

# くらしのQ&A

詳しい情報は  
こちらでも



釧路市公式LINE

## Q. 市内を移動する際に利用できる交通機関はありますか？

くしろバス(株)、阿寒バス(株)が運営する市内路線バス、JRがあります。便数が少ない路線がありますので、ご注意ください。タクシーやレンタカーもおすすめです。

くしろバス(株) TEL 0154-36-8181  
阿寒バス(株) TEL 0154-37-2221



JR北海道 釧路支社 TEL 0154-25-1683  
金星釧路ハイヤー株式会社 TEL 0154-22-8141  
株式会社トヨタレンタリース釧路 TEL 0154-23-0100  
クシロセキタンレンタカー TEL 0154-64-6600  
ニコニコレンタカー TEL 0154-22-9325  
株式会社カーサービス釧路(ヤスカリ) TEL 0120-849-566

## Q. 釧路で長期滞在した場合、何か特典はありますか？

釧路市に長期滞在(4日以上)、もしくは二地域居住している方に「くしろステイメンバースカード」を発行しています。このカードは、市内の一部施設を釧路市民と同じ条件で利用できる他、オリジナル特典もあります。発行には条件がありますので、釧路市市民協働推進課(TEL0154-31-4538)にお問い合わせください。



STAY ステイメンバースカード  
特典対象施設

## Q. 仕事をしながら釧路で避暑生活する予定です。利用できる事務所・会議室・打合せスペースなどはありますか？

くしろ市内には、「デジラポ」(7ページ地図参照)、「ひがし北海道BASE」(14ページ地図参照)があります。利用料の助成制度もありますので、くしろ長期滞在ビジネス研究会事務局(TEL0154-31-4538)までお問い合わせください。

デジラポ



(利用助成あり)

ひがし北海道  
BASE



(利用助成あり)

## Q. 防災・災害情報はどこで確認できますか？

携帯電話やパソコンで「釧路市WEBハザードマップ」を確認ください。また、災害や避難情報を釧路市公式LINEでお知らせしています。上記QRコードより登録をお願いします。また、災害及び避難に関する情報等はFMくしろ(76.1MHz)でも確認できます。

## 冬のおすすめモデルコース

まちなかで釧路の歴史と自然を楽しもう！  
SL冬の湿原号日帰りコース

冬は、シマエナガに会えるかも...

JR釧路駅(SL冬の湿原号) → 塘路駅集合 → カヌー体験

SL冬の湿原号 約50分

冬の釧路湿原ネイチャーカヌープラン&塘路湖水上あそび

→ JR釧路駅 → 食べる

約30分

P16参照



温泉と自然でリフレッシュ！  
阿寒湖温泉1泊2日コース

空気がおいしいのか  
何よりのごちそう！

JR釧路駅 → あいすらんど阿寒

バス 約2時間

わかさぎ釣りやアイススケートなど  
冬のアクティビティを満喫

→ アイヌシアターイコロ見学 → 阿寒湖温泉

阿寒湖温泉 → 道の駅 阿寒丹頂の里

バス 約2時間

→ 阿寒国際ツルセンター「グルス」 → JR釧路駅

徒歩 約5分

バス 約1時間20分



ひがし北海道をめぐるガイド付き観光バス&バスツアーや  
その他、おすすめのモデルコースはコチラ

## 冬の歩行時や運転時の注意点

ペンギン歩きが  
滑って転ばないコツです。



靴の裏全体を  
路面につけて歩く



小さな歩幅で  
そろそろ歩く



急がず、焦らず余裕を持って歩く

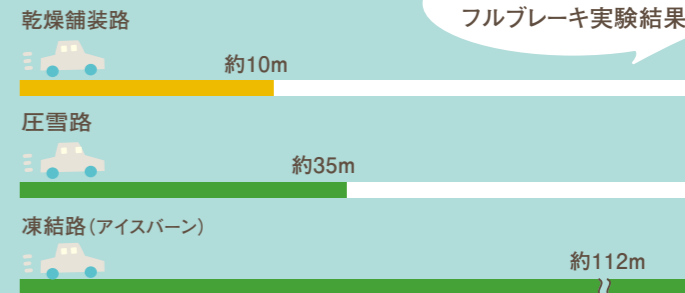


余裕

## 車の注意点

冬は、スタッドレスタイヤを装着し「早めのブレーキ」「車間距離を十分に取る」「スピードを出さない」を心がけて運転しましょう。また、ブラックアイスバーンという、一見濡れているようにしか見えない凍った路面がありますので注意しましょう。

時速50kmからの  
フルブレーキ実験結果



国土交通省北海道開発局HPより

## 釧路の冬を楽しむ服装

冬のくしろは、平均気温が約-7℃、最も寒い時には-10℃を下回ります。晴れの日が多く、雪は少ないものの、強い北風にさらされ道路はツルツル路面になります。防寒対策と転倒防止のおすすめアイテムを取り入れて、冬を快適に楽しみましょう！

- 暖かいアウター
  - 暖かいインナー
- 厚手のコートやダウン、ヒートテック肌着で体温を保ちましょう。カイロを体にはると◎



- 厚手の手袋、マフラー
  - 帽子や耳あて
- 突き刺さるような北風から、頭部や手、耳、首元などを守り、温かく保つために必要です。



- 裏地のついたパンツ
  - 厚手のタイツ
- 裏起毛のボトムスにタイツやズボン下を重ねて、冷気の侵入を防ぎましょう。

- 滑り止めのついた靴
  - 厚手の靴下
- ブーツやスノーシューズなど滑り止め付きの冬靴はマスト。つま先まで温かい防寒靴下も。