

令和6年
(2024年)
7月号
No. 1202

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

いただきますの 笑顔をつくる

— 食育推進サポーター事業 —



写真：生産者による出前授業の様子

写真：帯広市の農業を支える「畑作4品（小麦、じゃがいも、豆類、てん菜）」

問い合わせ 農政課（川西町基線61、農業技術センター内、☎59・2323）

食育ってなに？ ～食べること=生きること～

食育とは、「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を送ることができる力を育むことです。

食べることは心身の健康の基礎となり、生涯にわたって続くため、「食育」はすべての世代にとって重要です。

帯広市の食を巡る課題

- ・朝食を食べない市民の増加
- ・若い世代の食生活の乱れや栄養バランスの偏り
- ・食育への無関心層の増加

など

食育で育てたい「食べる力」

- ・心と体の健康を維持できる
- ・食事の重要性や楽しさを理解する
- ・食べ物の選択や食事作りができる
- ・食べ物や作る人への感謝の心を持つ

食育推進サポーターにお話を伺いました！

ピザ作りを通して、十勝の食料自給率や地産地消について知ってもらう授業を小学校などで行っています。

直接子どもたちの喜ぶ顔が見られたり、お店に来た子が声を掛けてくれることがあり、自分が携わる「食」という事業にやりがいを持っています。

ピザ作りでは、生地を作るところからスタートします。自分で作り、友達と一緒に楽しく食事をする中で、子どもたちが食材や食べることへの興味を持ってくれることを期待しています。



（満寿屋商店：杉山さん）

「食」に関する学びをサポート

食育推進サポーターを利用してみませんか？

「食」に関する正しい知識や習慣は、家庭や学校などでの日々の学びや経験から身に付いていきます。市では、町内会やPTAの学習会、学校など、地域からの要望に応じて、食育の専門家を講師として派遣しています。

食の大切さについて子ども達に伝えたい



- ・栄養講話
- ・食育講座
- など

地場産食材を活用した料理教室を行いたい



- ・料理教室
- ・ピザ作り
- など

農業体験を通じて食の安全・安心を伝えたい



- ・さく乳
- ・農家見学
- など



てん菜の収穫体験の様子



いも団子作り教室の様子

詳細は、市ホームページを確認するか、問い合わせください。

食育推進サポーター事業 ▶

市ホームページID.1005651



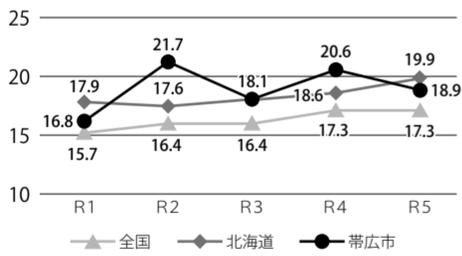
かけがえのない「いのち」を大切に

問い合わせ 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

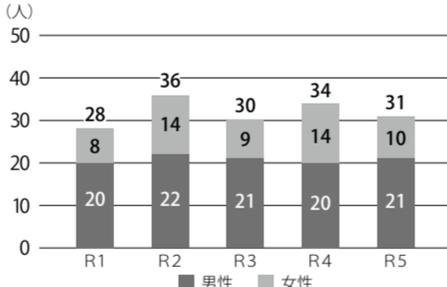
大切な命を守るために知っておきたいこと

- ・自殺は、こころの健康の問題だけではなく、生活困窮、孤独・孤立、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、LGBTなど、さまざまな要因が複雑に関係しています。
- ・自分や家族、友人など、誰にでも起こりうる問題です。

自殺死亡率の推移(人口10万人当たりの自殺者数)



男女別の自殺者数の推移(帯広市)



帯広市生きるを支える推進計画を策定しました

「市民一人ひとりが生きることによって前向きになれるまち」を目指して、市民の皆さんや関係機関とともに効果的な自殺対策の取り組みを進める計画です。

取り組みの例

- ・さまざまな取り組みや支援者などが連携できる環境を整えます。
- ・さまざまな分野の相談体制の充実や、居場所づくりを支援します。
- ・若年者を対象に、ストレス対処方法やSOSの出し方に関する教育を進めます。

気付いてほしいこんなサイン

下記のようなサインに気が付いたときには、休息を取ったり、誰かに相談するなど、早めに対処することが大切です。

からだに現れるサイン

眠れない、疲れやすい、だるい、食欲がない、頭痛、腹痛、肩こり、便秘、胸がどきどきする など

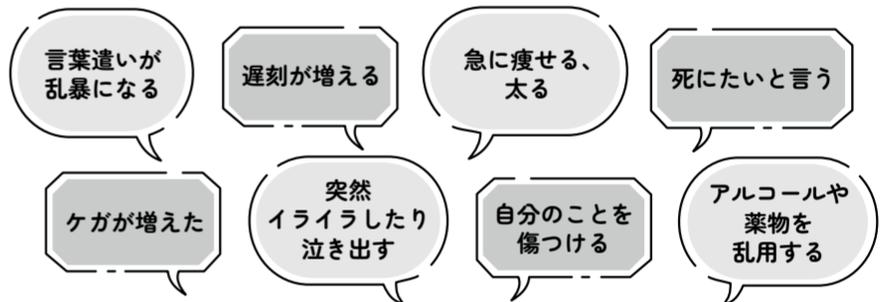


こころに現れるサイン

憂鬱、気分が重い、不安である、イライラする、集中力が続かない、好きなこともやりたくない など



あなたの周りにこんな人はいませんか



家族や友人、同僚など、周りの人の様子がいつもと違うときは、もしかすると、こころのSOSのサインかもしれません。

気付いたときには「大丈夫？」と声を掛けてみましょう。あなたのその一言で救われる人がいるかもしれません。

ゲートキーパーの養成講座を開催します

周囲の人のこころのSOSに気付いたけれど、どのように声を掛けたらよいか分からない、相談に乗れるか不安という人に向けて「ゲートキーパー養成講座」を開催します。市民なら誰でも参加できます。

日時 8月10日(土)、13時30分～15時

場所 帯広市医師会看護専門学校（西7南7）

定員 先着30人

申し込み 8月2日(金)までに、WEBフォームまたは電話で健康推進課へ。

市ホームページID.1012680



試してみませんか？こころの体温計

自分ではサインに気付かないこともあるため、スマホなどからメンタルヘルスチェックをしてみませんか。

「本人モード」のほか、家族や身近な人のこころの健康状態をチェックする「家族モード」などがあり、こころの状態を客観的に知ることができます。

また、市ホームページでは「子育てに悩んでいる」「借金があって生活が苦しい」などさまざまな悩みを相談できる窓口のほか、SNSでの相談先も紹介しています。



チェックはこちらから▼



▲悩みの相談窓口

原尾保健師のメンタルヘルス講座



ストレスとうまく付き合うためには、バランスの取れた食事や質の良い睡眠、適切な運動習慣など、毎日の生活習慣を整えることが大切です。

また、日常生活の中で、リラックスできる時間を持つことも大切です。例えば「ゆっくり深呼吸をする」「星空を眺める」「好きな音楽を聴く」「軽いストレッチ」など、気軽にできることをやってみましょう。

ただし、お酒を飲んでつらさを紛らわせようとする、睡眠の質が低下し、こころも不安定になることがあるので、気を付けましょう。

こころとからだのコリをほぐすストレッチ



ポイント

- 弾みを付けずにゆっくり伸ばす
- 息は止めずに自然に呼吸する
- 痛みを感じるまで伸ばさない



保護司になりませんか？

7月は社会を明るくする運動（犯罪防止のための広報活動など）の強調・再犯防止啓発月間です。

問い合わせ 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4146）

■保護司とは

保護司は、犯罪や非行をしてしまった人たちが再び罪を犯すことのないよう立ち直りを支えるため、法務大臣から委嘱を受け活動するボランティアです。犯罪の予防など安全・安心な地域社会づくりに貢献しています。



保護司の活動の一部を紹介します

●保護観察※

保護観察の対象者を定期的に訪問します。約束事が守られているか確認し、必要な助言などを行います。



●犯罪予防のための啓発・宣伝活動

犯罪や非行をした人の更生について地域社会の理解を深めるため、ポスター掲示などの啓発活動を行います。



●出所後の生活環境の調整

刑務所や少年院を出所する人の同居人に、本人との関わり方などの助言を行います。



※犯罪や非行をした人が社会の中で更生するために、保護司などが指導や支援を行うこと。

■保護司として活動してみませんか？

現在、市では約80人の保護司が活動していますが、定員の96人を下回る状況が続いています。

各種研修や先輩保護司によるサポートもあり、新任でも安心して活動できるほか、仕事をしながら活動している保護司もいます。

保護司の活動に興味のある人は、まずは帯広地区保護司会（☎25・5674）へ気軽に問い合わせください。



児童保育センターでの啓発活動

現役の保護司にお話を伺いました

子育てが一段落し、少しだけ時間の余裕ができたので、犯罪や非行をした人に寄り添って立ち直りのきっかけの一助になればとの思いで活動を始めました。

普段は、保護観察の対象者と月1回程度面談して、悩みを聞いたり必要な支援をするほか、地域の犯罪を防止する取り組みの支援や更生保護の啓発活動なども行っています。

面談の時間調整など、仕事との両立は大変ですが、保護司として活動しているからこそ得られたさまざまな経験は、自分の人生の貴重な財産になっていると感じています。

安全・安心な地域づくりに関わりたいとの気持ちを少しでもお持ちの人は、ぜひ一緒に活動してみませんか。



帯広地区保護司会
副会長 上垣 香世子 さん

支援までの流れ

対象者

市内に居住していて、経済的に困っている人、最低限度の生活を維持することができなくなる恐れのある人（生活保護受給者は除く）と、その家族など

相談方法

来所、電話、Eメールで受け付けています。面談を希望する場合は、事前に連絡してください。

面談

本人・家族と話しながら困り事を整理します。

計画

解決に向けてあなただけの支援プランを作成します。

支援

他の機関とも連携しながら、自立に向けてお手伝いします。



生活や仕事で困ったときは

帯広市自立相談支援センター「ふらっと」へ

問い合わせ 生活支援第1課（市庁舎1階、☎65・4235）

こんな悩みはありませんか？

失業などで生活費や家賃の支払いに困っている

仕事が見つからない、長続きしない

どのような支援があるか、受け方も分からない

病気になった、治療や入院など、今後の生活が心配

家族や友人が悩んでいる（親の介護、子どもの養育など）



「ふらっと」が解決のお手伝いをします

「ふらっと」とは？

日常生活や仕事、家族、金銭の問題など、さまざまな理由で生活に困り事を抱えている人の相談窓口です。

相談員が問題の原因を整理し、一人ひとりの状況に合わせた支援プランの作成や、各種手続きのサポートを行っています。

また、相談内容に応じて、市や医療機関など関係機関への紹介や同行も行っています。

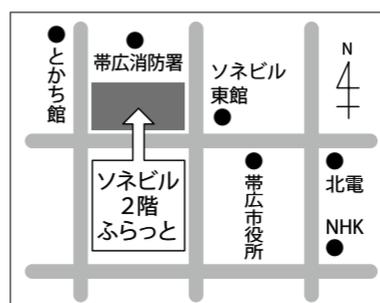
帯広市自立相談支援センター「ふらっと」

受付日時 月～金曜日、8時45分～17時30分
※祝日・年末年始を除く

場所 西6条南6丁目、ソネビル2階
(ソネビル東館に駐車場あり)

問い合わせ ☎20・7366、✉obihiro-flat@keisei-kai.jp

秘密厳守
相談無料



気軽に相談してください



豊かな自然の中で学べる 小学校があります

小規模特認校制度 (愛国・清川小学校)

問い合わせ 学校教育課 (市庁舎8階、☎65・4204)

小規模特認校制度とは

特色ある教育活動やきめ細かな指導を行っている農村地域の小学校に、通学区域外から就学できる制度です。

愛国小学校と清川小学校では、恵まれた自然環境の下、児童の学力向上や健やかな成長、豊かな人間性を育むために、特色ある教育活動を行っています。

自然の中で、子どもを伸び伸びと学ばせたい人は、小規模特認校制度の利用を検討してみたいでしょうか。

制度を利用するには

- 対象児童** 令和7年度に市内の小学1～6年生になる児童
- 入学日** 令和7年4月1日
- 期間** 原則1年間。進級に当たっては改めて市との協議が必要となります。
- 募集人数** 各学校、各学年につき3人程度
- 学校見学** 学校教育課へ問い合わせください。
- 申込時期** 令和7年度の募集は令和7年1月を予定。
※申込方法など、詳細は市ホームページや広報おびひろ1月号でお知らせします。



愛国小学校
(愛国町基線23、☎64・4751)

「愛いっぱい 元気いっぱい 希望あふれる 愛国小」をスローガンに、少人数の良さを生かし、地域と連携して、特色ある教育活動を進めています。専門家から学ぶ食農教育、一輪車教室などを通して、子どもたちが伸び伸びと学んでいます。



専門家から学ぶ一輪車教室



栽培から調理までを学ぶ食農教育



清川小学校
(清川町西3線、☎60・2035)

木をふんだんに使った温かみのある校舎と、地域と連携し、豊かな自然環境を生かした教育活動が特色です。農園活動や、乗馬体験、氷の彫刻作りなどに、子どもたちが生き生きと取り組んでいます。



専門家から学ぶ乗馬体験



地域の講師に学ぶ氷の彫刻作り



あなたの夢を叶える 創業支援

さまざまな支援策をご活用ください

問い合わせ 経済企画課 (市庁舎7階、☎65・4163)
商業労働課 (市庁舎7階、☎65・4165)

市では、商工会議所、金融機関、とちかち財団 (LAND) などと連携し、創業希望者の活動を支援しています。

市ホームページID.1005554



創業支援を受けるには

- 1 支援機関に行く**
【支援機関】
・帯広商工会議所
・各金融機関
・LAND
- 2 経営、財務、人材育成、販路開拓に関する「個別相談支援」や「創業セミナー」を受ける**
- 3 支援機関が作成した創業支援カルテを市に提出し、証明書の交付を受ける**

証明書の交付を受けると、以下の支援策を活用できます

- ①会社設立時の登録免許税の軽減
- ②信用保証協会の創業関連保証の特例
- ③日本政策金融公庫の新規開業支援資金の貸付利率の引き下げ
- ※その他、小規模事業者持続化補助金の創業枠を申請可能



帯広市中小企業振興融資制度

市内の金融機関を通じて、信用保証料の補助が受けられる低利の融資を行っているほか、新規開業者向けの融資メニューもあります。詳細は、市ホームページを確認するか、商業労働課へお問い合わせください。

市ホームページID.1005534



「やりたい」を実現する事業創発拠点「LAND」

とちかち財団が運営する事業創発拠点LANDでは、十勝における起業・創業、事業創発など新たなビジネスを始める人を支援しています。

LANDには、事業相談や情報提供のほか、地域内外の事業者同士や専門家をつなぐコーディネーターが常駐し、皆さんのビジネスをサポートしています。

このような相談が多く寄せられています！

- 十勝で新しく会社を立ち上げたい！でもどうすれば…
- 自社商品のマーケティングについて助言が欲しい…
- 経営や金融などの専門分野に詳しい人を紹介してほしい…

LANDの利用実績 (開設～令和6年3月)	
来館者数	延べ 1万8766人
事業相談数	延べ 1562件
起業件数	65件

事業創発拠点 LAND

Wi-Fiや電源を無料で使用できるため、コワーキングスペースとしても利用可能です。登録会員向けに施設内スペースの専有利用などのサービス (有料) もあります。

利用方法や事業の相談など、気軽に問い合わせください。セミナーやイベントなども随時実施していますので、LANDホームページを確認してください。新たな事業を創る皆さんの活動を応援します。



LAND内観

場所 西2条南11丁目、天光堂ビル1階

問い合わせ ☎67・7895



POINT 01 十勝ファーマーズマーケット2024

十勝産の野菜や加工品、ハンドメイド雑貨などが出品されます。開催日によって出店者が変わるので、何度でも楽しめるイベントです。

日 7月13日(土)、27日(土)、8月10日(土)、24日(土)、9月14日(土)、28日(土)
いずれも9時～14時

場 緑ヶ丘公園 (緑ヶ丘2)
問 株式会社クナウパブリッシング (☎34・1281)
担当課 農政課
市ホームページID.1005659



POINT 02 世界のともだち2024

世界各国の料理を楽しむことができる屋台、ステージイベント、展示、体験など、国際交流、国際協力について楽しく知ることのできるJICA北海道センター(帯広)との合同イベントです。

日 7月6日(土)、10時～15時
場 森の交流館・十勝、JICA北海道センター(帯広)(西20南6)
問 森の交流館・十勝(西20南6、☎34・0122)



POINT 03 男女共同参画セミナー

講師は、史上初、二児の母として真打昇進を果たした柳亭こみち氏。「思い込みを手放すヒント～落語から男女共同参画を考える～」をテーマに、性別による固定観念をくつがえす落語や、女性が活躍するための経験談を話します。

日 8月4日(日)、13時30分～15時30分
場 とかちプラザ(西4南13)
定 先着300人
申 8月2日(金)までに、電話、ファクス、Eメールまたは郵送で市民活動課(〒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.1017577



POINT 04 アイヌ文化交流会～世界の先住民の国際デー～

日 7月27日(土)、13時～18時、28日(日)、9時30分～16時
場 とかちプラザ(西4南13)
申 問③④のみ7月26日(金)までに、電話で地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4146)へ。
①開会式
帯広カムイトウウポポ保存会による古式舞踊を披露。
日 7月27日(土)、13時～13時30分
②伝統工芸品・パネル展示
アイヌの文化・歴史など。
③アイヌ文様刺しゅう体験
定 各日2回開催、各先着10人
④アイヌ木彫体験
定 各日2回開催、各先着10人



new!

帯広市からの お知らせ

7月

Information

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、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。

イベント・講座

夏休み親子消費者講座「親子で手づくりLEDランタン！」

省エネや環境について学び、LEDのランタンを作る。

対小学生と保護者

日 8月1日(木)、13時30分～15時30分

場 とかちプラザ(西4南13)

定 先着15組

料 材料費1個900円

申 7月1日(月)～31日(水)までに、電話で商業労働課(市庁舎7階、☎65・4132)へ。

市ホームページID.1014999

花巡りバスツアー

緑の健康診断員をガイドに、十勝管内のガーデンをバスで巡る。みどりと花のセンター(緑ヶ丘2)集合・解散。

日 7月19日(金)、12時～17時

場 大森ガーデン(広尾町)、北斗福祉村ガーデン「星の庭」(稲田町基線7)

定 先着20人(初参加者優先)

申 6月27日(木)～7月2日(火)までに、電話のみどりの課(市庁舎6階、☎65・4186)へ。



都市農村交流センター「サラダ館」の イベント・講座

対③～⑧は子どもと保護者

場申 各申込期限までに、直接または電話で都市農村交流センター「サラダ館」(西22南6、☎36・8095)へ。

講座名	日時	定員	費用	申込期限	市ホームページID
①草木染め教室3カ月コース	7月15日(祝)、8月19日(月)、9月16日(祝)、いずれも10時～11時30分、全3回	先着10人	6600円	7月8日(月)	1013814
②初めての押し花教室3カ月コース	7月25日(木)、8月22日(木)、9月26日(木)、いずれも10時30分～12時、全3回				1013813
③親子トマト収穫体験	7月13日(土)～8月4日(日)までの土・日曜日、いずれも10時～11時	各先着5組	1組500円(子ども1人追加につき、300円追加)	各開催日の2日前	1017460
④親子トウモロコシ収穫体験	8月10日(土)～25日(日)までの土・日曜日、いずれも10時～11時				1017462
⑤親子ハーバリウム教室	7月27日(土)、10時30分～11時30分				1009149
⑥親子草木染め教室	7月28日(日)、10時～11時	先着10組	1650円	7月20日(土)	1009150
⑦親子押し花教室	7月28日(日)、10時30分～11時30分				1009148
⑧親子そば打ち体験会	8月3日(土)、9時～12時	先着5組	2000円	7月25日(木)	1017459

令和6年度 帯広市消防団総合演習

地域の安全安心を守る消防団員が、標的注水訓練や一斉放水など、日頃の訓練の成果を披露する。

日 7月11日(木)、8時30分～11時50分(8時に招集サイレンが鳴ります)

場 緑ヶ丘公園(緑ヶ丘2)

問 総務部消防課(西6南6、消防庁舎1階、☎26・9128)

おびひろ軽トラ市

農家の皆さんが、畑で採れた新鮮な農産物を直接販売する。

日 7月16日～10月15日の毎週火曜日、16時～17時(10月は15時～16時) ▶ 岡書帯広イーストモール店(東4南16)、7月17日～10月16日の毎週水曜日、14時～16時(10月は13時～15時) ▶ 駅北多目的広場(西2南11)、7月6日～10月26日の毎週土曜日、7時～8時。いずれも売り切れ次第終了

問 農政課(川西町基線61、☎59・2323)

市ホームページID.1005659



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)

◆第81回キッズ・プレイグラウンド(ベトナム)

ハ一国際交流員(ベトナム出身)が、ベトナム語と英語を使って歌やダンスで子どもたちと交流する。

対 0～6歳までの子どもと保護者(兄妹の参加も可能)

日 7月20日(土)、10時30分～12時

定 先着45組

申 7月13日(土)までに、WEBフォームから申し込み。

市ホームページID.1009965

◆第100回インターナショナル・トーク(ベトナム)

日本人と外国人が気軽に交流できるイベント。トークは日本語と英語で行う。

※伝統民族衣装の試着希望者は、Tシャツと長ズボンを着て来場してください。

講師 ハ一国際交流員(ベトナム出身)

対 小学生以上

日 7月27日(土)、15時～16時30分

市ホームページID.1001475

百年記念館のイベント・講座

場申 特に記載がない場合、各申込期間に、直接または電話で百年記念館(緑ヶ丘2、☎24・5352)へ。

◆博物館講座「アイヌ施策推進法の狙いと地域の取組」

アイヌ施策推進法の基本的な考え方などを紹介するほか、今後の課題について考える。

講師 落合研一氏(北海道大学アイヌ・先住民研究センター)

日 7月13日(土)、14時～16時

定 先着50人

申込期間 7月2日(火)～12日(金)

◆体験教室「つくってみよう縄文土器」

形作りのみの参加も可能。

対 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

日 7月20日(土)、10時～12時、百年記念館 ▶ 野焼き 8月11日(祝)、10時～14時、植村直己・帯広野外学校(八千代町西1線)

定 先着12人

料 700円

申込期間 7月2日(火)～13日(土)

◆ロビーコンサート

申し込み不要。

出演 女声合唱団アルシス

日 7月20日(土)、18時～19時

定 入場者多数の場合、入場を制限する場合があります

◆クチャ(仮小屋)を作ろう!

アイヌ民族が山で狩猟をするときに寝泊まりをするために使っていたクチャ作りを体験。雨天決行。荒天時は上士幌町生涯学習センター「わか」でアイヌ文化講座を行う。

対 小学生以上。小学生は保護者同伴

日 7月21日(日)、8時30分～12時

場 上士幌町イオル整備地(上士幌町字上音更東3線)。百年記念館集合・解散

定 先着20人

料 200円

申込期間 7月2日(火)～17日(水)



◆親子ものづくり教室「モザイクガラスでキャンドルホルダーをつくろう！」

作品のお渡しは1週間程度。

対 管内在住の小・中学生と保護者

日 7月27日(土)、10時～12時

定 先着20人

料 1組500円、ほかに材料費1個2000円(子どもが小学校低学年の場合は、親子で1個の製作)

申込期間 7月2日(火)～19日(金)

環境学習会

ウチダザリガニの捕獲や試食体験、自然観察を通して、外来種問題や身近な自然について考える。

対 小学3年生～中学3年生
日 8月6日(火)、9時30分～11時30分
場 機関庫の川。まなび野公園(清流西2)集合
定 先着30人
費 100円
申 7月2日(火)～12日(金)までに、電話で環境課(市庁舎6階、65・4135)へ。

動物園のイベント・講座

場申 各申込期間に、郵便はがきに「申込時の記載事項」(6頁)を書いて動物園(〒080・0846緑ヶ丘2番地、24・2437)へ。

◆海の日イベント～動物たちに氷のプレゼント～

果物の入った氷などの特別メニューを給餌する。対象動物は①チンパンジー、②ホッキョクグマを予定。申し込み不要。

日 ①7月14日(日)、②15日(祝)、いずれも13時30分～16時30分

市ホームページID.1007135



◆十勝管内高校写真部写真展「高校生から見た動物たち」

申し込み不要。
日 7月19日(金)～11月4日(振)、9時～16時30分(10月以降は9時30分～16時)

◆小学生のための動物園塾「SDGsから学ぶ動物との関わり方」

動物たちを取り巻く環境などについて学習する。ワークショップのほか、飼育体験も行う。

対 小学4～6年生
日 8月2日(金)～4日(日)、いずれも13時～15時(最終日のみ10時から)、全3回

定 抽選12人
申 7月4日(木)～18日(木)

市ホームページID.1005293

◆1日飼育係

対 中学生以上
日 8月17日(土)、10時～15時
定 抽選4人(初回優先)
申 7月18日(木)～8月1日(木)

市ホームページID.1005289

◆小学生の1日飼育係

対 小学4～6年生
日 8月25日(日)、10時～14時30分
定 抽選8人(初回優先)
申 7月25日(木)～8月8日(木)

市ホームページID.1005288

児童会館のイベント・講座

場申 各申込期間に、直接または電話で児童会館(緑ヶ丘2、24・2434)へ。

◆星の観察会「夕空に輝く水星にちょうせん」

日 7月12日(金)、19時～20時15分
定 先着75人
申 6月28日(金)～7月12日(金)



◆親子のエンジョイ将棋

申し込み不要。
対 小・中学生と保護者
日 7月13日(土)、10時～12時

◆親子囲碁入門教室

申し込み不要。
対 小・中学生と保護者
日 7月14日(日)、10時～12時

◆親子科学実験教室「アンモナイトの化石を作ろう」

本物のアンモナイトの化石を基に、石こうでレプリカを作る。

対 小学生以上の子ともと保護者
日 7月21日(日)、①10時～11時、②13時15分～14時15分

定 先着10家族(最大20人)
申 7月7日(日)～21日(日)

◆きらきら人形劇場

申し込み不要。
対 幼児～小学生と保護者
日 7月21日(日)、14時～14時40分

定 先着50人
申 7月7日(日)～21日(日)

◆親子おもしろ教室「ダンシングアニマル」

牛乳パックと割り箸で踊る動物を作る。

対 中学生以下の子と保護者。小学2年生以下の子は保護者同伴
日 7月27日(土)、①9時30分～10時15分、②10時30分～11時15分

定 各先着20人(最大10組)
申 7月13日(土)～26日(金)

真夏のアイス作り体験

対 子どもと保護者
日 7月20日(土)、10時～11時30分

定 抽選10組 費 1組1200円
場申 7月10日(水)までに、WEBフォームから申し込み、または往復はがきに「申込時の記載事項」(6頁)を書いてとかち大平原交流センター(〒089・1182川西町基線61番地13、53・4780)へ。

市ホームページID.1014802



とかちジュニア文芸「夏休み文章教室」

とかちジュニア文芸誌編集委員の先生が、文芸作品の書き方や表現方法のこつを教える。

対 ①詩教室小・中学生、②小説・童話教室、③短歌教室、④俳句教室、いずれも小学4年生～中学生

日 ①7月27日(土)、10時15分～12時15分、②27日(土)、13時30分～15時30分、③28日(日)、13時～14時、④28日(日)、14時30分～15時30分

定 各先着10人
申 7月1日(月)～21日(日)までに、図書館ホームページに掲載のWEBフォームから申し込み。

場 7月1日(月)～21日(日)までに、図書館ホームページに掲載のWEBフォームから申し込み。

場 図書館(西2南14、22・4700)



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

場申 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

日 ①7月9日(火)、②28日(日)、いずれも13時30分～16時30分

場 ①ソネビル(西6南6)、②柏林台出張所(柏林台西町2)

申 7月2日(火)、②21日(日)

◆実技救命講習

対 応急手当WEB講習受講者
日 7月19日(金)、18時30分～20時30分
場 南出張所(西17南41)
申 7月12日(金)

スポーツ教室についてのお知らせ

6月20日(木)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」(6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. It lists various sports classes like swimming, yoga, and tennis across different venues.

場 帯広の森市民プール(〒080・0856南町南7線56番地7、47・3630)
帯広の森アイスアリーナ(〒080・0856南町南7線56番地7、48・6256)
帯広の森体育館(〒080・0856南町南7線56番地7、48・8912)
帯広市南町テニスコート(〒080・0856南町南9線33番地5)
帯広の森野球場(48・8338)

自衛官などを募集 応募資格などの詳細は、募集案内所へ問い合わせください。

場 自衛隊帯広募集案内所(西5南14、23・8718)

市ホームページID.1010704、1011580

赤十字講習

場 グリーンプラザ（公園東町3）
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。

◆救急法基礎講習

手当の基本、人口呼吸・胸骨圧迫の方法、AEDの使用法などを学ぶ。

対 満15歳以上

日 7月8日(月)～9日(火)、いずれも18時45分～21時30分

定 先着20人程度

¥1500円

申込期限 7月8日(月)

◆赤十字救急法救急員養成講習

傷や骨折の手当、搬送などを学ぶ。

対 救急法基礎講習修了者

日 7月10日(水)～18日(木)（12日(金)～15日(祝)を除く）、いずれも18時45分～21時30分、全5回

定 先着20人程度

¥2100円

申込期限 7月9日(火)



帯広の森・はぐく一む 7月のお知らせ

小学生以下は保護者同伴。

場 申 6月25日(火)～各開催日の前日までに、電話で帯広の森・はぐく一む（南町南9線49、☎66・6200）へ。

◆あそびの森のあしあとづくり

NPO法人「ぷれいおん・とかち」とともに、森で過ごす時間を楽しみながら、森づくりを行う。

日 7月21日(日)、10時～14時

定 先着30人 ¥100円

◆森の寺子屋～虫の巻～

昆虫探しなどに挑戦する。

日 7月27日(土)、10時～15時

定 先着15人 ¥200円



地域福祉についての 市民意見交換会

地域福祉計画策定のために、地域の支え合いや見守りなどについて市民の皆さんのご意見を伺う。

対 市民

日 ① 7月4日(木)、19時～20時、②10日(水)、10時～11時

場 ①南コミセン（西10南34）、②緑西コミセン（西17南4）

問 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4113）

市民大学講座

場 とかちプラザ（西4南13）。なお、第11集は、市民活動交流センター（西4南9）、第12集は、帯広の森・はぐく一む（南町南9線49）、第14集は、市庁舎（西5南7）、第15集は、農業技術センター（川西町基線61）

申 会場受講の場合は、各開催日の前日までに、市ホームページから申し込み、もしくは直接または電話で生涯学習文化課（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、第10・13集は各開催日の一週間前まで、第14集は7月8日(月)までに申し込み。

市ホームページID.1006968

Table with 4 columns: 講座名, 講師(役職), 日時, 定員. It lists 5 courses (第10集 to 第15集) with details on dates, times, and fees.

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 7月12日(金)、13時～15時30分（15時最終受付）

場 とかちプラザ（西4南13）

問 帯広人権擁護委員協議会（☎24・5853）

担当課 市民活動課

プラザ・エンジョイスクール 8月パソコン講座

対 高校生以上

日 8月2日～27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

¥各5000円（テキスト代別途）

場 申 7月2日(火)～26日(金)までに、直接とかちプラザ（西4南13、☎22・7890）へ。



就職・転職お仕事説明会 in 帯広

参加する18社から、さまざまな仕事の話を知ることができる。

対 おおむね44歳までの就職活動中の人、2025年3月卒の短大生・大学生など

日 7月9日(火)、13時30分～16時

場 ホテル日航ノースランド帯広（西2南13）

申 オンライン参加希望者のみ7月8日(月)10時までに、ジョブカフェ北海道ホームページから申し込み。

問 ジョブカフェ北海道（☎011・209・4510）

担当課 商業労働課



教育・子育て

7月ほんわかファミリー教室

対 市内在住の令和6年11月に初出産予定の夫婦

日 7月20日(土)、①10時～11時30分、②13時30分～15時

申 7月17日(水)までに、「子育てアプリおびも」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）

ママと赤ちゃんの相談会

テーマごとに講話を行い、個別の相談に応じる。

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、②～④は1歳以上の兄弟は参加不可

定 ①先着15組、②～④は各開催施設へ問い合わせ

申 特に記載がない場合、各開催日の前日までに、直接または電話で各開催施設へ。

問 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9722）

① ママと赤ちゃんのもぐもぐ食事講座

日 7月12日(金)、10時～11時10分

場 保健福祉センター（東8南13、☎25・9722）

② ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座

日 7月23日(火)、10時～11時10分

場 地域子育て支援センターつばさ（西22南3、☎41・6800）

③ ママと赤ちゃんの歯っぴい講座

日 7月24日(水)、10時～11時10分

場 地域子育て支援センターもりのこ（大空町1、☎49・2005）

④ ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座

日 8月5日(月)、10時～11時10分

場 地域子育て支援センターすずらん（柏台西町5、☎36・2388）

申込期限 8月2日(金)

保険・年金・税金

生活習慣病の予防と早期発見のため特定健診を受診しましょう

帯広市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人は、特定健診を年1回無料で受診できます。（対象者には、4月下旬に受診券を送付しました）

受診には、受診券と事前予約が必要です。詳細は、受診券に同封の「お知らせ」または市ホームページを確認してください。

問 国保課（市庁舎1階、☎65・4138）

市ホームページID.1002649

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

収入の減少や失業などの理由で、国民年金保険料を納めることが困難な場合は、保険料の納付が免除・猶予される制度があります。

令和6年度（令和6年7月～令和7年6月）の免除・納付猶予申請受付は7月1日(月)からです。令和6年6月まで一部免除や離職特例による免除が承認されている人で、7月以降も免除を希望する場合は改めて申請が必要です。窓口や郵送での申請のほか、マイナポータルによる電子申請も可能です。詳細は日本年金機構ホームページを確認してください。

手続きを取らず、未納期間をそのままにしておくと、将来の年金額が減るだけでなく、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取ることができない場合がありますので、ご注意ください。



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）

令和6年度後期高齢者医療保険料決定通知書を7月中旬に送付

金額や納付方法などは通知書を確認してください。

納付書(払込取扱票)が同封されている人は、期限内に納付してください。

問 国保課(市庁舎1階、☎65・4140)

国民健康保険料について

問 国保課(市庁舎1階、☎65・4140)

◆令和6年度の国民健康保険料率などが決定

6月中旬に、保険料納入通知書を送付しましたので確認してください。

◆所得申告書の提出について

保険料は、前年中の所得に基づいて計算されます。前年中の所得が把握できない場合は、軽減措置などが適用できないことがあります。未申告の世帯には、所得申告書を随時送付しますので提出してください。

国民健康保険限度額適用(標準負担額減額)認定証の有効期限は7月31日まで

入院などによって高額な医療費を支払う場合で、8月以降も認定証が必要な人は、郵送で申請してください。申請方法は市ホームページを確認するか、電話で問い合わせください。なお、70歳以上で認定証を持っている人、または70歳未満で90日を超える長期入院該当の認定証を持っている人には更新案内を7月中旬に送付します。

また、マイナ保険証を利用することで、認定証の交付申請が不要となりますので、ぜひご利用ください。

問 国保課(市庁舎1階、☎65・4138)

市ホームページID.1002633

介護高齢福祉課のお知らせ

問 介護高齢福祉課(市庁舎1階、☎65・4151/4152)

◆介護保険負担割合証の送付

要介護(要支援)の認定を受けている人、総合事業の対象者の確認を受けている人に、7月下旬に送付します。

◆介護サービス利用料などの軽減制度

所得が低いなど一定の要件を満たす場合、介護サービス利用料などが軽減される制度があります。認定証を持つ人も有効期限が7月31日(水)までなので、8月30日(金)(必着)までに申請してください。

令和5年度に減額が認められた人には6月下旬に申請書類などを送付します。

市ホームページID.1005021

健康・福祉

健康相談

対 市内在住の18歳以上

日 ①7月2日(火)、②26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。



障害者乗馬体験会

対 市内在住または市内の施設を利用している自立、座位が可能な身体・知的・精神障害、発達障害のある小学生以上の人(引率者の同伴が必要)

日 ①7月25日(木)、②8月8日(木)、いずれも10時30分～12時

定 各先着3人(過去の参加回数が少ない人優先)

場 申 ①は7月1日(月)～8日(月)、②は7月16日(火)～22日(月)までに、WEBフォームから申し込み、もしくは申込用紙をファクスまたはEメールで帯広畜産大学(稲田町西2線、☎49・5236、F49・5229、syogai@obihiro.ac.jp)へ。

申込用紙は帯広畜産大学ホームページからダウンロード可能。



担当課 障害福祉課

令和6年度第1回 帯広市生活援助員養成研修

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。受講中の託児も応相談。

対 てだすけサービス事業所に就職を希望または予定している人

日 7月27日(土)～28日(日)、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 先着20人

¥1000円程度の実費(食材費など)

申 7月19日(金)までに、申込書を直接、郵送またはファクスで地域福祉課(〒080・8670西5条南7丁目1、市庁舎3階、☎65・4113、F23・0158)へ。市ホームページからも申し込み可能。

申込書は地域福祉課で配布のほか、市ホームページからダウンロード可能。

市ホームページID.1009154

レザークラフト体験講座

革製のポケットティッシュケースを作る。手話や要約筆記通訳が必要な人は早めに申し込みください。

対 市内在住の障害者手帳を持つ人、難病の人

日 7月24日(水)、10時～12時

定 先着12人

¥材料費500円

場 申 7月1日(月)～17日(水)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。

認知症・家族の集い「茶話会」

対 市民

日 7月25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

認知症サポーター養成講座

認知症の基本的な知識や認知症の人への接し方などを学ぶ。

対 市民または市内に通学、通勤している人

日 ①7月6日(土)、②8月8日(木)、いずれも10時～11時30分

場 ①とかち大平原交流センター(川西町基線61)、②保健福祉センター(東8南13)

定 先着20人程度

申 ①は7月4日(木)、②は8月6日(火)までに、直接または電話で地域福祉課(市庁舎3階、☎65・4113)へ。WEBフォームからの申し込みも可能。

市ホームページID.1004989

成年後見フォーラム

長谷川亮氏(弁護士・斉藤道俊法律事務所)による成年後見制度や市民後見人についての講演、専門職(弁護士・司法書士・社会福祉士)による座談会、市民後見人養成研修についての説明会。

日 7月25日(木)、14時～16時

場 とかちプラザ(西4南13)

定 先着150人

申 7月12日(金)までに、申込書に記入の上、直接、ファクス、郵送または電話で成年後見支援センターみまもーる(〒080・0847公園東町3丁目9番地1、グリーンプラザ内、☎20・3225)へ。

申込書はみまもーるで配布のほか、同ホームページからダウンロード可能。

担当課 地域福祉課

暮らし

令和7年度の合併処理浄化槽の申し込みを受け付けています

対 公共下水道区域と清川集落排水区域外の区域で、住宅の新築や改造などにより合併処理浄化槽の設置を予定している人

申 11月29日(金)までに、直接または電話で帯広市上下水道お客センター(市庁舎1階、☎65・4213)へ。

7月15日(月)「海の日」もごみを収集します

月曜日収集地区にお住まいの人は、収集日当日の朝、9時までに分別ルールに基づいて、決められたごみステーションに出してください。なお、くりりんセンターへの持ち込み(自己搬入)はできません。

問 清掃事業課(西24北4、☎37・2311)

募集

野草園運営委員を募集

野草園の管理作業をサポートするボランティアを募集。

主な作業は、開園や閉園の準備、散策会の案内など。

申 直接または電話で児童会館(緑ヶ丘2、☎24・2434)へ。

第19回帯広市まちづくりデザイン賞を募集

市の良好な景観に貢献している建築物を募集。自薦、他薦は問いません。他薦の場合は所有者の同意が必要。応募は1人1点。

なお、昨年度を受賞建築物の紹介動画をYouTubeで公開しています。



▲紹介動画

申 7月1日(月)～8月31日(土)までに、WEBフォームから申し込み、もしくは応募用紙に建築物の写真などを添えて、直接、郵送またはEメールで都市政策課(〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎6階、☎65・4175、city_plan@city.obihiro.hokkaido.jp)へ。

応募用紙は都市政策課で配布のほか、市ホームページからダウンロード可能。



▲WEBフォーム

市ホームページID.1003817



第18回 最優秀賞 介護老人保健施設 ヴィラかいせい

◆巡回バスによる肺がん・結核検診(胸部X線検査) 受診を希望する人は、事前に電話で予約するか、直接バスへお越しください。巡回日などは問い合わせるか、市ホームページを確認してください。問 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、☎27・2345) 市ホームページID.1006484

家庭から出る「せん定枝」の受け入れ

各家庭から庭木のせん定などが出る枝（太さ25cm未満）を、無料で受け入れます。

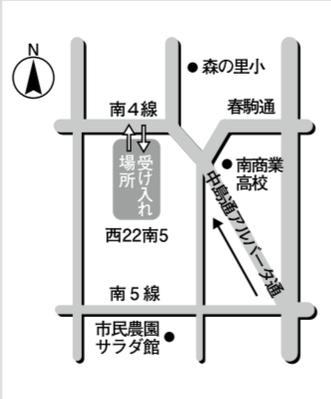
対 市内在住で、乗用車や軽トラックで枝の持ち込みが可能な人（事業者による枝の持ち込みは不可。根、菜園（園芸）ガラ、枯れ草などの持ち込みは不可。）

日 7月6日(土)、10時～15時（雨天決行。開始時刻前に、道路上に並ぶことは禁止。）

場 帯広の森（西22南5）

問 みどりの課

（市庁舎6階、☎65・4186）



【放送大学】2024年第2学期（10月入学）学生募集

条件を満たせば学力試験なしで入学でき、卒業すれば学士を取得できる通信制大学。とかちプラザの学習室で授業を視聴できるほか、テレビやインターネットで受講も可能。

詳細は、とかちプラザ（西4南13）や総合案内（市庁舎1階）に設置の募集要項を確認してください。

申込期限 9月10日(火)

申 問 生涯学習文化課（市庁舎8階、☎65・4192）、放送大学北海道学習センター（☎011・736・6318）へ。

市ホームページID.1005103



その他

明治北海道十勝オーバルスケートリンクオープン

オープン当日は、施設（スケートリンク・トレーニング室）を無料開放。

オープン日 7月28日(日)、9時～22時（スケートリンクは13時から）

場 問 明治北海道十勝オーバル（南町南7線56番地7、☎49・4000）

担当課 スポーツ課

市有車両を条件付き一般競争入札で売却

市有車両11台（消防車・救急車・ごみ収集車・バス・小型車）を売却します。詳細は、市ホームページを確認してください。

日 場 ▶ 物件下見会 7月5日(金)、9時30分～12時30分、道路車両センター（南町南6線61） ▶ **開札日** 31日(水)、10時

申 問 6月24日(月)～7月12日(金)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



サマージャンボくじ・ミニの収益金は市町村のまちづくりに役立てられています

サマージャンボくじ・ミニが7月8日(月)～8月8日(木)まで、市内各売り場で発売されます。抽選日は8月23日(金)です。

問 公益財団法人北海道市町村振興協会（☎011・232・0281）

担当課 財政課

帯広市職員を

募集 2期

令和7年4月1日採用予定の総合職の職員を募集します。今年度から試験内容を大幅に変更しましたので、申し込みの前に、必ず試験案内で受験資格と申し込み方法を確認してください。試験案内は、総合案内（市庁舎1階）と人事課で配布のほか、市ホームページに掲載しています。

受験資格、採用人数、試験日程などは、試験案内を確認してください。詳細は問い合わせください。

募集枠 (予定)

フレッシュ卒（高校卒のみ）、
社会人経験者枠、
公務マネジメント経験者枠

募集職種

総合職（5区分を予定）
事務、福祉、ICT、土木、建築
※年齢によって受験要件が異なります。
※障害のある人は各職種の障害者区分として申し込みできます。

申 6月28日(金)～7月10日(水)までに、試験案内に記載の方法で応募してください。

問 人事課（市庁舎5階、☎65・4108）

市ホームページID.1004437

緑ヶ丘公園エリアの魅力向上に向けたアンケート

少年院跡地を含めた緑ヶ丘公園エリアの魅力向上に向けたアンケートにご協力ください。9月30日(月)までに、WEBフォームから回答してください。

アンケート用紙による回答を希望する場合は、都市政策課、みどりと花のセンター、児童会館、百年記念館にアンケート用紙および回答用ボックスを設置していますのでご利用ください。

対 市民

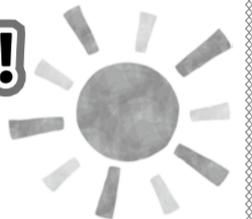
問 都市政策課（〒080・8670西5条南7丁目1番地、市庁舎6階、☎65・4175、F23・0159、

☎city_plan@city.obihiro.hokkaido.jp）

市ホームページID.1017478



熱中症に注意!



問 健康推進課

（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

市ホームページID.1004883

7月から8月は気温が上がるため、熱中症の危険が高まります。冷房や扇風機の使用、こまめな水分補給などにより、熱中症を予防しましょう。

熱中症と思われる人を見掛けたら

- ・涼しい場所に移動させる
- ・水分補給させる
- ・水や風で体を冷やす



熱中症警戒アラートを活用しましょう

熱中症警戒アラートは、“危険な暑さ”が予想される場合に、環境省が発表しています。発表された場合には、普段以上に熱中症予防行動を実践することが重要です。



熱中症警戒アラートのメール配信サービス



みんな
市民の掲示板

帯広市以外からの市民向けのお知らせを掲載しています。
9月号掲載の締め切りは7月9日(火)です。

10月号以降の掲載方法などは、
市ホームページを確認してください。
市ホームページID.1004001

担当課 広報広聴課



はじめてのオカリナレッスン

日 7月6日(土)、10時30分～11時30分
場 市民文化ホール(西5南11)
定 先着10人
料 3500円(陶器のオカリナ付)
申 7月5日(金)までに、電話またはEメールでオカリナカーリーナ・本谷(☎070・4083・4272、✉ocarina@micaco.jp)へ。

家族と一緒に成長する「プレイセンターにじっこ体験会」

「あそび×親の学び合い×協働運営」で、子育てが楽しくなる場所です。
日 7月10日(水)、10時～13時30分
料 一家族100円
場 7月8日(月)15時までに、電話で認定NPO法人ぷれいおん・とかち(西20南5、☎36・0560)へ。



こてんこてん寄席 其の七

日 7月7日(日)、14時～16時15分(開場は30分前)
定 先着50人 料500円
場 とかちプラザ(西4南13)
問 道東落語倶楽部・段落(☎090・7583・9282)



おびひろ若者サポートステーションパネル展

15歳～49歳までの働きたい人を対象にしたサポート内容などをパネル展で紹介します。
日 7月20日(土)～25日(木)、平日9時～19時、土日10時～17時(最終日は12時まで)
場 市民ホール(市庁舎1階)
問 おびひろ若者サポートステーション(☎66・7550)

母子家庭等就業・自立支援センターからのお知らせ

対 十勝管内在住のひとり親家庭の親および寡婦など
場 グリーンプラザ(公園東町3)
問 各申込期限までに、電話で母子家庭等就業・自立支援センター(☎20・7751)へ。

◆ひとり親家庭の無料法律相談会

離婚、親権など、弁護士による無料法律相談会を開催します。
日 ①7月19日(金)、②8月23日(金)、いずれも13時30分～15時の間で1人30分
定 各先着3人
申 申込期限①7月9日(火)、②8月13日(火)

◆離婚前後の親支援講座

「養育費と親子交流を考える」をテーマに講演します。
日 7月6日(土)、①セミナー13時～14時30分、②個別相談会14時40分～16時30分
定 ①先着15人、②先着3人(セミナー参加者のみ)
申 申込期限7月5日(金)

福祉職場説明会

福祉職場の人事担当者との就職相談を行います。20法人参加予定。
対 福祉職場への就職に興味がある人、学生
日 7月23日(火)、13時～15時30分(最終受け付け15時)
場 とかちプラザ(西4南13)
問 帯広市福祉人材バンク(☎27・2525)

北海道立帯広美術館施設改修による休館について

施設改修のため、7月から休館します。再開は11月からです。
休館期間 7月1日(月)～10月31日(木)
問 北海道立帯広美術館(☎22・6963)

司法書士・土地家屋調査士 合同無料法律相談会(予約制)

相続に関する手続き、不動産の登記関係、土地の境界に関することなどの相談に応じます。

日 7月17日(水)、18時～20時
場 とかちプラザ(西4南13)
問 7月9日(火)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。

相続・遺言に関する 終活セミナーと相続登記相談会

相続登記の申請義務化に伴い、相続・遺言セミナーと、相続登記相談会を開催します。

日 7月20日(土)、①セミナー①11時～11時30分(相続)、②13時～13時30分(相続)、③14時～15時(遺言書保管制度)、②相続登記相談会10時～16時20分(1組40分)
定 ①各先着24人、②先着40組
場 7月8日(月)～17日(水)までに、電話で釧路地方法務局帯広支局(東5南9、☎24・5837)へ。

野外劇団楽市楽座 全国旅公演in帯広

回り舞台で生演奏による歌ったり踊ったり音楽劇です。
日 7月13日(土)～15日(祝)、いずれも19時～20時30分(開場は30分前)。雨天決行
場 緑ヶ丘公園多目的広場(緑ヶ丘2)
問 野外劇団宣伝担当・小野木(☎090・1645・3518)

温熱刺激療法イトオテルミー体験会のお知らせ

テルミーは心地良いぬくもりと刺激を体に加え、血行を良くして疲労回復、健康維持に役立ちます。
日 7月27日(土)、10時～12時
場 帯広競馬場会館(西12南9)
申 7月24日(水)までに、電話でイトオテルミーあかり支部(☎090・2008・6035)へ。

帯広市からのお知らせ情報

問い合わせ 広報広聴課(市庁舎3階、☎65・4109、FAX23・0156、Eメールreport@city.obihiro.hokkaido.jp)

☐ 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「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。



市ホームページID. 1000038

☐ 市公式 SNS で発信中!

＼いち早く情報をお届けします／



▲登録方法 スマートフォンなどで上記二次元コードを読み取るか、友だち追加から「@obihiro-shi」で検索

📶 市政のお知らせを放送しています

テレビ 市役所だより(OCTV11ch) 毎日放送、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-JAGA 77.8MHz) 9時15分～9時20分
■おびひろ広報メモ(FM-WING 76.1MHz) 9時30分～9時35分

🏠 休日・夜間の救急は

◆休日夜間急病センター 柏林台西町2、☎38・3700
◆上記で対応していない時間帯や診療科目は、救急当番医へ
北海道救急医療情報センター ☎0120・20・8699
(携帯電話からは) ☎011・221・8699
帯広市急病テレホンセンター ☎26・1099



市ホームページID. 1002164

皆さんは「三万六千五百朝」という言葉を知っていますか。今年の帯広南商業高等学校の入学式の祝辞で、生徒の皆さんに贈った言葉なのですが、版画家の棟方志功が「一年は365日、百歳まで生きたとしても、3万6500回しか朝を体験できない、ひと朝、一日だって無駄にしない」と決意した時の言葉だそうです。私は今68歳ですが、人生の3分の2の朝が過ぎたことになり、一日一日、時間を大切にしなければならぬと感じています。

かつての日本は、豊かになるために長時間労働をいとわず、経済的な価値をつくるのが重視されてきました。私も若い頃は、働けば働くほど経済的に豊かになり、その先に家族や自分の幸せがあるものと信じ、朝から夜遅くまで働き、自分の時間の大半を仕事のために使っていたように思います。

市長コラム

夢かなうまち おびひろ

フォー ホワット for what

帯広市長 米沢 則寿



近年はワークライフバランスという言葉が普通に使われるようになりましたが、「仕事」と「仕事以外の生活」に使う時間のバランスを考えるようになり、自分自身を真ん中に置いた時間の使い方に関心が高まっているように思います。

現在、インターネットやAI、ロボット化などの技術革新により、われわれの生活は格段に便利で効率的になりました。昔に比べると、自分自身のために使える時間が、一見増えているようにも感じますが、本当にそうなのでしょうか。インターネットやSNSによつて膨大な情報にアクセスできるようになったことで、気が付けば多くの時間をこうした情報の閲覧に費やしたり、人目を引くキャッチコピーや過去に閲覧した情報を基にAIが勧めするモノやサービスを購入したりするなど、時間だけでなくお金まで消費していたということも少なくないかもしれません。

多くの情報があふれる時代だからこそ、私たちは日々、自らの意思で必要な情報の取捨選択を行い、限られた貴重な時間を大切にしなければなりません。今の時間の使い方は本当に有益なものなのか、自分自身の幸せにつながっているのか、時間の使い方の「for what(どういう目的、何のために)」について、考えてみるのがますます大切になってくるような気がしています。



動物園のいまをお届け

ここにいます!

南門 アカカンガルー オンドリ 正門 P

今月は アカカンガルー

アカカンガルーのクミンは2021年2月27日生まれのオスです。好奇心が強く、鳥やチョウチョを追いかけたり、飼育員の長靴にいたずらをする、何にでも興味津々な姿を見ることが出来ます。

アカカンガルーは、1番強いオスがメスと最初に交尾できるため、オス同士どちらが強いかケンカで決めます。クミンも群れで1番強いオスになるために、よく1歳年下のタルトとケンカをしてきています。



おびひろ動物園の動物たちの写真を大募集!

動物園長と広報担当で厳選し、魅力的な写真を当コーナーで紹介します。次回(10月号)の紹介予定の動物は「オンドリ」です!

Instagramの場合…「#広報おびひろZOOレター」を画像に付けてアップ

Eメールの場合……photo@city.obihiro.hokkaido.jpに画像(5MB以内)を添付して送付

※提供された写真は、次回のZOOレターで紹介したり、市の広報物などに使用する場合があります。その場合、個別にお知らせはしません。写真に関する問い合わせは、広報広聴課へ。

WANTED

おびひろZOOレター

#広報おびひろZOOレター

締め切り 8月28日(水)

オビヒロカメラレポ OBIHIRO CAMERA REPORT

幸福駅の建て替えから10周年を迎えたことから、駅舎に貼られている切符をすべて取り外しました。幸福観光再開発協議会によって実施され、取り外した切符は「幸福の日(5月29日)」に合わせて、幸福神社にて奉納式を行いました。

切符があまり貼られていない珍しい幸福駅の姿をぜひお早めにご覧ください。(5月27日、幸福駅)



帯広南商業高等学校の2年生193人が講師の説明やロールプレイを通して、DV(ドメスティック・バイオレンス)は「力と支配」の関係にあること、「対等で尊重のある関係」を築くためにはどうすべきかなどを学びました。



デートDVは相手を自分の思い通りにコントロールしようとする行為全般を指し、特に心の暴力が多く、内閣府の調査では5組に1組の割合で起きているそうです。

被害に遭った場合は独りで悩まず友人などに相談しましょう。(6月5日、帯広南商業高等学校)

デートDVとは▶

市ホームページID.1015959

