

Okhotsk Hospital map

オホーツクの病院リスト

- 1 北海道道立病院局 北海道立向陽ヶ丘病院
- 2 JA北海道厚生連 網走厚生病院
- 3 美幌町立国民健康保険病院
- 4 日本赤十字社 北見赤十字病院
- 5 北海道道立病院局 北海道立北見病院
- 6 日本赤十字社 置戸赤十字病院
- 7 JA北海道厚生連 遠軽厚生病院
- 8 広域紋別病院企業団 広域紋別病院
- 9 医療法人恵尚会 クリニックさろま



北海道 6 医療圏

オホーツクエリア

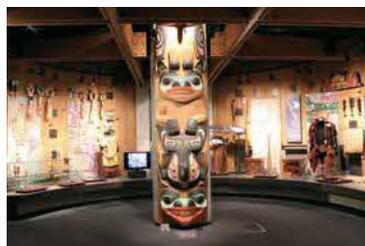
主な文化・教育施設



北海道立オホーツク 流氷科学センター **A**

オホーツク海に押し寄せる流氷や海のことを学べる場所。-20°Cの厳寒を体感できる実験室や、流氷ができるまでのジオラマ展示も。

紋別市元紋別11番地 ©0158-23-5400



北海道立北方民族博物館 **B**

イヌイトやサーミなど北方地域のさまざまな文化や、謎が残るオホーツク文化などについて、テーマ別に展示しています。

網走市字潮見309番地1
©0152-45-3888



北海道立オホーツク公園 てんとらんど **C**

美しい景色が望める天都山に立地。国内最大級のネット遊具がある公園です。ファミリーキャンプに最適なロッジもあります。

網走市字八坂1番地 ©0152-45-2277



知床自然センター **D**

世界自然遺産に登録される知床の地域内にあるビジターセンター。自然と共生するルールや心得などをわかりやすく学べる展示もあります。

斜里郡斜里町大字遠音別村字岩宇別531番地
©0152-24-2114

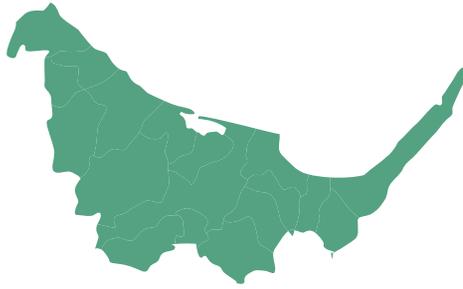


北見市立中央図書館 **E**

エリア内では随一の蔵書数を誇る図書館。中央図書館のほか幾つかの分館が点在しているため、住まいの近くで本を借りることができます。

北見市泉町1丁目2番21号
©0157-57-4646





学校数

	幼稚園	小学校	中学校	高等学校
オホーツク	18	77	46	23

出典：北海道教育委員会（令和3年4月1日現在 道内の学校数）

pick up ! 移住・子育て支援制度

医療従事者への移住支援

医療関係の事業所へ新たに就業された場合に年間25万円を最大3年間、転居費用として最大20万円を支給します。

美幌町

オケクラフトの食器セットプレゼント

生まれた赤ちゃんの健やかな成長を願って、町のクラフトブランド「オケクラフト」の木製食器セットをプレゼントしています。

置戸町

pick up ! おもしろ授業科目

森林学習

地元の山で登山をしたり、森に対する知識を学んだ後で実際に森林トレッキングを行うなど、座学と実地を組み合わせた自然体験学習が行われます。



ハッカの蒸留体験

町の特産品であるハッカを釜で蒸留する体験学習。地域の産業の歴史や、特産品が生まれるまでの苦労などを体感で学びます。

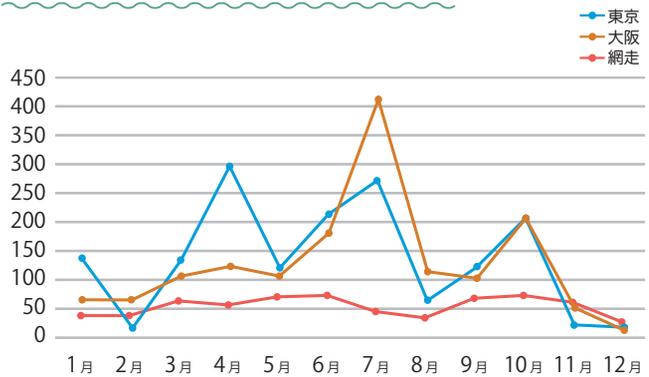


オホーツクエリア
暮らしのいろは

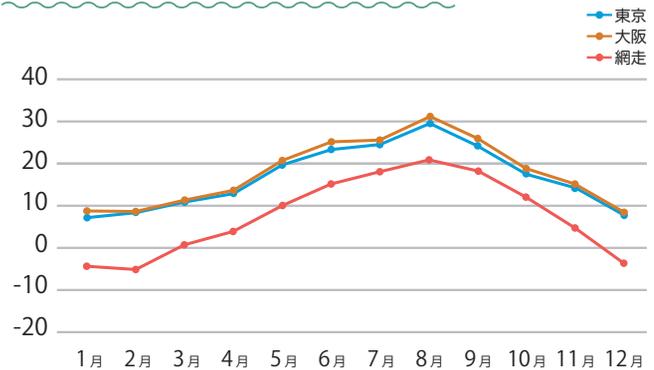
DATA

出典：気象庁（令和2年）

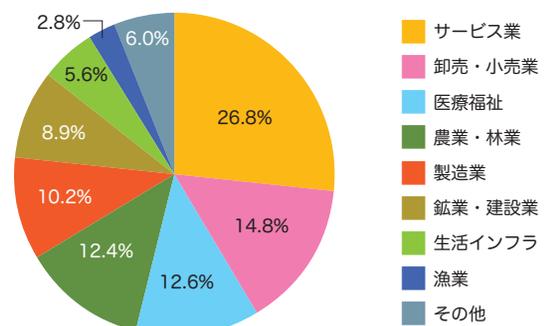
月別平均降水量（単位：mm）



月別平均気温（単位：℃）



産業別就業者数



出典：令和2年国勢調査

データ内中央のアイコンは、
制度がある場合のみ濃色で
記載しています

制度あり

- 女性医師支援制度有
- 引越し費用補助有
- 院内保育受け入れ可

制度なし

- 女性医師支援制度有
- 引越し費用補助有
- 院内保育受け入れ可

オホーツクエリア 病院紹介

全8施設



※掲載内容は令和3年10月時点の情報となります。



1

北海道道立病院局 北海道立向陽ヶ丘病院

網走市

オホーツク第3次医療圏における精神科専門病院です



網走市にある精神科専門病院で、オホーツク第3次医療圏における成人及び高齢者の救急・急性期医療の中心的な役割を担うほか、訪問看護や精神科デイケアなどによる患者の社会復帰と在宅生活支援を実施しています。

- 女性医師支援制度有
- 引越し費用補助有
- 院内保育受け入れ可

point

オホーツク第3次医療圏における精神科救急・急性期医療の拠点

point
認知症疾患医療センターを
中心として、認知症
専門医療を提供

point
診療科／色は募集中の科目です
精神科、心療内科

■ 医師総数	5人	■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)	54.5人
■ 外来患者数(1日平均)	103.1人	■ 入院患者数(1日平均)	60.6人
■ 病床数	105床	■ 救急外来患者数(1日平均)	0.1人
■ 救急指定	3次救急	■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)	—人

住所 〒093-0084 網走市向陽ヶ丘1丁目5番1号
TEL 0152-43-4138
E-mail hofuku.koyoby01@pref.hokkaido.lg.jp



2

JA北海道厚生連 網走厚生病院

網走市

「最も信頼され選ばれる病院」となるよう努めます



斜網地域において、健診センター、訪問介護ステーションを併設し、救急医療にも対応した地域センター病院。利用者から最も信頼され選ばれる病院となるよう質の高い医療提供を目指している。

- 女性医師支援制度有
- 引越し費用補助有
- 院内保育受け入れ可

■ 医師総数	22人	■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)	76人
■ 外来患者数(1日平均)	588人	■ 入院患者数(1日平均)	168人
■ 病床数	347床	■ 救急外来患者数(1日平均)	12人
■ 救急指定	2次救急	■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)	—人

診療科／色は募集中の科目です

内科(総合診療科)、人工透析科、消化器科、呼吸器科、循環器科、小児科、外科、脳神経外科、整形外科、産婦人科、皮膚科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、眼科

住所 〒093-0076 網走市北6条西1丁目9番地
TEL 0152-43-3157
E-mail ueb56594@ja-hokkaidoukouseiren.or.jp





3

美幌町立国民健康保険病院

美幌町

患者本位で地域に信頼される病院づくりに努めています



女満別空港から車で10分、首都圏や道央圏へのアクセス良好です。

町内唯一の一般病床を有し地域の基幹病院として質の高い医療を提供すべく努力しています。住民の健康を担い、透析や訪問診療、さらに救急告示病院として医療介護福祉施設と連携し地域に根差した医療を行います。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

point

学会参加や医師会加入費用を強力サポート。研修にも力をいれています。

診療科/色は募集中の科目です 体験勤務可

内科、循環器内科、総合診療科、呼吸器内科、外科、整形外科、泌尿器科、眼科、小児科、リハビリテーション科

住所 〒092-0004 網走郡美幌町字仲町2丁目38番地1号
TEL 0152-73-4111
E-mail byouinb@town.bihoro.hokkaido.jp



■ 医師総数	6人	■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)	561人
■ 外来患者数(1日平均)	270人	■ 入院患者数(1日平均)	63人
■ 病床数	99床	■ 救急外来患者数(1日平均)	6人
■ 救急指定	2次救急	■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)	0人



4

日本赤十字社 北見赤十字病院

北見市

きたみワーク・ライフ・バランス認定事業所★3



あらゆる疾患が集中しており豊富な症例があります。

当院はオホーツク圏において唯一の救命救急センターを有し、地方センター病院、小児救急・がん診療連携拠点病院など、様々な高度機能を担う、地域中核である急性期病院です。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

point

医療費助成や互助会など、充実の福利厚生事業。

診療科/色は募集中の科目です 体験勤務可

内科・総合診療科、消化器内科、腫瘍内科、循環器内科、神経精神科、小児科、小児外科、外科、消化器外科、呼吸器外科、整形外科、リハビリテーション科、形成外科、脳神経外科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、頭頸部・耳鼻咽喉科、放射線科、麻酔科、ペインクリニック内科、緩和ケア内科、腫瘍精神科、歯科口腔外科、病理診断科

住所 〒090-8666 北見市北6条東2丁目1番地
TEL 0157-24-3115
E-mail jinji@kitamijr.or.jp



■ 医師総数	120人	■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)	100.3人
■ 外来患者数(1日平均)	1,163.5人	■ 入院患者数(1日平均)	370人
■ 病床数	532床	■ 救急外来患者数(1日平均)	16.4人
■ 救急指定	3次救急	■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)	0.4人



5

北海道道立病院局 北海道立北見病院

北見市

オホーツク圏域唯一の心臓血管外科を有する病院です



循環器・呼吸器疾患の高度な専門医療を提供しています。

平成30年から指定管理者制度を導入し、オホーツク圏域の地方センター病院である北見赤十字病院に運営移行しています。一体的な運営により、高度な専門医療の提供や地域完結型の医療提供体制を構築しています。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

point

オホーツク圏域で唯一、心臓血管外科手術を行っています。

診療科/色は募集中の科目です

心臓血管外科、呼吸器外科、内科、循環器内科、呼吸器内科、麻酔科

住所 〒090-0027 北見市北7条東2丁目2番地1号
TEL 0157-24-6261
E-mail hohuku.byokan@pref.hokkaido.lg.jp



■ 医師総数	8人	■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)	70.5人
■ 外来患者数(1日平均)	70.5人	■ 入院患者数(1日平均)	34.5人
■ 病床数	70床	■ 救急外来患者数(1日平均)	—人
■ 救急指定	—次救急	■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)	—人



6

日本赤十字社 置戸赤十字病院

置戸町

地域に根ざした温もりのある医療を提供いたします



病棟は主治医制ではなく当番制。
オフ日に連絡はありません。
時間外業務はほとんどありません。

診療科／色は募集中の科目です
内科、皮膚科(休診中)、麻酔科(休診中)

町内唯一の医療機関で保健予防分野にも注力し、
地域に根ざした医療を提供しています。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

■医師総数



5人

■新規外来患者数(1ヵ月平均)



38.25人

■外来患者数(1日平均)



70.16人

■入院患者数(1日平均)



78.87人

■病床数



95床

■救急外来患者数(1日平均)



1人

■救急指定



2次救急

■心肺停止状態搬送患者数(1日平均)



0人

住所 〒099-1131 常呂郡置戸町置戸77番地
TEL 0157-52-3321
E-mail info-oketo@oketo.jrc.or.jp



7

JA北海道厚生連 遠軽厚生病院

遠軽町

「皆様から最も信頼され、選ばれる病院」をめざします



幅広い医療を提供しています。

診療科／色は募集中の科目です 体験勤務可
内科、循環器科、小児科、外科、脳神経外科、整形外科、産婦人科、皮膚科、泌尿器科、
耳鼻咽喉科、眼科、麻酔科、総合診療科、心臓血管外科、人工透析

当院は遠軽地区の地域センター病院の一つとして、
遠軽地区のみにとられず、広く道東、道北地区の中核病院として地域医療、高度専門医療、救急
医療を積極的に行っております。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

point

女性医師の採用が
年々増加傾向に
あります。

■医師総数



30人

■新規外来患者数(1ヵ月平均)



742人

■外来患者数(1日平均)



571人

■入院患者数(1日平均)



160人

■病床数



337床

■救急外来患者数(1日平均)



7.7人

■救急指定



2次救急

■心肺停止状態搬送患者数(1日平均)



0.1人

住所 〒099-0404 紋別郡遠軽町大通北3丁目1番地5号
TEL 0158-42-4101
E-mail ueb56595@ja-hokkaidoukouseiren.or.jp



Column.4 移住者はビックリ？北海道の常識 ②

あったかい室内で半袖アイス

外がどんなに寒くても、暖房の効いた部屋の中で半袖や薄着でアイスを食べるのが北海道民の定番です。冷凍庫に年中常備していたり、ソフトクリームを周年販売するスイーツ店もあります。



玄関フード（風除室）がある

雪や冷気が室内に吹き込むのを防ぐための玄関フード。寒さを和らげたり、扉が凍り付くのを防ぐほか、身体や靴に付いた雪を払う場所としても活躍。民家だけでなく、コンビニにもあります。





8

広域紋別病院企業団 広域紋別病院

紋別市

地域に根差した医療機関



病院が空港から10分で
首都圏との移動が楽です。

広域紋別病院は西紋別地域の5市町村（紋別市・滝上町・興部町・西興部村・雄武町）が共同で運営する新しい病院です。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

院内保育受け入れ可

point

成長途中の病院で
やりがいがあります。

■ 医師総数



21人

■ 新規外来患者数(1ヵ月平均)



700人

■ 外来患者数(1日平均)



300人

■ 入院患者数(1日平均)



75人

■ 病床数



150床

■ 救急外来患者数(1日平均)



2.4人

■ 救急指定



2次救急

■ 心肺停止状態搬送患者数(1日平均)



0.1人

診療科/色は募集中の科目です

内科(総合診療科、循環器内科)、消化器内科、呼吸器内科、外科、産婦人科、小児科、眼科、整形外科、精神科、耳鼻咽喉科、皮膚科、泌尿器科、放射線科、リハビリテーション科、神経内科、麻酔科、人工透析

住所 〒094-8709 紋別市落石町1丁目3番地37号

TEL 0158-24-3111

E-mail hospital_m@mombetsu-hospital.jp



データ内中央のアイコンは、
制度がある場合のみ濃色で
記載しています

制度あり

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

近隣保育施設有

制度なし

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

近隣保育施設有

オホーツクエリア 診療所紹介

全1施設



※掲載内容は令和3年10月時点の情報となります。



9

医療法人恵尚会 クリニックさろま

佐呂間町

地域に寄り添うクリニック



佐呂間町は5,000人規模の町です。「クリニックさろま」は佐呂間町唯一の診療所で地域医療を担っております。

女性医師支援制度有

引越し費用補助有

近隣保育施設有

point

土日の休み他、
お盆休暇、
年末年始休暇あり

■ 医師数



2人

■ 病床数



19床

■ 外来患者数(1日平均)



50人

■ 入院患者数(1日平均)



17人

■ 訪問診療



1件

診療科/色は募集中の科目です

体験勤務可

内科、総合診療科、外科、整形外科、皮膚科、小児科

住所 〒093-0502 常呂郡佐呂間町字永代町176番地1号

TEL 01587-6-7611

E-mail ueda@community-cl.or.jp



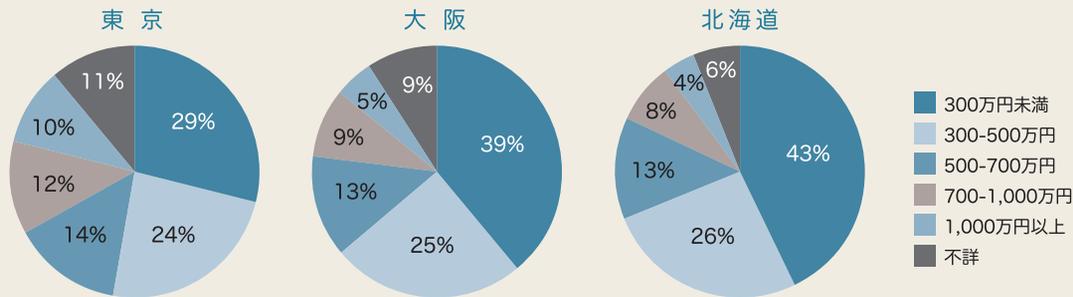
実際どうなの？

北海道民の「お金の話」

東京都・大阪府・北海道の世帯収入構造

出典：平成30年住宅・土地統計調査

東京都、大阪府、北海道の世帯年収構造を見ると、東京都で500万円以下の収入の世帯の割合が53%程度なのに対し、北海道では70%近くになっていることがわかります。これは大阪府と比較しても高い数値となっています。首都圏で働いていた人がUターンや移住で北海道へ来た場合、初年度からこれまでと同等の収入を得るのは難しいと言えるでしょう。ただしその分、生活費などの負担が軽くなる部分もあります。



民間賃貸住宅の家賃

出典：令和元年社会生活統計指標

東京都と北海道の賃貸住宅の家賃相場を比較してみると、同じ広さの部屋を半分以上の家賃で借りられる計算になります。これは大阪府と比べても3分の2ほどの価格です。賃貸住宅に入居する場合は圧倒的に家賃が安く、支出の中で大きな割合を占める住居費を大幅に抑えることができます。また、地方には庭付き一戸建ての賃貸もあり、移住前と同等もしくはさらに安価で借りることができることもあります。

	東京都	大阪府	北海道
1坪当たり (約3.3㎡)	8,824円	5,786円	3,829円
1LDK (約30㎡計算)	80,218円	52,600円	34,809円
2LDK (約55㎡計算)	147,067円	96,433円	63,816円
3LDK (約70㎡計算)	187,176円	122,733円	81,221円

北海道の結婚式は会員制？

北海道外の結婚式といえば御祝儀制が主流ですが、北海道では会費制がメイン。出席者全員が、会場の受付であらかじめ決められた金額を支払います。ただし親族は別途御祝儀を渡すこともあります。お葬式の香典の相場は本州とほとんど変わりませんが、冠婚葬祭にかかる費用はやや抑えられると言えそうです。

■ 一般的な結婚式での御祝儀代の平均額

- 兄弟姉妹……………54,676円
- 勤務先の同僚 28,424円
- 友人……………29,598円

※全日本冠婚葬祭互助協会 平成29年

■ 北海道の結婚式での会費の相場

15,000～18,000円程度
※道内式場へのヒアリング

マイホームも夢じゃない！

北海道は特に地方に行けば行くほど土地代が安く、注文住宅の建設費もリーズナブル。1,000万円台で建てられるところもあるほどです。首都圏の場合は郊外に戸建てやマンションを購入し、遠い距離を電車などで毎日通勤する人も多いですが、北海道なら市街地に家を建てやすく、通勤時間を短縮できるのも大きなメリットです。また、比較的大きな市の隣町などに住宅を構え、自家用車で通勤する人もいます。その場合も多くは、通勤時間は30分程度です。

■ 戸当たり所要資金（土地付き注文住宅）

- 北海道……………4,008万円
- 東京都……………6,110万円
- 愛知県……………4,834万円
- 大阪府……………4,738万円
- 福岡県……………4,340万円

※住宅金融支援機構 令和2年度フラット35利用者調査

やっぱり自家用車は必需品です！

■ 北海道内では、ほとんどの町で公共交通機関はバスが主流。首都圏に比べて交通網が整っているとは言えないため、自家用車を検討することをおすすめします。ファミリーで移住する場合には、夫婦で1台ずつ所有するという家庭も少なくありませんが、購入費用のほかに燃料費や車検代などの維持費にも注意が必要です。

■ 最近ではカーシェアリングの仕組みが普及してきているので、週末のレジャーでだけ遠出をするような家庭の場合は、自家用車を持たず、必要な時だけレンタルするという選択肢もあります。

■ 冬はスタッドレスタイヤが必須。雪が降る前、10月頃には準備すると良いでしょう。

