

百年記念館のイベント

場 百年記念館（緑ヶ丘2、☎24・5352）

◆陶芸サークル展

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。

日 10月4日(火)～10日(祝)、10時～15時

◆ロビー展「アイヌ文化ロビー展」

アイヌ文化に登場する生物をパネルなどで紹介する。

日 10月8日(土)～30日(日)、9時～17時

◆企画展「百年記念館40年のあゆみ」

百年記念館が実施した企画展のあゆみを、ポスターなどを中心に紹介する。

日 10月22日(土)～11月13日(日)、9時～17時

アイヌ生活文化展

伝統的な儀式や舞踊の披露、工芸品などの展示、刺しゅう教室、伝統料理の試食など、アイヌ文化について理解を深めるイベント。

日 10月16日(日)、10時～14時

場 生活館（柏林台東町2）
問 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4146）

市民文化ホールのイベント

場 市民文化ホール（西5南11、☎23・8111）

◆世界的テノール歌手ロベール・ヒロンを迎えて～帯広市民オペラの会とともに～

ベネズエラ出身の世界的テノール歌手ロベール・ヒロンによる演奏会。客演ピアニスト久世バルーク香澄、帯広市民オペラの会が出演。

日 11月13日(日)、15時開演

費 SS席（指定席1・2階）5000円、S席4000円、A席3000円、B席（自由席3・4階）2000円、学生券（小中高大）1000円。3歳以上有料。2歳までは膝上鑑賞可

◆第5回帯広市民バレエ公演「眠れる森の美女」

市民参加によるバレエ公演のチケットを10月8日(土)10時より発売。

日 翌年1月22日(日)、14時開演

費 S席（1・2階）4500円、A席（1階一部、3・4階）3500円、B席（4階一部）3000円。全席指定。2歳以下入場不可。膝上鑑賞不可

児童会館のイベント

場 児童会館（緑ヶ丘2、☎24・2434）へ。

◆野草園 秋の散策会

野草園運営委員と一緒に、園内に自生する花や種実などを散策しながら観察する。申し込み不要。

日 10月1日(土)、10時～12時（雨天時は翌日同時刻に延期）

場 野草園（緑ヶ丘2）、管理棟前集合

◆親子のエンジョイ将棋

親子で楽しく将棋を学ぶ。申し込み不要。

対 小・中学生と保護者

日 10月8日(土)、10時～12時

◆親子囲碁入門教室

親子で囲碁の基礎を学ぶ。申し込み不要。

対 小・中学生と保護者

日 10月9日(日)、10時～12時

◆きらきら人形劇場

10月の出演予定は「くれよん」。

対 幼児・小学生と保護者

日 10月15日(土)、14時～14時40分

定 先着30人

申込期間 10月1日(土)～15日(土)

◆親子科学実験教室「砂鉄絵を作ろう！」

砂鉄の正体を確認、砂鉄と磁石を使ったかわいい絵を作る。

対 小学生以上の親子

日 10月16日(日)、①10時～11時、②13時15分～14時15分、③14時45分～15時45分

定 各先着6家族（最大18人まで）

申込期間 10月2日(日)～16日(日)

◆星の観察会「太陽系最大のガス惑星 木星登場！」

望遠鏡での天体観察を行う。

日 10月21日(金)、19時～20時15分

定 先着30人

申込期間 10月7日(金)～21日(金)

◆親子おもしろ教室「ゆらゆらチンアナゴ」

針金でできたクランク機構とストローで、チンアナゴを作る。

対 幼児、小・中学生と保護者。小学校低学年以下は保護者同伴

日 10月22日(土)、①9時30分～10時、②10時30分～11時

定 各先着親子6組

申込期間 10月8日(土)～21日(金)

第9回市民活動プラザ六中祭

市民活動プラザ六中で活動している団体などによる、古本市、物販、演奏会。飲食コーナー、ゲームなどの体験コーナーもあります。

日 10月2日(日)、10時～14時

場 市民活動プラザ六中（東11南9、☎24・7598）
担当 課障害福祉課

帯広市からの お知らせ

Information

10月

申し込み方法などの記載がない場合は、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
帯広市ホームページ <https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>

■お知らせの見方

対=対象 **日**=日時 **場**=場所 **定**=定員
費=費用 **申**=申し込み **問**=問い合わせ **☎**=電話
F=FAX **✉**=Eメール **HP**=ホームページ

■カテゴリアイコンの見方



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（スポーツ教室のみ）⑥性別（スポーツ教室のみ）
 - 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）
- 特に記載のない場合、申し込みは1人（組）1通。
直接窓口で申し込む場合は、返信用のはがきを持参。

広報掲載記事に関連するWEBページを簡単に探せます！

広報記事内に記載されている7桁の数字（ページID）を、市ホームページ内の「広報ページID検索」欄に入力するだけで該当WEBページの詳細な情報が確認できます。ぜひご活用ください。
問 広報広聴課（市庁舎3階、☎65・4109）

森の交流館・十勝のイベント

場 森の交流館・十勝（西20南6、☎34・0122）

◆森のパンキンカーヴィング

「森のハロウィーン2022」の会場に飾るジャック・オー・ランタンを作る。翌日の「森のハロウィーン2022」終了後、持ち帰り可。

対 中学生以下の子どもと保護者

日 10月22日(土)
14時30分～16時30分

定 抽選10組

申 10月6日(木)までに、電話で森の交流館・十勝へ。



◆森のハロウィーン2022

スタンプラリーやお化け屋敷、工作を行う。各コーナー先着順。詳細は市ホームページをご確認ください。

対 中学生以下の子どもと保護者。小学4年生以下は保護者同伴

日 10月23日(日)
▶午前の部10時～12時30分、
▶午後の部13時30分～15時30分（2部制）



市ホームページID.1012909

ハッピーハロウィン! ~動物たちに秋の味覚のプレゼント~

ハロウィンに、飼育動物にカボチャなどの特別メニューを給餌する。対象動物はゴマフアザラシ、ニホンザル、エゾシカを予定。

日 10月30日(日)、10時~15時
場 動物園(緑ヶ丘2、☎24・2437)
市ホームページID.1007137



親子のふれあいコンサート「みなみの風コンサート」

親子で楽しめるコンサート。音楽活動をしている人や学生などが出演。

対 就学前の子どもと保護者
日 10月29日(土)、10時~11時
場 帯広北高等学校(稲田町基線8番地2)
定 先着150人
申 10月1日(土)~28日(金)までに、市ホームページから申し込み。
問 子育て支援課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9700)
市ホームページID.1012822

都市農村交流センターサラダ館 秋の野菜市

地元農家が丹精込めて作った野菜などを販売するほか、手芸品・雑貨市やワークショップ、キッチンカーやカフェも出店予定。

日 10月23日(日)、10時~15時(雨天決行、なくなり次第終了)
場 都市農村交流センターサラダ館(西22南6、☎36・8095)

とかち大平原交流センターのイベント

場 申 問 特に記載がない場合、各申込期限までに、電話でとかち大平原交流センター(川西町基線61、☎53・4780)へ。

◆落花生収穫体験
2種類の落花生について学び、収穫体験を行う。

対 親子(大人だけでも可)
日 10月16日(日)、10時~12時
定 先着10組 ￥1組1000円
申込期限 10月2日(日)
市ホームページID.1012633

◆さつまいもでやきいも作り体験
石窯を用いたやきいも作り体験。

対 親子(大人だけでも可)
日 10月22日(土)、10時~12時
定 先着10組 ￥1組1000円
申込期限 10月16日(日)
市ホームページID.1012635

◆十勝の豆を使ったアイピロー作り体験
十勝の豆を使ってアイピローを作る。

対 親子(大人だけでも可)
日 11月3日(祝)、9時30分~11時
定 先着12組 ￥1個1000円
申込期限 10月27日(木)
市ホームページID.1010023

◆越冬野菜市
地元生産者が漬物に適した野菜や豆などを販売する。申し込み不要。

日 11月3日(祝)、11時~12時(なくなり次第終了)
◆米麴作り体験
600グラムの米麴を作る。

対 日 11月19日(土)、▶大人(18歳以上)10時~11時30分 ▶親子14時~15時30分
定 各先着12人(組) ￥1人(組)2000円
申込期限 11月12日(土)
市ホームページID.1009791

◆みそ作り体験
2キログラムの手前みそを作る。

対 日 11月26日(土)、▶大人(18歳以上)10時~11時30分 ▶親子14時~15時30分
定 各先着12人(組) ￥1人(組)2000円(米麴600グラム持参で500円引き)
申込期限 11月19日(土)
市ホームページID.1009790

みどりと花のセンターのイベント

申 問 各申込期間に、電話でみどり

と花のセンター(緑ヶ丘2、☎21・3172)へ。

◆しぜん探検と木のぼり体験ツアー「リスのきもち」
自然ガイドツアーに参加して、エゾリスが暮らす公園を探検し、ツアー後に木のぼりをしてエゾリスの目線を体験する。

対 年中~小学校低学年と保護者
日 10月23日(日)、①10時~12時、②11時~13時

場 緑ヶ丘公園(緑ヶ丘2)
定 各先着親子5組
申込期間 10月1日(土)~16日(日)
◆ブドウの育て方講習会

ブドウの育て方について座学・実演で学ぶ。雨天決行。

日 11月13日(日)、13時30分~15時30分
場 みどりと花のセンター
定 先着20人
申込期間 10月25日(火)~11月10日(木)

帯広の森・はぐく一む 10月のイベント

小学生以下は保護者同伴。
場 問 帯広の森・はぐく一む(南町南9線49、☎66・6200)

◆森の音楽会
秋の森で行う、市内小中高生、社会人バンドによる吹奏楽の野外演奏会。

日 10月9日(日)、10時~12時(雨天時は翌日に順延)
◆はぐく一む秋まつり

帯広の森について学ぶクイズラリーや木こり体験、森の木を使った工作など、多彩なプログラムで森の体験を満喫できる、年に一度の大イベント。

日 10月16日(日)、10時~15時
◆森の寺子屋~鳥の巻~
鳥の巣箱調べや、巣箱作りなどに挑戦する。

対 小学生
日 11月6日(日)、10時~15時
定 先着15人
申 9月25日(日)~11月5日(土)までに、電話で帯広の森・はぐく一むへ。

ちくだい馬フォーラム 2022

JRA日高育成牧場の協力による馬術ショーなど、さまざまな企画を実施。当日は畜大祭、ホームカミングデーも同日開催。

日 10月8日(土)、13時~17時30分
場 帯広畜産大学(稲田町西2線11)
問 帯広畜産大学畜産フィールド科学センター馬介在活動室(☎49・5312)
担当課 企画課

スポーツ教室についてのお知らせ

予約受付を行っている教室一覧です。各教室の開催時間、定員、費用などの詳細は各施設に問い合わせるか、帯広市文化スポーツ振興財団のホームページ、または総合案内(市庁舎1階)、各スポーツ施設、各コミセンに配置している生涯学習情報誌「まなびや」で確認してください。

申し込み方法(各教室の定員を超えた場合は抽選となります)
①ホームページから...希望の教室を選択し、申し込みフォームから送信
https://obihiro-foundation.jp/
②直接申し込み...返信用はがきを各施設に持参
③往復はがき...「申込時の記載事項」(10頁)を記入
※連続講座は祝日が含まれる場合、開催曜日が変更になる場合があります。

Table with 5 columns: 会場, 日程:回数, 講座・教室名, 対象者, 申込期限(期間). Lists various sports classes like skating, swimming, and yoga.

場 問 帯広の森アイスアリーナ(〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・6256)
帯広の森スポーツセンター(〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・2401)
帯広の森市民プール(〒080・0856南町南7線56番地7、☎47・3630)
帯広の森体育館(〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・8912)
明治北海道十勝オーバル(〒080・0856南町南7線56番地7、☎49・4000)

くらしのセミナー

スマホ決済の利用に向けた、初心者向けのスマホ教室を開催。

日①スマホに慣れよう！10月28日(金)、②スマホ決済やってみよう！11月18日(金)、いずれも14時～15時30分

場とかちプラザ(西4南13)

定各先着20人(スマホ持参)

申①は10月18日(火)、②は11月8日(火)までに、電話で帯広消費者協会(☎22・7161)へ。

担当課商業労働課

男女共同参画セミナー・講座

場とかちプラザ(西4南13)

申各申込期限までに、郵送または電話、ファクス、Eメールで市民活動課(〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎3階、☎65・4134、F23・0156、✉danjyo@city.obihiro.hokkaido.jp)へ。

市ホームページID.1011520

◆男女共同参画セミナー「ジェンダーを考える～日常の無意識バイアスから世界の動きまで～」

治部れんげ氏(東京工業大学リベラルアーツ研究教育院准教授)を講師に、「ジェンダー」について、海外と日本の違いや家庭での取り組み方などについて学ぶ。

日10月10日(祝)、9時30分～11時

定先着175人

申申込期限10月7日(金)

◆男女共同参画講座「女性活躍のためのワークライフバランス～自分らしい働き方のヒントを探そう～」

提香苗氏(株式会社キャリア・マム代表取締役社長)を講師に、多様な生き方が実現できる就業の方法などについて学ぶ。

日10月25日(火)、19時～20時30分

定先着35人(Zoom配信あり)

申申込期限10月24日(月)、Zoomは23日(日)

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方法を学ぶ。

場申各申込期間中に、電話で畜産物加工研修センター(八千代町西4線、☎60・2514)へ。

市ホームページID.1005676

◆チーズ研修(約1キログラム)

日①10月15日(土)～16日(日)、②29日(土)～30日(日)、③11月12日(土)～13日(日)、いずれも1日目は10時～13時、2日目は10時～10時30分

定各先着8人 費各3000円

申申込期限①10月7日(金)、②21日(金)、③11月4日(金)

◆ソーセージ研修(プレーンほか全3種、計約700グラム)

日10月23日(日)、10時～14時

定先着10人 費2200円

申申込期限10月14日(金)

◆ソーセージ研修(約250グラム)

日11月6日(日)、10時～14時

定先着20人 費1000円

申申込期限10月28日(金)

高校生・森のワンデースクール(秋)

十勝インターナショナル協会主催で、通訳案内士を講師に通訳の仕事や学び、簡単な通訳体験を行う。

対英検3級程度以上の英語力のある十勝管内在住の高校生

日10月16日(日)、14時～16時

定先着30人

申10月13日(木)までに、WEBフォームから申し込み。

場申 森の交流館・十勝(西20南6、☎34・0122)



百年記念館の講座・教室

場申各申込期間中に、電話で百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)へ。

◆博物館講座「『アイヌ史研究』を研究する」

簗島栄紀氏(北海道大学アイヌ・先住民研究センター准教授)を講師に、従来13世紀以降とされてきたアイヌ文化について、より幅広く「アイヌ史」をとらえる試みを紹介する。

日10月15日(土)、14時～16時

定先着50人

申申込期間10月1日(土)～14日(金)

◆連続講座「十勝の古文書を読む」

十勝に残る古文書の読解と整理の仕方を学ぶ。

日10月23日(日)、11月6日(日)、20日(日)、12月4日(日)、いずれも14時～16時、全4回

定先着30人

申申込期間10月12日(水)～21日(金)

おび Zoo 探検隊

閉園中の動物園で、普段見ることのできない動物たちの様子を観察する。今回はミニチュアホース、カンガルー、リスザル、マンドリルです。小学生以下は保護者同伴。

日11月5日(土)、13時30分～15時

定抽選45人

場申各10月6日(木)～20日(木)までに、郵便はがきに「申込時の記載事項」(10頁)に加えて、参加者全員の氏名(ふりがな)と年齢を書いて、動物園(〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎24・2437)へ。市ホームページからも応募可能。当選者には別途通知。

市ホームページID.1005287



市民大学講座

市ホームページID.1006968

場とかちプラザ(西4南13)

申第21～24集は、会場受講の場合は各開催日の前日までに、生涯学習文化課(市庁舎8階、☎65・4192)へ。

Zoom受講の場合は開催日2日前までに、市民大学講座ホームページから申し込みが必要。未就学児(2歳以上)の託児希望は各開催日の一週間前までに、申し込み。

特別講座①は、10月6日(木)までに、帯広畜産大学畜産フィールド科学センター馬介在活動室(☎49・5656/5657)へ。特別講座②は、10月8日(土)までに、放送大学北海道学習センター(☎011・736・6318)へ。

講座名	講師(役職)/講座内容	開催日/開催時間	定員(備考)
第21集 帯広小路商店街の歴史について学ぼう!	吉田 克司氏 (帯広小路商店街振興組合 理事長) 帯広小路商店街の歴史について、過去の写真や、実際に商店街に出掛けることで学ぶ。	10月3日(月)、 14時～15時30分	先着15人
特別講座① 【帯広畜産大学連携】 ちくたい馬フォーラム 2022 馬の講演会 ～日本の馬の利活用について～	中川 剛氏(木曾馬保存会)、旋丸 巴氏(とかち馬文化を支える会専務理事)、南保 泰雄氏(帯広畜産大学馬介在活動室長・教授) 日本の在来馬に焦点を当て、新しい時代へ向けた馬の利活用例や、帯広畜産大学の馬介在活動などを紹介する。	10月8日(土)、 15時30分～17時30分	先着60人
特別講座② 放送大学公開講演会 「アカデミック・カフェ 2022 in 帯広」 村上春樹・物語の軌跡 『風の歌を聴け』から 『騎士団長殺し』まで	中村 三春氏(放送大学北海道学習センター客員教授) 村上春樹の作品の解説を交えながら、村上の物語が、自らを何と接続しようとしたかを考える。	10月9日(日)、 13時15分～14時30分	先着30人 (Zoom 配信あり)
第22集 【3回講座】 知れば知るほど奥深い! はちみつの世界	成瀬 潤姫氏(ナルセ養蜂場) 実際にはちみつを味わい、はちみつ、ミツバチ、養蜂や北海道の自然環境について学ぶ。	10月18日(火)、 25日(火)、 11月1日(火)、 14時～15時30分	先着40人 (3回合わせて 受講料500円、 初日は別途 試食代500円)
第23集 【スクラム十勝シンポジウム 2022】 ～研究成果が拓く 地域産業の未来～	各分野の専門家6人 スクラム十勝の構成機関による地域の産業界と連携した取り組みや今後の社会実装により課題解決を図る技術開発を紹介し、日本最大の食料基地である十勝の食料・農林水産業の未来の形を提示する。	10月20日(木)、 13時30分～16時30分	先着70人 (Zoom 配信あり)
第24集 【消費者講座】 地球環境から考える 家庭でできる省エネ	千葉 英樹氏(北海道地球温暖化防止活動推進員)、上坂 マチコ氏(お食事のカウンセリングサロン colan 代表) 頻発する異常気象。地球温暖化の影響であることを認識し、低炭素化に取り組むために、消費者としてできることを考える。	10月21日(金)、 10時～12時	先着50人

プラザ・エンジョイスクール

2022年度第3期講座

11月から翌年1月までに開催する講座の受講生を募集。詳細は、とかちプラザや各コミセンなどに配置してあるパンフレットのほか、とかちプラザホームページなどをご確認ください。

対高校生以上

場申各10月4日(火)～20日(木)までに、直接とかちプラザ(西4南13、☎22・7890)へ。



←とかちプラザホームページ

種類	講座
健康・スポーツ	ファンキー・ソウルステップ、背骨コンディショニング、ダンスフィットネス、太極拳、ヨガ、フラダンス、硬式テニスなど
音楽	コーラス、カラオケ教室、ゴスペル
書道・絵画	書道、美文字入門、油絵、パステル画
語学	英会話(入門、初級、中級)、韓国語(入門、初級)
華道・茶道	花ごころ、茶道(裏千家)
趣味・手工芸	パッチワークキルト、ししゅう、ちぎり絵、着物、絵手紙
料理	家庭料理、楽しい彩り料理、シェフの簡単料理
パソコン	エクセル、ワード、パソコンの基本操作など



ランチ&運動つき 健診教室

生活習慣病を予防する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

回場 ▶ 保健福祉センター10月18日(火) ▶ 帯広の森コミセン(空港南町南11) 19日(水) ▶ 森の里コミセン(西22南4) 11月24日(木)、いずれも12時15分~13時45分

定 各先着10人

申 各開催日の10日前までに、電話で北海道対がん協会釧路がん検診センター帯広出張所(東8南13、保健福祉センター内、☎27・2345)へ。

担当課健康推進課

市ホームページID.1004846



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が気軽に参加し、相談・交流できる。介護を終えた人も参加可能。

日 10月27日(木)、13時30分~15時
場 グリーンプラザ(公園東町3)

定 ¥100円

申 地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4113)



エキノコックス症検診

採血による血清反応検査を行う。結果は約4週間後に通知。

対 小学3年生以上の市民で、過去5年間受診していない人

日 10月18日(火)、13時30分~14時
定 ¥300円(中学生以下無料)

場 健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9720)

市ホームページID.1004868



健康推進課の 講座・教室

場 各申込期間に、電話で健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722、☎25・9721)へ。

① 食育・パパと子の料理教室

父と子で協力して「アンパンマン太巻き(汁物付き)」を作る。

対 市内在住の父と年中児~小学1年生までの子ども

日 10月29日(土)、10時30分~12時
定 先着8組 ¥1組300円

申 10月5日(水)~20日(木)

② 働き盛りのバランスご飯教室

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食事(デザート付き)を作る。

対 20歳~49歳の市民

日 11月5日(土)、10時~13時

定 先着12人

申 10月3日(月)~21日(金)

市ホームページID.1004848



令和4年度第3・4回 帯広市生活援助員養成研修

「てだすけサービス」の従事者を養成するための研修。研修の全課程(12時間)を修了し、てだすけサービスを実施する事業所に就職することにより、生活援助員として働くことができる。

対 てだすけサービス事業所への就職希望や予定のある人

日 ①11月12日(土)~13日(日)、②12月10日(土)~11日(日)、いずれも1日目は10時~17時、2日目は9時30分~16時30分

場 帯広コア専門学校(西11南41)

定 各先着20人

定 ¥1000円程度の実費(食材費など)

申 ①11月4日(金)、②12月2日(金)までに、申込書を直接または郵送、ファクスで地域福祉課(〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎3階、☎65・4113、F23・0158)へ。市ホームページからも応募可能。申込書は地域福祉課で配布のほか、市ホームページからもダウンロード可能。

市ホームページID.1009154



認知症サポーター 養成講座

認知症の症状や接し方を学び、地域で認知症の人とその家族を見守る応援者を養成する。

対 帯広市民または帯広市内に通学、通勤している人

日 10月15日(土)、10時~11時30分
場 南町福祉センター(西15南36)

定 先着15人

申 10月13日(木)までに、直接または電話で地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4113)へ。

市ホームページID.1004989



赤十字講習

申 各申込期限までに、直接または電話で地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4146)へ。

◆ 幼児安全法支援員養成講習

乳幼児期に起こりやすい事故の予防や、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てなどの知識と技術を習得する。

対 満15歳以上

日 10月22日(土)、23日(日)、いずれも9時15分~17時30分、全2回

場 グリーンプラザ(公園東町3)

定 先着10人 ¥1900円

申 10月21日(金)

◆ 救急法基礎講習

手当ての基本、人工呼吸・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ぶ。

対 満15歳以上

日 10月29日(土)、13時~17時

場 帯広の森市民プール(南町南7線56)

定 先着20人 ¥1500円

申 10月28日(金)

◆ 水上安全法救助員Ⅰ養成講習

泳ぎの基本と自己保全、事故防止、溺れた人の救助、応急手当などの知識と技術を習得する。

対 救急法基礎講習修了証を有し、一定の泳力を有する満15歳以上

日 10月29日(土)、30日(日)、11月5日(土)、6日(日)、いずれも土曜日は18時~21時、日曜日は13時~21時(最終日は20時まで)、全4回

場 帯広の森市民プール(南町南7線56)

定 先着20人 ¥700円

申 10月28日(金)



救命講習

対 市内在住または勤務地が市内の人

定 電話で問い合わせください

申 各申込期限までに、帯広消防署救急課(西6南6、消防庁舎1階、☎26・9132)へ。

◆ 普通救命講習

出血時の止血法や心肺停止、呼吸停止時の心肺蘇生法、AEDの使い方など応急手当を習得する。

日 ①10月9日(日)、②23日(日)、いずれも13時30分~16時30分

場 ①消防庁舎(西6南6)、②柏林台出張所(柏林台西町2)

申 ①10月2日(日)、②16日(日)

◆ 実技救命講習

1カ月前から前日までに、インターネット上の「応急手当WEB講習」を受講した人が対象の講習会。

日 10月19日(水)、18時30分~20時30分

場 南出張所(西17南41)

申 10月12日(水)

子育て広場

☎ 特に記載がない場合、健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722)

◆ ママと赤ちゃんの相談会

テーマごとの講話を行い、個別の相談に応じる。時間はいずれも10時~11時10分

対 妊娠中または1歳までの赤ちゃんと保護者。第2子以降の人も参加できますが、②④は1歳以上の兄弟は参加不可

定 ①③は先着15組、②④は各開催施設へ問い合わせください。

申 各開催日の前日までに、直接または電話で各開催施設へ。

開催日	講座名/開催施設・申し込み先
①10月12日(水)	ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座 場 保健福祉センター(東8南13、☎25・9722)
②10月20日(木)	ママと赤ちゃんのもぐもぐ食事講座 場 地域子育て支援センターこでまり(西14北2、☎38・2690)
③10月24日(月)	ママと赤ちゃんの歯つばい講座 場 保健福祉センター(東8南13、☎25・9722)
④10月25日(火)	ママと赤ちゃんのもぐもぐ食事講座 場 地域子育て支援センターつばさ(西22南3、☎41・6800)

◆ ほんわかファミリー教室

対 令和5年2月初産予定の夫婦

日 10月15日(土)、①10時~11時、②13時~14時

場 申 10月12日(水)までに、電話で健康推進課へ。

◆ 10月乳幼児健診のお知らせ

5カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診の対象者には事前に個別通知しています。通知が届かない場合や転入された場合など、不明な点は問い合わせください。

げんき活動コースチャレンジデー

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。開催場所や時間など、詳細は各事業所へ問い合わせください。

対 65歳以上の市民

担当課地域福祉課

市ホームページID.1006491

開催日	実施事業所(電話)
10月12日(水)	デイサービスセンター太陽園(☎64・5565)
10月12日(水)	デイサービスセンター帯広りはびり(☎29・5515)
10月13日(木)、27日(木)	コムニの里おびひろ小規模多機能型居宅介護事業所(☎20・4567)
10月13日(木)、17日(月)	ツクイ帯広WOW(☎20・1562)
10月14日(金)、24日(月)	歩くデイゆるり(☎090・9801・7781)
10月20日(木)、21日(金)	通所介護事業所ふるさと(☎41・8341)
10月24日(月)	ジョイリハ西5条(☎49・3060)



**市有車両を条件付き
一般競争入札で売払い**

市有車両2台（ダンプトラック1台、広報車1台）を売払います。詳細は市ホームページで確認するか、問い合わせください。

目場▶物件下見会10月4日(火)、9時30分～11時30分、道路車両センター（南町南6線）、▶開札日26日(水)、9時30分～

申 9月21日(水)～10月12日(水)までに、入札参加申込書と必要書類を直接または郵送で契約管財課（〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎2階、☎65・4115）へ。

市ホームページID.1003616



**国民年金に関する
お知らせ**

◆産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

国民年金第1号被保険者が出産（妊娠85日以上の出産・死産・流産・人工妊娠中絶）した場合、出産予定日または出産日の前月から4カ月間（多胎出産の場合は出産日の3カ月前から6カ月間）の国民年金保険料が免除されます。

産前産後免除期間は保険料を納付した期間として扱われ、老齢基礎年金の受給額に反映されます。届け出は、出産予定日の6カ月前から可能です。

対 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の**必要なもの**▶個人番号確認と本人確認ができる書類（個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類など）▶母子健康手帳（死産の場合は死産証明書）など▶年金手帳

問 戸籍住民課（市庁舎1階、☎65・4143）、帯広年金事務所（西1南1、☎25・8113、音声案内2番→2番）

◆日本年金機構から対象者へ年金振込通知書が送付されます

老齢基礎年金等から介護保険料、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、個人住民税が特別徴収（天引き）されている人の保険料（税）が変更された場合、日本年金機構から対象者へ「年金振込通知書」が送付されます。なお、保険料（税）の変更がなかった人には送付されません。

年金から特別徴収（天引き）されている保険料（税）については各保険料（税）担当課へ、受給している年金額については帯広年金事務所お客様相談室へ問い合わせください。

問 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4150）、国保課（市庁舎1階、☎65・4140）、市民税課（市庁舎2階、☎65・4120）、帯広年金事務所（西1南1、☎65・5001、音声案内1番→2番）



健康相談

保健師、栄養士などが、健診結果の見方や健康づくりなど健康に関する相談に応じる。

対 市内在住の18歳以上

日 ①10月12日(水)、②28日(金)、いずれも9時30分～11時30分、13時30分～15時30分（1人60分程度）

場 **申** 各開催日の前日までに、電話で健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）へ。



**災害用の保存食を
食べてみませんか**

家庭や職場などでの災害への備えの参考としていただくため、市が備蓄している保存食で令和4年11月～12月に賞味期限を迎えるアルファ米を配布。11月上旬に危機対策課にて受け渡し予定。

対 市内の町内会、自主防災組織、学校、企業、団体など

定 アルファ米（山菜おこわ）1700食（申し込み多数の場合は、抽選または配布数量を調整）

申 10月3日(月)～31日(月)までに、電話で危機対策課（市庁舎5階、☎65・4103）へ。



**北洋銀行派出所
廃止のお知らせ**

市庁舎水道棟1階の北洋銀行派出所が、令和4年9月末をもって廃止されます。10月以降は、市庁舎内の帯広信用金庫派出所をご利用いただけます。

問 上下水道部総務課（市庁舎水道棟2階、☎65・4211）、十勝圏複合事務組合総務課（☎37・3491）



**帯広圏パーソントリップ調査
(交通実態調査)に
ご協力ください**

10月から11月にかけて、北海道が、帯広圏（帯広市・音更町・幕別町・芽室町）を対象としたパーソントリップ調査を実施します。この調査は、人の1日の動きを調べることで、現在の交通実態を把握し、将来の交通計画やまちづくりに役立てるものです。

調査対象世帯には「調査票」を郵送しますので、ご協力をお願いします。

問 帯広圏パーソントリップ調査（交通実態調査）実施本部（☎0120・606・093）
担当課 都市政策課

**令和5年
帯広市20歳の集い**

問 生涯学習文化課（〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎8階、☎65・4192、F23・6142、✉social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp）

20歳を迎えた皆さんを祝い、励ますとともに、大人としての自覚を持ってもらうため「20歳の集い」を実施します。新型コロナウイルスの感染状況により、開催の延期、内容を変更する場合があります。最新情報は順次、市ホームページに掲載します。

対 平成14年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた人（市内に住民登録がない人も出席可）

日 翌年1月8日(日)、14時～14時35分（受付13時～）

場 市民文化ホール（西5南11）

持ち物 12月上旬に送付するはがき、または運転免許証や学生証など生年月日が確認できるもの

市ホームページID.1004812

◆宣誓者・運営ボランティアを募集

目 10月3日(月)～31日(月)までに、直接または郵送、ファクス、Eメールで生涯学習文化課「20歳の集い担当」へ。申込書および募集要項は市ホームページに掲載しています。

①「二十歳の誓い」宣誓者を募集

20歳の集いで、20歳の人の代表者として「二十歳の誓い」を宣誓する人を募集。

対 原則として市内在住の20歳の集い対象者で、当日午前のリハーサルから参加可能な人

定 若干名

②20歳の集い「運営ボランティア」を募集

当日の受付や会場整理など運営に携わるボランティアを募集。

定 15人程度



**ふるさと
見聞録**

文・写真／
百年記念館 学芸員 伊藤 彩子



「良い香り!?!のカメムシ」

「臭い匂いを放つ虫」というイメージが強い「カメムシ」。この匂いから、ヘッピーリムシやヘコキムシ、英語ではStink bug（臭い虫）とも呼ばれます。実際に匂いをかいて、その強烈な悪臭に驚いた人も多いのではないのでしょうか。

カメムシは危険を感じると、成虫では脚の付け根から、幼虫では背中側にある臭腺の開孔から臭気を放ちます。臭気の成分は、種類によっても異なりますが、主にアルデヒドと呼ばれる刺激物質です。外敵から身を守るために用いるほか、同じ種類のカメムシを集める「集合フェロモン」や仲間に危険を知らせる「警報フェロモン」といった情報交換物質としても重要な働きをしています。

そんなカメムシの中にも良い香りがする種類もいて、一番のおすすめは「キバラヘリカメムシ」。幼虫時代は黄色と黒の体色が鮮やかで、集団で葉の上にいることが多いため良く目立ち、成虫になるとニシキギ、マユミ、ツルウメモドキなどの植物の実に集まるのが特徴です。このカメムシは刺激を与えると、さわやかな「青リンゴ」のような香りのあとに、わずかにカメムシ臭がします。今は成虫が見られる時期。ぜひ探して、その香りをお試しください。