

困難や不安を抱える女性が、自分らしく生き生きとした暮らしができるよう支援するため、相談、居場所の提供、女性用品の提供、無料スーツレンタル等を行います。

女性のためのつながりサポートとまこまい



無料スーツレンタル

クリーニング不要で貸し出せます。
まずは話してみませんか。ご相談ください。

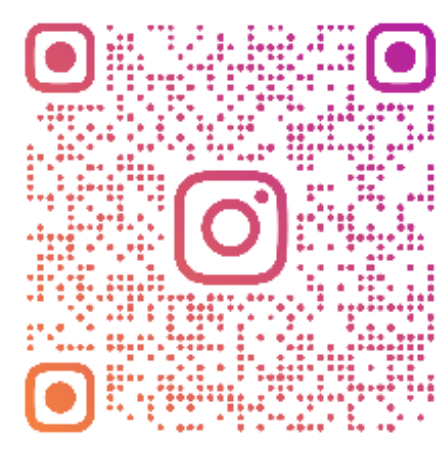
●申し込み

☎080-7222-0545(相談専用ダイヤル)

●受付時間

【月火水金】 10:00～18:00
【木】 10:00～20:00
【土】 10:00～16:00

*相談受付フォームはこちら



TSUNAGARI_SUPPORT_TOMAKOMAI

無料相談窓口

●電話相談 ☎080-7222-0545

【月火水金】 10:00～18:00
【木】 10:00～20:00
【土】 10:00～16:00
※月に一度、日曜祝日相談日もあり

●出張相談

月に数回（詳細はHPにてご確認ください）

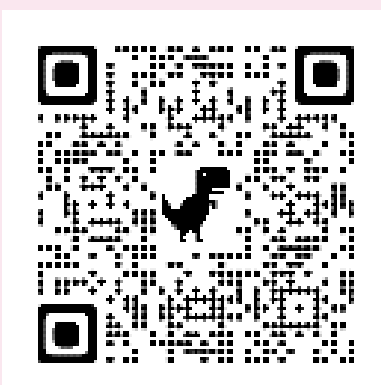
●来所相談

フリースペース「みんなのおうち」
【住所】苫小牧市豊川町2丁目4-16
【月火水金】 10:00～18:00
【木】 10:00～20:00
【土】 10:00～16:00
生理用品やフリードリンクもあります♪
楽しいイベントも計画中！（詳細はHPにて）

●LINE相談

【月火水金】 10:00～18:00
【木】 10:00～20:00
【土】 10:00～16:00

【地図】



【LINE登録】



つながる居場所

*詳細はInstagramでチェック！！

●女性のためのところとからだの健康サロン

【場所】のぞみ、豊川、住吉、沼ノ端コミセン 他
【日程】各コミセン、月1回程度
「リラックスヨガ」「美味しいお茶会」「アロマセラピー」などなど、
笑顔で帰れる癒しのサロンを開催します。お気軽にご参加ください。

●フリースペース「みんなの居場所」

月数回、自由に過ごせる居場所を設置します。

●リフレッシュ体操

年4回 市内4コミセンにて実施

参加費
無料

生理用品の無料提供

生理用品の購入にお困りの方へ、
下記提供場所で生理用品をお渡ししています。



- 苫小牧市役所
(1F総合福祉課、こども支援課、4F健康支援課、7F協働・男女平等参画室)
- 市内各小中学校、高等学校、大学 ●勇払公民館 ●市民活動センター
- 男女平等参画推進センター ●市内各コミュニティセンター ●市内各児童センター
- 一部の子ども食堂 ●フードバンクとまこまい ●ココトマ
- ハローワークとまこまい(マザーズコーナー) ●東開文化交流サロン
- 苫小牧市教育・福祉センター2階 子育て支援センター
- 苫小牧中央図書館
- スポーツ施設
(ハイランドスポーツセンター、TOMARO、nepiaアイスアリーナ、ときわスケートセンター
新ときわスケートセンター、ダイナックス沼ノ端アイスアリーナ)

※アイビープラザ1F、市民活動センター5Fには、非対面提供ボックスを設置しております。
(LINEの友だち登録が必要です)

※月に一度、日曜祝日相談日もあり

女性のための
つながりサポートとまこまい
専用ホームページ

詳細は
こちら



<https://jyoseitunagaritomakomai.roukyou.gr.jp/>

事業に関する
お問い合わせ先

..... 受託事業者
労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団 苫小牧まちづくり地域福祉事業所
TEL: 0144-71-3611 FAX: 0144-71-3612 E-mail: tomakomai@roukyou.gr.jp

委託者: 苫小牧市総合政策部協働・男女平等参画室 TEL: 0144-84-4052 FAX: 0144-34-7110 E-mail: kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

