

広報

おびひろ

Public Information OBIHIRO

令和7年
(2025年)

9月号

No. 1216



表紙：子育て支援センターあじさい
みんなの広場
親子や地域の人など幅広い年代が
交流している様子
(関連記事 2 頁)

主な内容

新しい相談窓口「子育て相談る〜む」 P 2
知って備えるがん予防 P 3

知ってほしい「認知症」のこと P 4

10月開設！

新しい相談窓口「子育て相談る〜む」

子育てには悩みや不安がつきものです。「身近で、気軽に子育ての相談がしたい」という声に応え、10月より「子育て相談る〜む」を開設します。子育ての悩み、気軽に相談してみませんか？

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.1020236



子育て相談る〜むとは？

子育てに関する、どんなささいな悩みでも相談できる窓口です。市内6カ所にある子育て支援センター内に併設しているので、気軽に利用できます。また、相談の際は子育ての知識や経験が豊富なスタッフが対応します。子育てのことで悩んだら、最寄りの子育て相談る〜むに相談してください。



子育て支援センターの様子



子育て支援センターで遊ぶ子どもたち

こども家庭センターでも相談できます

今年4月、保健福祉センター内に「帯広市こども家庭センター」を開設しました。

子育てに関する幅広い相談に対応するほか、虐待やネグレクトなどの深刻な問題にも対応しています。

子育て相談る〜む・こども家庭センター、どちらの窓口も子育ての悩みを相談できますので、身近な窓口を利用してください。

対象者・相談方法

対象者 妊産婦、18歳までの子どもとその家族

相談方法 まずは最寄りの子育て相談る〜むへ連絡してください。相談日時を調整します。調整後、来所か電話で相談できます。

相談の流れ

例えば、こんな相談

初めての妊娠・出産で不安



イヤイヤ期で全然言うことを聞いてくれない



小学校の宿題をさせるのが大変



まずは近くの子育て相談る〜むへ電話 ▶ 相談日時の調整をします

相談当日

どんなささいなことでも相談できます（※）



▶ 電話相談



▶ 来所相談

※必要に応じて、こども家庭センターや関係機関と連携し支援します

子育て相談る〜む・こども家庭センターマップ

すすらん

柏林台西町5丁目1
☎36・2388*
●月～金曜日
15時30分～17時30分

※10月1日から新しい電話番号に変わります。詳しくは広報おびひろ10月号でお知らせします。

つばさ

西22条南3丁目13-1
☎41・6800
●月・水・金曜日
10時～13時

もりのこ

大空町1丁目12
☎49・2005
●火曜日
9時30分～12時30分
●木・金曜日
14時～17時

いなだ

西15条南40丁目2-1
☎67・6088
●月・水・木曜日
15時～17時
●火・金曜日
15時30分～17時

あじさい

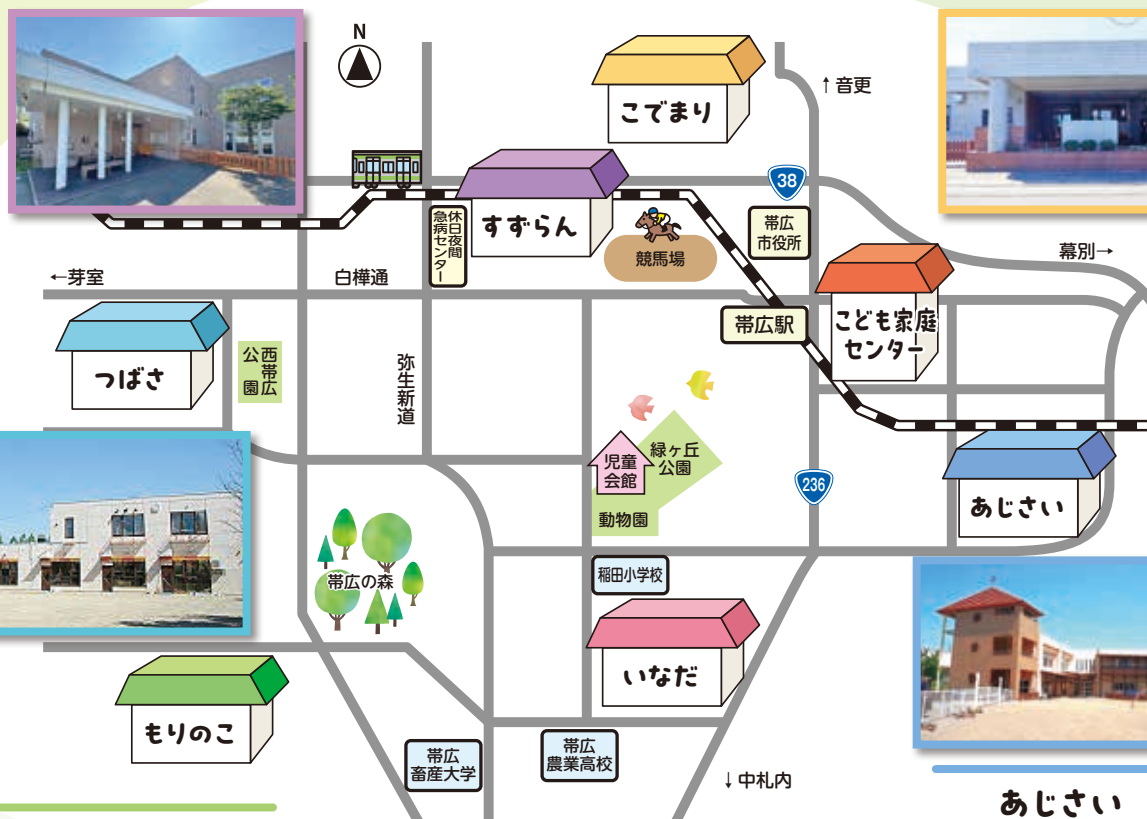
東9条南19丁目1-1
☎67・6231
●月曜日（休みあり）
14時～17時
●火～金曜日
15時30分～17時
●土曜日（月1回）
14時～17時

こでまり

西14条北2丁目1
☎38・2690
●月・水・木曜日
15時～17時
●火・金曜日
15時30分～17時

帯広市こども家庭センター

東8条南13丁目1
（保健福祉センター内）
●月～金曜日
8時45分～17時30分
妊娠・出産・乳幼児の相談
☎25・9722
ご家庭や子どもの相談
☎25・9700





知って備えるがん予防

帯広市民の死因として最も多いのが、がんです。日本では2人に1人が、がんになると言われており、すべての人にとって身近な病気です。がんについて正しく知り、自身や家族の健康づくりに生かしましょう。

問い合わせ 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

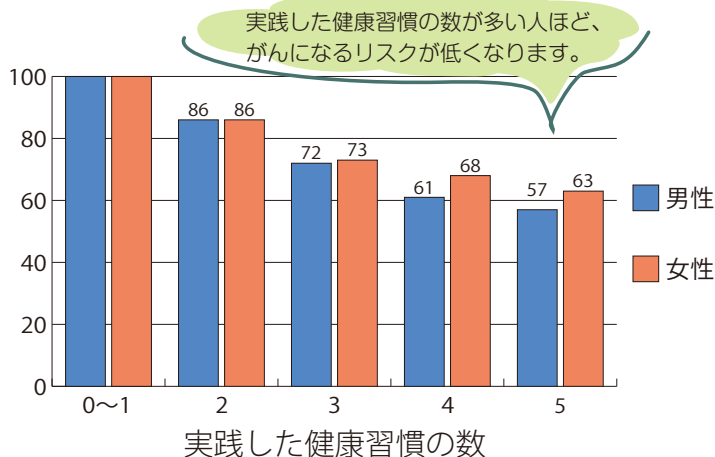
市ホームページID.1004884

日本人のためのがん予防法（5＋1）

がんの要因は、生活習慣と環境が深く関わっていると言われています。「5つの健康習慣」に加え、「感染症対策」を実践することで、がんになるリスクを下げることができます。

「5つの健康習慣」の実践数とがんの罹患リスクの関係

5つの健康習慣のうち、0または1つのみ実践した場合のリスクを100とした場合



①禁煙する



たばこを吸っている人は禁煙し、吸わない人は他人のたばこの煙を避けましょう。

②節酒する



飲酒量を減らすほど、がんになるリスクが低くなります。1日当たりの飲酒量は、日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本までを目安にしましょう。

③食生活を見直す



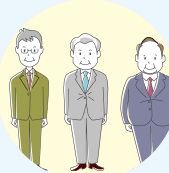
減塩を心掛け、野菜や果物が不足しないようにしましょう。熱い食べ物や飲み物は、冷ましてから口にするようにしましょう。

④運動する



座りっぱなしを避け、できる限り身体を動かす時間を増やしましょう。

⑤適正体重を維持する



肥満度を示すBMIを確認し、適正な範囲となるよう体重を管理しましょう。
適正なBMI値の目安
【(体重kg) ÷ (身長m)²】
男性21～27、女性21～25

+1 感染症の検査を受ける、ワクチンを接種する

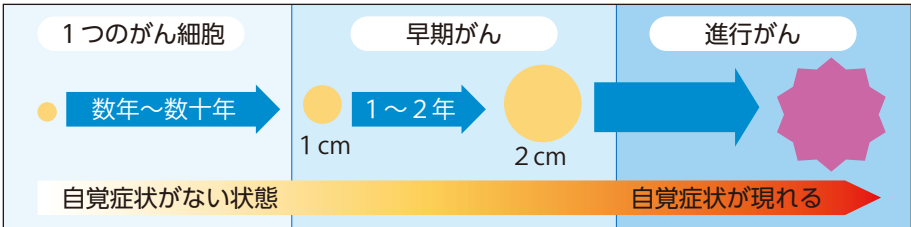


ウイルスや細菌感染ががんの原因になる場合があります。
(肝炎ウイルス、ピロリ菌、ヒトパピローマウイルスなど)

(国立がん研究センター「日本人のためのがん予防法」)

自覚症状がないときにこそ、がん検診を受けましょう

自覚症状がない場合、「健康だから大丈夫」と考えてがん検診を後回しにしがちですが、気付いたときにはがんが進行し、治療が難しくなる場合があります。早期がんのうちに発見できる期間は1～2年のため、がん検診による早期発見が重要です。



がんは早期の場合、9割以上が完治と言われています。
早期発見のため、定期的ながん検診を受けましょう。

市では、加入している健康保険の種類に関わらず、胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がんの検診、肝炎ウイルス検診を低額で受けられます。

詳細は、コミセンなどに設置している「健康づくりガイド」や市ホームページ、広報おびひろ9月号の折り込みチラシ「がん検診・生活習慣病予防健診のご案内」などを確認してください。

市ホームページ▶
「がんに関すること」



＼ がんについての疑問や不安、相談してください ＼

がん相談支援センター

がん相談支援センターってどんなところ？

- ・全国に設置されている、がんに関する相談窓口
- ・看護師やソーシャルワーカーなどの相談員が対応
- ・どこの医療機関に通院していても、誰でも無料・匿名で利用できる
- ・がんが疑われるとき、治療中、経過観察中、社会復帰のとき、どんなタイミングでも利用できる

今の治療方法や再発・転移などに不安がある

仕事と治療を両立できるか心配。職場にどう伝えたらよいかわからない

活用できるサービスや支援制度について知りたい

セカンドオピニオンについて聞きたい

ウィッグ（かつら）について知りたい

将来子どもを授かることができるのか不安

家族としてどう接してよいか分からない



帯広厚生病院 がん相談支援センター（西14南10）

受付時間 月～金曜日、8時30分～17時

※祝日・年末年始を除く

相談方法 面談：1階4番窓口

電話：65・0101

帯広協会病院 がん相談支援センター（東5南9）

受付時間 月～金曜日、9時～17時

※祝日・年末年始を除く

相談方法 面談：1階福祉相談室

電話：22・6600

がん相談支援センターでは、患者さんや家族の話に耳を傾け、一人ひとりにあった解決方法を一緒に考えていきます。

ささいなことでも、悩みや不安を感じたときは一人で抱え込まずに相談しましょう。

知ってほしい「認知症」のこと

認知症になっても安心して暮らし続けていくためには、私たち一人ひとりが認知症について理解を深め、「自分ごと」として捉えることが大切です。

問い合わせ 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4145）



▲認知症サポーターキャラバンのマスコット「ロバ隊長」

認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で認知機能が低下し、日常生活や社会生活における支障が6カ月以上継続している状態をいいます。2022年の推計^{※1}では、65歳以上の約3.6人に1人が認知症または予備群と言われており、誰にでも起こりうる身近な病気です。

認知症は早期発見・早期対応が大切です。右の「認知症チェックリスト」で3つ以上当てはまる場合は、かかりつけ医に相談してみましょう。

「認知症チェックリスト^{※2}」（目安であり、認知症の診断をするものではありません）

- ☐ 同じことを言ったり聞いたりする
- ☐ 蛇口・ガス栓の閉め忘れや、火の用心ができなくなった
- ☐ 物の名前が出てこなくなった
- ☐ 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- ☐ 複雑なテレビドラマが理解できない
- ☐ 以前はあった関心や興味が失われた
- ☐ 夜中に急に起きだして騒いだ
- ☐ だらしなくなった
- ☐ 日課をしなくなった
- ☐ 時間や場所の感覚が不確かになった
- ☐ 慣れた場所で道に迷った
- ☐ 財布などを盗まれたと言う
- ☐ ささいなことで怒りっぽくなった



認知症になったら
どうしよう？

認知症の人を
支えることになったら？

もしもに備えて、認知症を正しく理解しよう

周りの人の理解やサポートによって、認知症を抱えながらも以前と変わらない生活を続けている人もいます。適切に対応するためには、まず認知症について正しく理解しましょう。

認知症を知る① 認知症ガイドブック

認知症の基礎知識や、症状の進行に合わせて受けられる医療、生活支援サービスなどを掲載しています。介護高齢福祉課、地域包括支援センターなどでの配布のほか、市ホームページに掲載しています。

市ホームページID.1004994



認知症を知る② 世界アルツハイマー月間

国際アルツハイマー病協会が、毎年9月に世界中で認知症の啓発活動を行っています。帯広市でもこれに合わせ、認知症についての周知・啓発に取り組んでいます。

市ホームページID.1004992

図書特設コーナー

期間 9月2日(火)～21日(日)
場所 図書館（西2南14）



認知症啓発パネル展

期間 9月8日(月)～16日(火)
場所 市民ホール（市庁舎1階）



認知症を知る③ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症の人とその家族を見守る応援者です。養成講座では、具体的な症状や認知症の人との接し方などを学びます。市民または市内に通学・通勤している人であれば、誰でも受講できます。

令和7年度の実施予定

参加無料

開催日時	場 所
9月11日(木)、18時30分～20時	図書館（西2南14）
11月27日(木)、14時～15時30分	啓北コミセン（西13北2）
翌年2月24日(火)、14時～15時30分	西福祉センター（西23南1）

申し込み

各開催日の2日前までに、介護高齢福祉課へ電話するか、WEBフォームから申し込みください。



「仕事で接客時に、認知症かな？と思うお客さんが増えた」などということはありますか？
接遇を向上させたい企業や団体単位での申し込みもお待ちしています。
詳しくはお問い合わせください。



認知症カフェに行ってみよう



認知症カフェは、自身や家族が認知症である人や、「そういう年頃だから」と気になっている人など、認知症の有無に関わらず、誰でも認知症に関する情報交換などができる場所です。

認知症サポーターや専門職のスタッフもいるので、認知症に関する相談も可能です。詳しく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.1014801

認知症カフェ「にこにこカフェ」▶



参加者の声

物忘れが増えてきた妻と、昨年から参加をしています。
現在通っている認知症カフェでは、妻の趣味である編み物を他の参加者へ教える機会があり、「何を教えようか」「どんな毛糸を使おうか」と準備している時の妻は楽しそうでした。
参加者の皆さんと話せるほか、簡単な体操や講話もあり、妻も認知症カフェを楽しみにしていて、毎月通っています。



※1 国立大学法人 九州大学「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究 報告書」より

※2 愛知県・国立研究開発法人国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」より

new!



帯広市からの

お知らせ

9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）

イベント・講座

令和7年度帯広市戦没者追悼式

戦争で亡くなられた人を追悼し、平和への誓いを新たにします。

①帯広市戦没者遺族会創立80周年記念式典

②帯広市戦没者追悼式

日 9月21日(日)、①10時30分～11時、②11時～12時

場 とかちプラザ（西4南13）

問 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4146）

都市農村交流センター
サラダ館のイベント

場 問 都市農村交流センターサラダ館（西22南6、☎36・8095）

◆親子で学ぼう！収穫＆料理体験

ジャガイモを収穫して料理する。

対 子どもと保護者

日 9月13日(土)、10時～12時

定 先着8組

￥ 1組1000円（子ども1人追加につき別途500円）

申 9月6日(土)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へ。

市ホームページID.1017709

◆サラダ館青空市

野菜や雑貨の販売のほか、キッチンカーも出店予定。

日 9月23日(祝)、10時～15時

市ホームページID.1012934

プラザ・エンジョイスクール
2025年度第3期講座

10月から12月までに開催する講座の受講生を募集します。

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を確認してください。

対 高校生以上

場 申 問 9月3日(水)～24日(水)までに、直接とかちプラザ(西4南13、☎22・7890)へ。



▲茶道（裏千家）

動物園のイベント

申 各申込期間内に市ホームページ内のWEBフォームから申し込み。郵便はがきで申し込む場合は、記載事項を市ホームページで確認するか、問い合わせください。

場 問 動物園（〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎24・2437）

◆親子で飼育体験

掃除・エサやり・観察を通じて飼育員の世界をのぞく。

対 小学1～3年生と保護者

日 10月4日(土)、10時30分～12時

定 抽選4組（1組2人まで、初回優先）

申込期間 9月4日(木)～18日(木)

市ホームページID.1005291

◆1日飼育係

対 中学生以上

日 ①9月28日(日)、②10月18日(土)、いずれも10時～15時

定 各抽選4人（初めての人優先）

申込期間 ①8月28日(木)～9月11日(木)、②9月18日(木)～10月2日(木)

市ホームページID.1005289

第36回親と子のわくわく音楽会

楽器の演奏体験や、オーケストラの生演奏を楽しめる。

対 小学校低学年以下と保護者

日 9月7日(日)、13時15分～15時30分

定 先着1540人

場 問 市民文化ホール（西5南11、☎23・8111）

百年記念館のイベント

場 問 百年記念館（〒080・0846緑ヶ丘2番地、☎24・5352）

休 館 日月曜日(祝日の場合は火曜日)

◆特別企画展

日 9月6日(土)～10月13日(祝)、9時～17時

・「ヘルマン・ヘッセ 昆虫展～少年の日の思い出～」

チョウの標本や銅版画、ヘッセ手描きの水彩画など展示。

・「子どもの詩『サイロ』のなかの虫たち」

児童詩誌「サイロ」に掲載された詩と、登場する虫たちを紹介。

◆特別企画展関連事業

・博物館講座「みんなで国語の授業を受けてみませんか」

ヘッセの小説「少年の日の思い出」を題材に、国語の授業を体験する。

講師 今本明氏（元北海道子どもの本連絡会 運営委員長）

日 9月14日(日)、14時～15時30分

定 先着36人

申 9月2日(火)～12日(金)までに、電話で百年記念館へ。

・体験教室「ちょうちょのキーホルダーをつくろう」

プラバンに羽の模様を描いて作る。

日 ①9月15日(祝)、②23日(祝)、いずれも9時30分～12時、13時～15時（1人15分程度）

￥ 100円

・博物館講座「ものがたりの昆虫12」

講師 伊藤彩子（帯広百年記念館学芸員）

日 9月20日(土)、14時～15時30分

定 先着50人

申 9月9日(火)～19日(金)までに、電話で百年記念館へ。

◆ロビーコンサート「緑ヶ丘 犬と思い出の散歩道」

尺八や箏などの和楽器の共演。

出演 岩野邦楽研究所

日 9月14日(日)、17時30分～19時（17時開場）

◆連続講座「十勝の古文書を読む」

古文書の読み方を学ぶ。

日 ①9月21日(日)、②10月5日(日)、③19日(日)、④11月2日(日)、いずれも14時～16時、全4回

定 先着30人

申 9月9日(火)～19日(金)までに、電話で百年記念館へ。

◆令和7年度後期陶芸講座

対 管内在住で18歳以上の初心者

日 10月7日～翌年2月25日までの原則毎月第2・4火・水曜日、いずれも10時～15時、全18回

定 抽選36人（初受講者優先）

￥ 1万円、別途材料費6000円程度

申 9月2日(火)～20日(土)までに、往復はがきで百年記念館へ。記載事項は市ホームページで確認するか、問い合わせください。

市ホームページID.1020409

児童会館のイベント

場 申 問 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。

◆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 9月6日(土)、14時～14時40分

定 先着50人

◆星の観察会「夏の星座と二重星をみよう」

日 9月12日(金)、19時～20時15分

定 先着75人

申込期間 8月29日(金)～9月12日(金)

◆親と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 9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 9月14日(日)、10時～12時

◆親子科学実験教室「ガリガリプロペラをマスターしよう」

ガリガリすると回るプロペラを作り、マジックも習得する。

対 小学生以上と保護者

日 9月21日(日)、①10時～11時、②13時15分～14時15分

定 各先着10組（各最大20人）

申込期間 9月7日(日)～21日(日)

◆青少年のための科学の祭典

楽しみながら科学の不思議を体験できる。申し込み不要。

日 9月21日(日)、10時～15時

◆親子おもしろ教室「パタパタちようちょ」

マグネットを使って、羽がパタパタ動く工作を作る。

対 幼児～中学生。小学2年生以下は保護者同伴

日 9月27日(土)、①9時30分～10時15分、②10時30分～11時15分

定 各先着10組（各最大20人）

申込期間 9月13日(土)～26日(金)

歴史のある木を学ぶ
バスツアー

市内にある保存樹木の特性や歴史を学ぶ。市庁舎集合、解散。

対 市内在住者

日 9月26日(金)、9時～11時45分

定 先着15人（初めての人優先）

申 問 9月1日(月)～12日(金)までに、直接または電話でみどりの課（市庁舎6階、☎65・4186）へ。

あそびの森のあしあとづくり

NPO法人ぷれいおん・とかちと共に、森で過ごす時間を楽しみながら、森づくりを行う。

日 9月21日(日)、10時～14時

定 先着30人 ￥100円

場 申 問 8月26日(火)～9月20日(土)までに、直接または電話で帯広の森・はぐくーむ（南町南9線49、☎66・6200）へ。

第40回 おびひろ健康まつり

日 9月7日(日)、10時～13時
場 健康推進課(東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721)

十勝・帯広の医療や保健に関する団体と、地域で活躍する健康づくりボランティアが協力して、健康な体づくりや健康管理の大切さを伝えるイベントです。楽しみながら自分の健康状態を知り、健康づくりについて学ぶことができます。

主な催し

健康体操、医師による講演会、^{けい}頸動脈エコー体験、ベジチェック、歯科相談、心肺蘇生法体験、縁日コーナー、など



市ホームページID.1007436

スポーツ教室についてのお知らせ

8月20日(水)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、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」を確認してください。

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

※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	10月4日(土)	音楽&リズムであそぼう(1・2歳児②)	令和4年4月～令和6年3月生まれの幼児と保護者	9月16日(火)
	10/20(月)～12/22(月)の月曜日：全8回	エンジョイ♪エクササイズ!!(3回目)	16歳以上	9月30日(火)
	10/24(金)～12/12(金)の金曜日：全8回	からだスッキリヨガ(3期)	16歳以上	各開催日(各先着25人)
帯広の森市民プール	10/10(金)～11/14(金)の金曜日：全6回	ストレッチボールtoピラティスで姿勢改善教室(2回目)	16歳以上	9月15日(祝)
	10/17(金)～11/28(金)の金曜日：全7回	めだか水泳教室(3回目)(金曜日コース)	小学生の初心者	9月29日(月)
	10/20(月)～11/17(月)の月曜日：全5回	おやこ水泳教室(4回目)	1歳(歩ける幼児)～3歳児と保護者	9月29日(月)
	10/20(月)～11/24(金)の月曜日：全6回	幼児水泳教室(4回目)	幼稚園・保育所の年中・年長の幼児	9月15日(祝)
	10/22(水)～12/3(水)の水曜日：全7回	めだか水泳教室(3回目)(水曜日コース)	小学生の初心者	9月29日(月)
明治北海道十勝オーバル	10/8(水)～11/19(水)の水曜日：全6回	筋膜リリースヨガ②	16歳以上	9月29日(月)
帯広の森第二アイスアリーナ	10/4(土)～10/20(月)の月・水・土曜日：全8回	ちびっこスケート教室(1回目)	小学1・2年生および3～6年生の未経験者	9月12日(金)
	10/22(水)～11/8(土)の月・水・土曜日：全8回	ちびっこスケート教室(2回目)	小学1・2年生および3～6年生の未経験者	9月13日(土)～10月3日(金)
帯広の森スポーツセンター	10/11(土)～10/19(日)の土・日曜日：全4回	フィギュアスケート初心者教室	4歳以上	9月26日(金)

場 帯広の森体育館(南町南7線56、☎48・8912)
帯広の森市民プール(南町南7線56、☎47・3630)
明治北海道十勝オーバル(南町南7線56、☎49・4000)
帯広の森第二アイスアリーナ(南町南7線56、☎48・6256)
帯広の森スポーツセンター(南町南7線56、☎48・2401)

とかち大平原交流センターのイベント

対 子どもと保護者

場 問 とかち大平原交流センター(川西町基線61、☎53・4780)

申 各申込期間内にとかち大平原交流センターホームページ内のWEBフォームから申し込み。



◆畑からカレーを作ろう!

野菜を収穫してカレーを作る。

日 9月27日(土)、9時30分～12時30分
定 抽選9組

¥ 1組1500円(子ども1人追加につき別途500円)

申込期限 9月10日(水)

市ホームページID.1012636

◆ハロウィン飾りをつくろう!

ハロウィンかぼちゃを収穫し、飾りを作る。

日 10月4日(土)、①10時～11時30分、②13時30分～15時

定 各抽選8組

¥ 1組1500円

申込期限 9月20日(土)

市ホームページID.1012634



◆さつまいも掘り体験!「紅はるか」を掘ろう!

日 10月11日(土)、①9時30分～11時30分、②13時30分～15時30分、③12日(日)、9時30分～11時30分

定 各抽選8組

¥ 1組1400円

申込期間 9月1日(月)～30日(火)

市ホームページID.1012631

ソーセージ、チーズ作り体験研修

場 申 問 8月21日(木)から各申込期限までに、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

◆ソーセージ作り(全3種、計約750グラム)

日 9月14日(日)、10時～14時

定 先着10人

¥ 2200円

申込期限 9月5日(金)

◆チーズ作り(約1キログラム)

日 ①9月20日(土)～21日(日)、②10月4日(土)～5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

¥ 各3000円

申込期限 ①9月12日(金)、②26日(金)

◆ソーセージ作り(約750グラム)

日 9月28日(日)、10時～14時

定 先着10人

¥ 2000円

申込期限 9月19日(金)

森の交流館・十勝のイベント

場 問 森の交流館・十勝(西20南6、☎34・0122)

◆インターナショナル・トーク(ナイジェリア)

帯広畜産大学留学生のアーメッドさん(ナイジェリア出身)がナイジェリアについて紹介する。トークは日本語と英語で行う。

対 小学生以上

日 9月20日(土)、15時～16時30分
市ホームページID.1001475

◆第88回キッズ・プレイグラウンド(ハロウィーン)

クリス国際交流員(アメリカ出身)と歌や絵本で交流し、ハロウィーンをテーマに工作を作る。

対 6歳までの子どもと保護者(兄妹の参加も可能)

日 9月27日(土)、10時30分～12時
定 先着45組

申 9月17日(水)までに、WEBフォームから申し込み。



スマートフォン体験教室

スマートフォンの基本的な使い方について、カメラやLINEなどを実際に操作しながら学ぶ。

日 9月29日(月)、①10時～12時、②13時30分～15時30分

場 市庁舎10階第2会議室

定 各先着15人

申 問 9月1日(月)～12日(金)までに、電話でICT推進課(市庁舎9階、☎65・4117)へ。

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、直接または電話で帯広消防署救急課(西6南6、消防庁舎1階、☎26・9132)へ。

①のうち②と③、および③はWEBフォームからの申し込みも可能。



①普通救命講習

①は子どもの、②と③は成人の傷病者に対する技能を習得する。

日 ①9月8日(月)、②9日(火)、③28日(日)、いずれも13時30分～16時30分

場 ①②消防庁舎(西6南6)、③柏林台出張所(柏林台西町2)

申込期限 ①9月1日(月)、②2日(火)、③21日(日)

②上級救命講習

高度な知識と技術に関する講習。

日 9月12日(金)、9時～16時

場 消防庁舎(西6南6)

申込期限 9月5日(金)

③実技救命講習

対 応急手当WEB講習受講者

日 9月19日(金)、18時30分～20時30分

場 南出張所(西17南41)

申込期限 9月12日(金)

LGBT等の若者
居場所づくり事業「VIVID!!」

参加者同士でゲームなどにより交流を行うほか、専門のスタッフが悩み相談にも応じる。

対 管内在住の10代～23歳までのLGBT等当事者

日 9月27日(土) 13時30分～16時30分
場 市内（参加希望者は問い合わせください）

申 9月26日(金)までに、
WEBフォームから申し込み。



問 市民活動課（市庁舎3階、☎65・4134）

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。

対 市民

日 9月19日(金)、13時30分～15時
定 先着3人（1人30分）

場 申 問 9月11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（西4南13、とかちプラザ内、☎22・8393）へ。

担当課 商業労働課

帯広市消費者講座

特殊詐欺の手口を帯広警察署の警察官で落語家の岡崎傑（三遊亭ろ好）氏による防犯落語で学ぶ。

日 9月30日(火)、14時～15時
場 とかちプラザ（西4南13）

定 先着70人

申 問 8月28日(木)～9月29日(月)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.1011090

第54回みんなの消費生活展

「こうしたい暮らし・未来を考える」をテーマに、消費生活に関する情報を楽しく学ぶイベント。詳細は、市ホームページを確認してください。

日 9月6日(土)、10時～16時
場 とかちプラザ（西4南13）

主な催し

体験	はかりにチャレンジ（お菓子100gを量って当ててみよう!）
展示	知ってお得な消費生活情報 帯広消費者協会活動の紹介 新聞紙エコバッグ・ネコキャップ（販売あり）

問 商業労働課（市庁舎7階、☎65・4132）

市ホームページID.1011087

十勝サイクルウィーク

子どもから大人まで楽しめるサイクリングイベントを開催します。詳細は、十勝サイクルウィークのホームページを確認してください。

日 9月20日(土)～28日(日)

問 観光交流課（市庁舎7階、☎65・4169）



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 9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

高齢者ドライビング体験会

自家用車での自動車学校コース走行や視力検査などを通じて、運転技術および適正をチェックする。

対 自家用車の持ち込みができる65歳以上の市民

日 9月30日(火)、9時～11時

場 帯広第一自動車学校（稲田町東1線）

定 抽選20人

申 問 8月21日(木)～9月19日(金)までに、電話で危機対策課（市庁舎5階、☎65・4131）へ。

WEBフォームからも申し込み可能。



「東館千鶴子ろうどくの会」
結成6周年公演

童謡や唱歌、ギターの伴奏に乗せた歌謡などを朗読する。

日 9月15日(祝)、13時30分～15時

定 先着50人

場 問 図書館（西2南14、☎22・4700）



第17回財団杯
パークゴルフ大会

パークゴルフ愛好者の親睦を深めるイベント。

対 16歳以上

日 10月5日(日)、8時30分～13時

場 帯広の森運動公園パークゴルフ場（南町南7線56）

定 先着80人

￥1000円

申 帯広市文化スポーツ振興財団ホームページを確認してください。



申込期限 9月19日(金)

問 帯広の森陸上競技場（南町南7線56、☎47・1188）

担当課 スポーツ課

募 集

市営住宅入居者を募集
（9月定期募集分）

申し込み方法や入居者資格は問い合わせください。このほか、随時受け付けている住宅もあります。

申込日 9月1日(月)～3日(水)、8時45分～17時30分（初日のみ19時まで）

場 申 申込日に、直接会場（市庁舎10階第2会議室）へ。

問 住宅営繕課（市庁舎3階、☎65・4190）

2025
帯広市スポーツフェスティバル

10月13日(祝)を中心に、各種スポーツイベントを開催します。イベント終了後17時まで、一部の体育施設を無料開放します。詳細は、市ホームページや生涯学習施設などに設置のチラシを確認してください。



担当課 スポーツ課（市庁舎8階、☎65・4210）

●10月13日(祝)に開催するイベント

イベント名	申込期限	イベント名	申込期限
マイクロミニバスケットボール	9月26日(金)	ボールで遊ぼう	10月6日(月)
帯広市スポーツフェスティバル協賛 十勝ジュニアフットサル大会（U9～U12）	9月28日(日)	カーリング体験会	10月10日(金)
小中学生卓球大会	9月30日(火)	向井流水法：游法公開	申込不要
ソフトボール試合		2025帯広市スポーツフェスティバルバドミントン競技	
ブロック交流会	10月1日(水)	ボッチャ体験会	
スポーツフェスティバル テニス大会		ラジオ体操	
2025市民スポーツ弓道大会	10月3日(金)	野球体力測定	
2025帯広市スポーツフェスティバルパークゴルフ大会	10月4日(土)	車いすバスケ体験	申込不要
ウォーキング	10月5日(日)	帯広市スポーツフェスティバルアーチェリー体験試射会	
ピックルボール体験会			

●10月13日(祝)以外に開催するイベント

イベント名	申込期限	イベント名	申込期限
十勝体操競技スペシャリストカップ2025	9月17日(水)	帯広市スポーツフェスティバル2025明治北海道十勝オーパルススピードスケート競技会第2戦	9月26日(金)
クローバー総体クラブ体験会	9月25日(木)	トカプチ秋の散策サイクリング	10月6日(月)
2025帯広市スポーツフェスティバル第13回全十勝タグラグビー大会兼 なの花薬局カップ2025十勝大会	9月26日(金)	水中歩行・ミニテニス・卓球	申込不要

市民大学講座

場 とかちプラザ（西4南13）。なお、第22集は市民活動交流センター（西4南9）、第24集はおびひろ動物園（緑ヶ丘2）集合

問 申 各開催日の前日まで（土・日曜日、祝日を除く）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。未就学児（2歳以上）の託児希望は、とかちプラザが会場の講座は各開催日の一週間前、第26集は9月19日(金)までに申し込み。

※第24集の申し込み方法は、市ホームページを確認してください。
※第25集はZoom受講の場合、9月23日(祝)までに市ホームページから申し込み。

市ホームページID.1006968

講座名	講師（役職）	日時	定員
第22集 健康麻雀入門講座 ～リーチができれば麻雀はできる～	ノブ小田島 氏 （日本プロ麻雀協会23期前期 関東本部所属）	9月10日(水) 14時30分～16時	先着30人
第23集 【消費者講座】 おうち de クリーニング ～家庭洗濯の活用とポイント～	北原 徹 氏 （花王株式会社 生活者コミュニケーションセンター）	9月18日(木) 10時～11時30分	先着70人
第24集 【帯広畜産大学連携】 モモンガってなんだ？ 夕暮れモモンガ観察会	浅利 裕伸 氏 （帯広畜産大学 准教授）	9月20日(土) 16時45分～18時30分 （小雨決行）	抽選30人 （中学生以下は保護者同伴）
第25集 依田勉三の米づくり 晩成社途別農場における 水田事業の歴史	大和田 努 氏 （帯広百年記念館 学芸員）	9月25日(木) 14時30分～16時	先着70人 （Zoom配信あり）
第26集 【知るばると塾 in 帯広】 ぜびとも知っておきたい！ 住まいと今後の ライフプランの関わり方	小林 信之 氏 （J-FLEC講師・CFP®認定者（ファイナンシャル・プランナー））	9月30日(火) 14時～15時30分	先着50人

帯広市議会（9月定例会） 9月4日(木)～30日(火)までの日程で開催予定です。詳細は、市議会ホームページをご覧ください。

問 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.1001274



健康・福祉

働き盛りのバランスご飯教室

2種のチキントルティーヤ、ポキ風サラダ、きのこたっぷり豆乳スープ、ミックスベリーのマシュマロプリンを作る。

対 20歳～49歳の市民

日 ①10月18日(土)、②11月8日(土)、いずれも10時～13時

定 各先着12人

場 申 9月10日(水)から各開催日の10日前までに、直接または電話で健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）へ。

市ホームページID.1004848

認知症・家族の集い「茶話会」

対 市民

日 9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 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4145）

市ホームページID.1014775

エキノコックス症検診

対 小学3年生以上の市民のうち、過去5年間受診していない人

日 9月7日(日)、10時～13時

¥ 300円（中学生以下無料）

場 問 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



住友生命保険相互会社協力事業
バイタリティ



Vitality おびひろウォーク

スマートフォン用アプリ「SPOBY」と「Vitality」を利用した健康づくり事業です。毎週アプリ内で設定される目標を達成すると、さまざまな特典を獲得できます。詳細は市ホームページを確認してください。

対 市民または市内に通勤・通学している人

実施期間 9月8日(月)～11月2日(日)

申込期間 9月1日(月)～7日(日)

定 先着500人

問 健康推進課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9721）

申し込み登録会を開催します

日 ①9月2日(火)、10時～15時
②9月7日(日)、10時～13時

場 保健福祉センター



請求期限は令和10年3月31日

特別弔慰金のお知らせ

戦没者などの遺族に対し、国として改めて弔慰の意を表するため特別弔慰金を支給します。

支給内容 額面27万5000円、5年償還の記名国債（年間5万5000円）

●支給要件などは市ホームページを確認するか、問い合わせください。
●過去の請求状況などにより必要書類が異なります。事前に問い合わせください。
●手続きの際は、必ず請求者の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）をお持ちください。

問 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4146）

市ホームページID.1019852



みんなで健康づくり



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）

市ホームページID.1014181

香りへの配慮をお願いします

皆さんの身近にも、香水や柔軟剤などの香りによる体調不良（化学物質過敏症）でつらい思いをしている人がいるかもしれません。香りの感じ方には個人差があり、自分にとって快適な“香り”でも“不快”を感じる人もいます。

香りによって起こる体調不良（化学物質過敏症）の症状の例

頭痛 せき 吐き気
めまい だるさ など



香り付き製品の使用にあたっては、周囲への配慮をお願いします。

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できる。詳細は市ホームページを確認の上、各事業者へ問い合わせください。

対 65歳以上の市民

問 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4145）

市ホームページID.1006491



障害者生活支援センターからの
お知らせ

場 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）

◆ふれあい交流事業『なぞときスタンプラリー』

障害のある人もない人も一緒に、謎解きスタンプラリーをしながら交流するイベント。小学生以下は保護者同伴。

日 9月20日(土)、10時20分～12時

場 緑ヶ丘公園（公園東町5）

定 先着100人

申 9月5日(金)までにWEBフォームから申し込み、もしくは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ID.1004927

◆聴覚障害者学級
講師 新津有輝子氏

テーマ 「心ゆったり、体元気に～らくらく体操講座」

対 市内在住の障害者手帳（聴覚）を持つ人と家族

日 10月11日(土)、10時～11時30分

定 先着15人

申 9月16日(火)～29日(月)までに、直接、電話またはファクスで障害者生活支援センターへ。

◆障害者生活支援センター基礎的事業の受講生を募集（後期）

初めての人は見学可能。

対 市内在住の身体障害者手帳を持つが難病の18歳以上

日 10月10日(金)～翌年3月12日(木)、
①卓球（水曜日、10時～11時30分）、
②革工芸（水曜日、13時30分～15時）、
③書道（木曜日、9時45分～11時15分）、
④陶芸（金曜日、13時30分～15時）、
いずれも全16回

定 ①先着20人、②～④各先着15人（いずれも初めての人優先）

¥ 材料費の実費負担あり

申 8月25日(月)～9月5日(金)までに、直接、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ID.1004947

健康相談

対 市内在住の18歳以上

日 ①9月9日(火)、②19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 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。

北海道対がん協会からの
お知らせ

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、保健福祉センター内、☎27・2345）

担当課 健康推進課

◆巡回バスによる肺がん・結核検診（胸部X線検査）

電話での事前予約のほか、当日、直接来場しても受診可能。

対 15歳以上の市民

日 場 ▶西10号会館前（西21南2）、9月4日(木) ▶光南福祉センター（東7南21）、9月8日(月) ▶MEGAドン・キホーテ（西21南4）、9月19日(金) ▶ダイイチみなみ野店（南の森東1）、9月24日(水)、いずれも12時30分～13時30分

¥ 400円（39歳以下の人、国保加入者など一部の人無料）

市ホームページID.1006484

◆ランチ＆運動教室

生活習慣病予防のための食事と栄養学習、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

日 10月15日(水)、12時15分～13時45分

場 西帯広コミセン（西23南2）

定 先着12人

申 10月3日(金)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へ。

市ホームページID.1004846



保育職場就労支援セミナー

保育士による講演のほか、市内の保育施設を紹介する。託児（無料）あり。

対 保育士の資格があり、市内の保育職場に就労を希望している人、または資格はないが保育補助として働いてみたい人

日 10月10日(金)、9時30分～12時

場 保健福祉センター（東8南13）

申 9月1日(月)～26日(金)までに、WEBフォームから申し込み。

問 松葉保育所（西23南1、☎37・5841）

市ホームページID.1004605



人権擁護委員が 委嘱されました

帯広市の人権擁護委員として、
岩田明子さん、加藤幸子さんが再
任、佐藤康則さんが新任され、法
務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は、いじめや虐待、
DV、セクハラなど人権に関する
さまざまな相談に応じています。
相談日月～金曜日、8時30分～17
時15分

場 釧路地方法務局帯広支局（東
5南9、☎24・5823）

担当課 市民活動課



教育・子育て

ほんわかファミリー教室

対 市内在住の令和8年1月に初出
産予定の夫婦

日 9月20日(土)、13時30分～15時30分

申 9月17日(水)までに、
「子育てアプリおびモ」
から申し込み。



場 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

各テーマで講話を行い、個別の
相談に応じる。

対 妊婦または0歳児と保護者。第
2子以降の人も参加できるが、1
歳以上の兄弟は参加不可

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。

場 健康推進課（東8南13、保健福
祉センター内、☎25・9722）

①歯っぴい講座

日 9月9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）

②歯っぴい講座

日 9月18日(木)、10時～11時10分

場 地域子育て支援センターあじさ
い（東9南19、☎67・6231）

③もぐもぐ食事講座

日 9月26日(金)、10時～11時10分

場 地域子育て支援センターすずら
ん（柏林台西町5、☎36・2388）



保険・年金・税金

年金生活者支援給付金

今年新たに給付要件を満たす人
に、日本年金機構より9月頃から
順次、年金生活者支援給付金請求
書が送付されます。提出が遅れる
と、受け取れる給付金額が減る場
合があります。必要事項を記入し
て速やかに提出してください。

場 給付金専用ダイヤル（☎0570・
05・4092）、帯広年金事務所（西1
南1、☎21・1511、音声案内1番
→2番）

担当課 戸籍住民課

宿泊税に関するお知らせ

対 宿泊事業者

場 市民税課（市庁舎2階、☎65・
4119）

◆宿泊税事業者説明会

特別徴収に関わる事務およびシ
ステム整備に伴う補助金などにつ
いて説明。

日 9月9日(火)、10時～12時

場 ソネビル6階（西6南6）

◆宿泊税導入に向けたシステム整 備費補助金

宿泊税の導入に伴い発生するシ
ステム整備費用の一部を補助。

申請方法などの詳細は市ホーム
ページを確認してください。

市ホームページID.1019186



その他

令和7年度市民まちづくりアン ケートの結果を公表しました

市では、市民の皆さんが帯広の
住み心地やまちづくりにどのよう
な実感を持っているかを調査する
ため、「市民まちづくりアンケート」
を毎年実施しています。

結果の詳細は各コミセンなどで
閲覧できるほか、市ホームページ
に掲載しています。

場 企画課（市庁舎5階、☎65・
4105）

市ホームページID.1003263

マイナンバーカードの大切なお知らせ

2つの有効期限は大丈夫ですか？

マイナンバーカードには、①カード本体と②電子証明書にそれぞれ
有効期限があります。更新が必要な人には、有効期限の2～3カ月前
に「有効期限通知書」が届くので、通知書に従い手続きをしてください。
詳しくは、市ホームページを確認するか、問い合わせください。

場 帯広市役所マイナンバー窓口
（市庁舎10階第6会議室内、☎65・4234）

担当課 戸籍住民課



①カード本体の有効期限

②電子証明書の有効期限



福祉の広場



問い合わせ 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4145）

市ホームページID.1009456

見過ごさないで！ 高齢者虐待

高齢者虐待は、身近な人が早期に気付くことで深刻化を未然に防止
できます。高齢者の中には、虐待を受けていても声に出せない人がい
ます。

あなたの周りにもそんな人はいませんか？

虐待をしている人に自覚がない場合もあります

介護者が一人で介護の負担を抱え込むことで、気付かないうちに、
虐待に発展している場合もあります。

虐待を防ぐために

地域でのあいさつ、声掛け、見守りなどが虐待防止につながります。

高齢者虐待のサイン

- 「家にいたくない」「蹴られる」などの訴えがある。
- 居住する家が極端に不衛生である。
- いつも汚れた衣服を着ている。
- 年金や財産があるはずなのにお金がないと訴える。
- 介護者が高齢者に対して過度に乱暴な口の利き方をし
ている。
- 自宅から高齢者本人や介護者・家族の怒鳴り声や悲
鳴、物を投げる音などが聞こえる。



虐待かとも思ったらまずは相談を

虐待を受けたと思われる高齢者を発見した人は、
一人で悩まず、介護高齢福祉課や地域包括支援セ
ンターに相談してください。



▲高齢者の相談窓口

秋はヒグマの出没に注意！

問い合わせ 農村振興課（市庁舎7階、☎65・4173）

秋はキノコ採りなどで野山に立ち入る人も多く、ヒグマと遭遇
する可能性が高まるシーズンです。

ヒグマの生息域に入るという心構えを持ち、市ホー
ムページなどでヒグマの情報を確認しましょう。



ヒグマと出会わないために

ヒグマと遭遇したときに確実に身を守る方法はありません。何
より大切なのは、ヒグマと出合わないことです。

①ヒグマに近づかないためには

- ・鈴やラジオなど音の出るものを携帯す
る、大声で話す、車のクラクションを
鳴らすなど、人間の存在をヒグマに知
らせる
- ・日の出、日没前後などの薄暗い時間帯
は野山に立ち入らない
- ・複数人で行動する
- ・ヒグマのふんや足跡、木に爪を立てた
跡などを見かけたら直ちに引き返す



▲足跡

▲ふん

②ヒグマを引き寄せないためには

- ・収穫後の農作物や、家庭から出た生ご
みを屋外に放置しない
- ・庭先の果物を収穫せずに放置しない
- ・山林などに、においの強い食べ物を持
参しない
- ・弁当や飲み物などの食べ残しや容器は
必ず持ち帰る（土中に埋めてもいけま
せん）



5年に一度、全員参加の統計調査



国勢調査2025

令和7年国勢調査にご協力をお願いします

詳細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.1020279

調査期日10.1水

総務省統計局・都道府県・市区町村

●対象者

令和7年10月1日(水)時点で、日本に住んでいるすべての人と世帯

●調査の流れ

①調査書類の配付
9月20日(土)から、調査員が各世帯を訪問し、調査書類を配付

②回答期間
インターネット回答：9月20日(土)～10月8日(水)
郵送提出または調査員への提出：10月1日(水)～8日(水)

③未回答世帯への再訪問：10月27日(月)まで

●簡単！スマホで回答

- ・配付書類に記載の二次元コードを読み取ることで、24時間いつでも回答可能
- ・10分程度で完了（ひとり暮らしの人の目安）

●個人情報保護について

国勢調査で得た内容は、統計法により厳格に保護され、統計を作成する目的以外に使用されることは一切ありません。

問総務課（水道庁舎3階、☎65・4104）

パブリックコメント（市民意見提出制度）

問各担当課

市ホームページID.1004167

下記の条例の改正および計画の改訂に当たり、市民の皆さんから意見を募集します。

原案および募集要領は、各コミセンや担当課、市ホームページなどで公開します。意見を提出する場合は、**9月1日(月)～30日(火)**までに、案件名、氏名、住所、意見を書いて、郵送・持参・ファクス・Eメール・WEBフォームのいずれかで担当課へ提出してください。詳細は、募集要領を確認してください。

帯広市建築物における駐車施設の 附置等に関する条例（改正骨子案） 商業地域などに大規模建築物を 建てる際の駐車場に関する条例の 改正 担当課 都市政策課（市庁舎6階、 ☎65・4176）	第二次帯広市総合除雪基本 計画（改訂原案） 除雪に関わる指針・施策 などを定める計画の見直し 担当課 道路維持課（南町南 6線46、☎48・2322）
--	---

ごみの減量に取り組もう！

帯広市では9月17日(水)～10月31日(金)を秋のごみ減量・資源化促進月間としています。

令和6年度における、市民一人一日当たりのごみ排出量は856グラムで、前年度より21グラム、総排出量では1917トンの削減となりました。皆さんのご協力により、ごみの減量と資源化が進んでいます。今後更なる減量を進めるため、燃やすごみの約4割を占める生ごみの減量に取り組みましょう。

◇ 秋のリサイクル広場 ◇

ごみの減量やリサイクルに関するパネルなどを展示。

日 9月17日(水)～19日(金)
9時～17時（初日は13時から、最終日は15時まで）

場 市民ホール（市庁舎1階）

問 清掃事業課（西24北4、☎37・2311）

市ホームページID.1002805

安心安全メモ

問い合わせ 危機対策課（市庁舎5階、☎65・4131）

反射材を身に着けよう！

秋になると日没時間が早まり、薄暮の時間帯には交通事故が起きやすくなります。

夜間に外出する際は、反射材やLEDライトなど、身の回りを明るくするものを身に付け、周囲に自身の存在をしっかりとアピールすることが、交通事故から身を守る第一歩となります。

反射材とは？

自動車のヘッドライトなどの光を反射することで、明るく見えるよう工夫された素材を使った交通安全グッズです。

夜間や周囲が暗くなる状況では、ドライバーから歩行者の姿が視認しづらくなります。自身の外出スタイルに合わせて、反射材やLEDライトなどを携帯するようにしましょう。

昼間

夜間

反射材用品等を着用した場合

昼間

夜間

反射材用品等を着用しない場合

危機対策課で反射材を無料配布しています！



かばんに付けられるタイプや、靴などに貼ることができるシールタイプもあります。

興味がある人は危機対策課へ問い合わせください。

※数に限りがあります。

みんなの防災

問い合わせ 危機対策課（市庁舎5階、☎65・4103）

防災Q&A ～ペットの災害対策について～



Q1
災害時はペットと一緒に避難していいの？

A1
ペットと一緒に避難できますが、避難所では避難者とは別の場所（屋外など）で、飼い主が世話をすることになります。

Q2
災害に備えてペットのために飼い主ができることは？

A2
フードや水は最低でも5日分は用意しましょう。ケージや首輪、リード、ペットシーツやトイレ、排泄物の処理用具のほか、飼い主の連絡先やワクチンの接種記録などがあると安心です。



危機対策課 神谷係員

市公式YouTubeで防災に関する動画を公開しています

ペットの災害対策のほか、避難の方法や家庭での備蓄など、防災に役立つ情報を分かりやすく動画で紹介しています。



ペットの災害対策



9月の燃やさないごみ、有害危険ごみの収集日 燃やすごみが月・木曜日収集地区にお住まいの人は、9月3日(水)、17日(水)です。燃やすごみが火・金曜日収集地区にお住まいの人は、9月10日(水)、24日(水)です。 問 清掃事業課（西24北4、☎37・2311）

みんなの市民の掲示板

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。
11月号掲載の締め切りは9月9日(火)です。



12月号以降の掲載方法などは、
市ホームページをご覧ください。

市ホームページID.1004001

担当課広報広聴課

幸福マルシェ 2025

キッチンカーやクラフト雑貨、
モルック体験などのほか、ステー
ジイベントを開催します。

日 9月27日(土)、10時～15時（荒
天中止）

場 幸福交通公園（幸福町東1線）

問 SEEDとかち・三浦 ☎090・6211・
0746）

走る！跳ぶ！投げる！ はじめての陸上教室

運動が苦手でも初心者でも楽し
く陸上競技を体験できる教室です。

講師 帯広畜産大学陸上競技部

対 小学生

日 10月18日(土)、9時～12時、雨天
時10月26日(日)

￥ 200円（保険料）

場 帯広の森陸上競技場（南町南7
線56）、雨天時は帯広畜産大学体育
館（稲田町西2線11）

定 抽選30人

申 9月1日(月)～30日(火)
までに、帯広市文化ス
ポーツ振興財団ホーム
ページから申し込み。

問 帯広の森体育館大学連携事業担
当 ☎48・8912）



フォークダンス無料体験会

初心者を対象とした簡単な踊り
から始めます。運動しやすい服装
と運動靴でお越しください。

日 9月12日(金)、19日(金)、26日(金)、
いずれも18時～19時

場 とかちプラザ（西4南13）

問 帯広フォークダンス協会・柴波
☎090・7642・3855）

帯広市シルバー人材センター 就業体験(保育)

保育の現場で就業体験会を開催
します。

対 就業希望の60歳以上の市民

日 9月16日(火)、10時～11時

場 あじさい保育園（東9南19）

定 先着5人

申 問 9月10日(水)17時までに、電話
で帯広市シルバー人材センター
☎38・2001）へ。

第80回いけばな未生流華展

「未来につなぐ花心」をテーマ
に華展を開催します。

日 9月27日(土)、11時～17時、28日
(日)、11時～16時

場 帯広市民ギャラリー（西2南12）

問 華道未生会帯広支部 ☎62・
2973）

地場産品料理講習会

そばガレット・そばピザなど、地
元の食材を使った料理講習会です。

講師 下川泉巳氏

日 10月10日(金)、10時～14時

場 とかちプラザ（西4南13）

定 先着24人

￥ 1500円（協会会員は800円）

申 問 9月2日(火)～30日(火)までに、電
話で帯広消費者協会 ☎22・7161）へ。

無料調停手続相談会

民事・家事各調停委員が親子問
題、相続、金銭、土地建物などの
問題について相談に応じます。

日 9月28日(日)、10時～16時

場 とかちプラザ（西4南13）

問 釧路地方・家庭裁判所帯広支部
内帯広調停協会 ☎23・5141）

母子家庭等就業・自立支援セ ンターからのお知らせ

管内在住のひとり親家庭の親お
よび寡婦など

申 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。

◆第2回巡回相談会

母子家庭等就業・自立支援セン
ター職員が就業・生活などに関す
る相談に応じます。

日 9月11日(木)、13時30分～15時

場 木野コミセン(音更町木野西通8)

定 先着3人

申込期限 9月10日(水)

◆第2回就業支援セミナー

「印象力アップのマナー×心を
整えるカラーセラピー」をテーマ
に講演します。

講師 鳥宮文氏

日 9月6日(土)、10時～12時

場 グリーンプラザ（公園東町3）

定 先着10人

申込期限 9月5日(金)

医療講演会・交流会

「神経難病に対する訪問リハビ
リの関わり」をテーマにした医療
講演会と交流会を開催します。

講師 桶田恭平氏（十勝リハビリテ
ーションセンター理学療法士）

日 9月14日(日)、①講演会14時～
14時45分、②交流会15時～15時
30分

場 グリーンプラザ（公園東町3）

定 50人

問 北海道であい友の会とかち地
区連絡会・大澤 ☎090・2813・
9444）

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、成年後見・会社関係な
どの登記、土地の境界に関する相
談などに応じます。

日 ①9月9日(火)、18時～20時、②
10月21日(火)、17時30分～20時30
分

場 とかちプラザ（西4南13）

申 問 ①9月2日(火)、②10月14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。

帯広アイヌ協会からのお知らせ

問 帯広アイヌ協会 ☎34・6552）

◆第52回チョマトー慰霊祭

イチャルパ（先祖供養）の実施、
伝統古式舞踊の奉納を行います。

日 9月7日(日)、11時～12時20分

場 チョマトー公園（西16北1）

◆第9回マレック漁

アイヌ文化のマレック漁（サケ
の捕獲）の体験を行います。

対 小学生

日 9月28日(日)、10時～13時15分
（9時受け付け開始）

場 伏古別川水辺の楽校（西13北6）

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）

市ホームページや公式SNSからも情報発信中！

いち早く情報をお届けします



ホームページ



LINE



X



フェイスブック
Facebook



YouTube

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

市ホームページIDの検索方法

広報掲載記事内の7桁の
数字（ページID）を、市ホ
ームページ内「ページID検
索欄」に入力すると、より
詳細な情報が掲載され
たWEBページが表示され
ます。



市公式LINEメニューの「広報おびひろ」からも、ID検索ページを
表示できます。



休日・夜間の医療機関

◆休日夜間急病センター 休日9時～17時、夜間21時～翌朝8時
（内科・小児科、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



十勝飛行場周辺の高さ制限について 帯広駐屯地にある「十勝飛行場」周辺の一定地域内では、航空法により物件などの高さが制限されています。周辺で建物やアンテナなどの設備の使用・設置、打ち上げ花火を行う際は問い合わせください。 問 陸上自衛隊帯広駐屯地（南町南7線、☎48・5121）

今年、5年に一度の国勢調査が行われます。国勢調査と聞いて今でも思い出すのは、昔、テストで「国勢」を「国政」と書き間違え、それがきっかけでいろいろと調べたことです。皆さんは、「国勢」の意味が「国の勢い」ではなく、「全国的情勢」であることをご存じでしたか。そして、「情勢」とは「変化する物事のその時の様子」と辞書に書かれています。

国勢調査のように、国のすべての人を対象とする統計調査は、1790年にアメリカで始まり、今では、200を超える国と地域で実施されています。日本では、アメリカから遅れること130年、大正9年（1920年）に最初の調査が行われました。

1回目の調査時、北海道の人口は東京、大阪に次いで全国3位でしたが、道内の市区町村ではどこが1位だったと思いますか。1位

は函館で、次いで小樽、札幌、旭川、室蘭の順でした。50年後の昭和45年（1970年）の上位5市は札幌、旭川、函館、釧路、小樽、さらに50年後の令和2年（2020年）は札幌、旭川、函館、苫小牧、帯広となっています。

一般的に、人口の集積は地理的条件を背景としながら、基幹となる産業や交通の利便性などに左右される面がありますが、産業別の就業人口や通勤通学状況など、国勢調査の他の調査項目と照らし合わせることで、より多角的な分析が可能となります。

また、国勢調査の結果は、私たちの身近な暮らしにも関わっています。衆議院議員の選挙区の決定や、国から交付される自治体の貴重な財源である地方交付税の算定のほか、コンビニなど企業の出店計画にも活用されています。

長い歴史の中で、国勢調査を取り巻く環境も変化してきています。私が子どもの頃は、家には誰かがいて、しかも鍵は開けたままなのが普通でした。しかし今は、単身世帯や共働き世帯の増加に加え、防犯やプライバシーへの意識の高まりもあって、調査員が訪問調査に伺っても会えないケースや、調査票の回収が難しくなってきています。一方で、インターネットやスマートフォンの普及により、簡単に回答ができる環境も整ってきています。

諸外国との比較も含め、国と地域の実態を数字で明らかにする国勢調査は、より良い社会に向けた国政や市政を進めるための土台となる大切な役割を果たしています。ぜひ、調査に協力していただきたいと思います。

市長コラム

夢 かなうまち おびひろ

私たちの暮らしと国勢調査

帯広市長 米沢 則寿



は函館で、次いで小樽、札幌、旭川、室蘭の順でした。50年後の昭和45年（1970年）の上位5市は札幌、旭川、函館、釧路、小樽、さらに50年後の令和2年（2020年）は札幌、旭川、函館、苫小牧、帯広となっています。

一般的に、人口の集積は地理的条件を背景としながら、基幹となる産業や交通の利便性などに左右される面がありますが、産業別の就業人口や通勤通学状況など、国勢調査の他の調査項目と照らし合わせることで、より多角的な分析が可能となります。

また、国勢調査の結果は、私たちの身近な暮らしにも関わっています。衆議院議員の選挙区の決定や、国から交付される自治体の貴重な財源である地方交付税の算定のほか、コンビニなど企業の出店計画にも活用されています。

長い歴史の中で、国勢調査を取り巻く環境も変化してきています。私が子どもの頃は、家には誰かがいて、しかも鍵は開けたままなのが普通でした。しかし今は、単身世帯や共働き世帯の増加に加え、防犯やプライバシーへの意識の高まりもあって、調査員が訪問調査に伺っても会えないケースや、調査票の回収が難しくなってきています。一方で、インターネットやスマートフォンの普及により、簡単に回答ができる環境も整ってきています。

諸外国との比較も含め、国と地域の実態を数字で明らかにする国勢調査は、より良い社会に向けた国政や市政を進めるための土台となる大切な役割を果たしています。ぜひ、調査に協力していただきたいと思います。

とかちをラリーカーが駆け巡る ラリー北海道 2025

問い合わせ 国際ラリー支援歓迎実行委員会（西2南12、帯広駅エスタ内、☎22・8600）、観光交流課（市庁舎7階、☎65・4169）



▲大会公式ホームページ

昨年、国内外から79台のラリーカーが参戦し、約5万8000人の観客を動員したラリー北海道。今年も北愛国交流広場を拠点に、十勝管内各地をラリーカーが疾走します。

まちなかで、ぜひ世界レベルのラリーカーの迫力を感じてください。



■ ラリーショー・セレモニアルスタート

日時 9月5日(金)、15時15分から
会場 駅北多目的広場（西2南11）、平原通

■ 競技

開催日 9月6日(土)、7日(日)
会場 北愛国交流広場（愛国町10）ほか
開催市町村 帯広市、陸別町、音更町、足寄町、池田町

交通規制にご協力ください

9月5日(金)10時から20時までの間、右図のとおり交通規制を行います。

ご理解、ご協力をお願いします。
※時間は変更になる場合があります。



とかちマルシェ開催！

問い合わせ 観光交流課（市庁舎7階、☎65・4169）

市ホームページID.1005848

日時 2025 9/5(金) 17:00～21:00・6(土) 10:00～21:00・7(日) 10:00～16:00



▲とかちマルシェ公式ホームページ

会場 JR帯広駅周辺

帯広駅北口・南口広場、南公園、駅北多目的広場、とかちプラザ

JR 帯広駅一帯に 十勝の食 が集結

十勝産の食材を使った料理や加工品の販売、地元学生による店舗や食育ブース、ピザ作り体験など十勝を堪能できる店舗が帯広駅周辺に多数出店します。

駅北側のステージでは、多方面で活動するミュージシャンの演奏も楽しめます。



スタンプラリー de プレゼント

駅北口広場、駅南側エリア、駅北多目的広場の各1店、計3店で買い物をしてスタンプを集め応募すると、後日、抽選ですてきな賞品が当たります。

スタンプラリー台紙は、最初買い物をした店舗で配布します。

会場と帯広競馬場を結ぶ無料シャトルバスを運行します

運行日 9月6日(土)、7日(日)

※詳細はとかちマルシェ公式ホームページを確認してください。

来場者用に駐車場を開放します

開放日時 9月5日(金)、16時～22時

9月6日(土)、7日(日)、いずれも9時～22時

場所 市庁舎南側駐車場（西5南8）、帯広中央病院横（西6南8）