

北海道



市長 米沢 則寿



健康スポーツ都市宣言

1、みんなでスポーツを楽しみ、健康な生活をおくろう。

1、みんなでスポーツに親しみ、いきいきとした地域の輪を広げよう。

1、みんなでスポーツをとoshi、はずむ心を世界に伸ばそう。

【データ】 令和7年4月末日現在

- ・人口：159,988人
- ・世帯数：90,304世帯
- ・面積：619.34km²
- ・市の花：クロユリ・市の木：シラカバ
- ・市の鳥：ヒバリ
- ・主な健康イベント

おびひろ健康まつり（9月）

【市民福祉部 健康保険室 健康推進課】

public_health@city.obihiko.hokkaido.jp

帯広市の紹介

帯広市は、北海道東部の十勝[とち]地方のほぼ中央に位置し、全国有数の大規模経営の畑作地帯であり、1,220パーセントの食料自給率を誇る十勝の農産物集積地、商業都市としての役割を担っています。

明治16年に依田勉三らが率いる民間開拓団の手により、発展の基礎が築かれ、その後、碁盤目状の道路網や、市民が植樹を行い100年計画で市街地をグリーンベルトで囲む「帯広の森」など計画的な市街地形成を行ってきました。

令和4年に帯広市は開拓140年、市制施行90年を迎えました。食をつくり出す農業と、豊かな自然環境やゆとりある空間のもとで心豊かに暮らせるまちづくりを目指しています。



健康づくりへの取り組み

帯広市では、市民の主体的な健康づくりを社会全体で支援し、健やかで心豊かに生活できるまちづくりを進めるため、平成14年3月に「けんこう帯広21（帯広市健康増進計画）」、平成25年3月に「第二期けんこう帯広21」を策定し、健康づくりに取り組んできました。

令和6年3月には、「第三期けんこう帯広21」を策定し、年齢や性別、障害の有無や健康への関心度に関わらず、市民一人ひとりが健康づくりに取り組むことができるよう、市民、家庭、学校、地域、関係団体、行政等が、それぞれの役割をもって連携・協働し、生活習慣の改善や、地域の健康づくりへの支援、帯広市民の重点課題である糖尿病・がん対策などの取り組みを進めています。

● 健康づくりの拠点

平成 18 年 4 月にオープンした帯広市保健福祉センターは、市民の生涯を通じた健康づくりの拠点として、各種健診（検診）や健康づくり事業を展開しています。

毎年恒例の「健康まつり」では大勢の市民が来訪し、にぎわっています。



保健福祉センター

● 生活習慣病予防 ～ 市民が主体の健康づくり

帯広市では、市民がいつまでも健康に過ごすためにさまざまな健康づくりの取り組みを行っています。SNS 等による動画での周知を行っているほか、ボランティアとして食生活改善推進員や健康づくり推進員が中心となり、市民の健康づくりを推進しています。



食生活改善推進員の料理教室



企業やボランティアと連携した禁煙イベント

● いつでもどこでも無理なく運動 ～「オビロビ」(おびひろエアロビクス) DVD

オビロビは、帯広市が考案した忙しくても自宅で簡単にできる運動で、運動強度にあわせて 4 つの種類があります。また、市民ボランティアが作成した市内 6 か所のウォーキングマップは、距離や所要時間、歩数、コースの紹介が掲載され、市民が日常的にウォーキングを楽しめる工夫が施されています。

いずれも、市のホームページでご覧いただけます。



オビロビ

検索



健康ロードマップ

検索