方法／コールセンター、Web

コールセンター

☎0120-1149-375(通話無料)

問 保健センター ☎48450



## エキノコックス症検査について

ミニドック検診でエキノコックス症検査が受けられます。

小学3年生～19歳の方は保健センターにお申し込みください。20歳以上の方は右記検診のコールセンターまたはWebでお申し込みください。

対象／小学校3年生以上

申込期間／4月6日(月)～5月15日(金)

申・問 保健センター ☎48450

☎48450

### 個別肺がんCT検査

市内医療機関で肺がんCT検査を受けることができます。ご希望の方は、保健センターまでご連絡ください。後日受診券をお送りします。

対象/40歳以上で、今年度肺がん検査(レントゲン検査)を申し込んでいない方  
 内容/CT検査  
 料金/5000円

申・問保健センター ☎ 8450

### 個別乳がん検査

保健センター発行の受診券で乳がん検査を受けることができます。ご希望の方は、保健センターまでご連絡ください。後日受診券をお送りします。

対象/30歳以上の女性  
 会場/網走厚生病院  
 内容/マンモグラフィ検査  
 料金/1400円(市国保加入者は900円)

申・問保健センター ☎ 8450

### RSウイルスワクチン定期接種

令和8年4月1日より、生まれてくる赤ちゃんへの抗体移行を目的に、妊婦を対象にRSウイルスワクチンの定期接種を開始します。

対象/妊娠28週から36週と6日までの妊婦

接種方法/筋肉内に1回注射  
 接種場所/定期健診している産科医療機関

機関

料金/無料

※里帰り出産などで市外医療機関で接種する場合は、事前に市から医療機関への依頼が必要です。(料金は立替払い)

※出産予定日に合わせて順次ご案内しますが、お急ぎの場合やご不明な点はお問い合わせください。

※4月1日以前の接種や、対象妊娠週数以外の接種は無料になりませんのでご注意ください。

問保健センター ☎ 8450

### あばしり健康ポイント

がん検診や脳ドックなどの各種健康(検)診や、健康に関するイベントへの参加などでポイントがたまります。自分のペースで楽しく健康づくりを進めましょう。

対象/市内に居住する、令和8年4月1日現在、18歳以上の方

事業期間/4月1日(水)~令和9年3月31日(水)

商品券交換期間/10月1日(木)~令和9年3月31日(水)

※令和7年度で獲得したポイントを令和8年度に引き継ぐことはできません

※令和7年度に引換した商品券の利用期限は6月30日までです。

※アプリで参加済みの方は再インストール不要です。スタンプカードは保健センターや公共施設で配布します。

問保健センター ☎ 8450

## 妊娠・子育て



### ハローベビークラブ(両親学級)

全4回の講座で、妊娠中の生活からお産・育児までを楽しく準備しましょう。日にち・内容

①5月21日(木)/沐浴体験、赤ちゃんのお世話

②5月28日(木)/妊娠中の栄養のポイント、マタニティストレッチ

③6月2日(火)/妊婦体験、妊娠中の歯の健康、お産の仕組み、入院中の生活について

④6月11日(木)/先輩ママとの交流時間/①~③午後7時~8時30分

④午前10時30分~11時30分

会場/①子育て支援センターどんぐり、②保健センター、④子育て支援センターひまわり

対象/令和8年8月~10月に出産予定の妊婦さんとパートナー(妊婦さんのみや、ご家族との参加も可能です。)

申込期間/4月1日(水)~5月8日(金)

申・問保健センター ☎ 8450

### フッ素塗布

虫歯予防には、毎日の歯磨きと定期的なフッ素塗布が有効です。

日時/5月21日(木) 午後0時30分~

対象/1歳以上未就学児まで  
 料金/800円(上下)  
 持ち物/母子手帳、歯ブラシ

申込期間/4月1日(水)~5月20日(水)  
 申・問保健センター ☎ 8450

### 令和8年度の児童扶養手当額

ひとり親家庭などへ支給している児童扶養手当額が増額となります

児童扶養手当額		令和7年4月~ (月額)	令和8年4月~ (月額)
本体額	全部支給	46,690円	48,050円
	一部支給	46,680円 ~ 11,010円	48,040円~ 11,340円
第2子以降 加算額	全部支給	11,030円	11,350円
	一部支給	11,020円 ~ 5,520円	11,340円~ 5,680円

問子育て支援課こども家庭係 ☎ 675426

### チャイルドシートの貸し出し

交通安全協会では、チャイルドシートを有料で貸し出しています。詳しくはお問い合わせください。

問網走市交通安全協会 ☎ 3504

# 福祉



## らくらく健康トレーニング

いつまでも健康で活力ある生活を送るため、高齢者向けの筋力トレーニングを開催します。

対象/65歳以上の方

参加料/1200円(スポーツ保険相当)

開催期間/開講日から翌年3月まで

(時間は、いずれも午後1時30分から)

申込方法/参加を希望する実施場所に各自ご連絡ください。

### 実施場所・実施曜日

●北コミュニティセンター(☎④37191) 毎週月曜日(5月11日~開講)

●駒場住民センター(☎④40505) 毎週火曜日(5月12日~開講)

●ソレイユ網走(☎④30840) 毎週水曜日(5月13日~開講)

●南コミュニティセンター(☎④42026) 毎週木曜日(5月14日~開講)

●西コミュニティセンター(☎④40288) 毎週木曜日(5月7日~開講)

●潮見コミュニティセンター(☎④48885) 毎週金曜日(5月8日~開講)

申込期日/4月10日(金)まで(定員になり次第締め切り)

※会場によっては、新規の方の募集枠が数名程度場合があります。

☎⑦5430

## 長寿園を開園します

高齢者の健康と生きがいづくりのため、市民農園「長寿園」を開園します。自然の中で野菜づくりに汗を流し、健康づくりをしてみませんか?

対象/令和8年度中に60歳以上になる市内在住者(昭和42年4月1日までに生まれた方)

場所/字潮見263番地

面積/利用者数により変動(50㎡程度)、1世帯1区画限り

負担金/1区画500円(後日納付)

開園日/5月下旬(天候により前後)

申込期間/4月3日(金)~4月10日(金)

申込方法/電話、Web

☎⑦5430



## 寝具乾燥サービス

在宅で生活する、おおむね65歳以上の高齢者のみの世帯および身体障がい者のみの世帯で、寝具乾燥ができない方を対象に無料で実施します。

サービスを希望する方は忘れずにお申し込みください。

申込期間/4月20日(月)まで

実施期間/5月20日(水)~6月12日(金)

☎⑦5430

# 環境



## 29日は資源物収集を休みます

29日(水)の祝日は、資源物収集を休みますので、この日が収集日の地区は、次週の収集日に出してください。

また、粗大ごみ収集もお休みです。

☎⑦5419

## 地域環境美化協定を結びませんか

きれいなまちづくりを進めるため、道路や公園、海岸などの公共空間における美化活動を継続して行うボランティア団体を募集しています。

協定を結ぶと、清掃用具の貸出や傷害保険加入などを支援します。

☎⑦5419

## 保険・年金・税



### 固定資産の縦覧

自己所有資産の評価額と他の類似資産評価額を比較することで評価の適正さを確認するため、期間中は市内の土地や家屋の評価額を一覧にした縦覧帳簿をご覧になれます。

縦覧期間/4月1日(水)~6月1日(月)

(土日祝日除く)

☎⑦5419

## 納税相談をお受けしています

- 市税や保険料などの納め忘れはありませんか?  
文書や電話で何度も催告を受けているにもかかわらず、放置している方に対しては、他の納付者との公平性を確保するため、財産や給料を差し押さえます。特別な事情のある方は、早急にご相談ください。
- 口座振替をご案内しています  
一度の手続きで毎年振替となります。希望される方は、金融機関または税務課窓口にて、預貯金通帳と届出印を持参し手続きしてください。

☎⑦5410

- ①固定資産(土地・家屋・償却資産)の所有者
  - ②委任状(所有者が法人の場合は代表者印か社印を押印したもの)を有する所有者の代理人
  - ③借地人、借家人など固定資産の処分をする権利のある方(これら権利を有する書類の提示が必要です)
- 手数料/無料  
その他/所有者ごとに資産を一覧にした固定資産名寄台帳は年間を通してご覧になれます。
- ※縦覧期間中は閲覧、コピーともに無料ですが、6月2日(火)以降は閲覧1回200円、コピー1枚300円となります。
- ☎⑦5409

### 学生納付特例制度をご利用ですか

申請により学生の方の保険料の納付を猶予する制度があります。窓口で申請の際は、①基礎年金番号かマイナンバーのわかるもの②学生証または在学証明書が必要です。前年度に承認を受けている方で、引き続き同じ学校に在学される方には、日本年金機構から申請書が郵送されます。また、マイナンバーからスマホで電子申請も可能です。

#### 申・閩北見年金事務所

015712518703

ねんきん加入者ダイヤル

057010031004

閩戸籍保険課国民年金係 ☎ 5413

### 講座・お知らせ



#### 住環境改善資金を補助します

##### 対象および補助率(額) /

①一般改修工事・補助対象工事の10%  
(一般世帯は上限10万円、子育て世帯は上限20万円)

②空き家改修工事・補助対象工事の10%  
(一般世帯は上限20万円、子育て世帯は上限30万円)

③太陽光発電システム・定置用蓄電池・ペレットストーブ設置工事(新築・機器更新可)・それぞれ補助対象工事の10%(それぞれ上限10万円)

##### 申込条件 /

①市税を滞納していない方

②市内で所有・居住している住宅または所有・居住予定の空き家住宅を改修予定の方

③改修予定の住宅に住民登録をされている方または完了届の提出前に住民登録をすることが確実な方

④令和8年度に市内事業者(チェーン店可)と請負契約(契約書・請書・注文書などの書類が必要)をした工事  
※申し込みできる工事内容は、市が認める工事の範囲とします。

※工事着工前・完成後の写真が必要ですので、忘れずに撮影してください。  
受付期間 / 令和9年3月31日(水)まで  
※予算が上限に達した時点で終了

#### 申・閩建築課建築係 ☎ 5562

#### エアコン設置工事を助成します

##### 対象および助成率(額) /

エアコン設置工事(新築・機器更新可)・助成対象工事の10%(上限3万円)

##### 申込条件 /

①市税を滞納していない方

②市内で所有・居住している住宅または所有・居住予定の住宅、自ら居住する賃貸住宅にエアコンを設置した方(賃貸住宅の場合は貸主の許可が必要)

③令和8年度に市内事業者(チェーン店可)に発注した工事で、支払いが完了した方  
※申し込みできる工事内容は、市が認める工事の範囲とします。

※領収書やレシート、価格内訳の分かる書類の写し、助成金の振込先が分かるもの

の写し(預金通帳やキャッシュカードなど)が必要です。

※工事着工前・完成後の写真は不要  
受付期間 / 令和9年3月31日(水)まで  
※予算が上限に達した時点で終了

#### 申・閩建築課建築係 ☎ 5562

#### 空き家解体費用を補助します

市内にある特定空き家や昭和56年以前に建築された空き家(空き家となっておおむね1年以上経過したもの)を解体する際、その費用の一部を補助します。

補助額 / 補助対象経費の2分の1以内(上限は30万円または50万円)

申込条件 / 補助の条件や申請書類などについては解体工事の契約前(見積徴収は可)にお問い合わせてください。  
※契約済みの工事は対象外です。

受付期間 / 令和9年1月29日(金)まで  
※予算が上限に達した時点で終了

#### 申・閩建築課建築係 ☎ 5562

#### 戸建て木造住宅の無料耐震診断

対象 / 申請者が所有・居住しており、2階建て以下の延床面積が500平方メートル以下の戸建て木造住宅(建築年次は問いません。)

診断方法 / 現地調査は行わず、住宅の図面と申請者からの申し出により診断します。(診断にあたり、住宅の図面のコピーを持参してください。)

申込方法 / 申込書を郵送またはFAXで提出してください。申込書は北海道

建設部住宅局建築指導課の公式サイト「戸建て木造住宅の無料耐震診断のご案内」からダウンロードできます。  
申・閩オホーツク総合振興局建設指導課建築住宅係 ☎ 0642

## シグナル

### 春の全国交通安全運動 4月6日(月)～15日(水)

#### 運動の重点

- 子どもをはじめとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保
- 「ながら運転」の根絶と歩行者優先などの安全運転意識向上
- 自転車、特定小型原動付自転車の交通ルールの理解、遵守の徹底



#### 4月10日は交通事故死ゼロを目指す日です

交通ルール・マナーを守り、事故をなくしましょう。

## 春の火災予防運動

期間／4月20日(月)～30日(木)  
統一標語／

『急ぐ日も足止め火を止め準備よし』  
(全国)

『安心を未来へつなぐ火の確認』(組合)  
火の用心3つの習慣／

●寝たばこは絶対にやめる。

●ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。

●ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず消火する。

●逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を設置する。

●寝具や衣類からの火災を防ぐために、防炎製品を使用する。

●火が小さいうちに消すため、住宅用消火器を備える。

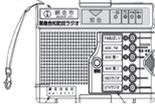
●お年寄りや身体の不自由な人を守るため、隣近所の協力体制を作る。

【啓蒙サイレンの吹鳴】  
4月20日(月)から30日(木)までの午後7時から30秒間

問 網走消防署警防課予防調査係  
☎9417

今月の防災ラジオ  
試験放送日  
4月13日(月)  
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。



## 安全な農作業を心がけましょう

毎年、春の農作業時期には農作業事故が多く発生しています(直近1年間の市の事故発生件数は20件)。

農作業機械を使用するときは、次の点に十分注意しましょう。

●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。

●作業を行うときは、機械の周りに子どもや他の作業者がいないかどうか、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て行いましょう。

●安全フレーム付きトラクターはシートベルトを着用し、ブレーキペダルの連結確認を徹底しましょう。

●疲労による集中力の低下が事故につながりやすいので、こまめに休憩や水分を取るようにしましょう。

問 農林課農業振興係 ☎75453

【みんなの講座】

出来上がり品は持ち帰れます。

対象／市民

日時／4月24日(金) 午前9時30分～午後2時

定員／12人(応募多数の場合は抽選)

申込期間／4月9日(木)の1日のみ

申込方法／電話、またはインターネットからお申し込みください。



## 4月1日から一部を除き、公印の押印を省略します

これまで市から発出する文書には、一部を除き公印を押印してきましたが、令和8年4月1日より公印押印基準を改正し、順次押印を省略します。

### 【引き続き公印を押印する文書】

種別	例
権利または義務に重大な影響を及ぼす文書	許可、認可、命令、取消などの行政処分に関する文書、不利益処分に係る文書、納税(入)通知書、督促状 など
特定の事実を公印により証明する必要がある文書	証明書、身分・資格を表す文書、委嘱状 など
法令などにより押印が義務付けられている文書	契約書、公示(告示・公告)文書、送付先の規定・書式などにより押印が求められている文書 など
その他特に押印が必要と認められる文書	署名しない協定書、感謝状・表彰状、その他特に押印の必要がある文書

※以下の書類は公印を省略します。

●市が交付する補助金関係通知 ●契約事務に係る通知(指名通知、見積通知など(契約書、引渡書などは除く)) ●事務や事業に関する照会文書や回答文書 ●アンケート調査 ●その他依頼文書 ●委員就任依頼 ●講師派遣依頼文書 ●会議、説明会、研修会などの開催通知 ●軽易な通知文書 ●定例的な報告文書 ●案内状、あいさつ状、礼状、式辞、祝辞、訓辞、答辞、弔辞などの書簡文書 ●後援(共催)承諾書 ●施設使用許可書(重要なものを除く) ●刊行物、パンフレット、資料などの送付状 ●署名する協定書 など

【問い合わせ】総務防災課総務係 ☎67-5384

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、持ち帰り用の袋

申・問 市民活動推進課市民活動推進係  
☎675390



凡例 日日時 場所 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 問い合わせ先(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 43 37 05  
 FAX 45 07 33  
 ●施設に関して・お部屋の予約  
 管理部 係  
 TEL 43 37 04

お問い合わせはこちら↓  
 最新情報はこちら↓

**アトリウムロビーコンサート**  
**「網走吹奏楽団」**

アトリウムロビーにて、市民の手による手作りコンサートを開催します。お気軽にお越しください。今回は「網走吹奏楽団」の皆さんの演奏をお届けします。  
 日 4月26日(日)午前11時30分  
 場 エコーセンターアトリウムロビー  
 費 無料

演奏曲▼「アイ・ウィル・フォロー・ヒム」「YAGIBUSHI Brass Rock」「勇気100%」ほか

**出演者募集**  
**令和8年度アトリウムロビーコンサート**

**対応募資格**▼令和8年度エコーセンター登録サークル(オホーツク・文化交流センター長が認めた場合を除く)  
**場** エコーセンターアトリウムロビー  
**内** クラシック・ジャズ・ポピュラー・邦楽・合唱などジャンルは問いません。  
 ◎時間内であれば、他団体とのジョイントが可能。(演奏時間に条件あり)

**開催日**▼申込時点でエコーホールの予約がない日  
**開催回数**▼1団体あたり1年度1回まで(アトリウムロビーで開催するコンサートは、1日1公演まで、1か月で2公演まで)  
**費** 控室を含む会場使用料は無料、出演にかかる費用は本人の負担となります。  
**申** 申込期間▼開催希望日の4ヶ月前から開催希望日の前々月10日  
**申** 申込方法▼事前に日程を生涯学習係と相談し、エコーセンターに設置している申込書で申し込みください。  
 ◎申込書は網走市のホームページからダウンロードできます。  
 ◎演奏日の決定は、申し込み後に調整して連絡します。

**募集**  
**エコーホール ボランティア**

エコーセンターが主催する芸術文化公演のホールボランティアを募集しています。当日の受付や会場案内など、コンサートを間近で感じながらの活動です。登録は随時受け付け、登録された方には、公演ごとに都合を確認します。  
**対** 高校生以上  
 ◎活動は年3〜5回程度です。  
**問** 生涯学習係(エコーセンター内)



**子どもの読書週間**

●特別展示  
 「小学生がえらぶ!」子どもの本総選挙で選ばれた本たち」  
 日 4月23日(木)〜5月12日(火)  
 場 図書館1階カウンター前  
**内** 「小学生がえらぶ!」子どもの本総選挙」で選ばれた第1回から第4回の10位までと第5回の100位までの本を展示します。

**市立図書館**  
 ☎ 2426  
 FAX 45 2792  
 最新情報はこちら↓

**今月の休館日**(エコーセンター)  
 6日(月)、20日(月)  
**開館時間** 午前9時〜午後10時



●クレヨンカンパニーの人形劇「いろはぎじょう」  
 日 5月10日(日)午前10時30分開演、12時終了予定  
**場** エコーセンター エコーホール  
**内** 人形劇・影絵劇  
**費** 無料

**今月の展示棚**

日 4月1日(水)〜29日(水・祝)  
 ◎一般コーナー(1階)  
**「春の新生活応援」**  
 春は、新しい毎日が始まる季節。暮らしや仕事のスタートを、そつと後押ししてくれる本を集めます。

◎児童コーナー(1階)  
**「春のほん」**  
 雪もとけてきて、あたたかくなってきました。春らしい本や入園・入学の本をならべます。

◎ティーンズコーナー(1階)  
**「Let's go to the new world!」**「新しい世界へ」  
 新しい場所、環境、出会い……。4月は、はじまりの季節。図書館にはあなたの知らないテーマの本がたくさんあります。「新しい何か」に出会いたい人におすすめの本を特集します。

◎地方資料コーナー(2階)  
**北海道新幹線開業10周年!**  
**「本で見る北海道の鉄道」**  
 北海道新幹線(新函館北斗〜新青森間)は開業10周年を迎えました。新幹線の本をはじめ、北海道の鉄道に関する本を展示します。



## よみきかせ会

日 4日、11日、18日、25日（各土曜日）  
午後2時～

場 図書館えほんのもり（1階）

【よみて】

4日 声の図書館「そよかせ」さん

11日 よみきかせ会ハイジさん

18日 網走南ヶ丘高等学校演劇部さん

または 図書館職員

25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 4月22日(水)

午前11時30分～11時50分

場 図書館えほんのもり（1階）



## 大人のためのミニ朗読会（対面朗読）

日 4月22日(水)午後1時30分～3時

場 図書館ボランティア室（2階）

【よみて】声の図書館「そよかせ」さん

内 横田慎太郎著「奇跡のバックホーム」

ほか

申 当日会場にて受け付けします。

## 今月の休館日（図書館）

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)

30日(木・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

【体育施設指定管理者】

日専連オホーツク網走↓

☎ 45 5655



## 募集「いきいき健康体力づくり教室」

日 令和8年4月～翌年3月（年13回）

午前10時～11時30分

◎初回は4月23日(木)実施

場 総合体育館アリーナなど

対 60歳以上の市民

内 体力測定、健康体操、パークゴルフ、

ラジボール、バーベキューなど

定 40名

費 年間2千円（保険料含む）

申 申込期間▼4月1日(水)～15日(水)

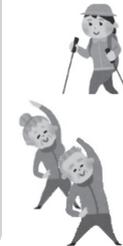
申込方法▼総合体育館でお申し込み

ください。（電話申込不可）

◎申込期間終了後も定員に達するまで

随時申込可能

問 総合体育館



## 募集「こどもスポーツチャレンジ」

日 令和8年5月～翌年3月（年11回）

午後5時30分～7時

◎初回は5月14日(木)実施

場 総合体育館アリーナ

対 小学3～6年生の市民

（保護者参加可能）

内 ドッジボール・タグラグビー・バスケットボール・フットサルなど

定 50名

費 年間1500円、保護者2500円

申 申込期間▼4月6日(月)～4月30日(木)

申込方法▼総合体育館でお申し込み

ください。（電話申込不可）

◎申込期間終了後も定員に達するまで

随時申込可能

◎保護者の同意書が必要

問 総合体育館



## 募集「障がい児・者スポーツ教室」

日 令和8年4月～翌年3月（年30回）

昼の部▼午後1時30分～2時30分

夜の部▼午後6時～7時

◎初回は4月13日(月)実施

◎毎月1回開催、偶数月の夜の部は2

回開催

場 総合体育館アリーナ

対 障がいのある小学生以上の市民とその

家族・関係者

内 卓球・フロアカーリング・ボッチャ・

フリスビー・バドミントンなど

費 無料

申 申込期間▼4月1日(水)～8日(水)

申込方法▼総合体育館でお申し込み

ください。（電話申込不可）

◎申込期間終了後も定員に達するまで

随時申込可能

問 総合体育館

## 総合体育館臨時休館

体育器具点検のため全館休館します。

日 4月20日(月)

問 総合体育館

## 野球場 利用調整会議

市営野球場（ナイター含む）、網走

スポーツ・トレーニングフィールド野

球場の大会、練習などシーズン中の利

用調整を行います。

日 4月20日(月)午後6時30分

場 総合体育館 会議室

対 利用を希望するチームの代表者

問 総合体育館

## 芝生グラウンド 利用調整会議

網走スポーツ・トレーニングフイ

ルド芝生グラウンドの大会、練習など

シーズン中の利用調整を行います。

日 4月27日(月)午後6時30分

場 総合体育館 会議室

対 利用を希望するチームの代表者

問 総合体育館



## オホーツクドーム（5月～7月）

### 利用調整会議

5月～7月における（すべての平日・

夜間・土日祝）練習、大会及びイベン

トの利用調整を行います。

日 4月5日(日)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



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

〈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。

問 オホーツクドーム ☎ 3621 又は日専連オホーツク網走(指定管理者)

今月の休館日(体育館) 20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(月・日・祝)  
今月の休館日(市民健康プール)  
6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)  
開館時間  
午前10時～午後9時30分(火～土)  
午前10時～午後5時30分(日・祝)

市立美術館

☎ 445045  
FAX 445062



最新情報はこちら↓

所蔵作品展

日 4月4日(土)～19日(日)  
場 美術館 第2展示室  
費 高校生以上200円、小中学生100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。  
〈解説会〉  
日 4月5日(日)、12日(日)午前11時  
場 美術館 展示室内  
〔講師〕 当館職員

おしゃべり鑑賞会

日 4月19日(日)午前11時

場 美術館 展示室内

内 所蔵作品展のおしゃべり鑑賞会です。作品を見て感じたことを参加者の皆さんで『おしゃべり』しながら鑑賞します。

写真展「蝶を見つめる」

「表皮水疱症」治療法のない難病と向き合う友人の姿を写したserika氏の写真を紹介します。

日 4月5日(日)～12日(日)

場 美術館 第1展示室

費 無料

「け・しき考」展

私たちの身の回りにある繊維。生まれてから生涯にわたり、さまざまな繊維に私たちは包まれています。その繊維を使い染めたり、織ったり、組み合わせる作品を作っているのがテキスタイル・アーティストです。本展では10人のテキスタイル作家・作品を紹介します。

日 4月25日(土)～5月30日(土)

場 美術館 第2展示室

費 高校生以上500円、小中学生250円

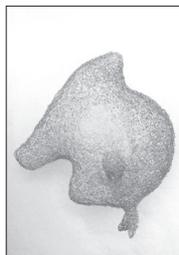
◎網走市・斜里町・清里町・小清水町・大空町の小中学生は土曜日無料  
◎常設展示も観覧できます。

「ギャラリートーク」

日 4月25日(土)午前10時

場 美術館 展示室内

〔講師〕 岡本直枝 氏、竹内優美 氏 (本展作家)



岡本 直枝



竹内 優美

会員募集

網走市立美術館友の会

網走市立美術館友の会では、会員展や鑑賞旅行など美術を通して会員同士や市民と交流しています。美術に触れる機会が欲しい方、友の会で一緒に活動してみませんか?常設展や一部企画展が無料になるなどの特典もあります。  
費 年間大人千円、学生(高校・大学・各種学校生)会費500円(随時受付)  
申 会費を添えて美術館窓口で申込  
問 美術館

臨時休館(展示替えのため)

日 4月1日(水)～3日(金)・21日(火)～24日(金)

今月の休館日(美術館)

1日(水)～3日(金)、6日(月)、13日(月)、20日(月)、21日(火)～24日(金)、27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↓

モヨロ貝塚 春の土器づくり体験

モヨロ貝塚の人びとがつくり、使っていた「オホーツク式土器」を实际につくる体験です。できあがった土器は後日野焼きしてお渡し(引き渡し又は有料発送)します。

日 4月29日(水・祝)

1回目▼午前10時

2回目▼午後2時

※所要時間は各回90分程度

場 モヨロ貝塚

費 500円(体験料)※入館料は無料

(館内の見学ができます)

定 各回15名(要予約)

※申込先着順

申 電話(郷土博物館まで)



エコーだより「まちの元気」では市民のみなさま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 5月号・3月31日(火)/6月号・4月27日(月) 社会教育課生涯学習係(エコーセンター 2000内)まで

**延長開催  
特別企画展「平成カルチャー展」**

平成をテーマにした特別展示の期間延長が決定！まだ見ていない方、改めてご覧になりたい方はお見逃しなく。

**日** 5月10日(日)まで  
**場** 郷土博物館  
**費** 入館料 大人120円、小人60円



**会員募集  
網走市立郷土博物館友の会**

博物館友の会は、歴史、自然、天文など各種の催しを開催しています。会員の方は、博物館・モヨロ貝塚館の入館無料などの特典が受けられます。

**費** 年間会費大人千円、小中学生600円(随時受付)

**申** 会費を添えて郷土博物館まで申込  
**目** 4月29日(水・祝)、5月3日(日・祝) 6日(水・祝)

**目** ゴールデンウィーク祝日特別開催  
**郷土博物館・モヨロ貝塚館**  
**目** 4月29日(水・祝)、5月3日(日・祝) 6日(水・祝)  
**◎** 子供の日(5月5日) は小中学生の入館料無料

今月の休館日(郷土博物館・モヨロ貝塚館)  
 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)  
**開館時間**  
 4月▼午前9時～午後4時  
 5月▼午前9時～午後5時



**濤沸湖水鳥・湿地センター**

最新情報はこちら↓  
 ☎・FAX 46 2400



今月の休館日(濤沸湖水鳥・湿地センター)  
 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)  
**開館時間** 午前9時～午後5時

**北方民族博物館**

☎ 45 3888  
 FAX 45 3889  
 最新情報はこちら↓



**企画展  
「開館35周年記念収蔵資料展」**

本展では、長年にわたり収集・保管してきた収蔵資料の価値と魅力を、当館の活動とともに紹介します。

**日** 4月5日(日)まで  
**場** 北方民族博物館 特別展示室  
**費** 無料

**ロビー展  
「Innovate MUSEUM事業成果写真展  
文化財写真の可能性」**

文化庁の令和7年度Innovate MUSEUM事業の成果を紹介します。

**日** 4月25日(土)～5月17日(日)  
**場** 北方民族博物館ロビー  
**費** 無料

**はくぶつかんクラブ「まが玉づくり」**

**日** 4月18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  
**持ち物**▼エプロン・手ふきタオル

**【講師】** 小西 智恵(当館解説員)  
**申** 電話(北方民族博物館まで)



**館長講座  
「オホーツク海沿岸諸民族の交流  
PART2ー違うのに似ている  
コリヤク語とラフ語の不思議な関係」**

**日** 4月25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】** 呉人 恵(当館館長)  
**費** 無料

**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)  
 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)  
**開館時間**  
 午前9時30分～午後4時30分

# 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)

## 認知症相談専門ダイヤル ☎0152-67-8475

(網走市認知症地域支援推進員)

ご本人・ご家族が認知症について『気になること』や『不安や悩み』などがあるとき、いつでもお電話ください。(夜間や不在時は留守番電話になります)

## マイナンバーカード 夜間・休日窓口開設中

【4・5月の開設日】

4月11日(土)、4月23日(木)

5月9日(土)、5月28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。

☎戸籍保険課 市民係 ☎67-5412



## 網走市交通事故状況

令和8年3月9日現在

累積件数(網走警察署提供)

■発生件数	10 件
(前年比)	+ 6 件)
■死者	0 人
(前年比)	± 0 人)
■傷者	12 人
(前年比)	+ 7 人)

## 人のうごき

人口 31,289人 (-131)

男 15,319人 (-56)

女 15,970人 (-75)

世帯 17,620世帯 (-91)

令和8年2月末現在(前月比)

## 広報 あばしり

令和8年4月号 No.800

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。

## 4月の相談日

<b>弁護士法律相談</b> 法的な解決手段を要する困りごとなど 相談日：14日(火) 予約受付日：7日(火)、8日(水) 相談日：28日(火) 予約受付日：21日(火)、22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
<b>人権相談</b> いじめや差別・いやがらせ・DVなどの人権問題～ 8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
<b>行政相談</b> 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 10日、24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
<b>健康相談</b> 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
<b>年金相談</b> 国民年金のことなど 4月には行いません(次回は5月19日(火)開催予定) 開催日の一か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)
<b>女性相談</b> 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
<b>ひとり親相談</b> 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
<b>公害苦情相談</b> 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
<b>労働相談</b> 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
<b>消費生活相談</b> 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
<b>生活困窮・成年後見人制度などの相談</b> (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
<b>家庭児童・教育相談</b> 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
<b>こころの健康相談</b> 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 <b>思春期相談</b> ～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
<b>ギャンブル依存の相談</b> (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
<b>交通事故巡回相談</b> 交通事故での困りごとなど 16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開庁日以前の正午まで) 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
<b>貸金業苦情相談専用フリーダイヤル</b> 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)
<b>若者の働くことや進路の悩み</b> (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)
<b>創業相談窓口</b> 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
<b>事業承継相談窓口</b> 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

## 4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
5	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
12	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
19	後藤田医院 新町1-2-7 ☎44-6811	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
26	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	網走記念病院 潮見153 ☎61-0101
29	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

※急病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、診察時間は午前9時から午後5時までです。