

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

2026年春号（4～6月号）

3月20日発行

**4月実施・申
込開始の行事**
P.1～5

**5月実施・申
込開始の行事**
P.5～11

**6月実施・申
込開始の行事**
P.11～15

※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
※巻末に生涯学習のご案内、問い合わせ先一覧表を掲載しています



◆◆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  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ただきます。	生涯学習指導者の方と調整して決めていただきます。	帯広市ホームページの、生涯学習指導者登録制度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ただきます。※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)
 音楽  イベント	虹コン出演団体を募集しています！  	申込みの日から6ヶ月以内で、出演団体が希望するレインボーホールが空いている日	とかちプラザ(西4南13)2階 レインボーホール	帯広・十勝管内の演奏者に発表の場を提供し、地域に根差した音楽活動を支援することを目的に「虹コン」を開催、その演奏者を募集します！主にクラシック音楽としますが、邦楽・フォークソング等、アコースティックな音楽であれば応募可能です。HPの申し込みフォームからお申し込みが可能です。	対:十勝管内で音楽活動をしている演奏者 定:年間3~4団体 費:冷暖房料は出演団体が負担(会場使用料と物件料はコンサート委員会が負担) 締:随時募集中 申:とかちプラザのホームページ申込フォームより ※QRコードからもお申し込みできます。 問:とかちプラザ(☎22・7890)
 子ども  教養  スポーツ	プラザこども運動教室 	毎週水曜日 ジュニアキッズクラス 3歳~5歳 14:45~15:45 キッズクラス 5歳~小学2年生 16:00~17:00	とかちプラザ(西4南13)5階フィットネススタジオ	3歳~小学2年生のお子様を対象とした教室です。学校教育でも必須である「跳び箱・鉄棒・マット運動」の3種目を練習します。運動の楽しさや集団行動の大切さを学ぶことができます。	対:3歳~小学校2年生 定:20名 費:月4,000円 締:随時募集中 申:とかちプラザのホームページ申込フォームより ※QRコードから無料体験をお申し込みできます。 問:とかちプラザ(☎22・7890)
 生活	普通救命講習 I 	①4/9(木) ②5/8(金) ③6/9(火) 13:30~16:30	消防庁舎(西6南6)	心肺蘇生法、AEDの使い方を含めた応急手当を習得します。受講する1ヶ月前から前日までに、応急手当WEB講習を受講することで、講習時間を短縮してご受講いただけます。(14:30~16:30)	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:40名 費:無料 締:①4/2(木) ②5/1(金) ③6/2(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)

◆◆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
森イベント 😊子ども	ロビー展「五月人形展」	4/11(土)～5/6(水・祝) 9:00～17:00	百年記念館 (緑ヶ丘2) ロビー	当館所蔵の五月人形を紹介します。	対:どなたでも 定:なし 費:なし 締:なし 申:不要 問:百年記念館(☎24・5352)
📖教養	四季の森めぐり～ 春の訪れ～ 🌳🌸	4/11(土) 10:00～12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	第2柏林台川周辺の森を歩き、春の花や生き物を観察します。	対:どなたでも 定:20名 費:無料 締:4/10(金) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
😊子ども 📖教養	親と子のエンジョイ将棋 ♟️♠️	①4/11(土) ②5/9(土) ③6/13(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)
🌾農業 🍳料理	ソーセージ教室(3種)	4/12(日)、 5/24(日)、 6/14(日) 10:00～14:00	帯広市畜産物加工研修センター(八千代町西4線194番地)	地場産の豚肉を使って3種類のソーセージを作る。(合計約750g)	対:どなたでも 定:先着10人 費:2,200円 締:各開催日の1週間前まで(申込開始日はホームページを確認または問い合わせ) 申:電話で帯広市畜産物加工研修センターへ 問:帯広市畜産物加工研修センター(☎60・2514)
🌸生活	【帯広市民大学講座第1集】おいしい野菜を楽しもう(自家菜園だからできること)	4/15(水) 14:30～16:00	とちぎプラザ(西4南13)	十勝で作りやすい野菜とは!?春の保温対策や安全・安心な農業の使い方について、お話しします。	対:どなたでも 定:70名 費:無料 締:4/14(火) 申:生涯学習文化課へ電話、またはHPから申込 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
📖教養 ❤️福祉	手話奉仕員養成講座 👉👈👉👈 	夜の部 4月16日(木)～令和9年3月11日(木) 19:00～21:00 昼の部 4月17日(金)～令和9年3月12日(金) 10:00～12:00 各全40回	帯広市役所(西5南7)	手話初心者がろう者の言語である手話を学び、ろう者と簡単な会話ができるようになるための入門・基礎講座です。講座をとおり、手話の歴史やろう者の文化も学ぶこともできます。	対:帯広市民及び近隣町村住民 定:各定員30名(応募多数の場合は抽選) 費:受講料無料 テキスト等必要【テキスト代(年間)4,290円、動画視聴システム(年間)1,760円] 締:4/1(水)～4/8(水) 申:市ホームページ 問:障害福祉課(☎65・4148)

◆◆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
🏠生活	実技救命講習 I 	①4/17(金) 18:30~20:30 ②5/19(火) 13:30~15:30	南出張所(西 17南41)	心肺蘇生法、AEDの使い方を含めた応急手当を習得します。 受講する1ヶ月前から前日までに、応急手当WEB講習を受講することが必須となります。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:24名 費:無料 締:①4/10(金) ②5/12(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)
🌳イベント 📖教養	企画展「日記と家計簿からみる昭和の十勝」	4/18(土)~5/6(水) 9:00~17:00	百年記念館 (緑ヶ丘2) 特別展示室	昭和30年代の日記や家計簿を読みとき、衣服や道具とともに当時の暮らしを紹介します。	対:どなたでも 定:なし 費:なし 締:なし 申:不要 問:百年記念館(☎24・5352)
🌾農業 🍳料理	チーズ教室 	4/18(土)、 4/25(土)、 5/2(土)、 5/16(土)、 5/23(土)、 5/30(土)、 6/6(土)、 6/27(土) 10:00~12:00	帯広市畜産物加工研修センター(八千代町西4線194番地)	地場産の生乳を使ってゴーダチーズを作る。(約1kg) いずれも翌日中にチーズの受け取りが必要。	対:どなたでも 定:先着8人 費:3,000円 締:各開催日の1週間前まで(申込開始日はホームページを確認または問い合わせ) 申:電話で帯広市畜産物加工研修センターへ 問:帯広市畜産物加工研修センター(☎60・2514)
😊子ども	あそびの森のあしあとづくり 	4/19(日) 10:00~14:00	帯広の森・はぐく一む(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:4/18(土) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
🌳イベント 😊子ども 🏠生活	第68回こどもの読書週間  	4/23(木)~5/12(火)	図書館 (西2南14)	図書館では、様々なイベントを開催します。詳細は図書館ホームページをご覧ください。	対:どなたでも 定:各イベント毎に設定 費:各イベント毎に設定 締:各イベント毎に設定 申:各イベント毎に設定 問:図書館(☎22・4700)
📖教養 🌳イベント	星の観察会 ☆彗	①4/24(金) ②5/22(金) ③6/26(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。4月のテーマは「月と木星をみよう」、5月のテーマは「月と金星、木星をみよう」、6月のテーマは「月の模様をみよう」。	対:どなたでも 定:先着90名 費:無料 締:①4/10(金)~4/24(金) ②5/8(金)~5/22(金) ③6/12(金)~6/26(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

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	博物館講座「史料からみる依田勉三・晩成社」	4/25(土) 14:00～16:00	百年記念館 (緑ヶ丘2) 2号室	依田勉三や晩成社の社員が書き残した文献史料から、開拓時代を生きた人々の営みをひもときます。	対:どなたでも 定:先着50名 費:なし 締:4/14(火)～4/24(金) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
□□教養	【帯広市民大学講座第2集】カカオだけじゃない！ガーナでの海外協力隊体験談	4/25(土) 10:00～11:30	とかちプラザ (西4南13)	「ガーナと言えば？」ときくと、ほぼ100%「カカオ」と返ってきます。ガーナのあれこれを動画やクイズを通してテンポよくお伝えします。もう「ガーナ=カカオだけ」とは言わせません！	対:どなたでも 定:50名 費:無料 締:4/24(金) ※Zoom受講希望の方は、4/23(木)までにHPから申込み。 申:会場受講希望の方は、生涯学習文化課へ電話、またはHPから申込 問:生涯学習文化課(☎65・4192)
🌲イベント	森を手入れして薪を作ろう  	4/26(日) 9:30～12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	「森の回廊@十勝」とともに、高さ制限のある森でクルミやハルニレなどの細い木をノコギリで伐採して薪を作ります。作った薪は持ち帰りできます。	対:どなたでも 定:15名 費:無料 締:4/25(土) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
🌾農業 🍳料理	ソーセージ教室	4/26(日)、 5/10(日)、 6/28(日)、 7/12(日) 10:00～14:00	帯広市畜産物加工研修センター(八千代町西4線194番地)	地場産の豚肉を使ってソーセージを作る。(約750g)	対:どなたでも 定:先着10人 費:2,000円 締:各開催日の1週間前まで(申込開始日はホームページを確認または問い合わせ) 申:電話で帯広市畜産物加工研修センターへ 問:帯広市畜産物加工研修センター(☎60・2514)
👨生活	普通救命講習Ⅰ 	①4/26(日) ②5/24(日) ③6/28(日) 13:30～16:30	柏林台出張所 (柏林台西町2)	心肺蘇生法、AEDの使い方を含めた応急手当を習得します。 受講する1ヶ月前から前日までに、応急手当WEB講習を受講することで、講習時間を短縮してご受講いただけます。 (14:30～16:30)	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:20名 費:無料 締:①4/19(日) ②5/17(日) ③6/21(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)
😊子ども 🎨芸術 🌲イベント	糸あやつり人形劇 回みのむし公演 ①「コミックモモタロー」 ②「怪談、幽女執念」  	4/26(日) ①10:30～11:30 ②16:00～17:00	西帯広コミュニティセンター(西23南2)	京都からプロの劇団が帯広に！子どもから大人まで糸あやつり人形劇の世界に魅了されること間違いなし！貴重な機会をお見逃しなく。	対:幼児からおとなまで、どなたでも 定:先着120名程度 費:高校生以下無料、大人1,300円、当日500円増 締:なし 申:ぶれいおん、岡書等でチケットを購入 問:ぶれいおん・とかち(☎36・0560)

◆◆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 😊子ども 🌳イベント	おびひろ動物園 夏期開園のお知らせ 🐾🐻🐼🐨	4/29(水・祝)～ 11/3(火・祝) 9:00～16:30 (10月以降9:30～ 16:00)	動物園(緑ヶ 丘2)	4/29(水・祝)から開園します。 たくさんのご来園お待ちしております。	対:どなたでも 定:なし 費:入園料:大人420円、65歳以上及 び高校生210円。中学生以下は無料 締:なし 申:なし 問:動物園(☎24・2437)
🌳イベント 🎵音楽 🎨芸術	第45回 おびひろ 市民芸術祭	4/30(木)～5/19(火) ※日程は内容により 異なります	帯広市民文化 ホール(西5 南11)、 帯広市民ギャ ラリー(西2 南12)、 とかちプラザ (西4南13)	帯広市内で活動している個人、団体が 日頃の練習や創作の成果を発表し、多 くの方に気軽に鑑賞していただきま す。ステージ公演、展示、茶会を実施 予定です。	対:どなたでも 定:なし 費:無料(茶会のみ有料) 締:なし 申:なし 問:おびひろ市民芸術祭実行委員会(帯 広市民文化ホール内) (☎23・8111)
🏊スポーツ	年少児水泳教室 (1回目) 講師:財団インス トラクター	5/2(土)～5/30(土) 土曜日の全5回 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の 水慣れ教室です。 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・保育園の年少にあたる幼 児 定:15名 費:3,000円 締:4/20(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)
🌳イベント □教養	アイヌ語で自然か んさつ 🐾	5/3(日) 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15名 費:200円 締:4/21(火)～4/30(木) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
😊子ども 🎵音楽	大ホールでスタ インウェイを弾い てみよう!	5/6(水・祝) 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:十勝在住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。)申込み 多数の場合は抽選 費:1組500円 締:4/5(日)～4/24(金) 申:帯広市文化スポーツ振興財団HPの 申込フォーム、または電話申込 問:帯広市民文化ホール(☎23・ 8111)
🌳イベント 🏠生活 □教養	帯広市図書館休館 (特別整理期間)に 伴う貸出拡大企画 📖 	5/8(金)～5/21(木) 【期間限定】	図書館 (西2南14)	貸出数と貸出期間を拡大します。 本は15冊まで、CD・DVDは5点ま で、貸出期間は3週間まで拡大・延長 します。	対:帯広市図書館で利用登録をされて いる方 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

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
 芸術  子ども	第6回帯広市民バレエ公演 バレエ講習会	5/8(金)夕方以降 5/9(土)午前から始まる予定 ※詳しい時間は未定	帯広市民文化ホール(西5南11) 大ホール	講師：長瀬伸也(元スターダンサーズ・バレエ団) お申込みは、住所(郵便番号)・氏名・電話番号(本人・保護者共に)、年齢(学年)・所属スタジオ名・バレエ歴・受講希望日・メールアドレスを明記してください。 持ち物：タイツ・バレエシューズほか 詳細は各所に設置の案内要項をご確認ください。	対:小学校2年生以上 バレエ歴2年以上の方 定:なし 費:1日のみ 4,000円 2日間 7,000円 見学1クラス 1,000円 締:4/10(金)※当日消印有効 申:帯広市民バレエ公演実行委員会事務局に郵送またはメールで申込 問:帯広市民バレエ公演実行委員会 (☎090・2072・1357) obihirotiara@gmail.com
 健康	脳活トレーニング	5/8(金)~6/19(金) 5/22(金)を除く金曜日の全6回 11:00~12:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7) 第2体育室	脳カ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歳以上の方 定:各日20名 費:レッスンチケット(11枚綴り3,000円)を購入いただき、1回につき1枚で参加いただけます(保険料含む) 締:各日定員になり次第締切 申:電話・窓口・財団HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
 音楽  イベント	和光憂人シリーズ 1「ヴァイオリンとピアノによるデュオコンサート」 	5/9(土) 開場 13:30 開演 14:00	とかちプラザ(西4南13) 2階 レインボーホール	今年度より、一人の演奏家の芸術性に焦点を当てる新しいリサイタルシリーズがスタート。選曲の背景にある想いや、共演者との絆など、演奏家の深層に迫る企画。その記念すべき初回を飾るのは、十勝を中心に活躍する演奏家と和光憂人氏。若々しかった演奏がどう変化しているのか。その進化の瞬間を刻むステージを、どうぞお聴き逃しなく。	対:どなたでも 定:350名 費:一般3,000円、高校生以下1,000円(当日各500円増し、自由席) 締:なし 申:取扱い販売所にてチケットを購入 問:とかちプラザ(☎22・7890)
 健康	健康ウォーキング 講師：吉村智恵美氏(ウォーキングアドバイザー) 	5/9(土) 10:00~12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	正しい歩き方等を教わりながら、春の帯広の森の園路を歩きます。	対:どなたでも 定:30名 費:無料 締:5/8(金) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
 芸術  子ども	第6回帯広市民バレエ「くるみ割り人形」 出演者オーディション	5/10(日) ①13:00~14:30 ②14:45~16:15 ③16:30~17:15	帯広市民文化ホール(西5南11) 大ホール	第6回帯広市民バレエに出演するバレエダンサーのオーディションを行います。 持ち物：タイツ・バレエシューズほか 詳細は各所に設置の参加要項をご確認ください。	対:十勝在住で稽古・リハーサルに参加可能な小学2年生以上のバレエ経験者 定:なし 費:4,000円 締:4/10(金) 申:所定の応募用紙を帯広市民バレエ公演実行委員会事務局へ提出 問:帯広市民バレエ公演実行委員会 (☎090・2072・1357) obihirotiara@gmail.com

◆◆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
☺子ども 🏆スポーツ 🌿健康	幼児と児童の走り 方教室 (幼児の募集) 🌿	5/10(日) 9:00~10:30	帯広の森陸上 競技場(南町 南7線56番地 7)	運動の基本や、すばやい動きを学ぶこ とを目的として開催する教室です。 持ち物：動きやすい服装・運動靴・タ オル・着替え・飲料水	対:幼稚園・保育園(年中・年長) 定:年中・年長各30名 計60名 費:600円 締:4/1(水)~4/27(月) 申:ホームページからの申込みは、 「帯広財団」で検索しお申込フォー ムに入力して送信してください。 問:帯広の森陸上競技場(☎47・ 1188)
☺子ども 🏆スポーツ 🌿健康	幼児と児童の走り 方教室 (小学1~3年生の 募集) 🌿	5/10(日) 10:45~12:15	帯広の森陸上 競技場(南町 南7線56番地 7)	運動の基本や、すばやい動きを学ぶこ とを目的として開催する教室です。 持ち物：動きやすい服装・運動靴・タ オル・着替え・飲料水	対:小学1~3年生 定:小学1年生30名 小学2~3年生各20名 費:600円 締:4/1(水)~4/27(月) 申:ホームページからの申込みは、 「帯広財団」で検索しお申込フォー ムに入力して送信してください。 問:帯広の森陸上競技場(☎47・ 1188)
☺子ども 📖教養 🌿イベント	親子で飼育体験 ①、②	①5/10(日) ②6/27(土) 10:30~12:00	動物園(緑ケ 丘2)	飼育員の仕事を親子で体験。掃除・工 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:なし 締:①4/9(木)~4/23(木) ②5/28(木)~6/11(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)
🌿健康	スローエアロビッ ク	5/11(月)~6/15(月) 5/25(月)を除く月曜 日の全5回 11:15~12:00	帯広の森体育 館(南町南7 線56番地7) 第2体育室	「ひらく・のぼす・ひねる」の3つの要 素を取り入れた初心者や体力の低い方 でもがんばらずに出来る運動です。シ ンプルな動きと音楽を楽しみ、脳トレ も含め前向きに意欲にあふれた毎日を 過ごす事を目指したエクササイズで す。	対:16歳以上の方 定:各日35名 費:レッスンチケット(11枚綴り 3,000円)を購入いただき、1回につ き2枚で参加いただけます(保険料含 む) 締:各日定員になり次第締切 申:電話・窓口・財団HP 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏆スポーツ	やさしいホーム ヨーガ	5/12(火)~6/30(火) 火曜日の全8回 10:00~11:00	帯広の森アイ スアリーナ (南町南7線 56番地7) 2階ホワイエ	様々なポーズで身体全体を使い呼吸を 整えていきます。リラクセスを中心と したプログラムです。	対:16歳以上の方 定:抽選20名 費:4,800円(保険料含む) ※やむを得ず、お客さまのご都合に より途中不参加となった場合でも受 講料の返金は致しかねますので、予 めご了承ください。 締:3/20(金・祝)~4/17(金) 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)
🌿健康	ストレッチバレエ	5/13(水)~7/22(水) 5/20(水)を除く水曜 日の全10回 10:30~11:30	帯広の森体育 館(南町南7 線56番地7) 第2体育室	バレエと陰ヨガの要素を取り入れ姿勢 改善と血行促進・ピラティスの要素を 用いて股関節、背中、肩回りの柔軟性 を向上させてしなやかな体作りを目指 し、フロア・バーのエクササイズを通 して体幹を強化して姿勢を美しく整え て健康の増進を図る教室です。	対:16歳以上の方 定:20名 費:6,000円(保険料含む) 締:4/21(火) 申:窓口・財団HP・はがき 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

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	めだか水泳教室 (1回目)(水曜日 コース) 講師：帯広水泳協 会指導員	5/13(水)～7/1(水) 水曜日の全8回 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：60名 費：4,800円 締：4/29(水・祝) 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)
🏃 健康	50歳からの健康 体操	5/14(木)～7/9(木) 5/21(木)を除く木曜 日の全8回 11:30～12:30	帯広の森体育 館(南町南7 線56番地7) 第2体育室	姿勢筋を鍛えることで足腰の筋力の衰 えからくる「ロコモ」を予防。 高齢者や運動経験の少ない方が参加し やすいエクササイズサイズの教室です。	対：50歳以上の方 定：各日20名 費：レッスンチケット(11枚綴り 3,000円)を購入いただき、1回につ き2枚で参加いただけます(保険料含 む) 締：各日定員になり次第締切 申：電話・窓口・財団HP 問：帯広の森体育館(☎48・8912)
🏃 健康 😊 子ども	5・6年生のための 走り方教室 🏃	5/14(木)～6/4(木) 5/21(木)を除く木曜 日の全3回 15:45～16:45	帯広の森体育 館(南町南7 線56番地7) 第1体育室	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(抽選) 費：1,800円(保険料含む) 締：4/21(火) 申：窓口・財団HP・はがき 問：帯広の森体育館(☎48・8912)
🏊 スポーツ	めだか水泳教室 (1回目)(金曜日 コース) 講師：帯広水泳協 会指導員	5/15(金)～7/3(金) 金曜日の全8回 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：60名 費：4,800円 締：4/29(水・祝) 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)
🎉 イベント 😊 子ども	キッズ・プレイグ ラウンド(マダガ スカル) 	5/16(土) 10:30～12:00	森の交流館・ 十勝(西20南 6)	外国の歌や絵本、工作などを通じて、 外国文化に触れられる国際交流イベン トです。	対：0～6歳までの子どもとその保護者 定：先着45組 費：無料 締：4/11(土)～5/9(土) 申：QRコードから 問：森の交流館・十勝(☎34・0122)
📖 教養	友の会講演「海を のぞんだ縄文人た ち 縄文時代の終 わり頃に釧路の海 で何があった か？」	5/16(土) 14:00～16:00	百年記念館 (緑ヶ丘2) 2号室	釧路市内の貝塚遺跡や東北北部からの 搬入品である亀ヶ岡式土器などを通し て、海と共に生きた釧路の縄文人につ いてご紹介します。	対：どなたでも 定：先着50名 費：なし 締：5/4(月・祝)～5/15(金) 申：電話で百年記念館へ 問：百年記念館(☎24・5352)
📖 教養	四季の森めぐり～ 春の花～ 	5/16(土) 10:00～12:00	帯広の森・は ぐく一む(南 町南9線49)	第2柏林台川周辺を歩き、オオバナノエ ンレイソウなどの春の花を観察しま す。	対：どなたでも 定：20名 費：無料 締：5/15(金) 申：帯広の森・はぐく一むへ電話 問：帯広の森・はぐく一む(☎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

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	きらきら人形劇場	①5/16(土) ②6/13(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。	対:幼児、小学生とその保護者、一般 定:なし 費:無料 締:なし 申:当日受付 問:児童会館(☎24・2434)
🎵音楽	フルコンサートピアノ弾き比べ体験会	5/17(日) 10:00~19:50	帯広市民文化ホール(西5南11) 大ホール	スタインウェイとヤマハのフルコンサートピアノを弾き比べてみませんか?この機会にぜひお申込み下さい!	対:十勝在住の18歳以上のピアノ経験者 定:先着順で10組(1組50分。ピアノを弾けるのは3名(18歳以上)まで。見学、付添も3名まで) 費:1組2,000円 締:4/12(日)~5/16(土) 申:電話または帯広市民文化ホール窓口にて申込 問:帯広市民文化ホール(☎23・8111)
😊子ども □□教養 🌳イベント	小学生の1日飼育係①	5/17(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4~6 定:8名 費:なし 締:4/16(木)~4/30(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 😊子ども	ぶれいおん!こどもらんど 🎵🎵	5/17(日) 10:00~14:00	帯広の森はぐくむ(南町南9線49番地)	幼児から大人まで人と交わって、自然の中でゆったりあそべるイベントです。動きやすい服装で、気持ちの良い春の森にあそびに来ませんか♪	対:幼児から大人まで、どなたでも 定:なし 費:1歳以上200円 締:なし 申:申込不要 問:ぶれいおん・とかち(☎36・0560)
👤生活	帯広市消費者講座 ①、② 	①5/19(火) ②6/16(火) 10:00~11:30	とかちプラザ (西4南13)	帯広市消費者講座は、契約や消費トラブル、衣・食・住、お金、環境問題など、日常の暮らしに役立つ基礎的な知識を学ぶ講座です。 講座内容はQRコード、または広報おびひろをご覧ください。	対:どなたでも 定:70名程度 費:無料 締:①4/20(月)~5/18(月) ②5/15(金)~6/15(月) 申:商業労働課へ電話 問:商業労働課(☎65・4132)
🏊スポーツ	小学1~3年の年間水泳教室 講師:帯広水泳協会指導員	5/21(木)~2/18(木) 木曜日の全30回 Aコース 17:00~17:50 Bコース 18:00~18:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	小学1~3年生を対象にした水泳教室です。確実な泳力向上が望めます。 持ち物:水着、スイムキャップ、ゴーグル、バスタオル	対:小学1~3年生 定:Aコース60名、Bコース50名 費:18,000円 締:4/29(水・祝) 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	筋膜リリースヨガ ① 講師:財団インストラクター	5/22(金)~6/26(金) 金曜日の全6回 10:00~10:45	明治北海道十勝オーバル(南町南7線56番地7)	全身にくまなく広がる「筋膜」を開放して、正常な状態に近づけながら筋肉の柔軟性や関節可動域の変化などを体感してもらう内容です。	対:16歳以上の方 定:20名(抽選) 費:3,600円 締:5/11(月) 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:明治北海道十勝オーバル(☎49・4000)

◆◆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 森イベント	緑ヶ丘公園 新緑まつり 📍	5/23(土) 9:00～13:00	緑ヶ丘公園・みどりと花のセンター(緑ヶ丘2)	緑に関連した展示や体験をしてもらいます。	対:どなたでも 定:なし 費:無料(有料ブースあり) 締:なし 申:不要 問:緑ヶ丘公園・みどりと花のセンター(☎21・3172)
□□教養 森イベント	1日飼育係①、②、③	①5/23(土) ②6/14(日) ③7/4(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 費:なし 締:①4/23(木)～5/7(木) ②5/14(木)～5/28(木) ③6/4(木)～6/18(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)
□□教養	連続講座「十勝の古文書を読む」 □	5/24(日)、 6/7(日)、 6/21(日)、 7/5(日)の全4回 14:00～16:00	百年記念館(緑ヶ丘2)2号室	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:なし 締:5/12(火)～5/23(土) 申:電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
🎵音楽	帯広交響楽団 第46回定期演奏会	5/24(日) 開場14:15 開演15:00	帯広市民文化ホール(西5南11)大ホール	「帯響」の愛称で親しまれている帯広交響楽団による演奏会です。市民オーケストラの磨き上げられたクラシック音楽の演奏をぜひお楽しみください。	対:どなたでも 定:1,540名 費:S席2,000円 A席1,500円 B席1,000円 学生席500円 締:なし 申:取扱い販売所にてチケットを購入(発売日未定) 問:帯広交響楽団(☎090・6445・7739)
😊子ども 🎾スポーツ 🏃健康	親子テニス教室 🎾	5/24(日) 10:00～12:00	自由が丘公園庭球場(帯広市自由が丘4丁目5番地)	硬式テニスの普及・振興を目的に親子のスキンシップを図り、初心者・経験者を問わず楽しみながら基本を習得することを目的とする。 持ち物:タオル・飲料水・運動靴・着替え・ラケット(ご用意できない方はご相談ください。)	対:小学1～6年生とその保護者 ※お子さま1名につき保護者1名 定:抽選10組 費:1,000円 締:4/17(金)～5/18(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:帯広の森野球場(☎48・8338)
🎡スポーツ	おやこ水泳教室(2回目) 講師:財団インストラクター	5/25(月)～6/29(月) 月曜日の全5回 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じ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:5/11(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)

◆◆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
🏊スポーツ	ベビースイミング (2回目) 講師：財団インストラクター 🏊	5/25(月)～6/29(月) 月曜日の全5回 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:15組 費:3,000円 締:5/11(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	幼児水泳教室 (2回目) 講師：帯広水泳協会指導員	5/25(月)～6/29(月) 月曜日の全6回 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:A・Bコース40名、Cコース32名 費:3,600円 締:5/11(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)
🏃健康 😊子ども	キッズバレエ教室 (リトルバレリーナクラス)	5/27(水)～7/15(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)第2体育室	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:5～15名 費:4,800円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏃健康 😊子ども	ジュニア体操教室	5/29(金)～7/3(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)第1体育室	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:20名(抽選) 費:3,600円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏃健康 😊子ども	音楽&リズムであそぼう(1・2歳児) (^^♪)	5/30(土) 10:30～11:15	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第2体育室	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、リズム運動を通して子供の運動能力と心の発達を促します。	対:1・2歳児(令和5年4月生まれ～令和7年3月生まれまで)と保護者 定:30組(抽選) 費:600円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🎵音楽	アンジェラ・アキ Angela Aki Tour 2026 SHADOW WORK	5/31(日) 開場16:00 開演17:00	帯広市民文化ホール(西5南11)大ホール	全国30都市、31公演のツアーが決定！約14年振りとなる、自身の心の闇に向き合う過程で生まれた魂のアルバム「SHADOW WORK」を携えた、待望のステージ！	対:どなたでも 定:1,540名 費:9,900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)
🎨イベント 😊芸術 📖教養	「市民文藝」第66号 作品募集 📄 	6/1(月)～8/1(土)	図書館(西2南14)	「市民文藝」第66号に掲載する作品を募集します。詳細は館内設置の募集要項または、図書館ホームページ参照。	対:十勝管内在住の方、かつて住んでいた方 定:なし 費:無料 締:8/1(土) 申:図書館へ郵送または直接来館 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

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
健康	やさしい太極拳	6/1(月)～7/6(月) 月曜日の全6回 14:00～15:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第2体育室	年代、性別に関係なく基礎代謝を高め、健康増進、腰痛、肩こり、便秘、冷え性などに効果があるほか、ストレッチ解消にも役立つ心もカラダもリフレッシュ。	対:16歳以上の方 定:20名(抽選) 費:3,600円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
芸術	令和7年度 夜間陶芸講座受講生の募集について	6/2(火)～10/14(水)の全18回、原則毎月第1・3火曜日・水曜日 18:30～21:30	百年記念館(緑ヶ丘2)	初心者の方を対象に、夜間講座の受講生を募集します。 持ち物: 筆記用具、エプロン、ものさし(30cm)、古タオル	対:十勝管内在住の18歳以上の初心者の方 定:36名(定員を超えた場合、抽選・初受講の方優先) 費:受講料8,000円(5ヵ月分)、別途材料費等(5,000円程度) 締:5/19(火)必着 申:5/1(金)より往復はがきで申し込み 問:百年記念館(☎24・5352)
教養 福祉	要約筆記奉仕員養成講座	6/2(火)～6/30(火) 10:00～15:15 毎週火曜日開催、全5回 各回4時間(休憩をはさむ)	グリーンプラザ(公園東町3丁目9番地1)ほか	聞こえの不自由な方のために、会話や講演内容などを文字に変えて伝える要約筆記の技法を学ぶ講座です。音声情報をサポートするボランティア活動に興味のある方のご参加を、お待ちしております。	対:帯広市民及び近隣町村住民 定:10名(応募多数の場合は抽選) 費:無料 締:4/20(月)～5/25(月) 申:市ホームページ 問:障害福祉課(☎65・4148)
健康 子ども	幼児バレエ教室(エンジェルクラス)	6/4(木)～7/9(木) 木曜日の全6回 15:30～16:15	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第2体育室	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:年中児～年長児 定:5～15名 費:3,600円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
イベント	森のゴミ拾い大作戦!	6/6(土) 9:30～12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	森に落ちているゴミをみんなで拾ってきれいにしよう!	対:どなたでも 定:30名 費:無料 締:6/5(金) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
健康 子ども	みんなで楽しく! リトミック(1・2歳コース)	6/9(火) 10:30～11:15	帯広市市民活動交流センター(西4南9)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。こどもたちに音という一番わかりやすく身近なものに触れることで、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・教・感覚)、情操教育(心の教育・人間教育・自立心)など、音楽を使って身体的・感覚的・知的に優れた子どもたちの育成を図ります。	対:1歳・2歳コース(令和5年7月1日～令和7年6月30日生まれ)とその保護者 定:15組(抽選) 費:600円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 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

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
🎨芸術	KOKAMI@network vol.22 『トランス』	6/10(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	「私は他人である」その妄想をきっかけに、高校時代の同級生三人が再会する。 フリーライターの立原雅人。精神科医の紅谷礼子。そしてゲイ・バーに勤める後藤参三。作家志望の雅人は、時々自分が自分でないような錯覚にとらわれ、礼子の勤める病院を訪れる。そんな折、偶然雅人と再会した参三は、雅人を看護することになり、3人は高校卒業以来、初めて顔を揃えることに。「孤独な愛と救済」をめぐる物語。	対:どなたでも 定:1,540名 費:一般7,800円 ペア15,000円(数量限定) 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)
🏊スポーツ	ストレッチボールtoピラティスで姿勢改善教室(1回目) 講師:財団インストラクター	6/10(水)~7/15(水) 水曜日の全6回 10:00~10:50	帯広の森市民プール(南町南7線56番地7)	ストレッチボ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:12名 費:3,600円 締:5/27(水) 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)
🏃健康 😊子ども	年中児・年長児(おやこ)運動教室	6/11(木)~7/9(木) 木曜日の全5回 15:30~16:30	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第3体育室	親子でコミュニケーションをとり、色々な動きをすることで基礎体力・持久力・柔軟性バランス能力向上・精神安定をはかります。	対:年中・年長とその保護者 定:20組(抽選) 費:3,000円(保険料含む) 締:5/19(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
🏊スポーツ	年少児水泳教室(2回目) 講師:財団インストラクター	6/13(土)~7/11(土) 土曜日の全5回 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の水慣れ教室です。 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・保育園の年少にあたる幼児 定:15名 費:3,000円 締:5/27(水) 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	四季の森めぐり~森の草花~ 🍄 🍄	6/13(土) 10:00~12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	帯広の森を歩き、ベニバナイチヤクソウなど、森の中に生える草花を観察します。	対:どなたでも 定:20名 費:無料 締:6/12(金) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎66・6200)
😊子ども	森の寺子屋~川の巻~	6/14(日) 9:30~12:00	帯広の森・はぐく一む(南町南9線49)	川の生き物探しや生き物調べなどに挑戦します。	対:小学生 定:15名 費:無料 締:6/13(土) 申:帯広の森・はぐく一むへ電話 問:帯広の森・はぐく一む(☎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

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
健康	背骨コンディショニング② 講師:財団インストラクター	6/16(火)～8/18(火) 7/21(火)と 8/11(火・祝)を除く 火曜日の全8回 10:00～11:00	明治北海道十勝オーバル (南町南7線 56番地7)	背骨を中心に、ストレッチ・仙骨枕を使用する矯正や簡単な筋トレを行うことで、正しい背骨のラインを目指す教室です。	対:16歳以上の方 定:20名(抽選) 費:4,800円 締:6/8(月) 申:帯広市文化スポーツ振興財団にHPにて申込方法を確認 問:明治北海道十勝オーバル(☎49・4000)
生活	実技救命講習Ⅲ 	6/19(金) 13:30～15:30	南出張所(西 17南41)	小児・乳児に対する心肺蘇生法、AEDの使い方を含めた応急手当を習得します。 受講する1ヶ月前から前日までに、応急手当WEB講習を受講することが必須となります。	対:市内在住もしくは勤務地が市内の人 定:24名 費:無料 締:6/12(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)
教養 健康 生活	赤十字救急法基礎講習 	6/22(月)～6/23(火) 2日間 18:45～21:30	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、人口呼吸・胸骨圧迫の方法、AEDの使用法、気道異物除去の方法などを学びます。	対:満15歳以上 定:20名程度 費:1,500円 締:6/19(金) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
子ども 芸術	「親子陶芸教室」 の開催について 	6/27(土)、 6/28(日)、 7/4(土)、 7/5(日) いずれか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もらうことを目的として、親子陶芸教室を開催します。 持ち物: 古タオル、エプロンまたは汚れてもよい服装	対:お子様の年齢が4歳から中学生の親子 定:各日親子で32名(電話先着順) 費:親子2名で2,000円、3名で2,500円 締:6/19(金) 申:6/9(火)より電話で百年記念館へ 問:百年記念館(☎24・5352)
教養 健康 生活	赤十字救急法救急員養成講習 	6/29(月)～7/2(木) 4日間 18:30～21:30	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名程度 費:2,100円 締:6/26(金) 申:直接、地域福祉課へ 問:地域福祉課(☎65・4146)
健康	コグニサイズ	7/10(金)～8/7(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)第2体育室	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歳以上の方 定:各日20名(先着受付) 費:レッスンチケット(11枚綴り3,000円)を購入いただき、1回に付き1枚で参加いただけます。(保険料含む) 締:各日定員になり次第締切 申:窓口・財団HP・電話 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
健康 子ども	ジュニアヒップホップダンス 	7/27(月)～7/30(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)第1体育室A	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(抽選) 費:2,400円(保険料含む) 締:7/14(火) 申:窓口・財団HP・はがき 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

ジャンル	講座名・講師	日時	場所	内容・持ち物	対象・費用等
健康 子ども	音楽&リズムであそぼう(年少児～年長児) (^^♪)	7/30(木) 10:30～11:15	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第2体育室	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、リズム運動を通して子供の運動能力と心の発達を促します。	対:年少児～年長児とその保護者 定:30組(抽選) 費:600円(保険料含む) 締:7/14(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
健康 スポーツ	硬式テニス教室	8/20(木)～9/24(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歳以上の方 定:15名(抽選) 費:3,600円(保険料含む) 締:8/4(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
健康 子ども	ベビーダンス教室	9/4(金)～9/18(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)第2体育室	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歳前後の乳幼児と保護者 定:15組(抽選) 費:1,800円(保険料含む) 締:8/18(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)
健康	太極気功エクササイズ	9/7(月)～10/26(月) 9/21(月・祝)と10/12(月・祝)を除く月曜日の全6回 14:00～15:00	帯広の森体育館(南町南7線56番地7)第2体育室	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歳以上の方 定:20名(抽選) 費:3,600円(保険料含む) 締:8/25(火) 申:窓口・財団HP・はがき 問:帯広の森体育館(☎48・8912)

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

生涯学習のご案内



生涯学習といっても、堅苦しいものではありません。

帯広市教育委員会 生涯学習文化課が主催している、生涯学習事業をご紹介します。



帯広市民大学講座



【費用】無料の講座のほか、有料の講座もあります。(例:シリーズ3回で500円)

【内容】趣味・教養に関するものをはじめ、自己啓発的なもの、
地域特性を知るものまで、多様な講座内容

【講座形態】座学、グループワーク、軽運動など

【開催】通年開催、曜日を問わず様々な時間帯で開催

【託児】会場によります

とかちプラザの場合、無料で託児可(2歳児～就学未満児)

【問合せ】生涯学習文化課 生涯学習係 電話65-4192

帯広市民大学講座
ホームページ



帯広市わかば会



仲間と共に“シニアからの学び”を楽しみませんか？

【費用】3,000円程度 ※年によって変動あり

【内容】市内8つの地区に分かれ、仲間たちと共に健康や生活、防災知識、文化芸術と
いった様々なジャンルの学習会の開催や軽運動、社会奉仕などの活動を自主的
に行っています。十勝管内で施設見学等を行うバス学習(年1回)や月1回とかちプ
ラザ等で講師を招いて開催する学習会など、バラエティーに富んだ学習内容となっ
ている他、合唱や詩吟、パークゴルフなどの教室・同好会(任意参加)もあります。

【講座形態】座学、見学・体験学習、軽運動、バス学習など

【開催】通年開催 活動日数・活動時間は地区によって様々(活動回数は月平均2~3回程
度、1回の活動時間は2~3時間程度)

【入会申込】通年募集しています

【問合せ】生涯学習文化課 生涯学習係 電話65-4192



プラザ・エンジョイスクール



【対象】高校生以上

【費用】1回1,000円 3回・5回・10回のコース編成(講座により実費負担あり)

【内容】健康・スポーツ、料理、語学、文学、絵画など多様な講座をお手軽な受講料で提供し、
「はじめてみたい」「やってみたい」を応援、どなたでも気軽に楽しく学習できる内容

【講座形態】座学、実習、軽運動など

【開催】概ね4月~3月の間に四半期に分け、曜日(基本的に土日開催無し)を問わず
様々な時間帯で開催

【申込期限】概ね、春講座:3月下旬、夏講座:6月下旬、秋講座:9月下旬
冬講座:12月下旬

【託児】会場がとかちプラザの場合は、無料で託児可(2歳児～就学未満児)

【問合せ】とかちプラザ内 プラザ・エンジョイスクール事務局 電話22-7890

プラザ・エンジョイスクール
ホームページ





- 【対象】老若男女問わず(講座により異なる場合があります)
- 【費用】無料(講座により、材料代など実費負担がある場合があります)
- 【内容】小学校区ごとに設置されている生涯学習推進委員会主催による講座
健康や運動・体操、食などに関するものをはじめ、地域や生活上の課題など
様々な内容
- 【講座形態】座学、実習、軽運動など
- 【開催】通年開催、曜日を問わず様々な時間帯で開催
- 【問合せ】生涯学習文化課 生涯学習係 電話65-4192

生涯学習情報



「まなびや」

帯広市教育委員会をはじめ、帯広市が実施・協力する多様な学びの機会(講座、教室、イベントなど)に関する情報を取りまとめ、年4回、季節ごとに生涯学習情報誌の「まなびや」として発行しています。

設置場所

「まなびや」は、市役所の総合案内・8階生涯学習文化課のほか、イオン帯広店、市内郵便局、帯広市民文化ホール、とかちプラザ、帯広市図書館、帯広百年記念館、帯広市児童会館、市内の各コミュニティセンターなどに設置しています。

帯広市ホームページ

問合せ

★生涯学習文化課 生涯学習係 電話65-4192
帯広市ホームページからも「まなびや」を見ることができます!



<http://www.facebook.com/social.educate.obihiro>

帯広市生涯学習文化課の公式フェイスブックページでは、さまざまな生涯学習情報を発信しています。フェイスブックのアカウントがない方も、ご覧いただけます。

いいね!

フォロー☆

フェイスブック
ログインページ



帯広市の生涯学習施設

- ・ 中心市街地に、帯広市図書館や帯広市民文化ホール、市民ギャラリー、とかちプラザ(「生涯学習センター」と産業・経済・交流を促進する「定住交流センター」から成る多機能複合施設)といった文化・生涯学習活動を支援する施設が集積されています。
- ・ 中心市街地から南にある緑ヶ丘公園には、おびひろ動物園や帯広百年記念館(博物館)をはじめ、児童会館(「児童文化センター」、「青少年科学館」、「子どもの遊び場」の機能から成る複合施設)、北海道立美術館が設置されています。
- ・ 緑ヶ丘公園からさらに西へ6kmほど行くと、野球場や陸上競技場をはじめ、パークゴルフ場、テニスコート、体育館、球技場、弓道場、アイスアリーナ、屋内スピードスケート場「明治北海道十勝オーバル」などの運動施設が集積された帯広の森運動公園があり、多様なスポーツに対応しています。
- ・ また、スポーツ施設としては、中心市街地の北に帯広市総合体育館「よつ葉アリーナ十勝」が配置されており、各種スポーツに対応しているほか、イベントなどが開催されています。

※上記の生涯学習施設では様々な事業(講座、教室、イベントなど)を開催しています。各施設へお気軽にお問合せください。

【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	65-4146/23-0158	土日・祝日
障害福祉課		65-4148/23-0163	
商業労働課		65-4132/23-0172	
生涯学習文化課		65-4192/23-6142	
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
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	4/29(水・祝)から11/3(火・祝)までの 夏期開園中は、毎日開園 開園時間 9:00～16:30
みどりと花のセンター		21-3172/25-8076	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(祝日の場合は翌火曜日)
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)
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(土日の場合は開館)
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 ②祝日の翌日
帯広の森野球場		48-8338/47-1658	開場期間中の休場日はなし ※整備等で使用できない日がありますので、 お問い合わせください。
帯広の森陸上競技場		47-1188/48-6259	①なし ②冬季閉鎖(11月1日～翌年3月31日)
帯広の森市民プール		47-3630/47-3629	①火曜日 ②祝日の翌日 ③保守点検期間ほか
帯広の森アイスアリーナ		48-6256/47-3296	①月曜日 ②祝日の翌日
明治北海道十勝オーバル		49-4000/47-9191	①月曜日 ②祝日の翌日
帯広交響楽団		〒080-0811帯広市東11条南9 丁目1(市民活動プラザ六中 内)	090-6445-7739
帯広市民バレエ公演実行委員会	〒080-0015 西5条南11丁目48番地2(帯広 市民文化ホール内)	090-2072-1357/ メール obihirotiara@gmail.com	火曜日(祝日の場合は翌日)
認定NPO法人 子どもと文化のひろば ぶれいおん・とかち	〒080-2470 西20条南5丁目18-2	36-0560/36-0560	第2土曜日を除く、土日・祝日

【編集・発行】2026年3月20日

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

