



緑ヶ丘公園
児童遊園

子どもたちの遊び場を新しく

昭和の時代から整備が進められ、広大な敷地と豊かな自然に恵まれた緑ヶ丘公園。多くの市民に親しまれている、帯広市を代表する公園の児童遊園が生まれ変わりました。

問い合わせ みどりの課(市庁舎6階、☎65・4187)



名称は児童が考案

「トーテムジャングル」

今年7月、緑ヶ丘公園近隣の花園小学校、緑丘小学校の児童を対象に、新たな遊具広場の名称を募集しました。選考の結果、緑丘小学校の児童が考案した「トーテムジャングル」に決定しました。

7月27日に表彰式を開催し、名称を考案した児童に表彰状と記念品を贈りました。また、すてきな名称を考えた児童4人にも記念品を贈りました。



「トーテムジャングル」を考えた 貝愛梨さん

全29種の機能が楽しめる
新設された遊具は、全29種の機能を備え、高さ約4メートルの展望台から長さ約10メートルの滑り台を滑ったり、ネットの上を渡ったり、壁を登ったりと、さまざまに楽しみ方ができます。

道東初の遊具新設
1〜3歳児が安心して遊べる
1〜3歳児が安心して遊べる遊

位置図



帯広市を代表する公園「緑ヶ丘公園」。平成19年に整備された児童遊園の遊具は、多くの子どもたちに利用されてきました。しかし、老朽化により使用できないものが複数あったことから、市は今年7月に新たな遊具を設置しました。

具を、道東で初めて設置しました。遊具をフェンスで囲うことで飛び出しなどを防いでおり、保護者が近くのベンチで休みながら、子どもたちの様子を見守ることもできます。ぜひ生まれ変わった児童遊園に遊びに来てください。

おびひろ

Public Information OBIHIRO

平成30年
(2018年)

No.1132

September

9

発行:帯広市
編集:政策推進部広報広聴課
〒080-8670
帯広市西5条南7丁目1番地
電話(0155)24-4111
FAX(0155)23-0151
帯広市ホームページ
<http://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>

データで知る帯広

7月末の人口と世帯数

人口▶167,059人
(前月比+27人)
男▶79,638人
女▶87,421人
世帯▶87,556世帯
(前月比+75世帯)

7月の火災発生件数

2件(前月比±0件)

7月の家庭ごみ排出量

ごみ量 2,530t
(前年同月比+241t)
資源ごみ(Sの日)量 623t
(前年同月比+18t)

今月の紙面

十勝最大の食の祭典…6



十勝の豊かな食材を使った料理がテーマの、作る人と食べる人の出会いの場「とかちマルシェ」を、JR帯広駅周辺で開催します。

行ってみよう認知症カフェ…5

悩んだ時はSOSを出そう…7

子どもの発達と子育て…9



国民健康保険が 使える施術と使えない施術

整骨院・接骨院、はり・きゅう・マッサージのかかり方

施術に掛かる費用は、内容に応じて国民健康保険などから支払われます。健康保険が使える範囲を、柔道整復師やはり・きゅう・マッサージ師などによく相談して、適切に受診しましょう。

問い合わせ 国保課（市庁舎1階、☎65・41388）

病院を受診するときに、健康保

険が使えない医療があるように、
整骨院・接骨院、はり・きゅう・
マッサージなどの施術を受ける場
合も、健康保険が使える場合と使
えない場合があります。
なお、健康保険が使えない場合
でも、全額自己負担であれば施術
を受けられます。

《負傷例》

- ・転んで膝を打ったり、足首をひねったりして痛みがでたとき
- ・加齢に伴って指や膝の関節が変形したり、背中が曲がったりして、わずかな動作で関節、筋肉などを痛めたとき

×健康保険が使えない場合

- ・疲労性、慢性的な要因からくる肩凝りなど
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や、症状の改善がみられない長期の施術
- ・病院、診療所などで同じけがなどを治療中の場合

整骨院・接骨院

柔道整復師が、捻挫、打撲、挫傷、骨折、脱臼などの急なけがを、
整復や固定などをして治療します。

○健康保険が使える場合

- ・捻挫（くじく・ひねる）
- ・打撲（打ち身）
- ・挫傷（肉離れなど）
- ・骨折、脱臼（応急手当を除いて、医師の同意が必要）
- ・骨、筋肉・関節のけがや痛みで、その原因がはっきりしているとき



- ・仕事中や通勤途中でのけがで、労災保険が適用となるもの
- ・高齢者施設、介護施設、部活動などの練習場、スポーツ団体の競技場所など、施術所以外（往診

を除く※）で施術を受けた場合

- ※下肢の骨折（不全骨折）、関節脱臼（いずれも医師の同意が必要）、下肢のけがなど、通院が困難な場合の自宅などでの往診は、健康保険が使えます。

はり・きゅう

はり師が金属の細い針を（ツボ）に刺したり、きゅう師がもぐさを燃やしてツボに刺激を加えて病気を治療します。

○健康保険が使える場合

次の病気や症状で、医師が必要と認める場合。なお、医師の同意書または診断書を施術所に提出する必要があります。

- ・神経痛
- ・リウマチ
- ・頸腕症候群
- ・五十肩
- ・腰痛症
- ・頸椎捻挫後遺症



慢性的な痛みで、神経痛・リウマチなど同じ範囲と認められる疾患や、変形性膝関節症を含む関節症も、健康保険が使える場合があります。詳細は医師に相談してください。

×健康保険が使えない場合

- ・前記疾患以外のもの
- ・病院、診療所などで同じ疾患を治療中の場合
- ・医師の同意がない場合

マッサージ

マッサージ師などが手を使って血行をよくすることで治療します。

○健康保険が使える場合

- 次のような症状で、医師が必要と認める場合。なお、医師の同意書または診断書を施術所に提出する必要があります。
- ・筋肉がまひして自由に動かせない症状（筋まひ）
- ・関節が硬くて動きが悪い症状（関節拘縮）

×健康保険が使えない場合

- ・医療上、マッサージを必要とする症例以外のもの
- ・疲労回復や癒しを目的とするもの
- ・医師の同意がない場合

施術を受けるときの注意事項

負傷原因をはっきり伝えましょう
いつ、どこで、何を、どんな症状があるのかを、正確に伝えて、健康保険が使えるのかを相談しましょう。



「療養費支給申請書」は患者本人が署名、押印を

整骨院などで施術を受けた際に署名を求められる「療養費支給申請書」は、患者が柔道整復師などに委任をして、本人に代わって治療費を保険者に請求し、支払いを受けるために必要な書類です。委任欄に記入する際は、傷病名、日数、金額をよく確認し、原則患者本人が自筆で署名してください。

手首の負傷などにより自筆できない場合は代筆でも可能ですが、その場合は押印が必要です。

白紙の用紙に署名をしたり、印鑑を渡したりするのは、誤った請求につながる恐れがあるので注意してください。

領収書を必ずもらいましょう

帯広市が定期的に送付する医療費通知の金額などに相違があった

場合は、国保課へ連絡してください。なお、領収書は、医療費控除を受けるにも必要になりますので大事に保管してください。

施術が長期にわたる場合は、医師の診察を受けましょう

長期の施術を受けても改善がみられない場合には、内科的要因も考えられるので、医師の診察を受けましょう。



長引いているし病院に行くか...

受診内容などの照会にご協力ください

帯広市では、柔道整復・はり・きゅうなどにかかる「療養費支給申請書」の内容点検と施術内容の照会を行っています。

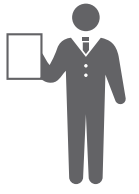
全国的に不適切な医療費請求が一部で見受けられます。適正な医療費の支払いに調査が必要と判断したときには、電話または文書で負傷原因や治療日数・内容などを聞き取る場合があります。照会の手紙が届いたら、回答に協力をお願いします。

※皆さんからの回答結果は、この目的以外に利用することはありません。

治療記録・領収書は必ず保管してください

整骨院・接骨院などで治療したときは、負傷部位、施術内容、施術年月日を記録して、領収書を保管してください。





国民健康保険料は

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（国保料）は、加入者の皆さんが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。国保料は、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

今年度より、国民健康保険（国保）の運営が都道府県単位となりました。北海道が全道の医療費を推計して、必要な額を各市町村に納付金として配分し、市町村は配分された納付金を保険料として集め、北海道に納付します。

保険料は納付金を納付するための重要な財源です。国保制度を安定的に運営するために、保険料は納期限までに納付してください。

早期未納解消に取り組んでいます

国保料の納付は、6月から3月までの毎月です。帯広市では、納付忘れや未納放

夜間・休日相談窓口を開設しています

日中に相談が困難な場合は、国保課で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分まで）を開設しているので、ご利用ください。



納期限までに保険料が支払えないときは相談してください

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、保険料の減免などを受けられます。

また、他の事情で納期限までに納付が困難なときは、具体的な完納計画を提示いただいた上で、一時的な分割納付などができます。

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。

保険料を滞納すると

置が多額の滞納につながらないよう、コールセンターを設置し、電話による納付予定の確認や早期納付相談を実施しています。

滞納処分の取り組み

みがなく滞納額が増え続けるなどの場合は、滞納処分（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。

しているときは、世帯主が滞納処分の対象となります。

滞納が続くと保険証の有効期間が短縮

通常、被保険者証（保険証）の有効期間は1年間で、有効期間が終わる前に、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、滞納が一定期間続いた場合には、保険証の有効期間が半年になり、保険料の納付相談後、窓口交付になることがあります。

保険証の返還を求めることも

滞納が長期間続き、納付相談もない場合には、保険証を返還してもらおうか、更新を停止した上で、保険証の代わりに被保険者資格証明書（資格書）を交付します。

資格書が交付されると、病院に支払う医療費をいったん全額自己負担することになります。支払った医療費は、申請することで7割の医療給付分を返還します。

このとき、返還額から未納の保険料を差し引く場合があります。

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をしてください。国保への加入手続きが遅れると、保険料をさかのぼって請求することになります。

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

- ① 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
- ② 子どもが生まれたとき
- ③ 職場の健康保険を脱退、または扶養から外れたとき
- ④ 生活保護を受けなくなったとき

手続きには、窓口に来る人の印鑑と本人確認書類、世帯主と対象者のマイナンバーが分かるもののほか、①②は戸籍住民課に提出した住民異動届の控え、③は勤め先などが発行する健康保険資格喪失証明書、④は保護廃止決定通知書が必要です。

国保を脱退するとき

- ⑤ 帯広市から転出するとき
- ⑥ 職場の健康保険に加入、または被扶養者になったとき
- ⑦ 生活保護を受けたとき

手続きには、国保の保険証、窓口に来る人の印鑑と本人確認書類、世帯主と対象者のマイナンバーが分かるもののほか、⑤は戸籍住民課に提出した住民異動届の控え、⑥は新しい保険証または健康保険資格取得証明書、⑦は保護開始決定通知書が必要です。

※マイナンバー制度の情報連携により省略可能となる場合があります。詳細は国保課給付係（☎65・4138）へ問い合わせください。

健康保険の任意継続

一定の条件を満たす場合、退職後20日以内に手続きをすれば、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）に入ることができます。希望する人は、加入していた職場の健康保険の担当窓口にお問い合わせください。

国保の保険料納付は口座振替で

口座振替は、保険料が各納期限に自動的に引き落とされるので納め忘れの心配がありません。ぜひ、口座振替をご利用ください。

<キャッシュカードで簡単手続き>

国保課窓口で、キャッシュカードと暗証番号により簡単に口座振替の手続きができます。

詳細は、国保課にお問い合わせください。



対象金融機関

帯広信用金庫・北海道銀行・北洋銀行・ゆうちょ銀行

注意 還付金詐欺に注意してください!

帯広市では、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）」です。帯広警察署（☎25・0110）に相談してください。



男女共同参画に関する 事業所意識調査結果

男性も女性も協力して、働きやすい社会を目指す

職場での性別による固定的な役割分担や、男女の不平等な扱いをなくしていくために、事業所の意識や就労実態を調査しました。

問い合わせ 男女共同参画推進課（市庁舎3階、☎65・4134）

帯広市の男女共同参画に関する取り組み

帯広市では一人ひとりの人権が尊重され、男女が共に生きることのできる社会「男女共同参画社会」の実現に向けて、平成22年3月に策定した「おびひろ男女共同参画プラン」を基に、啓発活動や育児支援体制の充実などの取り組みを進めてきました。

事業主に求められる職場環境づくり

平成29年10月に「改正育児・介護休業法」が施行され、育児休業期間の延長や、事業主は育児目的休暇制度を創設し、対象者に育児休業などの制度を周知・勧奨するように努めることなどが規定されました。

事業主には、働く人が積極的に制度を活用できる職場環境と雰囲気づくり、柔軟な働き方を支援する取り組みが求められています。

男女共同参画に関する事業所の意識調査を実施

今回、職場での男女共同参画の実態を調査し、男女が共に働きやすい環境づくりの施策への今後の参考とするために、平成19年度、



帯広市男女共同参画に関する事業所意識調査 検索

24年度に続き、3回目の事業所意識調査を行いました。

◆調査基準日 平成29年10月1日

◆調査対象

従業員5人以上の市内に所在する事業所1663社

◆調査内容

- (1)仕事と家庭 両立支援
- (2)女性の活用
- (3)退職した女性の再雇用制度
- (4)セクシュアル・ハラスメント
- (5)男女が共に活躍できる職場の実現

◆回収数（回収率）

436社（26・4%）

アンケート結果の傾向

平成24年度調査時と比較すると、就業規則などに、育児休業制度、介護休業制度を規定している事業所はどちらも増加しました。（図1）

しかしながら、育児・介護休業を有給で取得できる事業所はまだ少なく、制度利用者も大半が女性というのが現状です（図2）。制度の定着には、休業中の代替要員の確保が必要という回答が6割を超える結果となりました。（図3①）女性従業員にいつまで働き続けて欲しいと思うかとの問いには、

図1 育児・介護休業を規定している事業所の割合

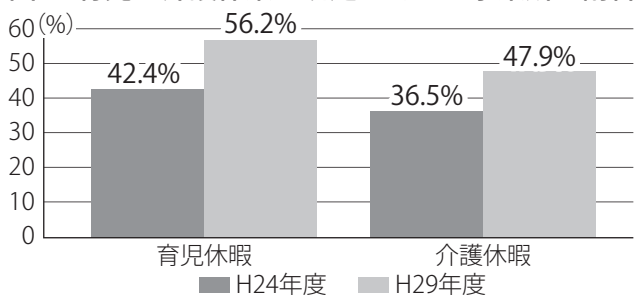


図2 育児・介護休業制度の利用状況

	育児休業規定あり	介護休業規定あり
有給の事業所	11.8%	7.7%
過去1年間に制度利用者がある事業所数	57社	9社
利用状況	9割以上が女性	すべて女性

図3 意識調査の結果（各回答上位三つ）

※②を除く各設問は複数回答可とし、回答事業所数に対するそれぞれの項目の割合を取りまとめたものです。

①今後、育児・介護休業制度を定着させるために必要と思われるもの

- (1)休業中の代替要員の確保 68.1%
- (2)休業中の賃金補償 46.1%
- (3)制度を利用しやすい雰囲気づくり 32.8%

④セクハラについてどのような取り組みを行っているか

- (1)特にない 47.5%
- (2)セクハラがあってはならない旨の方針を明確にし、周知している 29.1%
- (3)セクハラ行為者を厳正に対処する旨の方針及びその内容を就業規則などに規定し、周知している 25.0%

②女性従業員にいつまで働き続けて欲しいと思うか

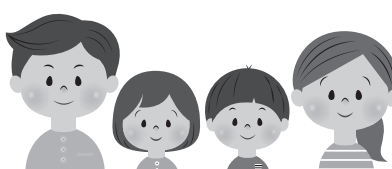
- (1)結婚・出産にかかわらず、ずっと仕事を継続してほしい 69.0%
- (2)再雇用制度を利用し育児が一段落してから復職してほしい 10.8%
- (3)出産するまで働いてほしい 6.2%

⑤男女が共に活躍できる職場の実現に向けた事業所の取り組み

- (1)意欲・能力のある女性を人事面で評価する 57.8%
- (2)労働時間の短縮など、男女共に家事・子育てに参加しやすくする 40.8%
- (3)男女共に育児・介護休業を取得しやすくし、休業後の復帰を保障する 37.6%

③女性の継続した雇用を困難にしている要因

- (1)家事・育児・介護など、女性の負担が大きい 64.4%
- (2)育児・介護施設が十分に整備されていない 44.5%
- (3)雇用条件・就労環境などを十分に整備できない 39.0%



「男女共同」で社会の変化に対応する

制度化は未定という事業所が56.2%と多い結果となりました。一方で、女性の再雇用制度を設けている事業所の理由では、優秀な人材を確保するため69.4%、労働力不足へ対応するため48.2%との結果となりました。

また、セクシュアル・ハラスメントに関しては、男女雇用機会均等法で事業主に対策を義務付けているものの、約5割の事業所で具体的な取り組みがなされておらず、まだ対策が不十分な事業所が多い結果となりました。（図3④）

事業所における男女が共に活躍できる職場の実現に向けた取り組み

人口減少や少子高齢化社会の進展、共働き世帯の増加など社会が大きな変化を迎える中で、仕事と育児・介護の両立などは重要な課題です。

みについては、意欲・能力のある女性を人事面で評価することや、男女共に家事や子育てに参加しやすくするよう、労働環境を整えることが必要と回答した事業所がありました（図3⑤）。多くの事業所で、男女が共に活躍できる職場の実現に向け、改善意識を持つていることも明らかになりました。

働きやすい環境づくりへの助成

働きやすい職場づくりや環境を整備して、働く人のやる気を支援することは、企業にとっても大きなメリットにつながります。

国では、仕事と家庭の両立に取り組む事業主に対して、一定の要件のもと両立支援助成金を支給しています。

市では、子育て応援事業所に登録し、育児休業を取得した労働者を雇用する事業主に対して、子育て応援事業所促進奨励金を支給するなどの制度があります。働きやすい環境づくりに向けて、これらの制度をぜひ活用してください。

また、職場でのセクハラやパワハラに悩んでいる人は、市民相談室（市庁舎1階）にて、市民労働相談の日（毎週火曜日、13時～15時）を開設しているので活用してください。

国の両立支援助成金の詳細は、北海道労働局や厚生労働省のホームページをご覧ください。

市の子育て応援事業所の詳細と登録は子育て支援課（東8南13、☎25・9700）、子育て応援事業所促進奨励金、市民労働相談の日については工業労政課（市庁舎7階、☎65・4168）に問い合わせください。

行ってみよう 認知症カフェ

市内11カ所の認知症カフェ

市では、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して、「認知症カフェ」の取り組みを進めています。

問い合わせ 高齢者福祉課（市庁舎2階、☎65・4145）

認知症とは、さまざまな原因で認知機能が低下し、日常生活や社会生活に支障がでている状態のことです。認知症は、誰もがなる可能性のある身近な病気です。

誰もが気軽に集える場所 「認知症カフェ」

認知症カフェは、認知症の人や家族、地域の人など誰でも参加でき、交流できる場所です。

お茶を飲みながら、参加者同士がおしゃべりをして楽しく過ごしたり、情報交換ができます。



和やかな雰囲気交流できる

スタッフには、認知症について知識のある専門職や認知症サポート員がいて、認知症に関する悩みなどを相談することもできます。また、日々の生活に役立つ内容や認知症に関するミニ講話のほか、手作りおやつ提供など、各会場

認知症カフェ一覧

カフェ名	住所	開催日時	電話番号
café 天使のひろば	西5南30、特別養護老人ホーム帯広至心寮	毎週1回（曜日不定） 10時～12時、14時～16時	☎24・9572、 ☎22・5060
ふれあい喫茶 しらかば	白樺16東5	毎月第3金曜日 13時～15時	☎35・8930
喫茶フォーユー	西16北1、ケアハウス そうび苑	毎月1回（曜日不定） 13時30分～15時	☎36・2088
カフェ えるむ	西22南1、にれの木	毎月第2日曜日 14時～16時	☎66・5111
ハートサウンズ オレンジカフェ	西18南3、ハートサウンズもりクリニック	毎月最終火曜日 14時～15時30分 （事前予約制）	☎38・3301
オレンジカフェ・ささえ愛	緑ヶ丘8、コムニの里みどりヶ丘	毎月第3木曜日 13時30分～15時	☎0120・331・891
カフェ えん	大正町西1、特別養護老人ホーム太陽園	毎月15日頃 10時30分～11時30分、 13時30分～15時30分	☎64・5570
にこここカフェ	西5南39、北のお好み焼きいづみ	毎月第2水曜日 13時30分～15時 （8月、12月、1月は休み）	☎090・6260・7158
なんもなんもカフェ	西17南28、老人ホーム 普仁園・愛仁園	毎月第4水曜日 13時～15時	☎48・3311
なんもなんもカフェ	西24南1、地域密着型介護老人福祉施設あいじえん西帯広	毎月第3土曜日 13時～15時	☎61・1800
杜の出逢い	大空町3、地域密着型介護老人福祉施設杜のそら	毎月第4日曜日 13時30分～15時	☎090・3898・2900、 ☎47・4857

帯広市 認知症ガイドブック **検索**

認知症ガイドブックは、認知症の早期発見のためのチェックリストや、症状の進行に合わせ、いつどこで・どのような医療や生活支援サービスが受けられるのかが一目でわかる「認知症ケアパス」を掲載しています。

高齢者福祉課、地域包括支援センター※などで配布しているほか、市ホームページにも掲載しています。

で工夫を凝らしながら開催しています。参加費などの詳細は、各認知症カフェにお問い合わせください。

認知症のことが分かる 「認知症ガイドブック」

もしも自分や家族が認知症になったとき、どこに相談したらよいか、どんなサービスがあるかご存じですか。



※地域包括支援センター 高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らせるように支援する身近な相談窓口で、市内に8カ所あります。

市民の皆さんの まちづくりの実感

市民まちづくりアンケート結果

問い合わせ 企画課（市庁舎5階、☎65・4105）

市では、市民の皆さんが帯広市の住みごこちや、まちづくりにどのような実感を持っているかを調査するため、毎年度「市民まちづくりアンケート」を実施しています。

今年度は、無作為に抽出した20歳以上の市民4500人のうち、2176人（回収率48・4パーセント）から回答がありました。

8割以上が「住みやすい」と回答

帯広市は「住みやすい」または「どちらかといえば住みやすい」と回答した人を合わせると、82パーセントでした。（表1）

また、今後も帯広市に「住み続けたい」と回答した人の割合は76・2パーセントで、いずれも高

い水準となっています。（表2）皆さんが感じるまちづくりの実感

まちづくりの実感に関する50項目の質問のうち、おいしい水道水や安全で良質な農畜産物の生産、消防・救急活動に関する項目などは、高い実感度となっています。

一方で、中心市街地の活性化や商店街などのにぎわい、高度な教育を受けるための環境に関する項目などは、実感度が低くなっています。（表3）

アンケート結果は今後のまちづくりに活用

集計した実感度と、アンケートの自由記載欄でいただいたご意見は、今後のまちづくりの参考としていきます。

アンケートの詳細な集計結果は、市庁舎や各コミセン、川西・大正支所でご覧いただけるほか、ホームページにも掲載しています。

表2 定住意識について

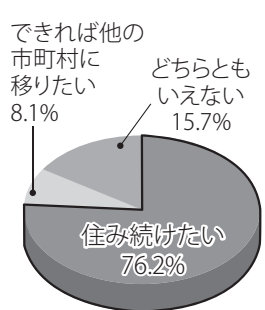


表1 住みごこちについて

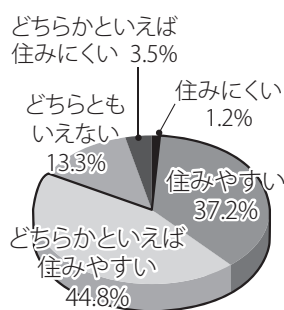


表3 実感度について

順位	実感度が高い項目（上位三つ）
1	おいしい水道水が、いつでも安心して利用できる
2	安全で良質な農畜産物が生産され、農業に活気がある
3	消火活動や救急活動が迅速に行われている
順位	実感度が低い項目（下位三つ）
48	大学や専修学校など、高度な教育を受けることができる環境が整っている
49	商店や商店街に活気がある
50	中心市街地に魅力とにぎわいがある

帯広市 市民まちづくりアンケート **検索**



十勝最大の食の祭典

とちマルシェ

十勝の豊かな食材を使った料理がテーマの、作る人と食べる人の出会いの場「とちマルシェ」をJR帯広駅周辺で開催します。

問い合わせ とちマルシェ運営協議会事務局(西3南9、帯広商工会議所内、☎25・7121)、観光課(市庁舎7階、☎65・4169)

2018 **8/31(金)・9/1(土)・2(日)**

JR帯広駅周辺

入場料無料 雨天決行

JR帯広駅一帯が「フードバレータウン」に

十勝産の食材を使った料理や加工品を販売する店、地元学生による店舗、食育ブースなど134店が出店します。また、ピザ作りなどの各種体験もできます。

駅北側のステージでは、十勝で活動するミュージシャンたちの演奏を、とちプラザ内のステージでは、ダンスなどのステージショーを行います。

会場へのアクセス

会場周辺は混雑が予想されるため、公共交通機関による来場にご協力ください。

路線バスの無料乗車券を差し上げます

十勝バス、拓殖バスで運行する十勝管内の路線バスで来場した人に、会場内で復路の無料乗車券を差し上げます。(無料乗車券の配布は、往路乗車時に乗車証明書が発行された人に限ります。乗車証明書の発行が必要な人は、バス乗務員へ申し出てください)

無料シャトルバスを運行

会場と帯広競馬場を結ぶ無料シャトルバスを1日(土)、2日(日)に運行します。(図)

競馬場南側臨時無料駐車場は、

	駅北側広場		駅南側広場	
	飲食	物産	帯広駅南口	南公園・とちプラザ
	ダイニング カフェエリア	Myとち 地産地消エリア こだわりの 食材エリア	グルメ キャンパス 駅南グルメ& フードエリア	グルメ&フードエリア 食の体験エリア キッチンカー ストリート
8/31(金)	17時 ~21時	★ 夜も開催!! ナイト マルシェ	10時~18時	10時~18時
9/1(土)	10時 ~21時	★	10時~18時	10時~18時
9/2(日)	10時~16時		10時~16時	10時~16時

2日(日)9時から帯広調理師専門学校(東10南13)で「とちマルシェ料理甲子園」開催!



公式ホームページ 公式フェイスブック



秋の味覚と音楽を楽しみませんか

表 対象駐車場と収容台数

図	駐車場名	台数	住所
1	アクセス29	44	西2南9
2	都通リパーキング	53	西3南9
3	サクラ駐車場	47	西2南8
4	くるまちゃんパーキング	30	西3南10
5	パーキング1.11	40	西1南11
6	大通10パーキング	62	大通南10
7	コアラパーキング	26	西1南10
8	帯広モータープール	200	西3南8
9	帯広駅北地下駐車場	200	西2南12
10	帯広駅南駐車場	25	西3南13
11	マルキチパーキング	24	西2南9

図 イベント関連駐車場



中央分離帯があつて右折進入できません。白樺通を東から西方面に進んで左折で入場してください。
運行時間▽9月1日(土)、9時40分~18時、2日(日)、9時40分~16時
 いずれも20分間隔で運行
会場周辺で使える共通駐車券を配布
 1日(土)、2日(日)に、帯広駅南北の市営駐車場を含めた11カ所の有料駐車場(表)で使える1000円分の駐車券を配布します。会場内本部で駐車券を提示してください。
 なお、市庁舎南側の来庁者駐車場は、とちマルシェ来場者向けに1日(土)、2日(日)に開放します。

会場	日時
北愛国サービスパーク&SSSサミットサツナイ (北愛国交流広場)	9月14日(金) 15時45分~ラリーショー 16時45分~セレモニースタート 17時37分~ラリースタート 18時~SS1(無料)
	9月15日(土) 6時~ラリースタート 17時53分~SS9(有料)
	9月16日(日) 5時~ラリースタート 14時41分~SS15(有料) (JAF全日本ラリー選手権のみ) セレモニーフィニッシュ(表彰式) 15時9分~ JAF全日本ラリー選手権 18時15分~ FIAアジア・パシフィック ラリー選手権
平原通 (藤丸前)	9月15日(土) 17時頃~沿道応援

※SS:「スペシャルステージ」でラリーカーのレースを観戦できます。
 ※開催スケジュールの詳細は、ラリー北海道ホームページをご覧ください。
 ※スケジュールは予告なく、変更になる場合があります。

開催期間中は、家族や友人と楽しめるイベントを多数開催予定。
▼ラリー北海道 食祭
 十勝産食材が中心の屋台が集合。
▼コンサート
 札幌のアカシックレコーズのアーティストによるコンサート開催。

ポランテア募集(随時)
 競技運営の準備などに参加するポランテアを募集しています。一緒にラリーを盛り上げましょう。



大迫力のレースを観戦しよう

国内最大級の大会で、ラリーの醍醐味が味わえる

今年も、北愛国交流広場を拠点に、十勝管内各地をラリーカーが疾走します。ラリー北海道は、今年で17回目となり昨年は国内外から66台が参加しました。総距離は、約1000キロメートルで、大会規模は、国内最大級です。
開催日 9月14日(金)~16日(日)
場所 北愛国交流広場ほか
開催市町村 帯広市、音更町、本別町、足寄町、陸別町

各種イベント同時開催

十勝管内在住者はお得に観戦 前売りチケット販売中

十勝管内在住者に限り、前売り観戦チケットを1200円(通常2000円)で販売しています。ぜひお買い求めください。
販売場所 十勝観光情報センター(西2南12、帯広駅エスタ東館2階)



国内最大規模の国際ラリー大会

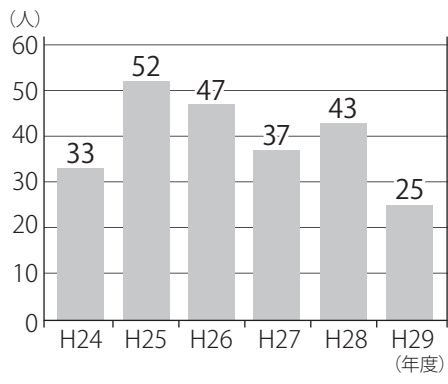
ラリー北海道2018



ラリー北海道 検索

問い合わせ 国際ラリー支援歓迎実行委員会(西2南12、帯広駅エスタ内、☎22・8600)、観光課(市庁舎7階、☎65・4169)

帯広市の自殺者数



近年、帯広市の自殺者数は減少傾向にあります(図)。しかし、20歳未満の若者の自殺者数は変わっておらず、平成24年度から平成29年度までの6年間で、9人が自殺に追い込まれています。

自殺は、自分だけではどうする

毎年、自殺に追いつかれてくる若者がいる

日々の生活の中には、進路や受験の悩み、職場の人間関係など、たくさん人の悩みやストレスが存在します。

悩みを抱えた時に、「こんな話をして面倒くさいと思われたら嫌だな」「どこに相談していいのかわからない」と考え、一人で悩んだり、誰にも話すことができずに苦しい思いをしている人がいます。

「SOS出し方教室」の実施例 (50分の場合)

◆導入(10分)

SOSの出し方教室とは何か、ストレスの原因について学びます。



◆ワーク①(15分)

自分がつらくなったとき、どんな反応をするのか振り返りながら考え、グループで話し合います。



◆ワーク②(25分)

事例をもとにロールプレイングを行いながら、実際の場面での話し掛け方や聴き方、その時の気持ちを学びます。

SOS SOSを出そう

SOSの出し方教室

市では、若者が一人で悩まず、自ら考え行動し活躍していくために必要な、SOSの出し方を伝える教室を行っています。

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 生きるを支える

検索

法などを学ぶ「SOSの出し方教室」を実施しています。

現在、全国では「命は大切」と

伝えるだけではなく、生きていく

上で必要になる実践的な能力を身

に付ける教育が進められています。

市では、他の地域に先行して教

室を実施し、若者の生きることへ

の支援に取り組んでいます。

見守る大人も理解が必要

SOSの出し方教室は、若者だ

けに限定したものではありません。

若者からの「困った」「助けて」「相

談したい」という思いを受け止め

る大人たちも対象としています。

どんなに小さな声でも、声にな

らないような思いであっても、周

りの大人が気付くことができるよ

う、一緒に学んでみませんか。

まずは問い合わせください

学校や企業などの団体のほか、

少人数のグループでも実施できま

す。対象者の年齢や人数、実施場

所などに合わせて内容を考えてい

きます。職員の派遣費用は掛かり

ませんので、まずは健康推進課に

問い合わせください。

市長コラム

夢かなうまち おびひろ

“開拓” 姉妹都市40周年の節目に

帯広市長 米沢 則寿



過日、松崎町の長嶋町長が来られた時、勉三が開拓の祖として帯広で慕われていることに、ずいぶん驚いておられました。地元では、依田家は豪農として有名ですが、三男坊が北海道に渡ったことは、あまり知られていないようです。町長の話を伺いながら、私たちにとって勉三とはどういう存在なのか、改めて考えさせられました。

明治初期、資金と小作人を集め、鉄道も道路もない未開の十勝野を開墾し、畑作、酪農、バターや澱粉の製造販売など、次々と新しい事業に挑んだ勉三。その多くが結果として失敗したにもかかわらず、最後までこの地にとどまったのはなぜなのでしょう。

彼は、人が気付いていないものに目を向け、それまでにない価値を創り出すことに夢中になれる生粋の起業家だったのだと思います。事業自体は成功しなかったかもしれませんが、先が見えない「こと」や「もの」に果敢にチャレンジする情熱や姿勢、最後まで諦めない意地を、私たちは精神的な財産として、受け継いでいるのではないのでしょうか。

皆さんは、桜餅を包む「葉っぱ」を食べる派でしょうか、食べない派でしょうか。開拓姉妹都市の松崎町は、桜葉の生産量日本一を誇っています。多くの人が桜葉でイメージするのは桜餅だと思いが、そばやパンなどさまざまな食品に使用され、海外にも輸出されているそうです。

松崎町とは、昭和53年に姉妹都市を締結し、子ども親善訪問団の相互派遣などの交流が続けています。今年、40周年を迎え、9月6日からは、私も市民の皆さんと松崎町を訪問し、伝統文化や開拓の歴史に触れる記念行事に参加する予定です。

伊豆松崎町で生まれた依田勉三が、明治16年、晩成社を率いて十勝・帯広の開拓の旗をたてたことは、帯広では誰もが知るところですが、ふるさとでの知名度はかなり異なるようです。

勉三は、亡くなる前に、病床で「晩成社には何も残らぬ。しかし、十勝野には…」と言葉を切らしたといわれています。遠く離れた松崎町で生まれた男が、広大な十勝平野の開拓に挑戦し、苦難の道のりを歩み続けた末に、どのような想いを抱いて最期を迎えたのか、言葉にならなかった部分を想像してみたいと思います。

勉三が、伝えたかったものは何なのか、節目の年に、「十勝野には…」に続く言葉を、皆さんがつくり、完成させてみませんか。



リサイクルを 楽しむ

秋のリサイクルまつり

9月30日～10月29日は秋のごみ減量・資源化促進月間です。その皮切りとして、不用品をリサイクルして楽しむイベントを開催します。

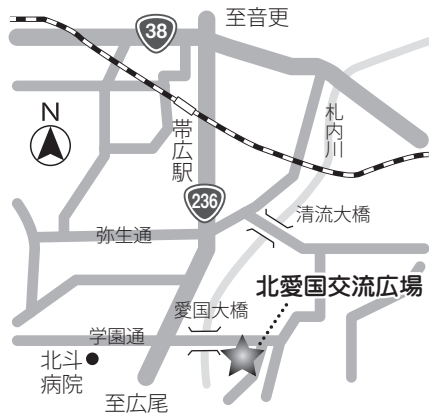
問い合わせ 清掃事業課（西24北4、☎37・2311）

フリーマーケットやごみ分別クイズなど、ごみの減量やリサイクルを楽しむイベントを開催します。参加は無料です。当日会場へ直接お越しください。

日時 9月30日(日)、9時～12時(雨天中止)
場所 北愛国交流広場(愛国町10)

各種ブースで楽しめる

▼**青空フリーマーケット**
不用になった衣類・日用品などのフリーマーケットです。出店希望者は、当日8時から会場へ受け付けます(出店無料)。なお、薬品類・食品の販売はできません。



▼**古布・古着回収**
家庭で不用になったシャツなど



フリーマーケットでリサイクル

使用済み小型家電を回収します

「都市鉱山からつくる!みんなのメダルプロジェクト」に協力するため、家庭で不用になったデジカメやビデオレコーダーなどの小型家電(帯広市が指定した16品目)と、パソコン・携帯電話の回収を行います。(ブラウン管のモニターは回収できません)

使用済み小型家電回収



品目の詳細や注意点を掲載

帯広市 小型家電

検索

みんなのメダルプロジェクト

2020年実施、東京オリンピック・パラリンピックのメダルをリサイクル金属で作ろう!



←公式ホームページ

帯広市募集ページ



帯広市 メダルプロジェクト

検索

の古布・衣料品を回収します。汚れのひどいものやクッション、布団などは回収できません。

▼**ダンボールコンポスト基材無料配布(無くなり次第終了)**
少ない費用で生ごみから堆肥が作れる、「ダンボールコンポスト」の基材を無料配布します。

▼**ごみ収集車の展示**
乗車体験や記念撮影ができます。



ごみ収集車に乗ってみよう

▼ごみ分別クイズ

イメージキャラクター「リサイクル忍者わけすけ」とごみの分別クイズを行います。参加賞もあるので、ぜひ参加してください。



ごみの分別にチャレンジ

▼野菜市

生産者が新鮮な地場農産物を販売します。

▼食べ物販売コーナー

ポップコーンや綿あめ、ジュースなどを販売します。

この他、新聞紙でエコバッグ作りを体験できるコーナーや、紙飛行機教室など、親子で楽しめるイベントを多数行います。



秋はヒグマの 出没に注意!

八千代・拓成・岩内方面に多く生息

ヒグマの生態や、野山で出会ったり、引き寄せたりしないための方法、出会ってしまったときの対処法を知り、ヒグマとの事故を防ぎましょう。

問い合わせ 農村振興課(市庁舎7階、☎65・4173)

秋は、キノコ採りなどで野山に立ち入る人も多く、ヒグマとの接触が多くなるシーズンです。

野山はヒグマの生息域であるという心構えを持ち、新聞やテレビ、市ホームページ、注意看板などでヒグマの情報を確認しましょう。

ヒグマと出会わないために

ヒグマは本来、極力人間を避けて行動しますが、私たちの方から近づかないために、次のことに気を付けましょう。

ポイント

- ・日の出、日没時などの薄暗い時間帯は野山に立ち入らない
- ・単独ではなく複数人で行動する
- ・鈴やラジオなど音の出るものの携行、大声で話すなど、人間の存在をヒグマに知らせる
- ・エソシカなどの死骸を見つけたら、速やかにその場を離れる
- ・ヒグマのふんや足跡、臭いなど異変を感じたら直ちに引き返す

ヒグマを引き寄せないために

人間が出す生ごみはヒグマにとってごちそうです。一度、その味を覚えたヒグマはエサを求めて繰り返し人里に現れるようになり、人間との接触事故

を引き起こす原因になります。

ポイント

- ・収穫後の農作物や、家庭から出た生ごみを野外に放置したり、庭先の果物を放置しない
- ・山林などに、おいしい食べ物を持参しない
- ・弁当や飲み物などの食べ残し容器は必ず持ち帰る
- ※土中に埋めてもいけません

それでも出会ってしまったら

ヒグマと遭遇したときに、確実に身を守る方法はありません。一番大事なことはヒグマと出会う

わないことですが、もし出会ってしまったら次のような行動が有効といわれています。

ポイント

- ・冷静な状況判断のために、まずは「落ち着く」
- ・大声を上げたり、走って逃げたり、石をぶついたりしてヒグマを刺激しない
- ・至近距離の場合、ゆっくり両腕を上げて姿を大きく見せ、ヒグマの目を見ながらゆっくりと後退する

特に注意が必要な地域

八千代・拓成・岩内方面では、ヒグマの生息が確認されています。八千代町や拓成町では目撃情報も多くなっており、岩内町の林道ではヒグマのふんも多数確認されています。昨年は、市街地でもヒグマの足跡が確認され、出没範囲が広がってきています。戸蔭別川での釣りや、防風林や森林内でのキノコ採りをされる際は、遭遇する可能性があることを十分に認識してください。

ヒグマってどんな動物?

大きさ 体重は雄で150～400キロ、雌で100～200キロ程度。

暮らし 極力人間を避けて、やぶの中などに隠れて行動することが多い。早朝や夕方に比較的活発に歩き回る。

特徴 聴力に優れ、音に敏感で、嗅覚も非常に発達している。また、逃げるものを追い掛ける習性があり、時速50キロ程度で走る事ができる。



クマの前足 (提供:北海道猟友会帯広支部会員)



クマの後足
クマの前足
人の足



クマのふん(平成29年5月美栄町にて撮影)

クマの足跡(北海道環境生活部環境局生物多様性保全課HPより)

食育推進サポーター事業の流れ



市では、食育活動を広めるため、学校や町内会などの地域の要望に応じて、食育の専門家などを講師として紹介する「食育推進サポーター事業」を実施しています。(図)

「食」のプロがサポートします

食育とは、食べることや食べ物への関心を高め、正しい知識や情報を選択する力を身に付け、生涯にわたり健全な食生活を実践できる人を育てることです。

毎日、何気なく口にする食べ物。一年中お店で売っている野菜にも、栄養たっぷりの旬の時期があることや、店頭に並ぶまでの過程を知っていますか。

「食」を学ぶ



「食」に関する学びの機会にサポーターを活用ください

作物を育てる技術、郷土料理の作り方、栄養・健康のことなど、食に関するさまざまな技術や知識を持つ個人、企業、グループが食育推進サポーターに登録しています。その中から依頼内容に適したサポーターを紹介します。昨年度は、移動石窯を使ったピザ作り教室や、食と農業に関する講演の開催、農作物の収穫体験な

「食」のまじり

学ぼう

食育推進サポーター事業

食材のこと、郷土料理のこと、食の栄養に関すること。食育推進サポーター事業は、食に関する学びを支援しています。

問い合わせ 農政課 (川西町基線61、☎59・2323)



帯広市食育推進サポーター事業 検索

食育推進サポーターの活動例



J Aかわにし青年部による長いも収穫体験。長いもはどのように収穫されるか知っていますか。



石窯を使ったピザ作り教室。十勝産食材にこだわりました。

とかちマルシェ(6頁参照)に食育推進PRブースを出展します。ぜひお越しください。

どの活動依頼があり、子どもから大人まで1594人が参加しました。「食の大切さを子どもに知ってほしい」「栄養相談にのってほしい」など、食に関して学んでみたいと考えている人は、食育推進サポーターを活用してください。原則、費用は無料ですが、材料費などの実費は依頼者の負担となります。申し込み方法など詳細は、農政課へ問い合わせください。

あなたも食育推進サポーターに登録してみませんか

食育活動の推進にご協力いただける個人・団体を募集しています。食育推進サポーターの役割を理解し、協力いただける人は、ぜひサポーターへの登録を検討ください。登録した人の食育活動は市ホームページなどで紹介します。登録を希望する場合は、農政課へ問い合わせください。

こども発達相談室

☎25・9700

- ◆対象 / 18歳未満の子どもの保護者
- ◆受付日時 / 月～金曜日(祝日、年末年始除く)、8時45分～17時30分
- ◆場所 / 保健福祉センター(東8南13)

こんな相談があります

子どもが、夜なかなか寝付かず、翌朝ボーっと動きません。出掛ける時間が迫り叱ると、子どもが「うるさい!今日は行かない!」と物投げるので困っています。



まずは相談してください

どの家庭でも朝の支度は大変ですが、発達障害があると心と体のコントロールがうまくいかず、保護者も子どももつらくなります。子どもに合う対応の仕方を一緒に考えましょう。

例えば

- ①時間の把握が苦手な子どもには、寝るまでのスケジュールを決め、「これが終わったら寝よう」と予告して気持ちを切り替えていく。
- ②子どもが感情的になっても、できるだけ冷静に対応し、指示を繰り返す。他の場面で子どもが少しでもできたことを見逃さずに「できたね」と確認してほめる。



つながっとの説明会

つながっと記入方法の説明や、保護者同士の情報交換を行います。託児は相談してください。

日時 9月20日(木)、10時～11時30分

場所 保健福祉センター(東8南13)

申し込み 9月14日(金)までに、こども発達相談室へ。



発達に支援が必要な子どもや、障害のある子どもの保護者が、子どもの状況や、必要な配慮を記入し、情報を保管するものが、「帯広市生活支援ファイルつながっと」です。保護者が子どもの情報を整理することができ、関係機関に相談する時などに活用すると子どもの状況をスムーズに伝えることができます。

子育て支援課、こども課(市庁舎3階)で配布しています。

「つながっと」の活用

発達に支援が必要な子どもや、障害のある子どもの保護者が、子どもの状況や、必要な配慮を記入し、情報を保管するものが、「帯広市生活支援ファイルつながっと」です。保護者が子どもの情報を整理することができ、関係機関に相談する時などに活用すると子どもの状況をスムーズに伝えることができます。

子どもの発達と子育て

こども発達相談室

子育てには悩みがつきものですが、発達に心配のある子どもの中には、日常生活がスムーズに行えない子どももいます。一人で悩まず、誰かに相談してみませんか。

問い合わせ 子育て支援課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9700)

帯広市には、18歳未満の子どもへの発達や、障害のある子どもの生活に関する相談窓口として「こども発達相談室」があります。平成24年度に開設してから6年が経過し、昨年度は480件の相談が寄せられました。子どもが困った行動の原因を探りながら、子どもや家庭の状況に合わせて、できることは何かを一緒に考える、身近な相談窓口として利用されています。

帯広市からの お知らせ 9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

<http://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=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。直接窓口で申し込み場合は、返信用のはがきをお持ちください。

＊イベント

第17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1日(土)～26日(水)まで投票可能。

場所	日時
とかちプラザ (西4南13)	9月1日(土)～26日(水) 9時～20時
図書館 (西2南14)	9月12日(水)～19日(水) 10時～20時 (最終日は16時まで)
市民ホール (市庁舎1階)	9月20日(木)～26日(水) 10時～19時 (最終日は16時まで)

男女共同参画推進課 (市庁舎3階、☎65・4134)

第22回プラザまつり

書道、俳句などの作品展、お茶会、ダンス・フィットネス、ヨガ、AED体験、子どもが体験できるイベントのほか、食のコーナーな

ど大人も子どもも楽しめるお祭り。
日 9月1日(土)、2日(日)、10時～17時(2日間は16時まで)
場 間とかちプラザ (西4南13、☎22・7890)



書道部によるパフォーマンス書道

「あつまれ」秋のスペシャルおはなし会

図書館 (西2南14、☎22・4700)

帯広図書館友の会おひさまによる、絵本や紙芝居の読み聞かせ、エプロンシアターなどを行う。

- ① 動物園会場(緑ヶ丘2)
日 9月2日(日)、11時～11時40分
- ② 児童会館会場(緑ヶ丘2)
日 10月14日(日)、11時～11時40分
- ③ 図書館会場(西2南14)
日 11月3日(祝)、13時30分～14時10分

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ます。秘密厳守。

- 日 9月5日(水)、13時～15時30分
- 場 間とかちプラザ(西4南13)
- 担 当 帯広人権擁護委員協議会(東5南9、釧路地方方法務局帯広支局内、☎24・5853)

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 間 8月25日(土)各開催日の前日までに、電話で帯広の森・はぐくむ(南町南9線49、☎66・6200)へ。

- ◆ 森の生き物講座(草花編)
伊東捷夫氏(伊東応用植物研究所)を講師に、イネ科植物の見分け方や観察のポイントを学ぶ。
日 9月8日(土)、9時30分～12時
定 先着10人
- ◆ 森の生き物講座(昆虫編)
森に生息するアリの生態などに

ついて学ぶ。

日 9月8日(土)、13時～15時
定 先着10人

◆ 森の寺子屋「火の巻」

たきぎ集め、火おこし、たき火でパン作りなどに挑戦する。

対 小学生
日 9月15日(土)、10時～15時
定 先着15人

◆ 健康ウォーキング

帯広の森の見どころを巡りながら、秋の森の園路を歩く。

日 9月29日(土)、10時～12時
定 先着30人

◆ 四季の森めぐり「秋」

秋の花や実、種などを観察しながら森を歩く。散策の後は森巡りを振り返るお茶会を開催。

日 9月30日(日)、9時30分～12時
定 先着30人
¥100円

とかち帯広空港「空の日」 記念事業航空まつり2018

空港見学バスツアー、大型消防車・道警ヘリのデモンストレーション、味覚と地場産品コーナー

やビンゴゲーム大会など、子どもから大人まで楽しめるイベント。
日 9月9日(日)、10時～15時
場 間 とかち帯広空港

問 空港事務所(泉町西9線、とかち帯広空港内、☎64・5320)

大人のための 「ほのほのおはなし会」

ゆったりとした気持ちで、朗読や絵本を楽しむ会。9月は「帯広朗読研究会なすの会」による朗読会。

日 9月11日(火)、11時～30分程度
場 間 図書館(西2南14、☎22・4700)
定 先着50人



優しい口調で朗読してくれます

児童会館のイベント

場 間 児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)

◆ 親と子のエンジョイ将棋

対 小・中学生と保護者

日 9月8日(土)、10時～12時

◆ 親子囲碁入門教室

対 小・中学生と保護者

日 9月9日(日)、10時～12時

◆ 親子科学実験教室「よく走るモーター自動車」

モーターの力で走る工作自動車を作る。
対 小学3～6年生と保護者
日 9月16日(日)、①13時30分～14時30分、②14時40分～15時40分

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16日(日)、14時～15時

◆ 星の観察会「火星と秋の星座をみよう」やぎ座の近くの惑星をみつけよう!

星空解説と天体観察。天候不良時は星空解説のみ。
日 9月21日(金)、18時45分～20時30分

◆ 親子おもしろ教室「エコーマイク」
本物そっくりの音が響くマイクを作る。

対 幼児、小・中学生と保護者
日 9月22日(土)、9時30分～11時30分
定 先着50人

森の交流館・十勝のイベント

場 間 森の交流館・十勝(西20南6、☎34・0122)

◆ インターナショナル・トーク(マダガスカル ここにしかない生き物たち!)
マダガスカル出身の帯広畜産大留学学生が、自国の文化や動植物自然環境などを紹介。

対 中学生以上
日 9月15日(土)、18時30分～20時

◆ キッズ・プレイグラウンド
歌や絵本などを通じて、外国文化に触れられる遊びの場。テーマはハロウィーン。

対 6歳までの子どもと保護者。兄弟も参加可能
日 9月22日(土)、10時～11時30分

第36回ロビーコンサート 山口千那・やまなみ笛の会「篠笛コンサート」

日 9月29日(土)、17時30分～18時45分

場 間 百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)

平成30年度帯広市戦没者追悼式

戦争で亡くなられた人を追悼し、平和への誓いを新たにす。

日 9月21日(金)、11時～12時
場 とかちプラザ(西4南13)
問 社会課(市庁舎2階、☎65・4146)

講座・教室

百年記念館の講座・教室

場 申 閏月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、☎24・5352)へ。

◆ 博物館講座「おびひろの遺跡語り」
八千代A遺跡の調査・研究の昔と今を紹介。申し込み不要。

日 9月1日(土)、14時～16時

古文書教室

榎本洋介氏(札幌市公文書館)を講師に、地域の歴史を知る上で役立つ、初心者を対象にした教室。

日 9月8日(土)、14時～17時、9日(日)、10時～12時、全2回

定 先着40人

申 込 期間 9月7日(金)

◆ 博物館講座「アイヌ語で自然かんさつ図鑑」のひみつ」
図鑑の中に忍ばせた「ひみつ」を紹介する。申し込み不要。

日 9月22日(土)、14時～16時

◆ 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、歴史を読み解く。
日 9月30日(日)、10月7日(日)、21日(日)、11月4日(日)、全4回、14時～16時

16時
定 先着20人
申 込 期間 9月1日(土)～28日(金)

平成30年度後期陶芸講座

講師は森学氏。(陶芸家)
対 十勝管内在住の18歳以上の初心者

日 10月2日～翌年2月26日の第1・3火・水曜日、全18回、10時～15時

定 抽選36人
料 1万円(材料費別途)

申 込 9月1日(土)～20日(木)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、百年記念館へ。



過去の受講生の作品

楽しくデッサン教室

金色の扇形色紙に絵を描いて、楽しみながら絵画を学ぶ。

対 十勝管内在住の小学4年生以上
日 10月6日～27日の土曜日、全4回、13時30分～15時30分

定 先着20人
料 500円

申 込 期間 9月1日(土)～20日(木)

市民大学講座

対 15歳以上

場 とかちプラザ(西4南13)
申 閏 9月8日の特別講座を除く各開催日の前日までに、生涯学習課(市庁舎8階、☎65・4192)へ。特別講座を除く未就学児(2

歳以上)の託児希望者は、各開催日の一週間前までに申し込み。

第14集「人生100年時代を見据え、健康寿命を延ばそう!」

コモ、サルコペニアを防ぐために

小和田淳子氏(帯広厚生病院保健師)を講師に、誰でも簡単・手軽にできる運動を学び、健康寿命の延伸につなげる。

日 9月5日(水)、14時～15時30分

定 先着50人

特別講座「とかちプラザ指定管理者自主事業」防災収納セミナー

徳本里栄氏(防災備蓄収納プランナー協会認定講師)を講師に、東日本大震災の経験談から、防災意識の大切さを学ぶ。未就学児は親子室を案内。

日 9月8日(土)、14時～15時30分

定 先着350人

料 一般1000円、中学生以下無料、当日券は500円増し。チケットはとかちプラザ(西4南13)などで販売。

第15集「十勝歴史秘話」

嶺野侑氏(元帯広市議会議長)を講師に、世界的な物理学者、中谷宇吉郎が立ち上げた、十勝農業物理研究所についてや、名警察署長の免職の謎についてなど、三つのテーマで昭和初期における十勝の歴史秘話を学ぶ。

日 9月11日(火)、18時30分～20時

定 先着150人

申 込 期間 9月11日(火)、18時30分～20時

第16集「万葉の自然観とその表現の推移」

森山弘毅氏(釧路公立大学名誉教授)を講師に、万葉の自然観を、表現世界の推移を通して探る。

日 9月13日(木)、第1部14時～15時30分、第2部16時～17時30分
定 先着50人

料 500円

第17集「消費者講座」野菜を楽しみ、もっと健康に

キユーピーより講師を迎え、野菜の栄養や旬の情報などさまざまな魅力と、野菜の必要性や調理方法などを学ぶ。

日 9月14日(金)、10時～11時30分

定 先着30人

特別講座「帯広シニアサークルふたば」2年生学習会

今井貴史氏(帯広第一病院緩和ケア科科長)を講師に、人生の最終段階を医療面から考える。未就学児は親子室を案内。

日 9月19日(水)、10時～11時30分

定 先着50人

◆ 第18集「社会保険の正しい知識とその活かし方」多様化する働き方に備えるために

徳江孝一氏(金融広報アドバイザー)を講師に、人生100年時代の到来や働き方改革という環境変化に備えるため、社会保険制度の仕組みや活用方法を学ぶ。

日 9月19日(水)、18時30分～20時

定 先着50人

初めての押し花教室

3回の講習で押し花を学ぶ。

日 9月27日(木)、10月25日(木)、11月29日(木)、全3回、10時～12時

定 抽選10人
料 6480円

場 申 閏 9月17日(祝)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10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。

ハロウィン飾り作り体験

畑でカボチャを収穫し、世界に一つだけのハロウィン飾りを作る。

対 親子
日 9月8日(土)、10時～12時

定 先着15組

場 申 閏 9月1日(土)～6日(木)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。

赤十字資格講習・研修

定 各先着30人

申 閏 各申込期間に、直接社会課(市庁舎2階、☎65・4146)へ。

赤十字救急法基礎講習会

心肺蘇生法やAEDの使用方法など、応急手当てを学ぶ。

対 15歳以上
日 ①10月8日(祝)、9時～13時、②10月13日(土)、9時～13時30分

場 グリーンプラザ(公園東町3)

料 各1500円

申 込 期間 ①9月4日(火)～10月5日(金)、②9月13日(木)～10月12日(金)

赤十字水上安全法救助員I養成講習会

水辺の事故を防ぐための実技中心の講習。申込時に赤十字救急法基礎講習認定証を持参。

対 救急法基礎講習認定証を持つ15歳以上で、500メートル以上泳ぐことができる人

日 ①10月8日(祝)、14時～18時、②13日(土)、18時～21時、③14日(日)、18時～21時、④20日(土)、18時～21時、⑤21日(日)、13時～20時、全5回

場 ①グリーンプラザ(公園東町3)、②③④⑤帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)
料 700円

申 込 期間 9月4日(火)～10月5日(金)
◆ 赤十字救急法救急員養成講習会
救急員の資格取得を目指す。申込時に救急法基礎講習認定証を持参。

対 救急法基礎講習認定証を持って15歳以上

日 ①10月13日(土)、14時～17時②14日(日)、9時～17時③20日(土)、9時～17時、全3回

場 グリーンプラザ(公園東町3)
料 1700円

申 込 期間 9月13日(木)～10月12日(金)

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 先着 ①各10人、②20人

場 申 閏 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。

チーズ研修(約1キログラム)

日 ①9月15日(土)～16日(日)、②9月29日(土)～30日(日)、③10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～13時30分

料 各3000円

申 込 期間 ①9月7日(金)、②21日(金)

③28日(金)

ソーセージ研修(約250グラム)

日 9月23日(祝)、10時～14時

料 1000円

申 込 期間 9月14日(金)

③ソーセージ研修(ブリンンほか全3種、計約700グラム)
日 10月14日(日)、10時～14時
料 2200円
申 込 期間 10月5日(金)

プラザ・エンジン Joy スクール パソコン講座

楽しく分かりやすいパソコン10月講座。各講座、全5回。

対 高校生以上
日 10月2日～18日の各曜日、▽午前10時～12時▽午後13時～15時30分▽夜間の部18時30分～20時30分

講座名	日程
パソコン入門(基本からもう一度)	毎週火・木 午前・午後
30時間でマスター エクセル2013(1)	毎週火・木 夜間
ファイル操作とマルチメディア	毎週水・金 午前・午後
デジカメとパソコン音楽・フォトアルバム	毎週水・金 夜間
30時間でマスター ワード2013(1)	
仕事に役立つ! ワード&エクセル2013(1)	

定 各先着20人
費 各4000円(テキスト代別途)
場 申 9月4日(火)～26日(水)までに、直接とかちプラザ(西4南13、22・7890)へ。

環境学習会

広尾町海洋博物館を視察し、自然や歴史、漁業などについて学ぶバス学習。市庁舎集合、解散。

日 9月14日(金)、9時～15時
定 先着30人
費 1000円

申 9月3日(月)～7日(金)までに、電話で環境都市推進課(市庁舎8階、65・4135)へ。

健康寿命を延ばそう! 自宅で手軽にできる簡単な運動

山中暁子氏(帯広厚生病院保健師)を講師に、体の健康度をチェックし、自宅で手軽にできる運動を学ぶ。

日 9月14日(金)、14時～15時30分
定 先着30人
場 申 9月1日(土)～13日(木)までに、図書館(西2南14、22・4700)へ。

高齢者ドライビング体験会

自家用車で自動車学校のコースを走行して指導員からアドバイスを受けるほか、各種検査機器を使って、自動車の運転技術や適性などを確認する。

対 市内在住の運転免許を持つ65歳以上で、自家用車の持ち込みができる人
日 9月30日(日)、9時～12時
場 おびひろ自動車学校(緑ヶ丘9)

定 先着35人
申 9月3日(月)～14日(金)までに、電話で安心安全推進課(市庁舎3階、65・4131)へ。



定期的に技術を確認すると安心です

社会参画支援講座

菅原幸子氏(女性の健康とWL B推進員)を講師に、ワーク・ライフ・バランスについて、職場での取り組み事例や、子育て・介護などの両立について学ぶ。未就学

児の託児希望者は9月20日(木)までに申し込み。
日 9月28日(金)、19時～20時30分
場 とかちプラザ(西4南13)

普通救命講習

出血時の止血法や心臓停止、呼吸停止時の救命手当て、AEDの使い方など心肺蘇生法を習得する。
日 ①10月9日(火)、消防庁舎(西6南6)、②19日(金)、南出張所(西17南41)、いずれも13時30分～16時30分

定 ①先着50人、②先着30人
費 各5000円
申 ①は9月3日(月)～10月2日(火)まで、②は9月13日(木)～10月12日(金)までに、帯広消防署救急課(西6南6、消防庁舎1階、26・9132)へ。

第2回環境見学会

ごみ処理・再資源化施設をバスで巡る見学会。市庁舎集合、解散。
対 市内在住の人
日 10月2日(火)、9時～12時
場 くりりんセンター(西24北4)、十勝リサイクルプラザ(西23北4)

定 先着20人
申 9月10日(月)～21日(金)までに、電話で清掃事業課(西24北4、37・2311)へ。

日本語講座

日本語が分からない外国人向けの日本語講座。レベルに合わせて
Let's Learn Japanese!
レッツラーンジャパニーズ!

2つのクラスを用意。初参加者優先。
対 十勝管内在住の外国人
日 9月12日～11月14日の水曜日、全10回、18時30分～20時
場 市庁舎

動物園の講座・教室

場 申 各申込期間に、①は電話で、②③は郵便はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、動物園(〒080・0846 緑ヶ丘2番地、24・2437)へ。当選者には別途通知する。
①おびZooトークカフェ
飲み物を片手に飼育員の話聞くトークカフェ。テーマは「野生動物と人間、適切な距離」です。
日 9月16日(日)、13時30分～14時30分
定 先着30人

定 各クラス先着10人
申 9月4日(火)までに、親善交流課(市庁舎3階、65・4133)へ。

スポーツ

帯広の森体育館からのお知らせ

場 申 園特に記載がない場合は、各申込期限までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、帯広の森体育館(〒080・0856 南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、48・8912)へ。
◆ヨガ教室(2回目)
ヨガの呼吸法や動きを行い、柔軟な筋力をつける。

定 抽選30人
費 5000円

2018 帯広市スポーツフェスティバル

体育の日に各種スポーツイベントを開催。当日は競技終了後17時まで、一部の体育施設を無料開放。

詳細は問い合わせください。
日 10月8日(祝)、8時～17時
場 帯広の森運動公園(南町南7線)ほか
問 スポーツ振興室(市庁舎8階、65・4210)

行事	申込期限
トップアスリートチャレンジ	9月10日(月)
スターキッズ ミニバレー大会	9月24日(振)
パークゴルフ大会、市民スポーツ柔道大会	9月25日(火)
走り方教室・キッズラン	9月28日(金)
硬式テニス、市民ソフトボール大会、カーリング体験教室	9月30日(日)
タグラグビー大会	10月1日(月)
ドッジボール、ジュニアフットサル大会、卓球	10月2日(火)
ゲートボール大会	10月5日(金)
バドミントン(ダブルス)	当日受け付け
ポッチャ体験会、日本泳法: 游法公開・体験会、軟式野球(スピードガンコンテストなど)、初心者スケート教室、秋の散策サイクリング、アーチェリー体験試射会・全十勝選手権	申し込み不要

《体育の日以外に開催される行事》

日付	行事	申込期限
9月16日(日)	ソフトバレーボール大会	9月1日(土)
10月7日(日)	市民スポーツ弓道大会	10月2日(火)
10月21日(日)	第49回市民スポーツ剣道大会	9月10日(月)
	アキラ AKIRAカップ(体操競技)	10月12日(金)
	ミニテニス&卓球と水中歩行	申し込み不要

申込期限 9月22日(土)
◆はじめてのキッズバレエ♪年中から小2

音楽に合わせて体を動かし、踊ることの楽しさを学ぶ。

対 年中児に当たる幼児〜小学2年生

日 10月12日〜11月30日の金曜日、全8回、15時30分〜16時30分

定 抽選25人
¥4000円

申込期限 9月23日(祝)



みんなで楽しくレッスン!

◆みんなで楽しく！リトミック♪0歳児

音楽に合わせて体を動かすことで、運動能力や心の発達を促す。

対 首が据わっている0歳児と保護者

日 10月16日(火)、10時30分〜11時15分

場 市民活動交流センター(西2南8、ふじまるビル8階)

定 抽選30組
¥5000円

◆ママ&ベビーピラティス♪生後3カ月から歩行前

ピラティスで産後のシェイプアップと、心身の調整を行いながら赤ちゃんとのスキンシップを行い、信頼関係を深める。

対 首が完全に据わっている生後3カ月から歩く前までの乳幼児と保護者

日 10月27日〜12月1日の土曜日、全5回、10時15分〜11時

定 抽選20組
¥2500円

◆キッズスポーツ教室(2回目)

マット基礎運動・跳び箱・鉄棒などを重点的に楽しみながら行う。

対 幼稚園・保育所の年中・年長に当たる幼児

日 11月1日〜29日の木曜日、全4回、15時30分〜16時30分

定 抽選20人
¥2000円

申込期限 10月10日(水)

◆バドミントン教室

バドミントンの基礎を学ぶ。

対 16歳以上の初心者と中級者

日 9月27日〜11月1日の火・木曜日、全10回、19時〜20時30分

定 抽選30人
¥5000円

場 申間 9月13日(木)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、総合体育館(〒080・0030大通北1丁目1、☎22・7828)へ。

帯広の森市民プールからのお知らせ

場 申間 ①〜④は9月17日(祝)、⑤⑥は9月28日(金)、⑦は10月2日(火)

⑧は10月3日(水)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、帯広の森市民プール(〒080・0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎47・3630)へ。

①水中ウォーキング教室(3回目)

プールが初めての人も参加しやすい、水中運動教室。

対 16歳以上

日 10月10日〜11月28日の水曜日、全8回、10時〜10時50分

定 抽選30人
¥4000円

②水中エアロビクス(3回目)

音楽に合わせてエアロビクスを行う、水中運動教室。

対 16歳以上

日 10月12日〜11月30日の金曜日、全8回、20時〜20時50分

定 抽選30人
¥4000円

③プールサイドヨガ(2回目)

湿度・室温が高いプールサイドで行う、初心者向けのヨガ。

対 16歳以上

日 10月10日〜11月28日の水曜日、全8回、12時〜12時50分

定 抽選10人
¥4000円

④年少児水泳教室(3回目)

水遊びから水泳の基礎を学ぶ。

対 年少児に当たる幼児

日 10月13日〜11月17日の土曜日、全6回、▽Aコース15時〜15時50分▽Bコース16時〜16時50分

定 各コース抽選30人
各コース3000円

⑤ピラティス(4回目)

基礎の復習をしながら、少しレベルアップした内容の教室。

定 抽選20組
¥3000円

⑦幼児水泳教室(4回目)

水遊びから水泳の基礎を学ぶ。

対 年中・年長児に当たる幼児

日 10月22日〜11月26日の月曜日、全6回、▽Aコース15時〜15時50分▽Bコース16時〜16時50分▽Cコース17時〜17時50分

定 各コース抽選40人
各コース3000円



水慣れから始めるので安心です

⑧体験レッスン

教室申し込み前に無料で体験。

対 1〜4歳児とその保護者、2歳以上

日 10月8日(祝)、①おやこ水泳教室10時〜10時50分、②アクア美U.T.12時〜12時50分、③ジャンピングエクササイズサーキット、20時〜20時50分

定 各先着①20組、②20人、③10人

ショートトラックスケート教室

対 中学生以上のスピードスケート経験者

日 10月3日〜25日の水・木曜日、全8回、19時〜21時

定 抽選20人
¥4000円

場 申間 9月20日(木)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、帯広の森スポーツセンター(〒080・0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎48・2401)へ。

明治北海道十勝オーバルからのお知らせ

場 団圓特に記載がなければ各申込期限までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、明治北海道十勝オーバル(〒080・0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎49・4000)へ。

◆畜大ホースでLet's乗馬体験2018

畜大馬術部で馬と触れ合い、乗馬も体験。小学生未満は保護者同伴。

日 10月20日(土)、13時〜16時

場 帯広畜産大学(稲田町西2線)

定 抽選30人
¥2000円

申込期限 10月8日(祝)

◆Black Yoga

ブラックライトを使用した空間で、人目を気にせず集中できるヨガ教室。

対 16歳以上の女性

日 10月22日〜11月26日の月曜日、全6回、19時〜20時

場 市民文化ホール(西5南11)

定 抽選20人
¥3000円

申込期限 10月12日(金)

◆Yoga'short

回数の設定が少なく、初心者でも取り組みやすいヨガ講座。

対 16歳以上

日 10月22日〜12月3日の月曜日、全6回、20時15分〜21時15分

場 市民文化ホール(西5南11)

定 抽選20人
¥3000円

申込期限 10月12日(金)

◆Blackバーンアウト
ダンスミュージックに合わせてエアロビックバーを上下するなど、筋力トレーニングと腹筋運動を組み合わせた暗闇系フィットネス。

対16歳以上の女性
日10月24日～12月19日の水曜日、全8回、19時～19時45分
定抽選15人
費4000円

◆Black Jump
ジャンプとダンベルトレーニングで脂肪燃焼を目指す、暗闇系フィットネス。

対16歳以上の女性
日10月24日～12月19日の水曜日、全8回、20時～20時45分
定抽選15人
費4000円

◆キッズヨガ
体力と集中力の向上を目的とした、子ども向けヨガ教室。

対年中児に当たる幼児～小学2年生
日11月6日～12月18日の火曜日、全6回、16時～17時
定抽選10人
費3000円

◆ちびっこスケート教室(1回目)
帯広スケート連盟指導者による基礎を中心とした初心者教室。

対小学生(小学3～6年生は未経験者のみ)
日10月3日～24日の月・水・土曜日、全10回、17時10分～18時

場帯広の森第二アイスアリーナ
定抽選70人
費5000円

申9月17日(祝)までに、往復は

がきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、帯広の森アイスアリーナ(〒080-0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎48・6256)へ。

健康・福祉

母子健康手帳の発行が予約制になりました

妊娠の届け出をされた人に発行する「母子健康手帳」の交付が、7月から予約制になりました。これにより、待ち時間が短縮されます。面談希望日の前日までに、電話で問い合わせください。

予約受付時間月～金曜日(祝日を除く)、8時45分～17時30分
面談可能日時月～金曜日、第2土曜日(第2土曜日が祝日の場合は第3土曜日)、9時～16時

場園子育て支援課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722)へ。

健康推進課からのお知らせ

場園特記に記載がない場合は、各申込期間に健康推進課(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検査。結果は約4週間後に通知。

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2日(日)、10時～15時、20日(木)、14時～14時30分
費300円(中学生までは無料)

◆からだスツキリ講座ウォーキング編
緑ヶ丘公園で、効果的なウォーキングを実践しながら学ぶ。百年

記念館(緑ヶ丘2)集合、解散。
日9月6日(木)、10時～11時30分
申込期間9月5日(水)

◆健康相談・栄養相談
保健師、管理栄養士などが、健康の結果や健康づくりなど、健康に関する相談に応じる。別の日程を希望する人は要相談。

◆健康相談
①9月10日(月)、②26日(水)、9時～15時、1人60分程度
③9月28日(金)、13時～15時、1人30分程度

◆からだスツキリ講座水中ウォーキング編
体への負担を減らして運動量を増やせる水中ウォーキング。

日9月20日(木)、19時～19時40分
場豊成小学校プール(清流西1)
申込期間9月19日(水)

◆健康づくり教室「腰やひざの痛みの予防」
対市内在住の18歳以上。全2回に参加できる人

日9月27日(木)、12月20日(木)、全2回、10時～11時30分
場西帯広コミセン(西23南2)
定先着20人
申込期間9月4日(火)～26日(水)

◆ランチ&運動つき健診教室
病気の早期発見と生活習慣病にならないための栄養学習と試食、手軽な運動をセットで体験できる教室。

対特定健診、がん検診申込者
日9月28日(金)、11時～12時40分
定先着20人
申9月18日(火)までに、電話で北海道対がん協会帯広出張所(☎27・2345)へ。

「フードバレーとかち」20歳からのバランスご飯教室
「鮭のさっぱりトマト酢かけ」
「お豆腐アイルミ」など減塩で栄養バランスの整った食事を作る。

◆「お豆腐アイルミ」など減塩で栄養バランスの整った食事を作る。
対市内在住の20～40歳代
日9月29日(土)、10時～13時30分
定先着20人
申込期間8月27日(月)～9月21日(金)

◆健康づくり推進員養成講座
対講座に4回以上参加できる市内在住の人で、推進員としてボランティア活動に参加できる人

日10月10日(水)、16日(火)、18日(木)、22日(月)、26日(金)、全5回、10時～15時
定先着20人
申込期間8月30日(木)～9月28日(金)

◆「帯広市認知症フォーラム」の開催
認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、認知症の正しい知識と理解を深める。

大江平氏(大江病院院長)による「認知症早期発見のポイントと予防」についての講演と、宇野雅樹氏(北海道薬剤師会十勝支部支部長)による「知っておきたい薬のあれこれ」と題した講演。

日10月13日(土)、13時30分～15時30分
場市民文化ホール(西5南11)
定先着500人
申10月12日(金)までに、電話またはファクスで高齢者福祉課(市庁舎2階、☎65・4145、F23・0154)へ。

◆パパママおしゃべり広場幼稚園・保育所(園)について
子育てサークルOBのママたちが、幼稚園・保育所(園)に関する質問に答えたり、入園グッズを紹介。

◆子育て支援課からのお知らせ
場園特記に記載がない場合は、子育て支援課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722)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。

◆平成30年3月生まれ
日9月5日(水)、11日(火)、26日(水)
◆平成29年2月生まれ
日9月4日(火)、13日(木)、20日(木)
◆平成27年8月生まれ
日9月6日(木)、19日(水)、27日(木)

◆ママと赤ちゃん向け講座
妊婦と、赤ちゃんを育児中の母親を対象に、専門職による講話のほか、悩み相談にも応じる。時間はいずれも10時～11時10分。
申定員があるものは、直接または電話で各申し込み先へ。

◆3歳児健診
対平成27年8月生まれ
日9月6日(木)、19日(水)、27日(木)

◆1歳6カ月児健診
対平成29年2月生まれ
日9月4日(火)、13日(木)、20日(木)

◆6カ月児健診
対平成27年8月生まれ
日9月6日(木)、19日(水)、27日(木)

◆ママと赤ちゃんの食事講座
地域子育て支援センターこども(西14北2、☎38・2690)

◆ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座
地域子育て支援センターもりのこ(大空町1、☎49・2005)

◆ママと赤ちゃんの歯っぴい講座
地域子育て支援センターあじさい(東9南19、☎67・6231)

◆来年度、幼稚園や保育所(園)に入園を考えている保護者
日10月3日(水)、10時～11時30分
定先着60組
申9月3日(月)～21日(金)までに、直接または電話で子育て支援課(☎25・9700)へ。

◆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。
対平成31年2月に初出産予定の夫婦
日10月14日(日)、13時～15時30分
申9月10日(月)～10月10日(水)までに、電話で子育て支援課へ。

◆第33回おびひろ健康まつり
健康に関して体験しながら学べるイベント。医師や歯科医師など医療のエキスパートが講演や相談会などを行う。健康度合いの測定や、ボランティア団体活動発表なども実施。

日9月2日(日)、10時～15時
場保健福祉センター(東8南13)
場健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721)

◆障害者生活支援センターからのお知らせ
場園各申込期間に、電話またはファクスで障害者生活支援セン

体験しながら健康について学びます

場園各申込期間に、電話またはファクスで障害者生活支援セン



体験しながら健康について学びます

ター(東8南13、保健福祉セン
ター内、☎25・9701、F25・
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。

◆ポッチャ体験会

ボールを転がし目標までの近さ
を競う、パラリンピックの正式競
技であるポッチャの体験会を行う。
市内在住の障害者手帳を持つ人
とその家族

日 9月26日(水)、10時~12時

定 先着18人

申込期間 8月28日(火)~9月19日(水)

◆視覚障害者のボランティア養成
講座

点字やテキストデジタイズの
作成など、視覚障害者への情報支
援ボランティア入門講座。

日 10月4日(木)、5日(金)、11日(木)、
12日(金)、18日(木)、19日(金)、25日(木)、
26日(金)、全8回、10時~12時

定 先着15人
申込期間 9月7日(金)~27日(木)

◆障害者生活支援センター機能強
化事業

在宅身体障害者の健康増進や機
能維持を目指すトレーニング事業。
定員など詳細は問い合わせくださ
い。初めての人は事前に見学が必
要。

市内在住の身体障害者手帳を持
つ、就労などが困難であり、自力
でのトレーニングが可能な人

日 月曜(午前・午後)、火曜(午後)、
木曜(午前・午後)、金曜(午前)

◆障害者生活支援センター基礎的
事業(後期)の受講生募集

初めての人は募集前の見学が可
能。詳細は問い合わせください。
市内在住の身体障害者手帳を持
つ人

日 いずれも10月~翌年3月の各曜

日、全16回、①書道(火曜日10時
~12時)、②陶芸(火曜日13時30
分~15時30分)、③卓球(水曜日
10時~12時)、④革工芸(水曜日
13時30分~15時30分)

定 各先着①②④15人、③20人、い
ずれも初めての人の優先

材料費などの実費
申込期間 9月3日(月)~14日(金)

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 9月27日(木)、13時30分~15時
場 グリーンプラザ(公園東町3)
¥1000円

高年齢者福祉課(市庁舎2階、☎
65・4145)

障がい者乗馬体験

馬との触れ合いや乗馬を通じ、
健康の増進や生活の質の向上を図
る。参加の際には、引率者の同伴
が必要。体重などの制限があるの
で問い合わせください。

市内在住または市内の施設を利
用している自立、座位が可能な身
体・知的・精神障害、発達障害の
ある小学生以上の人

日 ①9月20日(木)、②10月13日(土)、
③18日(木)、④③は10時30分~12時

②は10時~12時、
定 各5人程度

場 申込日 ①8月27日(月)~9月7日
(金)、②9月18日(火)~28日(金)、③9
月25日(火)~10月5日(金)までに、申
込用紙をファクスまたはEメー
ルで帯広畜産大学(稲田町西2線

☎49・5776、F49・5289、
✉syogai@obihiro.ac.jp)へ。申込用
紙は畜大ホームページから印刷す
るか、問い合わせください。
担当課 障害福祉課



生き物に触れてリラックス

募集

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、身元確認書類を持参の上、
直接お越しください。申し込み
方法や入居者資格、募集住宅は問
い合わせください。

その他、随時受け付けている住
宅もあります。
日 9月3日(月)~5日(水)、8時45分
~17時30分(初日は19時まで)

場 間住宅課(市庁舎3階、☎65・
4190)

住宅改修補助金の募集

申請各申込期限までに、直接建築
指導課(市庁舎6階、☎65・41
80)へ。
◆帯広市空家改修補助金の募集

北海道空き家情報バンクに登録
されている空き家を自ら居住する
ために購入した場合、対象となる
改修工事の30%(上限30万円)を
補助します。詳細は問い合わせ

ください。
定 先着2件
申込期限 平成31年1月31日(木)

◆住まいの改修助成金第3回募集
消費税を除く10万円以上の改修
工事をする人に、5万円を交付。
助成金交付決定後に行う住宅性
能が向上する改修工事

募集件数 抽選159件(申請が募
集件数に達しない場合は、11月に
追加募集を行う)

申込期間 9月3日(月)~14日(金)

姉妹都市 米国アラスカ州
スワード市の思い出を募集

米国アラスカ州スワード市との
国際姉妹都市50周年の節目を記念
して、「スワード市との思い出」
を募集し、冊子を作成します。応
募者には完成した冊子を贈呈。
申請 9月3日(月)~28日(金)までに、
スワード市との思い出やエピソード
を市ホームページに掲載されて
いる指定様式に記載の上、直接ま
たは郵送、ファクスで親善交流
課(市庁舎3階、☎65・4133、
F23・0171)へ。

併せて、当時の写真がある場合
は提供ください。(データ、原本
いずれも可、原本は返却)

2018フードバレとかちマラ
ソン大会のボランティアを募集

10月28日(日)の大会当日に、コー
ス沿道の観衆の整理や走路の警備
などに当たるボランティアを募集
します。
対 高校生以上
定 850人程度

申 9月18日(火)までに、申込書に必
要事項を記載の上、郵送または
ファクスで新生帯広支社(〒080・
0010 大通南8丁目1-1、太平洋興

発ビル3階、F23・7403)へ。
申込書はスポーツ振興室で配布の
ほか、大会ホームページからもダ
ウンロード可能。
間 入ポーツ振興室(市庁舎8階、
☎65・4210)

自衛隊各種学生を募集します

自衛官候補生、防衛大学校学生、
防衛医科大学校医学科学生、防衛
医科大学校看護学科学生(自衛官
候補看護学生)を募集します。詳
細は問い合わせください。

申請 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

案内

合併処理浄化槽の設置を
希望する人へ

合併処理浄化槽設置の申し込み
を受け付けします。詳細は問い合
わせください。
公共下水道区域と清川集落排水
区域を除く地域で、住宅の新築や
改造などで合併処理浄化槽の設置
を予定している人

受付期間 9月3日(月)~12月25日(火)
申請 農村振興課(市庁舎7階、☎
65・4172)

住宅・土地統計調査に協力を
お願いします

国や地方自治体の都市計画策定
など、居住環境の改善に活用され
る5年に1度の調査を全国一斉に
行います。市の全世帯から無作為
に抽出された約4200世帯が対
象です。対象世帯に調査員が伺い

ますので、ご協力をお願いします。
調査票配布開始日 9月25日(火)
調査票回収開始日 10月1日(月)
間 総務課(市庁舎5階、☎65・4
101)

平成30年第4回
帯広市議会定例会

開催中は会議を傍聴できます。
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。

9月10日(月)	13時	本会議(初日)
9月11日(火)	10時	議案審査特別委員会
9月14日(金)	10時	本会議(一般質問予備日)
9月18日(火)~20日(木)、25日(火)	各10時	本会議(一般質問)
9月26日(水)~28日(金)、10月1日(月)~3日(水)	各10時	決算審査特別委員会
10月5日(金)	13時	本会議(最終日)

場 市庁舎議会議棟4階
間 議事事務局総務課(市庁舎議事
棟2階、☎65・4221)

間伐材を無料配布します

公園などの樹木の間伐材を無料
配布。乗用車もしくは軽トラック
に積める程度まで。普通トラック、
大型トラックは不可。
日 9月29日(土)、9時~15時(無く
なり次第終了)。小雨決行、荒天
時は30日(日)に順延

場 西22南5(アルバータ通沿い)
間 みどり花のセンター(緑ヶ丘
2、☎21・3172)

広報担当者が行く!



問い合わせ

広報広聴課(市庁舎3階、☎65・4109)

広報担当者が市内の気になる施設に行き、取材を行うコーナーです。今回取材に行ったのはこちらです。



場所 川西町基線61

旧川原邸

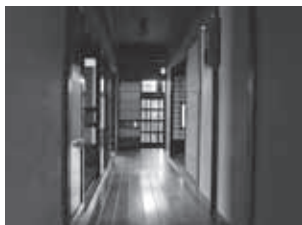


昭和8年に建築された旧川原邸は、大正から昭和初期に多く見られた住宅建築様式を今に伝える貴重な歴史的建造物の一つです。

この建物の随所には書院造や格子戸、欄間の彫刻など、美術上注目される創意工夫がされています。家屋内には昔の手仕事体験や写真撮影ができるコーナーがあり、無料で見学可能です。詳細は、隣接するとかち大平原交流センター(☎53・4780)へ問い合わせください。



美しい欄間の彫刻



懐かしさを感じるたたずまい



当時の生活が伺える台所

対住宅の取得を考えている若年世帯または住み替えやリフォームを考えている高齢世帯
日9月8日(土)、13時30分〜16時
場市民文化ホール(西5南11)
定先着50人
関安心R住宅推進協議会(☎66・4670)
第25回日本ホスピス・在宅ケア研究会全国大会 in とかち
「地域包括ケアシステム」について学び合える、講演会やシンポジウムを行います。
日9月15日(土)、9時20分〜17時30分、16日(日)、9時〜16時
場市民文化ホール(西5南11)、とかちプラザ(西4南13)
¥一般4000円、学生1000円
問日本ホスピス・在宅ケア研究会

とかち大会実行委員会(☎48・8000)
シニア従業員のお仕事説明会 in おびひろ
帯広市とセブンイレブン・ジャパンの、高齢者などの地域見守り活動に関する協定に基づく事業です。
対概ね60歳以上で市内のセブンイレブン各店舗で働いてみたい人
日9月20日(木)、10時〜11時30分
場市庁舎
定選考20人
申日9月18日(火)までに、ハローワーク帯広(☎23・8296)へ。
「影絵」鑑賞会のお知らせ
影絵劇団「かげえのいしとほし」による影絵鑑賞会を行います。

対未就園児の親子
日9月26日(水)、10時30分〜11時30分
定先着20組
場申日9月14日(金)までに、柏林台カトリック幼稚園(柏林台中町1、☎34・4557)へ。
第1回国立帯広病院まつり
ステージイベントや無料健康診断、屋台などの催しを行います。
日9月29日(土)、10時〜14時
場国立帯広病院(西18北2)
問病院まつり実行委員会(☎33・3155)
みんなのちくだい「ダチョウの卵にふれてみよう」
ダチョウの卵の殻で小物を作ったり、ダチョウの卵を使ったホットケーキ試食会などを行います。

対3歳以上
日9月29日(土)、13時〜16時15分
場帯広畜産大学(稲田町西2線)
申日9月16日(日)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、明治北海道十勝オーバル(〒080・0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎49・4000)へ。
第10回財団杯帯広オープン・男女団体混合卓球大会
参加資格18歳以上で傷害保険に入っていること
日9月30日(日)、8時〜18時
¥1チーム3000円
申日9月17日(祝)までに、総合体育館で配布の申込書と参加料を1〜2スポーツ(〒080・0801東1条南1丁目5-24、渡辺ビル)へ。
場総合体育館(大通北1)
問帯広卓球連盟・田口(☎090・2811・9009)

申日9月20日(木)までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(10頁)を書いて、帯広の森陸上競技場(〒080・0856南町南7線56番地7、帯広の森運動公園内、☎47・1188)へ。
プレママわくわくセミナー
産婦人科医、保健師、歯科医の話やコンサートなど、楽しくためになる教室を開催します。
対妊婦または1歳未満の子どもを育児中の人とその家族
日10月6日(土)、13時〜15時30分(12時30分から受け付け)
場とかちプラザ(西4南13)

定先着150人
申日前日までに、電話で母子衛生研究会北海道地区事務局(☎011・233・5977)へ。
人権擁護委員の委嘱を発令しました
帯広市には10人の人権擁護委員があり、新たな人権擁護委員に中島和典さん、河合恒生さん、鎌田則明さんが委嘱されました。
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付けています。
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)

安心/安全/メモ

自転車は「車」です！ ルールを守り安全に利用しましょう

問い合わせ

安心安全推進課(市庁舎3階、☎65・4131)

平成30年4月1日に「北海道自転車条例」が制定されました。

自転車利用時は以下のポイントに気を付け、ルール・マナーを守って安全・適正に利用しましょう。

条例のポイント

- ながら運転をしない
- 交差点の一時停止や信号、標識を守る
- 薄暗くなったら早めにライトを点灯する
- 万が一の事故に備え、自転車損害保険などに加入する



北海道 自転車条例 検索

休日・夜間の急病は

▷帯広市急病テレホンセンター(☎0155・26・1099) 8699、携帯電話/PHS☎011・221・8699)

▷北海道救急医療情報案内センター(☎0120・20・

情報ピックアップ

みんなの消費生活展

問い合わせ 安心安全推進課(市庁舎3階、☎65・4132)

暮らしの情報がいっぱい

暮らしの耳寄りな情報の展示や体験、農と食をテーマにした講演会、地場産野菜が当たるスタンプラリーなど、子どもも大人も楽しみな暮らしについて学べる催しが盛りだくさんです。

イベントを通して、暮らしの安全・安心、地域環境などを考えてみませんか。

日時 10月6日(出)、10時～16時

場所 とかちプラザ(西4南13)

事前に申し込みが必要な行事

消費者講演会

福島県から藤田浩志氏(日本野菜ソムリエ認定アクティブ野菜ソムリエ)を呼び、「魅力たっぷり! 福島の農に生きる」と題した講演会を開催。参加者にはお土産もあります。



清涼飲料水を作ろう! 糖度調べ

体験	清涼飲料水を作ろう! 糖度調べ
	秋の味覚試食会(2時～)
	あかりのエコ教室
	脳トレクイズにチャレンジ
	アクリルたわし作成講習・販売
展示	新聞紙エコバッグ・ネコキャップ作り
	はかりにチャレンジ
	気になる塩分試飲チェック
	地場産野菜が当たるスタンプラリー
	特殊詐欺の手口を知ろう
その他	新洗濯表示知っていますか?
	介護保険制度資料コーナー
	ご存知ですか新案内マーク
	ごみ減量コーナー
	シルバー人材センターの取り組み
	住宅に関する情報コーナー
	成年後見相談コーナー
	「ふくしまから はじめよう。」紹介コーナー
地場産野菜・手づくり味噌の販売	
古布回収コーナー	

タベルナ・ラ・オビヒロ

今回のテーマは「地産地消」

「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!

手づくり味噌

材料(2kg分)

- 大豆……………500g
 - 米麹……………600g
 - 塩……………250g弱
 - 種水(煮汁)……………100ml程度*
- *味噌の硬さに合わせて調節

調理手順

1. 大豆を洗い、2～3倍量の水に24時間浸けておく。
2. 鍋で、大豆が指でつぶせる硬さになるまで煮る。※通常の鍋で3～4時間程度
3. 煮大豆と煮汁を分けて40度程度まで冷ます。※煮汁は種水として使うので捨てないように注意
4. 煮大豆をすり鉢でつぶし、米麹、塩ひとつまみ残す、種水(煮汁)と合わせてよく混ぜる。種水で調節しながら耳たぶくらいの硬さにする。
5. 味噌から空気を抜くため、味噌を玉状にいくつか丸め、新品の食品保存容器などに、叩きつけるようにして仕込む。
6. 4で残した塩を入れ、空気を抜いて密閉する。冷暗所に保存し、約1年漬ければ味噌の完成!

十勝産の大豆で作る味噌の味は最高。家庭でも簡単に作ることができます! センターでは麴から作る講習会も開催しているのでぜひ参加してくださいね!



とかち大平原交流センターセンター長 岡野さん



詳細な手順は、市ホームページにて動画で確認できます。5月号掲載レシピ「サーモンディップ編」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

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)

オビヒロカメラレポ

7月31日から3日間、開拓姉妹都市の静岡県松崎町から青少年派遣研修団が訪れました。小学生10人が、依田勉三翁ゆかりの地を見学したり、イモ堀りやアイスクリーム作りなどを通して、学びを深めました。最終日は、帯広の森アイスアリーナで、帯広の小学生9人と、スケートを通じて交流しました。始めは転んだりしていましたが、少しずつスケート靴にも慣れ、最後はみんな「だるまさんが転んだ」ができるほどに上達しました。(8月2日、帯広の森アイスアリーナ)



松崎町青少年派遣研修団

鳥のさえずりや木々のざわめきが心地よい土曜の朝、十勝が生み出す豊かな産物を求めて、多くの人々が緑ヶ丘公園を訪れました。地場産の新鮮野菜やビールにワイン、革製品や木工品などの加工品の販売や、羊毛紡ぎの体験など、十勝の魅力がぎゅっと詰まった会場では、子どもから大人まで自然と笑顔があふれていました。このイベントは、8月25日(土)、9月8日(土)、22日(土)、いずれも9時～14時まで開催予定です。(7月28日、緑ヶ丘公園)



十勝ファーマーズマーケット

