

広報 Public Information OBIHIRO

おびひろ

令和2年
(2020年)
No.1156
September

発行:帯広市
編集:政策推進部広報秘書室広報広聴課
〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1番地
電話(0155)24-4111
FAX(0155)23-0151
<https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>

掲載情報は8月11日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の影響などにより、掲載内容や行事などの日程が変更になる場合があります。

あなたの一步を応援します

問い合わせ 健康推進課（東8南13、保健福祉センター、☎25・9721）

帯広市健康マイレージ事業が始まります！

市民の皆さんに「健康づくり」を意識してもらい、病気の予防や早期発見につなげてもらえるよう、スマートフォン用アプリを活用した取り組みを開始します。



■帯広市健康マイレージ事業とは

スマートフォン用アプリ「SPOBY」を活用し、歩数や健診(検診)の受診でポイントをため、協賛企業から特典を受けて、将来的に健康づくりの習慣化につなげる仕組みです。

また、協賛企業の皆さんにも健康づくりに取り組んでいただき、市全体が一体となって「健康ながらだとこころをつくる」まちづくりを目指します。

健康マイレージ事業のイメージ



事業開始日	令和2年9月1日(火)
対象	18歳以上の市民、および勤務先が市内の人
条件	スマートフォンをお持ちで、専用アプリ「SPOBY」をダウンロードできること
ダウンロードの仕方や、協賛企業について次頁で紹介します！	

他都府県などへ移動する際も、基本的な感染予防を徹底しましょう！

いつもと違う環境では、新しい生活様式で過ごすことを忘れないでください。不特定多数の人と接する機会が増えるため、感染拡大を防ぐ行動を取り、安心で楽しい時間を過ごしましょう。

- 飛沫を防ぐため、人と話す時には少しの時間でもマスクをつける
● ウィルスを持ち込む・持ち出しがないよう、立ち寄った場所ではこまめに手洗いや手指消毒をする
● 密になる状況を避けるため、行き先の混み具合を確認して行動する

「新しい旅のエチケット」を参考にしてください ▼

旅行連絡会 作成
(協力: 国土交通省・観光庁)



旅行・帰省で気をつけたいこと

問い合わせ 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

帯広市民は運動不足?

平均歩数 帯広市民は4830歩

皆さん毎日どのくらい歩いていますか?

令和元年度に市が行った歩数の実態把握調査によると、帯広市民の平均歩数は全国平均(男性 6794歩、女性 5942歩、「平成30年国民健康栄養調査」)を下回っていることが明らかとなりました。

歩くことは健康維持に効果があるといわれており、1日当たりの歩数により、右記のような病気の予防につながるとの研究結果もあります。

糖尿病やその予備群、がんが多い帯広市

健診日から過去1~2カ月の血糖値の状態を示す値が、基準値を超えてる(糖尿病やその予備群)帯広市民の割合は63.8% (平成30年度帯広市特定健診)で、全国・全道平均を上回っています。また、がんで亡くなる人の割合も全国と比べて高いことがわかっています。

身体活動量が多いと、筋肉への血流の増加による血糖値の低下や、がん全体の発生リスクが低くなることが明らかになっています。そこで、身体活動量を増やすきっかけとして、手軽に始められるのが歩くことです。

既に歩くことが習慣になっている人はもちろん、なかなか一步が踏み出せなかった人も、帯広市健康マイレージ事業をきっかけに歩き始めてみませんか?



協賛企業も募集中!

一緒に帯広を健康にしませんか?

帯広市健康マイレージ事業は、市内企業などの協力をいただきながら推進しています。協賛企業は随時募集しているので、健康推進課へ問い合わせください。

協賛企業一覧 (8月11日現在)



歩数と健康の関係

1日当たりの「歩数(うち早歩き時間)」と「予防できる病気」(抜粋)

2000歩(0分) 寝たきり

4000歩(5分) うつ病

5000歩(7.5分) 認知症、心疾患、脳卒中

8000歩(20分) 高血圧症、糖尿病など

出典:中之条研究(東京都健康長寿医療センター研究所 青柳幸利氏)

スボピー「SPOBY」で楽しく運動習慣を

歩いて協賛企業の特典をゲット!

スマートフォン用アプリ「SPOBY」は、歩いた分だけポイントがたまり、協賛企業からの特典と交換したり、抽選に応募することができます。頑張った分だけチャンスが増えるので、今までなかなか運動習慣が身に付かなかった人でも、目標のために楽しみながら運動を続けていける仕組みになっています。

特典は、協賛企業の店舗で使える商品券や割引券、商品やサービスの引換券などを予定しています。

さらに特定健診・がん検診受診でも特典が!

血液検査など体全体の状態をチェックできる特定健診、がんの早期発見・早期治療につながるがん検診もアプリを通じて申し込める予定です。

受診した人へのポイントもあるので、この機会にぜひ受診してみませんか?

「SPOBY」を始めるには

①スマートフォンでQRコードを読み取る。



④アプリのメニューボタンから「スボビープラス」を選択する。



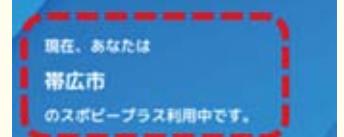
②メールアドレスと郵便番号を入力し、送信することでユーザー登録する。



③スマートフォンにアプリをダウンロードする。「SPOBY」で検索。



⑥属性を選択して登録完了。





国 命 健 康 保 険 料 は 納 期 限 ま で に 必 ず 納 付 を 安 定 的 な 国 保 制 度 の 運 営 に 取 り 組 ん で い ます

国民健康保険料（保険料）は、加入者の皆さんに病気やけがをしたときの医療費の支払いに充てる貴重な財源です。保険料は必ず納期限までに納めましょう。

問い合わせ 国保課保険料係（市庁舎1階、☎65・4139）

国保制度を支える保険料

国保の運営主体である北海道が、全道の医療費を推計し、市町村ごとに必要な納付金額を決定します。各市町村は、配分された納付金を納めるために必要な保険料を加入者から集めて、北海道に納付します。

保険料は国保制度を安定的に運営するための重要な財源です。納期限までに必ず納付してください。

早期未納解消に取り組んでいます

保険料の納付は、6月から3月までの毎月です。市では、納付忘れや未納放置が多い場合、納付予定の確認や早期納付相談を実施しています。

保険料を滞納すると

保険料が納期限までに納められない場合は、督促状を発送します。督促状発送後、未納が解消されない場合は、預金・生命保険・給与などの財産調査を行います。

納付する資力があるにもかかわらず、催告に応じない、納付の約束を守らない、完納の見込みがない、滯納処分（差し押さえ）を実施します。また、未納期間や金額に応じて延滞金が発生します。

保険証の有効期間が短縮したり返還を求める場合も

通常、被保険者証（保険証）の有効期間は1年間で、有効期間の終了前に、国保課から新しい有効期間の保険証を郵送します。

しかし、滯納が続いた場合には、有効期間が6ヶ月の短期被保険者証（短期証）を交付したり、保険証の返還を求めることがあります。

キャッシュカードで簡単手続き

次の金融機関は、国保課窓口の専用端末でキャッシュカードと暗証番号の入力により、簡単に口座振替の手続きができます。

納期限までに保険料が支払えないときは相談を

災害や失業、病気、その他の事由で保険料の納付が困難なときは、一定の条件を満たすと保険料の減免や猶予を受けられることがあります。納付に困ったら、滞納したまま放置せず、早めに相談してください。

※新型コロナウイルス感染症の影響による減免制度は下図の通りです。

国保に加入・脱退する場合は届け出が必要です

国保に加入・脱退する場合は、異動日から14日以内に国保課へ届け出ください。国保への加入手

続しが遅れると、保険料をさかのぼって請求することになります。また、他の保険に加入しても自動で国保を脱退したことにはならず、保険料の請求が続いてしまうので、必ず届け出をしてください。

国保に加入するとき

- 他の市町村で国保に加入している人が帯広市に転入したとき
- 子どもが生まれたとき
- 職場の健康保険を脱退、または扶養から外れたとき
- 生活保護を受けなくなつたとき
- 被扶養者になつたとき
- 職場の健康保険に加入、または扶養から外れたとき
- 死亡したとき
- 死亡したとき

国保課にて、毎週火曜日の夜間相談窓口（20時まで）と、毎月最終日曜日の休日相談窓口（8時45分～17時30分）を開設しています。電話相談もできるので、ご利用ください。

国保を脱退するとき

- 帯広市から転出するとき
- 職場の健康保険に加入、または扶養から外れたとき
- 職場の健康保険組合を除く）に加入できます。希望する人は、加入していなかった職場の健康保険の担当窓口に相談してください。

健 康 保 険 の 任 意 継 続

一定の条件を満たす場合、退職後も引き続き職場の健康保険（国民健康保険組合を除く）に加入できます。希望する人は、加入していなかった職場の健康保険の担当窓口に相談してください。

届け出ができます。詳細は、国保課給付係（☎65・4138）へ問い合わせください。

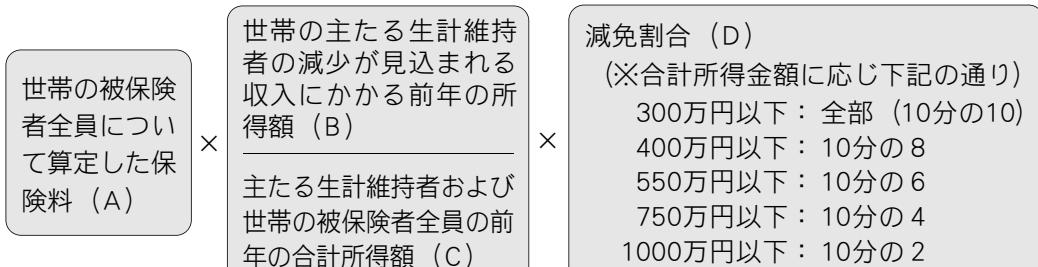
新型コロナウイルス感染症の影響による保険料減免制度

【対象となる人】

- ①主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯
- ②主たる生計維持者の収入減少が見込まれる、次のすべての要件を満たす世帯
 - (1)事業収入など（事業・不動産・山林・給与）のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込み
 - (2)令和元年中の所得の合計額が1000万円以下
 - (3)収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年所得の合計額が400万円以下

【減免額】

- ①全額免除
- ②減免対象保険料額（A×B/C）に減免割合（D）をかけた金額



【減免対象期間】

令和2年2月1日から令和3年3月31までの間に納期限が設定されている保険料

【申請方法】

減免申請書および申請理由ごとの証明書類などを国保課に郵送してください。申請書類などは、市ホームページから印刷するか、国保課へ問い合わせください。

【申請期限】 令和3年3月31日(水)

帯広市 国保 コロナ 減免

⚠️ 還付金詐欺に注意してください！

市では、保険料や医療費の還付金については必ず文書で通知しています。市職員を装って、電話で「医療費や保険料が返ってくるので、ATMへ行くように」と言わされたら、それは詐欺です。医療費や保険料などの還付金がATMで支払われることは絶対にありません。このような電話は、お金をだまし取る「特殊詐欺（還付金詐欺）」のため、帯広警察署（☎25・0110）に相談してください。

図1 調査事項

1 調査員が訪問時にお聞きする事項

- (1) 世帯員数（総数）
(2) 回答方法、調査票回収日時など

2 調査票で回答いただく事項

- | | |
|----------------------------|----------------|
| (1) 氏名 | (2) 男女の別 |
| (3) 出生の年月 | (4) 世帯主との続柄 |
| (5) 配偶の関係 | (6) 国籍 |
| (7) 現在の住居における居住期間 | |
| (8) 5年前の住居の所在地 | |
| (9) 在学、卒業後の教育の状況 | |
| (10) 就業状態 | (11) 従業地または通学地 |
| (12) 従業地または通学地までの利用交通手段 | |
| (13) 従業上の地位 | |
| (14) 所属の事業所の名称および事業の種類（産業） | |
| (15) 仕事の種類（職業） | (16) 世帯の種類 |
| (17) 世帯員の数 | (18) 住居の種類 |
| (19) 住宅の建て方 | |
- 全19項目

国勢調査は、氏名や性別などの居住者の情報や、就業状態、世帯の数、住居の種類など、人口と世帯の基本事項について調査します。（図1）

調査結果は、福祉や雇用、地方交付税算定など、国や地方公共団体が行政運営を行うために利用するほか、民間企業や研究機関などさまざまな分野で活用されます。

すべての人と世帯が対象

10月1日現在で日本に居住するすべての人を対象に行うもので、世帯ごとに調査を行います。

◆病院や老人ホームなどでも調査
自宅を出て、3カ月以上入院・入所している人は、自宅ではなく入院・入所先で調査を行います。

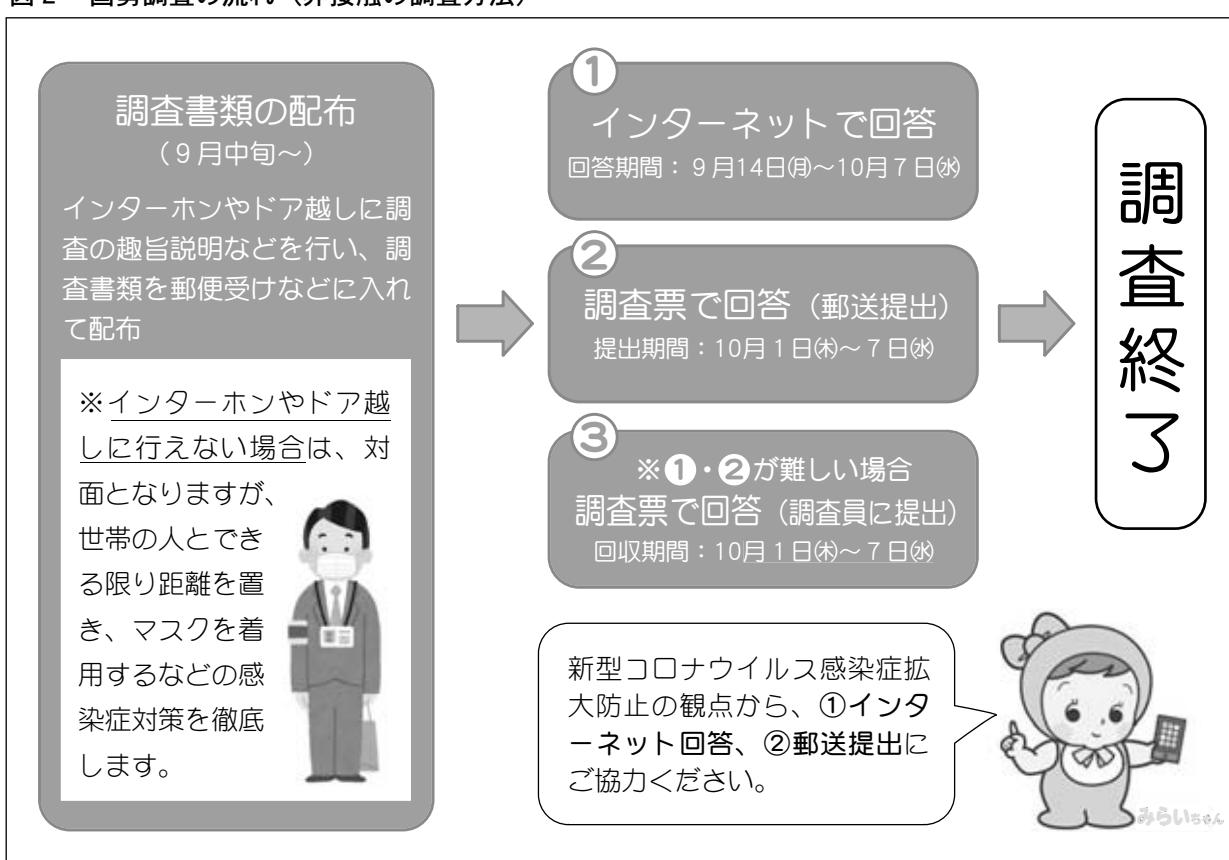
◆世帯ごとに調査
国勢調査では、住居と生計を共にしている人々の集まりを一つの世帯とし、世帯ごとに調査を行います。

◆調査書類の配布
原則、世帯と調査員が対面しない方法で調査
今回の国勢調査は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、調査書類の配布や調査票の提出は、世帯と調査員が対面しない非接触の方法により実施します。（図2）

9月中旬から調査員が各家庭を訪問し、調査の趣旨説明や訪問時にお聞きする事項（図1）の確認については、原則、インターネットやドア越しに行い、調査書類は、郵便受けなどに入れて配布します。

国勢調査では、金銭を要求することはできません。また、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号を聞くこともありません。国勢調査を装った不審な訪問者や、電話・電子メール・ウェブサイトなどにご注意ください。

図2 国勢調査の流れ（非接触の調査方法）



国勢調査2020



検索

※不在時には、直接郵便受けなどに入れる場合があります。

国勢調査は、日本国内に住むすべての人と世帯を対象に、5年に一度、統計法に基づき行われる国最も基本的な統計調査です。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、非接触の調査方法により実施します。

問い合わせ

総務課 国勢調査担当（水道庁舎3階大会議室、☎65-4193）

調査結果は多方面で活用

外国人も含まれます。

◆普段住んでいる場所で調査

住民票などの届け出上の住所に関係なく、10月1日現在で3カ月以上住んでいる、または住む見込みの場所で調査を行います。

二世帯住宅

二世帯住宅のうち、生計が別々で、居住スペースが壁などで完全に区切られ、それぞれに玄関や炊事用流し、トイレがある場合は、二世帯それぞれから回答します。

アパート・マンション

各戸（部屋）ごとに回答します。

会社などの独身寮、旅館・ホテル

単身者一人ずつ回答します。

下宿・間借り

单身の入居者は一人ずつ回答し、夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

個人情報の保護

調査員は国家公務員の身分で守秘義務が課せられています。

また、回答は国勢調査の集計にのみ使用し、他の業務には使用しません。

国勢調査を装った詐欺や不審な調査にご注意ください

国勢調査は、日本国内に住むすべての人と世帯を対象に、5年に一度、統計法に基づき行われる国最も基本的な統計調査です。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、非接触の調査方法により実施します。

問い合わせ

総務課 国勢調査担当（水道庁舎3階大会議室、☎65-4193）

調査結果は多方面で活用

外国人も含まれます。

◆普段住んでいる場所で調査

住民票などの届け出上の住所に関係なく、10月1日現在で3カ月以上住んでいる、または住む見込みの場所で調査を行います。

二世帯住宅

二世帯住宅のうち、生計が別々で、居住スペースが壁などで完全に区切られ、それぞれに玄関や炊事用流し、トイレがある場合は、二世帯それぞれから回答します。

アパート・マンション

各戸（部屋）ごとに回答します。

会社などの独身寮、旅館・ホテル

単身者一人ずつ回答します。

下宿・間借り

单身の入居者は一人ずつ回答し、夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

個人情報の保護

調査員は国家公務員の身分で守秘義務が課せられています。

また、回答は国勢調査の集計にのみ使用し、他の業務には使用しません。

国勢調査は、日本国内に住むすべての人と世帯を対象に、5年に一度、統計法に基づき行われる国最も基本的な統計調査です。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、非接触の調査方法により実施します。

問い合わせ

総務課 国勢調査担当（水道庁舎3階大会議室、☎65-4193）

調査結果は多方面で活用

外国人も含まれます。

◆普段住んでいる場所で調査

住民票などの届け出上の住所に関係なく、10月1日現在で3カ月以上住んでいる、または住む見込みの場所で調査を行います。

二世帯住宅

二世帯住宅のうち、生計が別々で、居住スペースが壁などで完全に区切られ、それぞれに玄関や炊事用流し、トイレがある場合は、二世帯それぞれから回答します。

アパート・マンション

各戸（部屋）ごとに回答します。

会社などの独身寮、旅館・ホテル

単身者一人ずつ回答します。

下宿・間借り

单身の入居者は一人ずつ回答し、夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

夫婦や親子など家族の入居者は家族単位で回答します。

個人情報の保護

調査員は国家公務員の身分で守秘義務が課せられています。

また、回答は国勢調査の集計にのみ使用し、他の業務には使用しません。

◆調査の回答方法

インターネット回答か調査票（郵送提出、調査員に提出）を使つた回答を選択できますが、可能な限り、インターネット回答または、郵送提出にご協力ください。

① インターネットで回答
回答サイトにアクセスし、ログインIDなどを入力し、調査票の回答を行います。（図3）

② 調査票で回答（郵送提出）
調査票に記入の上、提出用封筒に入れ、10月1日(木)～7日(水)までに郵送してください。

③ 調査票で回答（調査員に提出）
なお、インターネットによる回答期間は、9月14日(月)～10月7日(水)です。

国勢調査2020

検索

回答はかんたん便利なインターネットで！

① アクセスする

自宅に調査書類が届いたら、記載の回答サイトにパソコン、スマートフォンなどでアクセスします。

② ログインする

調査書類の中の「インターネット回答利用ガイド」に記載されている「ログインID」と「アクセスキー」でログインします。

③ 回答する

画面の案内に沿って、調査項目に回答します。最後にパスワードを設定し、送信します。



市民の声

まちづくりに生かす市民の声

市では、皆さんの「意見や」提言である「市民の声」をお聞きし、まちづくりへ反映するように努めています。

問い合わせ

広報広聴課（市庁舎3階、☎ 65・4109）

令和元年度は、「市長への手紙」や「陳情・要望」などを通じて、都市建設部門や福祉部門、商工観光部門などに市民の声が寄せられました。（表1・2）

市長への手紙



皆さんから寄せられた意見と回答の一部をお知らせします。なお、内容は、意見が寄せられた時点のものです。

香害による健康被害を防止する取り組みをしてほしい。

声①

香害による健康被害を防止する取り組みをしてほしい。

回答①

最近、香料付きの柔軟剤、せっけん、洗剤などが広く出回っており、その香りで健康被害を訴える人がいます。

人

が

い

ます。

日本医師会が公表している情報

で

は

、

こ

れ

の

症

状

は

、

化

学

物

質

で

も

反

応

し

、

目

や

皮

膚

の

か

ゆ

く

い

る

と

思

う

い

る

よ

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

令和2年7月臨時会までに計上

予算規模について

新型コロナウイルス感染症により、市民生活や経済活動への影響が大きくなっている状況を踏まえ、これまで計7回の補正予算を編成し、感染拡大の防止に必要な経費のほか、国の給付金事業などの生活対策や、市独自の経済対策、新しい生活様式への対応に必要な経費などを計上しました。

感染症対策関連予算について

新型コロナウイルス感染症対策関連予算

令和2年7月臨時会までに市議会において議決された感染症対策関連予算についてお知らせします。

問い合わせ 財政課（市庁舎5階、☎65・4106）

した感染症対策関連予算は、総額で200億9368万5000円となつておあり、令和2年度の補正予算額は、過去最高の規模となつています。

		予算額	主な事業
当初予算	3700万円	セーフティネット資金の融資限度額などの拡大	
補正予算	200億9368万5000円		
3月補正（繰越分）	5553万1000円	児童保育施設などにおける衛生管理用品の購入支援など	
5月補正（5/1議決）	3億5571万6000円	北海道の休業協力支援金の上乗せや市独自の給付など	
5月補正（5/19議決）	170億3452万5000円	特別定額給付金や子育て世帯臨時特別給付金の支給など	
6月補正①（6/25議決）	3477万5000円	公共施設における消毒液などの衛生管理用品の購入など	
6月補正②（6/25議決）	1億5319万4000円	宿泊施設の割引補助やツアー造成支援を通じた観光客の誘致など	
6月補正③（6/25議決）	2億4332万円	ひとり親世帯臨時特別給付金の支給など	
7月補正（7/28議決）	21億7962万4000円	地域における消費喚起を促進するプレミアム付商品券の発行など	
合計	200億9368万5000円		

予算内訳と主な事業

総額 200億9368万5000円

予防・拡大防止策

総額：4億8995万円

●学校の臨時休業

▷夏季・冬季休業の短縮に伴う人件費や給食配達費などの増加への対応
【2816万2000円】

●公共施設の利用自粛・閉鎖

▷指定管理者に対する利用料金収入の補てん【946万6000円】

●衛生管理の徹底

▷公共施設における消毒液などの衛生管理用品の購入【1509万円】
▷避難所運営の感染症対策に必要なマスクや段ボールパーテーションなどの購入【5176万1000円】
▷児童保育施設などにおける衛生管理用品の購入支援【4452万8000円】
▷BCG予防接種を緊急的に集団接種から個別接種に移行【412万1000円】
▷感染拡大防止に取り組む交通事業者に対する支援金の支給【653万円】
▷学校の定期健康診断などのための衛生管理用品の購入【215万1000円】

●休業の要請

▷北海道の休業協力支援金の上乗せや市独自の給付【3億672万4000円】

—など

経済対策

総額：8億1342万1000円

●資金繰りへの支援

▷セーフティネット資金の融資限度額や信用保証料補給対象融資額の拡大
【1億1226万7000円】

●事業継続への支援

▷国の経営継続補助金を活用し省力化機械の導入などを行う農林業者への上乗せ支援【4888万9000円】
▷国の持続化補助金を活用し販路拡大などを行う事業者への上乗せ支援【675万円】

●消費の拡大促進

▷学校給食を通じた乳製品の消費拡大【434万円】
▷地域における消費喚起を促進するプレミアム付商品券の発行【5億3573万9000円】
▷宿泊施設の割引補助やツアー造成支援を通じた観光客の誘致【9404万9000円】
▷動物園におけるオンラインガイドなどのコンテンツの提供【478万7000円】

—など

生活対策

総額：173億303万1000円

●雇用の維持

▷小学校の臨時休業に伴う児童保育センターの開所時間延長
【841万1000円】

●家計への支援

▷特別定額給付金の支給【167億6820万7000円】
▷子育て世帯臨時特別給付金の支給【2億1280万2000円】
▷ひとり親世帯臨時特別給付金の支給【2億3632万5000円】
▷国保に加入している被用者に対する傷病手当金の支給【244万4000円】

●住宅の維持・確保

▷住居確保給付金の支給対象などの拡大への対応【3156万2000円】

●大学生等に対する支援

▷市内居住の大学生などに対する給付金の支給【1766万3000円】
▷奨学金貸付の追加募集【738万5000円】

—など

新しい生活様式への対応

総額：14億8728万3000円

●通信基盤の整備

▷農村地域における光ファイバ整備に対する支援【5億7900万1000円】

●学びの保障

▷感染症対策の徹底や子どもたちの学びの保障のための環境整備【1億1156万4000円】
▷児童生徒1人1台端末の整備などGIGAスクール構想の推進【6億6282万7000円】

●熱中症対策

▷公立保育所・児童保育センターの保育室などのエアコン整備【7693万8000円】
▷小・中学校の保健室のエアコン整備【5695万3000円】



皆さんのがんばりたいに応えます

帶広市の職員が講師となり皆さんとのご縁へお伺いし、生活に役立つ情報などを紹介しています。

問い合わせ 広報広聴課（市庁舎3階、☎ 65-4109）

ふれあい市政講座では、市で行つてある各種制度の説明や事業の計画、生活に役立つ情報を紹介します。

「エコエコ紙芝居」や「めいすいくんの選挙早わかり講座」など、子どもが参加できる講座もあるので、地域集会やグループで気軽に利用してください。

メニューは73種類

講座は、防災や交通安全、健康、福祉、まちづくりや教育、フードバーーとかちの取り組み紹介など、さまざまな分野があります。講座一覧（表）にないものでも対応可能な場合があるので、まずは気軽に相談してください。

新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします

- ・参加者名簿の提出。
- ・体調不良時は参加しない。
- ・行き帰りや参加中はマスクをつける。
- ・会場到着後や帰宅前に、手洗いやアルコール消毒をする。
- ・参加者同士の距離を取って、近距離にならぬようする。
- ・窓やドアを開けて換気をする。

など

皆さんのご理解とご協力を
お願いします



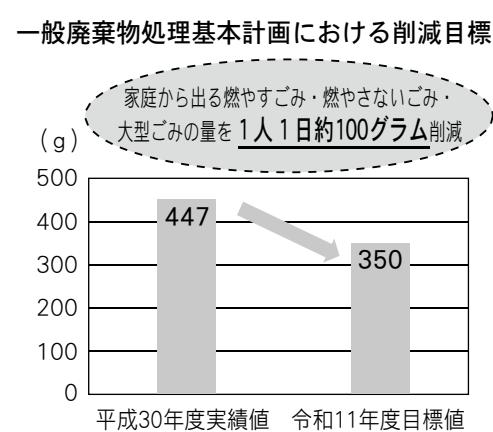
表 ふれあい市政講座一覧

分野	講座名(担当課)
市のしつみ しごと	帯広市役所見学(総務課) 行政改革について(人事課) 帯広市の台所事情(財政課)
税金	市民税のはなし(市民税課) 資産税のはなし(資産税課)
まちづくり 市民協働 町内会活動	帯広市の総合計画(企画課) まちづくり基本条例のはなし(企画課) 公共施設マネジメントについて(企画課) 町内会活動応援します!(市民活動課) あなたが主役!市民協働のまちづくり(市民活動課) 姉妹都市・友好都市について(観光交流課) 帯広市の国際交流・協力について(観光交流課) 「としけいかく」を学ぼう!(都市政策課) 「まち育て」ってな~に?(都市政策課) 帯広市のバス交通(都市政策課) 中心市街地の活性化(商業労働課) みんなでつくろう「帯広の森」(みどりの課)
産業 観光	フードバーーとかちってな~に?(経済企画課) 帯広市の産業振興(経済企画課) 十勝・帯広の観光(観光交流課) 帯広の三大まつり(観光交流課) 十勝・帯広の農業概要(農政課) 十勝・帯広の農畜産物(農政課)

分野	講座名(担当課)
健康 福祉	出前健康講座(健康推進課) 「がん」を学ぼう!(健康推進課) 住みごこちのよいまちづくりについて(健康推進課) 「けんこう帯広21」ってな~に?(健康推進課) 知ってあんしん「在宅医療」(地域福祉課) みんなの「介護保険」入門(介護高齢福祉課) ノーマライゼーションってな~に?(障害福祉課) 手話を学ぼう(障害福祉課) 認知症サポーター養成講座(地域福祉課) 成年後見制度について(地域福祉課) 帯広市国保の健康課題(国保課) 後期高齢者医療制度について(国保課) 国民健康保険について(国保課)
環境衛生	出前環境教室(環境課) 待った無しの地球温暖化(環境課) ごみ懇談会(清掃事業課) みんなの学校に収集車がやってくる!(清掃事業課) エコエコ紙芝居(清掃事業課) 緑化リサイクル講習会(みどりの課) みどりのまちづくり(みどりの課) 水道・下水道事業について(上下水道部) 帯広川下水終末処理場施設見学(下水道課)

分野	講座名(担当課)
教育 生涯学習	おひひろ子育てガイド(子育て支援課・こども課) 子どもの権利条約のはなし(こども課) 児童虐待の未然防止について(子育て支援課) 性教育講座(健康推進課) 小中学校と子どもたち(学校教育指導課) 非行防止教室(学校地域連携課) 帯広市の青少年健全育成(学校地域連携課) 生涯学習のススメ(生涯学習文化課) 男女共同参画社会のまちづくり(市民活動課)
男女共同 参画	DVってどういうこと?(市民活動課) 帯広市の文化行政(生涯学習文化課) アイヌ文化紹介(生涯学習文化課) 健康スポーツ都市・おひひろ(スポーツ課) 百年記念館に行ってみよう(百年記念館) 図書館の上手な使い方講座(図書館) 帯広市立小中学校の教育環境のあり方について(学校地域連携課) コミュニケーション・スクールについて(学校地域連携課) 帯広市小中一貫教育について(学校教育指導課) こども学校応援地域基金プロジェクトについて(学校地域連携課)
防災 安全	防災講話(危機対策課) 交通安全教室(危機対策課) 消費者被害予防講座(商業労働課) 空き家対策について(建築開発課) 木造住宅の耐震化について(建築開発課)
選挙	めいすいくんの選挙早わかり講座(選挙課)
議会	市議会ってどういうところ?(議会事務局)
広報広聴	帯広市ホームページの活用のしかた(広報広聴課) 情報公開制度の概要(総務課)

ごみの水切りなど、身近なところから取り組むことができます。「マイバックを持つ」「料理の作り過ぎ、買い過ぎを控える」「生きのりの総称です。3Rは、リデュース(ごみの発生抑制)、リユース(再使用)、リサイクル(ごみの再生利用)の三つのRの総称です。」



今年3月に策定した「一般廃棄物処理基本計画」では、令和11年度までに、家庭ごみの排出量を1人1日当たり100グラム減らすことを目指しています。削減目標は1人1日100グラムです。秋のごみ減量・資源化促進月間です。この機会に、ごみの減量・資源化を考えてみませんか。



ごみの減量・資源化促進月間に取り組もう

ごみの減量の目安

- ・レジ袋: 10グラム
- ・紙製手提げ袋: 50グラム
- ・新聞: 80グラム
- ・トマト 1個: 100グラム
- ・ごはん 1膳: 140グラム



重要

一つ一つの行動の積み重ねが
環境への優しさ(優先順位)

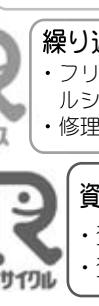
ごみを1日100グラム減らすためには、市民一人ひとりができることがあります。ごみの減量の目標を参考に取り組みましょう。

高



ごみを発生させないこと
・マイバックを持つ・詰め替え商品を選ぶ
・料理の作り過ぎや買い過ぎを控える
・生ごみは水を切ってから出す

低



繰り返し使うこと
・フリー・マーケットやリサイクルショップを利用する
・修理して長く使う

資源として再生利用すること
・資源集団回収に協力する
・資源ごみを分別して出す

問い合わせ 清掃事業課(西24北4、☎ 37-2311)

帯広の森・はぐくーむのイベント

小学生以下は保護者同伴。

場 申問 8月25日(火)から各開催日前日までに、帯広の森・はぐくーむ(南町南9線49、☎ 66・6200)へ。

◆四季の森めぐり～秋～

秋の花や実、たねなどを観察しながら森を歩く。

日 9月13日(日)、9時30分～12時

定 先着30人

◆森の講座(歴史と自然)

大和田努氏(百年記念館学芸員)と帯広の森・はぐくーむスタッフを講師に、帯広の森周辺の歴史と自然について、座学や実際に森を散策して学ぶ。

日 9月21日(祝)、9時30分～15時30分

定 先着10人

◆森づくりの集い

「帯広の森」を育てていくために、市民や森の活動団体が集い、外来種の伐採や抜き取りなどの森づくり作業を行う。

日 9月27日(日)、9時30分～12時

定 先着30人



◆健康ウォーキング

吉村智恵美氏(ウォーキングアドバイザー)を講師に、正しい歩き方などを教わりながら、色づき始めた秋の帯広の森の園路を歩く。

日 10月4日(日)、10時～12時

定 先着30人

帯広の森を巡る散策ツアー

帯広の森の各エリアをバスと徒歩で散策し、森の歴史や森づくり活動団体による森の育成・利活用について学ぶ。市庁舎集合・解散。

日 9月19日(土)、13時～17時

定 先着15人(初参加者優先)

申問 9月11日(金)までに、電話でみどりの課(市庁舎6階、☎ 65・4186)へ。

収蔵美術作品展「現代書展 書は何を見つめてきたか」

比田井天来や長沼透石などの著名な現代作家たちによる、文字を素材にした芸術作品を展示。

日 9月20日(日)～10月11日(日)、9時～17時

場 申問 百年記念館(緑ヶ丘2、☎ 24・5352)

児童会館のイベント

場 申問 各申込期間に、電話または直接児童会館(緑ヶ丘2、☎ 24・2434)へ。

◆親と子のエンジョイ将棋

親子で将棋を楽しく学ぶ。申し込み不要。

対 小・中学生と保護者

日 9月12日(土)、10時～12時

◆親子囲碁入門教室

親子で囲碁の基礎を学ぶ。申し込み不要。

対 小・中学生と保護者

日 9月13日(日)、10時～12時

◆親子科学実験教室「立体万華鏡」

反射を利用して立体万華鏡を作り、綺麗な立体模様を観察する。

対 小学生以上の親子。高学年以上は児童のみの参加可能

日 9月20日(日)、①13時30分～14時30分、②14時40分～15時40分

定 各先着10組

申込期間 9月10日(木)～20日(日)

◆きらきら人形劇場

幼児から小学校低学年向けの人形劇。

日 9月20日(日)、14時～15時

定 先着20人

申込期間 9月6日(日)～20日(日)



◆親子おもしろ教室「小さな世界の写真を撮ろう」

顕微鏡を使って撮った写真のパネルを作る。

対 幼児～中学生と保護者。幼児、小学校低学年の子は保護者同伴

日 9月26日(土)、①9時30分～10時、②10時30分～11時

定 各先着6組

申込期間 9月12日(土)～25日(金)



◆プラネタリウムキャラクターアニメ番組上映中

今年度の星座や月の満ち欠けをキャラクターが解説してくれるアニメ番組を上映。投映内容・スケジュールなど詳細は、市ホームページを確認してください。



Information

帯広市からのお知らせ

9月

申し込み方法など、特に記載がない場合は、参加無料ですので当日会場へ直接お越しください。

詳細は、各問い合わせ先に確認してください。(施設ごとに業務時間が異なります)

市役所代表 ☎ 24・4111、FAX 23・0151

市役所本庁舎業務時間 月～金曜日 8時45分～17時30分

帯広市ホームページ <https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>

お知らせの見方

対=対象 **日**=日時 **場**=場所 **定**=定員 **¥**=費用

申=申し込み **問**=問い合わせ **☎**=電話 **F**=FAX

✉=Eメール **HP**=ホームページ

カテゴリアイコンの見方



往復はがきなど「申込時の記載事項」

①イベント・教室名(希望する日時・曜日・コースなど)

②住所(郵便番号も) ③氏名(ふりがな) ④電話番号

⑤生年月日(スポーツの教室のみ) ⑥性別

⑦年齢(高校生以下は学校名・学年、年中、年長なども)

⑧保護者氏名(小学生以下の場合) ⑨返送先(往復はがきの場合)

特に記載がない申し込みは1人(組)1通。(申込期限必着)

直接窓口で申し込む場合は、返信用のはがきを持参。

新型コロナウイルス感染症対策について

各種イベントなどに参加される際には、マスクの着用、施設入館時の手指消毒、3密(密集・密接・密閉)を避けるなど、新型コロナウイルス感染症の拡大防止にご協力ください。

また、掲載している情報は編集時点(8月11日現在)のものです。新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどが中止・変更になる場合がありますので、ご了承ください。

最新の実施予定は、各問い合わせ先に確認してください。

よつたり寄つたり競演会 ～東と西の落語～

場 申問 市民文化ホール(西5南11、☎ 23・8111)

本格的な寄席舞台を設置し、東西を代表する実力派落語家による、競演スタイルのプログラム。出演者は桂雀々、笑福亭生、柳家権太楼、古今亭菊之丞。江戸と上方、異なる落語の魅力を堪能できる内容です。

※新型コロナウイルス感染防止対策を講じて公演を行います。

日 9月26日(土)、開場12時45分、開演13時30分

¥ 2500円(全席自由)。未就学児入場不可。チケットは市民文化ホールで販売

担当課 生涯学習文化課





百年記念館の講座・教室

場申問特に記載がない場合は各申込期間に、電話で百年記念館（〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎24・5352）へ。

◆アイヌの知恵を学ぶ～植物観察会～

植物の利用方法やアイヌ語名を学ぶ。百年記念館集合、解散。
対小学生以上（小学生は保護者同伴）
日9月5日(土)、9時50分～12時
場野草園（緑ヶ丘2）
定先着30人 **¥**100円

申込期間9月2日(水)

◆博物館講座「マガモ1万キロの旅」

十勝を中心としたカモ科鳥類の「渡り」を紹介。
日9月5日(土)、14時～16時
定先着25人

申込期間8月29日(土)～9月4日(金)

◆古文書教室

榎本洋介氏（札幌市公文書館）を講師に、地域の歴史を読み解くために古文書の読み方や仕組みを学ぶ初心者向けの教室。
日9月12日(土)、14時～17時、13日(日)、10時～12時、全2回
定先着25人

申込期間9月1日(火)～11日(金)

◆博物館で学ぶ連続講座「十勝の古文書を読む」

晩成社の史料など、十勝に残された史料を読みながら、古文書の仕組みを学び、史料の整理の仕方を学ぶ。
日9月27日(日)、10月11日(日)、25日(日)、11月8日(日)、全4回、いずれも14時～16時
定先着20人

申込期間9月1日(火)～25日(金)

◆楽しくデッサン教室

楽しみながら絵画を学ぶ。
対小学4年生以上
日10月3日(土)～24日(土)までの土曜日、全4回、いずれも13時30分～15時30分
定先着12人 **¥**500円

申込期間9月1日(火)～20日(日)

◆令和2年度後期陶芸講座

対十勝管内在住の18歳以上の初心者
日10月13日(火)～翌年2月17日(水)毎月第2・4火・水曜日、全18回、いずれも10時～15時
定抽選18人（初受講の人優先）
¥1万円（材料費別途）
申9月1日(火)～16日(水)に、往復はがきに「申込時の記載事項」（11頁）を書いて百年記念館へ。



第19回「女(ひと)と男(ひと)の一行詩」作品展と一般投票

男女共同参画をテーマに募集した一行詩の作品展示と、入賞作品を決める一般投票。市ホームページからも、9月5日(土)～29日(火)まで投票可能。

日場▶とかちプラザ会場（西4南13）、9月5日(土)～29日(火)、9時～20時▶図書館会場（西2南14）、9月8日(火)～15日(火)、10時～20時（最終日は16時まで）▶市民ホール会場（市庁舎1階）、9月23日(水)～29日(火)、8時45分～17時30分（初日は10時から、最終日は16時まで）

問市民活動課（市庁舎3階、☎65・4134）



消費者問題の無料弁護士相談会

契約トラブルや悪質商法など、消費者問題についての無料弁護士相談会を開催。

日9月18日(金)、13時30分～15時の間で1人30分間

定先着3人

場申問9月10日(木)までに、電話で帯広市消費生活アドバイスセンター（西4南13、とかちプラザ内、☎22・8393）へ。

担当課商業労働課



動物園の講座・教室

場申問各申込期間に、郵便はがきに「申込時の記載事項」（11頁）を書いて、動物園（〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎24・2437）へ。市ホームページからも応募可能。当選者には別途通知する。

◆親子で飼育体験

掃除・餌やり・観察など、飼育員の仕事を親子で体験。

対小学1～3年生と保護者

日9月27日(日)、10時～12時

定抽選4組（1組2人まで）

申込期間8月27日(木)～9月10日(木)



◆1日飼育係

普段とは違う視点から動物園を見て体験することで、動物との向き合い方や、動物園の役割などを考える。

対中学生以上

日10月12日(月)、10時～15時15分

定抽選4人

申込期間9月10日(木)～24日(木)



女性のための人権なんでも相談所

女性が抱えるさまざまな問題に、女性の人権擁護委員が無料で相談に応じる。秘密厳守。

日9月16日(水)、13時～15時30分

場とかちプラザ（西4南13）

問帯広人権擁護委員協議会（東5南9、釧路地方法務局帯広支局内、☎24・5853）

担当課市民活動課



キッズ・プレイグラウンド

パキスタン出身の帯広畜産大学留学生が簡単な英語を使って、歌やダンスで子どもたちと交流。パキスタンをテーマに、工作や物語も紹介。

対6歳までの子どもと保護者。兄弟も参加可能

日9月12日(土)、10時30分～12時

定先着20人

場申問8月25日(火)～9月11日(金)までに、電話または直接森の交流館・十勝（西20南6、☎34・0122）へ。

スポーツ教室についてのお知らせ

●8月20日から予約受付を開始する教室一覧です。

各教室の対象、日時、定員、費用、申し込み期限などの詳細は各施設に問い合わせるか、帯広市文化スポーツ振興財団のホームページで確認してください。



申し込み方法（各教室の定員を超えた場合は抽選となります）

①ホームページから…希望の教室を選択し、申し込みフォームから送信

HP <http://obihiro-foundation.jp/>

②直接申し込み…返信用はがきを各施設に持参

③往復はがき…「申込時の記載事項」（11頁）を記入

※連続講座は祝日が含まれる場合、開催曜日が変更になる週があります。

開催施設	日程・回数	講座・教室名	対象者
帯広の森体育館	10/13(火)	みんなで楽しくリトミック教室(0歳) 場ふれんずぴあ(西2南8、ふじまるビル8階)	0歳児と保護者
	10/29(木)～12/24(木) の木曜日：全8回	50歳からの健康体操(2回目)	50歳以上の人
	10/30(金)～12/25(金) の金曜日：全8回	はじめてのキッズバレエ	幼稚園・保育園の年中・年長に当たる幼児～小学2年生
	11/4(水)～12/23(水) の水曜日：全8回	小学生(低学年)運動教室	小学1・2年生
	11/4(水)～12/23(水) の水曜日：全8回	キッズコーディネーション	幼稚園・保育所の年中・年長に当たる幼児
	11/5(木)～12/17(木) の木曜日：全6回	年少児・年中児(おやこ)運動教室	幼稚園・保育所の年小・年中に当たる幼児と保護者
	11/6(金)～12/18(金) の金曜日：全5回	肩こり・腰痛・改善ヨガ(2期)	16歳以上の人
	11/19(木)～12/10(木) の木曜日：全4回	キッズスポーツ教室	幼稚園・保育所の年中・年長に当たる幼児
帯広の森アイスアリーナ	11/25(水)～12/9(水) の水曜日：全3回	音楽&リズムであそぼう	1・2歳児と保護者
	9/30(水)～10/21(水) の月・水・土曜日：全10回	ちびっこスケート教室(1回目)	小学1・2年生、または小学3～6年生の未経験者
	10/12(月)～11/16(月) の月曜日：全6回	おやこ水泳教室(4回目)	2～4歳児と保護者
	10/12(月)～11/16(月) の月曜日：全6回	幼児水泳教室(4回目)	幼稚園・保育所の年中・年長に当たる幼児
	10/12(月)～11/30(月) の月曜日：全8回	ストレッチボールで姿勢改善教室(2回目)	16歳以上の人
	10/12(月)～11/30(月) の月曜日：全8回	ピラティス(4回目)	16歳以上の人
	10/15(木)～12/3(木) の木曜日：全8回	水中ウォーキング教室(3回目)	16歳以上の人
	10/16(金)～12/4(金) の金曜日：全8回	とんだけ脂肪(2回目)	16歳以上の人
帯広の森市民プール	10/28(水)～3/24(水) の水曜日：全16回	50歳からの水泳教室(2回目)	50歳以上の人

問 帯広の森体育館（〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・8912）
帯広の森アイスアリーナ（〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・6256）
帯広の森市民プール（〒080・0856南町南7線56番地7、☎47・3630）



子育て広場

場申問 各申込期限までに、電話で健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722）へ。

◆ほんわかファミリー教室

夫婦で出産・育児を学ぶ。

対 令和3年1月に初出産予定の夫婦

日 9月13日(日)、①10時～11時、②13時～14時

申込期限 9月9日(水)

◆ママと赤ちゃんのもぐもぐ食事講座

妊娠中の食事のポイントや離乳食の始め方・進め方などについての講話のほか、個別の育児相談にも応じる。

対 妊娠中のひと、1歳までの赤ちゃんと保護者。上の子も参加可能

日 9月25日(金)、10時～11時10分

定 先着15組

申込期限 9月24日(木)

◆乳幼児健診のお知らせ

対象日は個別通知を確認。申し込み不要。

・5ヶ月児健診

日 9月2日(水)、9日(水)、16日(水)

・1歳6ヶ月児健診

日 9月1日(火)、10日(木)、24日(木)

・3歳児健診

日 9月3日(木)、17日(木)、29日(火)



サラダ館の体験・教室

定 各先着10人 **￥** 各6600円

場申問 各申込期限までに、電話で帯広市都市農村交流センターサラダ館（西22南6、☎36・8095）へ。

◆草木染め教室

3回の講習で草木染めを学ぶ。

日 9月14日(月)、10月12日(月)、11月9日(月)、全3回、いずれも10時～11時30分

申込期限 9月7日(月)

◆初めてのパンとケーキ作り教室

3回の講習でおいしいパンとケーキ作りを学ぶ。

日 9月18日(金)、10月9日(金)、11月20日(金)、全3回、いずれも10時～12時30分

申込期限 9月11日(金)



◆初めての押し花教室

3回の講習で押し花を学ぶ。

日 9月24日(木)、10月29日(木)、11月26日(木)、全3回、いずれも10時30分～12時

申込期限 9月14日(月)



ソーセージ、チーズ作り体験研修

地場産の生乳や肉を使った加工方法を学ぶ。

定 ①各先着8人、②先着20人、③各先着10人

場申問 8月27日(木)から各申込期限までに、電話で畜産物加工研修センター（八千代町西4線、☎60・2514）へ。

①チーズ研修（約1キログラム）

日 ①9月19日(土)～20日(日)、②10月3日(土)～4日(日)、いずれも1日目は10時～16時、2日目は10時～10時30分

￥ 各3000円

申込期限 ①9月11日(金)、②25日(金)

②ソーセージ研修（約250グラム）

日 9月27日(日)、10時～14時

￥ 1000円

申込期限 9月18日(金)

③ソーセージ研修（プレーンほか全3種、計約700グラム）

日 ①9月13日(日)、②10月11日(日)、いずれも10時～14時

￥ 各2200円

申込期限 ①9月4日(金)、②10月2日(金)



帯広市男女共同参画講座

「今、知っておきたいLGBTs～誰もが生きやすい社会の実現に向けて～」をテーマにした講演会。

日 9月6日(日)、14時～15時30分

場 とかちプラザ（西4南13）

定 先着30人

申問 9月4日(金)までに、電話、ファクスまたは直接市民活動課（市庁舎3階、☎65・4134、F23・0156）へ。未就学児の託児希望者は8月28日(金)までに申し込みください。



落花生収穫体験

2種類の落花生について学び、収穫体験を行う。

対 親子

日 10月10日(土)、10時～12時

定 先着15人

￥ 高校生以上1000円、小・中学生500円、未就学児無料

場申問 9月1日(火)～10月4日(日)までに、電話でとかち大平原交流センター（川西町基線61、☎53・4780）へ。



帯広市消費者講座

「節約につながる片づけのコツ～キッチンから見直してみませんか～」をテーマに、食品ロスを減らし、家計の節約につながるキッチンの片づけ方を学ぶ。

日 9月11日(金)、10時～11時30分

場 とかちプラザ（西4南13）

定 先着30人

申問 9月10日(木)までに、電話または直接商業労働課（市庁舎7階、☎65・4132）へ。



保育職場就労支援セミナーおびひろ

保育職場への就労を応援するセミナーと市内各施設の合同職場説明会を開催。希望者は保育施設で行う「保育体験」も可能。

対 保育士の資格があり市内の保育施設に就労を希望している人、保育士の資格はないが保育の仕事に興味があり保育補助として働いてみたい人

日 10月13日(火)、8時45分～12時

場 保健福祉センター（東8南13）

申問 9月1日(火)～10月6日(火)までに、電話またはファクスでこども課（市庁舎3階、☎65・4158、F23・0155）へ。託児希望者は申し込み時にご連絡ください。

げんき活動コースチャレンジデー



介護予防のための運動などを体験。実施内容や定員など詳細は、各実施事業所に問い合わせください。所要時間はいずれも1時間30分。

対 市内在住の65歳以上

開催日時	開催場所	実施事業所	電話番号
9月8日(火) 13時30分～	大空会館（大空町12）	ジョイリハ西5条	☎49・3060
9月9日(水) 9時30分～	大正農業者トレーニングセンター（大正本町西1）	デイサービスセンター太陽園	☎64・5565
	光南福祉センター（東7南21）	歩くデイゆるり	☎29・8060
	愛國農業センター（愛國町基線39）	デイサービスセンター太陽園	☎64・5565
	うごけるスタジオ（西17北1） 柏林台福祉センター（柏林台南町6） バラト福祉センター（東13南6）	デイサービスセンター帯広りはびり 通所介護事業所ふるさと コムニの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	☎29・5515 ☎41・8341 ☎20・4567
9月10日(木) 10時00分～	緑ヶ丘福祉センター（西14南17）	通所介護事業所ふるさと	☎41・8341
	五条橋福祉センター（西5南2）	デイサービスセンター帯広りはびり	☎29・5515
9月15日(火) 9時45分～	緑栄福祉センター（西9南28）	歩くデイゆるり	☎29・8060
9月22日(祝) 10時30分～	つつじが丘福祉センター（西24南3）	ツケイ帯広西	☎20・3200
9月23日(水) 9時30分～	大正農業者トレーニングセンター（大正本町西1）	デイサービスセンター太陽園	☎64・5565
	川西農業者研修センター（川西町西2）		
9月24日(木) 10時00分～	自由が丘福祉センター（自由が丘3）	介護員養成研修センターふるさと	☎35・8930
	バラト福祉センター（東13南6）	コムニの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所	☎20・4567
9月25日(金) 10時00分～	広陽福祉センター（西19南3）	介護員養成研修センターふるさと	☎35・8930
	稻田南福祉センター（稻田町基線8）	ジョイリハ西5条	☎49・3060
9月26日(土) 10時30分～	西福祉センター（西23南1）	ツケイ帯広西	☎20・3200
9月29日(火) 9時45分～	緑栄福祉センター（西9南28）	歩くデイゆるり	☎29・8060

担当課 地域福祉課



健康相談

保健師、栄養士などが、健診の結果や健康づくりなど健康に関する相談に応じる。

対市内在住の18歳以上
日①9月2日(水)、②17日(木)、いずれも8時45分～17時30分、1人60分程度

場・申・問各開催日の前日までに、電話で健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721)へ。



エキノコックス症検診

採血による血清反応調査。結果は約4週間後に通知。申し込み不要。

対市内在住の小学3年生以上で、過去5年以内に受診していない人
日9月9日(水)、16日(水)、いずれも13時30分～14時

場保健福祉センター(東8南13)
¥300円(中学生まで無料)
問健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9720)



障害者生活支援センターからのお知らせ

場・申・問各申込期間に、電話またはファクスで障害者生活支援センター(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9701、Fax 25・9703)へ。手話・要約筆記通訳の希望者は早めに申し込みください。

◆基礎的事業(後期)の受講生募集
初めての人は申し込み前の見学が可能。詳細は問い合わせください。

対市内在住で、身体障害者手帳を持つ18歳以上の人
日いずれも10月～翌年3月の各曜日、全8回、①書道(火曜日10時～11時30分)、②陶芸(火曜日13時30分～15時)、③卓球(水曜日10時～11時30分)、④革工芸(水曜日13時30分～15時)

定各若干名(先着)、いずれも初めての人優先

¥材料費などの実費

申込期間9月1日(火)～11日(金)

◆陶芸体験講座

簡単に作れる「板皿」を作成。
対市内在住で、障害者手帳を持つ18歳以上の人

日10月20日(火)、10時～12時

定先着8人

¥500円

申込期間9月14日(月)～25日(金)



子育て支援じゃがいも掘り体験

親子でじゃがいも掘りを体験。

対十勝管内在住の未就学児と保護者

日9月1日(火)～30日(水)、9時～16時(うち、1時間程度)

¥500円(2キロ相当)、1500円(7キロ相当)

場・申・問希望日の前日までに、電話でとかち大平原交流センター(川西町基線61、☎53・4780)へ。



救命講習

対市内在住または勤務地が市内の人

定電話で問い合わせください。

申・問各申込期限までに、帯広消防署急救課(西6南6、消防庁舎1階、☎26・9132)へ。

◆普通救命講習

出血時の止血法や心臓停止、呼吸停止時の心肺蘇生法、AEDの使い方など応急手当を習得する。

日①9月9日(水)、②27日(日)、いずれも13時30分～16時30分

場①消防庁舎(西6南6)、②柏林台出張所(柏林台西町2)

申込期限①9月2日(水)、②20日(日)

◆実技救命講習

インターネットで簡単に受講できる応急手当WEB講習を受講した人が対象の講習会。普通救命講習と同じ修了証を交付。

日9月19日(土)、18時30分～20時30分

場南出張所(西17南41)

申込期限9月12日(土)



後見活動に関する講座・研修

担当課 地域福祉課

問帯広市成年後見支援センターみまもーる(公園東町3、帯広市社会福祉協議会内、☎20・3225)

◆成年後見フォーラム

岩崎優子弁護士(岩崎優子法律事務所)を講師に、成年後見制度や市民後見人について学ぶ。当日会場での申し込みも可能。

日9月12日(土)、14時～16時

場とかちプラザ(西4南13)

定先着60人

申9月4日(金)までに、電話または直接みまもーるへ。

◆市民後見人養成研修

認知症などの病気や障害などにより、判断能力が十分でない人に對して、後見活動を行う市民後見人の養成研修。詳細は、帯広市社会福祉協議会ホームページを確認してください。



胃内視鏡検診のお知らせ

対50歳以上の偶数年齢(令和2年度末時点)の市民で、胃疾患に関する症状がない人

※胃内視鏡検査を受診した翌年度は、帯広市の胃がん検診(胃部X線検査及び胃内視鏡検査)を受診できません。

¥3700円(国保加入者は2600円)、ただし下記の人は無料

▶後期高齢者医療制度加入者 ▶医療保険各法の高齢受給者証所持者

▶生活保護受給者 ▶受診日現在の市民税が世帯全員非課税の人

申・問電話で各実施医療機関へ。日時など詳細は、各実施医療機関に問い合わせください。

実施医療機関	問い合わせ
新井病院(西1南15)	☎24・6767
帯広第一病院(西4南15)	☎25・3121
北斗病院(稻田町基線7)	☎48・8000

【注意】以下の人は受診できません!!

- ・咽頭・鼻腔などに重篤な疾患があり内視鏡の挿入が出来ない人
- ・呼吸不全のある人
- ・消化性潰瘍などの胃疾患で経過観察中の、または治療中の
- ・収縮期血圧が極めて高い人
- ・胃全摘出後の人
- ・急性心筋梗塞や危篤な不整脈など心疾患がある人
- ・明らかな出血傾向、またはその疑いのある人
- ・同一年度に胃がん検診(胃部X線検査)を受けた人、または受ける予定の人

※胃疾患に関する症状が既にある場合は、早めに受診してください。

担当課 健康推進課

2020帯広市スポーツフェスティバル

各種スポーツイベントを開催。10月11日(日)は競技終了後17時まで、下記の体育施設を無料開放。行事に関する詳細は各競技団体に問い合わせください。市ホームページや市内生涯学習施設に設置してあるチラシでも確認できます。

場よつ葉アリーナ十勝(大通北1)ほか

問スポーツ課(市庁舎8階、☎65・

4210) [帯広市スポーツフェスティバル](#) 検索



【無料開放施設一覧】(各スポーツイベント開催時を除き、17時まで開放)

- | | |
|-------------------------|---------------|
| ・よつ葉アリーナ十勝(研修室、スタジオは除く) | ・南町テニスコート |
| ・帯広の森体育館 | ・帯広の森市民プール |
| ・帯広の森研修センタートレーニング室 | ・帯広の森スポーツセンター |
| ・明治北海道十勝オーバルトレーニング室 | ・自由が丘テニスコート |
| ・光南小学校プール | ・豊成小学校プール |
| ・ | ・啓西小学校プール |

《10月11日(日)に開催する行事》

行事	申し込み・問い合わせ	申込期限
市民ソフトボール大会	十勝ソフトボール協会(☎090・3899・0355)	
2020明治北海道十勝オーバルスピードスケート競技会第2戦(10月10日、11日実施)	帯広スケート連盟(☎090・3394・2167)	9月25日(金)
学年別 卓球大会	帯広卓球連盟(☎090・2050・9442)	
みんな集まれ バスケットボールチャレンジゲーム	帯広地区バスケットボール協会(☎090・3773・2391)	9月30日(水)
カーリング体験教室	帯広カーリング協会(☎080・1974・1153)	
硬式テニス	帯広テニス協会(☎25・6066)	10月1日(木)
タグラグビー大会	十勝ラグビーフットボール協会(☎090・1524・2826)	10月2日(金)
秋の免疫力アップサイクリング	十勝サイクリング協会(☎27・3846)	10月4日(日)
ジュニアフットサル大会	十勝地区サッカー協会(☎20・3969)	10月5日(月)
ゲートボール	帯広ゲートボール協会(☎090・7057・6106)	10月7日(水)
バドミントン(ダブルス)	十勝バドミントン協会(☎090・5225・4484)	当日受け付け
軟式野球(スピードガン測定など)	帯広軟式野球連盟(☎48・7790)	
アーチェリートレーニング試射会・全十勝選手権	帯広アーチェリー協会(☎090・8901・8213)	申し込み不要
ボッチャ体験会	あいおいニッセイ同和損保(☎080・6096・1977)	

《10月11日以外に開催する行事》

日付	行事	申し込み・問い合わせ	申込期限
9月20日(日)	ソフトバレーボール大会	帯広市小学生バレーボール指導者協議会(☎090・3119・1128)	9月1日(火)
10月3日(土)	種目別記録会・キッズランニング(陸上競技)	おびひろの森スポーツクラブ「はづらつ」(☎32・8668)※申し込みはスポーツ課へ	9月18日(金)
10月10日(土)	AKIRAカップ2020(体操競技)	ちくだいKIP(☎080・9355・7295)	
10月18日(日)	市民スポーツ弓道大会	帯広弓道協会(☎47・7721、47・5999)	10月12日(月)
10月25日(日)	水中運動	清柳スポーツクラブ(☎26・8910)	申し込み不要



狂犬病予防注射について

犬の飼い主は、狂犬病予防法により、飼い犬に年1回の狂犬病予防注射を受けさせ、狂犬病予防注射済票（プレート）の交付を受けなければなりません。注射は動物病院で、通年接種が可能です。

接種した際に注射済票の交付を受けていない場合は、「狂犬病予防注射済証」（紙）を環境課までお持ちください。

交付手数料 1頭あたり550円

問 環境課（市庁舎6階 ☎ 65・4136）



Pink Ribbon in おびひろのメンバーを募集

毎年10月は乳がん月間です。市では、全国的に実施されているピンクリボンキャンペーンと同時に、帯広市独自の取り組みとして、乳がんの予防、早期発見、早期治療の重要性について広く周知啓発することを目的とする活動「Pink Ribbon in おびひろ」を実施します。

実施に合わせて、取り組みをともに行っていくメンバーを募集します。詳細は問い合わせください。

問 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎ 25・9721）



南商業高校書道部の作品と団結式の参加者



がん相談支援センターと共同で行った乳がんモデルの触診体験会

国民年金に関するお知らせ

問 戸籍住民課（市庁舎1階、☎ 65・4143）、帯広年金事務所（西1南1、☎ 25・8113、音声案内2番→2番）

こんなときには、国民年金の届け出が必要です

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の厚生年金に加入していないすべての人が加入する制度です。届け出を忘れる、将来受け取る年金額が減ったり、受けられなくなったりするので、忘れずに届け出をしましょう。

- ▶ 20歳になったとき（厚生年金に加入していない人）
- ▶ 60歳になる前に会社などを退職したとき
- ▶ 海外から転入したとき（厚生年金に加入していない人）
- ▶ 収入が増え、会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき
- ▶ 配偶者の退職や死亡により会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき
- ▶ 離婚により会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき
- ※会社などに勤めている人の被扶養配偶者になるときは、その人の勤務先へ届け出を行ってください。



国民年金保険料一部免除が承認された人は注意してください

経済的な理由などで保険料を納めることが困難なときは、保険料の免除制度があります。このうち、4分の3免除、半額免除、4分の1免除は、免除を受けた残りの保険料を納める必要があります。残りの保険料の納付を忘れると、免除が承認されても保険料未納期間になるので注意してください。



9月定期募集分 市営住宅入居者を募集

申し込みは郵送や電話ではできません。印鑑、マイナンバー確認書類および身元確認書類を持参の上、直接お越しください。申し込み方法、入居者資格、募集住宅などは問い合わせください。その他、随時受け付けをしている住宅もあります。

日 9月1日(火)～3日(木)、8時45分～17時30分（初日のみ20時まで受け付け）

場 市庁舎10階第5B会議室

問 住宅営繕課（市庁舎3階、☎ 65・4190）



「宇宙の日」記念全国小・中学生作文絵画コンテスト作品の募集

「50年後の宇宙生活」をテーマにした作文や絵画を募集。応募作品は12月ごろ児童会館で開催される作品展に展示。応募方法は児童会館に設置のチラシか、JAXAホームページで確認してください。

日 9月12日(土)までに、郵送または直接児童会館（〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎ 24・2434）へ。



帯広市総合計画策定審議会委員を募集

まちづくりの指針である「総合計画」の推進に関する調査、審議などを行う委員を募集。

対 市内に在住・通勤・通学、または事業経営・活動をしている20歳以上で年2～3回程度の会議に出席できる人（市が設置する他の審議会などの委員は除く）

定 若干名

任期 2年

報酬 出席1回につき8500円

申問 応募動機や、まちづくり活動への参加経験などを記載した800字程度のレポートと履歴書を、9月11日(金)までに、郵送または直接企画課（〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎5階、☎ 65・4105）へ。



地域福祉課からのお知らせ

申問 各申込期間に、電話または直接地域福祉課（市庁舎3階、☎ 65・4113）へ。

◆帯広市生活援助員養成研修受講生募集

市の介護予防・日常生活支援総合事業における「てだすけサービス」の従事者を養成。研修の全課程（12時間）を修了し、てだすけサービスを実施する事業所に就職すると、生活援助員として従事できる。

受講中の託児も応相談。日程や学習内容など、詳細は問い合わせください。

申込書は、地域福祉課で配布のほか、市ホームページからも印刷可能。



対 てだすけサービス事業所への就職希望や予定のある人

日 9月19日(土)～20日(日)、いずれも9時～17時30分

場 帯広コア専門学校（西11南41）

定 先着20人

申込期限 9月16日(水)

◆認知症・家族の集い「茶話会」

認知症の人を介護している家族の交流会。介護を終えた人や、認知症の人と一緒に参加も可能。申し込み不要。

日 9月24日(木)、13時30分～15時

場 グリーンプラザ（公園東町3）

¥ 100円



◆認知症センター養成講座

認知症の症状や接し方などを学び、地域で見守る応援者を養成。

日 9月30日(水)、18時30分～20時

場 市庁舎10階第5B会議室

定 先着15人

申込期間 9月1日(火)～28日(月)

人権擁護委員が委嘱されました

帯広市には10人の人権擁護委員がいて、いじめや虐待、DV、セクハラなどの人権問題について相談を受けています。人権擁護委員に久門まき子さん、工藤克子さんが再任され、新たに渡辺弘年さんが法務大臣から委嘱されました。

日 月～金曜日、8時30分～17時15分

場 釧路地方法務局帯広支局（東5南9、☎ 24・5823）

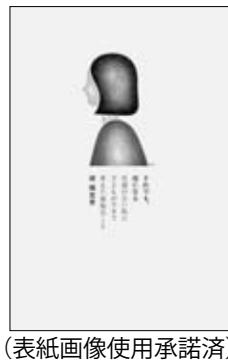
担当課 市民活動課



図書館のオススメ

今月は、ごく普通の女性たちの、ほかの誰とも違う「家族」にまつわる本を紹介します。

問 図書館（西2南14、☎ 22・4700）



(表紙画像使用承諾済)

『それでも、母になる』

著者…徳 瑞里香
出版社…ポプラ社

子どもを持ちたくても持てない人、若くして母になった人、養子として育った人、里親として子どもを育てる人…。さまざまな境遇や事情を抱えた、8人の女性たちへのインタビューを通して、「家族とは何か」について綴られたエッセイ。

彼女たちは著名人でも特殊な人でもありませんが、それぞれの心と体に向き合い、一人ひとりが自分らしい人生を歩んでいます。私たちがとらわれている「普通」や「正しさ」の価値観を、解きほぐしてくれる1冊です。

第六期帯広市障害福祉計画の市民意見交換会の開催

第六期帯広市障害福祉計画の策定に当たり、市民意見交換会を実施します。皆さんの意見を聞かせてください。所要時間はいずれも2時間程度。

日 時	場 所
8月31日(月) 18時30分～	保健福祉センター(東8南13)
9月1日(火) 18時30分～	グリーンプラザ(公園東町3)
9月2日(水) 18時30分～	保健福祉センター(東8南13)
9月3日(木) 13時30分～	市庁舎10階第5A会議室

申問 各回前日17時30分までに、電話またはファックスで障害福祉課(市庁舎1階、☎ 65・4148、Fax 23・0163)へ。申し込み状況によっては当日参加も可能。

帯広市小規模事業者緊急支援事業補助金のお知らせ

国の中規模事業者持続化補助金を活用して、販路拡大などに取り組む帯広市内の小規模事業者を対象に、上乗せ補助を行います。詳細は、市ホームページを確認してください。

受付期限 令和3年3月31日(水)

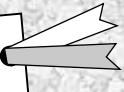
申問 市ホームページに掲載の申請書などに必要事項を記入し、郵送または直接、経済企画課(市庁舎7階、☎ 65・4167)へ。

帯広市 小規模事業者 補助金

検索



国際交流員が



母国の文化を紹介

国際交流員は、市の事業の通訳や翻訳、国際交流イベントの企画、国際姉妹・友好都市との連絡調整、学校訪問、母国文化紹介などを行っている外国出身の職員です。母国文化を、さまざまな媒体で発信しています。

問 観光交流課(市庁舎7階、☎ 65・4133)



母国の料理を動画で紹介

帯広市内で手に入る食材で作る母国の料理を紹介。
動画とレシピは右記のブログに掲載しています。

アイルランド料理教室



「十勝の産物を組み合わせるチャウダー」をテーマに、アイルランド風「シーフードチャウダー」と、ウォーターフォード州の名物「ブラー」というパンを紹介します。パンはチャウダーと一緒に食べても、バターと一緒に食べても相性バツチリ！



マネリ
国際交流員
(アイルランド
出身)

タイ料理教室



タイの有名な青パパイヤサラダ「ソムタム」の一種で、キュウリを使った「タムテーン」と、タイの代表的なハーブのレモングラスやパクチーなどで香り付けた、タイ風焼き鳥の「ガイヤーン」を紹介します。

ポンコット国際交流員
(タイ出身)

中国料理教室

辛さを調整できて大人も子どもも喜んでくれる「焼きジャガ」と、ジャガイモ・ピーマン・トマトの組み合わせで栄養バランスがよく、彩りのある「信号」炒めを紹介します。



異文化の気付きをブログで紹介

国際交流員が、母国の文化・食習慣・言葉・気候などを紹介するとともに、日常生活で気付いた日本との違いなどを綴っています。

読者が異文化について新たな視点を得たり、日本を再発見するきっかけになるような内容を、写真とともに掲載しています。

帯広市 国際交流員 ブログ



検索

中国をラジオで紹介

中国出身のネイ国際交流員が、ラジオに出演しています。中国の文化や生活などについて、楽しく語っています。中国に関する質問も受け付けています！

番組名：FM-JAGA「十勝魂778×au」

出演日時：毎月最終火曜日、18時～

19時のうち30分程度

質問受付：jaga@jaga.fm

