



総合体育館

①背骨コンディショニング

回 令和8年1月7日～28日 毎週水曜日
全4回 いずれも12時～13時

②初心者卓球教室

回 令和8年1月14日～2月4日 毎週水曜日
全4回 いずれも13時～14時30分

③初心者スポンジテニス教室

回 令和8年1月15日～2月5日 毎週木曜日
全4回 いずれも13時～14時30分

対 18歳以上(高校生不可)

料 ①各回1,000円 当日納入

②③2,000円 開講日納入

定 10人 申し込み順

持 運動しやすい服装・靴、タオル、飲み物
①ヨガマット(貸出可) ②③ラケット(貸出可)

所 申 ①12月11日(木)から各回の前日まで
②③12月2日(火)～令和8年1月9日(金)に直接または電話で
TEL (34) 7715

川沿公園体育館

①小学生バドミントン教室

回 令和8年1月5日(月)、7日(水)、8日(木)
いずれも15時30分～16時30分

対 小学4～6年生

料 各回500円 当日納入

定 16人 申し込み順

②小学生スポーツ教室

回 令和8年1月9日(金)、10日(土)

いずれも10時～11時

対 小学1～3年生

料 各回300円 開講日納入

定 20人 申し込み順

③フロアカーリング体験会

回 令和8年1月17日(土) 10時～11時30分

料 500円 当日納入

定 10人 申し込み順

持 運動しやすい服装・靴、タオル、飲み物
①ラケット(貸出可) ②③着替え

所 申 12月6日(土)から直接または電話で
川沿公園体育館 TEL (74) 3300



学校給食配膳員を募集

募集人数 10人程度

任用期間 令和8年4月1日から1年間

※更新の場合あり

申 12月1日(月)～8日(月)に第1・第2学校給食共同調理場(HPでダウンロード可)で配布の申込用紙などを直接または郵送(消印有効)で
第1学校給食共同調理場 TEL (57) 5881

地域イノベコミュ支援事業の申請者を募集

苫小牧地域におけるイノベーション推進に携わる方(起業家や学生、事業者など)のコミュニティ形成を図るイベントなどの費用を一部補助します

対 市内事業者または市内でイベントを開催する事業者

補助額 対象経費の5分の4以内(上限50万円) ※審査あり

申 工業・雇用振興課(HPでダウンロード可)で配布の申請書などをメールで
工業・雇用振興課 TEL (32) 6432

✉ kogyo@city.tomakomai.hokkaido.jp



ゼロカーボンポスターコンテスト

入賞者には最大1万円の図書カードをプレゼント!

対 市内在住の小・中学生

テーマ 未来のために「移衣食住でできること」

提出形式 八つ切り(392mm×271mm)またはB4(364mm×257mm) ※データ提出可

申 12月1日(月)～令和8年1月23日(金)にタイトル(30字以内)、氏名、学年、学校名、住所、電話番号を作品裏面に記入し直接または郵送(必着)、Eメールで
ゼロカーボン推進室 〒059-1306 字沼ノ端2-25

TEL (57) 3666

✉ z-carbon@city.tomakomai.hokkaido.jp



広告