



きらりあ通信 9月号

北区立いきがい活動センター発行 第19号 令和4年8月25日

～プレ就労カフェ 第2期生募集スタート！～

【内容】 働きたいけれど blanks がある、働くことに少し不安がある方のためのプレ就労、研修プログラムの説明会です。

1ヶ月の研修と業務体験により、就労を目指します。

【日時】 9月28日(水) 10:00～12:00

【定員】 6名(選考)

【申込】 9月1日～9月25日まで メールまたは電話、直接窓口で申し込み

【対象】 区内在住の55歳以上で、働く意欲がある方または blanks がある方



俺のきらりあ倶楽部

【内容】 **男性だけの座談会** がいよいよスタートします！

“体操をしたり、講話を聞くわけではありません。”

男性だけの時間でぜひ、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】 10月4日(火) 10:30～12:00

【場所】 北区立いきがい活動センター「きらりあ北」2階 トレーニング室

【対象】 北区在住、在勤の男性 ※当館の利用登録がある方

【定員】 10名 ※申込不要(当日先着順 定員になり次第受付終了)

【期日】 毎月第1火曜日 10:30～12:00頃予定



| 令和4年度後期介護予防プログラム 二次募集のおしらせ | ゆったりリズムPlus 追加募集枠(先着) | | フリーエクササイズ追加募集枠(抽選) 当選は9月21日(水)に館内、HPで発表いたします。 | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------|-----------------|--|----|---|----|---|---|---|----|----|--|---|
| | Aコース (第1・3水) | Bコース (第2・4水) | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | | | |
| 9月1日(木)～14日(水)に 介護予防プログラムの二次 募集を行います。 各空き枠は右表の通りです。 | 14:00～ | 7枠 (先着) | 9:30～ | 11 | | 11 | 4 | | | | | | |
| | 14:40 | | 13:30～ | | | | | | | 12 | 12 | | 1 |
| | 14:50～ 15:30 | | 18:00～ 20:30 | | | | | | | | | | |

～今後の就労支援講座予定～

10月

- ・就労検索講座
- ・みどりのお手入れ有償ボランティア育成講座

11月

- ・就労検索講座
- ・履歴書書き方講座

～きらりあ北をご利用にあたってのお願い～

きらりあ北をご利用の際は、登録当日から利用が可能な当館の利用証が必要な場合がございます。
【登録に必要なもの】 公的に発行されている住所が記載されているもの。(保険証・免許証等)

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 9月20日(火)13:00~14:00

定員 5名

場所 きらりあ北 研修室

申込 8月25日(木)~先着順
(窓口・電話・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開催が決定致しました。「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)

9月21日(水)14:00~15:30

滝野川老人いこいの家(03-3915-5545)

9月29日(木)14:00~15:30

※おひとり約20分程度

対象 60歳以上の北区民の方

申込 ご希望の各施設に事前申込・先着順
(窓口・電話・FAX・メール)

今月のおススメ求人

駿台学園(清掃のお仕事)

東京都北区王子6-1-10

パート 1,200円

内 学校内の清掃のお仕事です。
◇トイレ・流し台清掃等

時 9:00~12:00 朝の時間を有効活用しませんか？
週3日程度 ※日数ご相談ください

求人票掲載HP

年 不問

経 不問 ※パソコン業務はありません。



体力測定会のおしらせ



○10月2日(日)、5日(水)、6日(木)
9:30~11:00

●10月2日(日)、4日(火)、5日(水)
14:00~15:30

開催日程

| 10/2 (日) | 10/3 (月) | 10/4 (火) | 10/5 (水) | 10/6 (木) | 10/7 (金) | 10/8 (土) |
|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| ○ | | | ○ | ○ | | |
| ● | | ● | ● | | | |

受付

9月1日(木)~各回の定員まで(先着)
(電話・窓口・FAXにて)

参加費

無料

定員

各回20名
(計120名)

きらりあマルシェ出展者募集のご案内

10月のマルシェ出展(区内企業・団体・個人)を募集します！パフォーマンス(楽器の演奏、ダンス等)も募集しています(^.^) ※希望者が多い場合は抽選となります。

日時 10月22日(土) 10:00~15:00

場所 きらりあ北 本館1階

申込 9月1日(木) ~ 9月24日(土)まで

マルシェの詳細内容につきましては、近日館内の掲示版とホームページにてご案内致します。

LINE お友だち募集中!!



YELL会員募集中!!



公式HP ▶ <https://www.foryou-yell.net>

活動報告

8月9日(火) 就労カフェ第一期生のきらりあカフェをオープンさせることができました(^.^)

初日にもかかわらず、大盛況でスタートができました。第一弾は8月の限定オープンで、最終日は27日(土) 10:00~15:00まで営業予定です。ご都合よろしければ是非、お立ちよりください!

スタッフ一同お待ちしております(^.^)/
第二期生募集に関する記事は表紙をご確認ください!



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 9月22日(木)10:00~12:00

定員 3名

場所 きらりあ北 多目的室

申込 8月25日(木)~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 9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・メールにて受付)

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



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)



【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】 9/16(金)、9/17(土)
午前10時~午後4時

【会場】 北とぴあ 901 会議室 (一日目)
オンライン zoomアプリ (二日目)

・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

【注意】 二日目はオンライン開催です。ご使用のパソコン、スマートフォンの容量に支障がないか、通信環境を整えた上で参加ください。

【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30分)



滝野川・名主の滝老人いこいの家よりお知らせ

腰痛予防体操

日時 9月27日(火) 13:00~14:00

場所 滝野川老人いこいの家

費用 無料 **定員** 10名(抽選)

持ち物: 80cm程度のタオルまたは手ぬぐい

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 9月1日(木)~9月15日(木)

※抽選結果は9月16日(金)

当選者のみ ご連絡いたします。

絵手紙教室(全7回)

日時 9月22日、10月13・27日、

11月10・24日、12月8・22日

毎月第2・4木曜日 10:15~11:45

場所 滝野川老人いこいの家

費用 **500円** **定員** 6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

(☎: takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp)

申込期間 9月1日(木)~9月15日(木)

※抽選結果は9月16日(金)

当選者のみ ご連絡いたします。

お問い合わせ先

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)

10/3まで浴室利用休止(滝野川)

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

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

きらりあ 求人情報

その他にも多数求人あります！

午前中のみのお仕事です！区民センターの清掃

北区立豊島区民センター

東京都北区豊島3-27-22
パート 1,041円

内 区民センターの日常清掃
拭き掃き清掃、トイレ清掃がメインです。

時 7:00～9:00
週3日(月・水・金)

求人票PDF



年 不問

特 自転車通勤希望の方も区民センター駐輪場の利用が無料になります。

朝1時間のみ清掃！高時給！新築マンションの清掃！

神谷2丁目 新築マンション

東京都北区神谷2-9-10
パート 1,600円(交通費込み)

内 新築マンションの清掃
エントランス、共用部の掃き拭き、ゴミ出し

時 6:00～9:00の間で1時間(ゴミ出しは8時まで)
週4～5日、第2、4木曜日

求人票PDF



年 不問(元気な方)

経 不問

短時間で集中して働きたい方
におすすめです！

有名ホテルの清掃スタッフの募集！週2日～OK！

東横INN赤羽駅東口

東京都北区赤羽1-11-11
パート 1,130(研修時給)～1,250円(研修終了時給)

内 ・ホテル客室清掃
・共有部分の清掃など

時 10:00～15:00(休憩なし)
週2日以上

求人票PDF



年 不問

資 不問 体力に自信のある方にピッタリなお仕事です。

【急募】デイサービスでの看護師 募集！週1日～相談OK

企業組合 コモンズ

東京都北区王子本町1-30-6
パート 1,600円

内 デイサービス利用者さんの身体状況の把握
バイタルチェック等・アクティビティ補助

時 9:00～17:00
週1日～2日

求人票PDF



年 不問 夕方から(約1時間30分)の清掃
スタッフも募集しています！

資 看護師

料理が好き！家事の経験を活かしてみませんか？

調理・調理補助スタッフ募集！

東京都北区・周辺地域
パート 1,041円～1,050円

内 ・保育園や小学校での給食の調理補助、盛り付け
・食材のカット、ワゴン運搬、食器洗浄、清掃
・有料老人ホームでの調理、補助業務

時 週2日～ ※日数・時間、ご相談ください

年 不問

資 なし

経 学校や施設での調理経験があれば尚可



運転するのが好き！すきま時間を有効活用しませんか？

送迎ドライバー募集！

東京都北区・周辺地域
パート 1,050円～1,300円

内 ・デイサービスを利用されている方々の送迎
・グループホームにお住まいの方々の送迎
(勤務先・通院先など)

時 日数・時間、ご相談ください

年 不問

経 運転や送迎の経験があれば尚可

資 普通自動車免許(AT限定可)



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。

