きらりあ通信　6月号

北区立いきがい活動センター発行 第52号　令和7年5月25日

きらりあマルシェを開催します!!

日時 6月28日(土) 10:00～15:00　**場所** きらりあ北 1階

終日開催
- ハンドメイドコーナー
- カフェ(12:00～13:00を除く)
- フルーツ販売

10:00～12:00
- 産地直送野菜販売
  ※荒天中止　※売り切れ次第終了
- ワークショップ
- 紙芝居

13:00～15:00　eスポーツコーナー(ボーリング等)

【キッズダンス】 WAI！S DANCE JOY!！（ワイズダンスジョイ）

【場所】研修室
【開場】13:30～
【開演】14:00～

きらりあマルシェ 出店・パフォーマンスしてくださる方を募集！

出店・パフォーマンスをしてくださる方を募集しています！
詳細内容につきましては お問い合わせください。

次回開催 8月23日(土)10:00～15:00

	出店	パフォーマンス
申込期間	6月1日(日)～6月30日(月)	5月10日(土)～6月30日(月)
発表	7月4日(金)以降	8月1日(金)以降

60歳からの就活カウンセリング

第二の人生、これからの仕事を決めてみませんか？
就労相談員と一緒に、次の一歩を踏み出して
「新しい可能性」を見つけていきましょう！！
『主役はあなたです！！』

【日時】6月20日(金)
※1人20分程度 **事前予約制**
①13:00～13:20　④14:30～14:50
②13:30～13:50　⑤15:00～15:20
③14:00～14:20　⑥15:30～15:50
【定員】6名(無料)
【対象】北区在住の求職者の方
【場所】きらりあ北　1階　多目的室
【申込】5月25日(日)～先着順
《電話・窓口・FAX・メールにて》

東京都議選挙のため
6月21日(土)・6月22日(日)は
すべてのプログラムは**中止**となります
ご了承ください

「飛鳥山に花を咲かせ隊！」 あじさいの剪定・挿し木のワークショップ

全3回のプログラム
一緒に飛鳥山公園に花を咲かせてみませんか？

剪定 挿し穂づくり　鉢上げ　地植え

【日時】7月3日(木)/8月7日(木)/翌年3月5日(木)
9:30～12:00
【定員】12名
【費用】1600円(保険料込み、お土産は剪定したあじさい)
【対象】北区在住・在勤の登録証お持ちの方
【場所】飛鳥山公園の管理事務所・園内
【内容】あじさいの剪定・挿し木の技術について
座学・実習を通して習得します
つくった挿し木の苗は
翌年3月5日に公園内に植えていただきます
【申込】6月1日(日)～6月23日(月)※抽選
《電話・窓口・FAX・メールにて》
【発表】6月26日(木)10時より館内掲示・HPに掲載
【持物】帽子・手袋・動きやすい服装(長袖・長ズボン)
剪定ばさみ(使い慣れたものがあれば)
【講師】見知知夫氏
飛鳥山公園みどりのパートナー(サポート)

【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。

グループエクササイズ体験講座

現在フリーエクササイズに参加していない方
（落選や未体験の方）を対象に
グループエクササイズ（立位での集団運動）を行います
ぜひ一度体験してみませんか？
7月も開催予定です

【日時】 6月7日・14日・28日　全て土曜日
14:30～15:30
【定員】 30名（無料）
【対象】 北区在住・在勤の登録証お持ちの方
現在フリーエクササイズ未参加の方
【場所】 きらりあ北　2階ホール
【申込】 各回 当日先着順
【持物】 運動靴（サンダル・スリッパ不可）
動きやすい服装、飲み物、タオル

スマサポ（シニアボランティア講師）による

きらりあスマホ講座

LINEの基本を学び直してみませんか？
QRコードで友だち追加
メッセージ、スタンプ、写真の送り方など

【日時】 6月23日（月）13:30～15:30
【定員】 12名（無料）
【対象】 北区在住・在勤の登録証お持ちの60歳以上
【場所】 きらりあ北1階　研修室
【申込】 5月25日（日）～6月9日（月） ※抽選
（電話・窓口・ FAX・メールにて）
【発表】 6月11日（水）10時より館内掲示・HPに掲載
【持物】 ご自身のスマホ・タブレット

受講料有料　6月ワークショップ

【主催】きらりあ北　【共催】ワークショップゆめきらり

【場所】 きらりあ北　1階　ロビー
【定員】各10名（当日先着）
【対象】 お子さんから元気なシニアの方まで

6月25日（水）
10:00 ～ 12:00
・水引き
・カルトナージュ風マグネット
14:00 ～ 16:00
・フェルト小物

6月27日（金）
10:00 ～ 12:00
・モールドール
14:00 ～ 16:00
・折り紙
・オリジナルバック

マルシェ ワークショップ 【場所】きらりあ北　研修室
6月28日（土） 10:00 ～ 12:00
・水引き ・カルトナージュ
・フェルト小物
・モールドール ・ 折り紙
・オリジナルバック

※ 出展作品は変更になる場合がございます。ご了承ください。

ペルビッ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
骨盤底筋を鍛えて排尿トラブル解消を目指しませんか？
Zoomでの配信もあります　ぜひご参加ください

【日時】 6月17日（火） 10:30～11:00
【定員】 50名（無料）
【対象】 北区在住・在勤の登録証お持ちの方
【場所】 きらりあ北　2階　ホール
【申込】 当日 先着順
【持物】 手拭の大きさのタオル、動きやすい服装
運動靴（サンダル・スリッパ不可）、飲み物

ストリートピアノ

✨6月の開催日✨　場所　きらりあ北 1階ロビー
【第2・4火曜日】 10:00～12:00
10日、24日
【毎週　木曜日】 16:00～19:00
5日、12日、19日、26日

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

俺のきらりあ倶楽部

【日時】 6月3日（火）10:30～12:00
【定員】 10名（当日先着順）
【対象】 北区在住・在勤の登録証お持ちの男性
【場所】 きらりあ北　2階　ホール

きらりあカフェ　✨6月の開催日✨

【火曜日　10:00～12:00】
10日・17日・24日
【木曜日　14:30～16:30】
5日・12日・19日・26日
【ワークショップカフェ】
6月25日（水） 10:00～12:00/14:00～16:00
6月27日（金） 10:00～12:00/14:00～16:00
【マルシェカフェ】
6月28日（土） 10:00～12:00/13:00～15:00

≪メニュー≫
コーヒー
紅茶
ココア
クリームソーダ

初めてボランティア YELL 登録会

シニアボランティアサイトYELL（エール）の登録して
ボランティアをしてみませんか？

【日時】 6月30日（月） 14:30～15:00
【定員】 3名（無料）【場所】 きらりあ北　1階　多目的室
【対象】 北区在住・在勤の登録証お持ちの方
【申込】 5月25日（日）～先着順
《電話・窓口・Eメール・FAXにて受付》
【持物】 ご自身のスマホ

YELL会員募集中!!

LINEお友だち募集中!!

無料職業紹介をご利用の皆様へ

スムーズなご案内のため事前にお電話等で
お問い合わせをお願いしております
ちょっとしたご質問でもかまいません
どうぞお気軽にご相談ください
皆さまの一歩を、私たちが全力でサポートします

きらりあ花と緑のくらぶ

花苗の植え替えを行います！お気軽にご参加ください♪

【日時】6月14日(土) 13:30～15:30
【定員】なし
【対象】北区在住・在勤の登録証お持ちの方
【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】汚れても良い服装・帽子
エプロン・飲み物など

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のお仕事を多数ご案内可能です！
少しでも気になるという方は、ぜひお気軽にお越し下さい♪

【日時】6月10日(火) 14:00～16:00
（お一人様20分の交代制）
【場所】きらりあ北　1階　多目的室
【定員】各6名（無料）
【申込】5月25日(日)～先着順
《電話・窓口・Eメール・FAXにて受付》
※面接をご希望の方は履歴書をご持参ください。

働くから元気になる！ 初めての仕事探し講座

【日時】パソコン:6月11日(水)10:00～12:00
スマホ　:6月18日(水)10:00～12:00
【場所】きらりあ北　1階 多目的室
【対象】北区在住・在勤の登録証をお持ちの方
【定員】各3名(無料)
【申込】5月25日(日)～先着順
《電話・窓口・Eメール・FAXにて受付》

求人情報　検索

PayPay「スマホ決済」講座

【日　時】令和7年 7月1日(火)
午前１０時００分～午前１１時３０分

【会　場】北とぴあ（802号室）
〒114-8503　東京都北区王子1丁目11-1

【講座内容】
便利な電子マネー（PayPay）の使い方について基礎を学びます

【申込方法】電話03-3912-1909　【定員】20名（先着順）
【申込期間】5月より申込開始　　【費用】無料

【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～5時００分）

滝野川・名主の滝老人いこいの家よりお知らせ

共催：滝野川老人いこいの家・ぷらっとほーむ滝野川東

防災フェスタ
～ 学んだことを実践しよう！ ～

防災について講話や体操、防災グッズ・備蓄品の展示、クイズコーナーを実施します。いざという時に備えて一緒に学びせんか。

日時　7月3日(木)　場所　滝野川東区民センター　2階・3階
対象　区内在住の60歳以上の方（下記講話・体操）

「備えて安心！お薬の話/健康をまもる非常食のポイント」
時間：10：15～11：15　（事前申込）

「防災について考えよう！/エコノミー症候群の予防体操」
時間：13：30～15：15　（事前申込）

詳細内容は6月5日(木) 以降に「滝野川老人いこいの家」のHPに掲載します。ぜひ、ご覧ください。

ポップスコンサート

日時　7月12日(土)　14:30~15:30
場所　名主の滝老人いこいの家 2階大広間
対象　区内在住の60歳以上の方
定員　30名(抽選)　　費用　無料
申込方法　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　6月10日(火)～6月29日(日)
※抽選結果は7月5日(土)以降
当選者のみ当選者の受付番号を館内掲示・HP掲載
※お電話での当選確認も出来ます。

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
【老人いこいの家の休館日】毎週月曜と年末年始(12月29日～1月3日)

滝野川　名主の滝　LINE

きらりあ求人情報

下記に記載の求人の他にも、「きらりあ北」HPや館内には多数求人票のお知らせがございます。
気になる求人がございましたら窓口までお問い合わせください。タイミングによっては募集が終了している場合もございますのでご了承ください。
また、個別での相談も受け付けております。事前にお問い合わせいただけますとスムーズにご案内する事が可能です。

求人番号:30-4　カフェ・レストランのお仕事です！	
お仕事内容	カフェの盛付、配膳ほか、簡単なキッチン作業、イベント企画等、簡単な事務作業も担当していただきます。
就業場所	東京都渋谷区東3丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週2日以上
賃金（時給）	1,170円～1,220円 + 通勤手当支給
勤務時間	①9:00～16:30 ②9:00～15:00 ③9:00～14:30
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	※労働条件により、加入要件を満たす保険に加入 ※年次有給休暇は法定通り付与 【勤務時間】 上記時間または、9:00～16:30の間で4時間程度働ける方

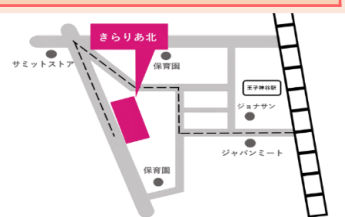
求人番号:179-1　女性専用ジムのお仕事です♪	
お仕事内容	トレーニング指導など
就業場所	東京都北区東田端2丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週3日～週5日(相談可)
賃金（時給）	1,300円～1,700円＋通勤手当支給
就業時間	①9:30～13:30 ②14:00～19:00 (どちらかだけでも可)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	・お客様の情報等の入力作業 ・トレーニング指導 ・お客様の健康管理、アドバイス ・取り扱い商品の案内・販売を実施

求人番号:23-39　公共施設の駐車場管理のお仕事です！	
お仕事内容	公共施設の地下3階駐車場の管理
就業場所	東京都北区王子1丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週5日程度 （勤務日数・時間相談可）
賃金（時給）	1,368円以上 + 通勤手当支給
勤務時間	①7:00～16:00 ⑤10:00～19:00 ②7:30～14:30 ⑥15:00～22:30 ③8:00～15:00 ⑦13:30～22:30 ④9:00～18:00 ※シフト制
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	【休憩時間】60分 ・未経験者の方には丁寧に研修いたします。 ※勤務日数・時間 相談可

求人番号:45-51　マンション清掃のお仕事！	
お仕事内容	マンション内の日常清掃、ゴミ搬出、ゴミ置き場の清掃、玄関ホール、廊下、階段の掃き拭き等
就業場所	東京都北区赤羽西6丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週4日
賃金（時給）	1,300円 + 通勤手当支給
勤務時間	①8:00～12:00 ②8:00～11:30
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	【勤務日】 ①火曜、金曜 ②水曜、土曜

求人番号133-7　学童保育のスタッフ☆	
お仕事内容	見守り、生活指導、送迎等
就業場所	東京都文京区本駒込3丁目
雇用形態	パート
勤務日数	週1日（金曜日）
賃金（時給）	1,350円～1,800円＋ 通勤手当支給(上限日額1,000円)
勤務時間	8:00～20:00 (上記時間で3時間以上)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	・子どもと触れ合うお仕事です。 ・宿題など勉強の面倒、安全管理・生活指導、送迎などが主な内容です。 ・入社後研修いたしますので、初めての方でも安心です。

求人番号:6-10　保育園の用務員★	
お仕事内容	保育園の床と階段掃除 手すり等の消毒等
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5日もしくは週3日～5日
賃金（時給）	1,200円＋通勤手当支給
勤務時間	①16:30～18:30 休憩時間なし
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	有期雇用の場合、雇用契約期間 【2026年3月31日更新あり】 ・年齢不問 ・必要な資格・経験なし

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/

アクセスはこちら▼