

帯広市からの お知らせ 3月

Information

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、FAX23・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=費用 申=申し込み 問=問い合わせ
☎=電話 F=FAX E=Eメール
HP=ホームページ

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)
- 特に記載のない申し込みは、申込期限必着で1人(組)1通。直接窓口で申し込む場合は、返信用のはがきをお持ちください。

幼児向けのプチコンサート ～楽しいおやこあそび～

音楽で思い切り体を動かしたり、歌を歌ったりと、音遊びを通じて、乳幼児に音楽の楽しさを知ってもらうコンサート。

対 5歳までの子どもと保護者
日 4月27日(土)、10時30分～11時30分
定 先着100人
費 500円(1家族)

場申問 3月3日(日)～4月26日(金)までに、
電話で市民文化ホール(西5南11、☎23・8111)へ。



コンサートは文化ホール舞台上で行います

イベント

企画展「新着資料展」

平成30年度に寄贈された資料を中心に展示。

日 3月2日(土)～24日(日)、10時～16時

場 帯広百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)

図書館のイベント

場 帯広図書館(西2南14、☎22・4700)

◆帯広市図書館お誕生日おめでとう! いけ花展

日本華道院十勝支部による、3月3日の図書館オープン13周年を記念した生け花展。

日 3月2日(土)、3日(日)、いずれも10時～18時

◆おひさまおはなし会「ひなまつりスペシャル」

帯広図書館友の会「おひさま」による紙芝居やエプロンシアターなど、ひな祭りにちなんだおはなし会。

し会。

日 3月3日(日)、11時～11時40分

◆「日曜春の朗読会」自作を「読む」&「朗読ワークショップ」

「萌えの会」朗読倶楽部による朗読会と朗読ワークショップ。会員が自分たちの創作作品を朗読。賛助出演として、宮永真智子氏がオカリナによる朗読の伴奏を行う。

日 3月17日(日)、13時30分～15時50分

定 先着80人

◆第43回おはなしのせかい

十勝童話会による、手作り大型紙芝居や語りなど、小学生から大人向けのおはなし会。

日 3月31日(日)、10時30分～12時

児童会館のイベント

場 帯広児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)

◆もつくん教室

親子で簡単な工作をする。
①紙コップ人形、②ガチャポンマイク

対 幼児と保護者
日 ①3月6日(水)、②13日(水)、いずれも

れも10時～11時30分

◆親子のエンジョイ将棋

対 小・中学生と保護者
日 3月9日(土)、10時～12時

◆親子囲碁入門教室

対 小・中学生と保護者
日 3月10日(日)、10時～12時

◆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 3月10日(日)、14時～15時

◆星空のコンサート

プラネタリウムの星空の下でコンサートを行う。
日 3月21日(祝)、18時30分～19時30分

定 先着55人

◆春休みわくわく教室

春休み中の2日間、楽しい工作と実験の教室を開催。
対 幼児、小・中学生。幼児・小学校低学年は保護者同伴

日 3月26日(火)、27日(水)、いずれも13時～15時

◆第45回全十勝小中学生将棋大会
対 十勝管内在住の小・中学生

帯広の森・はぐくむのイベント

小学生以下は保護者同伴。

場申問 2月26日(火)～各開催日の前日までに、帯広の森・はぐくむ(南町南9線49、☎66・6200)へ。

◆グリーンウッドワーク

森で間伐体験をして、切った木で自由に工作をする。
日 3月9日(土)、9時30分～12時

定 先着15人

◆森の文化展

市民の皆さんから募集した森の風景や動植物などの写真、俳句などの作品を展示する。3月10日(日)まで作品の出展者も募集。

◆冬のバードウォッチング

森を歩き、冬から春にかけてよく見られる野鳥を観察する。
日 3月17日(日)、10時～12時

定 先着15人

帯広の森展示キャラバン

帯広の森の歴史や森づくりの様子、森での楽しみ方などを、パネルや航空写真などの展示で紹介。

・市民ホール(市庁舎1階)

日 3月28日(木)～4月4日(木)、8時45分～17時30分(最終日は12時まで)

・図書館(西2南14)

日 4月4日(木)～11日(木)、10時～12時(初日は15時から、最終日は12時まで)

日 4月18日(土)の課(市庁舎6階、☎65・4186)

森の交流館・十勝のイベント

場 帯広森の交流館・十勝(西20南6、☎34・0122)

◆キッズ・プレイグラウンド(マダガスカル)

歌や絵本などを通じて、外国文化に触れられる遊びの場。今回はマダガスカル出身のジャズ・ミュージシャンが、自国の遊びや、歌やダンス、工作などで交流する。

日 3月9日(土)、11時～12時30分
場 森の交流館・十勝(西20南6)
定 先着20人
申問 3月6日(水)までに、親善交流課(市庁舎3階、☎65・4133)へ。

英語でアメリカン・イースター

アメリカ出身の国際交流員と、イースター(復活祭)でアメリカ国民に親しまれているイースター・エッグ作りや、イースター・エッグ・ハントを体験する。イベントは、中学校2年生レベルの英語で行う。

対 市内在住の中・高校生
日 3月9日(土)、11時～12時30分
場 森の交流館・十勝(西20南6)
定 先着20人
申問 3月6日(水)までに、親善交流課(市庁舎3階、☎65・4133)へ。

対 未就学児と保護者。兄弟も参加可能
日 3月9日(土)、10時～11時30分
◆インターナショナル・トーク(エジプト)
エジプト出身の留学生が、自国の面白いエピソードを紹介する他、簡単なゲームや、英語と日本語を交えたフリートークで交流する。
対 中学生以上
日 3月16日(土)、18時30分～20時

じぶん・くらしの合同相談会

帯広市自立相談支援センターふらつと、とかち生活あんしんセンター、おびひろ地域若者サポートステーション、母子家庭等就業・自立支援センター、日本司法支援センター釧路地方事務所、アクティブシニアサポートセンター帯広が合同で、日常生活、仕事、金銭問題、法律などの相談に応じる。

第110回虹コン

笛好きな小学生から大人が集まり、2006年に結成されたフルートアンサンブル「笛吹きピーターと仲間達」による、ソロから大編成までのフルートコンサート。

講座・教室

市民大学講座 第50集

嶺野侑氏（元帯広市議会議員）を講師に、「昭和・平成から見えてくる新しい時代。次の世代につなげたいこと」と題した講座を開催。十勝の昭和・平成史を振り返り、新時代の将来像を考える。未就学児（2歳以上）の託児希望者は、3月7日(木)までに申し込み。

百年記念館の講座・教室

◆博物館講座「学芸員のしごと 学芸活動報告会」
今年度、百年記念館が行ったさまざまな研究や教育活動を、学芸員が報告する。

社会参画支援講座

あしざわ 芦沢荘一氏（スキルノート主宰）を講師に、働くことが楽しくなるような、ひらめき力や思考力、アイデアの引き出し方を学ぶ。未就学児の託児希望者は2月28日(木)までに申し込み。

日 3月8日(金)、19時～20時30分
場 とかちプラザ(西4南13)
定 先着40人

申 3月7日(木)までに、男女共同参画推進課(市庁舎3階、☎65・4134)へ。



首都圏で活躍する講師の北海道初開催講座

日 3月9日(土)、14時～16時
◆平成31年度前期陶芸講座
対 十勝管内在住の18歳以上の初心者
日 4月～8月、毎月第2・4の火・水曜日、全18回、10時～15時
定 抽選36人
¥1万円（別途材料費など8000円程度）
申 3月1日(金)～17日(日)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(6頁)を書いて、百年記念館へ。



初心者でも本格的な器が出来ます

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体験。
定 ①各先着10人、②先着20人
場 申 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 ①3月16日(土)～17日(日)、②4月6日(土)～7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 申込期限 ①3月8日(金)、②29日(金)
② ソーセージ研修（約250グラム）
日 3月24日(日)、10時～14時
¥1000円
申 申込期限 3月15日(金)

インテリアを楽しもう！ in 図書館

中川真理子氏、加藤久恵氏（帯広インテリアコーディネータークラブ）を講師に、インテリアを楽しむための教室とワークショップを行う。
日 3月20日(水)、14時～15時30分
定 先着24人
場 申 3月1日(金)～15日(金)までに、図書館（西2南14、☎22・4700）へ。

初めての押し花教室 3カ月コース

3回の講習で、押し花を学ぶ。
日 3月28日(木)、4月25日(木)、5月30日(木)、全3回、10時～12時
定 抽選10人
¥6480円
場 申 3月18日(月)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(6頁)を書いて、帯広市都市農村交流センターサラダ館（〒080・2472西22条南6丁目6、☎36・8095）へ。

健康推進課からのお知らせ

場 特に記載がない場合は、保健福祉センター（東8南13）
申 各申込期限までに、健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）へ。
◆からだスッキリ講座
講話と体操や室内運動を行う。
対 市内在住の18歳以上
・「こころの健康」
日 3月1日(金)、14時～15時30分

申込期限 2月28日(木)
・「腰痛・肩こり」

日 3月13日(水)、10時～11時30分
場 西帯広コミセン（西23南2）
申込期限 3月12日(火)

・「糖尿病について学ぶ」
日 3月23日(土)、10時～11時30分
申込期限 3月22日(金)

◆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 ①3月6日(水)、②25日(月)、いずれも8時45分～17時30分の間で、1人60分程度
申込期間 3月1日(金)～22日(金)

子育て支援課からのお知らせ

場 園子育て支援課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722）
◆ママと赤ちゃんの相談会「ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座」
対 妊娠中の人、1歳までの赤ちゃんと保護者。上のお子さんも一緒に参加可能
日 3月1日(金)、10時～11時10分
定 先着10人
申 2月28日(木)までに、電話または直接子育て支援課へ。

◆乳幼児健診のお知らせ
対象日は個別通知を確認。受け付けは12時20分～13時15分
・5カ月児健診とBCG接種
健診に来られなくても、希望者には絵本をプレゼント。詳細は問い合わせください。
対 平成30年9月生まれ
日 3月6日(水)、14日(木)、27日(水)
・1歳6カ月児健診
対 平成29年8月生まれ

日 3月5日(火)、19日(火)、28日(木)
・3歳児健診
対 平成28年2月生まれ
日 3月7日(木)、13日(水)、26日(火)

◆ほんわかファミリー教室
妊娠中の栄養のお話、赤ちゃんをお風呂に入れる練習、パパの妊婦体験など、出産・育児を学ぶ。
対 8月に初出産予定の夫婦
日 4月21日(日)、13時～15時30分
申 3月11日(月)～4月17日(水)までに、電話で子育て支援課へ。

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。手伝いが必要な場合は連絡ください。
日 3月28日(木)、13時30分～15時
場 グリーンプラザ（公園東町3）
¥1000円
間 高齢者福祉課（市庁舎2階、☎65・4145）

予防接種の受け忘れはありませんか

予防接種の受け忘れがないか、確認してください。
接種期間は、3月30日(土)までです。詳細は問い合わせください。
間 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9720）
◆麻疹・風しん混合の二期（年長児）
対 平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ（無料）
◆高齢者の肺炎球菌予防接種
対 平成31年4月1日時点で、65歳～100歳までの5歳刻みの年齢に当たる人で、過去に肺炎球菌予防接種を受けていない人
¥2900円



スポーツ教室についてのお知らせ



2月20日～3月19日の期間に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、または総合案内（市庁舎1階）、各スポーツ施設、各コミセンに配置している生涯学習情報誌「まなびや」で確認してください。



▲詳細はこちら

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」(6頁)を記入

開催施設	開催月	講座・教室名	対象者
帯広の森市民プール	4～5月	水中ウォーキング教室(1回目)	16歳以上の人
	4～5月	水中エアロビクス(1回目)	16歳以上の人
	4～7月	50歳からの水泳教室(1回目)	16歳以上の人
	4～5月	ベビースイミング(1回目)	6カ月～1歳11カ月までの幼児とその保護者
	4～5月	ピラティス(1回目)	16歳以上の人
	4～5月	おやこ水泳教室(1回目)	2～4歳児とその保護者
	4～5月	幼児水泳教室(1回目)	幼稚園・保育所の年中・年長に当たる幼児
	4～6月	とんでけ脂肪(1回目)	16歳以上の人
	4～5月	プールサイドヨガ(1回目)	16歳以上の人
	4月	春めだか短期水泳教室(1回目)	小学生の初心者
帯広の森市民プール／帯広の森第二アイスアリーナ	4～翌3月	OCSFキッズスクール	幼稚園・保育所の年長に当たる幼児
明治北海道十勝オーバル	4～5月	ブラックバーンアウト(1回目)	16歳以上の女性
	4～5月	ブラックジャンプ(1回目)	16歳以上の女性
	4～6月	ヨガ(1回目)	16歳以上の人
	4～5月	ヨガ-short- ショート	16歳以上の人

帯広の森市民プール(〒080・0856南町南7線56番地7、☎47・3630)
明治北海道十勝オーバル(〒080・0856南町南7線56番地7、☎49・4000)

＊スポーツ

明治北海道十勝オーバルスケートリンク最終営業日について

スケートリンク営業の最終日は、スケートリンク、トレーニング室、ランニング走路を無料開放。ただし、リンクの無料開放はレクリエーション滑走となるので指導行為や練習滑走はできません。

3月3日(日)、9時～22時
場 明治北海道十勝オーバル(南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎49・4000)

スポーツ振興室からのお知らせ

問 スポーツ振興室(市庁舎8階、☎65・4210)

◆2018スポーツ王国北海道事業「スポーツチャレンジ教室」
北海道が主催する「スポーツチ



元プロ野球選手が野球の基本を指導

チャレンジ教室の一環として、池田剛基氏(元日本ハムファイターズ選手)を講師に野球教室を開催。グローブとバットを持参してください。
対 小学1～3年生
日 3月10日(日)、11時15分～13時
場 すぱーく帯広(南町南9線37) 定 先着60人
申 3月7日(木)までに、スポーツ振興室へ。

◆第26回市民ゴルフ大会
帯広市発祥のゴルフで、冬季の運動不足を解消する。

スポーツ指導者の施設使用料を免除 登録受け付け中

自主的な練習活動を行うスポーツ団体の指導者が登録すると、市の体育施設の一般開放を利用する際、指導者の施設使用料が免除されます。団体の利用人数で免除される指導者数が異なります。詳細は問い合わせください。
申 3月1日(金)から随時、登録申請書と団体所属者の名簿を直接、帯広の森アイスアリーナ(南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎48・6256)へ。

3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、随時申し込みを受け付けている住宅もあります。
日 3月1日(金)、5日(火)、8時45分～17時30分、4日(月)、8時45分～19時
場 市庁舎10階第5B会議室
問 住宅課(市庁舎3階、☎65・4190)

自衛官を募集

詳細は問い合わせください。
申 各申込期間に、自衛隊帯広募集案内所(西5南14、☎23・8718)へ。
担当課 総務課

＊募集

帯広児童劇団の団員を募集

平成31年度の新メンバーを募集。演劇やダンス、歌を練習して、12月の公演で披露。体験、見学も可能。

- 対 新小学1年生～高校3年生
- 費 月額3000円程度
- 申 児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)へ。



第33回公演「ミュージカル・グリーン」

＊案内

統一地方選挙 立候補予定者説明会

4月7日(日)に執行予定の北海道議会議員選挙および、4月21日(日)執行予定の帯広市議会議員選挙に立候補を予定している人を対象とした、立候補手続きなどの事前説明会。1候補予定者につき2人まで出席可能。
・北海道議会議員(帯広市選挙区)立候補予定者説明会
日 3月6日(水)、14時～15時30分
場 市庁舎10階第3会議室
・帯広市議会議員立候補予定者説明会
日 3月27日(水)、14時～15時30分
場 市庁舎10階第6会議室
問 選挙管理委員会事務局選挙課(市庁舎9階、☎65・4222)

投票所入場券の送付

4月7日(日)に執行予定の北海道知事・北海道議会議員選挙の投票所入場券を3月21日頃までに、住

平成31年第1回 帯広市議会定例会

開催中は会議を傍聴できません。事前申し込みで、幼児の一時預かり、手話通訳者の派遣、携帯型補聴器誘導システムが利用できます。また、市ホームページから生中継映像を見ることが出来ます。日程は変更になる場合があります。

3月1日(金)、13時～	本会議(初日)
3月4日(月)、10時～	議案審査特別委員会
3月7日(木)、8日(金)、各10時～	本会議(代表質問)
3月11日(月)、10時～	本会議(一般質問予備日)
3月12日(火)～14日(木)、各10時～	本会議(一般質問)
3月15日(金)、18日(月)～20日(水)、22日(金)、25日(月)、26日(火)、各10時～	予算審査特別委員会
3月28日(木)、13時～	本会議(最終日)

清掃事業課からのお知らせ

◆平成31年度版燃やさないごみ・有害ごみ収集日表などを配布します
燃やさないごみ・有害ごみの収集日表とごみとリサイクルの情報紙「ごみユニティメール」を3月中旬以降に各家庭に配布します
◆大型ごみの収集は有料で事前に申し込みが必要です
詳細は問い合わせください。
☎電話、ファクス、またはホームページの「大型ごみインターネット

帯広市民文化ホール大ホール 「リニューアル記念公演」

市民文化ホール大ホールの改修と開館30周年を記念した4公演のうち、3月からチケット販売する2公演について紹介します。
担当課文化課

おかあさんといっしょ 「ガラピコぷ〜がやってきた!!」帯広公演

第3弾 宮坂建設工業協賛、市教育委員会主催

チョロミー、ムームー、ガラピコと、歌や体操のお兄さん、お姉さんによるファミリー向けのショー。

日時：4月20日(土)、①11時～12時、②14時30分～15時30分

定員：①②各先着1332人

料金：1・2階席2700円、3・4階席2300円

チケット販売：3月1日(金)以降に市民文化ホール内チケットらいぶ(西5南11、☎23・8111)またはローソンチケット(ローソン各店舗やインターネットなど、☎0570・000・777)で販売。

問い合わせ：NHKプラネット北海道支社(☎011・207・2499)

第4弾 帯広交響楽団第41回定期演奏会

バイオリニストの久保陽子氏、指揮者の渡邊一正氏を迎え、ベートーベンの「運命」、ブラームスの「バイオリン協奏曲」などを演奏。

日時：5月19日(日)、15時～17時30分

定員：先着1250人

料金：S席2000円、A席1500円、B席1000円(当日各500円増)

※学生はB席限定で500円(当日600円)

チケット販売：3月3日(日)～10日(日)、市民文化ホール内チケットらいぶ(西5南11、☎23・8111)で先行販売。3月24日(日)からチケットらいぶなどで一般販売開始。

問い合わせ：帯広交響楽団事務局(☎22・7739)

※第1弾、第2弾の公演は、広報おびひろ2月号でお知らせしました。

くりりんセンターへのごみの持ち込みについて

春は引っ越しなどで大変混雑するため、計画的にごみ収集日に決められたごみステーションに出してください。なお、家庭ごみの持ち込みには、10キログラムごとに170円の料金が掛かります。
開館日(月)～土曜日(海の日、体育の日、年末年始を除く)、9時～17時
問くりりんセンター(西24北4、☎37・3550)
担当課清掃事業課

ト受付」(https://www.clean-kan-kyojo/obihoro) から大型ごみ受付センター(月)～金曜日、9時～17時30分、☎27・5300、F27・5322)へ。


お墓に関するお知らせ

3月18日(月)からお彼岸です。お墓参りでお供えた物は、カラスやキツネに荒らされて、お墓が汚れますのでお持ち帰りください。
◆中島霊園墓地の貸し出し
市内、市外の居住を問わず、随時、個人で申し込みできます。
問戸籍住民課(市庁舎1階、☎65・4144)
◆お墓参りのマナーを守りましょう

広告物、建築物外装材の適切な維持管理をお願いします

腐食した広告物や浮き上がりが発生した外装材などは、強風や地震により落下する恐れがあります。所有者・管理者は、適切な維持管理をお願いします。
問国保課(市庁舎1階、☎65・4138)

高額介護合算療養費勧奨通知(申請書)の発送時期について

国民健康保険および後期高齢者医療制度の被保険者で、高額介護合算療養費の支給対象となる人への勧奨通知(申請書)は、例年1月～2月に発送していましたが、平成29年度分(平成29年8月1日～平成30年7月31日)は、高額療養費外来年間合算の新設に伴い3月～4月に発送する予定です。詳細は問い合わせください。
問国保課(市庁舎1階、☎65・4138)

春の転入・転出届などの受付時間を延長します

3月下旬から4月上旬は引っ越しのシーズンに当たり、市役所の窓口が大変混雑します。混雑を緩和するため、下表の窓口で平日の受付時間を延長し、土曜日に臨時窓口を開設します。

☎3月25日(月)～4月6日(土)

(平日は19時まで、土曜日は17時30分まで)

問各担当課

平成31年臨時窓口体制カレンダー

月	火	水	木	金	土
■ 3/25	■ 26	■ 27	■ 28	■ 29	● 30
■ 4/1	■ 2	■ 3	■ 4	■ 5	● 6

■ 8時45分～19時 平日 日夜間延長 ● 8時45分～17時30分(土曜日臨時開設)

※ 通常の受付時間は、祝日を除く月曜～金曜日の8時45分～17時30分です。

※ 日曜日は臨時窓口を開設しません。


対象窓口

受付内容	担当課	場所・電話
転入・転出・転居・印鑑登録・諸証明の発行・戸籍の届け出、国民年金の手続き	戸籍住民課	市庁舎1階(☎65・4141)
通知カード・マイナンバーカードに関する手続き・交付		
国民健康保険・後期高齢者医療の異動の届け出・相談業務	国保課	市庁舎1階(☎65・4138)
上下水道使用開始・休止受け付け、上下水道料金の納付	料金課	市庁舎水道棟1階(☎65・4213)
所得証明、課税証明の発行	市民税課	市庁舎2階(☎65・4121)
児童手当、児童扶養手当、ひとり親家庭等医療費助成、乳幼児等医療費助成の申請受け付け	こども課	市庁舎3階(☎65・4160)
小・中学校の転入学手続き	学校教育課	市庁舎8階(☎65・4203)

みんな 市民の掲示板

市以外からの市民向けのお知らせを掲載しています。
5月号掲載の受付締め切りは
3月22日(金)です。

問い合わせ 広報広聴課
(市庁舎3階、☎65・4109)



ひとり親家庭の無料法律相談会

離婚、親権、消費者金融などの相談に弁護士が応じます。託児希望は申し込み時に連絡ください。対十勝管内在住のひとり親家庭の父母

日 3月8日(金)、13時～15時の間で1人30分

場 グリーンプラザ(公園東町3)

定 先着4人

申 3月1日(金)までに、電話で母子家庭等就業・自立支援センター(☎20・7751)へ。

初めてのオカリナレッスン

オカリナに興味のある人を対象に講習会を行います。

日 3月3日(日)、13時30分～15時

場 市民文化ホール(西5南11)

定 先着10人

費 3000円。オカリナ(ACC管)を持っている人は2000円

間 前日までに、電話でオカリナカリナ・本谷(☎070・4037・9975)へ。

第40回地域住民公開講座

「前立腺がんってどんな病気？」

内野秀紀氏(帯広厚生病院泌尿器科主任部長)を講師に、公開講座を行います。

日 3月12日(火)、14時～15時

場 間帯広厚生病院がん相談支援科(西14南10、☎65・0101)

司法書士無料法律相談会

(予約制)

相続、登記、成年後見、多重債務などの相談に応じます。

日 3月19日(火)、18時～20時

場 とかちプラザ(西4南13)

申 3月14日(木)までに、電話で釧路司法書士会司法書士総合相談センター(フリーアクセス0800・800・3946)へ。

メロディキッズワークショップ

クニさん、ミカちゃんの音楽レッスンを楽しく受けてみませんか。

対 3月16日(土)、13時～13時50分

(小学6年生～中学3年生)、14時～14時45分(小学2～5年生)、15時～15時45分(3歳児～小学1年生)

定 各先着10人

費 1回500円

場 申 前日までに、電話で十勝エコロジーパーク(音更町十勝川温泉南18、☎32・6780)へ。

南商クッキング部プレゼンツ

第35回「おびひろ子ども食堂」

南商業高校クッキング部の生徒が、子どもたちが喜ぶ献立を考えて料理を作ります。

日 3月16日(土)、12時30分～13時30分

場 WEWとかち(西21南3)

費 保護者のみ300円

第29回市民健康講座「脳卒中を防ぐための知識、すべて教えます」

大瀧雅文氏(帯広厚生病院脳神経外科副院長)が、今日からできる脳卒中を防ぐための生活のポイントなどについて話します。

日 3月16日(土)、14時～15時30分

場 とかちプラザ(西4南13)

定 先着150人

間 北海道保険医会帯広・十勝支部(☎24・2802)

第38回豆まつり

毎年好評の十勝の豆即売会、物産展の他、豆のはり絵や塗り絵、豆射的など、無料で楽しめるイベントが盛りだくさんです。

日 3月17日(日)、10時～14時

場 とかちプラザ(西4南13)

間 帯広商工会議所商工観光課(☎25・7121)

第47回「十勝マイナー校」

「生き方/逝き方」をテーマに講演します。

日 3月17日(日)、15時～16時

場 とかちプラザ(西4南13)

間 北海道シブ・プリーディング・サービス代表福井(☎42・5195)

第14回「健康講座」

「心の健康づくり」をテーマとした講話と、認知症予防運動を行います。

日 3月19日(火)、10時30分～12時

場 びあざフクハラ西帯広店(西23南3)

定 先着60人

申 前日までに、電話で十勝バス



図書館のオススメ

移動図書館バス「ナウマン号」が、絵本や児童書、小説、実用書など約3500冊を載せ、市内を巡回して図書の貸し出しを行っています。気軽に利用してください。

問い合わせ 図書館(西2南14、☎22・4700)

利用方法

図書館で発行する「利用者カード」で利用できます。「利用者カード」を持っていない場合、バス内で新規登録が可能です。(運転免許証や学生証など氏名と住所が分かるものをお持ちください)



黄色い象が目印

貸出冊数と貸出期間

貸出冊数は10冊、貸出期間は次の巡回日(約1カ月後)までです。



返却方法

次の巡回日のナウマン号が図書館へ返却してください。

移動図書館バス「ナウマン号」

巡回する場所・日程は、図書館ホームページ、コミセンにあるチラシで確認してください。



おびひろクイズ



問い合わせ 広報広聴課(市庁舎3階、☎65・4109)

おびひろ かん だ おびひろはかせ
帯広に関するクイズを出すよ！ 答えが分かったあなたは帯広博士!!

第1問 レベル1★

おびひろ し しょうわ ねん おびひろちょう おびひろ し
帯広市は昭和8年(1933年)に帯広町から帯広市に
なったんだ。では、帯広が市になったのは、北海道
内では何番目だったか分かるかな？

①2番目 ②7番目 ③12番目

第2問 レベル2★★

おびひろ し とうじ じんこう
では、帯広が市になった当時の人口はどのくらい
だったか分かるかな？

①約1万2000人 ②約3万2000人 ③約5万2000人

答えは下を見てね



第1問 ⑦番目…大正11年(1922年)に札幌、旭川、函館、釧路、室蘭、小樽の6カ所が市になっていたの、帯広は7番目だよ。
第2問 ②約3万2000人…ちなみに最新の帯広市の人口は、表紙の「データで知る帯広」に書かれているよ。

おびひろ
クイズ

ふるさと見聞録

写真・文
／帯広の森・はぐく一む
佐藤 航



森の雪解けはどこから？

3月のある日、森を歩いてみるとシラカバの木の根本の雪だけが丸く解けているのを見つけた。これは「雪根開き」や「根開き」などと呼ばれる現象で、俳句の世界では春の季語とされています。

この現象は、太陽の光を吸収した木が熱を持ち、周りの雪が解けることで起きると考えられています。しかし、シラカバの白い幹はあまり光を吸収するようには見えません。今まで信じていた説に少し疑問が生まれます。

その他に、「根開き」の原因としてよく聞く説には、生きている木は生命活動によりわずかに熱を持ち、雪が解けるといふものもあります。ですがこの現象は枯れた木や電柱などでも同様に起きるため、この説では説明が付きません。

他に原因としては、木によって変化する風の流れや、木を流れ落ちる雪解け水なども考えられます。意外と原因は単純ではないのかもしれない。

身近な自然でも視点を変えれば新たな発見や疑問が見えてきます。雪解けにまつわるミステリー、いつか解き明かしてみたいと思います。

☎37・6500)へ。

家族介護・健康教室「家族が行うファイジカルアセスメント(体調管理)」
血圧・糖尿病管理、褥瘡(じよくそう)・便秘の予防や対策などを話します。
日3月22日(金)、10時～11時
場圃(じゆん)圃(じゆん)前日までに、電話で帯広光南病院・早坂(空港南町303、☎47・4811)へ。

設立25周年記念マジックショー「マジックの祭典」
設立25周年を記念したマジックショーを行います。
日3月24日(日)、13時30分～15時30分(開場13時)
場市民文化ホール(西5南11)
関十勝マジック愛好会事務局・鈴木(☎090・1385・6969)

日3月24日(日)、15時～17時、25日(月)、18時～20時(開場はいずれも30分前)
場24日、幕別百年記念ホール(幕別町千住180)、25日、市民文化ホール(西5南11)
¥大人前売り800円、高校生以下400円(当日はいずれも100円増)
関帯広三条高校・森(☎37・5501)

肝がん検診のお知らせ
問診・採血・腹部エコーの他、肝臓専門医による療養相談を実施します。
日4月14日(日)、9時～15時
場とかちプラザ(西4南13)
定先着50人
¥6000円
関3月27日(水)までに、電話で肝がん検診団事務局(☎011・728・1008)へ。

北海道のオール・ブリュット
北海道のオール・ブリュット作家の作品を、現代アーティストによる新たな視点から紹介します。
日3月31日(日)まで
¥一般500円、大学生以下無料
場圃(じゆん)北海道立帯広美術館(緑ヶ丘2、☎22・6963)

多重債務夜間無料相談を活用してください
多重債務で悩んでいる人を対象に、毎週水曜日の18時30分～19時30分まで、無料相談を行っています。面談形式で、弁護士事務所で行います。事前に予約が必要です。気軽に相談してください。
関釧路弁護士会帯広会館(☎66・4877)へ。

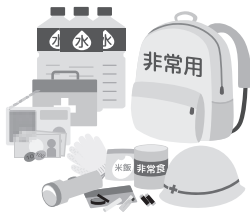
石綿による疾病への労災補償制度
中皮腫や肺がんなどを発症し、労働者として石綿(アスベスト)を扱っていた人は生命活動によりわずかに熱を持ち、雪が解けるといふものもあります。ですがこの現象は枯れた木や電柱などでも同様に起きるため、この説では説明が付きません。

安/心/安/全/メモ 冬季防災訓練レポート

問い合わせ 総務課(市役所5階、☎65・4103)



1月26・27日に森の里小学校で行われた防災訓練の内容の一部を紹介するよ。



常時の備え



冬の備え



割れたガラスでケガをしないように顔をガラスから遠ざけて、たたいてね

● 暴風雪サバイバル

● 停電対策講座

ガソリンやガスのタイプの発電機以外にも、電気自動車などから給電して家電製品を使用することもできるんだ。



● 避難所宿泊体験

会場の気温は10℃で寒かったけど、携帯用カイロや毛布で体を温めたよ。

冬の災害を想定して、食料や寒さ対策など十分な備えをしよう。



ばく露作業に従事したことが原因と認められた場合、労災保険給付や石綿救済法に基づく特別給付金が支給されます。詳細は問い合わせ

せくください。
関北海道労働局(☎011・709・2311)

地区懇談会開催結果

問い合わせ 広報広聴課（市庁舎3階、☎65・4109）

昨年11月1日(休)～18日(日)にかけて、市内6会場で地区懇談会を開催し、223人の市民の皆さんに参加いただきました。

今年度は、「市民みんなで健康づくり」と「おびひろの子育て」の2テーマについて対話形式で懇談しました。一部、それぞれのテーマに関連するイベントと合同で実施する回を設けたことで、昨年度に比べ参加者数が増加しました。

市民みんなで健康づくり

人生100年時代を迎えつつある今、どのようにして健康な期間を伸ばしていけるか、市の事業を紹介しながら説明し、健康づくりの大切さについて意見交換を行いました。



「健康のためボランティア活動を楽しみたい」との声も

おびひろの子育て

昨年度の懇談会でいただいた意見を反映して開始した「パパ講座」や、「利用者支援事業」など新たな取り組みを紹介しながら、子育て世代の困りごとなどについて意見交換を行いました。

「これからも、子育ての悩みなどを語り合える場を」との声も



「これからも、子育ての悩みなどを語り合える場を」との声も



懇談会で出た主な意見(抜粋)

市民みんなで健康づくり

- 面倒くさがらず、運動を習慣化したい。
- 自主活動団体に参加する人を増やしていきたい。
- 健康のことは後回しにしがちだが、予防する事が大事だと分かった。

おびひろの子育て

- 新米パパなので、自発的に子育ての情報を取り入れて子どもを育てていきたい。
- 困ったとき助け合えるように、いろいろなところでつながっていることが大切だと感じた。

今後も参加した皆さんから寄せられた意見を参考にしながら、より良いまちづくりを進めていきます。

タベルナ・ラ・オビヒロ

今回のテーマは「健康料理」

「タベルナ」とは欧州で食堂や居酒屋などを表す言葉です。帯広にちなんだ料理をご紹介します!

第4回 黒千石とゆり根ごはん

材料(2.5人分)

- 米(7分つき米)…1合(150g)
- 黒千石大豆 ……20g
- ゆり根 ……40g
- 塩 ……1.2g
- みつば ……適量

調理手順

1. 黒千石大豆は、一晩水につけておく。
2. 米(7分つき米)を2～3回水洗いし、20分間水に浸したあと、ザルに上げ、15分間水切りする。炊飯器の内釜に米を入れ、1合の目盛りに合わせて水(豆のつけ汁含む)を加える。その後、黒千石大豆を加えて炊く。
3. ゆり根は、丁寧に洗って、りん片を1枚づつはがし塩ゆでする。
4. 炊き上がったご飯に、3を混ぜて器に盛り、1cm程度に切ったみつばを飾り付けて完成!

黒千石大豆に含まれるポリフェノールには、老化を防止する働きがあります! ほんのり桜色になったご飯で食卓も華やかになりますね。

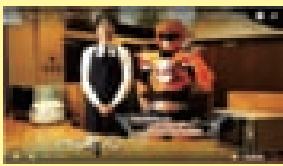


帯広市食生活改善推進員協議会の皆さん



過去に紹介したレシピは、市ホームページで確認できます。

レシピを実際に調理する動画も公開しているのでチェックしてみてください!



タベルナ・ラ・オビヒロ 検索

オビヒロカメラレポ

OBIHIRO CAMERA REPORT

第56回おびひろ氷まつりが開催され、巨大滑り台や回転そりに多くの子どもたちが集まり、寒さに負けない笑顔で冬の遊びを楽しみました。また、会場内に設置された、4月から放送されるNHKの連続テレビ小説「なつぞら」の主人公をイメージした巨大モザイクアートが注目を集めていた他、来場者は十勝産食材が並ぶ屋台「アイスマルシェ」でグルメを堪能し、冷えた体を温めていました。(2月1日～3日、緑ヶ丘公園)



おびひろ氷まつり

「今の自分の運転技能をチェックしたい」「冬道の運転に不安がある」などの理由から、6歳以上の市民30人が体験会に参加しました。

体験会では、自動車学校のコースに再現したアイスバーンやわだちなど特有の悪路を走行し、指導員からアドバイスを受けた他、運転シミュレーターを使った反応速度などの診断、警察による講習会を行い、交通事故を未然に防止する意識を高めました。(1月25日、帯広第一自動車学校)



高齢者ドライビング体験会

市政のお知らせを放送しています

◆テレビ 市役所だより(OCTV 11ch) 毎日4回放送していて、市ホームページからもご覧になれます。

◆ラジオ 毎週月・水・金曜日 おびひろタウンインフォメーション (FM-JAGA77.8MHz) 9:15～9:20 おびひろ広報メモ (FM-WING76.1MHz) 9:30～9:35

広報おびひろの感想を聞かせてください

最後まで読んでいただきありがとうございます。よりよい広報紙にするために「こうした方が読みやすい」など皆さんの感想をお聞かせください。問い合わせ 広報広聴課 (市庁舎3階、☎65・4109、FAX23・0156、Eメールreport@city.obihoro.hokkaido.jp)