

第15回アイビー文化祭

日 10月3日(出)〜11日(回) 9時〜18時(最終日は17時まで)

内 アイビー・プラザのサークルで活動している会員と講師による作品展

所 所 所 アイビー・プラザ 電 (33)8131

男女平等参画推進センター

① ママのための体と心のセルフケア講座

日 10月23日(金) 10時〜12時

対 妊娠16週〜子育て中(産後1カ月健診以降)の方 ※同伴参加できるお子さんは生後210日以内に限る

内 産後の女性の体と心の変化を知り、バランスボールの有酸素運動や自宅で続けられる簡単セルフケアの方法を学ぶ

定 10人 申し込み順 (無料託児は7カ月から)

② 子育ては大変?でも楽しいよ!子育て・孫育てへのヒント

日 10月27日(火) 10時〜12時

定 15人 申し込み順 ※子ども同伴可(バスタオル持参)

③ いつでもどこでもだれでもできる指ヨガでセルフケア

日 11月6日(金) 10時〜11時30分

定 15人 申し込み順

④ 依存症になってしまおう女性たちへDVや虐待被害を受けたあとに、待ちつづけるもの

日 11月7日(土) 13時30分〜15時30分

定 50人 申し込み順

⑤ LGBT講座「苦小牧にじいるライブ・v.o.i.〜あなたのとりのトランスジェンダー〜」

日 11月15日(日) 10時〜11時30分

定 50人 申し込み順

.....

所 所 所 10月1日(木)から直接または電話、HPで ※土曜日の

17時以降および日曜・祝日は直接1階窓口へ 男女平等参画推進センター 電 (32)3544 ※無料託児(①以外1歳から、定員5人、開催日1週間前までに要予約)



第47回みんなの消費生活展の中止について

10月31日(土)に予定していた第47回みんなの消費生活展は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年度の開催は中止いたします

詳 市民生活課 電 (32)6306

樹木探索会

日 11月5日(木) 10時〜12時

所 出光カルチャーパーク(雨天時サンガ―デン)

内 樹木医の後藤暁子氏による解説を聞きながら散策(親子で参加可) ※サンガ―デン入口集合

定 20人(マスク着用必須) 申し込み順

所 10月1日(木)〜23日(金)に電話でまちを緑にする会事務局(緑地公園課内) 電 (32)6507

親子森林整備体験「秘密基地を作ろう!」

日 11月15日(日) 10時〜15時

所 アイコクの森 ※現地集合 小雨決行

対 小学生以下の子どもと保護者

定 30人 申し込み順

所 所 所 住所、氏名、年齢、電話番号、保護者氏名を10月1日(木)〜16日(金)に電話またはファクス、Eメール、HPで 環境保全課 電 (57)8806 FAX (57)8809

所 所 所 kanryo-hozen@city.tomakomai.hokkaido.jp



河岸麗子先生のアイヌ伝統工芸講習会

日 11月5日(木)〜12月3日(木) 毎週木曜日

計 5回 9時30分〜16時30分

所 生活館(矢代町)

定 20人 申し込み順

所 10月5日(月)〜9日(金)に電話で 総合福祉課 電 (32)6354 生活館 電 (72)4297

詳 総合福祉課 電 (32)6354

自然案内ボランティアをはじめよう

日 11月8日(日) 10時〜12時

対 高校生以上

定 5人 申し込み順

持 飲み物、防寒具、双眼鏡(貸出し可)

所 所 所 前日までにウトナイ湖野生鳥獣保護センター 電 (58)2231

広告