



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22号 令和4年11月25日



出張！！お仕事個別相談会開催！

内容 仕事探しに関する相談、求人紹介。プチ就労したいなど「なんでも相談会」です。実際の求人票のご紹介の行います。きらりあ北の相談員が出張して皆さんのご相談にお答えします。



対象 区内在住の60歳以上で仕事をお探しの方、プチ就労希望の方

定員 各4名(申し込み順) 1人30分

日時 ①名主の滝いこいの家(岸町1-15-25)

場所 毎月第2金曜日 13:30 ~ 15:30

※12月9日(金)は 13:30 ~ 16:00 の開催となります。

②滝野川いこいの家(滝野川1-46-7)

毎月第4木曜日 14:00 ~ 16:00

12月は22日(木)に開催です。

申込 12月1日(木)から定員まで
(きらりあ北の窓口・電話・FAX・メールにて受付)



《 ①名主の滝いこいの家 》



《 きらりあ北 》



《 ②滝野川いこいの家 》



きらりあカフェ 12月営業日のお知らせ



働きたいけれどblankがある。。。
いきなり働くことに少し不安がある方のためのプレ就労、
笑顔がステキな方たちが業務体験を通して就労を目指しています。

日	月	火	水	木	金	土
				12/1	2	3
4	⑤	⑥	7	⑧	9	10
11	⑫	⑬	14	⑮	16	17
18	⑰	⑱	21	⑳	23	24
25	⑳	㉑	28	29	30	31

☐メニュー☐

紅茶・コーヒー・ココアなどのお飲み物を
150円～の価格で提供しております。

営業時間

○ 月・木 14:00~15:30

☐ 火 10:00~12:00

～今後の就労支援講座予定～

1月

・就労検索講座

2月

・就労検索講座

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20日(火)13:00~14:00

定員 5名

場所 きらりあ北 多目的室

申込 11月25日(金)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

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毎月開催しています。「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、経験豊富な職員が対応致しますのでお気軽にご参加下さい。

名主の滝老人いこいの家(03-3909-3083)

12月9日(金)13:30~16:00

滝野川老人いこいの家(03-3915-5545)

12月22日(木)14:00~16:00

※おひとり30分

対象 60歳以上の北区民の方

申込 事前申込・先着順

(きらりあ北の窓口・電話・FAX・メールにて受付)

今月のおススメ求人

求人番号:51-1

図書印刷株式会社(清掃)

東京都北区東十条3-10-36

パート 時給1,080円

内 日常清掃

(床掃除機がけ、ごみ収集、トイレ掃除など)

時 7:00~11:00

週5日(月曜日~金曜日)

年 不問

経 不問

特 研修期間が3~4週間程度あります。

求人票掲載HP



ストリートピアノ

誰でも弾けます！

聴きにいらしてください！

日時 第2・4 火曜日 10:00~12:00

場所 きらりあ北 本館1階ロビーにて

今月の開催日

12月13日(火) 10:00~12:00

12月27日(火) 10:00~12:00



LINEお友だち募集中!!



YELL会員募集中!!

公式HP ▶ <https://www.foryou-yell.net>



ペルビクトレーニング講座 (骨盤底筋強化)

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、排尿トラブル軽減を目指していく講座となっております。

日時 令和5年1月14日(土)~2月25日(土)
毎週土曜日(7回)
14:30~15:45

定員 15名(抽選)

申込 12月1日(木)~12月18日(日)
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

抽選発表 12月25日(日)HP及び館内掲示

きらりあマルシェ開催!

日時 12月24日(土)
10:00~15:00

場所 きらりあ北 本館1階

上記日程で産地直送野菜販売、各種イベントを予定しています!是非お越しください♪

10:00~
・ハンドメイドコーナー
・肌測定
・スキンケア相談
・北区応援コーナー
・やきいも販売

13:00~
・産地直送野菜販売
※雨天中止・売り切れ次第終了

14:00~
・ピアノミニ演奏会
~Xmasメドレー、歌謡曲~



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に向けてハローワーク求人サイトや一般の求人サイトでの求人検索の際のコツについて、実践的に一緒に学びませんか？

日時 12月15日(木)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(金)~先着順
(窓口・電話・FAX・メールにて受付)

対象 PCでの基本操作や文字入力ができる方

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りの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9日(金)14:00~16:00

定員 6名(お1人20分の交代制)

申込 事前申込制
(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/リフレッシュ理由)

【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 9:30 ~ 17:30)

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】 下記の二日間に参加できる方
(20歳以上。60~70代も活躍中です！)

【日時】 令和5年 1/27 (金)、1/28 (土)
10:00~16:00

【会場】 北とぴあ (予定)

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

【講義内容】

- ・講義 (子育て支援、生活ケア、発達、遊び、事故など)
- ・サポート会員体験談、会員登録説明会



滝野川・名主の滝老人いこいの家よりお知らせ

ミニコンサート~鍵盤ハーモニカ

日時 12月17日 (土) 14:00~14:30

場所 滝野川老人いこいの家

出演 Tapestry(タペストリー)

費用 無料 **定員** 20名 (抽選)*

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 12月9日 (金) まで

*抽選結果は12月10日 (土) ~
当選者のみ ご連絡いたします。

開館時間 9:00~16:00(毎週月曜休館)

入浴時間 10:30~15:30(名主の滝)

11:00~15:30 (滝野川)

お問い合わせ先

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



Instagram ID: ikoi_takinogawa

LINE ID: @916lonkf

歌声サロン

日時 ①12月 8日 (木)

②12月17日 (土) 13:30~15:00頃

場所 名主の滝 3階 展示会議室

費用 無料

定員 各20名 (抽選)

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 ①12月1日 (木) まで

②12月8日 (木) まで

*抽選結果は①12月2日 (金) ~

②12月9日 (金) ~

当選者のみ ご連絡いたします。

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



Instagram ID: ikoi_nanushinotaki

LINE ID: @444nwemm

12月は
2回開催
それぞれ申込
が必要です



きらりあ 求人情報

その他にも多数求人あります！

【単発(5~7日のみ)のお仕事】 会社敷地内の除草作業

図書印刷株式会社

求人番号
5-2

東京都北区東十条3-10-36
パート 1,072円

内 会社敷地内の除草作業

時 9:00~16:00の内 3時間程度
平日の5~7日間(令和4年12月まで)

年 不問

求人票PDF

経 不問(草刈り等経験あれば尚可)
※機械は使用しません。



保育園の給食のお仕事です！

つちっこ保育園

求人番号
50-1

東京都北区志茂3-11-6
パート 1,100円~(無資格)、11,800円~(調理師)

内 保育園の給食調理業務
・給食の調理補助(100食程度)

時 8:30~13:30
※8:30~15:00の勤務依頼をする可能性あり
15:00まで勤務の場合は30分休憩あり
週3日~4日(火・水・木が勤務可能な方)

年 不問

求人票PDF

資 不問 ※調理師あれば尚可

経 不問 ※調理経験あれば尚可



用務員さん募集中！朝のすきま時間にお仕事しませんか？

豊島区立駒込小学校

求人番号
36-7

東京都豊島区駒込3-13-1
パート 1,100円

内 ・清掃を中心とした学校の用務業務(トイレ清掃含む)
・備品設備の修繕、管理
・学校イベント手伝い
・植栽の手入れなど
※トイレ清掃は女性用トイレも含まれます。

時 7:30~12:00(休憩なし)
週5日

求人票PDF

年 不問

資 不問



主婦の経験を活かせるお仕事です！週1日からOK★

東京都北区内での家事代行業務

求人番号
7-1

東京都北区内の個人宅
パート・アルバイト 1,072~1,500円

内 主に個人宅へ訪問し、現場にある道具をお借りして
家事全般(掃除・洗濯・買い物・調理等)をお客様の代
わりに行います。
ファミリー世帯や単身世帯、様々です。

時 9:00~18:00の間(休憩 稼働時間数により指示あり)
週1日以上/1回2時間~

求人票PDF

年 不問

資 不問

経 ご自宅での家事



公共施設の清掃のお仕事です！

滝野川会館

求人番号
23-6

東京都北区西ヶ原1-23-3
パート 1,080円

内 ・事務所や共用部、トイレ、貸し部屋の
掃除機かけや拭き掃除
・ホールの客席準備

時 ① 7:00~16:00(休憩60分)
② 7:00~11:00
週3日もしくは4日(シフト制)

年 不問

求人票PDF

経 不問

資 不問



障がいのある方が生活するグループホームの送迎員募集！

ららたきのがわ

求人番号
15-2

東京都北区滝野川3-53-10
非常勤 1,100円~

(雇用期間の定め1年 更新の可能性あり)

内 障がいのある方の送迎業務
グループホームから通所先、通院先への送迎

時 8:30~11:00 / 14:30~17:00
週2~5日 休憩45分

求人票PDF

年 不問

資 普通自動車免許 ※AT限定可

経 運転や送迎の業務経験があれば尚可



お知らせ

コロナウィルス感染状況によりスケジュール変更となる場合がございます。
詳しくはHPまたはお電話にてお問い合わせください。

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 (感染状況により変更の可能性がございます)

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

※ご利用には登録用カードの申請が必要になります。保険証等身分証明書をお持ちください。

