

# ファミサポ通信 9月号

TEL:03-3912-1909

**NEW**

令和6年度 ステップアップ講習会  
「骨・カルシウム講座 ～いつまでもアクティブに過ごすコツ～」

日時：10月23日（水）10：00～12：00

会場：北区立いきがい活動センター きらりあ北 研修室

対象：サポート会員様

定員：20名（申込順）

申込：TEL 03-3912-1909（北区ファミリー・サポート・センター）

## 【内容①】骨・カルシウム講座 ～いつまでもアクティブに過ごすコツ～

講師：雪印メグミルク株式会社 食育・普及担当

牛乳・ヨーグルトで有名な企業「メグミルク」さんによる出張講座です。

私たちの体を支えている骨、骨の健康を維持するポイントなどを知り、生活に役立てていきませんか？

いつまでも、健康で暮らしていくために、ぜひご参加ください♪



## 【内容②】皆で語ろう！ ～サポート活動の良いトコ&大変なトコ～

担当：北区ファミリー・サポート・センター 職員

日々、サポート活動にご協力ありがとうございます。活動の中で、気になったことについて、1人で抱えず、この機会に、センター職員、会員同士で話し合いませんか？

また、サポート会員の増加に向けての広報として「活動で良かったこと」「会員になって変わったこと」の、前向きなご意見も、ぜひお聞かせください♪



↓  
下記は、近隣事業所の紹介になります。  
お問合せは、枠内の連絡先までご連絡ください。  
↓

## 滝野川老人いこいの家/名主の滝老人いこいの家

滝野川・名主の滝老人いこいの家は、令和4年4月より従来のお風呂事業はそのままに、人生100年時代を見据えた、生きがいづくりや健康づくり、介護予防、地域活動を通して社会参加につながる様々な事業を行う施設に変わります。

体操、小物作り、スマホ講座など、様々な事業を開催しています。  
詳細は、下記の老人いこいの家【お問い合わせ先】までお願いします。

### 【お問合せ先】

### 【お問合せ先】

■ 滝野川老人いこいの家  
東京都北区滝野川1-46-7  
TEL：03-3915-5545

■ 名主の滝老人いこいの家  
東京都北区岸町1-15-25  
TEL：03-3909-3083



## 北区立いきがい活動センター「きらりあ北」

### 秋からスタート！ おしごと応援フェア

主催：北区立いきがい活動センター「きらりあ北」  
共催：ハローワーク王子

「企業・団体による個別相談会・面接会【要予約】」&  
「きらりあ北職員による「おしごと・ボランティア相談【予約不要】」  
を実施いたします。社会活動に参加したい方、未経験でも挑戦  
してみたい方、秋からお仕事始めてみませんか？

**日時** 9月25日(水) 14:00~16:30  
【最終受付 16:00】

**場所** 1階 研修室・多目的室

**対象** 北区在住・在勤でお仕事をお探しの方

**申込** 9月2日(月)~先着順  
(窓口・電話・メール・FAXにて受付) ▼詳細はこちら



### 「アート・ものづくり体験」 ワークショップ in きらりあ北

**日時** 9月21日(土)10:00~12:00

**場所** きらりあ北 多目的室

**内容** カルトナージユ(美しく装飾したカード入れなど)  
可愛いプレスレット・創作はがきなどに  
チャレンジ体験をしてみよう！

※その他にも開催を予定しています！お楽しみに♪



**費用** 有料300円~1,000円

**申込** 当日 先着順

詳しくは、当日会場にて  
お問合せください！

### 【お問合せ先】

## 北区ファミリー・サポート・センター

〒114-0002 王子6-7-3 (子ども家庭支援センター内)  
TEL：03-3912-1909 FAX：03-3912-9668

開館時間：午前9時30分~午後5時30分 (受付は5時まで)  
休館日：祝日(日曜日と重なった場合は開館)/振替休日/年末年始

メールアドレス：[kitaku-family-support@foryou.or.jp](mailto:kitaku-family-support@foryou.or.jp)

ホームページ：<https://www.foryou.or.jp/corp2/familysupport/>

### 【ホームページ QRコード】



**NEW**

令和5年11月より  
ホームページが  
リニューアル  
しています。

### 【公式LINE QRコード】



または、ID検索  
「@365kcoym」  
でも、友達追加  
可能です！