



# 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 0154-31-4255

直通電話・Fax 0154-23-2101



## 謹賀新年



Photo by 柳楽航平

## 新年にあたって



釧路市連合町内会

会長 黒木

満

明けましておめでとうございます。

皆様方にはいつもお世話になり、そして、日頃から町内会活動を率先してご尽力いただいておりますことに心より感謝申し上げます。

連町では、新事務局の船出ではありましたが、地域の皆さんのご協力のお蔭で、行事もつがなく継続することができ、また、地区連をはじめとする各町内会では様々な行事を開催、世代を超えた笑顔の交流がありました。加入率や役員不足等の難題はありますが、事業継続に関しましても敬意を表するところでございます。

私は昨年この場をお借りして「楽しみ」という言葉を用いて連町会長としての夢を申し上げました。「隣近所に住む皆さんが、笑顔で挨拶を交わし、楽しみを持って日々を過ごすこと」です。常に「楽しい町内会」という言葉を胸に刻んでおります。やはり根底には、「楽しみ、楽しさ」がないと町内会活動が続いていきません。今年は新たに「防災」・「女性」・「子ども」という、キーワードが続くことによって、町内会の持続性が増し、まさに、「誰もが安心して集える、温かな町内会活動」となるはずです。

本年も町内会では、様々なイベントが開催されます。大きなくくりで準備等、入出を賄いながら、楽しいイベントの継続をお願いするものです。

地域の皆様と一緒に支え合い、情報共有しながらより良い街を築いてまいりましょう。

本年も皆様にとって健やかで実り多き一年となりますよう、心よりご祈念申し上げます。

令和八年 元旦

## 「青少年健全育成大会」開催

11月8日(土)午前10時から「青少年健全育成大会」を釧路センチュリーキャッスルホテルで開催しました。講師は釧路短期大学准教授高島昌之氏で、約80人の出席者に「教育現場から見る子どもたちの実態と、身につけさせたい“生きる力”」と題して講演していただきました。

高島氏は、「不登校と登校拒否」の区別をしつかりしなければならないとし、昔は不登校児は、登校刺激を与えずしばらくそっとしておいた方がいいとしていたが、今は違う。昔は部屋の中にいてもつまらないから外に出て遊びたくなったが、今はゲームがあり、ずっと部屋にいても飽きない。

登校刺激を与えないとますます出てこなくなる。家庭の中でいかに退屈させるかだ。ゲームやYouTubeなどの情報機器とどう向き合うか、どう約束させるかが大切。家の約束事を覚悟をもって、取組まなければならない。そこで①契約を



講師の高島昌之氏

結ぶ(ルールの設定)②契約の結末を必ず経験させる。ポイント契約を守っていないのに許した行為は親の契約違反で、子どもの課題を代わりに解決するのは単なる「甘やかし」。また、契約の結末を発動した時の子供の反応は無視して、淡々と契約の発動を実施することが大切。結末(ゴール)設定の3条件としては①まずはすぐできること②具体的であること③肯定的であること。その他、興味深い話が沢山ありました。

講演の後、「少年の主張釧路市大会(6月7日開催)」で最優秀賞、優秀賞を受賞した4名が発表され、会場は大きな拍手に包まれました。



### 発表された主張

『赤ちゃんポスト』をめぐる日本の現状

山花中2年 木村心愛さん

「苦手な人、あなたは どうしてる？」

景雲中3年 梅上結心さん

「理解することの大切さ」

春採中3年 齋藤ひまりさん

「しあわせものってなんですか」

道教大附属釧路義務教育学校9年 遠藤珠埜さん

## 秋の自主清掃、ありがとうございました！

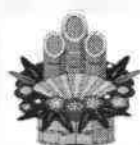
「秋の自主清掃運動」として設定した10月11日(土)～19日(日)に、153町内会から事前の計画が出されました。約4,000人という参加予定者を数えることができました。当日ご協力いただいた皆さんに感謝申し上げます。

○清掃活動は目に見える町内会活動の一つです。年間の活動計画の中でも特に「春の一斉清掃」と「秋の自主清掃」活動をご予定ください。

なお、令和8年度「春の一斉清掃」は4月19日(日)に設定しています。

○清掃活動に使う袋(環境美化活動用袋)は10L、20L、30Lと枯葉用の45Lがあり、各地区連に配布をお願いしています。なお、地区連に入っていない町内会は連町事務局での配布となります。

## 新年の門出を楽しく祝いましょう！



### 新年交礼会

とき：1月16日(金) 午後6時～  
ところ：釧路センチュリーキャッスルホテル2階  
会費：6,500円(事務局で受付中)

- 豪華景品を沢山用意しています。
- 会費は1月7日(水)迄に連町事務局までお持ちください。会券をお渡しいたします。



国税庁LINE公式アカウントはこちら ⇒

## 釧路税務署より確定申告会場に係るお知らせ

確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。

入場整理券は、メッセージアプリ「LINE」で事前申込をすることができるほか、申告会場でも当日分を取得することができます。

ご来場の際、ご用意いただきたいものは、以下とおりです。

- ①スマートフォン
- ②マイナンバーカード
- ③マイナンバーカードの暗証番号(4桁の数字)

- ④マイナンバーカードのパスワード(6～16文字の英数字)

- ⑤確定申告の作成に必要な書類・データ等

開設期間：令和8年2月16日(月)から  
令和8年3月16日(月)まで

受付時間：午前9時から午後4時まで

申告会場：釧路税務署(釧路地方合同庁舎2階)

※スマホ以外(パソコン等)での申告書の作成は、相当の待ち時間を要する場合があります。

## ドクター磯部の

## 処方箋

画像検査で異常所見がない一次性認知症の一つである、アルツハイマー型認知症（AD）。

認知障害は軽度認知症の段階であれば、脳に溜まった余計なアミロイドを排出する画期的な新薬が使えるようになって、一年半が経過しました。当科でも注射を行うようになって、一年近くになります。好評のようです。

新薬は、ADの一因である脳に溜まったアミロイド（脳細胞がやられる）を減らすという、これまでになかった作用があり、画期的で期待してします。ただ効果のほどはADが治るとまではいかず、進行を緩徐にできそうということなので、今一つな感じですが、それでもやってみたい治療のひとつでしょう。

全国的には一万五千人以上の方が、注射をして、心配された副作用はほとんどなく、効果に関しては、進行抑制ですが、中には改善した方もいるらしく、当初の終了予定の一年半を迎えた方で、注射継続を希望する方が多いとの話も聞かれます。



釧路労災病院  
脳神経外科部長  
磯部正則

当方の認知症の親族は今亡くなっているか、すでに重症で、注射は受けさせてあげられません。注射の登場に間に合いませんでした。

ADでアミロイドが溜まる原因は遺伝子変異と言われており、体質、遺伝的かもしれません。当方母方は姉妹数名が全員認知症でした。父方は一名のみ。私もAD体質かもしれません。であれば、発症前からアミロイドは溜まり始めるので、判明すれば、発症する前にアミロイド抗体薬注射をしたいです。現状は、認知症状がないと治療は受けられませんが、将来は受けられるようになるでしょう。

ADなど一次性認知症は、新登場の注射薬以外にも、従来薬を駆使して、ある程度症状には対応していただけますので、脳外科に相談してください。しかし、もちろん認知症は、加齢も一因であり、病院の薬で治せるものでない現状では、認知症を理解して、医療機関だけでなく、ご家族、地域で受け入れて対応していかねばなりません。

## ～芸術館コレクション作品展をお得にご覧になりますか？～

### 組織・団体 紹介コーナー②④

北海道立釧路芸術館 館長 楡金達朗

釧路芸術館では、年4回特別展（有料展）を開催しています。今年度ラストの特別展は、当館の収蔵作品を中心に、『あの日、この場所で～コレクションに見る地域と美術』というテーマで令和8年1月6日（火）から2月28日（土）まで開催します。作品のモチーフとなった場所や時代、出来事などに着目して釧路・根室地域ゆかりの作品をご紹介します。

そこで、皆さんに耳よりな情報をふたつ。なんと65歳以上の方は、観覧無料です!! 一般料金が460円ですが、65歳以上と中学生以下の方は無料です。入館時、受付で年齢等が分かるものをご提示ください。

さらに、本展も含め有料展観覧の方は、近くの釧路錦町立体駐車場（ANA クラウンプラザホテル横）を、2時間まで無料で利用できます。

ぜひ、お得に本展をご観覧下さい。



同時開催の無料展『釧路、風の通りみち 絵本のような物語と風景』では、木島誠悟氏がアクリル画でやさしく描く釧路の風景が、あなたを懐かしく、温かい世界へと誘います。

両展合わせてお楽しみいただければ幸いです。

皆様のご来館をお待ちしております。



1. 元気で働き、明るく豊か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. きまわりを守り、安全で安心な住みよいまちをつくりましょう。 1. 文化を高め、命を尊ぶ平和な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. 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

### 自治会等地縁による団体功労者

#### 総務大臣表彰

このたび、連町黒木会長が長年にわたる連町の活動の功績が認められ、「令和7年度自治会等地縁による団体功労者総務大臣表彰」を受賞いたしました。

この表彰は、地域のつながりを大切に、住民の安全・安心な暮らしを支える活動を継続的に行ってきた者に贈られます。

黒木会長は「このような名誉ある賞をいただいたのも、ひとえに日頃よりご理解・ご協力をいただいている地域の皆さまのおかげと、心より感謝申し上げます。今後も、誰もが安心して暮らせる、笑顔あふれるまちづくりを目指し、役員一同力を合わせて活動を続けてまいります。引き続き、皆さまの温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。」と語り決意を新たにしていました。おめでとうございます。



### 第7回 理事会報告

12月5日(金)の理事会で、次の内容について協議しました。

#### 【報告事項】

- ①加入促進（「広報くしろ10月号」での特集等）
- ②秋の自主清掃（10/11-19 実施）
- ③青少年健全育成大会（11/8 実施）
- ④女性部幹事会「料理教室」（11/7 実施）他

#### 【協議事項】

- ①令和8年度の全市一斉清掃日について  
4月19日（日）に決定
- ②「町内会が抱える課題」について  
理事アンケートで「町内会が抱える優先順位が高い課題」を聞きました。結果、優先順位が高い課題として「町内会役員の後継者を見つけること、育成すること」「街路灯の市全額負担」「除排雪」があげられました。

### 除雪

～釧路市道路維持事業所からのお知らせ～

— 除雪についての5つのお願い —

- ① 道路への雪出し禁止！
- ② 除雪後に残った玄関・車庫前の雪の処理はご家庭で！
- ③ 路上駐車はやめてください！
- ④ 歩道上に物を置かないでください！
- ⑤ 深夜の除雪作業にご理解を！



「町内会費納入表」準備できています。

「調子がいいから今日は飲まなくてもいいか」「血圧が下がったからもう薬は必要ないんじゃないか」と思ってしまうことはありませんか？

薬を飲み忘れたり、自己判断でやめてしまうと、数日から数週間症状が悪化する可能性があります。

心不全の薬は症状を和らげ、悪化を防ぐために欠かせません。薬は今の調子を保つだけでなく、これから先の入院を減らし、心臓の寿命を延ばす大切な働きをしてく

降圧薬も必ずしも血圧を下げることだけが目的ではありません。心臓を保護するなど、心不全の悪化を予防する目的でも用いられています。心不全はゆっくり進行する

例えるなら、薬は心臓の「杖」や「盾」のような存在です。杖を手放すと転んでしまうように、薬をやめると急に症状が悪化してしまうことがあります。

### 薬を続けることが未来の安心に

#### 心臓のためにできること

市立釧路総合病院薬剤部

小杉

允子

る病気であり、症状がなくても薬は大切な役割を果たしています。お薬の服用を正しく続けることが、心臓を守り、安心して暮らすことにつながります。

飲みにくい、数が多いなど困ったことがあれば、かかりつけ薬局や病院の薬剤師に気軽に相談ください。

現在、病院と薬局の間での連携（薬薬連携）を更に強めていくことが課題です。今後はお互いに情報を共有しながら、皆さんがより安心して治療続けられるよう支援していきたいと思えます。

### 主な行事予定

- |          |            |
|----------|------------|
| 1月16日(金) | 新年交礼会      |
| 1月18日(日) | 防災ワンデー     |
| 2月5・9日   | 理事会、女性部幹事会 |
| 2月13日(金) | 地区連会長懇談会   |
| 2月26日(木) | 地域福祉フォーラム  |
| 3月6日(金)  | 理事会        |

※次回の連町通信は、2月25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。