



## 催し・講座

### 防災ボランティア講座

日 ①1月25日(土)、②26日(日) いずれも10時～12時

所 ①特別養護老人ホーム沼ノ端はくちょう苑 ②のぞみコミセン

テーマ大切なものを守るための防災

定 各20人 申し込み順

申 詳 1月6日(月)から直接または電話、ファクス、Eメールで ボランティアセンター TEL(84)6481 FAX(34)8141

✉ volucen@tomakomai-shakyo.or.jp ※無料託児(1月15日(水)までに要予約)

### 普通救命講習会



日 2月20日(水) 13時30分～15時30分

所 消防防災訓練センター

対 eラーニング受講者

内 心肺蘇生法とAEDの使用方法など

定 30人 申し込み順

申 詳 救急課 (HPでダウンロード可)で配布の申請書を1月30日(水)～2月13日(水)に直接または郵送(必着)、ファクス、Eメールで 〒053-0052 新開町2-12-7 救急課 TEL(84)5044 FAX(84)5046 ✉ shobo-kyukyuu@city.tomakomai.hokkaido.jp

### マザーズセミナー

①マザーズ就職準備セミナー

シルバー人材センター入会説明会

日 1月21日(水) 9時

所 労働福祉センター

申 シルバー人材センター

TEL(35)1700

詳 工業・雇用振興課

TEL(32)6432

日 1月20日(月) 9時30分～12時

②マザーズパソコンセミナー

日 1月21日(火)～24日(金) 9時～12時

③魅力アップセミナー

日 1月29日(水) 10時～12時

.....

所 ①②ワークプラザとまこまい ③市民活動センター

対 ワークプラザとまこまいマザーズコーナーに登録のある方

定 ①12人 ②10人 ③20人 申し込み順

申 前日までに電話で ワークプラザとまこまい TEL(35)8689 ※無料託児(1歳～就学前 10人)

詳 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

### とまこまい若者サポートステーション

■出張相談

日 1月29日(水) 14時～16時

所 ワークプラザとまこまい

■セミナー

日 1月8日(水)、16日(水)、23日(水) いずれも13時30分～15時

所 とまこまい若者サポートステーション

対 就職を目指している15～39歳

申 前日までに電話で とまこまい若者サポートステーション

TEL(84)8670

詳 工業・雇用振興課 TEL(32)6432

### COCOTOMA

■冬季ゲームイベント「ニコニコママ

### 2月のパソコン講習

番号	講習名	開始日	回数
2-1	初めてのパソコン(Windows10)	2/3(月)	4回
2-2	Word2019で作る文書(初級)	2/10(月)	4回
2-3	Access2019を使って情報管理	2/20(水)	2回
2-4	JW-CAD(基本操作・平面図作成)	2/15(土)	4回

所 各講習の10日前までにスキルアップセンターとまこまい TEL(55)6622



## スポーツ

### 冬季小学生スポーツ教室

①バドミントン

日 1月29日～2月26日 毎週水曜日 全5回 16時30分～17時30分

広告