

広報

# あばしり



三十歳の集いが1月7日にエコーセンターにて行われました。参加者は晴れ着に身を包み、引き締まった表情で式典へ参加し、大人としての決意を新たにしました。

2

2024年  
No.774

特集

始まります！確定申告

市の公式  
SNSなど



ウェブ  
WEB  
サイト



ライン  
LINE



エックス  
X



フェイスブック  
Facebook

# 始まります！確定申告

2月16日(金)～3月15日(金) 受付時間:平日 午前9時～午後4時

申告会場：網走税務署 または 網走市役所 税務課 市民税係

令和5年分の所得税の確定申告および市道民税（住民税）の申告受付が始まります。

社会保障・番号制度（マイナンバー制度）により、確定申告および市道民税の申告時には本人確認書類の提示、または写しの添付が必要です。

## 確定申告

**1** マイナンバーカードとスマートフォンを使って自宅からe-Tax

▼税務署では、自宅で確定申告の手続きが完了する「e-Tax申告」を推進しています。

▼国税庁ホームページでは、マイナンバーカードとスマートフォンを使って所得税・消費税の申告書を作成し、e-Taxで提出できます。e-Tax申告は、「還付金の早期還付」・「確定申告期間中に24時間利用が可能」・「保存データの活用による翌年の申告の簡略化」など、さまざまなメリットがあります。

**2** 疑問はチャットボットで解決

▼マイナンバーカードを利用し、マイナンバーカード経由で申告に必要な証明書などのデータを一括で取得すると、確定申告書の該当項目に自動入力されます。▼感染症対策の観点からも自宅からマイナンバーカードを使用した「スマホ申告」を、ぜひご利用ください。

**3** 網走税務署での確定申告

▼確定申告に関する質問は、チャットボット「ふたば」をご利用ください。質問を選択するか、文字で入力するとAI（人工知能）が24時間自動回答します。国税庁ホームページからご利用になれます。

▼税務署の確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。▼申告会場は大変混雑します。入場整理券の配付状況に応じて、日を改めての

来場をお願いする場合があります。また、入場後も、数時間ほどお待ちいただく場合があります。

▼入場整理券は、確定申告会場当日配付するほか、国税庁LINE公式アカウントで事前に取得できます。

▼税務署での確定申告は、原則、お手持ちのスマートフォンで手続きします。スマホ申告には、マイナンバーカードと、カード発行時に設定したパスワード（利用者証明用電子証明書および署名用電子証明書）が必要です。※スマートフォンをお持ちでない方も申告できます。

## 4 網走市役所での確定申告

▼市役所の確定申告会場への入場に、整理券は不要です。

▼申告会場入口に番号札を用意しています。札を取り、待合席でお待ちください。番号順に受け付けます。

## 市道民税申告

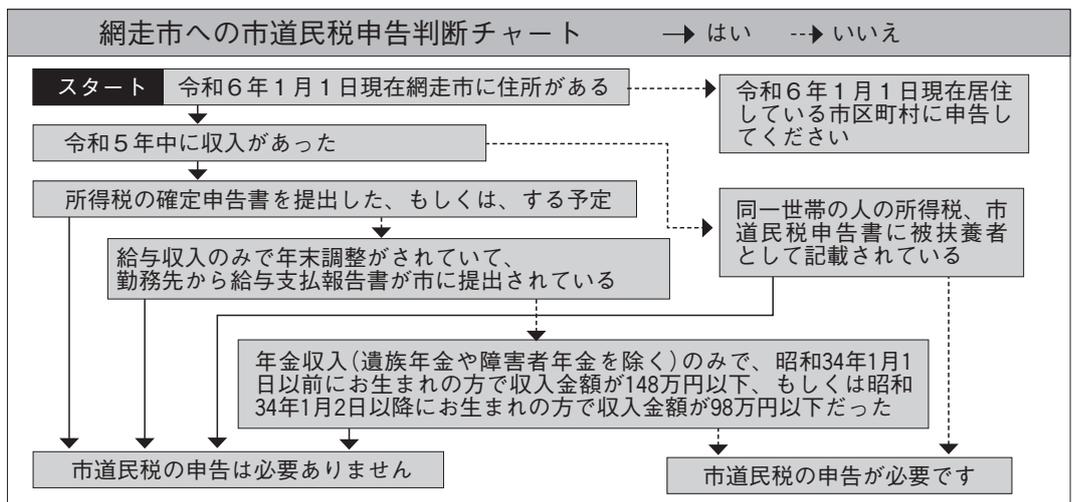
市道民税の申告が必要な方は、下図のとおりです。

該当しない方でも、扶養控除や医療費控除、ひとり親・寡婦控除、障害者控除、社会保険料控除、寄附金税額控除などの諸控除を適用したい方は、申告が必要です。

## 収入が無い場合の申告は？

**Q** 令和5年中に収入がありませんでした。収入が無いでも申告が必要ですか？

**A** 市道民税の申告は、国民健康保険料などの申告も兼ねていますので、被扶養者を除き、収入が無いことを申告してください。



※申告しないと、国民健康保険料が軽減できない、所得証明書・課税証明書が発行できないなど、各種行政サービスを受けられない場合がありますのでご注意ください。

# 申告に必要なもの

## 1 本人確認書類

次のうち、どちらかの提示または写しの添付が必要です。

- ① マイナンバーカード
- ② マイナンバー通知カードまたはマイナンバーが記載された住民票と、運転免許証などの写真入りの身元確認書類

※写真入りの身元確認書類がない場合は、健康保険証や年金手帳などの2点以上の書類が必要です。

## 2 収入を証明するもの

- ▼ 給与所得や公的年金などの源泉徴収票（原本）
- ▼ 保険の満期金の収入を証明するもの
- ▼ 給与・公的年金以外の収入がある方は、収入と支出を計算したもの など

## 3 控除を証明するもの

- ▼ 生命保険料、地震保険料などの控除証明書、各種社会保険料の令和5年中に支払った納付書控または控除証明書、年金事務所からの国民年金保険料（国民年金基金）など控除証明書
- ▼ 医療費控除を受ける方：医療費などに係る明細書（領収書は不可）。一

部介護サービス費も該当します。  
▼ 本人および被扶養者の障害者手帳など

## 4 所得税の還付が生じる方は、本人名義の金融機関支店名および口座番号

電子で確定申告をしたことのある方は、そのときの控え、または「確定申告のお知らせ」はがき

▼ 以前に税務署で申告、またはe・Taxを利用し電子申告をしたことがある方は、「利用者識別番号」を確認します。

▼ 利用者識別番号は、電子申告時の控えか、令和6年1月以降に税務署から届く「令和5年分確定申告のお知らせ」のはがきに記載されています。



# キニット気になる！

## 医療費控除

10万円を超えた額が控除されます。ただし、総所得金額などが200万円以下の方は、所得の5%を超えた額です。

## 配偶者の所得と控除

本人の所得が1千万円以下で、配偶者の合計所得が48万円以下なら配偶者控除、48万円超133万円以下なら配偶者特別控除が、本人と配偶者の所得に応じて受けられます。

## 被扶養者の条件

合計所得が48万円以下の親族を扶養している場合、扶養控除が受けられます。ただし、16歳未満の方は扶養控除の対象外です。

## 社会保険料の控除

年金から徴収された介護保険料などの社会保険料は、その年金受給者以外の控除の対象外です。また、本人あるいは生計を一にする配偶者や親族の口座から振替納入している場合は、原則、口座名義人の社会保険料控除の対象になります。

## 住宅借入金等特別控除

住宅ローンなどを利用してマイホームを新築・購入・増改築したとき、または、中古住宅を購入したときなどに一定の要件を満たすと、所得税の税額控除が受けられます。

## 税務署からのお知らせ

▼ インボイス制度が始まりました  
▼ 令和5年10月からインボイス制度が

始まりました。インボイス発行業者は、消費税の申告が必要です。消費税および個人事業者の地方消費税の確定申告書の提出期限は4月1日（月）です。

▼ インボイス制度を機に免税事業者からインボイス発行業者となった事業者は、令和5年10月1日から令和8年9月30日までの日の属する課税期間について、消費税の納付税額を売上税額の2割とすることができるとの特例（2割特例）が設けられています。

## 国税の納付は、キャッシュレス納付で

- ▼ 振替納税  
事前に届出が必要です。
- ▼ クレジットカード納付  
「国税クレジットカード納付」からアクセスします。決済手数料がかかります。
- ▼ スマホアプリ納付  
「国税スマートフォン決済専用サイト」からPay払いを選択できます。

▼ その他  
ダイレクト納付・インターネットバンキングなどがあります。

## 申告会場・問い合わせ

### 網走税務署

南6条東5丁目9番地 ☎43-2181(代表)

### 税務課市民税係

市役所本庁舎2階（内線261）

駐車場の混雑緩和のため、税務署へお越しの方は公共交通機関をご利用下さい。  
市役所来庁時に2階へ上るのが困難な方は、正面入口横の案内へお申し出ください。

2月1日  
(木曜日)  
利用開始

一部の公共施設窓口で

# キャッシュレス決済が始まります

【問い合わせ】会計課 会計係（内線359）

市役所市民係・総合体育館・モヨロ貝塚館窓口でのお支払いに、現金のほか、クレジットカード、電子マネー（交通系含む）、QRコード®での決済ができるようになります。

## 利用可能な施設・手数料

- ① 市役所本庁舎 1階 戸籍保険課市民係窓口
  - ・窓口で交付している各種証明書の交付手数料  
（住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書、税証明書など）
  - ・火葬場使用料など
- ② 総合体育館 利用料（個人）
- ③ モヨロ貝塚館 入館料

## 利用可能なキャッシュレス決済の種類

クレジットカード VISA、MasterCard、JCB、日専連、<sup>ユニオン</sup>銀聯



電子マネー 楽天Edy、WAON、nanaco、QUICPay、iD、交通系（Suica、Pasmoなど）



QRコード PayPay、メルペイ、d払い、ゆうちょ Pay、auPAY、楽天ペイ、<sup>アリ</sup>ALIペイ、<sup>ユニオン</sup>微信支付（WeChatPay）、<sup>ユニオン</sup>銀聯ペイ



## 注意事項

- ・領収書が必要な場合、キャッシュレス決済は利用できません。現金でお支払いください。
- ・クレジットカードは一括払いのみです。
- ・キャッシュレス決済で市税や水道料金などの支払いはできません。
- ・キャッシュレス決済と現金の併用はできません。
- ・マイナンバーカードに係る手数料は現金のみとなります。
- ・各種ポイントでの支払いはできません。
- ・窓口での電子マネー・スマートフォンへの入金（チャージ）はできません。

【QRコードはデンソーウェブの登録商標です】

# 高額療養費「外来年間合算」について

網走市国民健康保険に加入されている70歳以上の方、後期高齢者医療保険に加入されている方について、年間を通して高額な外来診療を受けている場合の負担を抑えるため、自己負担限度額の年間上限を超えた場合、超えた額が「外来年間合算」として支給されます。なお、支給を受けるためには市役所への申請が必要です。

70歳以上で高額療養費区分が「一般」および「低所得」の方の外来診療自己負担額

-

年間上限額  
【144,000円】

=

年間上限額を超えた金額を  
外来年間合算として支給

※毎月の高額療養費が支給されている場合は、そのうち外来診療分としてすでに支給された額を差し引いて計算します。

- 後期高齢者医療に加入しており支給の対象となる被保険者の方には、お知らせを2月下旬に発送する予定です。網走市国民健康保険に加入している方は、1月中にお送りしています。お知らせが届きましたら、医療保険系の窓口申請してください。

# 高額医療・高額介護合算療養費制度について

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、「病院にかかったとき」と「介護サービスを利用したとき」の1年分の自己負担額の合計が基準額を超えた場合は、超えた額が「高額医療・高額介護合算療養費」として支給されます。なお、支給を受けるには市役所への申請が必要です。

医療費の自己負担

介護サービス費の自己負担

「高額医療・高額介護合算療養費」

医療費と介護サービス費の自己負担額を合算し、基準額を超えた分が支払われます。

後期高齢者医療保険または網走市国民健康保険に加入しており、支給の対象となる被保険者の方には、お知らせを3月中に発送する予定です。お知らせが届きましたら、医療保険係窓口申請してください。

## < 共通事項 >

令和4年8月から令和5年7月末までの間に、

- ① 市町村を超える転居をした方
- ② 他の医療保険から後期高齢者医療保険または網走市国民健康保険に移られた方
- ③ 後期高齢者医療保険または網走市国民健康保険の資格を喪失された方

は、申請の対象となる旨のお知らせができない場合があります。

支給要件を確認し、具体的な手続きや不明な点については、医療保険係窓口までご相談ください。

## 問い合わせ

後期高齢者医療保険 に関する事	北海道後期高齢者医療広域連合	電話 011-290-5601
	網走市役所 戸籍保険課 医療保険係	電話 44-6111 (内線232)
国民健康保険 に関する事	網走市役所 戸籍保険課 医療保険係	電話 44-6111 (内線259)
介護保険に関する事	網走市役所 介護福祉課 介護保険係	電話 44-6111 (内線391)

後期高齢者医療保険・網走市国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、現在加入している医療保険者（全国健康保険協会・健保組合・共済組合など）へお問い合わせください。

## 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(円)	入居要件等	EV
1	大曲2丁目5番2号棟	H1年	1LDK/41.7	1	11,700円～23,100円	1人以上世帯 老障 事故住宅	
2	つくしヶ丘6丁目8番1号棟	H7年	2DK/60.0	1	18,800円～37,000円	1人以上世帯	○
3	つくしヶ丘6丁目9番1号棟	H6年	2LDK/70.9	4	22,200円～43,600円	2人以上世帯	○
4	台町3丁目9番3号棟	S57年	3LDK/65.7	3	17,500円～34,300円	3人以上世帯	
5	駒場南8丁目12番2号棟	H4年	3LDK/74.7	2	23,400円～46,000円	3人以上世帯 改良住宅	
6	つくしヶ丘3丁目6番2号棟	H12年	3DK/76.9	3	25,200円～49,500円	3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。○には設置されています。

## 申込方法

受付期間：令和6年2月1日(木)～2月7日(水) ※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（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し）

抽選日時：令和6年2月9日(金) 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6年3月1日(金)

## 随時募集住宅（先着優先）

1月11日現在、35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。

次回受付は令和6年5月上旬を予定しています。



# 除雪作業にご協力ください



冬期間、市では全力で除雪に取り組んでいますが、効率よく作業を進めるためには、皆様のご協力が不可欠です。交通事故防止、火災・救急などの緊急時に備えるためにも、ご理解とご協力をお願いします。

## 除雪について

- 道幅を確保するために、道路の雪を両脇に「かき分ける」作業を除雪といいます。
- 通常の除雪作業は早朝から行い、通勤・通学の時間までに終了するように努めています。
- 騒音や振動でご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

## 玄関先から道路までの間口は各家庭で

- 「かき分け除雪」のため、どうしても各家庭の間口(玄関・車庫前)に雪が残ってしまいます。間口に残った雪処理は、各家庭のご協力をお願いします。

## 路上駐車はやめましょう

- 路上に車両があると、その箇所の除雪ができなくなります。事故の要因や緊急車両が通行できず、大変危険ですので路上駐車はやめましょう。

## 除雪についての5つのお願い (除雪についてのチラシ)

快適な冬を過ごすために、除雪についての5つのお願いをまとめたチラシを作成しました。右記二次元コードからご覧いただけます。



【問い合わせ】

都市管理課 道路河川係  
(内線255)

## 道路への雪出しはやめましょう

- 「道路への雪出し」は法律で禁止されています。
- ロードヒーティング上へ雪を出すことは、路面凍結を防ぐ効果が薄れて、思わぬ事故につながるおそれがあるのでやめましょう。



## ロードヒーティングについて

- 効果は絶対ではありません。ドライバーは効果を過信せずに減速運転を心がけましょう。

## 冬道の注意事項(事故防止)

- 大雪などで歩道の除雪が間に合わず、歩行者が車道の端を通行する場合があります。ドライバーは歩行者を優先し、徐行運転をしましょう。

## 令和6年能登半島地震災害義援金を受け付けています

日本赤十字社網走市地区では、以下の方法で義援金を受け付けています。

- 受付期間** 令和6年1月5日(金)から12月27日(金)まで
- 受付方法**
- ①日赤網走市地区窓口(市役所1階社会福祉課庶務係)へ持参
  - ②郵便局・ゆうちょ銀行から振込
  - ③三井住友銀行などの銀行から送金

また、市役所本庁舎案内にも募金箱を設置しています。



市公式サイト

振込・送金先などの詳細は市公式サイト、または社会福祉課庶務係までお問い合わせください。義援金は、被災地県の災害義援金配分委員会を通じ、被災者へ分配されます。

【問い合わせ】社会福祉課 庶務係内 日本赤十字社網走市地区事務局 (内線235)

## コンコンロコンおいでよ! オホーツク

### 北海道の推しポケモン「アローラロコン」と遊ぼう!

流氷まつりでは「こおりのポケふた滑り台」と「モンスターボールのかまくら」が出現! 2月10日(土)にはアローラロコンとロコンも会場にやってきます。さらにオホーツク流氷館では、2月3日から3月末までアローラロコンが流氷の世界を走り回る特別映像を上映します。

大空町では、2月3日から25日まで「おおぞらイルミネーション」を開催! 昨年よりもパワーアップしたイルミネーションが見れるかも? また、本イベント開催に合わせてスタンプラリーも実施します。素敵な景品が当たるチャンス!



ポケモンローカルアクトとは…

北海道の推しポケモン「アローラロコンとロコン」が北海道の魅力を生かして国内外に発信する活動を行っています。

Supported by

©Pokemon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.

ポケットモンスター・ポケモン・Pokemonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。



SAVE THE ICE, SAVE THE EARTH

2月  
10日、11日  
(土) (日)

## 第59回 あばしり オホーツク流氷まつり

会場 網走商港埠頭

今年の流氷まつりの注目イベントをピックアップして紹介します!

### ◆コンコンロコンおいでよ! オホーツク

「こおりのポケふた滑り台」や「モンスターボールのかまくら」の他、ノベルティの配布なども予定しています。当日はアローラロコンが会場にやってきます!

### ◆AIR-Gパーソナリティ DJ龍太さんによる「薪割り&焚火フェス」

◆メインステージでは「走雄介さん歌謡ステージ」や、「王様戦隊キングオーガージャワー」を開催。

◆飲食ブースでは網走ちゃんぽんなどのご当地グルメや、キッチンカーが出店します。

その他の詳細は、網走市観光サイトで随時お知らせします。



2/10  
(土)

## 音楽フェス ICE BREAKING MUSIC FEST

昨今、地球温暖化の影響から「流氷」の勢力が年々減少しています。流氷を守るため何か行動を起こす必要があると考え、「流氷トラスト」(流氷を守る)をテーマに開催している音楽フェスです。

- ◆開演時間 午後5時(午後4時15分開場)
- ◆場所 網走市民会館
- ◆出演 木村カエラ・Awesome City Club・BLUE ENCOUNTER
- ◆チケット料金 7,500円(全席指定/税込)
- ◆販売プレイガイド ローソンチケット/イープラス/チケットぴあ  
(先着/2月1日(木)午後10時まで)



# 冬のイベント・スポーツ特集

## 第22回オホーツク屋台村

地元産の新鮮食材を屋台で格安販売！抽選券付き飲み物チケットは、前売券で1枚1,000円。網走社交飲食業組合加盟店などで販売中！会場内の炭火焼台で肉や魚介類の食材を焼いて食べることができます。

- ◆期間 2月9日(金) / 午後4時～午後8時  
10日(土) / 正午～午後8時
- ◆会場 Apt. 4(南4条東1丁目～西1丁目)
- ◆問い合わせ/実行委員会 ☎090-5073-5083



## 網走湖ワカサギ釣り



色とりどりのテントが立ち並ぶ光景は、あばしりの冬の風物詩。釣りたてを焼いたり天ぷらにしたり。その味は格別です！

- ◆期間 3月中旬ころまで
- ◆遊漁料 中学生以上900円・小学生450円  
貸しサオ・しかけもあります。
- ◆問い合わせ/網走市観光協会 ☎44-5849

## 2024オホーツク歩くスキーの集い



オホーツク海や知床半島を一望できる絶好のロケーション！豊かな大自然の中で歩くスキーにチャレンジ！

参加希望者は9日までに申し込みを！

- ◆日時 2月18日(日) 午前10時スタート
- ◆場所 道立オホーツク公園
- ◆問い合わせ/総合体育館 ☎43-3647

## レークビュースキー場

網走湖を見おろしながらの快適クルーズ！初級者から上級者まで楽しめる全6コース！

- ◆期間 3月中旬ころまで
- ◆問い合わせ/スキー場ロッジ ☎48-2550

## 大曲スケートリンク

大人から子どもまで楽しめる屋外リンク。貸しスケートもあるのでお気軽にお越しください。

- ◆期間 3月上旬ころまで
- ◆問い合わせ/スケート場 ☎43-6979

## 網走市公式LINE登録者募集中！

市内のイベントや防災・防犯、暮らしに関する情報などをお届けするほか、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。

登録は右記二次元コードから ▶ <https://lin.ee/cYtang8>

【問い合わせ】企画調整課 広報広聴係（内線217）



網走市民健康づくりプラン⑤「歯・口腔」について

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。第5回は「歯・口腔」についてです。

目標：むし歯や歯周病予防に努めます

網走市「健康に関するアンケート」では、20歳以上の「何でもかんで食べることができる」の割合が70.2%（令和6年度の目標77.2%）、「かかりつけの歯科医院がある」の割合が65.2%（令和6年度の目標71.7%）です。

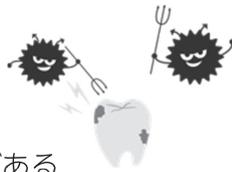
定期的に歯科検診を受けよう

みなさんの歯と口の健康を守るために、歯医者さんでは歯科検診や歯科相談を行っています。むし歯や歯周病予防のための治療を行っていますので、ぜひ検診を受けてみませんか？



口腔内チェック！

- ・ 歯面が白色や褐色に変色している
- ・ 歯と充填物の間にすき間がある
- ・ 歯が欠けたままになっている
- ・ 食べ物がよくはさまる
- ・ 冷たい物や熱い物がしみる
- ・ 歯ブラシをすると血が出る
- ・ 歯ブラシが当たると違和感がある
- ・ 物を噛むと違和感がある



当てはまる項目があったら歯医者さんに相談しましょう

定期検診の内容

- ・ むし歯の有無の確認
- ・ 歯周病の進行の確認
- ・ ブラッシング指導
- ・ 歯垢を取る
- ・ 歯石を取る
- ・ フッ素塗布
- ・ 入れ歯の調整
- ・ お口の中の粘膜の病気チェック
- ・ 歯科相談

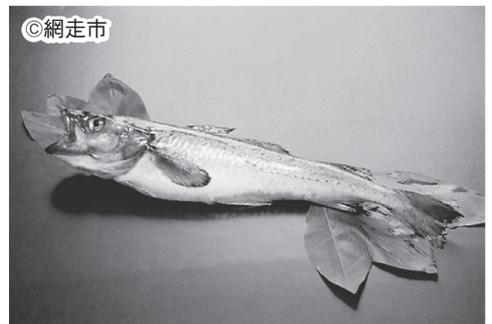


網走の海湖の恵み 第66回 「冷凍すり身は網走が発祥の地」

今月はスケトウダラについて紹介します。

スケトウダラは、身が淡白で柔らかいことから、マダラより美味しいと言われることもあります。鮮度落ちが早いため切り身で食べることは少なく、かまぼこやちくわの原料となる「すり身」に加工されます。

スケトウダラの卵は、タラコや明太子の原料です。明太子と聞くと博多明太子をイメージされる方が多いと思いますが、スケトウダラの国内漁獲量は北海道が約9割を占めており、網走でも年間漁獲量トップ3に入るお魚です。また、網走は冷凍すり身の発祥地としても知られており、スケトウダラは網走の重要なお魚の一つと言えます。



【問い合わせ】水産漁港課 漁政係(内線296)



令和5年12月に明治ごみ処分場で火災発生！

## リチウムイオン電池の危険性

リチウムイオン電池は、スマートフォンや電子タバコなど、充電をして使う家電に入っています。

電池内に燃えやすい液体が入っているので、ごみとして処理をする過程で、リチウムイオン電池を起因とする火災が全国各地で頻繁に発生しています。

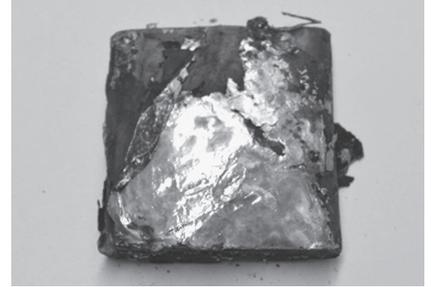
充電をする家電は、「埋立ごみ」には絶対に入れないで、下記の方法で分別・排出をお願いします。

### 充電する家電の処分方法

電池と本体が簡単に分けられる	リチウムイオン電池 → 有害ごみへ 家電本体 → 小型家電回収ボックスへ
----------------	---

電池と本体が分けられない	無理に分解せず、 無料の小型家電回収ボックスへ
--------------	----------------------------

埋立ごみに混入し、処理時に発火したリチウムイオン電池▼



小型家電の  
回収拠点はこちら

電池類は資源物の日に中身の見える袋に入れて資源物ステーションへ

【問い合わせ】生活環境課 清掃リサイクル係(内線233)



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！

【問い合わせ】学校教育課 学務係 (内線420)

### ▶ 第一中学校 陸上部 / 第三中学校 吹奏楽部



<第一中学校 陸上部3年 西田 将季さん>

令和5年8月に愛媛県で開催された全国大会へ出場しました。

#### 令和5年度の成績

令和5年度 全国中学校体育大会  
第50回全日本中学校陸上競技選手権大会

男子走高跳 13位

<第三中学校 吹奏楽部>

令和5年11月に東京都で開催された全国大会へ出場しました。

#### 令和5年度の成績

2023年度 第29回日本管楽合奏コンテスト  
中学生S部門 最優秀賞





## 男女共同参画コーナー

# ひゅーら

～ Human Love ～

働く女性にとって魅力的な組織づくり  
～女性活躍推進セミナーに参加して～

札幌で開催された女性活躍推進セミナーに参加し、魅力的な組織づくりになぜ多様性やジェンダー平等が必要かを学びました。セミナーで講師の方が話していた内容を紹介します。

### 【講師の方は言います】

産休・育休から職場に復帰した際、休暇前と同じポジションで、子育てをしながら仕事ができないと、それは新しい世代にとって働きづらい企業であると。

短縮勤務などの仕事と子育ての両立を支援する制度がありますが、この制度が逆にマミートラック※になることもあります。

「短縮勤務中だから、この仕事は別の人に」「出産したら今までどおり働けないから仕事を減らさなければ」一般論や、良かれと思ったこのような配慮は、スキルアップを目指している人の気持ちが組み込まれていない可能性があります。これは、好意的な差別でもあります。

### 【それぞれに合った仕事を】

このような行き違いを防ぐには、働く女性の声を聞く機会をつくり、意向を尊重した上でチャンスと経験を与えることが大切です。対話をして初めて分かることもあるでしょう。

簡単な業務しか任せてもらえないと、仕事へのモチベーションも低下してしまいます。期待され、仕事を任される経験により「私ができることなんて限られている」という考え方が変わり、キャリアを前進させ、人生を豊かにすることもできます。

### 【セミナーを受講して】

女性が働き続けることの難しさが印象に残りました。性別に関わらず、ライフプランに合った制度を活用し、自身のキャリアについて前向きに考えられるような社会になると良いですね。

網走市男女共同参画プラン推進会議編集委員

※マミートラック…出産を終えて社会復帰した女性や子育てをしている女性が出世コースから外され、キャリア形成が難しくなってしまうこと



クックパットできました!



管理栄養士さんの! ワンポイントメモ

★オートミールとはオーツ麦を食べやすく加工したシリアルです。植物性たんぱく質が白米の約2倍で、日本人に不足しがちなカルシウムや鉄分などミネラル、ビタミンB1やビタミンEも豊富です。特に食物繊維は白米の20倍の量が含まれ、コレステロールを排出する作用のある水溶性食物繊維と整腸作用に優れた不溶性食物繊維の両方がバランスよく含まれています。

## 鮭とオートミールのサムゲタン風

### 《作り方》

- ①フライパンにごま油を熱し、鮭を焼く。焼けたらほぐす。長ねぎは斜め切り。
- ②鍋に水、オートミール、長ねぎ、生姜の千切り、①の鮭を入れて、オートミールが柔らかくなるまで煮る。
- ③鶏ガラだし、オイスターソースで味を調える。

《材料》4人分

鮭	4切れ
ごま油	大さじ1
オートミール	カップ1/2
長ねぎ	1本
生姜	10g
鶏ガラだし	小さじ2
オイスターソース	小さじ1
水	600cc



1人分栄養価 エネルギー 133kcal, 蛋白質13.0g, 脂質4.7g, カルシウム21mg, 塩分0.2g

甲=申し込み先  
問=問い合わせ先

## 募集



### 地球温暖化とごみに関する計画へのご意見を募集しています

3種類の基本計画の策定にあたり、広く意見を募集します。

- ① 網走市地球温暖化対策実行計画〔区域施策編〕（市民や事業所が脱炭素社会に向かうための行動計画）
- ② 第3期網走市環境基本計画（今後どのようにして生活環境を整備するかを決める計画）
- ③ 一般廃棄物処理基本計画（ごみの処分・減量・循環を進めるための行動計画）

対象／市民、市内に通勤・通学・通院されている方、市内に事務所や事業所を持つ法人・個人・団体の方  
応募方法／専用用紙に意見を記入し、郵送、持参、メール、FAX、または各コミュニティセンターに設置した回収箱に投函してください。  
専用用紙／市公式サイト、生活環境課窓口、各コミュニティセンターで配布  
受付期間／2月1日(木)～3月1日(金)（郵送当日必着）  
☎生活環境課環境対策係  
（内線340） 本庁舎2階

## 健康



### 子宮頸がん検診・乳がん検診 無料クーポン券をご利用ください

がんは発見が早ければ早いほど治療の可能性が高まります。対象の方へ、6月に無料クーポン券を送付していますので、まだ受診していない方は、この機会に受診しましょう。

子宮頸がん検診無料クーポン対象者／21歳（平成14年4月2日）～15年4月1日生まれ）

乳がん検診無料クーポン対象者／41歳（昭和57年4月2日）～昭和58年4月1日生まれ）

受診期日／3月31日（医療機関の指定する日）

※受診票を送りますので、事前に保健センターへお申し込みください。

甲・問 保健センター ☎ 8450

### 肺がんCT検診を個別受診できるようにしました

対象／40歳以上で今年度肺がん検診（レントゲン検診）を受けていない方  
内容／CT検査（肺の状態をくわしくみる）ができる検査です）

料金／4千円

※受診票を送りますので、事前に保健センターへお申し込みください。

甲・問 保健センター ☎ 8450

### 自殺対策ゲートキーパー養成講座

「誰も自殺へ追い込まれることのない網走」の実現のため、自殺対策の視点を持ち身近な人と向き合う「ゲートキーパー」の役割を担う人材を育成します。

日時／3月7日(木)

午後5時30分～7時30分

場所／エコーセンター学習室

申込期日／2月29日(木)

問 保健センター ☎ 8450

## 妊娠・子育て



### 子育て中の保護者を対象としたアンケート調査

令和7年度から始まる「第3期網走市子ども・子育て支援事業計画」の策定にあたり、子育て中の保護者の方へアンケート調査を実施しますので協力をお願いします。

対象／0歳～小学6年生までのお子さんのいる世帯から無作為に抽出する千世帯

調査方法／郵送による配布、回収（Webによる回答も可能）

送付時期／2月上旬

問 子育て支援課ごども家庭係

（内線231） 本庁舎1階

### BCG予防接種

日時／3月12日(火)

午後0時45分～午後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／2月1日(木)～3月5日(火)

※保護者以外の同伴は委任状が必要です。

問 保健センター ☎ 8450

### 麻しん・風しん予防接種の2期の追加接種

麻しん風しん予防接種の追加接種を推奨しています。

対象／2期（平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの幼児）

接種ワクチン／原則、麻しん風しん混合ワクチン（罹患したことがある方は、罹患していない方の単独ワクチンを接種することもできます。）

実施方法／みんなの健康、市公式サイト記載の指定医療機関で接種できます。

接種期日／3月31日（期日を過ぎると有料となります。）

甲・問 保健センター ☎ 8450

**入学指定通知書は届きましたか？**

この春に小・中学校に入学するお子さんがいるご家庭へ「入学指定通知書」を送付しました。入学時に指定の学校へ提出するものですので、内容を確認し大切に保管してください。

通知書は、1月4日現在の住民登録に基づき、1月末までに住民登録上の世帯主に送付しましたが、まだ届いていない場合は、至急お問い合わせください。

**小学校入学**／平成29年4月2日から平成30年4月1日までに生まれた方  
**中学校入学**／平成23年4月2日から平成24年4月1日までに生まれた方  
**国学校教育課学務係**  
(内線406) 西庁舎2階



**奨学金・入学準備金の貸し付け**

経済的理由で修学が困難な方へ、奨学金および入学準備金をお貸しします。**応募資格**／次の要件をすべて満たし、保護者またはこれに代わるべき方が市民である方

①高等学校、高等専門学校、大学または専修学校の在学者および入学予定者

②経済的理由で修学が困難であること  
③学業に優れ、かつ健康であること  
※専修学校の要件 設置者が国、地方公共団体、または学校法人(準学校法人を含む)で修業年限が高等課程で3年以上、専門課程で2年以上であること

**奨学金(月額)**

①高校・高専・高等課程の専修学校生 9千円  
②大学・専門課程の専修学校生 1万8千円

**入学準備金**

①高校・高専・高等課程の専修学校生 6万円  
②大学・専門課程の専修学校生 12万円

※奨学金と入学準備金入学時に一回のみ貸与を併せて申し込むこともでき、いずれも無利子です。

**返済期間**／卒業の1年後から5年または10年

**募集期間**

1次募集 2月13日(火)～3月21日(木)  
2次募集 3月21日(木)以降随時

**応募方法**／市内各中学校・高等学校または教育委員会に備え付けの願書および添付書類に必要事項を記入し、提出してください。

**決定時期と貸与時期**／1次募集での決定者へは、4月上旬に「奨学生決定通知」を交付します。また、初回分の貸付は4月上旬の予定です。(2次募集での決定者は、応募の時期により異なります。)

**国・国学校教育課学務係**

(内線420) 西庁舎2階

**環境**



**祝日は資源物収集を休みます**

12日(月)、23日(金)の資源物収集は休みです。この日が収集日の地区は次回の収集日に出してください。

**国生活環境課清掃リサイクル係**

(内線233) 本庁舎2階

**吹雪や大雪の日のごみの対応**

吹雪や大雪のときは、収集作業ができないことがありますので、次回の収集日に出してください。

また、明治ごみ処分場も閉鎖することがあります。

**国生活環境課清掃リサイクル係**

(内線233) 本庁舎2階

**除雪機を使用するときは**

市条例で「夜間(午後11時から午前6時まで)の静穏保持」、「自動車等のエンジンを始動したまま連続して騒音を発生し、周辺の静穏を害してはならない」事を規定しています。

除雪機を使用するときは、周囲への騒音防止にご協力をお願いします。

**国生活環境課環境対策係**

(内線340) 本庁舎2階

**保険・年金・税**



**国民年金保険料は前納(まとめて前払い)がお得です**

国民年金保険料は、まとめて前納すると割引されます。口座振替、クレジットカード納付は、今年から年度途中でもまとめて前納できますのでご利用ください。2月末までの申込／4月末にまとめて振替

3月以降の申込／年度途中からまとめて振替

**国・国戸籍保険課国民年金係**

(内線229) 本庁舎1階  
北見年金事務所 ☎0157-28703  
ねんきん加入者ダイヤル  
☎0570-1003-1004

**釧路信用組合の公金納付の取り扱いが終了します**

3月31日をもって、釧路信用組合を網走市の公金を取り扱う金融機関の指定から解除します。

4月1日以降、市税、保険料、使用料、手数料、上下水道料、住宅料、その他の公金納付の取り扱いが終了しますので、現在、釧路信用組合において口座振替されている方は、他の金融機関への変更手続きを行っていただくようお願いいたします。

**国会計課会計係**

(内線262) 本庁舎1階

## 介護保険料の納め忘れにご注意

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、納付書で納めなければならない場合があります。

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、未納保険料は至急納めてください。

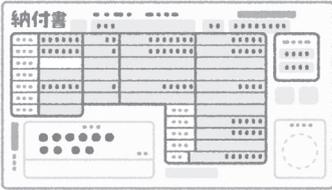
被災などの理由で納付が困難な場合は介護保険係までご相談ください。

## 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
- 老齢（退職）・障害・遺族年金などが年額18万円未満のとき
- 他市町村からの転入後、一定期間
- 修正申告などで所得が変わったとき
- 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、天引きが中止となったとき

## 介護福祉課介護保険係

(内線391) 本庁舎1階



## 2月は国民健康保険料、後期高齢者医療保険料 第8期の納期です

納付相談をお受けしています／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。

口座振替のご案内／口座振替は、一度の手続きで毎年振替となりますので、便利で確実な納付方法です。希望される方は、金融機関または市役所税務課窓口で預貯金通帳と届出印を持参の上、手続きをしてください。

## 夜間納付窓口

日時／2月29日(木)午後5時30分～8時  
場所／市役所本庁舎2階 税務課納税係  
※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。

税務課納税係(内線309・332) 本庁舎2階

## 講座・お知らせ

### みんぐる講座 あんまん・冷凍餃子づくり

日時／2月15日(木)

午前9時30分～午後1時30分

対象／市民

定員／12人(定員を超えた場合は抽選)

申込日／2月8日(木)(1日のみ)

受講料／1800円(材料価格により変更する可能性があります)

持ち物／エプロン、三角巾、タオル、ビニール手袋、持ち帰り用の大きめの箱やプラスチック容器など(あんまん約10個、冷凍餃子約20～25個が入る容器、飲み物)

### 市民活動推進係

(内線234) 本庁舎1階

## アラート 全国一斉情報伝達試験

2月9日(金)午前11時です。

FMあばしりを通じ、防災ラジオで試験放送を実施します。

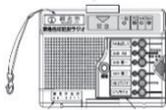
(当日の災害発生状況などで中止になる場合があります)

### 総務防災課防災係

(内線456) 本庁舎2階

## 今月の防災ラジオ 試験放送日 2月13日(火) 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。



## 無料空き家相談会

「実家を相続したが、どうすれば良いかわからない。」「賃貸か、売却か。どちらが良い?」「リフォームして住み続けられる?」

空き家や空き家になる可能性がある住宅の無料の相談会を開催します。

日時／2月17日(土)午前10時～午後5時(1組40分)

場所／エコーセンター3階研修室B  
相談員／司法書士(釧路司法書士会)、宅地建物取引士(北海道宅地建物取引業協会)、建築士(北海道建築士会)、市役所職員

受付方法／電話受付のみ  
受付期間／2月9日(金)まで(先着順)

### 建築課建築係

(内線254) 本庁舎2階

## 2月7日は北方領土の日

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、毎年、1月21日から2月20日までを「北方領土の日」特別啓発期間として、領土返還要求運動の一層の推進を図っています。

北方領土問題にご理解いただき、本庁舎1階ピロティに設置の「返還要求署名簿」へご署名をお願いします。

### 総務防災課総務係

(内線366) 本庁舎2階

申=申し込み先  
問=問い合わせ先

**スマホ用電子証明書による  
コンビニ交付サービスが開始**

マイナンバーカードに加え、スマホ用電子証明書で、コンビニでの住民票などの交付サービスを利用できるようになりました。

対象コンビニ／

ローソン、ファミリーマート  
開始日／

12月20日から東京都内の店舗  
1月22日から全国の店舗

必要なもの／

スマホ用電子証明書が搭載されたスマートフォン

その他／

対応の機種は、デジタル庁ホームページでご確認ください。



・スマホ用電子証明書の申し込みは、市の窓口ではできません。ご自身のスマートフォンで、マイナンバーアプリより申し込みください。詳しくはマイナンバーの「スマホ用電子証明書利用申請を行う」でご確認ください。



戸籍保険課市民係  
(内線402) 本庁舎1階

**マイナンバーカードで  
印鑑登録証明書が発行できます**

窓口で印鑑登録証明書を発行するときは、来庁した方の本人確認と「印鑑登録証」の提示が必要ですが、「印鑑登録証」を忘れたときでも、マイナンバーカードをお持ちの方へは、暗証番号を確認し、印鑑登録証明書を発行します。

戸籍保険課市民係

(内線402) 本庁舎1階

**“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る『まちづくり』について、皆さんと市長が直接話し合う「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／2月8日(木)午後1時30分～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分以内)

受付方法／お電話、または、市役所本庁舎2階の秘書係で事前に予約してください。

受付開始日／2月1日(木)

申・企画調整課秘書係

(内線213) 本庁舎2階

**まちづくりふれあい懇談会  
(全体会議)を開催します**

市の課題や発展について、市民と市が対話を深め、住みよい豊かなまちづくりを進めるため、「まちづくりふれあい懇談会(全体会議)」を開催します。

日時／2月24日(土)午前10時～正午

場所／エコーセンター大会議室

対象／市民

企画調整課広報広聴係

(内線218) 本庁舎3階

**「STOPPER」消費者トラブル  
FMあばしりで放送中**

FMあばしりで番組を担当している東京農業大学の学生メンバーや、網走南ヶ丘高校放送局の皆さんが、特殊詐欺や悪質商法などについて話すラジオ番組を放送しています。ぜひお聴きください。

放送スケジュール／2月末まで

●第2火・水・木曜

午後0時35分～40分の5分間

●第4火・水・木曜

午後6時35分～40分の5分間

申・市民活動推進係

(内線234) 本庁舎1階

**暴風雪時の車の運転は、とても危険です**

やむを得ず車で外出するときは、気象・道路交通情報を確認し、防寒具やスコップなどを車に準備しておきましょう。

**運転者の皆さんへ**

- 交差点付近、橋の上、踏切、カーブは、停止・発進が繰り返されるため路面が磨かれています。スリップしやすく大変危険なので、スピードダウンを徹底し、車間距離は長めにとり、余裕を持った運転を心がけましょう。

**歩行者の皆さんへ**

- 買い物や通院などの外出はできるだけ日中に済ませましょう。やむを得ず夜間に外出するときは、明るい色の服を着て、夜光反射材をつけましょう。
- 天候が悪いときは、不要不急の外出はしない判断が必要です。何よりも、大切なのは『あなたの命』です。

シグナル



**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 3705  
 FAX 45 0733

●施設に関して・お部屋の予約  
 管理係  
 TEL 43 3704

お問い合わせはこちら  
 最新情報はこちら↓

**令和5年度 豊かな心を育てる標語入選作品**

市内の小中学生から募集した応募総数1123点の中から、入選した2部門の作品をご紹介します。3月号では、「環境・美化部門」「命の大切さ部門」「家族部門」「働くこと部門」の作品を掲載します。

**【あいさつ部門】**

あいさつはともだちつくる きいわあと  
 塚越 杏菜 中央小1年  
 「こんにちは」 未来を作る その笑顔  
 今井 ゆきの 西小3年  
 感謝して 口に出そうよ ありがとう  
 吉田 平 第三中1年

**【親切部門】**

優しいに 笑顔の花が さいている  
 荒木 鈴音 網走小3年  
 助け合い 勇気をだして「大丈夫」  
 石黒 黎海 白鳥台小3年  
 思いやり その優しさで 救われる  
 小鹿 希星 第二中3年  
 小さな優しさ 大きな幸せ  
 早野 心結 第三中2年  
 いじめの芽見逃さないで 摘みとろう  
 花俣 瑞季 第三中2年  
 どうしたの？ その一言が 思いやり  
 鎌田 心絆 呼人中1年

凡例 目日時 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

**アトリウムロビーコンサート**  
**網走のシンガーソングライター**  
**伊藤正範によるミニコンサート**

エコセンのロビーにて、市民による手作り無料コンサートを実施します。今回は網走のシンガーソングライター伊藤正範さんのオリジナルソングを中心にユニークなコンサートを届けます。

日 2月17日(土)  
 午前11時30分～12時30分  
 場 アトリウムロビー  
 曲 ▼網走川、番外地哀歌、幻水

**令和6年度 網走市寿大学学生募集**

網走市寿大学では、学習や学校行事を通じて、現代社会に必要な知識や教養を身に着けるとともに、仲間づくり、健康づくりを目指します。学習意欲があり、「健康で心豊かに過ごしたい」と考えている学生を募集します。

日 学習日 ▼毎月2回 基本第2、4水  
 曜 午前10時～午後2時30分  
 場 エコーセンター

対 65歳以上の網走市民(令和7年3月までに65歳に達する方も含みます)  
 定 40名(定員になり次第締め切ります)  
 内 午前 ▼集合学習(一般教養講座)  
 午後 ▼クラブ活動(カラオケ・舞踊・民謡・詩吟・園芸・書道・大正琴・茶道・健康麻雀・歌ごえ・短歌)  
 費 無料(但し、自治会費と各クラブ実費負担あります)  
 入 学 式  
 日 4月10日(水) 午前10時30分

**場 エコーセンターエコーホール**  
**申込期間** 2月1日(木)～3月8日(金)  
**受付時間** 平日の午前9時～午後4時  
**申込方法** 生涯学習係へ入学願書を提出、または電話受付も可  
 ※入学願書、募集要項はエコーセンターに備えて置いております。

**場 社会教育課生涯学習係(エコーセンター内)**  
**網走市寿大学個人作品展**  
 寿大学生の皆さんが個人で制作した作品展です。様々な作品があり、とても楽しい展示会です。是非ご覧ください。

日 2月9日(金)午後1時～14日(水)  
 ◎最終日は正午までです。  
 場 エコーセンター 展示室  
 問 社会教育課生涯学習係(エコーセンター内)

**中学生・高校生向け自習室の開設**

エコーセンターにて、当日利用してない空き部屋を自習室として無料開放しますので、ぜひ学習に活用ください。

日 2月10日(土)、11日(日・祝)、12日(月)・振休、17日(土)、18日(日) 午前9時～午後7時(中学生は午後6時まで)  
 場 エコーセンター学習室、または研修室(空き部屋を利用しますので、当日利用できる部屋は1階の掲示物を確認してください)  
 対 中学生・高校生  
 問 社会教育課管理係(エコーセンター内)

**今月の休館日(エコーセンター)**  
 5日(月)、19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↓

**市内高校展「日体大附属高等学校」**  
 日 2月14日(水)～2月21日(水)  
 場 図書館1階カウンター前  
 内 学校紹介、学校図書館紹介等  
 ※展示に関するお問い合わせは図書館までお願いします。

**科学道100冊 傑作選**

日 2月1日(木)～28日(水)  
 場 図書館1階カウンター前  
 内 子どもから大人まで楽しめる科学の本を展示・貸出します。

**今月の展示棚**  
 日 2月1日(木)～28日(水)  
 ◎一般コーナー  
 「手づくりしてみよう」  
 ◎児童コーナー  
 「おかしなほん」  
 ◎ティーンズコーナー  
 「おうち学習におすすめ!」  
 ◎2階地方資料コーナー  
 「あばしりかるた」  
 ◎その他の展示  
 「節分」  
 日 1月23日(火)～2月3日(土)  
**よみきかせ会**  
 日 3日、10日、17日、24日(全土曜日)



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

午後2時  
場図書館1階えほんのもり  
【よみて】

3日..声の図書館「そよかぜ」さん  
10日..読み聞かせ会ハイジさんまたは  
図書館職員  
17日..網走南ヶ丘高等学校演劇部さん  
または図書館職員  
24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かせ会**

日2月28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2月28日(水)午後1時30分~3時  
場図書館2階ボランテア室  
【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」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)**

5日(月)、12日(月・振休)、19日(月)、  
26日(月)、29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↓  
TEL 43 33647  
FAX 43 33550  
【体育施設指定管理者】  
日専連オホーツク網走↓  
TEL 45 5655



**募集 冬季市民バドミントン教室**

日2月29日、3月1日、7日、8日、  
14日、15日(木・金) 計6回  
午後7時~9時

場総合体育館 アリーナ

対小学4年生以上の網走市民

内基礎練習からゲームまで 定20名(先着順)

費小・中学生1500円

高校生以上2500円(保険料等込)

申込期間2月12日(月・振休)~2月21日(水)

申込方法参加料を添えて総合体育館  
窓口まで。電話申込不可。申込後キャ  
ンセルの場合、参加料の返金不可。

**2024 オホーツク歩くスキーの集い**

日2月18日(日)午前8時30分~

場道立オホーツク公園「てんとらんど」  
センターハウス集合

内コース3km、7km(予定)

◎小学生以下の参加は保護者同伴

費無料歩くスキー用具の無料貸出あり

申込期間2月9日(金)まで

申込方法総合体育館窓口または電話  
申し込み。

◎天候、降雪状況により中止となる場  
合があります。

**藻琴山歩くスキーツアー**

日3月2日(土)午前9時~午後3時

場総合体育館集合 コース▼もことや  
ま山荘付近~藻琴山スキー場跡付近

対小学4年生以上(小学生は保護者同伴)

定30名(先着順)

費小学生500円・中学生以上1500円

円(バス代、保険料、昼食代、入浴料込)  
◎歩くスキー用具の無料貸出あり。

申込期間1月22日(月)~2月16日(金)

申込方法参加料を添えて総合体育館窓  
口まで。電話申込不可。申込後キャン  
セルの場合、参加料の返金不可。

◎天候、降雪状況により中止となる場  
合があります。

問(全事業共通) 総合体育館まで

**臨時休館 総合体育館(回線工事)**

回線工事のためトレーニング室を含  
む全館休館します。 日2月26日(月)

今月の休館日(体育館) 26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)

5日(月)、13日(火)、19日(月)、26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**

TEL 44 5045  
FAX 44 5062  
最新情報はこちら↓



若手アーティスト作品展「雀 夏宏展」

日2月9日(金)~3月3日(日)

場網走市立美術館 第2展示室 費無料

募集 『油絵入門講座』

日2月11日、25日、3月10日、17日(全  
日曜日) ※4回講座

午前10時~午後3時 ※お昼休憩あり

場網走市立美術館 対中学生以上

定10名(先着順)

費無料(用具・材料は各自で用意)

【持ち物】 必要なものは1回目目説明、  
初日は筆記用具持参

【講師】 当館職員

申電話 問網走市立美術館

今月の休館日(美術館)

5日(月)、12日(月・振休)、19日(月)、  
23日(金・祝)、26日(月)

開館時間 午前10時~午後4時

**市立郷土博物館**

TEL 43 3090  
FAX 61 3020  
最新情報はこちら↓



**特別企画展**

**網走の戦後のくらし展**

網走の戦後、昭和20~30年代の街の  
様子をふり返ります。

日2月1日(木)~3月31日(日)

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2月4日(日)午前10時~11時 定20名

申電話(郷土博物館)

今月の休館日

郷土博物館 5日(月)、12日(月・振休)、  
19日(月)、23日(金・祝)、26日(月)

モヨコ貝塚館 5日(月)、19日(月)、26日(月)

開館時間 午前9時~午後4時

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 3月号・1月31日(水)/4月号・2月29日(木) 社会教育課生涯学習係(エコーセンター 2000内)まで

### 湧沸湖水鳥・湿地センター

☎(FAX) 46-2400

最新情報はこちら↓



### 農大生による「オホーツクの野鳥に関する研究報告会」

農大の生態系保全学研究室の学生が、卒業論文研究を地元の方々に発表します。また湧沸湖水鳥・湿地センターの職員もガン類調査の結果についてご報告します。

日 2月10日(土)

午後1時30分～4時終了予定

場 湧沸湖水鳥・湿地センター

対 小学4年生以上※大人向けの発表です。

定 30名 費 無料【持ち物】筆記用具

申 申込期間 2月8日(木)迄

申 申込方法 メール・電話・FAXで氏名・年齢・連絡先をお伝えください。

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

### 展示 世界湿地の日

#### 湿地あれこれ&クイズ

ラムサール条約が1971年2月2日に採択されたことを記念して、毎年2月2日は「世界湿地の日」(World Wetlands Day)とされています。ラムサール条約や湿地にまつわるクイズに回答した方全員にオリジナル缶バッジをプレゼントします。

日 2月1日(木)～29日(木)

場 湧沸湖水鳥・湿地センター

対 どなたでも(小学3年生以下は大人同伴)

今月の休館日 湧沸湖水鳥・湿地センター

5日(月)、13日(火)、19日(月)、26日(月)

開館時間 午前9時～午後5時

### 北方民族博物館

☎(FAX) 45-3888

最新情報はこちら↓



### 企画展 ユーコン・ファーストネーションの伝統的アート様式

北アメリカ北西部を流れる大河ユーコン川上流域に暮らす先住民のアートの歴史や多様性を紹介します。

日 2月3日(土)～4月7日(日)

場 北方民族博物館 特別展示室 費 無料

〈企画展講演会〉

日 2月3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】ユクジーズ・ヴァンカンペン氏(アーティスト) ※日本語通訳付き

費 無料 申 電話

### 第34回北方民族博物館

#### 開館記念感謝DAY

日 2月10日(土)

場 北方民族博物館

内 詳細はHP等でお知らせします。

### はくぶつかんクラブ かんじき体験

日 2月17日(土)午前10時～12時

場 北方民族博物館周辺

対 小学生 定 12名(要申し込み)

費 100円(保険料)

【持ち物】冬用長靴、着替え、タオル ※暖かい服装でお越しください。

申 電話

### 講座 北米での北方文化研究 35年を振り返る

日 2月18日(日)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】岸上伸啓氏(国立民族学博物館教授) 費 無料 申 電話

今月の休館日(北方民族博物館)なし

開館時間

午前9時30分～午後4時30分

※2月10日(土)は開館記念日のため常設展示観覧料が無料になります。

### 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。

### 網走市文化連盟市民文化交流事業 暮らしから生まれる食文化 くじら料理

「文化」って何だろう? 商業捕鯨基地網走の歴史を学び、くじら料理を調理・試食し、食文化を学びます。

日 2月24日(土)午前10時～12時30分

場 エコセンタータックキングス

定 20名程度 費 500円

内 講話 ▼ 網走と鯨について 【講師】網

走市水産漁港課長 料理講座 ▼ 竜田揚げ、鯨汁の調理と試食 【講師】居

酒屋「おっ!伝」店主

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク

申 申込フォーム

問 網走市文化連盟事務局

笹尾さん ☎090-1525-16714

1525-16714



申込はこちら↑

### 自然保育サークル 森のようちえんてくてく 令和6年度 森のようちえん説明会

森のようちえんという子育ての選択肢があることを知っていますか? 自然の中で子どもと関わり合い、のびのび育ちあうことの良さをお話しします。

日 2月10日(土)午前10時30分～12時

場 エコセンター 交流室A

対 関心のある方どなたでも(妊娠中、子育て中、地域の方)

費 無料

申 申込期間 2月1日(木)迄

申 申込方法 メールでお名前、お子様連れの有無をお知らせください。

問 松田さん ☎090-6268-9135

abashirikutaku@gmail.com

### 野鳥観察会のお知らせ

日 2月4日(日)午前10時～11時

場 網走港ほほ260

対 一般の方(初心者も大歓迎です!)

【持ち物】防寒具、防寒靴、あれば双眼鏡

費 無料 申 不要

問 日本野鳥の会オホーツク支部事務局

城石さん ☎080-5587-6081

# 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)

## 除雪のお願い



●路上駐車はやめましょう

●「道路への雪出し」は法律で禁止されています。

●玄関先から道路までの間口は各家庭で

## マイナンバーカード 夜間・休日窓口開設中!



【2・3月の開設日】

2月6日(火)、2月10日(土)、

3月5日(火)、3月9日(土)

平日 午後5時30分～午後7時、土 午前10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6年1月14日現在

累積件数(網走警察署提供)

■発生件数	1 件
(前年比)	- 1 件)
■死者	0 人
(前年比)	± 0 人)
■傷者	1 人
(前年比)	- 3 人)

## 人のうごき

人口 32,835人 (-59)

男 16,122人 (-20)

女 16,713人 (-39)

世帯 17,974世帯 (-43)

令和5年12月末現在(前月比)

## 広報 あばしり

令和6年2月号 No.774

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。

## 2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~ ①相談日:13日(火)→予約受付日:6日(火)、7日(水) ②相談日:27日(火)→予約受付日:20日(火)、21(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)
<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~ 14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)
<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 9日(金)、16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)
<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~ 2月はいりません(次回は3月5日(火)開催予定) 開催日の一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)
<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(内線364)
<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(内線364)
<b>公害苦情相談</b> ~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)
<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(内線292)
<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(生活サポートセンター・らいと)</b> 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
<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・GA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~ 8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(相談日の週の月曜まで)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 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)
<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

## 2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
4	なかむら内科ハートクリニック 潮見 7-14-7 ☎67-5111	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
11	後藤田医院 新町 1-2-7 ☎44-6811	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
12	はまむき医院 南5西4 ☎44-7365	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
18	網走脳神経クリニック 駒場北5 ☎67-5131	こが病院 潮見 153 ☎61-0101
23	後藤田医院 新町 1-2-7 ☎44-6811	網走厚生病院 北6西1 ☎43-3157
25	網走中央病院 南6東1 ☎44-8611	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。