

ご自由にお持ち帰りください

あおあお ひろひろ いきいき 未来を信じる 帯広

帯広市生涯学習情報誌

まなびや

2024年秋号（10～12月号）
9月20日発行

**10月実施・申
込開始の行事
P.1～8**

**11月実施・申
込開始の行事
P.9～12**

**12月実施・申
込開始の行事
P.12～17**

※連続する講座・行事は最初に実施する月に掲載しています



◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
□教養 ✎芸術 ✎スポーツ	生涯学習指導者を募集します！ 	通年募集中で、 生涯学習文化課窓口での申請の場合は、9:00～17:00 ですが、メール・郵送等でも申請可です。	生涯学習指導者登録を活用したい方と調整の上決めていただきます。(地域イベントの実施場所等)	趣味、教養、芸術、文化、スポーツ等、様々な分野で活躍している方に指導者として登録いただき、地域の講演会やイベント等の活動をサポートする制度で、登録情報は市ホームページで公開します。生涯学習に関する問い合わせや相談があった場合も、情報提供します。	対:生涯学習指導者登録対象の要件を全て満たす方。(市ホームページ参照) 定:無し 費:登録費用は無料です。 締:通年募集中。 申:生涯学習文化課窓口、メール:social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp、FAX:23・6142、郵送:生涯学習文化課宛 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
□教養 ✎イベント	特別企画展「アイヌ工芸品展」 	9/28(土)～11/24(日) 9:00～17:00	百年記念館(緑ヶ丘2) 特別展示室	アイヌ民族が作成した樹木・草木製の着物や編み袋を中心に展示し、現在に受け継がれる植物利用や工芸品の製作技術を紹介します。	対:どなたでも 定:なし 費:なし 締:なし 申:なし 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
□教養 ✎芸術 ✎生活	プラザ・エンジョイスクール2024年度第3期講座 	10/1(火)～12/23(月) 午前・午後・夜間のいずれか	とかちプラザ(西4南13)	10月から12月までに開催する様々な生涯学習講座の受講生を募集。講座によって全3回講座から全10回講座まで、午前・午後・夜間の各時間帯にご用意しております。詳細は、とかちプラザや各コミセンなどに配置しているパンフレットのほか、とかちプラザのホームページをご覧ください。	対:高校生以上 定:15～20名 費:3,000円～10,000円/コース 締:9/25(水) 申:直接とかちプラザへ 問:とかちプラザ(☎22・7890)
✎健康	げんき活動コース チャレンジデー 	10/2(水)～26(土) 11/4(月)～29(金) 12/4(水)～27(金) 開催場所や時間など、詳細は問い合わせください。	福祉センター、コミセン等	介護予防のための運動などを体験。1回から参加できます。	対:市内在住の65歳以上の方 定:定員は会場により異なります。 費:無料 締:随時 申:実施事業者へ直接申込み 問:地域福祉課(☎65・4146)
✎イベント	森の茶会～秋～	10/5(土) 10:00～14:30	森の交流館・十勝(西20南6)	日本文化紹介の一環として、十勝管内在住外国人向けの茶会を開催します。小学校3年生以上の帯広市民も有料で参加できます。	対:在住外国人、小学校3年生以上の帯広市民 定:先着60名 費:在住外国人:無料 帯広市民:お茶会体験300円、お点前体験500円 締:10/4(金) 申:森の交流館・十勝へ来館もしくは電話 問:森の交流館・十勝(☎34-0122)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

□教養	ロビー展「アイヌ文化ロビー展」	10/5(土)～10/20(日) 9:00～17:00	百年記念館(緑ヶ丘2)・ロビー	アイヌ文化をパネル等で紹介します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
□教養	連続講座「十勝の古文書を読む」 □	10/6(日)、10/20(日)、 11/3(日・祝)、11/10(日) 14:00～16:00	百年記念館(緑ヶ丘2)	十勝の古文書の読解と、文書資料の整理方法を学びます。	対:どなたでも 定:先着30名 費:無料 締:10/5(土) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
✦生活	普通救命講習	①10/9(水) ②11/9(土) ③12/9(月) 13:30～16:30	消防庁舎(西6南6)	心肺停止、呼吸停止時の心肺蘇生法、AEDの使い方のほか、出血時の止血法や気道異物除去等応急手当を習得します。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:40名 費:無料 締:①10/2(水)、②11/2(土)、③12/2(月) 申:帯広消防署救急課へ電話 問:帯広消防署救急課(西6南6、☎26・9132)
□教養 ✦イベント	星の観察会 ☆彗	10/11(金) 19:00～20:15	児童会館(緑ヶ丘2)	児童会館天文台と駐車場を会場として、天体をじっくり観察します。①10月のテーマは「土星のわっこをみよう」。	対:どなたでも 定:定員75名 費:無料 締:10/11(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
🏆スポーツ	転倒予防教室 (2回目)(3回目)	2回目 10/11(金)～11/15(金) 金曜日の全5回 ※10/25(金)を除く 11:00～12:00 3回目 2/21(金)～3/28(金) 金曜日の全6回 11:00～12:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	歩くことを中心とした教室です。タンデム歩行でバランス感覚を養い転倒を予防。強度の低い教室内容となっているので、体力に自信のない方にもおすすめです。	対:50歳以上 定:10名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット1枚で1回分 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ	からだスッキリ ヨガ(2期)	10/11(金)～12/6(金) 金曜日の全8回 ※10/25(金)を除く 13:00～13:50	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	ヨガの呼吸法や動きを行い、骨格を中心とした身体の深層部を刺激し姿勢改善・身体のバランス能力アップ・腰痛・肩こり解消・新陳代謝促進などによる美容と健康づくりのための教室です。	対:16歳以上 定:25名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット2枚で1回分 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

☺子ども 🍎農業 ✨生活	チーズ作り体験研修 (約1kg)	①10/12(土)~10/13(日) ②10/26(土)~10/27(日) ③11/9(土)~11/10(日) ④11/23(土)~11/24(日) ⑤12/7(土)~12/8(日) ⑥12/21(土)~12/22(日) 【①~⑥各日程の1日目】 10:00~13:00 【①~⑥各日程の2日目】 10:00~10:30	畜産物加工研修センター(八千代町西4線194)	地場産の生乳を使った加工方法を学びます。約1キログラムのゴーダチーズを作ります。	対:どなたでも 定:先着8名 費:3000円 締:①10/4(金) ②10/18(金) ③11/1(金) ④11/15(金) ⑤11/29(金) ⑥12/13(金) 申:帯広市畜産物加工研修センター(☎60・2514)へ電話 問:農政課(☎59・2323)
□教養	博物館講座「ぶらり帯広」	10/12(土) 9:30~12:00	百年記念館(緑ヶ丘2)	帯広市内をぶらり探索。街並みや市内に残る文化財からわかる歴史・自然を訪ねます。	対:どなたでも 定:先着15名 費:無料 締:10/10(木) 申:10/1(火)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
✨イベント □教養	とてつぽ号に乗れる! 🚂	10/12(土) 10:00~15:00	西7条南20丁目4番地先	十勝鉄道保存機関車の車内を特別公開します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
☺子ども □教養	親と子のエンジョイ将棋 ♔♚	①10/12(土) ②11/9(土) ③12/14(土) 10:00~12:00	児童会館(緑ヶ丘2)2階実習室	児童生徒と保護者が楽しく将棋を学び、将棋を通じて友達の輪を広げます。	対:小中学生とその保護者 定:なし 費:無料 締:なし 申:当日受付 問:児童会館(☎24・2434)
□教養 ✨生活	【市民大学講座 第30集】【帯広畜産大学連携】ちくだい馬フォーラム2024馬の講演会 🐎	10/12(土) 15:30~17:30	帯広畜産大学(稲田町西2線11)産業動物臨床棟 臨床講義室	本フォーラム講演会では、「新しい日本の馬、古来からの日本の馬を勉強しよう」と題して、サラブレッド種の運動生理研究をわかりやすくお話します。また、日本在来馬の多様な利活用についても紹介します。	対:どなたでも 定:100名 費:無料 締:10/11(金) 申:生涯学習文化課へ電話 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
✨イベント 🎵音楽	森の音楽会 🌲🎵🎸	10/13(日) 10:00~12:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	秋の森で行う、市内小・中学生、高校生、社会人バンドによる吹奏楽の野外演奏会です。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
☺子ども □教養	親子囲碁入門教室 ○●	①10/13(日) ②11/10(日) ③12/8(日) 10:00~12:00	児童会館(緑ヶ丘2)	児童と保護者が囲碁の基礎を学び、考える遊びの楽しさを体験するとともに、囲碁を通じて友達の輪を広げます。	対:小中学生とその保護者 定:なし 費:無料 締:なし 申:当日受付 問:児童会館(☎24・2434)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

🏆スポーツ	体力測定会 (50歳以上)	10/13(日) 10:00～12:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	自分の体力を知るきっかけ作りを目的として開催します。測定結果表とその結果を踏まえ、どのような運動が効果的か資料を渡し、希望者には結果に基づきフィードバックします。	対:50歳以上 定:10名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット1枚で1回分または300円 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ ✳️イベント	2024帯広市スポーツフェスティバル	10/14(月・祝) ほか	市内各スポーツ施設	10月14日(月・祝)を中心に、各種スポーツイベントを開催するほか、イベント終了後17時まで、一部の体育施設を無料開放します。	対:帯広市民 定:詳細は市ホームページもしくは市内生涯学習施設に設置されているチラシをご覧ください。 費:同上 締:同上 申:同上 問:スポーツ課(☎65・4210)
✳️イベント □教養 ☺️子ども	布の絵本講習会 	10/16(水) 10:00～12:30	図書館(西2南14)1階多目的視聴覚室	帯広図書館友の会と共催の布の絵本を作る講習会です。布で絵本を作成し、完成品はそのままお持ち帰りいただけます。お子様やお孫様へのプレゼントにいかがでしょうか。	対:どなたでも 定:先着15名 費:300円(当日徴収) 締:9/18(水)～10/11(金) 申:電話または直接図書館3階事務室へ 問:図書館(☎22-4700)
□教養 ✳️生活	【市民大学講座 第31集】【消費者講座】冬を乗り切る省エネ術！～賢く省エネで、エコライフを実践～	10/18(金) 10:00～11:30	とかちプラザ(西4南13)2階 視聴覚室	冬に向けての省エネ術を中心に、家の中のエネルギーロスや楽しく賢くエコライフを実践するための方法を学びます。	対:どなたでも 定:50名 費:無料 締:10/17(木) 申:生涯学習文化課へ電話 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
🍴料理 🏆健康	働き盛りのバランスご飯教室 	①10/19(土) ②12/7(土) 10:00～13:00	帯広市保健福祉センター(東8南13)	40代までの働き盛り世代を対象に、旬の地場産食材をふんだんに活用し、減塩で栄養バランスの整ったご飯を作る料理教室です。 メニュー:豆入りヘルシータコライス、ホタテのごちそうジュレ、鮮やかグリーンボタージュ、もちもち団子のごまソース	対:20歳～49歳の帯広市民 定:先着12名 費:無料 締:①9月9日(月)～10月9日(水) ②11月1日(金)～11月27日(水) 申:電話で健康推進課へ 問:健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721)
✳️生活	実技救命講習	①10/19(土) ②11/19(火) ③12/19(木) 18:30～20:30	南出張所(西17南41)	受講する1ヶ月前から前日までに、インターネット上にある応急手当WEB講習を受講していただける方を対象に開催する講習会です。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:24名 費:無料 締:①10/12(土)、②11/12(火)、③12/12(木) 申:帯広消防署救急課へ電話 問:帯広消防署救急課(西6南6、☎26・9132)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

※イベント ☺子ども	森のパンプキンカー ヴィング 🍂	10/19(土) 14:30～16:30	森の交流館・ 十勝（西20南 6）	「森のハロウィーン2024」 装飾用の「ジャック・オー・ ランタン」を親子で製作す る。 ※「森のハロウィーン 2024」終了後の持ち帰り可	対:中学生以下とその保護者 定:抽選12組 費:無料 締:10/4(金) 申:森の交流館・十勝へ来館もしく は電話 問:森の交流館・十勝(☎34-0122)
☐教養 ※イベント	1日飼育係⑤	10/19(土) 10:00～15:00	動物園(緑ヶ丘 2)	飼育員引率のもと、飼育体験 を行います。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、動物の役割などを考えま す。	対:中学生以上 定:4名（初回優先） 費:なし 締:9/19(木)～10/3(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物 園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
☐教養 🏥健康 ✦生活	赤十字救急法救急員 養成講習 	①10/19(土)～10/20(日) ②11/10(日)～11/16(土) 9:00～17:15	帯広市グリー ンプラザ (公園東町3丁 目9番地1)	急病の手当、止血、三角巾の 使い方、けが、傷の手当、骨 折の手当、搬送などを学びま す。	対:救急法基礎講習修了者 定:20名 費:2,100円 締:①10/10(木) ②10/31(木) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
☺子ども ※イベント	きらきら人形劇場	①10/19(土) ②11/17(日) ③12/15(日) 14:00～14:40	児童会館 (緑ヶ丘2) 2階実習室	楽しい人形劇公演を行いま す。①の出演は「くれよ ん」、②の出演は「みみ ず」、③の出演は「わら」	対:幼児、小中学生とその保護者 定:先着50名 費:無料 締:なし 申:不要 問:児童会館(☎24・2434)
☐教養	【市民大学講座 第 32集】帯広の強制 建物疎開	10/19(土) 18:00～19:30	とかちプラザ (西4南13) 4階 講習室 402	本講座は、建物を壊されたと きの様子や思いを語っていた だいた証言を交えながら、帯 広の古い町並みの写真や、当 時の航空写真なども使って、 帯広の強制建物疎開について 紹介します。	対:どなたでも 定:40名 費:無料 締:10/18(金) 申:生涯学習文化課へ電話 ※Zoom受講希望の方は、 10/17(木)までにHPから申込み。 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
☺子ども 🌾農業 ✦生活	ソーセージ作り体験 研修(約250g)	①10/20(日) ②11/17(日) ③12/15(日) 10:00～14:00	畜産物加工研 修センター(八 千代町西4線 194)	地場産の豚肉を使った加工方 法を学びます。約250グラム のソーセージを作ります。	対:どなたでも 定:先着20名 費:1,000円 締:①10/11(金) ②11/8(金) ③12/6(金) 申:帯広市畜産物加工研修センター (☎60・2514)へ電話 問:農政課(☎59・2323)
※イベント ☺子ども	森のハロウィーン 2024 🍂	10/20(日) 10:00～15:30	森の交流館・ 十勝（西20南 6）	外国文化のハロウィーンを楽 しむ子ども向けのイベントで す。スタンプラリーやおぼけ 屋敷、工作などを行います。 直接会場へお越しください。	対:中学生以下。小学校4年生以下 は保護者の同伴が必要。 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:森の交流館・十勝(☎34-0122)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

※イベント	はぐくむ秋まつり 🍁	10/20(日) 10:00~15:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	森の活動団体やボランティアの方々の協力で、森づくりにつながる様々な体験が楽しめる、年に一度の大イベントです！	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
□教養 ☺子ども ※イベント	おびZoo寺子屋シマウマ編	10/20(日) 13:30~14:30	動物園(緑ヶ丘2)	シマウマについて飼育員のガイドを聞き、ワークシートを記入しながら生態について学びます。	対:小学生以下は保護者同伴 定:20名 費:なし 締:9/19(木)~10/3(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
☺子ども □教養	親子科学実験教室 「JAXAモデルの日 時計を作ろう」	10/20(日) ①10:00~11:00 ②13:15~14:15	児童会館(緑ヶ丘2) 地学実験室	JAXAが提供する赤道型日時計を作ります。太陽の動きで時刻を知ることが出来るひみつも調べます。	対:小学生以上の子どもと保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:10/6(日)~10/20(日) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
※イベント □教養 ☺子ども	第13回「ゆったり 語りに耳を傾けるひととき」	10/20(日) 10:30~12:00	図書館(西2南14)1階多目的視聴覚室	北海道昔ばなし大学帯広と共催の「おはなし会」です。様々なジャンルの「おはなし」の世界を、大人も子どももじっくりと耳を傾け楽しむことのできるイベントです。	対:どなたでも 定:先着50名 費:無料 締:なし 申:なし 問:図書館(☎22-4700)
□教養	【市民大学講座 第33集】【帯広畜産大学連携】スクラム十勝シンポジウム2024	10/22(火) 14:00~16:45	とかちプラザ(西4南13)2階 視聴覚室	「今後の食料、農業及び農村について」をテーマとして、スクラム十勝の関係機関(帯広畜産大学、家畜改良センター十勝牧場等の6機関)における現在進行中の研究課題、これから実施を予定している取り組みなどを紹介します。	対:どなたでも 定:80名 費:無料 締:10/15(火) 申:生涯学習文化課へ電話 ※Zoom受講希望の方は、10/15(火)までにHPから申込み。 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
♡福祉 🍵健康 🌱生活	認知症・家族の集い「茶話会」	10/24(木) 11/28(木) 12/26(木) 13:30~15:00	帯広市グリーンプラザ(公園東町3丁目9番地1)	認知症の方を介護している方が相談や交流できる場として、認知症家族の集い「茶話会」があります。介護を終えた方、認知症のことを知りたい方もお気軽にご参加ください。	対:どなたでも 定:なし 費:100円 締:なし 申:なし 問:地域福祉課(☎65・4113)
※イベント □教養 🍵健康	語り手育成講習会 (ステップアップ編) 	10/25(金) 13:00~14:30	図書館(西2南14)1階多目的視聴覚室	元・北海道放送アナウンサーの田村英一さんによる朗読ワークショップです。読書ボランティア経験のある方や、朗読に興味がある方はぜひご参加ください。	対:読み聞かせ経験者、朗読に興味がある方 定:先着30名 費:無料 締:9/25(水)~10/24(木) 申:オンライン受付(9/25より受付開始) 問:図書館(☎22-4700)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

※イベント	第55回 おびひろ 菊まつり	10/26(土)～10/30(水) 9:00～17:00 ※初日は10:00から ※最終日は16:00まで	とかちプラザ (西4条南13)	昭和45年から始まったおび ひろ菊まつりは、「晩秋に口 マンというどりを」のテーマ のもと、華やかに装飾した総 合花壇で皆様をお出迎えしま す。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:帯広のまつり推進委員会 (☎ 22・8600) 観光交流課(☎65・4169)
□教養	四季の森めぐり～秋 ～ ♣♣♣	10/26(土) 9:30～12:00	帯広の森・は ぐくーむ(南町 南9線49)	森を歩き、秋の花や木の実な どを観察します。	対:どなたでも 定:30名 費:無料 締:10/25(金) 申:帯広の森・はぐくーむへ電話 問:帯広の森・はぐくーむ(☎66・ 6200)
☺子ども □教養	親子おもしろ教室 「カタパルトで飛ば そう」	10/26(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 2階実習室	木製のスティック棒を使って 投石カタパルトを作り、ボー ルなどを飛ばして遊びます。	対:幼児、小中学生とその保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:10/12(土)～10/25(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
✦生活	普通救命講習	①10/27(日) ②11/24(日) ③12/22(日) 13:30～16:30	柏林台出張所 (柏林台西町2)	心肺停止、呼吸停止時の心肺 蘇生法、AEDの使い方のほ か、出血時の止血法や気道異 物除去等応急手当を習得しま す。	対:市内在住もしくは勤務地が市内 の人 定:20名 費:無料 締:①10/20(日)、②11/17(日)、③ 12/15(日) 申:帯広消防署救急課へ電話 問:帯広消防署救急課(西6南6、☎ 26・9132)
※イベント	全道阿波おどり大会	10/27(日) 13:30開演予定	帯広市民文化 ホール 大ホール(西5 条南11)	道内各地から阿波踊りチーム (連)が参加し、演舞を行いま す。また、帯広市の姉妹都市 である徳島市からの親善訪問 団も参加し、本場のおどりを 披露します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:観光交流課(☎65・4133)
※イベント □教養 ☺子ども	第78回読書週間 (10/27～11/9) 📖 □ 	10月27日(日)～11月9日 (土) 期間中の開館日 (10/28(月)、10/31(木)、 11/5(火)は休館日) 火～金曜日 10:00～20:00、 土曜日・日曜日・祝日 10:00～18:00	図書館(西2南 14)	読書普及のため、毎年10月 27日～11月9日を「読書週間」 と定め、全国的に読書に親し むイベントが行われます。 帯広市図書館では、標語「こ の一行に 逢いにきた」にあ わせた読書の展示や図書交換 会などのイベントを開催しま す。 詳細は帯広市図書館HPをご 覧ください。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:図書館(☎22-4700)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

□教養 ✦生活	【市民大学講座 第34集】【帯広畜産大学連携】野生生物のロードキル	10/27(日) 14:00～16:00	おびひろ動物園(緑ヶ丘2)動物園センター研修室	野生生物の交通事故(ロードキル)をテーマに、ロードキル発生状況や動物園での保護状況、えぞほね団作成の轢死個体の標本などを紹介します。講座の終わりには、動物園で展示しているエゾタヌキについて、担当飼育員のガイドを予定しています。	対:どなたでも(動物の事故現場の写真・映像が流れますのでご注意ください) 定:30名 費:無料 締:10/25(金) 申:生涯学習文化課へ電話 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
🏆スポーツ	フィギュアスケート教室	10/28(月)～11/29(金) 月・金曜日の全8回 19:10～20:00	帯広の森スポーツセンター(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	フィギュアスケート競技の普及・振興を目的に開催する教室です。	対:4歳以上から大人まで 定:20名(抽選) 費:4,800円 締:8/20(火)～10/5(土)【当日消印有効】 申:・帯広の森スポーツセンター窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森スポーツセンター(☎48-2401)
🏆スポーツ	陰ヨガ	10/30(水)～12/18(水) 水曜日の全8回 10:30～11:30	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	陰ヨガとは一つ一つのポーズを長くキープし、運動量の少ないことが特徴のヨガとなっています。骨格を中心とした身体の深層部を刺激し、姿勢改善・身体のバランス・能力アップ・腰痛・肩こり解消・新陳代謝促進などによる美容と健康づくりのための教室です。	対:16歳以上 定:25名 費:4,800円 締:10/15(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏆スポーツ	ピラティス(3期)(4期)	3期 10/31(木)～12/19(木) 木曜日の全8回 10:00～11:00 4期 1/23(木)～3/13(木) 木曜日の全8回 10:00～11:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	ストレス軽減や筋肉の緊張をほぐし副交感神経にリラックス効果を生み出し、さらに、筋肉のバランスを整え、姿勢を正し、骨盤のゆがみの改善を図る教室。	対:16歳以上 定:25名 費:4,800円 締:3期 10/15(火)、4期 1/7(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
□教養 ✦生活	【市民大学講座 第35集】ご自宅が空き家になった際の活用・相続について	10/31(木) 14:30～16:00	とかちプラザ(西4南13)2階 視聴覚室	ご自宅が空き家になった際の活用や相続について、学識経験者・弁護士・不動産事業者がそれぞれの視点・経験から情報を提供します。本講座を通して、ご自宅の将来について一度考えていただき、ご感想をお聞かせいただければと思います。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:10/30(水) 申:生涯学習文化課へ電話 問:生涯学習文化課(☎65・4192)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

※イベント □教養	【展示】あの年のベストセラー 📖 □	11月1日(金)~11月28日(木) 期間中	図書館(西2南14)2階ブックトラック展示	トーハンの【年間ベストセラー】に選ばれた本を、図書館オリジナルブックカバーに包んで展示・貸出します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:図書館(☎22-4700)
☺子ども	森の寺子屋～歩の巻～ 🌲🌲	11/2(土) 10:00~15:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	森の探検やたき火などに挑戦します。	対:小学生 定:15名 費:200円 締:11/1(金) 申:帯広の森・はぐくむへ電話 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
☺子ども 🍎農業 ✦生活	ソーセージ作り体験 研修(約750g)	①11/3(日) ②12/1(日) 10:00~14:00	畜産物加工研修センター(八千代町西4線194)	地場産の豚肉を使った加工方法を学びます。ウィナーソーセージ、フライッシュケーゼ、そのほか1種の、合計3種のソーセージを作ります。日によって、そのほか1種のソーセージは、種類が変わります。3種合計で約750グラムです。	対:どなたでも 定:先着10名 費:2,200円 締:①10/25(金) ②11/22(金) 申:帯広市畜産物加工研修センター(☎60・2514)へ電話 問:農政課(☎59・2323)
🏐スポーツ	はじめてのポッチャ(2回目)	11/3(日) 10:00~12:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	運動が得意不得意、体力・筋力の強弱に関わらず、戦略性がゲームを左右するポッチャを年齢問わず、楽しんでいたくことを目的に開催します。(世代間交流、レクレーションルールでの開催)	対:小学生以上 定:15名 費:無料 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
♡福祉	「介護の日」パネル展・介護ロボット展示と介護関連本の特設コーナー(展示・貸し出し)	11/5(火)~11/14(木) 「パネル展」 8:45~17:30 「介護ロボット展示」 10:00~17:00	パネル展・介護ロボット展示:市庁舎1階市民ホール(西5南7) 介護関連本特設コーナー:帯広市図書館イベントコーナー(西2南14)	介護の日(11/11)に合わせ、介護保険制度の紹介のほか、「介護の仕事に対する理解、イメージアップを図る」ことを目的にパネル展・介護ロボットの展示を実施します。また、帯広市図書館にて、介護関連本の特設コーナーを設置します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:介護高齢福祉課(☎65・4150)
□教養 ※イベント	星の観察会 ☆彗	11/8(金) 19:00~20:15	児童会館(緑ヶ丘2)	児童会館天文台と駐車場を会場として、天体をじっくり観察します。11月のテーマは「星はすばる…星の宝宝箱をみよう」。	対:どなたでも 定:定員75名 費:無料 締:11/8(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

🏆スポーツ 😊子ども	ジュニア体操教室 (2回目)	11/8(金)~12/13(金) 金曜日の全6回 16:00~16:50	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	多種多様な動きをすることで基礎体力(筋力・持久力・バランス能力)の向上を目指します。	対:小学1~3年生 定:25名 費:3,600円 締:10/22(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🎵音楽	N響メンバーによる ゲートウェイ・ソリスTEN 北海道ツアー2024 ~ Cocomi&サキタハチメを迎えて~	11/9(土) 開演15:00	帯広市民文化ホール大ホール(西5南11)	NHK交響楽団メンバーで構成された“ゲートウェイ・ソリスTEN”が、新進気鋭のフルーティストCocomiとミュージカル・ソー奏者のサキタハチメとコラボし、クラシックの名曲をお届けします。	対:一般 定:1,540名 費:4,000円 締:なし 申:チケット購入必要 問:帯広市民文化ホール(☎23・8111)
□教養	巣箱の掃除と生き物調べ 🐦🐣	11/9(土) 10:00~12:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	はぐくむ周辺に設置してある野鳥のための巣箱を回り、年に一度のお掃除と、どんな生き物が利用していたかの調査を行います。	対:どなたでも 定:15名 費:無料 締:11/8(金) 申:帯広の森・はぐくむへ電話 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
□教養 ✳️イベント	おびZoo探検隊①	11/9(土) 13:30~15:00	動物園(緑ヶ丘2)	閉園中の動物園で動物たちはどのように過ごしているのでしょうか。普段見ることのできない動物たちの様子を観察します。	対:小学生以下は保護者同伴 定:45名 費:なし 締:10/10(木)~10/24(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
□教養 🏠健康 ✳️生活	赤十字救急法基礎講習 	11/9(土) 9:00~13:30	帯広市グリーンプラザ(公園東町3丁目9番地1)	手当の基本、人工呼吸・胸骨圧迫の方法、AEDの使用方法、気道異物除去の方法などを学びます。	対:満15歳以上 定:20名 費:1,500円 締:10/30(水) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
✳️イベント □教養 🎨芸術	ディンプルアート体験会 	11/9(土) 10:30~11:30,13:30~14:30	図書館(西2南14)1階多目的視聴覚室	ディンプルアートはリサイクルの研究から生まれた特殊な絵の具を使用する工作です。ディンプルアート北海道の講師と一緒に世界で自分だけのオリジナル葉を作成しませんか？	対:小学生から大人まで(低学年児童は保護者同伴) 定:各回先着30名ずつ 費:300円(当日徴収) 締:なし 申:事前オンライン受付(10/1より受付開始) ※事前に定員に満たない場合は当日会場にて受付します 問:図書館(☎22-4700)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

♪音楽	宇崎竜童デビュー 50周年メモリアル コンサート 『Thank you for the music～Our history again～』	11/13(水) 開演19:00	帯広市民文化 ホール大ホー ル(西5南11)	宇崎竜童5年振りの全国ツ アー。歴代バンドの象徴的な 楽曲を楽しめるひととき。阿 木燿子がエピソードを語りな がらナビゲートします。50 周年の軌跡をどうぞお楽しみ ください。	対:一般 定:1,540名 費:一般7,000円、ペア13,000円 締:なし 申:チケット購入必要 問:帯広市民文化ホール(☎23・ 8111)
☺子ども □教養	あそびの森のあしあ とづくり 🌲🌳	11/17(日) 10:00～14:00	帯広の森・は ぐくーむ(南町 南9線49)	NPO法人ぶれいおん・とか ちとともに、森で過ごす時間 を楽しみながら、親子で参加 できる森づくりを行います。	対:どなたでも 定:30名 費:100円 締:11/16(土) 申:帯広の森・はぐくーむへ電話 問:帯広の森・はぐくーむ(☎66・ 6200)
□教養 ✳️イベント	おびZoo探検隊②	11/17(日) 13:30～15:00	動物園(緑ヶ丘 2)	閉園中の動物園で動物たちは どのように過ごしているのだ でしょうか。普段見ることので きない動物たちの様子を観察 します。	対:小学生以下は保護者同伴 定:45名 費:なし 締:10/17(木)～10/31(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物 園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
☺子ども □教養	親子科学実験教室 「ジャガイモ電池で 音を鳴らそう」	11/17(日) ①10:00～11:00 ②13:15～14:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 化学実験室	身近なもので音を鳴らせる電 池を作ります。2種類の金属 と電気を通す液があれば電池 になります。レモンや野菜で も電池が作れます。	対:小学生以上の子ともと保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:11/3(日)～11/17(日) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
🏆スポーツ	ボッチャ教室	11/22(金)～12/27(金) 金曜日の全6回 11:00～12:00	帯広の森体育 館(南町南7線 56番地7 帯広 の森運動公園 内)	運動が得意不得意、体力・筋 力の強弱に関わらず、戦略性 がゲームを左右するボッチャ を年齢問わず、楽しんでいた だくことを目的に開催しま す。(世代間交流、レクレ ーションルールでの開催)	対:小学生以上 定:10名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット1 枚で1回分 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団の ホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
✳️イベント	森の茶会～冬～	11/23(土) 10:00～14:30	森の交流館・ 十勝(西20南 6)	日本文化紹介の一環として、 十勝管内在住外国人向けの茶 会を開催します。小学校3年 生以上の帯広市民も有料で参 加できます。	対:在住外国人、小学校3年生以上の 帯広市民 定:先着60名 費:在住外国人：無料 帯広市民：お茶会体験300円、お点 前体験500円 締:11/22(金) 申:森の交流館・十勝へ来館もしく は電話 問:森の交流館・十勝(☎34-0122)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

◎子ども ※イベント 🎨芸術	冬の親子陶芸教室 👤	11/23(土)、11/24(日)、 12/1(日) 10:00～12:00	百年記念館(緑 ヶ丘2)	親子で陶芸を楽しんでいただくことを目的として、親子陶芸教室を開催します。陶芸が初めての方でも簡単に作ることができますので、お気軽にお申し込みください。	対:十勝管内在住の4歳～中学生の子どもと保護者 定:各回先着親子で36人 費:参加費1組600円、材料代1人300円(例:親子2人で合わせて1,200円) 締:11/19(火) 申:11/6(水)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
◎子ども □教養	親子おもしろ教室 「かわいいハート バッグ」 ❤️🐱	11/23(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 2階実習室	色画用紙2枚を重ねて編んでウサギやクマの顔のついたバッグを作ります。	対:幼児、小中学生とその保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:11/9(土)～11/22(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
□教養	森のリースづくり 🌲	11/24(日) 9:30～12:00	帯広の森・はぐくむ(南町 南9線49)	森の回廊@十勝と共に、森の木に巻き付いたつるを取る作業を行い、つる材を活用してリース飾りを作ります。	対:どなたでも 定:20名 費:100円 締:11/23(土) 申:帯広の森・はぐくむへ電話 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
♡福祉 🏠健康 ✦生活	認知症サポーター養成講座 	11/27(水) 13:30～15:00	緑西コミュニ ティセンター (西17南4)	認知症について正しく理解し、地域で認知症の人とその家族を見守る応援者を養成します。認知症の症状など基本的な知識や認知症の方への接し方などを学びます。 ※講座受講後は認知症サポーターの証として、オレンジカードを差し上げます。	対:帯広市民または帯広市内に通勤、通学している方 定:20名程度 費:無料 締:11/25(月) 申:地域福祉課へ電話、または左記のQRコードからWebフォームで申込み 問:地域福祉課(☎65・4113)
□教養	博物館講座「近代文学者の見た十勝アイヌ」	11/30(土) 14:00～16:00	百年記念館(緑 ヶ丘2) 2号室	岩野泡鳴や山本露滴など十勝アイヌのコタンを調査した近代文学者と協力者、その資料を紹介します。	対:どなたでも 定:先着50名 費:無料 締:11/29(金) 申:11/14(木)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
□教養	間伐とものづくり 🌲	12/1(日) 9:30～12:00	帯広の森・はぐくむ(南町 南9線49)	森で間伐体験を行い、切った木で正月飾りなどを作ります。	対:どなたでも 定:15名 費:300円 締:11/30(土) 申:帯広の森・はぐくむへ電話 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

□教養 ※イベント	おびZoo探検隊③	12/1(日) 13:30～15:00	動物園(緑ヶ丘2)	動物園で動物たちはどのように過ごしているのでしょうか。普段見ることのできない動物たちの様子を観察します。	対:小学生以下は保護者同伴 定:45名 費:なし 締:10/31(木)～11/14(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
□教養 ★生活	着衣泳 	12/1(日) 14:00～(2時間程度)	帯広の森市民プール (南町南7線56番地7)	着衣のまま水に落ちてしまったとき、無理に泳ぐことなく、救助されるまでの呼吸方法などを学びます。	対:小学4年生以上(小学生は保護者の参加が必須) 定:先着50名 費:無料 締:11/28(木) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
🎨芸術 ※イベント	陶芸サークル展	12/3(火)～12/8(日) 10:00～15:00	百年記念館(緑ヶ丘2)	帯広百年記念館で活動している陶芸サークル4団体(帯広陶芸会、十勝陶夢の会、帯広銀陶会、サークル・ポタリ)の作品を展示します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
□教養 ※イベント	星の観察会 ☆彗	12/6(金) 19:00～20:15	児童会館 (緑ヶ丘2)	児童会館天文台と駐車場を会場として、天体をじっくり観察します。12月のテーマは「木星と土星、すばるをみよう」。	対:どなたでも 定:定員75名 費:無料 締:12/6(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
🎨芸術 □教養	帯広の森50周年記念展 	12/8(日)～12/22(日) 9:00～17:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	帯広の森50周年を記念したフォトコンテストの写真や、帯広の森の歴史が感じられる資料など、様々なものを展示します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:帯広の森・はぐくむ(☎66・6200)
□教養 ☺子ども ※イベント	おびZoo寺子屋エゾユキウサギ編	12/8(日) 13:30～14:30	動物園(緑ヶ丘2)	エゾユキウサギについて飼育員のガイドを聞き、ワークシートを記入しながら生態について学びます。	対:小学生以下は保護者同伴 定:20名 費:なし 締:11/7(木)～11/21(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)
□教養 ※イベント	おびZoo探検隊④	12/14(土) 13:30～15:00	動物園(緑ヶ丘2)	動物園で動物たちはどのように過ごしているのでしょうか。普段見ることのできない動物たちの様子を観察します。	対:小学生以下は保護者同伴 定:45名 費:なし 締:11/14(木)～11/28(木) 申:動物園HP又は郵便はがきで動物園へ郵送 問:動物園(☎24・2437)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

□教養	博物館講座「大地が語る十勝の自然史」	12/14(土) 14:00～16:00	百年記念館(緑ヶ丘2) 2号室	十勝の成り立ちや地形・地質について、最新の研究成果を紹介します。	対:どなたでも 定:先着50名 費:無料 締:12/13(金) 申:12/1(日)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
※イベント □教養	体験教室「縄文のカタチを掘る！～消しゴムはんこ～」	12/15(日) 10:00～12:00	百年記念館(緑ヶ丘2)	土偶やクマ形土製品の形など、オリジナルの消しゴムはんこを作ります。	対:小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴) 定:先着12名 費:700円 締:12/14(土) 申:12/1(日)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
☺子ども □教養	親子科学実験教室「恐竜の世界を探検しよう」	12/15(日) ①10:00～11:00 ②13:15～14:15	児童会館(緑ヶ丘2) 地学実験室	恐竜が生きていた時代の様子を調べ、ミニ恐竜の形をした発砲入浴剤を作ります。	対:小学生以上の子どもと保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:12/1(日)～12/15(日) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
☺子ども ※イベント 🎨芸術	冬の親子ものづくり教室	12/21(土) 午前の部10:00～12:00 午後の部13:30～15:30	百年記念館(緑ヶ丘2)	親子で楽しむものづくり教室です。好きなビーズをつないで作るサンキャッチャーと、とんぼ玉を作ります。作ったとんぼ玉は飾り付けをしてペンダントやストラップを制作します。	対:十勝管内在住の小学生から中学生と保護者 定:各回先着10人 費:参加費1組500円、材料代1人分1,500円 締:12/17(火) 申:12/3(火)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)
□教養 🏠健康 🏠生活	幼児安全法支援員養成講習 	12/21(土)～12/22(日) 9:00～17:15	帯広市グリーンプラザ(公園東町3丁目9番地1)	乳・幼児期に起こりやす事故の予防とその手当、かかりやすい病気と、発熱・けいれんなどの症状に対する手当などの知識と技術を学びます。	対:満15歳以上 定:20名 費:2,200円 締:12/12(木) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
☺子ども □教養	親子おもしろ教室「クリスマスツリーボックス」 🎄	12/21(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館(緑ヶ丘2) 2階実習室	牛乳パックを使ってかわいいツリー型のボックスを作ります。シールやキラキラテープで飾り付けます。	対:幼児、小中学生とその保護者 定:各回先着10家族(最大20名まで) 費:無料 締:12/7(土)～12/20(金) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

☺子ども	冬休みジュニアヒップホップダンス 👣	1/5(日)~1/7(火) 3日間 11:00~12:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	簡単なヒップホップのステップを習い、初歩のフリースタイルのダンスを踊れるようになることを目的とした冬休み3日間の教室です。	対:小学2~6年生 定:20名 費:1,800円 締:12/24(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ ☺子ども	冬休みキッズスポーツ教室	1/5(日)~1/7(火) 3日間 10:00~11:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	幼稚園・保育園の年中・年長を対象とした教室です。マット基本運動・鉄棒・跳び箱等を重点的に楽しみながら行ないます。	対:年中・年長 定:25名 費:1,800円 締:12/24(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
👤健康	ふまねっと&いきいき健康体操教室	1/7(火)~1/21(火) 火曜日の全3回 10:00~11:30	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	ふまねっと運動とは、50センチ四方のマス目でできた大きな網を床に敷き、このマス目を利用してステップを踏み、歩く運動です。様々なステップを踏むことで、全身・歩行のバランス改善や認知機能の向上をめざします。集団で交差して歩くこともでき、レクリエーションとしても楽しむことができます。	対:50歳以上 定:15名 費:900円 締:12/24(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
☺子ども	音楽&リズムであそぼう(冬休み) 🎵	1/9(木) 10:30~11:15	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	音楽を通して自分を表現したり、楽器を鳴らすことで表現する楽しさを知ります。音という一番わかりやすく、身近なものに触れることでリズム運動で子供の運動能力と心の発達を促します。	対:1・2歳とその保護者 定:30組 費:600円 締:12/24(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ	ZUMBA 👣	1/10(金)~2/14(金) 金曜日の全6回 10:00~10:45	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	ズンバ(ZUMBA)とは、ダンスやエアロビクスの動きをラテン系の音楽に合わせて行うダンスフィットネスであり、全身の筋力効果や有酸素運動・ダイエットプログラムとしても効果を得ると共に基礎代謝の向上にもなり健康増進・運動意欲を高め、運動不足の解消を図る教室です。	対:16歳以上 定:20名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット2枚で1回分 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

🏆スポーツ 😊子ども	レッツ！ バルシューレ (2回目)	1/22(水)~2/26(水) 水曜日の全6回 15:45~16:35	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	ボールなどを使った様々な運動遊びを楽しく経験すること で、状況に合わせて自分自身で判断し、行動する力や気持ちを育てます。	対:年中・年長、小学1・2年生 定:25名 費:2,400円 締:1/7(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ	骨盤矯正ヨガ (2期)	1/22(水)~3/12(水) 水曜日の全8回 10:30~11:30	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	通常のヨガのように呼吸を大切にしながら、様々なポーズで骨盤を整えます。 姿勢が良くなり、腰痛改善にも。また、血行が良くなり下半身の冷えやむくみにも効果的な教室です。	対:16歳以上 定:25名 費:4,800円 締:1/7(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ	脳活トレーニング (2回目)	1/31(金)~2/14(金) 金曜日の全3回 13:00~14:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	脳活トレーニングと軽運動を組み合わせた内容です。 歩いたり、ステップを踏んだりといった軽運動と同時に認知課題(計算やしりとり等)を行うことで、脳機能の活性化と健康促進につながる教室です。	対:50歳以上 定:10名 費:11枚綴り(3,000円)のチケット1枚で1回分 締:先着受付当日まで 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
🏆スポーツ 😊子ども	ブレスボキッズ (2回目)	2/14(金)~3/21(金) 金曜日の全6回 16:00~16:50	帯広の森体育館(南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内)	スポーツの基礎となる動きを楽しく学ぶ教室。 主にボールを使った運動をメインに、蹴る・投げる・捕る等基本的な動作を身につけます。	対:年中・年長 定:20名 費:3,600円 締:1/28(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)
😊子ども	みんなで楽しく！ リトミック (1・2歳②) ♪	2/18(火) 10:30~11:15	帯広市市民活動交流センター(西4南9北海道新聞社帯広ビル1階・7階)	『リトミック』とは、音楽と身体を使った“こどもの運動能力開発”です。音という一番わかりやすく身近なものに触れ、音感教育(音感・リズム感・拍子感音楽の楽しさなど音楽の基礎)、生活習慣(言語・数・感覚)、情操教育(心の教育・人間教育・自立心)など身体的・感覚的・知的にこどもの育成を図ります。	対:1・2歳(R4/3/1~R6/2/28生まれ)とその保護者 定:15組 費:600円 締:1/28(火) 申:・帯広の森体育館窓口 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館 (☎48・8912)

◆◆表示の説明◆◆ 対：対象、定：定員、費：費用、締：締切日、申：申込方法、問：問合せ先

 スポーツ  子ども	お父さんと一緒に体力向上教室	3/16(日) 10:00～11:00	帯広の森体育館（南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内）	走る・跳ぶ・バランス・柔軟性・回る・力の加減など、親子で身体を動かしながら基礎体力向上を図ります。	対:年中・年長、お父さん、(お母さんでも可) 定:20組 費:600円 締:3/4(火) 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館（☎48・8912）
 スポーツ  子ども	5・6年生のための走り方教室 	3/16(日) 11:30～12:30	帯広の森体育館（南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内）	小学高学年を対象とし、運動の基本動作である「走り方」を学ぶ教室です。スピードをテーマに走りの姿勢や瞬発力を高める体の使い方を学びます。素早く動ける体作りを目指します。	対:小学5・6年生 定:15名 費:600円 締:3/4(火) 申:・帯広の森体育館窓口 または電話 ・往復はがき ・帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ 問:帯広の森体育館（☎48・8912）

【問い合わせ先一覧表(順不同)】

部署・施設名	住 所	電話番号/FAX	定休日
地域福祉課	〒080-8670 西5条南7丁目1 帯広市役所	65-4146・65-4113/23-0158	土日・祝日
介護高齢福祉課		65-4150/23-0163	
スポーツ課		65-4210/23-6142	
観光交流課		65-4169・65-4133/23-0172	
健康推進課	〒080-0808 東8条南13丁目1番地 帯広市保健福祉センター内	25-9721/25-7445	日曜日、祝日(土曜日は窓口、手続きなどは行っていない)
農政課(農業技術センター)	〒089-1182 川西町基線61	59-2323/59-2448	土日・祝日
帯広畜産物加工研修センター	〒080-2336 八千代町西4線194	60-2514/60-2868	月曜日(祝日の場合は翌日)
帯広消防署救急課	〒080-0016 西6条南6丁目3番地1	26-9132/26-9133	なし
とかちプラザ	〒080-0014 西4条南13丁目1番地	22-7890/22-5955	月曜日(祝日の場合は翌日)
帯広市民文化ホール	〒080-0015 西5条南11丁目48番地2	23-8111/23-8112	火曜日(祝日の場合は翌日) 9/1～10/31は休まず開館
帯広市図書館	〒080-0012 西2条南14丁目3番地1	22-4700/22-4701	①月曜日(祝日の場合は翌日) ②毎月末日(土日、①の場合は月の最終平日)
帯広市児童会館	〒080-0846 緑ヶ丘2番地	24-2434/22-5401	①月曜日(祝日の場合は開館) ②11月～3月までの祝日の翌平日
帯広百年記念館		24-5352/24-5357	①月曜日(祝日の場合は開館) ②祝日の翌日(土日の場合は開館)
おびひろ動物園		24-2437/24-2439	・11/4までの夏期開園期間中は、 毎日開園 9:30～16:00 ・12/1からの冬期開園期間中は、 土日祝日のみ営業 平日及び12/29～1/3は休み 開園時間 10:00～14:00
帯広の森・はぐくむ	〒080-0856 南町南9線49番地	66-6200/47-3622	①月曜日(祝日の場合は翌日) ②祝日の翌日
森の交流館・十勝	〒080-2470 西20条南6丁目1番地2	34-0122/34-0165	①月曜日(祝日の場合は翌日) ②祝日の翌日(土日は開館)
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	48-8912/48-6261	①火曜日(祝日の場合は翌日) ②祝日の翌日
帯広のまつり推進委員会	〒080-0012 西2条南12丁目帯広駅エスタ東館2階	22-8600/22-8558	なし

【編集・発行】帯広市教育委員会 生涯学習部 生涯学習文化室 生涯学習文化課
〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1
TEL:0155-65-4192 FAX:0155-23-6142 E-mail: social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp

帯広市HP



文化スポーツ
振興財団HP

