



### 3月末の 人口と世帯

総数 ▶ 173,640人 (対前月比: 375人減)  
 男性 ▶ 84,728人  
 女性 ▶ 88,912人  
 世帯数 ▶ 86,571世帯



## とまこまい日記

Tomakomai Happy Diary

### 健康寿命を延ばそう

4月1日に新保健センター「ハスカッププラザ」がオープンしました。新たに女性専用の健診フロアや託児室、フィットネスルームや各種教室などが開催できるフロアが設置され、さらに利用しやすくなりました。

オープンに先駆けて行われた内覧会では、来場者が血流検査や肌年齢測定などを体験し、自身の健康状態を確認していました。



3月25日(水)

### 目指せ! グランプリ

ご当地グルメ第2弾「苫小牧ホッキやきそば」の完成発表会が行われました。地場産食材を使用したホッキやきそばは、ペペロンチーノ味と和風カレー味の2

つの味を楽しめ、市内3店舗で提供されています。7月に開催される、「新・ご当地グルメグランプリ北海道2015 in 苫小牧」でも出品されます。



3月26日(木)

### みんなでやろう ごみ分別

たくさんの家族連れなどが参加し、<sup>ゼロごみ</sup>053大作戦〜ステージ4〜オープニングイベントがCOCOTOMAで開催されました。「

がんばるぞ宣言」では、幼稚園の子どもたちがごみ袋を実際に手にしながら、ごみ分別の寸劇を行い、会場に来た多くの市民にごみ分別の大事さを伝えていました。



4月4日(土)



### 市民からの お知らせ ボードを 設置しました



市役所本庁舎1階に、個人や団体が市民向けに気軽に情報提供できるポスター掲示板を設置していますのでご利用ください。

詳しくは総務部総務課またはQRコードからHPをご覧ください。



### 市役所・出張所などの連絡先

**市役所** 〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号  
TEL 0144(32)6111 (代表)

**勇払出張所** 〒059-1372 苫小牧市字勇払33番地  
TEL 0144(56)0003

**のぞみ出張所** 〒059-1272 苫小牧市のぞみ町1丁目2番5号  
TEL 0144(67)0464

ご意見、ご提案などは(市民自治推進課)

TEL 0144(32)6152 FAX 0144(34)7110

✉ siminjiti@city.tomakomai.hokkaido.jp

苫小牧市役所ホームページ

HP <http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/>

携帯電話対応の情報提供サイト

HP [http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index\\_m.html](http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/index_m.html)