

定8人 申し込み順
持ヨガマット、飲み物
申詳各回前日までに電話またはInstagram(DM)で パーソナルジムディライト TEL(82)9877
担当課 総合福祉課

令和8年消防出初式

日1月8日(木) 10時～11時(9時30分開場)
所市民会館
内消防自動車の展示や、車両・徒步部隊による分列行進、消防団員で編成された『とまこまい消防まとい隊』による「はしご乗り」・「まとい振り」・「木やり唄」の消防伝統演技
詳消防本部総務課 TEL(84)5014

第3回防災ボランティア研修交流会

日2月7日(土) 10時～15時
所市民活動センター 1階多目的ホール
テーマ大切なものを守るための防災
内●DMATとして活動された方の講話●ワークショップ「やさしい日本語講座」
定40人 申し込み順
持筆記用具
申詳1月5日(月)から直接または電話、ファクス、Eメール、二次元コードでファクス、Eメール=住所、氏名、電話番号を記入 ※無料託児あり(要申込) ボランティアセンター TEL(84)6481 FAX(34)8141
✉volucen@tomakomai-shakyo.or.jp
担当課 危機管理室



正社員お仕事探しフェア

日2月4日(水) ①14時30分～14時50分 ②15時～19時
所アイビー・プラザ
対市内で就職を希望する求職者
内①求職者向けセミナー「適職を見つ

けるための合説活用術」②合同就職説明会(市内企業15社参加)
申詳前日までに二次元コードで (株)北海道アルバイト情報社 TEL011(206)6844
担当課 工業・雇用振興課



男女平等参画推進センター

所詳男女平等参画推進センター TEL(32)3544



事業名	とき	講師・内容	定員	その他	申し込み
女性のための生き方・働き方・起業相談	1月13日(火) ※1人50分程度	コンシェルジュ 高坂 美哉氏	5人 申し込み順	対起業に関心のある女性	直接または電話で
誰もが安心できる避難所を考える～保健師が語る、胆振東部地震からの学び～	1月22日(木) 13時30分～15時30分	講師むかわ町保健師 今井 喜代子氏	20人 申し込み順	—	直接または電話、 二次元コードで
コワーキング@プラス～起業にまつわる学びの場～「自分のやりたいことを見失わない。迷子にならないためにできること」	1月23日(金) 10時～12時	講師山田 真紀子氏 内セミナー・対話型ワークショップ	10人 申し込み順	対起業の学びに関心のある女性 ※オンライン参加あり	直接または電話、 二次元コードで
コワーキングDay!	1月26日(月) 9時30分～20時30分(コンシェルジュ対応=10時～15時45分)	仕事や打ち合わせ、 参加者同士のコミュニケーション コンシェルジュ 村田 なちこ氏	なし 直接会場へ	対コワーキングに関心のある女性	—
苫小牧LGBTsの交流 ひろば「ぼると」	1月31日(土) 14時～16時30分	内ゲーム、テーマを決めた話し合い、 参加者の交流	なし	対LGBTs (LGBTsかも?の方を含む) 当事者の方	二次元コードで
カクレガ(若者のカードプレイス)～マイアドバイザー太田 ちさと氏にマイクのことなど聞けます!～	2月4日(水) 16時～19時	講師マイアドバイザー太田 ちさと氏 内24歳までの若者の居場所	なし 直接会場へ	—	—

※無料託児(1歳以上)は実施日の10日前までに要問い合わせ

広告