

シニアのための マルチスポーツ 体験イベント

対象 60歳~

6/23(火) 10:00-12:00

WINDHILL RESORT SUPER ARENA

・チューブエクササイズ・卓球
・ピクブルボール・ミニテニス
・フロアカーリング・モルック

1階総合案内で受付後、メインアリーナへお越しください
・荷物はロッカーへ預けるかアリーナへ持ち込みしてください
・10時になったら準備運動を皆でしてからスタートします
・カレーを食べる方は終了後、会議室へ集まってください

カレーライス 1食 300円
※大盛・おかわりはありません
※ご飯200g・ルー200gが目分量です
※飲み物はついていません
※体験会へ参加予約された方のみ
※持ち帰りはできません

申し込みは 締切6/18
お電話・Lineで! 0154-38-9800

主催 EHSIC 特定非営利活動法人 東北北海道スポーツコミッション

うちのイチオシ!!

かしわと皮をふんだんに使用した
キレのあるつけダレ!
自慢のカレーを添えてどうぞ!

●つけざる.....1,000円(税込)
●ミニカレーライス.....400円(税込)

新たなそば処が市内末広にオープン。開店早々、メの一杯を求める人や出勤前の飲食店関係者を中心に、地元の方々に広く利用されています。そばの美味さはもちろんのことカレーライスも自慢の一つ。今回ご紹介するつけざるにもミニカレーを添えちゃいました!やはり、そば屋のカレーは旨い!

今後はメニューをさらに拡充し、軽く飲める「チョイ飲み」対応も予定しているとのこと。Instagram等で最新情報やメニューを発信中です。また、「知る人ぞ知る」ランチタイムの営業も好評のようで、昼夜問わず利用価値の高い店舗と言えます。

Instagram: @tsuruya

名代 鶴屋
釧路市川上町3-1-2 (第3野口ビル2F)

●営業時間 昼 12:00~14:00L.O.
夜 月~木 20:00~2:30L.O.
金・土 20:00~3:30L.O.
●定休日 日曜日

その他のメニュー
○辛つけざる.....1,100円(税込) ○ぬき.....500円(税込)
○もりそば.....700円(税込) ○カレーライス.....700円(税込)
○無量寿.....1,100円(税込)

6月4日号 読者プレゼント

プレゼント01 名代 鶴屋様提供

つけざる 1杯無料券

5名様プレゼント!

プレゼントの応募方法
右側のQRコードを読み込んで、必要事項にお答えのうえ応募下さい。

応募締切 6月8日(月) 23:59(受付完了分)まで

新釧路 3,300円/月々

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
※ご応募いただいた個人情報、プレゼントの発送業務以外での使用はいたしません。

はじめての方、Wワーク、シルバー世代大歓迎!!

パートさん 夜間勤務スタッフ 急募!

一例として... 1回実働14時間の場合 19,050円 [時給1,075円×14時間 + 夜勤手当4,000円]

【内容】当直勤務として見回り、見守り、トイレ介助など
【給与】時給1,075円~(夜勤手当4,000円/1回)
【時間】17:00~9:00(休憩2時間)
【待遇】通勤手当支給、雇用、労災保険、正社員登用制度あり
【資格】不問
【応募】未経験の方でも安心して働いていただける環境を整えております。まずはお気軽にお電話下さい。

医療法人社団 あさひ会 釧路市浦見5丁目3番4号
☎0154-65-9180
✉info@kibohnoie.com

ご自身又はご家族の海洋散骨に興味のあるかたが対象です。 是非この機会に釧路海洋散骨をご体験ください。

釧路海洋散骨 体験ツアー

先着20名

~ カムイ航路で行う海洋散骨を体験しよう ~

と き 6/27(土) 11:00~13:00 世界三大夕日のひとつと称される釧路の夕日。
7/12(日) 11:00~13:00 その夕日が沈む太平洋の沖合。
9/6(日) 11:00~13:00

と こ 釧路フィッシャーマンズワーフMOO 1F
釧路夕日観光船シークレイン(北海道釧路市錦町2-4)

申込先 釧路市新川町1-7
特定非営利活動法人 和
TEL. 0154-32-4080
FAX. 0154-32-4089

参加費 5,000円 (税込)

※海洋散骨を体験できるツアーです、実際に散骨は行ません。
※悪天候時は中止となる場合があります。
※当日は普段着で、滑りやすい靴でお越しください。
※船に乗って沖合に出ますので、酔いや酔いやすい方は酔い止めを持参してください。

当日の動き
1Fシークレイン船乗り場集合
乗船し散骨スポットへ向かいます。(往復60分前後)
実際に海洋散骨を模擬体験していただきます。(30分前後)
帰港後は、お預りする遺骨の粉骨方法や海洋散骨の仕組みやルール等の説明会を行います。(30分前後)

釧路市物価高騰対策消費者支援事業

くしろ市民応援クーポン

釧路市役所 商業労政課

利用期間 ※利用期間を過ぎた残高は失効します。
2026(令和8)年 6月16日(火)午前0時から
2026(令和8)年 11月30日(月)午後11時59分まで

下記のはがきが各世帯に6月14日(日)までに届きます。
※日本郵便で郵送します。転送されている場合や居所不明などにより遅れることがあります。

くしろ市民応援クーポンの発行について
本がきに印字されているお支払用QRコードを「くしろ市民応援クーポン」加盟店で提示すると、お支払いに利用できます。
下記の注意事項とお支払方法を必ずご確認ください。

注意事項
・世界人数に応じて残高を付与しております。なお、市民1人当たり10,000円を配布しております。(あなたの世帯は「人分です。')
・あなたの世帯の世帯主は必ずご確認ください。
・残高付与の期限は、令和8年4月15日に釧路市の住民基本台帳に登録された方です。
・ご利用金額が下回る場合でもお釣りは出ません。残高として本がきに金額が残り残ります。
・アプリに残高を移行する際はスマートフォン1台に限りになります。
・残高の情報はサポートセンターではできませんので、ご自身でアプリを確認するなどご対応ください。なお、アプリに残高を移行した場合は残高確認が可能です。

利用開始 令和8年6月16日(火)0時00分
利用期限 令和8年11月30日(月)23時59分迄

はがきのまま利用する方法
STEP1 はがきを持って加盟店へ
STEP2 支払い時に「くしろ市民応援クーポン」を提示
STEP3 店の人が読み込んだら決済完了!

はがきのこの部分がクーポンです。

くしろ市民応援クーポンは、左記のポスターが掲示されている店で利用できます。

各店舗の対応状況については右記のQRコードから「加盟店一覧」をご確認ください。店舗によってアプリでのご利用のみの場合がございますので店頭ポスターでご確認ください。

加盟店 050-5865-9445
市民向け 050-5865-9445
加盟店向け 050-5865-9444

加盟店も申込み受付中!!
7月31日(金)まで
申込みは下記のホームページから
くしろ市民応援クーポン ホームページ

「くしろクーポン」で検索!
※6月12日(金)ダウンロード開始予定

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

本事業は、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用しています。
平日・祝日 午前9時~午後6時[8/28(金)は除く]

認知症カフェ
おしゃべり処福 **開催** 予約不要 入場無料

「あれ?」をそのままにしない
一もの忘れのプロに聞く!安心のための相談会&映画上映会

- 1 認知症患者啓発ショートムービー「日々はつづいていく(2022)」上映
認知症とともに生きる日常を温かく描いた作品です。
- 2 専門職による無料相談会
気になるを医師、看護師、薬剤師、歯科衛生士、看護師、介護福祉士、社会福祉士などに相談できます。
- 3 その場でできる!詐欺予防チェック
携帯電話の専門家が具体的な対策をお教え致します。

日時 6月13日(土) 10:00~11:30
場所 釧路市中央図書館 7階多目的ホール
主催:ディサービス 未来くる 後援:釧路市中部南地域包括支援センター

お問い合わせ 090-6107-7109 (市外)

みんなで守ろう! 白い歯と元気な笑顔 **参加無料!**

歯の健康フェア 2026

6/7日 10:00~14:00

会場 釧路フィッシャー・マンズワープMOO 3F

内容

- 歯の健診・相談
- 口腔がん検診(人数限定)
- その他各種検査・相談コーナー
- キッズコーナー ・ なりきり!キッズ歯医者のお仕事体験
・ なりきり!歯科衛生士のお仕事体験
- 歯科技工士会のものづくり体験コーナー
- 映画・ポスターコンクール表彰式(2階12:00~)
- 映画・ポスター入賞作品展示 MOO 2階

~ショールームがコンサートホールに!!~

釧路の吹奏楽が奏でる音楽でつながる
特別な一日をお届けします!

Brass Connect

Net's TOYOTA KUSHIRO

日時 6/6日 開場 9:30 開演 10:00 終演 15:30(予定)
会場 ネットトヨタ釧路 ふみぞの店 ショールーム内

出演校のみなさん! (演奏順)
昭和小学校金管バンド同好会
高取中学校吹奏楽部
釧路公立大学吹奏楽部
景雲中学校吹奏楽部
北陽高校吹奏楽部

出陣校のみなさん!
BB SHEEP TRUCK
& Waffle
めん道

チャリティー抽選会!
1回 100円
豪華品が当たるチャンス!
抽選券は、釧路地区吹奏楽連盟に全額寄付いたします
※販売数に限りがございます

キッチンカーも大集合!

お車でご来場のお客へ
当日の店舗敷地内の駐車入り口は通常時とは異なりますので現地にて係員が誘導いたします。
※混雑時には臨時駐車スペースへご案内いたします。

ADDRESS 釧路市文苑1丁目59番11号 TEL.0154-38-7080

不要な自転車がお金になります!
買取には防犯登録の抹消が必要です!

マウンテンバイク・クロスバイク・ロードバイク・こども用自転車は特に高価買取!

不用品10円で買い取ります
まずはお電話をお待ちしております!

中古バイク 販売・修理
買取・分解整備

リユースグループ やました商店 090-2699-7672

6月3日(水)~10日(水) 9:00~16:00
会場 中標津町総合文化会館 町民ホール

中標津会場

主 会 釧路歯科医師会
0154-42-8336

歯科衛生士の再就職を支援します!

盆栽展 2026 第46回

コーチャンホール 釧路文化ホール
北海道釧路市治水町12-10

6/6日 9:00~16:30

入場無料

会員募集中! 盆栽に興味がある方お待ちしております

ハローワークくしろ 受講料無料

職業訓練(6ヵ月コース) 受講生募集

訓練コース見学会 6/11(木)18:25~20:00
受講・訓練コース見学会のお申し込みは
ハローワークくしろ TEL.(0154)41-1201

電気システム科 定員20名

電気工事、消防設備、エアコン、CAD、高所作業車運転、ドローン操作、エレベーター等に代表されるシーケンス制御をトレーニングします。

申込メット/7月1日必まで

訓練期間 2026年8月3日(月)~2027年1月29日(金)まで

JEEC ポリテクセンター 釧路
0154-57-5938

草刈機・刈払機 チェンソーなど
修理・メンテナンス承っております!

株式会社 奥原商会
0154-55-0510

パート募集 宿直員 給与/6,500円/回

交通費別途支給
勤務地/当社各施設
時間/19:30~翌7:30(仮眠・休憩あり)

履歴書不要年齢不問
年齢に関係なく勤務できますのでお気軽にお問い合わせください。

(株)ドナルドジャパン
0154-41-5000

フルリフォーム物件見学会 6/6日~7日 9:00~16:00

4LDK ●エアコン3台完備! ●カウンターキッチン

敷/181.14㎡(54.79坪) ●建/100.44㎡(30.38坪) ●用/第二種中高層住居専用地域
築/S55年12月 ●交/バス4分 ●地/宅地 ●備/都市ガス、灯油暖房、全居室収納あり、物置、追い焚き風呂

特別価格 2,350万円

リフォーム物件 R8年5月 水廻り、外壁壁紙、玄関前舗装などフルリフォーム済

ハウズドゥ! 釧路中央店 0120-321-946

住みやすい 愛国へどうぞ!!

Life Information

●ショッピング	●教育機関
●ザ・ビッグ 文苑店.....500m~1,300m	●豊川幼稚園.....160m~ 600m
●ツルハドラッグ 釧路豊川店.....350m~ 850m	●愛国小学校.....350m~1,000m
●医療機関	●景雲中学校.....240m~ 750m
●釧路労災病院.....800m~1,500m	●明輝高校.....400m~ 750m
●千葉整形外科クリニック.....270m~ 800m	●釧路公立大学.....1,300m~1,800m
●釧路皮膚科クリニック.....280m~1,000m	●その他
●あかつき総合歯科.....280m~1,000m	●愛国西郵便局.....550m~1,100m
●交通(くしろバス)	●愛国西郵便局.....180m~ 900m
●愛国西寄	
●愛国西2丁目停.....徒歩1~5分	

フランセグループ 釧路市双葉町17-16 0154-22-3555

①訪問入浴看護師 (パート)

資格▶正看護師または准看護師、ブランクOK
時間▶9:00~18:00(3時間以上で午前のみ、午後のみ等相談可能)
勤務▶週1日から勤務OK(日曜休み)、希望日数ご相談に応じます
給与▶正看護師/時給1,600円~ 准看護師/時給1,300円~

②訪問入浴オペレーター (パート)

資格▶未経験の方大歓迎、普通自動車免許(AT限定可)
時間▶9:00~18:00
休日▶(正)月8~10日(日曜休み)、希望日数ご相談に応じます
給与▶(正)月給204,500円~234,500円 ※資格等による
▶(パート)時給1,170円~1,270円 ※資格等による
★オペレーター手当別途支給

無資格・未経験OK! 世代を越えて協力しあえる職場環境です!

スタッフ大募集

フルタイム [派]病棟クラーク (701_2_1027) ※資格・経験不問

給与 時給1,300円 [月収例]時給1,300円×7.75h/日×20日=201,500円

勤務地 釧路市中国町/病院(JR釧路駅よりバス20分)

時間 8:15~17:00(休憩60分) 休 日 土曜・日曜・祝日

仕事内容 病棟内での事務サポート業務
入院患者様の受付・ご案内、書類準備や整理、電子カルテ入力補助、電話・窓口対応、検査案内、物品管理や搬送業務など

待遇も充実!!

- 制服貸与 ● 交通費規定支給
- 週払い・日払い制度あり(規定あり)、各種社会保険完備

株式会社 ルフト・メディカルケア
0120-749-610 TEL.0154-64-6890

正・准看護師募集 正職員・パート職員

内容 医師診療指示のもと、治療、処置、検査補助等の看護業務
給与 175,500円~240,000円 ※資格、経験による
条件 必須資格、病院勤務経験のある方、PC基本操作が出来る方
時間 月・火・木・金/8:30~17:30(休憩1h)
水・土/8:30~12:30(休憩なし)
休日 日、祝日、年末年始、GW、お盆
待遇 雇用・労災・健康保険、厚生年金、交通費規定支給、昇給有、賞与年2回(前年度実績)、車通勤可、駐車場有
その他 試用期間3ヶ月(同条件)
※詳細はハローワーク、または当院までお問い合わせください

医療法人社団 ほり内科クリニック
0154-22-1241

お見積り・出張採寸・サンプル貸出無料

inpro 0154-53-5001

内装工事ならインプロにお任せ
クロス、床の張替も自社スタッフが行うので安心。

急性期から、回復期、在宅支援まで地域を支えるチームの一員へ!

正職員 看護師募集

【勤務地】

- 釧路孝仁会記念病院 [釧路市愛国191-212]
- 釧路孝仁会リハビリテーション病院 [釧路市星が浦大通3-9-13]

正看護師

【基本給】208,700円~257,400円
【手当】夜勤手当(10,000円/回)、ベースアップ手当(9,000円/月)
処遇改善手当(12,000円/月)、資格手当、家族手当、暖房手当
住宅手当(上限27,000円/月)、通勤手当(上限26,000円/月)
【賞与】4.2ヵ月分(年2回/前年度実績) 【昇給】有
【時間】①8:30~17:30(休憩60分) ②17:00~9:00(休憩120分)
【休日】4週8休(シフト制/夜勤月4回程度)

准看護師

【基本給】150,700円~206,800円
【手当】夜勤手当(10,000円/回)、ベースアップ手当(9,000円/月)
処遇改善手当(12,000円/月)、資格手当、家族手当、暖房手当
住宅手当(上限27,000円/月)、通勤手当(上限26,000円/月)
【賞与】4.2ヵ月分(年2回/前年度実績) 【昇給】有
【時間】①8:30~17:30(休憩60分) ②17:00~9:00(休憩120分)
【休日】4週8休(シフト制/夜勤月4回程度)

【共通事項】各種社会保険完備、無料駐車場有、試用期間(3ヵ月) ※パートタイム勤務をご希望の方はご相談ください

社会医療法人 孝仁会 0154-65-1275

見積無料 創業30年のプロにおまかせ! お悩み解決

不用品処分 ゴミ回収

サポートエリア 釧路 根室 帯広 北見 など

家・土地

お持ちの中古住宅・土地でお困りごとはございませんか?

- 遺品整理 ● 生前整理 ● お引越
- ゴミ屋敷 ● 大型ゴミ ● 分別・仕分け
- 売買 ● リフォーム・リノベーション
- 空き家管理サービス ● 相続

トラック完備ですぐに対応! スッキリ整理で快適生活!

草刈り・除雪・水抜きなどのお悩みもご相談ください!

イーブレイン 株式会社 e-brain 0120-60-5588