

ご自由にお持ち帰りください

あおあお ひろびろ 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

2025年夏号（7～9月号）

6月20日発行



**7月実施・申
込開始の行事
P.1~9**

**8月実施・申
込開始の行事
P.9~14**

**9月実施・申
込開始の行事
P.14~20**

※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



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	生涯学習指導者登録制度を活用して生涯学習を始めませんか？ 	通年受付しています。 指導日時は、生涯学習指導者の方と調整して決めています。	生涯学習指導者の方と調整して決めています。	帯広市ホームページから希望する生涯学習指導者を選び、依頼者が直接、指導者に依頼をします。指導、講演等にかかる経費は、依頼者と指導者の協議・交渉により決めています。※交渉・契約に関しては、依頼者と指導者双方の責任において行い、それによるトラブルなどは当事者間で解決願います。	対:どなたでも（ただし、指導者によっては、対象年齢を限定している場合があります。） 定:指導者の受入状況によります。 費:指導者によって有償、又は無償の場合があります。 締:無し 申:依頼者より直接、指導者に依頼。 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
□ 教養 ☺ 芸術 🏆 スポーツ	生涯学習指導者を募集します！ 	通年募集中です。 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 🏠 生活 ♡ 福祉	救急法救急員養成講習 	6/30(月)～7/3(木) 18:30～21:30	帯広市グリーンプラザ(公園東町3)	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名程度 費:2,100円 締:6/20(金) 申:電話もしくは直接地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
□ 教養	プラザ・エンジョイスクール2025年度第2期講座	7/1(火)～9/30(火) 午前・午後・夜間のいずれか	とかちプラザ(西4南13)	7月～9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～全10回講座まで、午前・午後・夜間の各時間帯にあります。詳細は、公共施設に設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:各講座15～20名 費:3,000円～10,000円（1回あたり1,000円） 締:6/24(火) 申:直接とかちプラザへ 問:とかちプラザ(☎22・7890)
🏆 スポーツ	コグニサイズ	7/4(金)、7/11(金)、 7/18(金)、7/25(金) 8/8(金) 金曜日の全5回 11:00～12:00	帯広の森体育館 (南町南7線56番地7)	コグニサイズとは、コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせた名称の、新しいエクササイズです。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:20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、電話、往復はがき、帯広市文化スポーツ振興財団のHP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)

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 ★イベント	星の観察会 ☆シ	①7/4(金)、②8/1(金)、 ③9/12(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。7月のテーマは「月のクレーターを観察しよう」、8月のテーマは「月と夏の大三角を探してみよう」、9月のテーマは「夏の星座と二重星をみよう」。	対:どなたでも 定:75名 費:無料 締:①6/20(金)～7/4(金)、②7/18(金)～8/1(金)、③8/29(金)～9/12(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 ★生活	【市民大学講座 第9集】帯広川で野鳥観察 🐦	7/6(日) 9:30～11:30	治水の森公園周辺 (東15南4)	帯広市の市街地を流れる帯広川下流で、夏鳥を観察します。双眼鏡の使い方や、図鑑の見方なども解説します。	対:どなたでも 定:30名 費:無料 締:7/4(金) 申:生涯学習文化課へ電話、市HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
★生活	普通救命講習 	①7/9(水) ②8/8(金) ③9/9(火) 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:①7/2(水) ②8/1(金) ③9/2(火) 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 ★生活	【市民大学講座 第10集】道路構造物のメンテナンスについて	7/9(水) 14:30～16:00	とかちプラザ (西4南13)	・道路施設の保全について 高度経済成長期に集中して建設された橋梁、トンネル等の老朽化が進んでいるため、安全で安心な道路機能を確保するための予防保全対策を進めています。 ・舗装の維持管理について 北海道の舗装の損傷と補修方法について説明します。	対:どなたでも 定:40名 費:無料 締:7/8(火) 申:生涯学習文化課へ電話、市HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
□□教養 ★生活	【市民大学講座 第11集】アイヌの着た靱皮衣 -特別企画展「アイヌ工芸品展 アットゥシと太布」を終えて-	7/10(木) 14:30～16:00	とかちプラザ (西4南13)	アイヌの着た靱皮(じんぴ)、衣のアットゥシについて、素材となる草木や繊維の特徴などを、解説しながら紹介していきます。	対:どなたでも 定:50名 費:無料 締:7/9(水) 申:生涯学習文化課へ電話、市HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
😊子ども □□教養	親と子のエンジョイ将棋 ♟️♠️	①7/12(土) ②9/13(土) 10:00～12:00	児童会館 (緑ヶ丘2)	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)

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 ☆ 生活 😊 子ども	幼児安全法支援員養成講習 	7/12(土)～7/13(日) 9:00～17:15	帯広市グリーンプラザ(公園東町3)	子どもを大切に育てるために、乳・幼児期に起こりやすい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習得できます。	対:満15歳以上 定:20名程度 費:2,200円 締:7/2(水) 申:電話もしくは直接地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
🌳 イベント	世界のともだち2025	7/12(土) 10:00～15:00	JICA北海道センター(帯広)及び森の交流館・十勝(西20南6)	世界の料理を楽しむことのできる屋台コーナー、ステージイベント、外国文化紹介コーナー、国際協力を知ることができる展示など、楽しく外国文化を体験できるJICA北海道センター(帯広)との合同イベントです。	対:どなたでも 定:なし 費:無料(屋台は有料) 締:なし 申:なし 問:世界のともだち実行委員会(森の交流館・十勝内)(☎34-0122)
😊 子ども □ 教養 🏆 スポーツ	小学校硬式テニス体験教室 	7/12(土) 10:00～12:00	帯広市南町テニスコート(南町南7線56番地7)	小学生を対象に、硬式テニスの基本を学ぶとともに、テニスを通じてスポーツの面白さを習得してもらう教室です。	対:小学生 定:20名 費:500円 締:6/19(木) 申:①電話での申込 ②帯広の森野球場での申込 ③ホームページからの申込 問:帯広の森野球場(☎48・8338)
😊 子ども 🌾 農業 ☆ 生活	3種のソーセージ教室(約750g) 	①7/13(日) ②8/10(日) ③9/14(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。 持ち物:エプロン・三角巾・ハンカチ	対:どなたでも 定:各先着10名 費:2,200円 締:①7/4(金) ②8/1(金) ③9/5(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)
😊 子ども	あそびの森のあしあとづくり 	①7/13(日) ②9/21(日) 10:00～14:00	帯広の森・はぐくむ(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:①7/12(土) ②9/20(土) 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 🌳 イベント	きらきら人形劇場	①7/13(日) ②8/23(土) ③9/6(土) 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。7月の出演は「もぐら」。8月の出演は「パセリ座」。9月の出演は「くれよん」。	対:幼児、小学生とその保護者 定:先着50名 費:無料 締:なし 申:不要 問:児童会館(☎24・2434)
🌳 イベント □ 教養	博物館講座「クチャ(仮小屋)を作ろう」	7/13(日) 10:00～12:00	百年記念館(緑ヶ丘2)集合	アイヌ民族が山菜の採集や狩猟を行うときに使っていたクチャ(仮小屋)を作ります。	対:小学生以上(小学生は保護者同伴) 定:先着20名 費:200円 締:7/1(火)～7/10(木) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
☺子ども 📖教養	親子囲碁入門教室 ○●	①7/13(日) ②8/10(日) ③9/14(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)
☺子ども 🎹音楽	大ホールでスタイン ウェイを弾いてみよ う!	7/13(日) 10:00~19:50	帯広市民文化 ホール (西5南11) 大ホール	ピアノを習っている子供達が 世界最高峰のピアノ、スタイ ンウェイを広々とした大ホー ルステージで弾ける演奏体験 会です。	対:帯広・十勝のピアノを習っ ている小中高生 定:10組(1組50分。3名まで参 加可能。見学、付添も3名ま で。) 費:1組500円 締:なし(申し込み多数の場合は 区分ごとに抽選) 申:帯広市文化スポーツ振興財 団HPの申込フォーム、もしく は電話で申込 問:帯広市民文化ホール(☎23・ 8111)
🌟イベント	ミラクルひかる×荒牧 陽子 ものまねジョイン トスーパーライブ	7/16(水) 開場18:15 開演19:00	帯広市民文化 ホール (西5南11) 大ホール	「ものまね界のジャンヌダルク」ミラクルひかと「歌ま ね女王」荒牧陽子が夢のタッ グを組んで行うライブショー です。	対:一般 定:1,540名 費:4,800円 締:なし 申:取扱い販売所にてチケット を購入 問:帯広市民文化ホール(☎23・ 8111)
🌟生活	消費者講座③「訪問販 売トラブルの注意点と クーリング・オフ制度 について」	7/17(木) 10:00~11:30	とかちプラザ(西 4南13)	多様化する悪質な訪問販売の 注意点について、事例や手口 を知り、未然にトラブルを防 ぐ方法と被害にあったしまっ た時に役立つクーリング・オ フ制度について学びます。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:6/19(木)~7/16(水) 申:商業労働課へ電話 問:商業労働課労働消費係(☎ 65・4132)
📖教養 🌟生活	【市民大学講座 第12 集】【消費者講座】訪 問販売トラブルの注意 点とクーリング・オフ 制度について	7/17(木) 10:00~11:30	とかちプラザ (西4南13)	多様化する悪質な訪問販売の 注意点について、事例や手口 を知り、未然にトラブルを防 ぐ方法と被害にあったしまっ た時に役立つクーリング・オ フ制度について学びます。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:7/16(水) 申:生涯学習文化課へ電話、市 HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・ 4192)
🏊スポーツ	からだスッキリ ヨガ (2期)、(3期)	2期 7/18(金)、7/25(金)、 8/8(金)、8/22(金)、 8/29(金)、9/5(金)、 9/12(金)、9/19(金) 3期 10/24(金)、10/31(金)、 11/7(金)、11/14(金)、 11/21(金)、11/28(金)、 12/5(金)、12/12(金) 金曜日の全8回 13:00~14:00	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	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、往復 はがき、帯広市文化スポーツ振 興財団のHP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
☆生活	実技救命講習 	①7/18(金) ②8/19(火) ③9/19(金) 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、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:①7/11(金) ②8/12(火) ③9/12(金) 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)
🎨芸術 🌳イベント	収蔵美術作品展「ふたたびの伊藤隆二展」	7/19(土)～8/11(月・祝) 9:30～16:30	百年記念館(緑ヶ丘2)特別展示室	昭和59年に展示した作品にその後収蔵された作品を加え、伊藤隆二が描いた帯広市内の風景画を紹介します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(☎24・5352)
🌳イベント 😊子ども	第87回キッズ・プレイグラウンド(モンゴル) 	7/19(土) 10:30～12:00	森の交流館・十勝(西20南6)	遊びを中心とする国際交流イベントです。外国の歌や絵本を通じて、外国文化に出会えます。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てください！今回はモンゴル出身の帯広市在住外国人のアリウナさんが絵本や工作を交えて子どもたちと交流します。	対:0～6歳までの子どもとその保護者(年上の兄姉の参加も可能) 定:先着45組 費:無料 締:7/15(火) 申:QRコードから 問:観光交流課 森の交流館・十勝(☎34・0122)
😊子ども 🌾農業 ☆生活	チーズ教室(約1kg) 	①7/19(土)～7/20(日) ②8/2(土)～8/3(日) ③8/16(土)～8/17(日) ④8/30(土)～8/31(日) ⑤9/6(土)～9/7(日) ⑥9/20(土)～9/21(日) 【1日目】 10:00～13:00 【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チーズの加工方法を学びます。 持ち物:エプロン・三角巾・ハンカチ	対:どなたでも 定:各先着8名 費:3,000円 締:①7/11(金) ②7/25(金) ③8/8(金) ④8/22(金) ⑤8/29(金) ⑥9/12(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)
😊子ども	森の寺子屋～虫の巻～ 	7/19(土) 10:00～15:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	昆虫探しや昆虫調べに挑戦します。	対:小学生 定:15名 費:200円 締:7/18(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	第106回インターナショナル・トーク(キューバ)	7/19(土) 15:00～16:30	森の交流館・十勝(西20南6)	世界の国々について学べる講演会で、外国人と気軽に交流できるイベントです。 今回はキューバ出身のレスリーさんによる自己紹介、キューバの日常生活、面白い事柄、文化などのお話、フリートーク交流をします。 トークは日本語と英語で行います。	対:小学生以上 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:観光交流課 森の交流館・十勝(☎34・0122)

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 生活	【市民大学講座 第13集】【ちくだい教養人間講座】集める・守る・伝える～個人コレクションと十勝の記憶～	7/19(土) 14:00～16:00	百年記念館 (緑ヶ丘2)	十勝にある博物館や図書館、大学には個人が所有した、数々の資料が保管されています。これらの資料は、多くの人の手を経て、現在にいたっています。こうした個人のコレクションは、どう集められ、守られ、地域社会に還元されているのでしょうか。十勝におけるアーカイブズの多様な主体と役割について一緒に、考えます。	対:どなたでも 定:50名 費:無料 締:7/18(金) 申:生涯学習文化課へ電話、市HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
子ども 教養	親子科学実験教室「アンモナイト化石のレプリカづくり」	7/20(日) 10:00～11:00 13:15～14:15	児童会館 (緑ヶ丘2)	約6600万年前に絶滅したアンモナイト化石のレプリカをつくろう。	対:小学生以上の子どもと保護者 *高学年以上は児童のみの参加可 定:各回先着10家族(最大20名) 費:無料 締:7/6(日)～7/20(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 スポーツ 健康	夏休み短期教室	7/25(金)～8/20(水) 時間未定(1時間)	よつ葉アリーナ 十勝(大通北1)	鉄棒、跳び箱、走り方などの特化教室やバスケット、フットサル、ボール投げ方などスポーツ特化クラスを用意。1日だけの教室なので、初めての方や何日も日程を取れないお子様におすすめの短期教室です。	対:幼児～小学生 定:10名～20名(各教室による) 費:各教室による 締:各教室3日前まで 申:よつ葉アリーナ十勝HPまたはチラシのQRコードから申込み 問:よつ葉アリーナ十勝(☎22・7828)
子ども 教養	とかちジュニア文芸夏休み文章教室 	7/26(土)～7/27(日) 7/26(土) 【詩】10:15～12:15 【小説・童話】13:30～15:30 7/27(日) 【シナリオ】10:15～12:15 【短歌】13:00～14:00 【俳句】14:30～15:30	7/26(土) 図書館(西2南14)1階多目的視聴覚室 7/27(日) 図書館(西2南14)1階研修室	詩、小説・童話、シナリオ、短歌、俳句の作り方を学びます。	対:詩:小学生・中学生 シナリオ:小学5～6年生・中学生・高校生 その他:小学4～6年生・中学生 定:各10名(先着順) 費:無料 締:7/1(火)～7/20(日) 申:オンライン申込 問:帯広市図書館(☎22・4700)
子ども イベント 教養	親子ものづくり教室 	7/26(土) 10:00～12:00	百年記念館 (緑ヶ丘2) 3号室	親子で楽しむものづくり教室です。 いろいろな色やかたちのガラスを貼り付けて、LEDライトのキャンドルホルダーを作ります。	対:十勝管内在住の小学生～中学生と保護者 定:先着親子で20名 費:参加費1組500円、材料費1個2,000円(LEDキャンドルライト付) 締:7/1(火)～7/18(金) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
イベント 音楽	第410回百年記念館ロビーコンサート「魅惑のクロモニカ」	7/26(土) 18:00～19:15(開場 17:30～)	百年記念館 (緑ヶ丘2) ロビー	早川クロマティックハーモニカ・ソサエティのみなさんによるコンサートです。ハーモニカ楽器の最高峰クロモニカとピアノで奏でるクラシックやポップスの演奏をぜひお楽しみください。	対:どなたでも 定:なし(入場者数が多数の場合、入場を制限する場合があります。) 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(☎24・5352)
子ども スポーツ	はじめてのスケート教室 	7/26(土)、7/27(日) 10:00～11:30	帯広の森アイスアリーナ(南町南7線56番地7)	当財団と帯広スケート連盟指導者による補助具などを用いてスケートの楽しさを伝える教室です。 持ち物:手袋、帽子、スケート靴 ※スケート靴をご用意できない方については、1足500円/1回にて貸出いたします。	対:年中～小学2年生で滑走ができない方 定:抽選50名 費:1,200円(保険料含む) 締:6/20(金)～7/11(金)当日消印有効 申:帯広市文化スポーツ振興財団のHPにて申込方法を確認 問:帯広の森アイスアリーナ(☎48・6256)
子ども 教養	親子おもしろ教室「パクパク人形」	7/26(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 2階実習室	紙コップの上を切って、目と鼻を付け、割りばしと長い紙を貼り、長い紙を引っぱれば、パクパク人形の出来上がり。	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:7/12(土)～7/25(金) 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 農業 生活	ソーセージ教室(約750g) 	①7/27(日) ②8/24(日) ③9/28(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。 持ち物:エプロン・三角巾・ハンカチ	対:どなたでも 定:各先着10名 費:2,000円 締:①7/18(金) ②8/15(金) ③9/19(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)
生活	普通救命講習 	①7/27(日) ②8/24(日) ③9/28(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:①7/20(日) ②8/17(日) ③9/21(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)
スポーツ 子ども	Jr.サマースイミング(集中Aコース) 講師:帯広水泳協会指導員	7/28(月)～8/2(土) 9:00～9:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	小学1～3年の初心者を対象にした夏休み短期集中の水泳教室です。 持ち物:水着、スイムキャップ、ゴーグル、バスタオル	対:小学1～3年生の初心者 定:60名 費:3,600円 締:7/7(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🗣️ スポーツ	エンジョイ♪ エクササイズ！！ (2回目)、(3回目)	2回目 7/28(月)、8/18(月)、 8/25(月)、9/1(月)、 9/8(月)、9/22(月)、 9/29(月)、10/6(月) 3回目 10/20(月)、10/27(月)、 11/10(月)、11/17(月)、 12/1(月)、12/8(月)、 12/15(月)、12/22(月) 月曜日の全8回 10:15～11:15	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	音楽に合わせて楽しく身体を 動かすエアロビクス・リズム ウォーク、簡単な脳トレなど を取り入れた有酸素運動と、 目的別筋力トレーニングを行 う体力向上・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:25名 費:1回目、2回目、各4,800円 締:1回目7/15(火)、2回目 9/30(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 🗣️ スポーツ	夏休みキッズ スポーツ教室 (3日間集中)	7/28(月)～7/30(水) 連続3日間 14:00～15:00	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	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:7/15(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)
😊 子ども 🗣️ スポーツ	夏休みジュニア ヒップホップ ダンス	7/28(月)～7/31(木) 連続4日間 11:00～12:00	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	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夏休み 4日間の教室です。	対:小学2～6年生 定:20名 費:2,400円 締:7/15(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)
🌱 生活	水を見る週間	7/28(月)～8/1(金) 9:00～17:00	帯広市役所 1 階 市民ホール	市役所市民ホールで水道、下 水道事業の紹介を行います。 水の大切さや水の循環につい て学ぶことができます。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:上下水道部総務課(☎65・ 4211)
🗣️ スポーツ 😊 子ども	幼児サマースイミング (集中Aコース) 講師:帯広水泳協会指 導員	7/28(月)～8/2(土) 9:00～9:50	帯広の森市民 プール(南町南7 線56番地7)	年中・年長児を対象にした夏 休み短期集中の水泳教室で す。 持ち物:水着、スイムキャッ プ、ゴーグル、バスタオル	対:幼稚園・保育所の年中・年 長の幼児 定:40名 費:3,600円 締:7/7(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財 団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・ 3630)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
 子ども  生活	夏休み親子消費者講座 「親子でお金の大切さを学ぼう！～ライフサイクルゲームⅢ～」	8/6(水) 13:30～15:30	とかちプラザ(西4南13)	親子で消費生活について学ぶ講座です。ボードゲーム(すごろく形式)を使って、親子で楽しくお金の大切さについて学びます。各年代で発生するリスクや消費トラブルなどを学び、ゲームを通して自分の将来設計を考えます。	対:小学1年生～6年生とその保護者 定:先着10組(25名まで) 費:無料 締:7/7(月)～8/5(火) 申:商業労働課へ電話 問:商業労働課労働消費係 (☎65・4132)
 教養	【男女共同参画セミナー】無意識のバイアスを取り除いて～自分らしさの見つけ方～ 	8/9(土) 14:00～15:30	とかちプラザ(西4南13) レインボーホール	いつの間にか「こうあるべき」という思い込み、自分自身がとらわれてしまっているませんか？ジェーン・スーさんの視点から、思い込みの多様性と、そこから解放されることの重要性を考えてみましょう。	対:十勝管内の住民 定:320名(申込多数の場合、抽選) 費:無料 締:7/1(火)～7/17(木)必着 申:左のQRコードからwebフォーム又は、往復はがき 問:市民活動課(☎65・4134)
 イベント	第78回おびひろ平原まつり	8/14(木)～8/15(金) 11:00～22:00	平原通(帯広市西2条南8丁目～11丁目)、広小路、夢の北広場	帯広の短い夏を存分に楽しめる十勝最大級の夏まつり	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)
 生活  健康  福祉	健康生活支援講習支援員養成講習 	8/16(土)～8/17(日) 9:00～16:00	帯広市グリーンプラザ(公園東町3)	誰もが迎える高齢期を、すこやかに過ごすために必要な健康増進の知識や高齢者の支援・自立に向け役立つ知識と技術を習得できます。	対:満15歳以上 定:20名程度 費:900円 締:8/6(水) 申:電話もしくは直接地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
 子ども  教養	親子科学実験教室「つかめる水や玉を作ろう」	8/17(日) 10:00～11:00 13:15～14:15	児童会館(緑ヶ丘2)	昆布の成分であるアルギン酸ナトリウムと、乳酸カルシウムを使って、つかめる不思議な玉を作ろう。	対:小学生以上の子供と保護者 * 高学年以上は児童のみの参加可 定:各回先着10家族(最大20名) 費:無料 締:8/3(日)～8/17(日) 申:電話または直接児童会館窓口へ 問:児童会館(☎24・2434)
 教養	【市民大学講座】【男女共同参画講座】自分ごととして考える“トランスジェンダー”～身近な人からカミングアウトされたら？～	8/18(月) 14:00～15:30	ソネビル6階 講習会室(西6南6)	トランスジェンダーに関する基礎知識や社会課題などを学びながら、みんなが生きやすい社会について、個人ワークを通して、自分の気持ちや意見を掘り下げていきます。講師:真田陽氏(一般社団法人にじいろほっかいどう事務局)	対:一般市民、教職員、子どもを持つ親 定:会場定員40名 費:無料 締:会場受講は8/15(金)、Zoom受講は8/14(木) 申:生涯学習文化課へ電話、市HPの申込フォーム 問:生涯学習文化課(☎65・4192)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🏊 スポーツ	太極気功 エクササイズ	8/18(月)、8/25(月)、 9/1(月)、9/8(月)、 9/22(月)、9/29(月) 月曜日の全6回 14:15～15:15	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	呼吸法と体操によって体内の 血液の循環をよくし、健康づ くり・健康維持を図る教室で す。音楽に合わせ、誰でも・ どこでも・いつでも・気軽に できるリラックス効果のある 呼吸体操。ツボの刺激やマッ サージを取り入れているのも 特徴です。	対:16歳以上 定:20名 費:3,600円 締:8/5(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)
🎨 芸術	前期陶芸講座修了作品 展 🖼️	8/19(火)～8/26(火) 9:30～15:30 (8/19(火)は12:00開始、 8/25(月)は休館日、8/26 日(火)は11:00終了)	百年記念館 (緑ヶ丘2) 2号室	令和7年度の前期陶芸講座 で、受講生が作成した陶芸作 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(☎24・5352)
😊 子ども 📖 教養 🏊 スポーツ	小学校硬式テニス教室 🏸	8/19(火)～9/16(火)まで の毎週火曜日 16:30～18:00	帯広市南町テニ スコート(南町南 7線56番地7)	小学生を対象に、硬式テニス の基本を学ぶとともにテニス を通じてスポーツの面白さを 習得してもらう教室です。	対:小学生 定:15名(抽選) 費:3,000円 締:7月19日(土) 申:①電話での申込 ②帯広の森野球場での申込 ③ホームページからの申込 問:帯広の森野球場(☎48・ 8338)
😊 子ども	キッズバレエ教室 (リトルバレリーナク ラス) ②、③	② 8/20(水)、8/27(水)、 9/3(水)、9/10(水)、 9/17(水)、10/1(水)、 10/8(水)、10/15(水) ③ 10/29(水)、11/5(水)、 11/12(水)、11/19(水)、 11/26(水)、12/3(水)、 12/10(水)、12/17(水) 水曜日の全8回 15:45～16:45	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	音楽にあわせ楽しく身体を動 かし、表現する喜びや踊ること の楽しさを学びます。また 身体の調整能力や集中力、美 しい姿勢や柔軟性の習得から 始まり、礼儀作法も身につけ ることができます。	対:小学1～3年生 定:25名 費:②、③、各4,800円 締:②8/5(火)、③10/14(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)
🏊 スポーツ	骨盤矯正ヨガ (1回目)	8/20(水)、8/27(水)、 9/3(水)、9/10(水)、 9/17(水)、10/1(水)、 10/8(水)、10/15(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)	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:8/5(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)
🏊 スポーツ 😊 子ども	めだか水泳教室 (2回目)(水曜日コー ス) 講師:帯広水泳協会指 導員	8/20(水)～10/15(水) 17:00～17:50	帯広の森市民 プール(南町南7 線56番地7)	小学生の初心者を対象にした 水泳教室です。水慣れから水 泳の基礎を習います。 持ち物:水着、スイムキャッ プ、ゴーグル、バスタオル	対:小学生の初心者 定:70名 費:4,800円 締:7/28(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財 団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・ 3630)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
👶 子ども	キッズバレエ教室 (エンジェルクラス) ①、②	① 8/21(木)、8/28(木)、 9/4(木)、9/11(木)、 9/18(木)、9/25(木) ② 10/30(木)、11/6(木)、 11/13(木)、11/20(木)、 11/27(木)、12/4(木) 木曜日の全6回 15:45～16:30	帯広の森体育館 (南町南7線56番 地7)	音楽にあわせて楽しく身体を動かし、表現する喜びや踊ることの楽しさを学びます。また身体の調整能力や集中力、美しい姿勢や柔軟性の習得から始まり、礼儀作法も身につけることができます。	対:年小児・年長児 定:25名 費:①、②、各3,600円 締:①8/5(火)、②10/14(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏸 スポーツ	硬式テニス教室 🎾	8/21(木)、8/28(木)、 9/4(木)、9/11(木)、 9/18(木)、9/25(木) 木曜日の全6回 19:00～21:00	すぱーく帯広(南 町南9線37番 18)	硬式テニスに対する正しい知識を養い、基本技術やスポーツのマナーなどを習得させるとともに、硬式テニスの普及振興を図る教室です。	対:16歳以上 定:15名 費:3,600円 締:8/5(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏸 スポーツ	ソフトテニス基礎教室 ① 🎾	8/21(木)～10/16(木) 木曜日の全8回 ※雨天中止の予備日は、次週の月曜日 19:00～21:00	帯広の森テニスコート(南町南7線56番地7)	ストロークを中心にサーブやレシーブ、ボレー等の基礎的な技術を磨き初心者から経験者までソフトテニスの競技力向上を目指します。	対:小学6年生～中学3年生 定:30名(抽選) 費:4,800円(保険料含む) 締:7/31(木)当日消印有効 申:ホームページ・往復はがき・返信用はがき持参で窓口 問:帯広の森スポーツセンター(☎48・2401)
🏸 スポーツ	ピラティス (2期)、(3期)	2期 8/21(木)、8/28(木)、 9/4(木)、9/11(木)、 9/18(木)、9/25(木)、 10/2(木)、10/9(木) 3期 10/30(木)、11/6(木)、 11/13(木)、11/20(木)、 11/27(木)、12/4(木)、 12/11(木)、12/18(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)	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:2期、3期、各4,800円 締:2期 8/5(火)、 3期 10/14(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏸 スポーツ 🏠 健康	体が硬い人向けヨガ (2回目) 講師:財団インストラクター	8/22(金)～9/26(金) 10:00～10:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	のびす、ほぐす、柔軟性を高める。怪我予防に最適なヨガです。 持ち物:動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり50円/回毎)、タオル、飲料水	対:16歳以上の方 定:20名 費:3,600円 締:8/4(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🏆 スポーツ	転倒予防教室 (1回目)	8/22(金)、8/29(金)、 9/5(金)、9/12(金)、 9/19(金)、9/26(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)	歩くことを中心とした教室で す。タンDEM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:20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、往復 はがき、帯広市文化スポーツ振 興財団のHP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)
🏆 スポーツ 😊 子ども	めだか水泳教室 (2回目)(金曜日コー ス) 講師:帯広水泳協会指 導員	8/22(金)～10/10(金) 17:00～17:50	帯広の森市民 プール(南町南7 線56番地7)	小学生の初心者を対象にした 水泳教室です。水慣れから水 泳の基礎を習います。 持ち物:水着、スイムキャッ プ、ゴーグル、バスタオル	対:小学生の初心者 定:70名 費:4,800円 締:7/28(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財 団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・ 3630)
📖 教養 😊 子ども 🌳 イベント	おびZoo寺子屋エゾシ カ編 	8/23(土) 13:30～14:30	動物園(緑ヶ丘2)	エゾシカ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:どなたでも(小学生以上推奨) ※小学生以下は保護者同伴 定:20名 費:無料 締:7/24(木)～8/7(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)
🎵 音楽	ゴスペラーズ坂ツアー 2025 “G30”	8/23(土) 開場16:15 開演17:00	帯広市民文化 ホール (西5南11) 大ホール	日本のヴォーカル・グループ のバイオニアとして活躍する ゴスペラーズのコンサートで す。	対:一般 定:1,540名 費:8,500円 締:なし 申:取扱い販売所にてチケット を購入 問:帯広市民文化ホール(☎23・ 8111)
😊 子ども 📖 教養	親子おもしろ教室「身 近なものでプラバン遊 び」	8/23(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 地階化学実験室	身近なプラコップやお惣菜 パックに、油性ペンで絵を描 いて、熱を加えて縮めて、 キーホルダーやペンダントを 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:8/9(土)～8/22(金) 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 📖 教養 🌳 イベント	小学生の1日飼育係② 	8/24(日) 10:00～14:30	動物園(緑ヶ丘2)	飼育員引率のもと、2人1組 グループで飼育体験を行いま す。	対:小学4～6年生 定:8名(初回優先) 費:無料 締:7/24(木)～8/7(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)

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	森の生き物講座(菌類編) 🍄	8/30(土) 10:00~12:00	帯広の森・はぐくーむ(南町南9線49)	菌類全般の生態について、主にキノコを中心に、座学と野外観察で学びます。	対:どなたでも 定:15名 費:無料 締:8/29(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)
□ 教養 😊 子ども	森の昆虫探し 🐞	8/31(日) 9:30~11:30	帯広の森・はぐくーむ(南町南9線49)	森を歩いて昆虫を観察します。	対:どなたでも 定:15名 費:無料 締:8/30(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)
🏊 スポーツ 😊 子ども	おやこ水泳教室 (3回目) 講師:財団インストラクター	9/1(月)~10/6(月) 10:00~10:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	歩けるようになったお子様対象の水遊びを通した健康な身体づくり教室です。 持ち物:水着、スイムキャップ、バスタオル	対:1歳(歩ける幼児)~3歳児とその保護者 定:25組 費:3,000円 締:8/18(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)
🏊 スポーツ 😊 子ども	ベビースイミング (3回目) 講師:財団インストラクター	9/1(月)~10/6(月) 11:00~11:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	水に慣れると同時に親子のスキンシップ、子育てママ同士のコミュニケーションの場に最適です。 持ち物:水着、スイムキャップ、バスタオル	対:6ヶ月~1才6ヶ月までの幼児と保護者 定:10組 費:3,000円 締:8/18(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)
🏊 スポーツ 😊 子ども	幼児水泳教室 (3回目) 講師:帯広水泳協会指導員	9/1(月)~10/6(月) Aコース15:00~15:50 Bコース16:00~16:50 Cコース17:00~17:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	年中・年長の幼児を対象にした水遊びから水泳の基礎を習う教室です。 持ち物:水着、スイムキャップ、バスタオル	対:幼稚園・保育所の年中・年長の幼児 定:各30名 費:3,600円 締:8/18(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)
🏊 スポーツ 🏃 健康	チャレンジ☆スイミング (2回目) 講師:財団インストラクター	9/3(水)~10/29(水) 12:00~12:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	よりレベルアップを目的にした水泳教室です。平・バタの習得にチャレンジします。 持ち物:水着、スイムキャップ、ゴーグル、バスタオル	対:16歳以上の方 定:20名 費:4,800円 締:8/18(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)

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 ☺ 子ども 🌳 イベント	おびZoo寺子屋フクロウ・コンドル編 	9/6(土) 13:30～14:30	動物園(緑ヶ丘2)	フクロウ・コンドル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:どなたでも(小学生以上推奨) ※小学生以下は保護者同伴 定:20名 費:無料 締:8/7(木)～8/21(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)
🌳 イベント □ 教養	自然観察会「アイヌ語で自然かんさつ」 	9/6(土) 9:30～12:00	百年記念館(緑ヶ丘2)	アイヌ文化の伝承に登場する動植物を観察しながら紹介します。	対:小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴) 定:先着20名 費:200円 締:8/26(火)～9/4(木) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
🌳 イベント □ 教養	特別企画展「サイロ 子どもの詩と虫」	9/6(土)～10/13(月・祝) 9:00～17:00	百年記念館(緑ヶ丘2) 特別展示室	子どもの詩に注目し、登場する虫について紹介します。虫と対面した子ども達の面白い行動や、大人が虫に抱く感情との違いなど、不思議な生態とともにご覧ください。(協力:児童詩誌 サイロの会)	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(☎24・5352)
🌳 イベント □ 教養	特別企画展「ヘルマン・ヘッセ 昆虫展～少年の日の思い出～」	9/6(土)～10/13(月・祝) 9:00～17:00	百年記念館(緑ヶ丘2) 特別展示室	ヘッセの故郷ドイツや終焉の地スイスから取り寄せたチョウの標本や銅版画、ヘッセ手描きの水彩画を帯広・十勝の昆虫の標本とともに展示します。	対:どなたでも 定:なし 費:無料 締:なし 申:なし 問:百年記念館(☎24・5352)
☺ 子ども	森の寺子屋～木を切るの巻～ 	9/6(土) 10:00～15:00	帯広の森・はぐくむ(南町南9線49)	木こり体験やものづくりなどに挑戦します。	対:小学生 定:15名 費:200円 締:9/5(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 🎵 音楽	第36回親と子のわくわく音楽会	9/7(日) 開場13:15 開演14:30	帯広市民文化ホール(西5南11) 大ホール	子どもたちが日頃接する機会の少ないオーケストラの生演奏を聴き、実際に楽器の体験もできる音楽会です。	対:帯広・十勝の小学校低学年以下の児童とその保護者 定:1,540名 費:無料 締:なし 申:事前申し込みなし 問:帯広市民文化ホール(☎23・8111)
🌟 生活	普通救命講習Ⅲ	9/8(月) 13:30～16:30	消防庁舎(西6南6)	定期で開催している普通救命講習の内容で、主に小児、乳児、新生児の傷病者に対する技能を習得します。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:30名 費:無料 締:9/1(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)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🎵 音楽	反田恭平 & ジャパン・ナショナル・オーケストラ 北海道ツアー 2025	9/10(水) 開場18:15 開演19:00	帯広市民文化ホール (西5南11) 大ホール	ショパン国際ピアノコンクール日本人史上最高位2位に輝いた反田恭平と世界の頂点へと次々に羽ばたくJNOメンバーたちが魅せるコンサートです。	対:一般 定:1,540名 費:S席 8,000円 A席 7,000円 U-20(3,4F限定)3,000円 締:なし 申:取扱い販売所にてチケットを購入 問:帯広市民文化ホール(☎23・8111)
🌟 生活	上級救命講習	9/12(金) 9:00~16:00	消防庁舎(西6南6)	普通救命講習の内容に加えて、搬送法、三角巾法、固定処置法等を習得します。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:20名 費:無料 締:9/5(金) 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)
🏊 スポーツ 😊 子ども	年少児水泳教室(2回目) 講師:財団インストラクター	9/13(土)~10/18(土) 15:00~15:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	年少の幼児を対象にした水遊びから水泳の基礎を習う教室です。 持ち物:水着、スイムキャップ、バスタオル	対:幼稚園・保育所の年少にあたる幼児 定:15名 費:3,600円 締:8/25(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)
🌟 生活	消費者講座④「おうちdeクリーニング~家庭洗濯の活用とポイント~」	9/18(木) 10:00~11:30	とかちプラザ(西4南13)	令和6年8月に衣類の取扱い表示が改正され、新たな記号が追加されました。取扱い表示の見方を確認しながら、家庭での洗濯のポイントと大切な衣類を上手に管理する方法を学びます。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:8/21(木)~9/17(水) 申:商業労働課へ電話 問:商業労働課労働消費係(☎65・4132)
🦋 イベント 📖 教養	博物館講座「ものがたり昆虫12」	9/20(土) 14:00~15:30	百年記念館 (緑ヶ丘2) 2号室	いろいろな物語に登場する昆虫。帯広にも関わりのあるこれらの昆虫を紹介します。講師:伊藤彩子(帯広百年記念館 学芸員)	対:どなたでも 定:先着50名 費:無料 締:9/9(火)~9/19(金) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
🎵 音楽	札幌交響楽団特別演奏会	9/20(土) 開場13:15 開演14:00	帯広市民文化ホール (西5南11) 大ホール	北海道唯一のプロ・オーケストラとして「札幌」の愛称で親しまれている札幌交響楽団による4年に一度の特別演奏会です。	対:一般 定:1,540名 費:S席3,500円 A席2,500円 B席 2,000円 B席(小中高)500円 締:なし 申:取扱い販売所にてチケットを購入 問:帯広市民文化ホール(☎23・8111)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
 子ども  教養	親子科学実験教室「な んでこうなるの？ガリ ガリプロペラをマス ターしよう」	9/21(日) 10:00～11:00 13:15～14:15	児童会館 (緑ヶ丘2)	ガリガリするだけでプロペラ が回る！工作を通じて物の振 動伝達の理解を深めます。ガ リガリプロペラを使ったマ ジックも習得してもらいま す。	対:小学生以上の子どもと保護 者 * 高学年以上は児童のみの参加 可 定:各回先着10家族(最大20名) 費:無料 締:9/7(日)～9/21(日) 申:電話または直接児童会館窓 口へ 問:児童会館(☎24・2434)
 福祉  教養  生活	視覚障害者のボラン ティア養成講座の受講 生募集 	①9/25(木)、② 9/26(金)、③10/2(木)、 ④10/3(金)、⑤ 10/9(木)、⑥10/10(金) いずれも10時～12時	保健福祉セン ター(東8南 13)、北海点字 図書館(東2南 11)	視覚障害者の理解のための座 学や体験のほか、音訳、点 字、テキストデージー図書の 作成といった視覚障害者への 支援ボランティアを行うため の入門講座。全4講座を6回 に分けて開講します。	対:市内在住で視覚障害者のボ ランティアに興味がある人。 定:①③④各10名、②⑤⑥各6 名(初めての人優先) 費:無料 締:9/18(木) 申:市HPまたは電話 問:障害福祉課 (☎25・9701)
 子ども  教養	親子おもしろ教室「パ タパタちょうちょ」 	9/27(土) ①9:30～10:15 ②10:30～11:15	児童会館 (緑ヶ丘2) 2階生物実験室	ちょうちょを型取り、色を塗 り、羽にマグネットを貼りま す。台紙にもマグネットを貼 り、動かすと、ちょうちょが パタパタ動きます。	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:9/13(土)～9/26(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  イベント	1日飼育係④、⑤ 	④9/28(日) ⑤10/18(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、動物園の役割などを考え ます。	対:中学生以上 定:4名(初回優先) 費:無料 締:④8/28(木)～9/11(木) ⑤9/18(木)～10/2(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)
 生活	消費者講座⑤「防犯落 語～落語で知ろう！特 殊詐欺の手口～」	9/30(火) 14:00～15:00	とかちプラザ(西 4南13)	巧妙な手口で複雑化する特殊 詐欺について、落語を通して わかりやすく、楽しく学びま す。落語家の「三遊亭ろ好」 こと帯広警察署の岡崎保巡查 長による防犯落語です。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:8/28(木)～9/29(月) 申:商業労働課へ電話 問:商業労働課労働消費係 (☎ 65・4132)
 スポーツ	脳活トレーニング (2回目)	10/3(金)、10/10(金)、 10/17(金)、10/24(金)、 10/31(金)、11/7(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)	脳力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:20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、往復 はがき、帯広市文化スポーツ振 興財団のHP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
😊 子ども	ベビーダンス教室 👶	10/3(金)、10/10(金)、 10/17(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)	赤ちゃんを抱っこしたまま音楽にあわせてステップを踏むエクササイズです。 五感によるコミュニケーションで親子の絆を育みます。	対:首が完全にすわっている生後3か月~2歳前後の乳幼児とその保護者 定:15組 費:1,800円 締:9/16(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
😊 子ども 📖 教養 🌿 イベント	親子で飼育体験 	10/4(土) 10:30~12:00	動物園(緑ヶ丘2)	飼育員の仕事を親子で体験。掃除・エサやり・観察を通じて動物園で働く飼育員の世界を見てみましょう。	対:小1~3とその保護者(1組2名) 定:4組 費:無料 締:9/4(木)~9/18(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	音楽&リズムであそぼう (1・2歳児②) (^^♪)	10/4(土) 10:30~11:15	帯広の森体育館 (南町南7線56番地7)	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子供の運動能力と心の発達を促します。	対:1歳児・2歳児(令和4年4月~令和6年3月生まれ) 定:30組 費:600円 締:9/16(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
😊 子ども 🏆 スポーツ	ちびっこスケート教室 【1回目】 🛼	10/4(土)、10/6(月)、 10/8(水)、10/11(土)、 10/13(月・祝)、 10/15(水)、10/18(土)、 10/20(月) 17:10~18:00	帯広の森第二アイスアリーナ(南町南7線56番地7)	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です。 持ち物:手袋、帽子、スケート靴(各自用意・持参)	対:小学校1、2年生及び未経験の小学3~6年生 定:抽選60名 費:4,800円(保険料含む) 締:8/20(水)~9/12(金)当日消印有効 申:帯広市文化スポーツ振興財団のHPにて申込方法を確認 問:帯広の森アイスアリーナ(☎48・6256)
🏆 スポーツ	体力測定会 (50歳以上)	10/5(日) 10:00~12:00	帯広の森体育館 (南町南7線56番地7)	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:20名 費:300円、または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、往復はがき、帯広市文化スポーツ振興財団のHP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
😊 子ども	みんなで楽しく！リトミック (0歳コース) 🎵	10/7(火) 10:30～11:15	市民活動交流センター(西4南9 北海道新聞社帯 広ビル) 多目的活動室	『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・知的に子どもの育成を図ります。	対:0歳(令和6年6月1日～令和7年5月31日生まれ)とその保護者 定:15組 費:600円 締:9/16(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏊 スポーツ 🏃 健康	ストレッチポールtoピラティスで姿勢改善教室 (2回目) 講師:財団インストラクター	10/10(金)～11/14(金) 10:00～10:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	ストレッチポールを用いてプールの研修室で行う姿勢改善教室です。 持ち物:動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり50円/回毎)、タオル、飲料水	対:16歳以上の方 定:10名 費:3,600円 締:9/15(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPにて申込方法を確認 問:帯広の森市民プール(☎47・3630)
😊 子ども 🏊 スポーツ	ちびっこスケート教室【2回目】 🛼	10/22(水)、10/25(土)、10/27(月)、10/29(水)、11/1(土)、11/3(月・祝)、11/5(水)、11/8(土) 17:10～18:00	帯広の森第二アイスアリーナ(南町南7線56番地7)	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です。 持ち物:手袋、帽子、スケート靴(各自用意・持参)	対:小学校1、2年生及び未経験の小学3～6年生 定:抽選60名 費:4,800円(保険料含む) 締:9/13(土)～10/3(金)当日消印有効 申:帯広市文化スポーツ振興財団のHPにて申込方法を確認 問:帯広の森アイスアリーナ(☎48・6256)
🏊 スポーツ	陰ヨガ	10/29(水)、11/5(水)、11/12(水)、11/19(水)、11/26(水)、12/3(水)、12/10(水)、12/17(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)	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:10/14(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
😊 子ども 🏊 スポーツ	レッツ！バルシューレ (1回目)	10/29(水)、11/5(水)、11/12(水)、11/19(水)、11/26(水)、12/3(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)	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:20名 費:2,400円 締:10/14(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🏆 スポーツ	2025フードバレーと かちマラソン大会 🏃	11/2(日) 競技スタート 8:30～ 種目により異なる	帯広市内周回 コース(ハーフマ ラソン) スタート:日専連 ビル前(西2南8) ゴール:中央公園 (西3南7)	14回目の開催となるフード バレーとかちマラソン大会。 毎年5,000人のランナーが帯 広の街を駆け抜けます。ゴール 地点の中央公園では、十勝 の食を楽しめる食フェスタも 開催。ランナーのほかボラン ティアも大募集。詳細は大会 公式HPをご覧ください。	対:小学生以上の健康な方 定:ハーフマラソン:3,500名 費:ハーフマラソン:6500円 (高校生は5,900円) ※他種目はHP参照 締:申込期間は「7/1(火)～ 9/7(日)」 申:エントリーサイトまたは払 込取扱票(郵便局) 問:スポーツ課(☎65・4210)
😊 子ども 🏆 スポーツ	ジュニア体操 (2回目)	11/7(金)、11/14(金)、 11/21(金)、11/28(金)、 12/5(金)、12/12(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)	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:10/21(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HP 問:帯広の森体育館(☎48・ 8912)
😊 子ども 🏆 スポーツ	ちびっこスケート教室 【3回目】 🛼	11/10(月)、11/12(水)、 11/15(土)、11/17(月)、 11/19(水)、11/22(土)、 11/24(月・祝)、 11/26(水) 17:10～18:00	帯広の森第二ア イスアリーナ(南 町南7線56番地 7)	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 室です。 持ち物:手袋、帽子、スケー ト靴(各自用意・持参)	対:小学校1、2年生及び未経験 の小学3～6年生 定:抽選60名 費:4,800円(保険料含む) 締:9/20(土)～10/17(金)当日 消印有効 申:帯広市文化スポーツ振興財 団のHPにて申込方法を確認 問:帯広の森アイスアリーナ(☎ 48・6256)
🏆 スポーツ	ポッチャ教室 (1回目)	11/21(金)、11/28(金)、 12/5(金)、12/12(金)、 12/19(金)、12/26(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)	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:20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、電 話、往復はがき、帯広市文化ス ポーツ振興財団のHP 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番地 帯広市役所	65-4146/23-0158	土日・祝日
障害福祉課		25-9701/23-0163	
商業労働課		65-4132/23-0172	
市民活動課		65-4134/23-0156	
上下水道部総務課		65-4211/23-0165	
環境課		65-4135/23-0159	
スポーツ課		65-4210/23-6142	
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
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 字緑ヶ丘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（土日は開館）
おびひろ動物園		24-2437/24-2439	4/26から11/3までの夏期開園中は、 毎日開園 9:00～16:30
帯広の森・はぐくむ	〒080-0856 南町南9線49番地1	66-6200/47-3622	①月曜日（祝日の場合は翌日） ②祝日の翌日
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から10/31までは休館日なし
観光交流課 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
帯広の森野球場		48-8338/47-1658	開場期間中なし
帯広の森市民プール		47-3630/47-3629	①火曜日（祝日の場合は翌日） ②祝日の翌日
帯広の森スポーツセンター		48-2401/48-6257	・8/11まで ①月曜日（祝日の場合は翌日）、②祝日の翌日 ・8/12～8/31は休館 ・9/1以降 ①火曜日（祝日の場合は翌日）、②祝日の翌日
帯広の森アイスアリーナ		48-6256/47-3296	①月曜日（祝日の場合は翌日） ②祝日の翌日
よつ葉アリーナ十勝	〒080-0030 大通北1丁目1番地	22-7828/22-7827	毎月第3月曜日（祝日の場合は翌日）
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 帯広観光コンベンション協会内	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番地 TEL:0155-65-4192 FAX:0155-23-6142

E-mail: social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp

文化スポーツ

帯広市 HP

振興財団HP

