



広報

おびひろ

Public Information OBIHIRO

発行

帯広市

〒080・8670

帯広市西5条南7丁目1番地

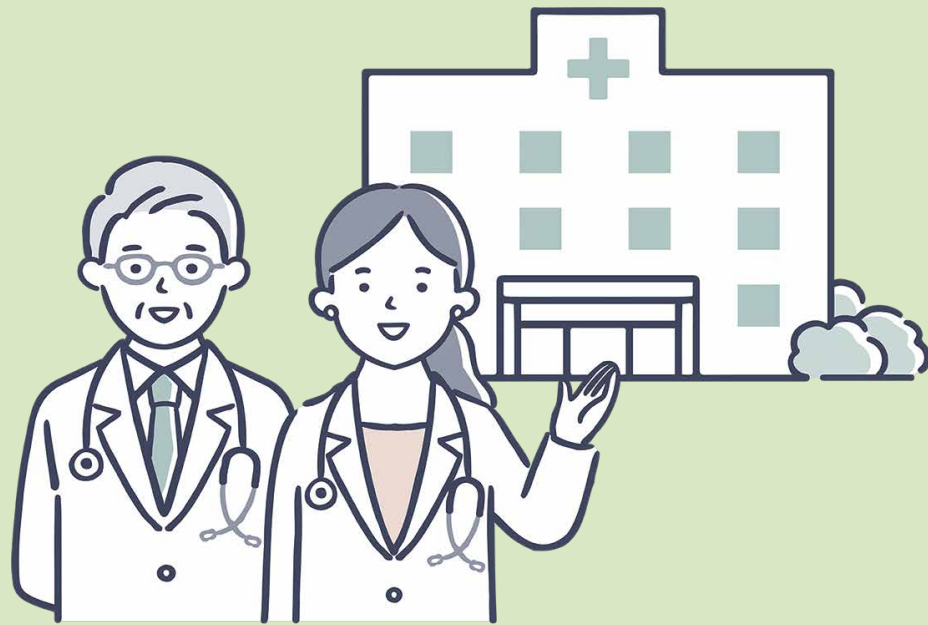
電話 (0155) 24・4111

FAX (0155) 23・0151



救急医療の 適切な利用を お願いします

～みんなで地域医療を守りましょう～



問い合わせ

健康推進課 (東8南13、保健福祉センター内、☎25・9720)

症状に合った医療機関へ

帯広市では、休日や夜間に急に具合が悪くなった時でも安心して医療機関を受診できるよう、症状の重さに応じて、救急医療機関の役割を三段階に区分して、救急患者に対応しています。(図)

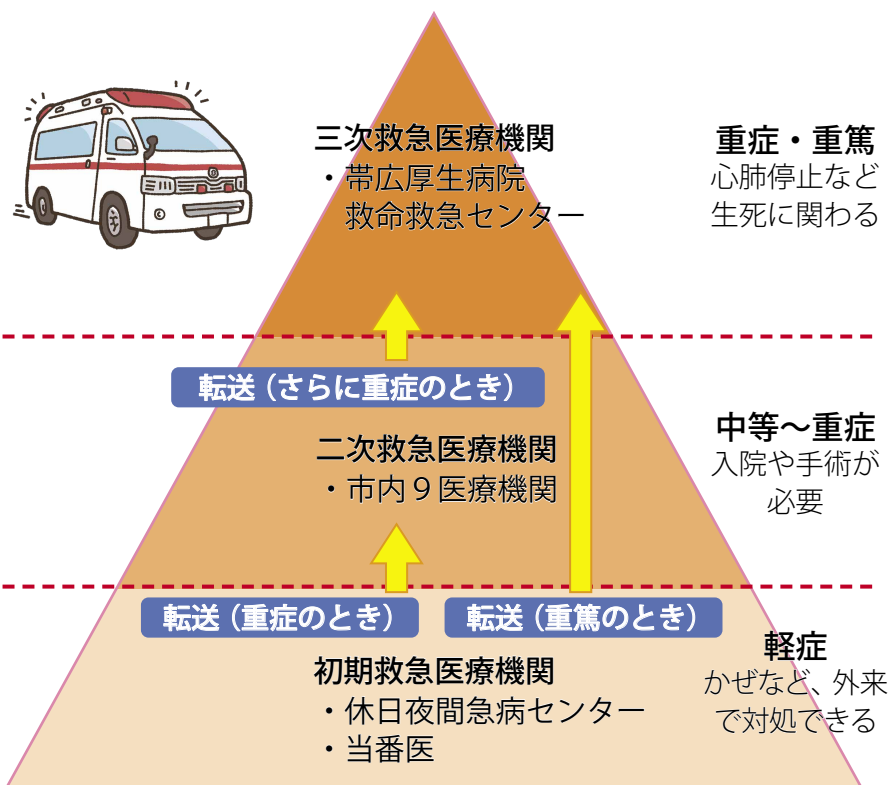
軽症者が二次・三次救急医療機関を受診すると、緊急性のある重症患者の処置が遅れる恐れがありますので、症状に合った医療機関を受診してください。また、軽い症状にもかかわらず、気軽に休日や夜間の救急医療機関を受診する「コンビニ受診」を控えることで、救急医療機関の負担を減らし、地域医療を守ることにつながります。

× コンビニ受診

- 仕事で日中に受診できなかったから
- 夜間は患者が少なそうだから

軽い症状のときは通常診療時間帯でかかりつけ医などの医療機関を受診してください

図 休日・夜間の救急医療体制



必要なときに必要な医療を安心して受けられるよう、救急医療機関の適切な利用にご理解とご協力をお願いします。

休日・夜間に急病になったときは

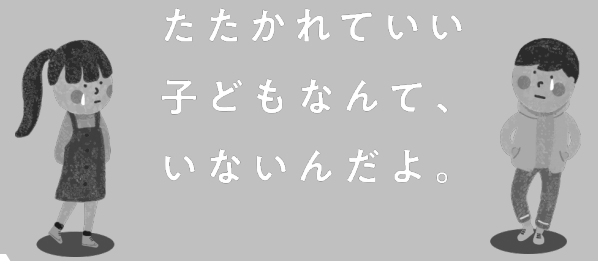
- 休日夜間急病センター (柏林台西町2、☎38・3700) を受診してください。
- 休日夜間急病センターで対応していない時間帯や診療科目は、救急当番医が対応します。
※病院案内は、帯広市急病テレホンセンター (☎26・1099) などで行っています。

休日・夜間の救急医療機関・病院案内などの詳細は、こちらをご覧ください。

市ホームページID.1002164



あなたしか 気づいてないかも そのサイン



11月は児童虐待防止推進月間です

虐待されている子どもたちを守ることができるのは「あなた」かもしれません。子どもたちの未来を守るため、私たちも行動しましょう。

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



市ホームページID.1004633



「児童虐待」とは？

子どもを守るべき立場の保護者が、子どもに心理的・身体的な危害を加えたり、衣食住のケアを十分に行わないなど、子どもの心身を傷つけ、健やかな成長・発達を損なうことです。

児童虐待は社会全体で解決していくべき問題です

児童福祉法においてすべての子どもは、健やかに成長・発達し、その自立が図られる権利が保障されています。また、保護者は、子どもを心身ともに健やかに育成することについて、第一義的責任を負うとされています。

このような行為は虐待です

身体的虐待

殴る、蹴る、たたく、投げ飛ばす、激しく揺さぶる、やけどを負わせるなど



性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ひわいな写真を撮るなど



ネグレクト（育児放棄）

閉じ込める、食事を与えない、不潔にする、病気になっても病院に連れて行かないなど



心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの前で家族に暴力をふるうなど



子どもがもっている四つの権利

生きる権利

たたかれたりひどいことを言われない



育つ権利

げんきに健康に元気に・健康に毎日をすごして成長する



守られる権利

ほごしほ保護者の人から育てられる守ってもらえる



参加する権利

じぶんの意見を言う話聞いてもらえる



しかし、家族間のすれ違いやコミュニケーション不足、経済的な問題、周囲に頼れる人がいないなど、子育てをする中で生じる不安や寂しさから、虐待につながる可能性があります。

そのため、虐待を防止するためには、早い段階で発見し、対応することが重要です。子どもの安全を守るために、目撃したときや虐待が疑われる場合にはすぐにお電話ください。

帯広市における養護相談件数▼

H30	244件
R 1	178件
R 2	195件
R 3	169件
R 4	179件

虐待を知らせるSOSサイン

怒鳴り声や子どもの泣き声が聞こえたり、子どもの様子がいつもと違うと思ったら、それは子どもや保護者からのSOSサインかもしれません。

子ども

- ・いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がする
- ・不自然な傷や打撲の痕がある
- ・衣類や体がいつも汚れている
- ・表情が乏しい、活気がない
- ・夜遅くまで一人で遊んでいる

保護者

- ・地域などと交流が少なく孤立している
- ・小さい子どもを家においたまま外出している
- ・子どもの養育に関して拒否的、無関心である
- ・子どものけがについて不自然な説明をする

「児童虐待かも」と思ったらまずは相談を！

子どもは、自分から「助けて」と言うことが難しいため、周囲の大人が気付くことが必要です。

ちょっとした気付きが、子どもを虐待から守り、保護者を救うきっかけにつながります。

あなたの1本の電話で救われる子どもがいます。

※連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

児童相談所虐待対応ダイヤル
〈お近くの児童相談所につながります〉

24時間 189

帯広市児童虐待防止 110番

☎21-0110

ひとりで悩まないでみんなで子育てしよう

子育ての悩みは誰にでもあります。「子育てが辛い」「子どもの気持ちが分からない」などと悩んだときは、ひとりで悩まず、まずは相談してください。

相談窓口

- ・子育て支援課（☎25・9700）
- ・帯広児童相談所（東1南1、☎22・5100）
- ・児童相談所相談専用ダイヤル（24時間、☎0120・189・783）

・親子のための相談LINE
こども家庭庁



表1 火災発生状況

令和4年	帯広市	全国(概数)
総出火件数	35件	3万6375件
住宅火災件数	15件	1万1017件
総死者数	2人	1446人
住宅火災による死者数	2人	922人

表2 帯広市の住宅火災被害状況

令和4年	設置あり		設置なし・不明
	作動あり	作動なし	
死者数	0人	0人	2人
1件当たりの焼損床面積	4㎡	21㎡	30㎡

住宅火災による死者の多くは、逃げ遅れによるものです。煙や熱をいち早く感知し、火災が発生したことを知らせる、住宅用火災警報器は、火災の被害を最小限に抑えるために欠かせません。

帯広市の被害状況を見ても、住宅用火災警報器を設置している場合は、死者数のほか、焼損床面積などの被害軽減に大きな効果があると言えます。(表2)

住宅用火災警報器の効果

令和4年中に全国で発生した火災の約3割が住宅火災でしたが、その死者数は火災による総死者数の約6割となっています。

帯広市でも、令和4年に発生した火災による死者は、いずれも住宅火災によるものでした。(表1)

火災死者の約6割は住宅で発生

問い合わせ とかち広域消防局予防規制課(消防庁舎3階、☎26・9124) 担当課 帯広市総務部消防課



私たちの命を守る 住宅用火災警報器

住宅防火の切り札

つけて良かった！住宅用火災警報器

事例1 (令和5年・道内)

ストーブの上に可燃物を置いたまま点火してしまい、2階の寝室で就寝、2階で寝ていた友人が住宅用火災警報器の警報音に気づき、消火器で初期消火に成功した。

事例2 (令和5年・道内)

鍋を火にかけたまま外出してしまい、住宅用火災警報器が作動、隣人が警報音を聞き119番通報。消防隊が到着後、室内には煙が充満していたが、鍋の内容物に焦げがあっただけで火災に至らなかった。

十勝は、住宅用火災警報器の設置率が80%であり、全国の84・3%を下回っています。

住宅用火災警報器は、すべての住宅に設置が義務付けられています。まだ、設置していない場合は、早急に設置してください。設置後は、半年に1回点検(警報機のボタンを押す、ひもを引くなど)し、正常に作動するか確認しましょう。

住宅用火災警報器を設置しましょう

このような相談が寄せられています

令和4年度に寄せられた相談のうち、6割以上が「社会生活」や「交友関係」に関する内容でした。

友人との関係に悩んでいる
職場の人間関係がうまくいかない
仕事がつらい
子育てと仕事の両立が大変 など



ひとりでは抱えず、話してみませんか？

帯広市では、小学生からおおむね39歳までの若者やその家族の相談窓口として「ヤングテレホン相談」を開通しています。ヤングテレホン相談では、資格や相談援助の経験がある職員が、電話やメールなどでの問い合わせに対応します。相談内容に応じて、ゆつくり話を聞き、課題解決のために一緒に考え、教育や就労といった専門機関を紹介する場合があります。

誰かに話すことで気持ちが軽くなったり、解決への糸口が見つかることがあります。ひとりや家族だけで悩まず、まずは気軽に相談してください。

ヤングテレホン相談窓口

対象者：小学生からおおむね39歳までの人
※匿名で相談できます

相談方法：電話・Eメール・面談

受付時間：平日9時～17時30分(年末年始を除く)

場所：西6条南6丁目3、ソネビル2階

専用電話：☎22・8349

メールアドレス：✉wakamono-soudan@keisei-kai.jp

問い合わせ 地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4113)



子ども・若者の相談窓口

ヤングテレホン相談

女性に対する暴力をなくす運動パネル展

期間 11月11日(土)～24日(金)、8時45分～19時
(土・日曜日、祝日は10時～17時)

場所 市民ホール(市庁舎1階)

男女共同参画講座も開催します。詳しくは8頁をご覧ください。



配偶者からの暴力(DV)、性犯罪、ストーカー行為、売買春、人身取引やセクシュアル・ハラスメントなど、女性に対する暴力は、女性の人権を侵害するものであり、決して許されない行為です。

国では、11月12日～25日までの2週間を「女性に対する暴力をなくす運動」期間と定めており、市もこの期間に合わせて、毎年パネル展を開催しています。この運動期間をきっかけに、女性に対する暴力について考え、暴力のない社会について考えてみませんか？

問い合わせ 市民活動課男女共同参画係(市庁舎3階、☎65・4134)



ひとりで悩まないで

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間



市ホームページID.1003526

「デートDV」に関する動画を作成しました

交際中の二人の間で起こるDVについて紹介しています。ぜひご覧ください。



帯広市の女性相談窓口

女性相談サポートライン ☎65・4230

場所 市民活動課(市庁舎3階)

受付時間 平日8時45分～17時30分(年末年始を除く)

市民相談「女性相談の日」☎65・4200

場所 市民相談室(市庁舎1階)

受付時間 毎週木曜日8時45分～17時30分(祝日・年末年始を除く)

市では、女性に対するさまざまな暴力の相談を受け付けています。ひとりで悩まず、安心して相談してください。

ひとりで悩まないで

配偶者などからの暴力や虐待への関心を促し、暴力根絶を訴える運動です。女性に対する暴力根絶と被害者へ「あなたはひとりではない」というメッセージが込められています。

パープルリボン運動



在宅医療という選択

11月23日は在宅医療の普及を願って設けられた「在宅医療の日」です。
通院や入院だけでなく、住み慣れた自宅で、安心して病気の治療を受ける選択肢もあります。

問い合わせ 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4113）



在宅医療とは

通院が難しくなった時や退院後に、自宅などで生活しながら医療を受けられるシステムのことです。医師の指示の下、看護師や薬剤師、リハビリ職といった医療専門職が皆さんの自宅などを訪問し、医療サービスを提供します。また、介護サービスとも連携し、皆さんの生活を支えます。

在宅医療を利用できる人

入院や通院が困難な人、日常生活に医療的なサポートが必要な人が対象です。利用には医師などとの相談が必要になります。

- ・認知症
- ・高血圧や糖尿病などの生活習慣病
- ・がんの終末期 など

在宅での療養を支える専門職を紹介

■医師

対象者の自宅を訪問し、日常的な治療や健康管理を行うほか、体調急変時などの対応も行います。

■訪問看護師

医師の指示に基づいて血圧測定や点滴などの医療処置を行うほか、対象者や家族からの相談にも応じます。

■歯科医師・歯科衛生士

自宅での虫歯や歯周病の治療のほか、^{こうくう}口腔内のケアや飲み込みを改善する訓練などを行います。

■薬剤師

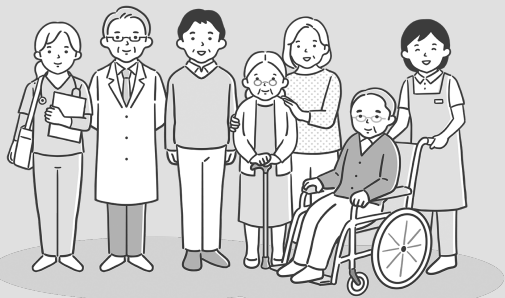
医師の指示に基づいて、自宅での薬の飲み方の指導や残った薬の管理を支援します。

■訪問介護員（ホームヘルパー）

炊事や入浴、排せつなど、日常生活における身体介護や生活援助を行います。

このほかにも、栄養士やリハビリ職などさまざまな専門職が在宅での療養を支援します。

また、治療やケアを受けるだけでなく、在宅での看取りも可能です。



まずは身近な専門職にご相談ください

○入院・通院中の人

かかりつけ医療機関のスタッフ（主治医・看護師・相談員など）

○介護認定を受けている人

ケアマネジャー

○地域にお住まいの65歳以上の人

地域包括支援センター（お住まいの地域により担当のセンターは異なりますので、詳しくは問い合わせください）

自分のため、大切な人のために「人生会議」をしてみませんか？

人生会議とは、もしもの時のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族や主治医・看護師といった医療スタッフ、ケアマネジャーなどと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。年齢や病気の有無に関わらず、どなたでも取り組むことができます。

まずは、心の余裕がある時に、自分の考えや気持ちを整理するところから始めてみましょう。

整理するポイント

- 生活の中で大切にしていることは何ですか？
- 病気になった時、大きなケガをした時にどのような医療を受けたいですか？
- 最期まで暮らしたい場所はどこですか？
- 自分の代わりに判断して欲しい人は誰ですか？

考えたことなどを信頼できる人と話し合ったり伝えることで、自分の希望が大切にされると同時に、信頼できる人の負担を減らすことにもつながります。

自分が病気になったら、できるだけ入院はせず、自宅で生活しながら治療を受け、人生の最期は自宅で迎えたい。



最近、親の人生会議を開き、初めて今後の生活や病気の治療に関する希望が聞けた。自分のこれからについても考えるきっかけになった。



もっと詳しく知りたいときは

○出前講座

地域福祉課の職員が講師として町内会や老人会などの団体に出向き、在宅医療や人生会議について講話を行います。

詳しくは、地域福祉課へ問い合わせください。



○在宅医療はじめての一步

在宅医療について知っていただくために、在宅医療・介護に携わる専門職が作成したリーフレットです。

市ホームページからダウンロードできるほか、地域福祉課でも配布しています。



このほかにも、市の取り組みなどについて市ホームページに掲載しています。



市ホームページID.1011282

地域支え合い推進員の取り組みを紹介します



地域の生活支援に取り組むボランティア団体の活動支援を行っています。写真は、団体が主催した地域の交流イベントの様子です。

特殊詐欺や消費者被害に関する支え合い講座を地域住民に向け開催しています。



この他にも、地域支え合い推進員は地域のさまざまな活動と連携しています。

表 日常生活圏域ごとの地域支え合い推進員

担当圏域	担当法人	連絡先
東	社会福祉法人 真宗協会	☎66・4613
鉄南	社会福祉法人 元気の里とかち	☎26・7131
川北	社会福祉法人 帯広市社会福祉協議会	☎21・2414
西	社会福祉法人 博愛会	☎58・6789
西帯広・開西	社会福祉法人 普仁会	☎49・2338
広陽・若葉	社会医療法人 北斗	☎36・7723
南	社会福祉法人 慧誠会	☎67・8437
川西・大正	社会福祉法人 帯広太陽福祉会	☎64・5565

高齢者の中には「除雪やゴミ出しを手伝ってほしい」「手が届かないところの電球を取り替えてほしい」といったちょっとした悩みを抱えながら暮らしている人がいます。しかし、こうした困り事は、行政や民間のサービスだけではなかなか解決できません。

帯広市では、こうした地域の中にあるちょっとした困り事について、地域住民やボランティア団体、NPO法人や民間企業が主体となって地域の中で解決し、できる限り住み慣れた地域で自分らしい暮

らしを続けられるよう「ちょっとした支え合い」の仕組みづくりを進めています。

皆さんの「支え合い」をお手伝い
地域支え合い推進員

地域の中の支え合いで解決できることはたくさんあります。「地域で何か活動してみたい」と思ったら、お住まいの圏域を担当する地域支え合い推進員に相談してください。支え合いのきっかけづくりを支援します。

地域住民同士の支え合い・助け合いを推進するため、帯広市では市を八つに区切った日常生活圏域ごとに「地域支え合い推進員」を配置しています。(表)

活動に取り組んでいます。ちよつとした支え合い始めてみませんか？



「ちよつとした支え合い」が必要とされています

生活支援体制整備事業

帯広市では、困り事を抱えた高齢者などが地域での暮らしを続けられるよう、地域住民が相互に助け合う仕組みづくりを進めています。皆さんもちよつとした支え合いを始めてみませんか。

問い合わせ 地域福祉課 (市庁舎3階、☎65・4113)

一緒にできることのヒントを紹介します！

学ぼう！
ちよつとした支え合い

ちよつとした支え合いサポーター養成講座

帯広市には、支え合いについての正しい知識や活動時のマナー、実践したい支え合いの活動に関わる知識などを学ぶことができる「ちよつとした支え合いサポーター養成講座」があります。

費用

会場費がかかる場合は申込者負担。なお、講師料はかかりません。

問い合わせ

第1層生活支援コーディネーター (☎080・5596・1671)、またはお住まいの圏域を担当する地域支え合い推進員 (表)

※市全域の生活支援サービスの開発・普及や基盤整備を推進するため、帯広市が配置している「第1層生活支援コーディネーター」が実施しています。

◆ちよつとした支え合いサポーターになったら

基本講座①を受講した人は「ちよつとした支え合いサポーター」に登録することができます (これまで、①②両方の受講が必要でしたが、7月より①の受講のみで登録が可能となりました)。登録した人は、市内で行われている支え合いの活動に関する情報や、協議体 (地域支え合い推進員が主催する住民やボランティア団体などの話し合いの場) や勉強会のお知らせを受け取ることができるほか、地域支え合い推進員から、支え合い活動への協力依頼などが来ることがあります。(右記イメージ)

なお、サポーターに登録したからといって、必ずしも活動に参加する必要はありません。普段は、活動には参加せず、困っている人を見つけたときに、できる範囲で手助けを行うのも支え合いの一つです。

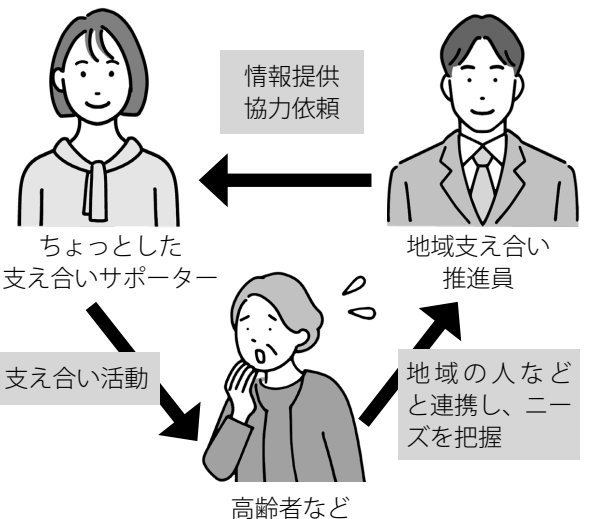
養成講座の内容

【基本講座①】 ※60分間 (要望に応じて延長可能)

- ・なぜ今、地域で支え合いが必要なのか？
- ・支え合い活動を実施する上での基本
- ・自分ができる支え合い活動

【基本講座②】

ゴミの分別、除雪、スマートフォンの活用、移動の支援など、自分が行いたい・興味がある講座を選ぶことができます。



令和5年12月1日から 図書館システムが新しく

機器類の入替のため、
11月20日(月)～30日(木)は休館します。
電子図書館は通常通りご利用いただけます。

問い合わせ 図書館 (西2南14、☎22・4700)

ここが新しく変わります

①スマートフォンの画面表示で簡単貸出

図書館のホームページからログインし、利用者カードのバーコード画面表示で貸出が可能になります。

※従来通り利用者カードでの貸出も可能です。



②ホームページ画面がより使いやすく

文字を大きく表示し文章を音声で読み上げるなどの閲覧支援機能が追加され、閲覧がより便利に使いやすくなります。

③聴く読書「オーディオブック」が追加

音声化された書籍コンテンツを耳で楽しむことができる「聴く読書」が、ホームページ上で利用可能になります。

詳しくは、図書館ホームページをご確認ください。

※11月20日(月)～30日(木)は停止します。



利用者カードは3年ごとの更新手続きが必要になります

利用者登録の情報を更新し、適切な管理をするために更新期限を設けます。

更新期限は、貸出レシートかホームページログイン画面にて確認することができます。

更新期限の2カ月前になりましたら、確認のため運転免許証などの身分証明書を持参し、1階カウンターまでお越しください。

なお、期限の切れた利用者カードは更新手続きが完了するまでご利用いただけませんのでご注意ください。

◆11月19日までに利用者カードを作った人(個人・団体)

令和6年8月1日～令和7年7月31日の間のご自身の誕生日が最初の更新期限となります。また、団体の人は、利用者カードを作った登録日が最初の更新期限となります。

誕生日または登録日(例)	有効期限日	更新手続
8月1日	令和6年8月1日	令和6年6月1日～
12月24日	令和6年12月24日	令和6年10月24日～
6月1日	令和7年6月1日	令和7年4月1日～
7月7日	令和7年7月7日	令和7年5月7日～

◆12月1日以降に新規利用者カードを作る人(個人・団体)

利用者カードを作った登録日から、3年後の日付が更新期限となります。

登録日(例)	有効期限日	更新手続
令和5年12月1日	令和8年12月1日	令和8年10月1日～

図書館の休館に伴い、本は15冊、CD・DVDは5点までを3週間の貸出に拡大します。

貸出拡大期間:

11月7日(火)～19日(日)

帯広市公式LINEのメニューから、簡単に「電子図書館」を利用できます。ぜひ友だち登録してください。



国民健康保険が 使える施術と使えない施術

整骨院・接骨院、はり・きゅう、
マッサージのかかり方



問い合わせ 国保課給付係 (市庁舎1階、☎65・4138)

柔道整復師の施術を受けられる整骨院・接骨院や、はり・きゅう、マッサージは、一定の条件を満たす場合は、病院での受診と同様に健康保険が適用されます。健康保険が使える範囲については、右記の通りです。

健康保険を適用して施術を受けた場合

「療養費支給申請書」の内容を確認し、署名をしてください。

なお、市では医療費適正化のために施術内容などの照会を行う場合がありますので、回答にご協力をお願いします。

領収書は医療費控除を受ける際に使います

整骨院・接骨院、はり・きゅう、マッサージで治療したときには、領収書を必ず受け取り、保管してください。医療費控除を受ける際に必要となります。

施術が長期にわたる場合は、医師の診察を受けましょう

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



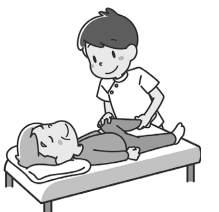
整骨院・接骨院

○保険適用となるもの

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

×保険適用とならないもの

- ・肩こり、脳疾患の後遺症、症状の改善がみられない長期の施術など、慢性的な症状や疲労が要因の場合
- ・病院、診療所で同じけがを治療する場合
- ・仕事や通勤途中でのけがで、労災保険が適用となる場合



施術時の注意事項とお願い

▶負傷原因をはっきり伝えましょう

- ・いつ、どこで、何をして、どんな症状があるのかを正確に伝えて、健康保険が使えるか相談しましょう。

はり・きゅう、マッサージ

○保険適用となるもの

- 【はりきゅう】
- ・神経痛 ・リウマチ ・頸腕症候群 ・五十肩
 - ・腰痛症 ・頸椎捻挫後遺症 ・その他類症疾患

【マッサージ ※症状に対する施術】

- ・筋肉がまひして自由に動かせない症状(筋まひなど)
- ・関節が硬くて動きが悪い症状(関節拘縮など)

×保険適用とならないもの

- ・医師の同意がない場合
- ・病院、診療所で同じ疾患を治療中の場合
- ・疲労回復や癒しを目的とする場合

施術時の注意事項とお願い

▶施術の前に医療機関を受診してください

- ・医師の同意書または診断書をもらい、施術所に提出してください。



とち大平原交流センターのイベント

場 申間②③のみ各申込期限までに、往復はがきに「申込時の記載事項」(7頁)を書いて、郵送でとち大平原交流センター(〒089・1182川西町基線61番地13、☎53・4780)へ。WEBフォームからの申し込みも可能。



❶ 越冬野菜市

地元生産者が新鮮な冬野菜や、保存食用の野菜・豆などを販売。
日 11月3日(祝)、11時～12時(売り切れ次第、終了)

❷ みそ作り体験

2キログラムの手前みそを作る。
対日 11月25日(土)、①10時～11時30分、②13時～14時30分

定 各抽選10人(組)

料 1人(組) 2200円

申込期限 11月10日(金)

❸ 小麦のリース作り体験

小麦の穂や茎を使い、十勝ならではのクリスマスリースを作る。

対 親子

日 12月2日(土)、10時～12時

定 抽選12組 **料** 1500円

申込期限 11月20日(月)

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)

市ホームページID.1001462

◆ 森の茶会～冬～

対 定 ▶十勝管内在住外国人先着50人、▶中学生以上の市民先着10人

日 11月11日(土)、10時～14時30分

料 中学生以上の市民のみ ▶お茶会体験会(午前) 300円、▶お点前体験会(午後) 500円

申 11月10日(金)までに、直接または電話で森の交流館・十勝へ。

◆ 第77回キッズ・プレイグラウンド(クリスマス)

講師 国際交流員のアウ・カー・インさん(オーストラリア出身)

対 6歳までの子どもと保護者(兄弟姉妹の参加も可能)

日 11月18日(土)、10時30分～12時

定 先着30組

申 11月8日(水)までに、WEBフォームから申し込み。



◆ 第96回インターナショナル・トーク(中国)

講師 馬怡紅さん(中国出身)

対 中学生以上

日 11月18日(土)、15時～16時30分

◆ 第16回国際文化祭

在住外国人による世界各国の踊りや歌、楽器演奏などのパフォーマンス、民族衣装のファッションショーなどを行うほか、世界各国の民族衣装、民芸品、写真を展示。

日 11月26日(日)、15時～17時30分

百年記念館のイベント

場 百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)

◆ 收藏美術作品展『天と地の境界で』

十勝に関わりの深い4人の写真家が撮った十勝の空と大地を紹介。

日 10月20日(金)～11月12日(日)、9時30分～16時30分

◆ ロビーコンサート

① TDRアンサンブルコンサート

オーボエやファゴットの演奏会。今回は昭和特集。

② 昭和の歌謡曲を楽しむ会

音楽仲間で結成された「楽団楽唱ikaji」によるコンサート。

日 ①11月11日(土)、②19日(日)、いずれも18時～19時30分(開場30分前)

定 いずれも入場者多数の場合、入場を制限する場合があります。

児童会館のイベント

その他のイベントは、市ホームページなどで確認してください。

場 児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)

◆ リアルジオラマで魅せる! 「昭和のおびひろ」

昭和の街並みを再現した精巧なジオラマや、鉄道模型の大型展示。

日 11月3日(祝)～12日(日)、9時～17時(初日は13時30分から、最終日は15時まで)

◆ 星の観察会「氷の惑星 天王星観察にちょうせん」

日 11月17日(金)、19時～20時15分

定 先着65人

申 11月3日(祝)～17日(金)までに、直接または電話で児童会館へ。

◆ きらきら人形劇

出演 人形劇団みみず

対 幼児・小学生と保護者

日 11月19日(日)、14時～14時40分

定 先着50人

◆ 親子科学実験教室「カイロのひみつ」

カイロの仕組みを探った後、材料を混ぜ合わせカイロを作る。

対 小学生以上の子どもと保護者

日 11月19日(日)、①10時～11時、②13時15分～14時15分

定 各先着10家族(最大20人まで)

申 11月5日(日)～19日(日)までに、直接または電話で児童会館へ。

◆ 親子おもしろ教室「身近なものでプラバン遊び」

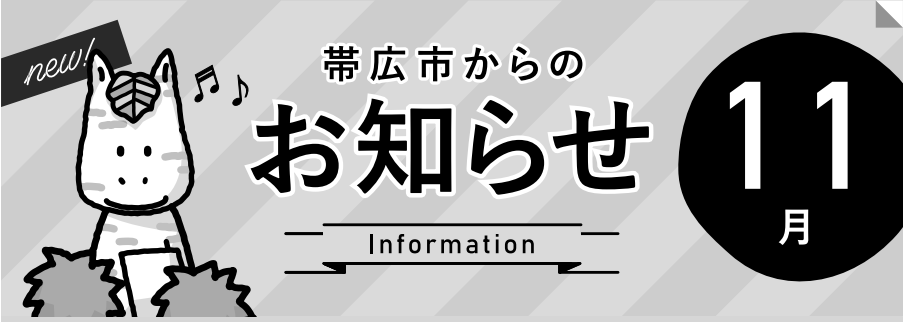
プラコップなどに絵を描き、キーホルダーやペンダントを作る。

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 11月25日(土)、①9時30分～10時、②10時30分～11時

定 各先着20人(最大10組まで)

申 11月11日(土)～25日(土)までに、直接または電話で児童会館へ。



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)

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。

女性のための人権なんでも相談所

女性の人権擁護委員が中心となり無料で相談に応じる。秘密厳守。

対 女性

日 11月15日(水)、13時～15時30分(最終受付15時)

場 とちちプラザ(西4南13)

場 帯広人権擁護委員協議会(☎24・5853)

担当課 市民活動課

消費者問題の無料弁護士相談会

契約トラブルなどの消費者問題に、弁護士が無料で相談に応じる。

日 11月17日(金)、13時30分～15時

場 とちちプラザ(西4南13)

定 先着3人(1人30分)

申 11月9日(木)までに、直接または電話で帯広市消費生活アドバイスセンター(☎22・8393)へ。

担当課 商業労働課

しごと・くらしの合同相談会

日常生活、仕事、健康、家族、金銭、法律などの相談に応じる。

日 11月18日(土)、13時～16時(最終受付15時)。1人30分以内

場 市庁舎10階第5会議室ほか

申 11月9日(木)までに、直接または電話で生活あんしんセンター(☎66・7112)へ。

担当課 生活支援第1課

帯広市議会 市民意見交換会

市議会議員がテーマごと4班に分かれ、市民の皆さんと意見を交換し、議会議論に生かす。詳細は市ホームページをご覧ください。

日 11月11日(土)、13時～14時30分

場 とちちプラザ(西4南13)

場 議会事務局総務課(市庁舎議会棟2階、☎65・4221)

市ホームページID.1001334



第77回読書週間

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。

図書館では、標語「私のペースでしおりは進む」に合わせた図書の展示やおはなし会などのイベントを開催。

場 図書館(西2南14、☎22・4700)

第36回中学生からのメッセージ

市内中学生が、学校生活、友達関係、社会のこと、夢や希望など、日ごろ感じている思いなどを発表。

日 11月11日(土)、13時～15時40分

場 とちちプラザ(西4南13)

場 学校地域連携課(市庁舎8階、☎65・4162)

市ホームページID.1004809

教育懇談会

教育長と教育委員が市民の皆さんとタブレットを使った令和の教育事情やおびひろ動物園に関する懇談のほか、学校教育から生涯学習に関することまで、教育全般について意見交換します。詳細は市庁舎や市内コミセンなどに設置のチラシ、または市ホームページをご覧ください。

日 11月19日(日)、13時30分～15時 ▶大正農業者トレーニングセンター(大正本町西1)、20日(月)、19時～20時30分

場 企画総務課(市庁舎8階、☎65・4201)

市ホームページID.1003403

エキノコックス症検診 採血による血清反応検査。結果は約4週間後に通知。
日 11月14日(火)、13時30分～14時 **料** 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)

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** 11月14日(火)、13時30分～14時 **料** 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**

百年記念館の講座・教室

場申間各申込期間に、電話で百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)へ。
◆博物館講座「ものがたりの昆虫10」

帯広に関わりのある昆虫を紹介。
日11月18日(土)、14時～15時30分
定 先着50人
申込期間11月1日(水)～17日(金)
◆冬の親子陶芸教室
対 十勝管内在住の4歳～中学生の子どもと保護者
日①11月25日(土)、②26日(日)、③12月2日(土)、いずれも10時～12時
定 各先着親子で36人
費 親子2人で1200円、3人で1500円(白粘土1キログラムを含む)
申込期間11月7日(火)～17日(金)

ソーセージ、チーズ作り体験研修

場申間10月27日(金)～各申込期限までに、電話で畜産物加工研修センター(八千代町西4線、☎60・2514)へ。

市ホームページID.1005676
◆チーズ研修(約1キログラム)
日①11月18日(土)～19日(日)、②12月2日(土)～3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
申込期限①11月10日(金)、②24日(金)
◆ソーセージ研修(プレーンほか全3種、計約750グラム)
日11月26日(日)、10時～14時
定 先着10人 費 2200円
申込期限11月17日(金)
◆ソーセージ研修(約250グラム)
日12月10日(日)、10時～14時
定 先着20人 費 1000円
申込期限12月1日(金)

みそ作り教室

4キログラムのみそを作る。
主催畑のキッチンおびひろ
日11月24日(金)、14時～16時
場 川西農業者研修センター(川西町西2線59)
定 先着16人 費 2500円
申間11月1日(水)～15日(水)までに、電話で農政課(川西町基線61、☎59・2323)へ。

市ホームページID.1010024
プラザ・エンジョイスクール
12月パソコン講座
対 高校生以上
日12月5日～20日の各曜日、▶午前の部10時～12時▶午後の部13時30分～15時30分▶夜間の部18時30分～20時30分
定 各先着20人
費 各5000円(テキスト代別途)
場申間11月2日(木)～24日(金)までに、直接とかちプラザ(西4南13、☎22・7890)へ。



帯広の森・はぐくむのイベント

小学生以下は保護者同伴。
場申間①③④は、10月25日(水)～各開催日の前日までに、電話で帯広の森・はぐくむ(南町南9線49、☎66・6200)へ。

①わくわく巣箱観察会
森にかけた巣箱の観察と清掃、利用状況の記録を行う。
日11月11日(土)、10時～12時
定 先着15人
②まき割り体験
日11月12日(日)、9時30分～12時
③森づくりの集い
外来種の伐採や抜き取りなどの森づくり作業を行う。
日11月19日(日)、9時30分～12時
定 先着30人
④森のリースづくり
森の回廊@十勝と、森の木に巻き付いたつるでリース飾りを作る。
日11月26日(日)、9時30分～12時
定 先着20人 費 100円

高齢者ドライビング体験会

自動車学校のコースで、運転技術と適正をチェックする。
対 自家用車の持ち込みが出来る満65歳以上の市民
日11月16日(木)、9時30分～11時30分
場 おびひろ自動車学校(緑ヶ丘9)
定 抽選20人
申間11月1日(水)～10日(金)までに、電話で危機対策課(市庁舎5階、☎65・4131)へ。

帯広児童劇団 第38回公演
「ミュージカル如月町三丁目のレストラン」
小学生から高校生で構成している帯広児童劇団の練習成果を、ぜひご覧ください。
日①11月25日(土)、18時～、②26日(日)、15時～(開場45分前)
場 市民文化ホール(西5南11)
費 当日券1200円、前売券1000円(児童会館、市庁舎地下売店、市民文化ホールで販売)
間 児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)

講座・教室

おびZoo寺子屋ばん馬編

小学生以下は保護者同伴。
日12月16日(土)、13時30分～14時30分
定 抽選20人
場申間11月16日(木)～30日(木)までに、郵便はがきに「申込時の記載事項」(7頁)に加えて、参加者全員の氏名(ふりがな)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.1005290

第16回大正・川西収穫祭

帯広市の農業青年たちが育てた農作物を直接販売する。
日11月18日(土)、10時～12時(売り切れ次第、終了)
場 イトーヨーカドー帯広店(稲田町南8線西10)
間 生涯学習文化課(市庁舎8階、☎65・4192)



市民大学講座

場とかちプラザ(西4南13) 市ホームページID.1006968
申間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の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。

講座名	講師(役職)	日時	定員(備考)
第33集 【帯広大谷短期大学連携】 現代フランス文学事情	高橋 啓氏 (翻訳家)	11月2日(水) 18時30分～20時	先着40人 (Zoom 配信あり)
第34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)	11月7日(火)、 14日(火)、21日(火) 14時～15時30分	先着40人 (費用500円、 初回参加者 別途500円)
第35集 【釧路工業高等専門学校 連携】 河崎秋子「清浄島」を読む	小田島 本有氏 (釧路工業高等専門学校名誉 教授)	11月11日(土) 13時30分～15時30分	先着70人
第36集 【帯広大谷短期大学連携】 リトミックってなあに? ～知って楽しい音楽講座～	前田 恵氏 (帯広大谷短期大学社会福祉 科子ども福祉専攻専任講師)	11月22日(水) 18時30分～20時	先着40人
第37集 【男女共同参画講座】 自分や身近な大切な人を守る ために～性暴力・性犯罪被害 を考える～	菅原 亜都子氏 (札幌市男女共同参画セン ター)	11月24日(金) 19時～20時30分	先着40人 (Zoom 配信あり)

スポーツ教室についてのお知らせ

10月20日(金)から予約受付を開始する教室一覧です。
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
HP <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」(7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週があります。



会場	日程:回数	講座・教室名	対象者	申込期限
帯広の森体育館	1/5(金)～1/7(日): 全3回	冬休みジュニア ヒップホップダンス	小学2～6年生	12月19日(火)
	1/9(火)～1/30(火)の 火曜日:全3回	ふまねっと& いきいき健康体操	50歳以上の人	12月26日(火)
	1/9(火)～3/5(火)の 火曜日:全6回	ダイナミックストレッチ &リズムエクササイズ	16歳以上の人	12月26日(火)
	1/10(水)	音楽&リズムであそぼう (2回目)	1・2歳児と保護者	12月26日(火)
	1/10(水)～2/7(水)の 水曜日:全5回	ジュニア体操教室	小学1・2年生	12月26日(火)
	1/12(金)～1/26(金)の 金曜日:全3回	ベビーダンス教室	3カ月～2歳児と 保護者	12月26日(火)
	1/15(月)～3/25(月)の 月曜日:全10回	エンジョイ♪エクサ サイズ!!(4回目)	16歳以上の人	12月28日(木)
	1/18(木)～3/7(木)の 木曜日:全8回	からだ回復ピラティス (4期)	16歳以上の人	翌年 1月4日(木)
	1/24(水)～3/13(水)の 水曜日:全8回	陰ヨガ(2期)	16歳以上の人	翌年 1月9日(火)

場 帯広の森体育館(〒080・0856南町南7線56番地7、☎48・8912)

障害者週間記念事業

場とかちプラザ（西4南13）
 問 障害者生活支援センター（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9701、F25・9703）
 市ホームページID.1013132

◆オビパラフェスタ

事業所・団体の活動内容を紹介するパネル展示や障害のある人が作成した作品などの販売のほか、ワークショップを開催。

日 11月22日(水)～24日(金)、9時～22時（初日は11時から、最終日は15時30分まで。販売は各日15時30分まで、ワークショップは23日(祝)のみ13時から）

申 ワークショップのみ必要。詳細は市ホームページをご確認ください。

◆共生フォーラム

共生のまちづくりに関する講演や遠隔就労の当事者の発表。

日 11月22日(水)、14時～16時
 定 先着100人

申 10月23日(月)～11月20日(月)までに、電話またはファクスで障害者生活支援センターへ。市ホームページからも申し込み可能。

「介護の日」パネル展・介護関連本の特設コーナー

介護の日（11月11日）に合わせ、介護保険制度の紹介や介護の仕事に対する理解促進のパネル展を開催するほか、図書館（西2南14）に介護関連本の特設コーナーを設置し、展示・貸し出しを行う。

日 11月7日(火)～12日(日)、9時～17時30分

場 市民ホール（市庁舎1階）
 問 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4150）

聴覚障害者学級

認知症やフレイルの予防などについての講座。

対 市内在住の障害者手帳(聴覚)をお持ちの人とその家族

日 12月10日(日)、13時～14時30分
 定 先着15人

場申問 11月13日(月)～24日(金)までに、電話またはファクスで障害者生活支援センター（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9701、F25・9703）へ。なお、手話・要約筆記通訳が必要な人は、事前にご連絡ください。

食育・パパと子の料理教室

メニュー手作りちぎりパン、和風ミネストローネ

対 市内在住の父と年中児～小学1年生までの子ども

日 11月25日(土)、10時30分～12時30分

定 先着8組
 申 11月1日(水)～16日(木)までに、「子育て



アプリおびモ」から申し込み。
 場問 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722）

健康・福祉

健康相談

対 市内在住の18歳以上

日 ①11月9日(木)、②27日(月)、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）

場申問 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。

ランチ&運動つき健診教室

対 特定健診、がん検診申込者

日 ①11月21日(火)、②12月12日(火)、いずれも12時15分～13時45分

定 各先着10人

場申問 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

糖尿病に関するイベント・講座

場 図書館（西2南14）

問 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

◆糖尿病予防のためのパネル展

糖尿病に関するパネルの展示や冊子の配付。

日 11月10日(金)～17日(金)、10時～20時（初日は14時30分から、最終日は15時まで。土・日曜日は18時まで）

◆血糖値改善講座

糖尿病予防をテーマに、講話と軽運動のほか、血糖測定を行う。

対 市民
 日 11月14日(火)、14時～15時30分

定 先着20人

申 11月10日(金)までに、電話で健康推進課へ。

認知症・家族の集い「茶話会」

日 11月16日(木)、13時30分～15時
 場 グリーンプラザ（公園東町3）

¥100円

問 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4113）

市ホームページID.1014775

第1回国際交流ボランティアセミナー

通訳のボランティアとして活動するために、通訳に活用できる基本的な英語表現を学ぶ。

主催 十勝インターナショナル協会
 対 英検準2級相当以上で、十勝管内在住の人

日 11月19日(日)、14時～16時
 定 先着30人

申 11月16日(木)までに、WEBフォームから申し込み。



場問 森の交流館・十勝（西20南6、☎34・0122）

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

申問 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

日 ①11月9日(木)、②26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）

申込期限 ①11月2日(木)、②19日(日)

◆実技救命講習

対 応急手当WEB講習受講者

日 11月19日(日)、18時30分～20時30分

場 南出張所（西17南41）

申込期限 11月12日(日)

赤十字講習

定 各10人程度

場 グリーンプラザ（公園東町3）

申問 各開催日の前日までに、直接または電話で地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4146）へ。

◆救急法基礎講習

対 満15歳以上

日 11月11日(土)、12時45分～17時30分

¥1500円

◆救急法救急員養成講習

対 救急法基礎講習修了者

日 11月18日(土)、19日(日)、いずれも9時15分～17時30分、全2回

¥1800円

◆雪上安全法救助員I養成講習

雪上での事故防止、冬山の気象、雪上での事故者の救助技術を学ぶ。

対 救急法救急員（赤十字ファーストエイドプロバイダー）の資格を有する満18歳以上

日 11月25日(土)、9時～17時

¥700円

◆幼児安全法支援員養成講習

対 満15歳以上

日 12月2日(土)、9日(土)、いずれも9時15分～17時30分、全2回

¥1900円

子育て広場

問 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

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、①は1歳以上の兄弟は参加不可

定 ①は開催施設へ問い合わせください、②先着15組

申 各開催日の前日までに、直接または電話で開催施設へ。

開催日	講座名/開催施設・申し込み先
①11月7日(火)	ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座 場 地域子育て支援センターもりのこ(大空町1、☎49・2005)
②11月20日(月)	ママと赤ちゃんの歯っぴい講座 場 保健福祉センター(東8南13、☎25・9722)

◆ほんわかファミリー教室

対 令和6年3月初産予定の夫婦

日 11月18日(土)、①10時～11時15分、②13時30分～14時45分

場 保健福祉センター

申 11月15日(水)までに、「子育てアプリおびモ」から申し込み。

**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。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)
11月2日(木)、7日(火)、30日(木)	歩くデイゆるり(☎090・9801・7781)
11月8日(水)	デイサービスセンター帯広りはびり(☎29・5515)
11月10日(金)、13日(月)	ツクイ帯広WOW(☎20・1562)
11月16日(木)、17日(金)	通所介護事業所ふるさと(☎41・8341)
11月16日(木)、30日(木)	コムコの里おびひろ 小規模多機能型居宅介護事業所(☎20・4567)
11月18日(土)、21日(火)	ジョイリハ西5条(☎49・3060)
11月22日(水)	デイサービスセンター太陽園(☎64・5565)

令和5年度帯広市文化賞文化奨励賞等表彰

令和5年度帯広市文化賞などの受賞者が決定しました。

帯広市文化賞

杉浦 壽様

帯広市文化奨励賞

該当なし

帯広市文化活動功労賞

渡邊 禎祥様

◆表彰式

日 11月3日(祝)、11時～12時

場 市民文化ホール(西5南11)

問 生涯学習文化課(市庁舎8階、☎65・4209)

市ホームページID.1005202

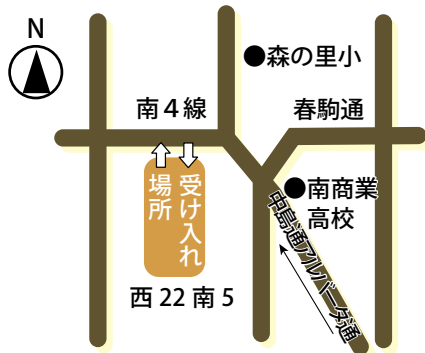
家庭から出る「せん定枝」の受け入れ

各家庭から庭などの木をせん定した枝(太さ25センチ未満)を、無料で受け入れます。

対 市内在住で、乗用車や軽トラックで枝を持ち込むことができる人(軽トラック以外のトラックや事業者による枝の持ち込みは不可。根、菜園(園芸)ガラ、枯れ草などの持ち込みは不可。)

日 11月4日(土)、10時～15時(雨天決行。開始時刻前に、道路上に車両で並ぶことは禁止。)

場 帯広の森(西22南5)



問 みどりの課(市庁舎6階、☎65・4186)

国民年金に関するお知らせ

担当課 戸籍住民課

◆控除証明書の送付

令和5年1月1日～9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人には、日本年金機構より控除証明書が送付されます。年末調整や確定申告の際に必要なので、大切に保管してください。

控除証明書を紛失した人や再発行を希望する人は、問い合わせください。

問 帯広年金事務所(西1南1、☎25・8113、音声案内2番→2番)

◆11月30日(いいみらい)は「年金の日」

この機会に「ねんきんネット」で自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。ねんきんネットの利用方法は、日本年金機構ホームページをご覧ください。



問 専用ダイヤル(☎0570・058・555)



募集

令和6年度(4月1日付)採用会計年度任用職員を募集

募集要項で応募資格と申し込み方法を確認してください。募集要項は、10月下旬に人事課や総合案内(市庁舎1階)に設置するほか、市ホームページからも確認できます。

問 人事課(市庁舎5階、☎65・4108)

市ホームページID.1014279

令和5年度11月定期募集分市営住宅入居者を募集

印鑑、マイナンバー確認書類および身元確認書類を持参の上、直接お越しください。申し込み方法、入居者資格などは、問い合わせください。その他、随時受け付けをしている住宅もあります。

日 11月1日(水)、8時45分～19時、2日(木)、6日(月)、8時45分～17時30分

場 市庁舎10階第5B会議室

問 住宅営繕課(市庁舎3階、☎65・4190)

審議会委員などの募集

対 市内在住または通勤・通学している18歳以上で、年数回程度の会議に出席できる人(市が設置する他の審議会などの委員は除く)

任期各2年 定 各選考2人

報酬 出席1回につき8500円

申 各申込期限までに、応募動機を800字程度にまとめたレポートと履歴書を、直接または郵送で各問い合わせ先(〒080・8670西5条南7丁目1番地)へ。

◆帯広市公営企業経営審議会委員

市の水道・公共下水道の運営に関する事項の審議。

申込期限 11月20日(月)

問 上下水道部総務課(市庁舎水道棟2階、☎65・4211)

◆帯広市交通安全市民会議委員

市の交通安全に関する諸問題について調査・審議。

申込期限 11月30日(木)

問 危機対策課(市庁舎5階、☎65・4131)



お知らせ

国民健康保険・後期高齢者医療保険の一部負担金減免制度

上記保険の被保険者で次の事由に該当し、一時的に著しく生活が困難になったと認められる場合、医療機関で支払う自己負担額(一部負担金)が一定期間減免される制度があります。

対 震災・火災・風水害などの災害により資産に重大な損害を受けた場合や、事業の休廃止・失業などにより収入が著しく減少した場合
問 国保課(市庁舎1階、☎65・4138)

暖房代支援給付金

電気やガスなど、燃料費全般の価格高騰に伴い一定の要件を満たす低所得世帯に、1世帯当たり5000円の給付金を支給します。

対 低所得世帯かつ一定の要件を満たす高齢・障害・ひとり親世帯
申 対象世帯に①決定通知書兼確認書、または②申請書を送付します。①が届いた人は、振込口座に変更がなければ返送不要です。②が届いた人は、申請が必要ですので、翌年2月29日(木)までに郵送で返送してください。

問 地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4146)

市ホームページID.1013761



令和6年4月に小学校へ入学予定の児童へのお知らせ

入学通知書を10月13日に発送しました。併せて就学時健康診断の案内も同封しています。入学通知書が届いていない人は、早めに問い合わせください。

対 帯広市に住民登録があり、令和6年4月に小学校へ入学予定の児童(平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)の保護者
問 学校教育課(市庁舎8階、☎65・4204)



冬期間公園トイレ・水飲み場を閉鎖します

凍結防止のため、市内公園のトイレ・水飲み場を11月1日(水)から閉鎖します。なお、次の公園のトイレは冬期間も使用できます。



▶ 緑ヶ丘(グリーンパーク横、多目的広場、児童遊園) ▶ 大通 ▶ 白樺 ▶ 大空 ▶ みなみ野 ▶ 東 ▶ 中央(南側) ▶ あづさ ▶ サケのふる里 ▶ まなび野

問 みどりの課(市庁舎6階、☎65・4186)

福祉コラム

～個性はみんなのたからもの～

問い合わせ 障害福祉課(市庁舎1階、☎65・4148)

障害者雇用

障害福祉課では、障害のある人が一般企業で働く機会を増やすため、企業の障害者雇用への理解促進に取り組んでいます。

先日、企業の人に、障害者雇用を始めたきっかけを伺う機会があり、普段から従業員にも伝えていくご自身の考えを教えてくださいました。

「もし自分の子どもに障害があり、その子が将来働く場所がなかったらどう思うだろうか。親がずっと面倒を見ることは難しい。」

企業にとって障害者雇用を進めることは、障害者雇用率の達成や社会的責任という側面がありますが、そればかり考えても雇用継続はうまくいきません。

帯広市で作成している「障害者雇用成功事例集」では、企業が何を思い、どのような流れで障害者雇用を進めてきたのか、実際に働いている人の事例を交えて紹介しています。市ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

市ホームページID.1014529

チェーンソー実技研修会

林業技師の馬淵征雄氏などを講師に、チェーンソーの使い方を学びます。

日 11月5日(日)、9時30分～15時
場 帯広の森9-10年エリア(西25南6)

定 先着10人 料 1000円

申 11月2日(木)までに、電話で帯広の森サポーターの会・オバラ(☎35・7245)またはホームページから申し込み。



無料映画上映会と

JICA海外協力隊秋募集説明会

映画上映と、途上国の体験談などを聞くことができる説明会です。

日 11月12日(日)、①無料映画上映会 13時～14時30分、②体験談・応募相談など15時～17時

場 とかちプラザ(西4南13)

定 ①のみ先着30人、申し込みは

WEBフォームから。

空きがあれば当日参

加も可能。

☎ JICA北海道(帯広)ボランティア事業担当(☎35・1210)



みんなの市民の掲示板

市以外からの市民向けのお知らせを掲載しています。広報おびひろ1月号では、市民の掲示板はお休みです。



なお、2月号掲載の受付締切は12月13日(水)です。

問い合わせ 広報広聴課 (市庁舎3階、☎65・4109)

令和5年度第3回道営住宅入居者募集

10月20日(金)から配布の募集案内のほか、随時募集の住宅もあるので、詳細は問い合わせください。

受付期間 11月3日(祝)～6日(月)

抽選場所 十勝合同庁舎(東3南3)

申 11月3日(祝)～6日(月) エーワン・創造設計舎コンソシアム(西8南13、☎22・2013)へ。

「相続・遺言に関する終活セミナー」および「相続登記相談会」

法務局職員、司法書士、公証人による相続・遺言セミナーと、相続登記相談会を同時開催します。

日 11月18日(土)、①セミナー13時～16時、②相続登記相談会13時～17時(1組30分)

定 ①先着28人、②先着24組

場 11月15日(水)までに、釧路地方法務局帯広支局(東5南9、☎24・5837)へ。

司法書士無料法律相談会

相続に関する手続き、登記、多重債務の整理、民事訴訟、家事事件手続きなどの相談に応じます。

日 11月21日(火)、18時～20時

場 とかちプラザ(西4南13)

申 11月16日(木)までに、電話で釧路司法書士会司法書士総合相談センター(☎0800・800・3946)へ。

くらしのセミナー

マイナンバーカードやマイナポータルの使い方を学びます。スマホとマイナンバーカードを持参。

日 11月28日(火)、14時～15時30分

場 とかちプラザ(西4南13)

定 先着30人

申 11月1日(水)～18日(土)までに、電話で帯広消費者協会(☎22・7161)へ。

防災・減災シンポジウム～日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震への備え

日 12月7日(木)、14時～17時

場 とかちプラザ(西4南13)

定 会場先着150人、WEB先着200人

申 11月24日(金)までにWEBフォームから申し込み。



☎ 防災・減災シンポジウム事務局(北海道開発技術センター内、☎011・738・3363)

創立50周年記念公演

舞台劇「あなたが生まれるまで」

日 11月4日(土)、14時～15時15分(開場15分前)

場 グリーンプラザ(公園東町3)

定 先着200人

料 当日券 大人2000円、高校生以下1500円、2歳以下無料

☎ 認定NPO法人ふれいおん・とかち(☎36・0560)

北海道和種馬を知ろう2023

駄載実演

ばん馬とどさんこ馬の違いを知ってもらうイベントです。

日 11月5日(日)、①12時30分～12時50分、②13時10分～13時30分(荒天中止)

場 帯広競馬場(西13南9)

☎ 十勝どさんこ女子会(☎090・6412・3369)

B型肝炎訴訟 帯広説明会

☎ B型肝炎給付金の請求を考えている人やその家族など

日 11月12日(日)、13時30分～15時30分

場 とかちプラザ(西4南13)

☎ 全国B型肝炎訴訟北海道弁護士団・倉本(☎050・3786・1570)

第6回「十勝・四国遍路会」

「私たちの四国遍路行」「伊予・松山から土佐・高知までの逆打ち四国遍路」をテーマに講演します。

日 11月19日(日)、14時～16時

場 とかちプラザ(西4南13)

定 先着30人 料 100円

☎ 北海道シーブ・ブリーディング・サービス代表・福井(☎42・5195)

やさしい日本語 入門講座

☎ 講習内容に興味がある人など

日 11月23日(祝)、13時～14時30分

場 グリーンプラザ(公園東町3)

☎ 帯広市福祉人材バンク(☎27・2525)

早寝早起き朝ごはん～時間栄養学から学ぶ

Zoom配信あり。

日 12月2日(土)、13時30分～15時

場 とかちプラザ(西4南13)

定 会場先着40人

申 11月24日(金)までに、Eメールで北海道栄養士会十勝支部・佐藤(☎36・3311、✉h00190350@hokuei.or.jp)へ。

図書館のオススメ

今月は、からだにやさしいごはんの本を紹介します。

☎ 図書館(西2南14、☎22・4700)

『からだを整え おにぎりとおみそ汁』

著者…藤井 恵
出版社…主婦と生活社



(表紙画像使用許諾済)

今年の夏は猛暑日が続きましたが、そろそろ寒い季節が近づいてきました。本格的な冬になる前に、暑さでクタクタの体と心をいたわってみませんか。

こんな献立なら、寝坊した月曜の朝も、残業帰りの疲れた胃にも優しく、明日の元気を養ってくれますよ。おにぎりのバリエーションに悩んだ時にもぜひ♪

ふるさと見聞録



写真・文／百年記念館 森 久大

十勝で見つかった五所川原産須恵器

昭和63年に行われた発掘調査で、音更町十勝川温泉1遺跡から須恵器大甕の破片が見つかりました。須恵器とは、5世紀頃に朝鮮半島から導入された技術によって古墳時代中期～平安時代に生産された焼き物です。登り窯を使い高温で焼き締められた須恵器は、硬質で液体の保管容器としても優れています。北海道で見つかる須恵器大甕は、北海道で自製できない酒を本州から運び込む際に使った容器ではないか、と想像したくなります。

発掘調査報告書では単に「須恵器」と報告されたこの資料ですが、改めて観察してみると、色調の特徴などから、9世紀末～10世紀中頃に青森県五所川原市で生産されたものであることが分かりました。北海道内で五所川原産須恵器が出土した遺跡は60カ所ほどありますが、十勝での出土例はこれまで知られていませんでした。

律令国家による支配が東北北部にまで及ぶ中で、北海道では10世紀頃から本州産の鉄製品と五所川原産須恵器の流通が急速に広がります。古代の北海道に暮らした人々は、本州で珍重された毛皮やワシ羽などの物々交換によって、これら本州の産物を手に入れたと考えられています。このような古代の流通網が十勝にも及んでいたことを示す、貴重な出土品と言えます。

休日・夜間の急病は

▷帯広市急病テレホンセンター(☎0155・26・1099) ▷北海道救急医療情報案内センター(☎0120・20・8699、携帯電話☎011・221・8699)

市長コラム

夢かなうまち
おびひろ

パラスポーツ

帯広市長 米沢 則寿



来年、パリでパラリンピックが開催されます。東京パラリンピックのボッチャ個人で、日本人初の金メダルを獲得した杉村英孝選手や、世界一のまま引退した、車いすテニスの国枝慎吾選手をご存じの方も多いのではないのでしょうか。パラスポーツは、広く障害者スポーツを表す言葉として知られていますが、パラリンピックのような競技性の高いものに限らず、気軽に楽しめるレクリエーション色の強い種目もあります。

よつ葉アリーナ十勝では、車いすバスケットボールやブラインドサッカー、サウンドテーブルテニスが行える時間帯を設けています。また、フードバレーとかちマラソンでは、今年から車いす部門が正式種目に加わるなど、十勝・帯広でもパラスポーツが少しずつ身近になってきていると感じています。パラスポーツの語源は、「障害」

ではなく、ギリシャ語の「対等」を意味すると言われています。有利不利が生じにくいルールの設定や、補助用具の使用などにより、年齢や性別、経験、障害の有無も関係なく、誰もが対等に参加できることがパラスポーツの考え方の原点にあるのだと思います。

以前「ダイアログ・イン・ザ・ダーク」という研修に参加しました。真つ暗な部屋に入り、ガイドの指示通りに数メートル先のテーブルや椅子まで進み、グラスに水を注いだり、食事を取るなど日常のシーンを体験していきます。ガイドは視覚に障害のある方たちで、杖を使い、声を掛けたり手を差し出したりしながら、参加者をエスコートしてくれます。漆黒の暗闇の中、視覚を失った私は、指示された距離や左右の方向すら分からず混乱してしまいました。普段の生活で、いかに視覚からの情報に依拠しているのかを思い知らされ、聴覚・触覚を総動員しての衝撃の時間を過ごしました。障害や障壁、得意・不得意というものは、置かれた状況や決められたルール一つで、大きく変わることを実感した貴重な体験でした。

パラスポーツに限らず、世の中にはさまざまな常識や決まり事が存在しています。時にはそれを、これまでと違う視点で考えてみることで、それぞれの個性が活かされるようルールを工夫していくことで、多くの人が対等に社会参加できる環境となり、活躍の場も広がっていくように思います。

11月とかちプラザで、ボッチャを体験できるオビパラフェスタを開催します。皆さんもぜひ参加してみてくださいいかがでしょうか。

ワールドカップ
スピードスケート開幕戦
世界のトップスケーターが帯広に集結

問い合わせ スポーツ課（市庁舎8階、☎65・4210）

明治北海道十勝オーバルを会場に、世界各国からトップクラスの選手が集まるワールドカップスピードスケート競技大会を開催します。

帯広市では、2018年大会以来5年ぶり6回目の開催で、500メートルから5000メートルまでの個人種目のほか、1チーム3人が一緒に滑るチームパシュート競技やマススタート競技、帯広では初開催となるミックスジェンダーリレー競技などが行われます。

ワールドカップの今シーズン開幕戦で、昨年行われた北京冬季オリンピックのメダリストも多数出場予定です。



開催概要

開催日 11月10日(金)～12日(日)、9時30分開場
※時間は予定。海外からの参加選手の増減により変更となります。
場 所 明治北海道十勝オーバル（南町南7線56番地7）

入場券販売中

スタンド席 前売り券1500円、当日券2000円
立見席 前売り・当日券共通1000円（中学生以下無料）

市ホームページID.1015566

明治北海道十勝オーバルなどで販売しています。



OBHIRO CAMERA REPORT

図書館では毎月1回、十勝で長年活動している4団体が月替わりで担当する大人向けの朗読会を開催しています。

9月の担当は「帯広朗読研究会なすの会」。エッセイや小説などを朗読し、約20人の参加者は豊かな語りに目をつむって、ゆったりと耳を傾けており、お話の世界が一面に広がっていたのではないのでしょうか。耳で楽しむ「読書の秋」、とてもすてきですね。（9月26日、図書館）



冒頭で講師から「帯広市民の3人に1人が高齢者です。」との説明があり、参加者からどよめきが起こりました。今回の講座では、認知症の具体的な症状や認知症の人との接し方について、スライドや動画を使って学びました。

令和7年には、高齢者の5人に1人が認知症になると言われていますが、参加者には、家族や友人に認知症の人がいる、仕事で認知症の人と接する機会があるなど、現に認知症の人と関わっている人が多く見られ、認知症が身近な病気であることを肌で感じました。（9月26日、図書館）



市政のお知らせを放送しています

- ◆テレビ 市役所だより(OCTV 11ch) 毎日4回放送していて、市ホームページからもご覧になれます。
- ◆ラジオ(毎週月・水・金曜日) おびひろタウンインフォメーション(FM-JAGA77.8MHz) 9:15～9:20
おびひろ広報メモ(FM-WING76.1MHz) 9:30～9:35

広報おびひろの感想を聞かせてください

最後まで読んでいただきありがとうございます。よりよい広報紙にするために「こうした方が読みやすい」など皆さんの感想をお聞かせください。

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ページのより詳細な情報が確認できます。ぜひご活用ください。

市ホームページID. 1000038

問い合わせ 広報広聴課（市庁舎3階、☎65・4109、FAX 23・0156、Eメール report@city.obihoro.hokkaido.jp）