

苫小牧市公式キャラクター

とまこまい

©2011 苫小牧市



とまこまい  
ハクチョウ  
ハナシロウブ  
ホッキ貝  
ハスカップ

- 役職 苫小牧市の観光大使・副市長
- 生誕地 苫小牧市ウトナイ湖周辺
- 趣味 スケート、旅行
- 特技 チョップ
- 将来の夢 苫小牧市長になること



### ACCESS



札幌から車で  
高速道路利用時  
約60分 | 新千歳空港  
から車で  
約30分



苫小牧港からフェリーで  
八戸まで 約8時間  
大洗まで 約19時間  
仙台まで 約15時間



新千歳空港から飛行機で  
東京まで 約100分 | 大阪まで  
約140分  
名古屋まで 約110分 | 福岡まで  
約160分  
※季節により変動あり

JR  
高速道路  
国道  
道道

### 苫小牧市勢要覧

TOMAKOMAI CITY DIRECTORY

発行:北海道苫小牧市 2026年1月  
企画・編集:苫小牧市総合政策部政策推進室秘書広報課  
〒053-8722  
北海道苫小牧市旭町4丁目5番6号  
TEL.0144-32-6108  
印刷:総合商研株式会社

苫小牧市の情報はここから!

市公式 HP



市公式 LINE



市公式 Instagram



市公式 Facebook



市公式 Youtube



海と山と、ひとつつながるまち

# とまこまい

## TOMAKOMAI CITY DIRECTORY

苫小牧市勢要覧



# のびゆく苫小牧 選ばれるまち苫小牧へ

太平洋に臨む苫小牧は、約16万4千人が暮らす、北海道で4番目に人口が多い都市です。国際拠点港湾である「苫小牧港」と北海道の空の玄関口「新千歳空港」のダブルポートを擁する交通の要衝として、多様な産業が集積しており、北海道をけん引する産業拠点都市として発展する活気みなぎるまちです。

また、大規模データセンターの起工やCCS事業の進展に加え、苫小牧市に隣接する次世代半導体製造工場では、試作ライン稼働が成功するなど、さらなる経済発展のポテンシャルを秘めています。

一方で、活火山でありながら登山で人気の樽前山、ラムサール条約登録湿地のウトナイ湖など、自然が豊かであり、夏は涼涼、冬は雪が少ないという気候とあわせ、大変暮らしやすいまちでもあります。

このような自然環境を後世に残すべく、2021年にはゼロカーボンシティ宣言を行い、2023年には国から脱炭素先行地域として選定され、産業界を含め、まちをあげて地球温暖化対策に取り組んでいるところです。

私たちのまち苫小牧は、1973年に「人間環境都市」を宣言しています。人間主体のまちであることを前提に、子どもから高齢者まで、誰もが「このまちに住んでよかった」と思える苫小牧を築くため、市民総活躍で社会に貢献し、未来に向かって挑戦を続けています。

この市勢要覧を通じて、苫小牧の現在に触れ、まちづくりの方向性を知っていただき、より苫小牧を身近に感じていただければ幸いです。

## Tomakomai: Steadily on the Rise, Becoming the City of Choice

Facing the Pacific Ocean and home to roughly 164,000 people, Tomakomai is Hokkaido's fourth most populous city.

With Tomakomai Port, a key hub in the international ocean freight transportation network, New Chitose Airport, Hokkaido's gateway to the sky, and a diverse concentration of industries, Tomakomai with its double ports leads Hokkaido as a dynamic industrial center and transportation hub.

Additionally, with construction of a large-scale data center underway, continued advancements within the local CCS industry, and successful operations of a prototype line having begun at a next-generation semiconductor manufacturing facility neighboring Tomakomai, there remains significant potential for further economic development.

At the same time, with Mt. Tarumae, an active volcano popular for hiking, Lake Utonai, a Ramsar Convention designated wetland, cool summers, and little snowfall in the winter, Tomakomai's mild climate and bountiful nature make it a highly livable city.

In order to preserve this natural environment for future generations, Tomakomai also declared itself a Zero-carbon city in 2021, and was recognized as a "Decarbonization Leading Area" by the national government in 2023. Tomakomai, including its industrial sectors, is committed to tackling global warming through a concerted, city-wide effort.

Our city declared itself a "Human Environment City" in 1973. Based on those people first principles, in order to continue building a Tomakomai where everyone, from children to the elderly, can think "I'm glad to live in this city", through the active engagement of all citizens, we continue to take on challenges for the future.

Through this city guide, we hope you will gain insight into the present state of Tomakomai, learn about its direction in urban development, and feel a closer connection to the city.

## 蓬勃向前的苫小牧，值得向往的城市

苫小牧市，是一座充满活力的环太平洋海港城市。常住人口约16.4万人，位居北海道第四大城市。这里拥有国际枢纽港湾的苫小牧港，又毗邻北海道的空中门户的新千岁机场，形成全日本罕见的“双港联动”交通体系。依托这一卓越交通优势，加速了物流、制造、能源等多元产业的集聚。苫小牧正作为引领北海道发展的重要产业据点城市，持续释放强劲动能。

放眼未来，苫小牧的发展潜力愈发引人瞩目。大型数据中心相继展开建设，CCS（二氧化碳捕集与封存）项目稳步推进。与此同时，毗邻本市的次世代半导体制造工厂已成功启动了试制生产线的运行，为区域经济增长注入了全新增长引擎。

在产业高速发展的同时，苫小牧依然珍视并守护得天独厚的自然环境。深受喜爱的登山胜地——樽前山巍然耸立，拉姆萨尔条约注册湿地——乌托娜伊湖水鸟翔集。加之夏季凉爽、冬季少雪的宜人气候，使这座城市兼具自然之美与生活之便，成为理想的宜居之地。

为了守护这片宝贵的自然遗产，苫小牧市于2021年发布《零碳城市》宣言，并在2023年被国家选定为“脱碳先锋城市”。政府、企业与市民携手并肩，全城上下共同推进脱碳与可持续发展的实践，迈向绿色未来。

苫小牧自1973年起即提出建设“人类环境城市”的理念，始终坚持以人为本的发展方向。无论是孩子、青年，还是长者，人人都能在这里找到属于自己的舞台。市民积极参与，共同创造，让苫小牧成为一座“住得安心、生活舒适、未来可期”的城市。

希望通过本《市势要览》，能够带您走进苫小牧的现在与未来，感受这座城市不断进化的魅力与无限可能。

## Tomakomai không ngừng phát triển Hướng tới một thành phố được mọi người lựa chọn

Tomakomai, nằm bên bờ Thái Bình Dương, là thành phố có dân số đông thứ tư ở Hokkaido với khoảng 164.000 người sinh sống.

Với lợi thế sở hữu hai đầu mối giao thông quan trọng là Cảng Tomakomai – cảng trung tâm quốc tế và Sân bay New Chitose – cửa ngõ hàng không của Hokkaido, Tomakomai là điểm hội tụ của nhiều ngành công nghiệp đa dạng. Thành phố đang phát triển mạnh mẽ với vai trò là trung tâm công nghiệp đóng vai trò dẫn dắt kinh tế của Hokkaido.

Bên cạnh đó, việc khởi công các trung tâm dữ liệu quy mô lớn, sự tiến triển của các dự án CCS, cùng với thành công trong vận hành dây chuyền sản xuất thử nghiệm tại nhà máy sản xuất bán dẫn thế hệ mới ở khu vực lân cận Tomakomai, cho thấy thành phố còn ẩn chứa nhiều tiềm năng lớn cho sự phát triển kinh tế trong tương lai.

Mặt khác, Tomakomai cũng rất dễ sống với khí hậu mát mẻ vào mùa hè và ít tuyết vào mùa đông, cùng với thiên nhiên phong phú như núi Tarumae, một ngọn núi lửa đang hoạt động nhưng rất nổi tiếng với những người leo núi, và hồ Utonai, một vùng đất ngập nước được đăng ký trong Công ước Ramsar.

Nhằm gìn giữ môi trường tự nhiên này cho các thế hệ mai sau, năm 2021 thành phố đã tuyên bố trở thành Thành phố Không Phát thải Carbon, và đến năm 2023 được Chính phủ Nhật Bản lựa chọn là khu vực tiên phong trong quá trình giảm thiểu carbon. Toàn thành phố, bao gồm cả cộng đồng doanh nghiệp, đang chung tay tích cực ứng phó với biến đổi khí hậu.

Thành phố Tomakomai của chúng tôi đã tuyên bố là "Thành phố môi trường vì con người" từ năm 1973. Lấy con người làm trung tâm, thành phố hướng tới việc xây dựng một Tomakomai nơi mọi người, từ trẻ em đến người cao tuổi, đều có thể cảm nhận rằng "thật tốt khi được sống tại đây". Với sự tham gia tích cực của toàn thể người dân, Tomakomai không ngừng đóng góp cho xã hội và mạnh mẽ bước tiếp trên con đường hướng tới tương lai.

Thông qua ấn phẩm giới thiệu về thành phố này, chúng tôi hy vọng quý vị có thể cảm nhận được Tomakomai của hiện tại, hiểu rõ định hướng phát triển đô thị, và cảm thấy Tomakomai trở nên gần gũi hơn.

苫小牧市長  
かなざわ すぐる  
金澤 俊



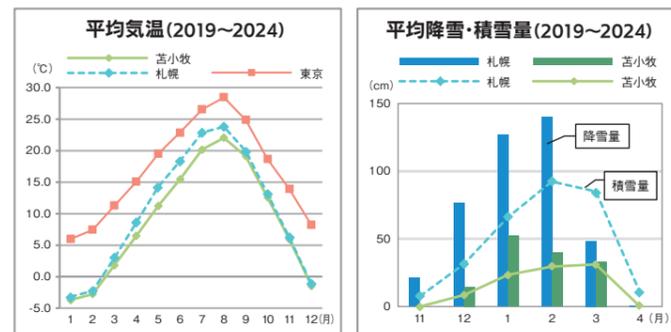
# What kind of city is Tomakomai?

..... とまこまいて、どんなまち？

## 暮らしやすいまち

### 快適な気候

北海道の都市の中でも、夏は涼涼で冬は降雪・積雪が少なく、1年を通して過ごしやすい気候となっています。



### 外国人も暮らしやすい

日常生活の困りごとについて、多言語で相談を受け付けています。また、ボランティアによる日本語教室も行っています。



### 利便性の高い生活環境

市内には大型ショッピングモールがあり、ホームセンターやドラッグストア、コンビニエンスストアも点在しています。駐車場を備えている病院やスーパーが多く、自家用車での移動が便利です。



### 万全な防災対策

万が一の火山噴火、地震、津波などの自然災害に備え、総合防災訓練の実施や防災ハンドブック、さまざまなツールを活用した情報発信など、日頃からあらゆる防災対策を行っています。



## 豊かな自然環境

### 樽前山

北海道の天然記念物に指定されている溶岩円頂丘（ドーム）を持った、世界的にも珍しい三重式火山です。



### ウトナイ湖

1991年にラムサール条約登録湿地となり、バードウォッチングのスポットとしても有名です。



### ウトナイ湖野生鳥獣保護センター

自然環境や野生鳥獣についての展示や情報提供、傷病鳥獣の救護を行っています。



エナガ(シマエナガ)

## Contents

- 1 市長あいさつ
- 2 とまこまいて、どんなまち？
- 3 数字で見る！苫小牧市
- 4 北海道を支える産業拠点都市
- 5 五感で楽しむとまこまい
- 6 充実した子育て支援と教育環境
- 7 支え合い人がつながるまち
- 8 スポーツのまち とまこまい
- 9 苫小牧市のあゆみ



苫小牧市  
公式キャラクター  
「とまちょっぴ」

# 数字で見る! 苫小牧市

Look at the numbers!  
Tomakomai

看看数字!  
苫小牧

Hãy nhìn vào những con số!  
Tomakomai

## 市名の由来

### ト + マコマイ

アイヌ語で「沼」 アイヌ語で「山奥に入っていく川」

苫小牧はアイヌ語の「ト・マコマイ」に由来します。かつて沼(ト)の近くに流れていたマコマイ川という川の名(奥に入っていく川)から名付けられました。

## 苫小牧市民憲章 (昭和60年9月27日制定)

あたたかい心でまちを つつみましょう  
学びあいつくるよろこびを そだてましょう  
花と木のかおりでまちを みたしましょう  
さわやかな笑顔できまりを まもりましょう  
生き生きとくらす力を のばしましょう

## 苫小牧市徽章 (昭和24年8月22日制定)



苫小牧を片仮名のトマコマイとし、「ト」と「マ」を周囲にとり、「コマ」は全体を通して独楽を圖案化し、「ト」の字を「イ」とも読ませて市名に通じさせています。

## 苫小牧市ロゴマーク

2023年に市制施行75周年を迎え、苫小牧市のさらなる発展を目指し、苫小牧市をPRするためのロゴマークを作成しました。デザインは一般公募の中から選ばれ、ウトナイ湖や樽前山と街並みの一体感が表現されています。



## ホッキ漁獲量

25年連続

全国 1位

その量なんと年間 約800トン!



苫小牧はホッキ貝漁獲量が25年連続日本一! 年間約800トンもの水揚げを誇る、まさに「ホッキのまち」。出荷時のサイズを厳しく管理しているため、身が大きく肉厚で、食べ応えがあるのも特徴です。\*2026年1月現在

## アクセス抜群!

新千歳空港 まで 車で 約30分

札幌市 まで 車で 約60分

\*市内中心部から高速道路利用

高速道路 市内IC

6カ所

スポーツ都市宣言

全国で1番初めに宣言

1966年11月12日にスポーツ都市宣言を行い、スポーツのまちづくりを推進しています。2026年に宣言60周年を迎えます。

## 港湾取扱貨物量

約1億トン!

北海道の 海の玄関口!

全道1位 全国5位 国内向け 取扱貨物量 全国1位

苫小牧港は、世界に繋がる北日本最大の国際拠点港湾です。

\*令和6年苫小牧港湾統計より

世界で1番目の大規模掘り込み式港湾

## 住みよいまち!

住みよさランキング 【快適度】

全道 東北 1位

\*東洋経済オンライン「住みよさランキング2025」北海道・東北トップ50より

2021年から ゼロカーボンシティ への挑戦を宣言



とまチョップ水 モンドセレクション

2019および2022

金賞受賞



## 苫小牧市DATA

2025年12月末現在

人口 164,111人

世帯数 91,558世帯

面積 561.66km<sup>2</sup>

## 苫小牧市のシンボル



市の木ナナカマド (昭和48年3月15日制定)



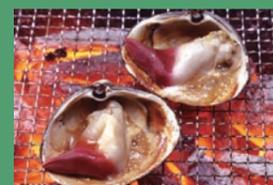
市の花ハスカップ (昭和61年9月27日制定)



市の草の花ハナショウブ (昭和61年9月27日制定)



市の鳥ハクチョウ (平成2年9月23日制定)



市の貝ホッキ貝 (平成14年7月20日制定)

## 姉妹都市と友好都市

東京都八王子市 昭和48年(1973年) 8月10日盟約

ニュージーランド ネーピア市 昭和55年(1980年) 4月22日盟約



栃木県日光市 昭和57年(1982年) 4月16日盟約、平成18年(2006年) 10月1日再盟約

中国秦皇島市 平成10年(1998年) 9月1日盟約



とまこまいの産業

# 伝統と未来の産業が集まる 北海道を支える産業拠点都市

Tomakomai. A town where traditional and future industries gather.  
传统与未来产业汇聚的城市。  
Nơi giao thoa giữa các ngành công nghiệp truyền thống và tương lai  
Thành phố công nghiệp trụ cột của Hokkaido



## とまこまいの工業

ダブルポートの利便性を最大限に活用。製紙、自動車関連、石油精製など、多岐にわたる基幹産業が港湾・空港と連携し、北海道の未来を力強く創造しています。



**製紙業**  
市内中心部にそびえ立つ製紙工場の煙突は、苫小牧のシンボルです。製紙業がまちの発展を支え、「紙のまち」として栄えてきました。



**自動車関連**  
大手自動車メーカーの工場進出を機に、自動車関連企業が相次いで進出し、産業の集積が進んでいます。



**その他産業**  
火力発電所、石油備蓄基地といったエネルギー関連や医療機器工場など、多様な企業が立地。近年は半導体関連企業やデータセンターなどの次世代産業分野の進出も増えています。



**日本初！ CCS事業化に向けた取り組み**  
苫小牧市では、国内に先駆けてCCSの実証事業が行われており、2025年12月からは、事業化を見据えた試掘が開始され、社会実装に向け大きな一歩を踏み出しました。

**CCSとは？**  
「Carbon dioxide Capture and Storage」の略で、発電所や工場などから排出されるCO<sub>2</sub>を含んだガスから、CO<sub>2</sub>を分離・回収して地中に送り込み、地下深くの安定した地層の中に貯めることで、大気中に放出されるCO<sub>2</sub>を減らす技術のこと。

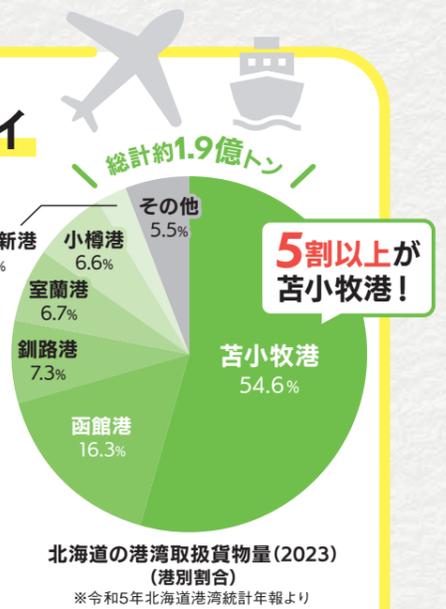
## 海と空が世界を結ぶ！ダブルポートシティ

国内外からの物流の動脈を担う「海の玄関」と北海道の「空の玄関」が近接。ダブルポート機能が北海道の産業と未来を結びます。



### 国際拠点港湾 苫小牧港

苫小牧港は、北海道の海の玄関として、カーフェリー、RO-RO船、内外航定期コンテナ船など、多数の航路を有し、国内屈指の流通拠点港湾として、大きな役割を果たしています。海上出入貨物量は、北海道全体の約半分を苫小牧港が担っています。



### 北海道の空の玄関 新千歳空港

国内外各地と北海道を結ぶ新千歳空港は、千歳市と苫小牧市にまたがり、近年は国際線の充実により、外国人観光客も多くなりました。苫小牧市街から空港までのアクセスは約30分と、苫小牧と海外の距離も近くなっています。



## 食を支える・育む

海・山・大地の多様な恵みにあふれた苫小牧は、漁獲量日本一のホッキ貝をはじめとした漁業のほか、農業や畜産業も盛んです。それぞれの担い手が持続可能な生産体制を築き、食文化と市民の暮らしを支えています。



**漁業**  
ホッキ貝、漁獲量25年連続日本一！  
漁業はホッキ貝桁網、カレイ刺し網、スケトウダラ刺し網、サケ定置網漁業などが行われています。中でも全国一の水揚げを誇る「ホッキ貝」は年間の漁獲量が約800トンと、25年連続(2000~2024年)日本一を誇っています。



**農業**  
寒暖差や積雪量が少ない気候を生かし、ビニールハウスを利用した施設園芸が行われています。



**畜産業**  
肉牛や乳牛等を飼育する畜産業者が多く、西部は、樽前山に由来する火山砂れきに覆われており、農地の多くは牧草地となっています。

## 数字で見るとまこまいの産業

フェリー定期航路 (国内主要港)	工業団地に立地する 企業	苫小牧の 有効求人倍率	苫小牧市の全事業所数 (2021年)
<b>7</b> 航路	<b>800</b> 社以上	<b>1.2</b> 人	<b>6,856</b> 事業所

とまこまいの  
**観光・食**

# 海と大地の豊かな恵み 五感で楽しむとまこまい

Enjoy Tomakomai with all five senses, the rich blessings of the sea and land  
享受苫小牧的五種感官以及海洋和陆地的丰富恩惠  
Tinh hoa phong phú từ biển cả và đất liền  
Thưởng thức Tomakomai bằng cả năm giác quan



**1年中お祭りがある!!**

5月 緑ヶ丘公園まつり	7月 トマバイウォーターフロント	7月 苫小牧アートフェスティバル	8月 とまこまい港まつり	9月 TOMAKOMAI MIRAI FEST
9月 たるまえサンフェスティバル	10月 苫小牧漁港ホッキまつり	10月 東胆振物産まつり	11月 とまこまいコスプレフェスタ	2月 とまこまいスケートまつり

## 自然と遊べる 場所がいっぱい

馬と触れ合える牧場や憩いの森、手軽に楽しめるマリンレジャーやキャンプ場など多岐にわたるスポットで、さまざまな自然体験ができます。

**緑ヶ丘公園**  
桜並木やBBQができるスポット、ボートに乗ることができる「金太郎の池」、ローラー滑り台などさまざまな楽しみ方ができる公園です。

**オートリゾート苫小牧 アルテン**  
電源付きキャンプサイトやWi-Fi完備のコテージ・温泉・バーベキューコーナー、パークゴルフなど充実した施設を備えた、ワーケーションにも最適なキャンプ場です。

**ノーザン  
ホースパーク**  
1年を通して乗馬体験やポニーショーなど気軽に約80頭の馬と触れ合えるテーマパークです。

**イコロの森**  
ローズガーデンやドライガーデンなど、11のガーデンをくつろぎながら楽しむことができます。

**勇払マリナー**  
クルーザーやモーターボートでの釣りを楽しめる、マリンレジャーの拠点として人気のスポットです。

## 昼も夜も、心奪われる**視覚**の旅を満喫

港の夜景や街を見渡せる絶景スポット、さまざまな船が停泊する港の景色など、心を奪われる美しい眺めがあります。

**工場夜景**  
市内各所には、工場夜景を楽しめるスポットが数多くあります。

**緑ヶ丘公園展望台**  
展望台からは、樽前山麓の広大な自然がおりなす風景と、市内の街並みを一望することができます。夜景スポットとしても人気です。

**キラキラ公園**  
船型遊具や水遊び場があり、フェリーや貨物船の往来が間近で見られる苫小牧港北ふ頭にある公園です。  
※表紙撮影地

**入船公園**

## 港町ならではの**味覚**を体験

苫小牧は太平洋の恵みを受けた海産物が楽しめるほか、ご当地スイーツ、ラーメン、カレーなど、独自の食文化が息づいています。

**ぶらっとみなと市場**  
苫小牧の新鮮な海産物や野菜・果物が集結。軒を連ねる飲食店では旬の味覚が楽しめます。

**ホッキカレー**  
やわらかなホッキの旨味とコクのあるカレーが調和した、苫小牧を代表するソウルフードです。

**カレーラーメン**  
豚骨や野菜のだしにスパイスを合わせたとろみのあるスープに麺がよく絡む、ご当地ラーメンです。

**ハスカップ**  
甘酸っぱい風味が魅力のベリーで、ジャムや洋菓子など苫小牧ならではのスイーツに広く使われ、お土産の定番としても定着しています。

**しばれ焼き**  
ドラム缶を加工した焼き台で味わうジンギスカンで、スケートまつりの名物として愛されています。

**道の駅ウトナイ湖**  
苫小牧のさまざまな名産・特産品が販売されています。

## 数字で見るとまこまいの観光・食

ホッキ貝の漁獲サイズ 北海道の一般基準(7.5cm以上)より <b>9cm以上</b>	「ホッキカレー」を提供する店舗数 <b>17</b> 店舗	海産物を取り扱う市場・直売所 約 <b>30</b> カ所	苫小牧市の森林率 約 <b>58%</b>
---	----------------------------------	----------------------------------	--------------------------



# 地域みんなで育む未来 充実した子育て支援と教育環境

A future nurtured by everyone in the community, a fulfilling childcare support and educational environment  
 社区中每个人共同培育的未来、令人满意的儿童保育支持和教育环境  
 Tương lai được vun đắp bởi cả cộng đồng  
 Môi trường nuôi dạy và giáo dục trẻ em đầy đủ trọn vẹn



## 支えあい助け合う 子育てしやすい環境づくり

地域の力を生かした相互援助組織や、子どもたちが安心して利用できる遊び場・子育てに関する相談窓口の提供により、すべての子どもと親を支える環境を整えています。



### ファミリー・サポート・センター

子育ての援助を受けたい人(依頼会員)と援助を行いたい人(提供会員)が有償でお子さんを預かる組織で、安心して子育てできる環境づくりをサポートします。

### 子育て支援センター

親子で遊んだり、利用者間の交流の場としてのプレイルームの開放や、子育ての不安、悩みなどの相談や各家庭に応じた保育サービスの情報提供などを行っています。



### 児童センター

市内7カ所の児童センターは、子どもの遊び場、中高生の居場所、乳幼児の親子遊び、利用者の交流の場として利用でき、子育ての相談窓口にもなっています。

### 放課後児童クラブ(学童保育)

学校から帰宅しても保護者のいない児童を対象に、小学校内や児童センター内にある放課後児童クラブ(学童保育)が利用できます。  
 ※入会条件あり、申し込み必要

## 多様な教育環境

博物館、図書館、科学体験など、学びの場が充実。  
 多角的な視点から、子どもたちの知的好奇心と豊かな感性を育む学びの場が整備されています。

## 科学センター

世界に1機しかない宇宙ステーション「ミール」を見学でき、太陽光発電学習コーナーなど科学に関する展示や、プラネタリウムがあります。



## 出光カルチャーパーク

図書館や美術博物館、植物園などが集まり、芸術鑑賞や学び、市民交流の拠点として親しまれる文化発信地です。



美術博物館(あみゆう)

年間を通してさまざまな展覧会が開催され、自然・歴史・考古資料や美術作品を収蔵・展示しています。



中央図書館

調べものから読書、学習まで幅広く利用でき、絵本の読み聞かせやミニシアターなどのイベントも開催しています。



サンガーデン(植物園)

ガラス張りの温室空間に四季折々の草花や樹木などが植えられ、天候に左右されずに緑を楽しめます。

## NEW! 苦小牧市民文化ホール ART CUBES



苦小牧市民文化ホール

2026年3月に市民会館、文化会館、労働福祉センター、交通安全センターの機能を統合し、文化芸術を発信する新しい市民活動の中心施設としてオープンします。

## 数字で見るとまこまの子育て

待機児童 **0**人 保育所・小規模保育施設・認定こども園・幼稚園 **52**カ所 児童センター **7**カ所

小学校

**22**校

中学校

**14**校

義務教育学校

**1**校

高等学校

**7**校

大学・専修学校・高等専門学校

**5**校

A town where people support each other and connect so that everyone can live with peace of mind  
 一个人们相互支持、相互联系、让每个人都能安心生活的城镇  
 Noi mọi người an tâm sinh sống  
 Thành phố của sự gắn kết và sẻ chia



# 誰もが安心して暮らすために 支え合い人がつながるまち



## 「ふくし」のまち、苫小牧

困っている人を助けようとする素直な心や、人のために役に立とうとする前向きな行動、自分のできる範囲で支えようとするさりげない気持ちを大切に、地域で支え合う取り組みを進めています。

**サポーター養成事業** ちょっとした心遣いを行動に移していただく環境づくりに向けて、各種事業に取り組んでいます。



あいサポーター研修



認知症サポーター養成講座

### とまこまい医療介護連携センター

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように、在宅医療などの相談や在宅医療を進める体制作りなどを行っています。

### 地域包括支援センター(とまほっと)

介護に関する困りごとや認知症に関することなど、生活のさまざまな相談に応じ、高齢者やその家族をサポートしています。

### 福祉ふれあいセンター

障がい者などの福祉の増進および社会参加の促進を図るため、発達に遅れの見られる児童の相談・療育支援を行うほか、障がい者に対する活動の場を提供しています。

### ふくし総合相談窓口

市民の皆さまが抱えている困りごとや、どこに相談してよいか分からない悩みごとを、幅広くお受けしています。



### 福祉トイレカー「とまレット」

障がいのある方や高齢者などの車いす利用者が、外出時に安心してトイレを利用できるよう、市内の主要イベントなどに出勤し、支援を行います。



### ふくし関連イベント



ライト・イット・アップ・ブルー(自閉症啓発運動)  
 リレー・フォー・ライフ(がん患者支援運動)

### ●質の高い医療サービスの提供



市内には、苫小牧市立病院と王子総合病院の2つの広域中核病院をはじめ、170の医療機関があります。近隣自治体からの利用者も多く、地域医療を支えています。

### ●充実した保健事業

市民を対象にがん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳)、歯周病、エキノコクス症などの各種検診や健康セミナーを実施しています。また、国民健康保険や後期高齢者医療制度の加入者に向けて無料の健康診査(タダとく健診、プレ特定健診)を実施するほか、各種がん検診・脳ドックの費用などを助成し、健康づくりを応援しています。



# 氷の都で育まれる熱き魂 スポーツのまち とまこまい

Tomakomai, a city of sports and a passionate soul nurtured in the city of ice  
 苫小牧、一座体育之城和冰之城孕育的热情灵魂  
 Thành phố băng tuyết nuôi dưỡng những tâm hồn nhiệt huyết  
 Tomakomai Thành phố thể thao



## 氷都とまこまい

昔から「スケートのまち」として知られる苫小牧は、アイスホッケーが盛んなまちです。苫小牧を拠点とする「レッドイーグルス北海道」が活躍し、女子日本代表「スマイルジャパン」には苫小牧ゆかりの選手も多く選出されています。さらに、「全国高等学校選抜アイスホッケー大会(氷上の甲子園)」の開催地としても知られています。

### スポーツ都市宣言

1966年に苫小牧市は全国で初めて「スポーツ都市宣言」を行いました。この宣言以降、年代問わず多くの人が、さまざまなスポーツを楽しんでいます。



## スポーツイベント



とまこまいマラソン  
 スポーツフェスティバル  
 年間を通してさまざまなスポーツイベントを開催し、多くの市民が参加しています。

## スケート施設



全国でも屈指の氷上スポーツ文化が根付く氷都とまこまいには、スケート施設が4カ所あり、市民は子どものころからアイスホッケーやスピードスケートなどを楽しんでいます。

### 近年の

### 苫小牧ゆかりのアスリート

野球  
**菊地 吏玖選手**

苫小牧市出身



©C.L.M

野球  
**伊藤 大海選手**

苫小牧駒澤大学出身  
 ※現・北洋大学



©H.N.F

## 数字で見るとまこまいの福祉 (2025年11月末現在)

認知症サポーター養成数

地域包括支援センター

認知症サポーターのいる 高齢者のふれあいサロン

お店・事業所

設置数

**36,157**人

**7**カ所

**10**団体

**87**カ所

## 数字で見るとまこまいのスポーツ施設

スケートリンク

体育館

屋外競技場

屋内競技場

温水プール

**4**カ所

**4**カ所

**6**カ所

**1**カ所

**2**カ所

# History— 苫小牧市のあゆみ

寛政11(1799)年  
寛政12(1800)年  
明治2(1869)年  
明治3(1870)年  
明治5(1872)年  
明治6(1873)年  
明治7(1874)年  
明治13(1880)年  
明治22(1889)年  
明治25(1892)年  
明治35(1902)年  
明治42(1909)年  
明治43(1910)年  
大正7(1918)年  
大正8(1919)年  
大正10(1921)年  
大正13(1924)年  
大正15/  
昭和元(1926)年  
昭和3(1928)年  
昭和12(1937)年  
昭和13(1938)年  
昭和16(1941)年  
昭和18(1943)年  
昭和21(1946)年  
昭和22(1947)年  
昭和23(1948)年  
昭和24(1949)年  
昭和25(1950)年  
昭和26(1951)年  
昭和27(1952)年  
昭和29(1954)年  
昭和31(1956)年  
昭和33(1958)年  
昭和38(1963)年  
昭和40(1965)年  
昭和41(1966)年  
昭和43(1968)年  
昭和44(1969)年  
昭和47(1972)年  
昭和48(1973)年  
昭和49(1974)年  
昭和51(1976)年  
昭和53(1978)年  
昭和55(1980)年  
昭和56(1981)年  
昭和57(1982)年

勇払に会所を置く

## 八王子千人同心、原新介ら勇払(鶴川)に移住する

蝦夷地を北海道と改め、当地方は胆振国勇払郡となる  
高知藩70余名を勇払、千歳に派遣、分領支配と開拓を始める  
開拓使と高知藩の事務引継ぎ完了し、高知藩引揚げる  
勇払郡開拓使出張所を苫細(苫小牧)に移転  
苫細を苫小牧と改称

勇払外五郡郡役所(勇払・白老・千歳・沙流・新冠・静内)を苫小牧村に設置

苫小牧村に苫小牧外15ヶ村戸長役場を設ける(初代戸長 原直次郎氏)

北海道炭礦鉄道(現在の室蘭本線)が開通。苫小牧駅が開業

2級町村制を施行し樽前村、覚生村、錦多峰村、小糸魚村、苫小牧村、勇払村、植苗村を合併し、苫小牧村となる(初代村長 山崎初吉氏)

樽前山中規模噴火、溶岩ドーム形成

## 王子製紙苫小牧工場が操業開始

2級町村制のまま町制施行(初代町長 下川重忠氏)

1級町村制を施行(初代町長 鈴木善治氏)

苫小牧大火。市街地の約3分の1にあたる1,007戸を焼失

北海道庁林千秋技師が「勇払築港論」を提唱

北海道鉄道札幌線(現在の千歳線)が開通

飯田誠一氏が二代目町長となる

町営リンク完成

八巻耕三氏が三代目町長となる。「工業港苫小牧の将来とその使命」を発行。翌14年、北海道庁で「勇払工業港修築計画書」を策定。翌15年、「苫小牧工業地帯計画」を策定

第11回明治神宮国民体育大会冬季大会スケート大会開催

大日本再生製紙(現在の日本製紙)勇払工場操業開始

西田信一氏が四代目町長となる。苫小牧町立病院開設

初の町長公選行われる(田中正太郎氏当選)

## 市制施行(初代市長 田中正太郎氏/人口33,000人)

苫小牧市徽章制定

第5回国民体育大会開催(スケート) / 市広報紙刊行 / 上水道敷設工事開始 / 市営バス運行開始 / 第1回観光まつり(港まつりの前身)開催

苫小牧工業港起工式

下水道工事着手 / 市教育委員会発足 / 市庁舎新築

第9回国民体育大会開催(柔道)

第1回港まつり開催

王子製紙無期限ストに突入 / 苫小牧港開発株式会社設立

## 苫小牧港開港 / 大泉源郎氏が二代目市長に就任

苫小牧駒澤短期大学開校 / 苫小牧港管理組合発足

苫小牧港外国貿易港に指定 / 苫小牧市スポーツ都市宣言

西部工業団地進出企業第一号の日之出化学工業(株)操業開始

道の総合開発委員会で苫小牧大規模工業基地開発計画案を決定

フェリー第1船入港 / 苫小牧東部開発株式会社設立

市制施行25周年 / 人間環境都市宣言 / 出光興産(株)北海道製油所操業開始 / 八王子市と姉妹都市提携 / 市の木に「ナナカマド」を制定

第29回国民体育大会開催(スケート)

苫小牧東港現地着工

ネーピア港(ニュージーランド)と姉妹港提携 / 駅前バスターミナル開設

第35回国民体育大会開催(スケート・アイスホッケー) / 人口15万人達成 / ネーピア市(ニュージーランド)と姉妹都市提携 / 苫小牧東港入船式一部供用開始

ウトナイ湖サンクチュアリ指定 / 苫小牧港が特定重要港湾に昇格 / 苫東の国家石油備蓄基地着工

いすゞ自動車北海道工場が苫東工業基地D地区で建設着工 / 日光市と姉妹都市提携 / 新苫小牧駅完成

History of Tomakomai City

苫小牧市の歴史

Lịch sử phát triển của thành phố Tomakomai



1800年 函館市中央図書館所蔵  
八王子千人同心、勇払(鶴川)に移住



1910年  
王子製紙苫小牧工場が操業開始



1948年  
市制施行



1963年  
苫小牧港開港

昭和58(1983)年  
昭和59(1984)年  
昭和60(1985)年  
昭和61(1986)年  
昭和62(1987)年  
昭和63(1988)年  
平成元(1989)年  
平成2(1990)年  
平成3(1991)年  
平成4(1992)年  
平成5(1993)年  
平成6(1994)年  
平成7(1995)年  
平成8(1996)年  
平成9(1997)年  
平成10(1998)年  
平成11(1999)年  
平成12(2000)年  
平成13(2001)年  
平成14(2002)年  
平成15(2003)年  
平成16(2004)年  
平成17(2005)年  
平成18(2006)年  
平成19(2007)年  
平成20(2008)年  
平成21(2009)年  
平成22(2010)年  
平成23(2011)年  
平成24(2012)年  
平成25(2013)年  
平成26(2014)年  
平成27(2015)年  
平成28(2016)年  
平成29(2017)年  
平成30(2018)年  
平成31/  
令和元(2019)年  
令和2(2020)年  
令和3(2021)年  
令和4(2022)年  
令和5(2023)年  
令和6(2024)年  
令和7(2025)年  
令和8(2026)年

市庁舎完成 / 板谷實氏が三代目市長に就任

いすゞ自動車(株)北海道工場操業開始 / 国家石油備蓄基地にオイルイン開始

中国秦皇島港と友好港湾提携 / 市民憲章制定

市の木の花に「ハスカップ」、草の花に「ハナショウブ」を制定 / 旭大通アンダーパス開通

鳥越忠行氏が四代目市長に就任 / 暴力追放宣言

苫小牧市基本構想改定 / 道央テクノポリス開発機構設立

道央テクノポリス地域指定 / 人口16万人達成 / 第44回国民体育大会開催(フェンシング・軟式庭球) / 外国貿易船入港1万隻達成

トヨタ自動車苫小牧西部工業団地へ立地表明、翌3年5月工場建設に着手 / 市の鳥に「ハクチョウ」を制定

苫小牧観光協会が社団法人化 / **ウトナイ湖と周辺510ヘクタールがラムサール条約登録湿地となる**

苫小牧港が動物検疫港に指定 / フェリー旅客1千万人突破

千歳・苫小牧地方3市4町が地方拠点都市に指定される / 市民文化公園完成 / トヨタ自動車北海道(株)竣工

天然ガスパイプライン起工式

スポーツマスター制度実施 / TSL実験船苫小牧港入港 / 人口17万人達成

白鳥アリーナ完成 / スポーツ都市宣言30周年

入船国際コンテナターミナル完成

苫小牧駒澤大学開学 / 緑ヶ丘公園展望台オープン / 市制施行50周年記念式典開催 / 中国秦皇島市と友好都市提携 / 苫小牧市テクノセンターオープン / 文化交流センターオープン

沼ノ端クリーンセンター・リサイクルプラザ苫小牧オープン / 東港に日本海航路のフェリー就航 / 錦大沼公園と温浴施設「ゆのみ湯」オープン / 宇宙ステーション・ミール展示館オープン

沼ノ端スケートセンターオープン / 市営バス開業50周年

勇武津資料館オープン / 苫小牧市民文化芸術振興条例制定

苫小牧市福祉のまちづくり条例制定 / 苫小牧市非核平和都市条例制定 / 勇払マリーナオープン / 市の貝に「ホッキ貝」を制定 / ウトナイ湖野生鳥獣保護センターオープン / ISO14001の承認を取得

櫻井忠氏が五代目市長に就任

## 駒大苫小牧高校全国高等学校野球選手権大会初優勝(86回大会)

臨海東通アンダーパス開通 / 東港区中央埠頭多目的国際ターミナル第1船入港 / 駒大苫小牧高校全国高等学校野球選手権大会2連覇(87回大会)

第61回国民体育大会開催(スケート・アイスホッケー) / ~氷上の甲子園~全国高等学校選抜アイスホッケー大会開催 / 岩倉博文氏が六代目市長に就任 / 駒大苫小牧高校全国高等学校野球選手権大会準優勝 / 新苫小牧市立病院が開院

苫小牧市自治基本条例施行 / 苫小牧市男女平等参画推進条例施行 / 全国植樹祭開催

レジ袋有料化協定締結

苫小牧市市民参加条例施行 / 教育・福祉センターオープン / 道の駅「ウトナイ湖」オープン

廃プラスチック資源回収開始 / 王子製紙(株)苫小牧工場操業100周年 / ネーピア市姉妹都市締結30周年 / 沼ノ端スポーツセンターオープン

## 苫小牧市公式キャラクター「とまちょっぴ」誕生 / ウトナイ湖ラムサール条約湿地登録20周年

苫小牧地点におけるCCS実証試験決定

苫小牧港開港50周年 / 家庭ごみ有料化開始 / 美術博物館オープン / 苫小牧市男女平等参画都市宣言

東胆振1市4町による定住自立圏構想中心市宣言 / 新とまちょっぴりセンターオープン / まちなかの新たな集客拠点、COCOTOMAオープン

定住自立圏形成協定締結 / 緑ヶ丘公園陸上競技場リニューアルオープン

スポーツ都市宣言50周年 / とましょんスタジアムリニューアルオープン / 緑ヶ丘公園庭球場リニューアルオープン

苫小牧市手話言語条例制定 / 日本女性会議2017とまこまい開催

市制施行70周年 / 北海道胆振東部地震発生 / 沼ノ端交流センターオープン

ウトナイ交流センター展望施設オープン / 「とまちょっぴり」モンドセレクション2019

金賞を受賞 / 苫小牧市受動喫煙防止条例制定

## 地方版図柄入りナンバープレート「苫小牧ナンバー」交付開始 / 苫小牧中央インターチェンジ開通

苫小牧市子ども相談センター開設 / 北海道苫小牧支援学校開設 / ゼロカーボンシティへの挑戦を宣言 / 全国育樹祭開催

TOMAKOMAI MIRAI FEST初開催 / 東開文化交流サロンオープン / 「とまちょっぴり」モンドセレクション2022金賞を受賞

パートナーシップ制度開始 / 「苫小牧市」ロゴマーク完成

とまこまい国スポ2024開催 / 苫小牧市ヤングケアラー支援条例制定(道内初) /

金澤俊氏が七代目市長に就任

ソフトバンク(株)と(株)IDCFが大規模AIデータセンター建設着工 /

こどもとまななかアクション開始宣言 / ネーピア市姉妹都市締結45周年記念式典

苫小牧市民文化ホール(ART CUBES)オープン(3月)



1991年  
ウトナイ湖ラムサール条約  
登録湿地に



2004年  
駒大苫小牧甲子園初優勝



2011年  
苫小牧市  
公式キャラクター  
「とまちょっぴり」誕生



2020年  
走る広告塔 地方版図柄入りナンバープレート  
「苫小牧ナンバー」交付開始