

出張個別就労相談会

名主の滝老人いこいの家・滝野川老人いこいの家にて出張個別相談会を開催しています。
「お仕事を始めてみたいけどなかなか勇気が出ない」、「これからの将来が不安だ」といった方に向け、職員がお話しを伺いますのでお気軽にお声掛け下さい。

滝野川老人いこいの家(03-3915-5545)

12月28日(木)13:30~14:30

※おひとり30分程度

対象 60歳以上の北区民の方

申込 ご希望の施設に事前申込・先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

初めての人の為のZOOM講座

最近、オンラインで講座やミーティング等をする機会が増えて来ました！ZOOMとはパソコンやスマートフォンを通してオンライン上でミーティングを行うアプリケーションの事を指します。この機会にZOOMデビューしてみませんか？

日時 12月18日(月)10:30~11:30

定員 5名

場所 きらりあ北 多目的室

申込 11月25日(土)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

ストリートピアノ

日付 毎月 第2・4 火曜日 10:00 ~ 12:00
毎週 木曜日 16:00 ~ 19:00

場所 きらりあ北 本館1階ロビーにて

☆12月の開催日☆

【火曜日】
12日、26日 10:00~12:00

【木曜日】
7日、14日、21日、28日 16:00~19:00



ハーモニカやウクレレ等、他の楽器演奏をご希望の方は
お電話、窓口にて事前にご相談ください。

きらりあカフェ

☆12月の開催日☆

12/12(火)10:00~12:00 12/23(土)10:00~12:00
12/26(火)10:00~12:00

《メニュー:コーヒー・紅茶・ココア・オレンジアイ스티ー》



働くから元気になる！

初めての仕事探し講座



これからお仕事をご希望されている方、
求人検索に苦労されている方、
ハローワークや一般の求人サイトでの
スマホで求人検索する際のコツについて、
実践的に学びませんか？

日時 12月27日(水)10:00~12:00

定員 3名

場所 きらりあ北 多目的室

申込 11月25日(土)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

対象 北区内在勤、在住の方

スマホ
で参加！

俺のきらりあ倶楽部



体操をしたり、講話を聞くわけではありません。
「興味のあることを見つけたい！」
「家では言いにくいグチを言いたい！」
「仲間を作り楽しい時間を過ごしてみたい！」
という男性だけの時間です。
ぜひ聞いて、語って「新しい時間の過ごし方」を
開拓しましょう！

日時 令和6年1月9日(火)10:30~12:00

定員 10名
※申込不要(当日先着順 定員になり次第受付終了)

場所 きらりあ北 2階 ホール

対象 北区在住、在勤の男性
※当館の利用登録がある方

期日 毎月第1火曜日 10:30~12:00頃予定

きらりあマルシェを開催します！！

日時 12月23日(土) **場所** きらりあ北
10:00~15:00

＼子どもも大人も一緒に楽しみませんか？／

10:00~12:00

10:00~15:00

主催:俺のきらりあ倶楽部

・ハンドメイドコーナー

♪紙ひこうきを作ろう！

・肌測定、栄養相談

♪挽き立て、淹れたてコーヒー ☕

・焼き芋の販売 🍠

★紅茶・ココアなども販売します！

13:00~ 産地直送(東京産)の野菜販売 🍆

13:30~13:50 キッズダンス 🎶(ファンキーモンキーズさん)

14:00~14:15 ピアノ演奏 🎹(はるみんさん)
~クリスマスメドレーほか♪~

働くから元気になる！

初めての仕事探し講座



これからお仕事をご希望されている方、
求人検索に苦勞されている方、
ハローワークや一般の求人サイトでの
パソコンで求人検索する際のコツについて、
実践的に学びませんか？

日時 12月20日(水)10:00~12:00

定員 3名

場所 きらりあ北 多目的室

申込 11月25日(土)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

対象 北区内在勤、在住の方

パソコン
で参加！

大和ライフウィズ個別相談会

高齢者の方から人気の清掃業務をご案内♪
「黙々とお仕事に取り組む事が出来る」
「むずかしいお仕事ではない」
「短時間働ける!!」等のお声を頂いております。
北区をはじめ都内各域に渡るお仕事を複数ご案内可能です。
少しでも気になるという方はお気軽にお越し下さい。

日時 12月11日(月)14:00~16:00

定員 6名(お1人様20分の交代制)

場所 きらりあ北 研修室

申込 11月25日(土)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

育児支援を「してほしい」

ファミリー会員になりたい方

【対象】北区在住在勤で生後57日~小学6年生の
子育てをしている方

【活動例】・保育園/幼稚園/習い事の送迎
・一時預かり
(在宅ワーク/外出/リフレッシュ等)

【申込】下記の連絡先にて事前に説明会日時を
ご予約ください。
(zoomでオンライン登録会も対応中)



【お問合せ先】

北区ファミリー・サポート・センター(TEL:03-3912-1909)

王子6-7-3 子ども家庭支援センター内 (受付時間 9時30分~17時30分)

有償ボランティア

育児支援を「したい」

サポート会員になりたい方

【対象】サポート会員養成講座に参加できる方
(20歳以上。40~70代も活躍中です！)

【サポート会員養成講座】

日にち:令和6年1月21日(日)、1月25日(木)(予定)

※登録は「二日間受講」が必要です。

二日間できない方もご相談下さい。

時間:9:30~16:00

会場:未定

内容:講義(子育て支援、生活ケア、遊び、事故など)

登録説明会、サポート会員体験談、会員登録



滝野川・名主の滝老人いこいの家よりお知らせ

費用
無料

ポップスコンサート

~懐かしのオールディーズナンバーと
昭和歌謡を生バンドで~

日時 12月23日(土)14:00~15:00

場所 滝野川老人いこいの家 大広間

定員 30名(抽選)

対象 区内在住の60歳以上の方

申込 ご本人が滝野川老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて

申込期間 11月25日(土)~12月14日(木)まで

※抽選結果は12月15日(金)以降**当選者のみ**

電話にてご連絡いたします。

滝野川老人いこいの家(北区滝野川1-46-7)

☎: 03-3915-5545 FAX: 03-3915-5615 ✉takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp

名主の滝老人いこいの家(北区岸町1-15-25)

☎: 03-3909-3083 FAX: 03-5948-5303 ✉nanushi-ikoinoie@foryou.or.jp

歌声サロン

費用
無料

日時 ①12月 9日(土)13:30~15:30頃

②12月14日(木)13:30~15:00頃

場所 名主の滝老人いこいの家 展示会議室

定員 各30名程度(抽選)※両方に申し込めます

対象 区内在住の60歳以上の方

申込 ご本人が名主の滝老人いこいの家の
窓口・電話・FAX・メールにて

申込期間 ①11月30日(木)まで

②12月6日(水)まで

※抽選結果は①12月1日(金)②12月7日(木)以降

当選者のみ電話にてご連絡いたします。

滝野川



名主の滝





きらりあ 求人情報



この他にも多数求人あります！ 気になる求人は窓口までお問い合わせください。
募集が終了している場合もございます。ご了承ください。

求人番号:100-1	★デイサービスの昼食提供補助・作業等★
お仕事内容(職種)	調理補助
就業場所	東京都北区中十条2丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週1日以上 ※相談可
賃金(時給)	1,113円 + 通勤手当支給
勤務時間	8:30~12:00
その他	【仕事内容】 ・15~20食分を作って頂きます。 ・フォロー体制が整っている為、一般家庭で作る料理のようにお皿を出したり下ごしらえ等できれば大丈夫です。
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

求人番号:100-2	★デイサービスでの全般業務★
お仕事内容(職種)	介護職員(デイサービス)
就業場所	東京都北区中十条2丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週1日以上 ※相談可
賃金(時給)	1,113円 + 通勤手当支給
勤務時間	8:30~17:30 ※相談可
その他	【仕事内容】 ・添乗:ドライバーと共にご利用者様の送迎 ・入浴、トイレ介助 ・昼食準備:手作りの昼食を調理スタッフと共に準備 ・レクリエーション:体操・ボーリング・トランプ・麻雀など
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

求人番号:98-1	★70代・80代活躍中！未経験でもOK★
お仕事内容(職種)	交通誘導・警備
就業場所	東京都北区赤羽2丁目 他
雇用形態	パート
勤務日数	週1日~5日まで
賃金(時給)	1,113~1,250円 + 通勤手当支給
勤務時間	8:00~17:00
その他	・3日間の法定研修あり(1,113円) ・勤務先はご自宅から1時間以内の範囲です。 ・早く終わった時も日給保障します。 ・週払い制(土曜日≠翌木曜日払い)
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

求人番号:6-6	★保育園の用務員★
お仕事内容(職種)	保育園内外の清掃、給食の配膳、タオル等の洗濯
就業場所	東京都北区神谷2丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週2日 (月・金曜)
賃金(時給)	1,113円 + 通勤手当支給
勤務時間	9:00~16:45 休憩時間45分
その他	・有期雇用の場合雇用契約期間 【2024年3月31日更新あり】 ・年齢不問 ・必要な資格等なし ・必要な経験等なし
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

求人番号:99-1	★運転が得意な方、ドライバー経験者大募集★
お仕事内容(職種)	送迎業務・軽作業
就業場所	東京都北区志茂3丁目
雇用形態	非常勤
勤務日数	週3日~5日勤務(シフト制)
賃金(時給)	1,113円 + 通勤手当支給
勤務時間	① 8:00~18:00 ② 8:00~11:00 / 16:00~18:30
その他	・休憩時間 ①150分 ②なし ※中抜け勤務 ・要普通免許 ・3ヵ月後の給与よりベースアップ手当400~5,500円支給(契約日数による)
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

求人番号:101-1	★訪問ヘルパーでの生活援助・身体介護★
お仕事内容(職種)	訪問ヘルパー
就業場所	東京都北区豊島8丁目
雇用形態	パート・アルバイト
勤務日数	週1日~5日 (1時間以上8時間以内)
賃金(時給)	1,780円 ※通勤手当なし
勤務時間	9:00~18:00の間 1時間以上
その他	【必要な資格】 ・介護職員初任者研修 ※入社後に取得可能です！ ・見学は随時承ります。
	・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等

北区立いきがい活動センター「きらりあ北」

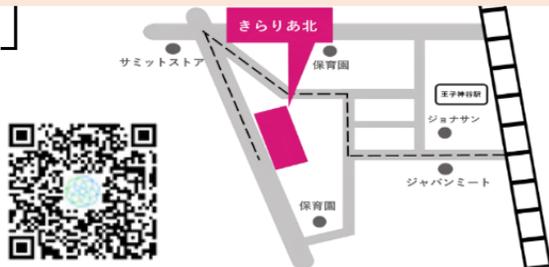
北区王子5-2-5-101 (UR都市機構王子5丁目団地内)

☎:03-5390-2220 FAX: 03-5390-2233

✉:kitaku-ikigai@foryou.or.jp

開館 9:00~22:00

HP: <https://www.foryou.or.jp/facility/kitakuikigai/w133/>





きらりあ通信 12月号

北区立いきがい活動センター発行 第34号 令和5年11月25日



ハローワーク王子共催 就労支援講座

50歳以上の就労支援 履歴書の書き方講座



「履歴書の書き方は？」 「年号は和暦？西暦？」 「学歴はどこから？」
大体の書き方は知っていても正しい履歴書の書き方を知っているという方は少ないのではないのでしょうか。
履歴書は就労するために必要な応募書類です。
履歴書だけで採用担当者へのアピールができるように今回の講座で学びましょう！

日時

令和5年12月19日(火)
14:00~15:30【90分】

定員

15名

申込

11月25日(土)~先着順となります。
※窓口・電話・FAX・メールで申込可能です。

対象

50歳以上の北区在住、在勤の方

講師

ハローワーク王子 就職支援ナビゲーター
花田 ゆみ子 氏

持ち物

筆記用具
※雇用保険受給中の方は、
受給資格者証をご持参下さい。

場所

きらりあ北 1階 研修室

ペルビクトレーニング講座 申し込みについて



骨盤底筋を鍛える方法について学んでいきます。
骨盤周辺の強化トレーニングを行い、排尿トラブルの
軽減を目指していく講座となっております。

開催期間：令和6年1月20日~2月24日
毎週土曜日 14:30~15:45(全6回)

定員：15名(抽選)

申込期間：12月1日(金)~12月10日(日)

受付方法：窓口・電話・FAX・メールにて

抽選発表：12月19日(火)

HP・館内掲示で発表

※抽選結果については、
お電話でもご確認いただけます。

人生100年時代 キャリアチェンジ相談会



お仕事を始めたい、転職したい、何かをはじめたいと
お考えの方のためのお仕事(就労)相談会です。

日時 令和5年12月7日(木)・14日(木)・21日(木)
各 10:00~16:00
1日5名まで、相談時間 1名 60分程度

申込 要事前申込 メール、電話、または直接窓口にて
※ご希望の日時を申し込み時にお伝えください。

LPレコードと動画を巡る世界の旅



懐かしの名曲を、蓄音機で映像と共に鑑賞します。
国内外の音楽やイベントを楽しみませんか？♪

日時 令和5年12月1日(金) 10:30~12:00

申込 当日10:10より1F受付にて先着受付開始 (定員15名)

テーマ クリスマス 🎄🎅

LINE お友だち募集中!!



YELL会員募集中!!

公式HP ▶ <https://www.foryou-yell.net>



【当館を初めてご利用される皆様へ】
当館を初めてご利用いただく際には個人使用時間利用カードの作成が必要となる場合がございます。
登録には保険証等身分証明書が必要となりますのでご持参ください。