



令和8年

5月号
No. 63

きらりあ通信

令和8年4月25日 発行 | 北区立いきがい活動センター

就労・社会参加・いきがい支援を行う施設です
就労希望の方へのジョブコーディネートを行い
企業・法人の皆様^に無料で人材紹介
みなさまの第1歩を全力でサポートいたします

きらりあマルシェ開催します!



ファッションショー開催レポート



講座&イベントのお知らせ

今月のピックアップ求人

北区内近隣施設3館よりお知らせ



公式LINE



ボランティアサイト



【はじめてご利用のかたへ(利用登録のご案内)】

当館を初めてご利用いただく際には北区立いきがい活動センター利用登録証の作成が必要となる場合がございます
登録には公的身分証明書が必要となりますのでご持参ください

講座 & イベントのおしらせ

登録証をお持ちの方が対象の講座・イベントは、未登録の方も登録いただくことでご参加いただけます
ご登録の際、公的身分証明書をご持参ください(北区在住・在勤・在学に限る)

5月5日(火)
10:30~12:00

俺のきらりあ倶楽部

男性限定！仲間と気軽に話しながら
楽しい趣味や生き方のヒントを見つけませんか？
【定員】10名(当日先着/無料)
【対象】北区在住・在勤の登録証をお持ちの男性
【場所】きらりあ北2階ホール



5月8日(金)
10:30~11:30 (お一人10分)

スマホふらっと相談

スマホの操作方法などお気軽に相談できます！
当日受付後館内でお待ちください
【定員】5名(当日先着/無料)
【対象】北区在住・在勤の登録証をお持ちの方
【場所】きらりあ北1階ロビー
【申込】当日10時より1階受付にて
※呼出時不在の場合キャンセルとなります
【持物】ご自身がお持ちのスマホ・タブレット等



5月9日(土)
13:30~15:30

きらりあ花と緑のくらぶ

きらりあ北の花壇の手入れなど
はじめての方大歓迎！お気軽にご参加下さい♪
【対象】北区在住・在勤の登録証をお持ちの方
【場所】きらりあ北1階多目的室
【申込】当日直接お越しください
【持物】汚れてもいい服装・帽子・エプロン・飲み物



5月23日(土)
13:00~ (お一人40分)

土曜のお仕事相談

相談員とゆっくりお話ししてみませんか？
ブランクのある方も歓迎です！
①13:00~ ②14:00~ ③15:00~
【定員】各1名(先着/無料)
【対象】就職やこれからの働き方についてお考えの方
【場所】きらりあ北1階
【申込】4月27日(月)~ 定員に達するまで
窓口・電話・Fax・メールにて



5月15日(金)
14:00~16:00(お一人20分)

大和ライフウィズ個別相談会

人気の清掃のお仕事を多数ご案内可能です！
直接企業とお話ししてみませんか？※登録証不要
面接をご希望の方は履歴書ご持参ください
【定員】6名(先着/無料)
【場所】きらりあ北1階多目的室
【申込】4月27日(月)~ 定員に達するまで
窓口・電話・Fax・メールにて



5月25日(月)
13:30~(お一人30分)

スマホサポによるスマホ相談会

シルバー世代のスマホボランティア講師が
お悩みに寄り添っておこたえます！(1人30分)
①13:30~ ②14:00~ ③14:30~ ④15:00~
お一人様1枠/希望は2枠まで可能
【定員】各3名(抽選/無料)
【対象】北区在住・在勤の登録証をお持ちの60歳以上の方
【場所】きらりあ北1階
【申込】4月27日(月)~5月11日(月)
窓口・電話・Fax・メールにて
【発表】5月13日(水)10時より館内掲示・HPに掲載
【持物】ご自身がお持ちのスマホ・タブレット



5月26日(火)
10:30~11:00

ペルビクトレーニングミニ講座

骨盤底筋群及び骨盤周辺の筋トレを行う講座です
詳細はHPにて「介護予防のお知らせ5月号」
をご確認ください→



6月27日(土)
10:00~17:00※休憩1時間

第2期生募集！！

地域貢献リーダー育成プログラム

共催：北区観光協会
ボランティアの方々を統括できる人材を育成するプログラム
座学で基礎知識を学び
ボランティア実習(7月~9月)にて実績を積みます
詳細は5月1日(金)公開HPをご確認ください→



【対象】北区在住、50歳以上で地域の為に
働く意欲のある方、地域貢献に興味がある方
基本的なコミュニケーション能力を有する方
【定員】15名(選考/無料)
【場所】きらりあ北1階研修室
【申込】5月11日(月)~6月10日(水)
窓口・電話・Fax・メールにて
【発表】6月25日(木)までに選考通過者のみご連絡



《出展内容》

1階 研修室
・ハンドメイド



1階 多目的室
・きらりあブース

お仕事相談

ハンドマッサージ
ザリッツ
zaRitz無料測定
↳ 運動機能分析装置



きらりあ
kirarior
マルシェ
marché

5月16日(土)13:30~16:00

《出展内容》

1階 ロビー
・焼き菓子販売
・きらりあカフェ(15:30まで)
・ストリートピアノ(14:00~)
・お野菜販売(14:00~)



次回 日時 8月29日(土)13:30~16:00
開催 募集 6月1日(月)~6月30日(火)/発表:7月6日(月)以降

【出展希望の方へお願い】
ホームページまたは窓口にて募集要項ご確認ください



ストリートピアノ



きらりあ北1階ロビー開催! どなたでも弾いて♪聴いて♪
※第3土曜日のみ他楽器とのアンサンブルOK
※要事前予約 / 自動演奏は不可

毎週木曜日	16:00~19:00	7日・14日・21日・28日
第2・4火曜日	10:00~12:00	12日・26日
第3土曜日	14:00~16:00	16日(きらりあマルシェ)

きらりあカフェ



きらりあ北1階ロビーで営業しています
ふらっとお立ち寄りください

【今月のおすすめ】 アイスコーヒー

火曜日	10:00~12:00	12日・19日・26日
木曜日	14:30~16:30	7日・14日・21日
その他	13:30~15:30	16日(きらりあマルシェ)



7月5日(日)
14:00~15:00

七夕コンサートピアノ演奏者募集

演奏テーマは「七夕」
ピアノ演奏して下さる方を募集します

【定員】7名(選考/無料)
【場所】きらりあ北1階ロビー
申込方法など詳細は必ずHPをご覧ください

詳細はこちら



北区内近隣施設3館からの おしらせ

社会福祉法人奉優会が
指定管理者として運営する
北区内近隣施設からのお知らせです
詳しくは各施設まで
お問い合わせください

ぷらっとほーむ滝野川東

タキのうトレ!!

5月 8日(金)11:00~12:00
5月29日(金)10:00~11:00

持物:飲み物・筆記用具
場所:ぷらっとほーむ滝野川東 2階
定員:各15名(先着/無料)
申込:4月28日(火)~定員に達するまで

【ホームページ】

北区滝野川1-46-7(滝野川東区民センター内2F)
電話:03-5974-2540 Fax:03-5974-2540
✉:platt.home-takinogawa@foryou.or.jp



滝野川老人いこいの家

ほぐして整え動ける身体づくり
足腰しっかり筋膜&体幹トレーニング

5月13日・27日・6月3日 すべて水曜
全3回 14:00~15:00

持物:いこいの家利用証
場所:滝野川いこいの家 2階大広間
定員:25名(先着/無料)
申込:4月28日(火)~定員に達するまで 【公式LINE】

北区滝野川1-46-7(滝野川東区民センター内2F)
電話:03-3915-5545 Fax:03-3915-5615
✉:takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp



名主の滝老人いこいの家

ポップスコンサート
懐かしのオールディーズナンバー
昭和歌謡を生バンドで

日時:5月30日(土)14:30~15:30
持物:いこいの家利用証
場所:名主の滝老人いこいの家 2階大広間
定員:30名(先着/無料)
申込:5月1日(金)~定員に達するまで 【公式LINE】

北区岸町1-15-25(名主の滝公園内)
電話:03-3909-3083 Fax:03-5948-5303
✉:nanushi-ikoinoie@foryou.or.jp



開催しました！

きらりあ

ドリーム

コレクション

KIRARIOR DREAM COLLECTION

2026 03.28 SAT 13:00 start

満員御礼！

きらりあドリームコレクション2026
ご出演・ボランティア・ご来場の
皆様と一緒に作りあげた
ファッションショー
ありがとうございました！



8月29日(土)開催のきらりあマルシェにて
館内で上映いたします

開催ブログは
こちら↓



厳選ピックアップ求人

下記記載の他にも館内やきらりあ北HPIには多数求人票掲載中！
タイミングにより募集が終了している場合もございます。ご了承ください

パート・アルバイト 求人番号:071-0082

在宅介護サービスのお仕事

日数	週4日～5日/10:00～または8:00～5時間以上
時給	1,300円～2,050円 + 通勤手当支給
内容	※月80時間以上勤務は別途住宅手当20,000円支給/月 各ご家庭を訪問して介護を行っていただきます
他	

北区神谷 制服貸与 必要資格：初任者研修

パート・アルバイト 求人番号:185-0005

野球場管理のお仕事

日数	週1日～2日/7:00～14:00 休憩:60分
時給	1,250円 + 通勤手当支給(上限15,000円/月)
内容	グラウンドコンディションを整えるお仕事 トンボ等での整地、散水、芝生刈込、場内清掃
他	

荒川区南千住 制服貸与 面接場所相談可

パート・アルバイト 求人番号:201-0002

大手予備校寮の調理

日数	週2日シフト制/5:00～10:00
時給	1,500円 + 通勤手当支給(上限40,000円/月)
内容	献立に沿っての調理、高度な技術は求められません
他	40代～60代の女性スタッフ活躍中！

北区東十条 制服貸与 未経験者歓迎

パート・アルバイト 求人番号:215-0002

午前のみ清掃スタッフ

日数	週3日～5日/8:00～12:00(相談可)
時給	1,230円～ + 通勤手当支給
内容	居室、トイレ、廊下等の清掃、雑巾、モップ、掃除機掛け ※月1程度土日出勤あり
他	

北区志茂 制服貸与 ひとり作業

詳細は就労相談にてご案内★ お電話にてご相談予約受付中 ☎:03-5390-2220

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/>

【公式HP】

