



連町通信

安全で安心して暮らせるまちづくりをめざして

発行
釧路市連合町内会

〒085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地
釧路市役所内
電話 0154-23-5151
内線 6716
直通電話・Fax 0154-23-2101

・・・ 釧路市の町内会支援が拡充されました！ ・・・

街路灯整備費 8割補助に！

町内会では暗い夜道を安全に歩くことができるように街路灯・防犯灯の設置をしています。10年ぐらい前にLED灯を導入した町内会が多くあり、そうした町内会では灯具の更新時期を迎えつつあります。

これまで灯具の新設や更新に対する市の補助率は費用の1割（上限5,000円/1灯）でしたが、連町からの補助率引き上げ要請などを背景に、市では今年度から補助率を8割（上限10,000円/1灯）に引き上げました。

引き続き町内会の負担はありますが、地域の皆さんが必要とする場所をしっかりと明るく照らしていきましょう。

地区会館指定管理費、手厚く！

地区会館の運営は、近隣の町内会などで組織された「運営委員会」が自主的な運営を行っていますが、コロナ禍以前から慢性的な利用不足、赤字運営に悩まされていました。そのため、一部では町内会に負担をお願いするようなケースもあったところで、連町として

「町内会に会館運営の赤字補填を求めることがないように」と指定管理費増額を要請してきました。

これに対し市は、健全な地区会館運営のため積算方法を見直し、指定管理費を増額することにしました。

地区会館は地域の皆さんの楽しみに使える施設です。これからも大いに利用していきましょう。

ところで地区会館の利用制限は？

現在（3月13日以降）、地区会館は次のように利用できます。コロナ感染のピーク時のような制限はありませんが、感染予防に留意して会館を利用しましょう。

- 換気：CO2濃度測定器でCO2濃度を確認し、換気に努めましょう。
- マスク：利用団体又は個人の判断尊重です。
- 対人距離：距離確保の求めはありません。
- 飲食：大皿を含め、飲食に制限はありません。但し食器、箸の共有は避けましょう。
- カラオケ：利用制限はありません。

市連町定期総会のご案内（町内会長さんへのご案内）

下記の日程で釧路市連合町内会定期総会を行います。

なお、体調のすぐれない方やコロナウイルス感染症の感染が不安な方、都合の悪い方は書面での賛否表明ができますので、これを積極的に使ってくださいますようお願いいたします。

記

日時 5月20日（土）午後1時30分から

場所 釧路市生涯学習センター2階多目的ホール

※出席のご案内及び議案書は町内会長さん宅にお送りします。（4月末発送予定）

連合町内会を活用しよう！

新型コロナの感染予防等のため、各町内会では活動の自粛などが余儀なくされてきましたが、ウイルスの弱毒化などにより町内会活動の制限が少なくなってきた、コロナ禍前の町内会事業が復活してきています。

町内会活動を推進する際に、連合町内会の力を必要とするときには是非ご連絡ください。

【連合町内会の主な事業】

- ◇表彰の実施（対象者は町内会長や役員）
- ◇清掃活動の推進（春の一斉清掃、秋の自主清掃）・・・ゴミ袋の配布も行っています。
- ◇環境美化運動の推進（公園清掃や花壇の整備など）・・・地区連にお願いしています。
- ◇研修会の実施（テーマは「町内会活動」や「防災」、「サロン活動」、「女性の活躍推進」など）
- ◇全市に呼びかける事業の実施（「青少年健全育成大会」など）

【町内会へのサポート内容】

- ◇町内会の活動紹介（「連町通信」、ホームページ、ブログ等での活動紹介）
- ◇物品の貸出、配布（対象は「町内会」です）

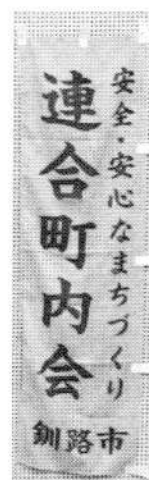
- ・配布①：（加入促進用）チラシ、ポケットティッシュ
- ・配布②：会費納入表、回覧板（バインダー）、交通安全旗
- ・貸出：のぼり（右の写真）、町内会ジャンパー（下の写真）

◇各種サービス

- ・避難訓練等の企画支援
- ・町内会運営に関する各種相談
- ・印刷支援（詳細は下に記しています）
- ・ワード・エクセル資料作成支援（詳細は下に記しています）



X
L
・
L
・
M



（棹有り）

【連合町内会が仲介する主な事業】

- ◇生活道路の再整備要望（町内会→地区連→連町→市）
- ◇町内会活動保険加入（民間保険会社に一括して申し込みます。（連町集約時期：4月））

印刷支援

「町内会総会資料」、「町内会たより」、その他町内会関係資料の印刷の際に連町の輪転機印刷をご利用ください。

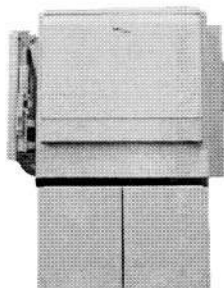
◇製版1回につき300円いただきます。

大きさはA3まで可能です。

◇印刷用紙はご持参ください。

◇職員が印刷します。原則として1～2日の作業時間をいただきます。

◇お急ぎの場合は事前にご連絡ください。



連町自慢の輪転機

ワード・エクセル資料作成支援

町内会資料作りを担当するパソコン初心者の町内会役員さん向けに、ワードやエクセルを用いた町内会の各種資料づくりをお手伝いします。

無料ですが、事務局職員が講師役ですので、難しい資料作成には対応できません。予めご了解ください。

◇時間：火・木曜日の10時から概ね1時間

◇場所：連町事務局

◇原則としてノートパソコン持参

◇支援対象資料：町内会関係の資料に限定

※マンツーマン対応のため、予約制です。連町(23-2101)にお電話でお申し込みください。

ドクター磯部の
処方箋

処方箋



釧路労災病院
脳神経外科部長
磯部正則

やっと、コロナは下火です。コロナの扱いが、普通の風邪の一步手前、インフルエンザのようになりそうです。感染予防、健康には留意して元の生活スタイルに戻る準備です。でも、コロナウイルスはまだいます。

さて今回は頭痛の話、整い次第、頭痛外来開設をしたいと思います。症状別ランキングでは、一位二位は腰痛肩こりで、次に続く上位に頭痛が入ります。頭痛がつかつたり、心配な方は多いはずですが、病院受診を我慢したり、治療先を探して札幌、帯広に行く方もいらっしゃいます。



当院ではこれまでも、頭痛の診療、治療してきましたが、改めて皆様にご覧に我々が頭痛の専門であることを知って頂き、受診しやすくなればと思います。頭痛外来開設という形を考えました。

例えば月曜日の午後に枠を設けて頭痛の診察検査、診断、治療を行います。枠を超えて多数の時は、通常診察内で診療いたしますので、遠慮なく相談して下さい。

さて診療は、二次性頭痛か二次性頭痛から始まります。

二次性頭痛は脳腫瘍ができていたり、血腫が溜まっていたりなどが頭痛の原因のもので、画像(CTやMRI)で確認でき、対応できます。切迫破裂瘤もあり、見逃せません。

一次性頭痛は、CT、MRIで異常がないもので、片頭痛、緊張型頭痛などがあります。ただ忙しい脳外科医は通常の痛み止めを処方して終わることもありがちです。それで治らない場合は我慢するのですが、当科ではそれに対応しています。

緊張型頭痛はランキング一位二位の肩こりと関連があり処方などで治療します。

片頭痛は片方が痛いのではなく、痛すぎて吐き気を伴い音光刺激を避けたいのが特徴で、仕事生活に支障が出ることも多く、眼症状を随伴することもあります。初めは短期間でも、進行して慢性化することもあります。誘因の確認の他、専用の鎮痛薬、予防薬、またかなり予防効果がある注射も用意しています。

片頭痛は若い女性が多いのですが、高齢者の方も片頭痛のことがあります。

～地域の読書活動をサポートします～

組織・団体
紹介コーナー⑬

釧路市中央図書館 副館長 石原美津代

今年、釧路市中央図書館は開館5周年を迎えました。図書館では地域の読書活動を支える様々なサービスをご用意しております。町内会の行事やサークル活動など地域の皆さんとつながりを深める場面でぜひお役立てください。

◆団体貸出

町内会やサークルなど団体向けに300冊までの本を30日間貸し出します。選書してご用意することも可能です。

◆読み聞かせや朗読

図書館スタッフやボランティアが地域へ出向いて絵本の読み聞かせや朗読を行います。



◆中央図書館の見学

団体向けに利用案内も兼ねた図書館見学を実施しています。ご希望により上映会や朗読会と組み合わせることも可能です。

・ここからは図書館オススメ情報です。・

◆図書郵送貸出(有料)サービス

令和4年1月より開始したサービスで、図書館

に行かなくても本を借りられます。着払いの郵送で自宅へお届けし、返却も郵送で行うことが可能です。

◆分館・分室と図書館バス



市内には3つの地区図書館(西部、東部、中部)や阿寒町公民館図書室、音別町ふれあい図書館があります。

また、約2,000冊の本を載せた図書館バスが2週間に一度、市内19カ所のステーションを巡回しています。

◆中央図書館・釧路文学館

おはなし会や上映会、ボランティアが行う対面朗読サービスを定期的に行っています。釧路文学館(中央図書館6F)では釧路ゆかりの文学にちなんだ企画展を開催しています。

皆様のお越しをお待ちしております。

問合せ 釧路市中央図書館 事務室
電話 64-1740 FAX 64-1741
メール info@kushirolibrary.jp



- 1. 元気で働き、明るく豊かなまちをつくりましょう。
- 1. きまりを守り、安全で安心な住みよいまちをつくりましょう。
- 1. 緑を育て、自然豊かなきれいなまちをつくりましょう。

- 1. 人にやさしく、心ふれあう温かいまちをつくりましょう。
- 1. 文化を高め、命を尊ぶ平和なまちをつくりましょう。
- 1. 郷土を愛し、世界に誇れるまちをつくりましょう。

みんなでつくろう ゴミのないまち きれいなふるさと

令和5年第2回理事会報告

第2回理事会を4月10日(月)に行いました。協議の事項等は次のとおりです。

【協議事項】

(1) 令和5年度定期総会議案確認

- ①行事予定表(案)、②令和4年度各会計決算報告、③令和5年度各会計予算(案)、④役員改選(案)、⑤相談役の委嘱

【連絡事項等】

- ①全市一斉清掃の確認、②防災研修会等の地区連や町内会での実施のお願い、③町内会資料作成支援の開始(新規事業)

町内会で防火・防災等の啓発を!

家屋内に火災報知機や手すりを設置することは、防火・防災に役立つばかりでなく、高齢者の日常生活へのやさしさにもつながり、急な災害にしっかり役割を果たしてくれるものです。

個人が防火・防災に意識を持ち、自らの安全を守るように、防災講話を聞く、避難訓練をする、防災グッズの確認を個人に促すなどの事業を町内会で企画してみませんか。町内会の企画づくりに連町はサポートします。

地域の環境整備にご協力ください

連合町内会では、春や秋の一斉清掃の他に5月から11月までの間、地区連範囲で定期的な環境整備活動(公園等の清掃や花壇づくりなど)を推進しています。できる範囲でご協力くださるようお願いいたします。

チューリップ&花フェア

色鮮やかなチューリップが咲き誇る鶴ヶ岱公園で春の一日を楽しみませんか?

日時: 5月27日(土)、28日(日)

両日 10-16時(雨天時 12-15時)

場所: 鶴ヶ岱公園(雨天時 鶴ヶ岱武道館)

問合せ: 同実行委員会 ☎22-2232

今日・明日 サイクルが始まりました。ママチャリにマウンテンバイク、それと電動アシスト車。いろいろそろっていま

4月からわっとレンタルでもヘルメットを用意し、必ず着用するように勧めています。さて5月は花の季節。今年も恒例のくしろチューリップ&花フェアが今年27日と28日の2日間開催されます。

自転車とチューリップから春が来る

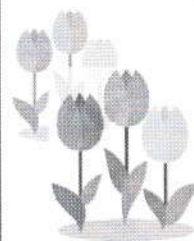
NPO法人 くしろ・わっと 理事長 小林友幸

自転車を借りる人は圧倒的に観光客ですが、中にはママチャリで釧路湿原まで遠乗りする強者もいます。

また、今年からヘルメットの着用が「努力義務化」となったのでわっ

今年(令和5年)はコロナで3年ぶりの開催とあって、1万7千人もの市民が会場を訪れフェアを楽しみました。

と、今年この時期になると、チューリップから釧路の春がやってきます。



ですが、なかでも人気は電動自転車。春探湖面や米町かいわいの坂道に強味を発揮する優れモノです。

今年(令和5年)はいつもより早い3月に行いました。そろそろ1万4千本のチューリップが芽を出し、フェア当日には鶴ヶ岱公園で満開の花々を楽しむことができます。

主な行事予定

5月20日(土) 市連町定期総会

5月25日(木) 釧路管内町内会連絡協議会総会

6月5日(月) 理事会

※次回の連町通信は、6月23日発行です。

赤い羽根共同募金

連町通信は、赤い羽根共同募金の支援を受けて発行しています。

