

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



まずは話してみませんか

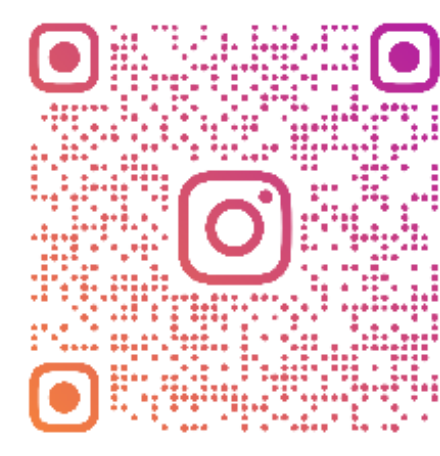
とまこま

## 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



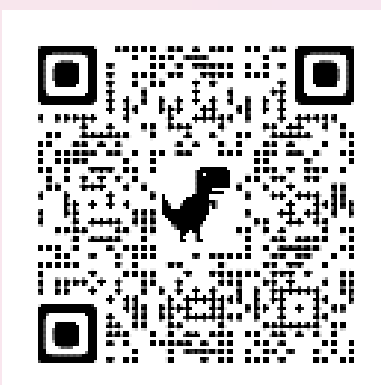
TSUNAGARI\_SUPPORT\_TOMAKOMAI

## 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

【地図】



### ●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  
【平日】 10:00~18:00  
【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登録】



### ●LINE相談

【火】 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

## 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。

参加費  
無料

### ●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公共施設などに設置します。

## 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
- 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)

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

