

# きらりあ通信 3月号

北区立いきがい活動センター発行 第61号 令和8年2月25日

## きらりあ ドリーム コレクション KIRARIOR DREAM COLLECTION 2026

誰もが自分らしく輝けるステージ  
-歩こう私の物語-

年齢・性別・国籍・障がいの有無を超えた  
ファッションショーを開催！

①会場または②オンラインでの観覧者を募集します！

【日時】 3月28日(土)13:00~15:00

【定員】 ①会場:50名(無料/当日先着)

②オンライン:定員なし

【対象】 ①北区在住・在勤・在学の方優先

【場所】 ①きらりあ北 2階 ホール

②Zoomを使用してご自宅等

【申込】 会場→不要【当日定員になり次第受付終了】

オンライン→3月21日(土)までに

以下アドレスへお問合せください

オンライン専用☐:kiraria-online@foryou.or.jp

## 無料職業紹介をご利用の皆様へ

お仕事のご相談は、まずお電話を  
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

【就労相談実施 / 原則平日10時 または 14時】

※上記時間以外をご希望の方はご相談ください

皆さまの一步を  
私たちが全力でサポートします



## 新しい働き方を、みつけにいこう！ おしごと応援フェア

【共催】ハローワーク王子×きらりあ北

- ◆ 企業・団体による個別相談会・面接会
- ◆ きらりあ北相談員による講習会&相談会

参加企業・団体など詳細はHPご覧ください↓

- ①就労支援講習会「自己分析について」
- ②企業・団体による個別面接会
- ③ハローワーク王子による個別相談
- ④きらりあ北相談員によるおしごと・ボランティア相談
- ⑤情報コーナー(予約不要)



【日時】 3月6日(金)

①13:30~14:30(申込先着10名)

②~④14:30~16:30(申込先着各4名)

※個別相談は1人20分程度

【対象】 就職活動中の求職者

【場所】 きらりあ北 1階 研修室・多目的室

【申込】 1月25日(日)~先着順で受付中  
窓口・電話・FAX・メールにて

## 3月21日(土) 野菜販売会・ワークショップ開催

10:00~売り切れ次第終了

10:00~15:00

3月19日(木)前後に  
一押し商品を  
ホームページにて紹介予定★

時間により  
作品が変わります  
詳細はHPへ！



## きらりあマルシェ出展者募集

ハンドメイド | 体験コーナー | 子ども向け など

2026年5月16日(土)

13:30-16:00 きらりあ北にて

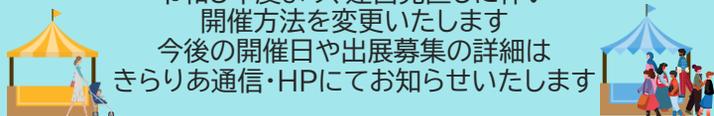
【申込期間】3月1日(日)~3月31日(火)

【発表】4月4日(土)以降当選者のみご連絡

【きらりあマルシェ開催についてのお知らせ】

令和8年度より、運営見直しに伴い  
開催方法を変更いたします

今後の開催日や出展募集の詳細は  
きらりあ通信・HPにてお知らせいたします



## きらりあ北就労支援×介護予防コラボ シニア就労支援集中講座 ~きらりあ塾~

就労活動に行き詰った方、自信を失いかけた方に向けて  
「姿勢を整えるストレッチ」も取り入れ  
基礎から実践までを3日間で就活をサポートいたします

【日時】 全3回 9:30~12:30

①3月17日(火) 就労相談、自己分析

②3月18日(水) 働き方相談、検索講座

③3月19日(木) 自己PRの作成講座&模擬面接対策

【定員】 10名(申込順)

【対象】 区内在住の60歳以上の求職者

【場所】 きらりあ北 1階 多目的室

【申込】 2月25日(水)~申込順

窓口・電話・FAX・メールにて



【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。  
登録には公的身分証明書が必要となりますのでご持参ください。※令和7年12月2日以降健康保険証での本人確認は不可となります。  
ご不便をおかけしますが、別の身分証明書のご準備をお願いいたします。

男性限定

# 俺のきらりあ倶楽部



仲間と気軽に話しながら  
新しい趣味や生き方のヒントを見つけませんか？

- 【日時】 3月3日(火)10:30~12:00
- 【定員】 10名(当日先着/無料)
- 【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



## おしらせ

以下のプログラムの募集が開始されます！  
詳細は介護予防のお知らせ3月号ご確認ください

しょう

**NEW** □ **きらりあ笑time**  
レクリエーションと運動で脳を活性化！



□ **ゆったりリズムplus**  
運動40分と講話40分受講できるプログラム

## 体力測定会開催！



- 【日時】 4月1日(水)① 9:30~11:00  
② 13:30~15:00
- 2日(木)③ 9:30~11:00
- 3日(金)④ 13:30~15:00

- 【種目】 5種 ・握力
- ・開眼片足立ち
- ・長座位体前屈
- ・5回立ち上がり
- ・5m歩行

※詳細は介護予防のお知らせ3月号をご覧ください

## 一部をご紹介！ きらりあ北ボランティア募集一覧

きらりあ北での活動を支援してくれる  
ボランティアさんを募集しています！  
ボランティアサイトYELLまたは直接窓口にて  
ご相談お待ちしております！

- ・ **ストリートピアノの受付&タイムキーパー**   
演奏者の受付&タイムキーパー等  
活動日:第2・4(火)10:00~12:00
- ・ **体力測定会の受付&測定サポート**  
ボランティア日にご自身の測定も可！  
活動日:4月1日(水) 9:30~11:00/13:30~15:00  
2日(木) 9:30~11:00  
3日(金)13:30~15:00

ボランティアの応募・詳細はこちら  
有償ボランティアも多数掲載☆



「いきいきサポーター」  
受け入れ施設です！  
YELLにはスタンプ対象の  
ボランティアもあります♪



### YELL会員募集中!!



Instagramやってます！  
フォローはこちらから▶



## 3月ストリートピアノ



【場所】 きらりあ北 1階ロビー  
※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  
5日・12日・19日
- 第2・4火曜日 10:00~12:00  
10日・24日(きらりあカフェ開催)
- 第3土曜日 14:00~16:00  
21日



## 3月のきらりあカフェ



♪ = ストリートピアノ開催

- 【火曜日 10:00~12:00】  
10日♪・17日・24日♪・31日
- 【木曜日 14:30~16:30】  
12日・19日
- 【ファッションショーカフェ】  
28日(土) 11:30~12:30

〈おすすめメニュー〉  
きらりあブレンド



## きらりあ花と緑のくらが

初めての方も大歓迎 ♡ お気軽にご参加ください♪

- 【日時】 3月14日(土) 13:30~15:30
- 【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



## 避難訓練

体験を通して“もしも”に備えませんか？

- 【日時】 3月24日(火)10:00~
- 【定員】 50名(当日先着/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】 不要《当日先着順 定員になり次第受付終了》



## 利用者懇談会を実施します！

ご参加いただいた方々と職員で昨年の振り返りを行い  
今後の施設運営についてご意見を頂戴いたします

- 【日時】 3月24日(火)10:40~
- 【定員】 50名(先着)
- 【対象】 北区在住・在勤の方
- 【場所】 きらりあ北 2階ホール
- 【申込】 不要《当日先着順 定員になり次第受付終了》



### LINEお友だち募集中!!



# スマホ講座「カメラ」



写真を撮影したり  
撮影画像をSNSで送ってみたり♪  
スマホのカメラ機能を学ぶ 講座 です  
みなさまのご参加お待ちしております！

- 【日時】 3月23日(月)13:30~15:30
- 【定員】 12名(抽選/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】 2月25日(水)~3月11日(水)  
窓口・電話・FAX・メールにて
- 【発表】 3月13日(金)10時より館内掲示・HPに掲載
- 【講師】 スマサポ(シニアボランティア講師)
- 【持物】 ご自身のスマホ・タブレット



# 初めての人のためのZoom講座

インストールから初歩的な機能の使い方などを  
丁寧にレクチャーいたします★  
きらりあ体操をZoomで参加してみませんか？

- 【日時】 3月17日(火)14:00~15:00
- 【定員】 5名(抽選/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】 2月25日(水)~3月11日(水)  
窓口・電話・FAX・メールにて
- 【発表】 3月13日(金)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  
ノートPC(お持ちの方)



YouTubeやってます！  
チャンネル登録はこちらから▶



## 滝野川・名主の滝老人いこいの家よりお知らせ

### 昔あそびひろば

けん玉  
パフォーマンス

2026. 3月8日(日)・17日(火)  
10:30 - 15:30 入退場自由  
会場：滝野川いこいの家大広間  
※ 畳48帖の広々とした和室です



どなたでも大歓迎!! (未就学児は保護者同伴)

けん玉・お手玉・あやとり・輪投げ・めんこなどの昔遊び  
やマンカラを自由に楽しめます♪

教える人・教わる人を決めず、真似して一緒に遊ぶ世代  
を超えた交流の場です！申込不要・出入り自由です！

開催は3/8(日)  
詳しくはHPを  
ご覧ください！



### みんなでe-スポーツ

～ゲーム機を使って楽しく運動～



- 日時 3月 8日(日) 13:30~15:00  
3月13日(金) 10:15~11:45
- 場所 名主の滝老人いこいの家 2階大広間
- 定員 10名程度
- 費用 無料
- 持物 動きやすい服装・飲み物
- 申込 不要(直接会場へお越しください。)

eスポーツはシニア世代にも人気を集めており、  
高齢者の介護予防や認知症予防・健康維持の効果も  
期待されています。

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



## 人材をお探しの企業・団体の皆様へ

### ニーズに合った人材をご紹介します

北区立いきがい活動センターきらりあ北は  
東京都北区の公共施設として

企業の人材確保を無料で支援しています  
登録、掲載、マッチング、成功報酬などの費用はかかりません

まずはお気軽にご相談下さい  
求人内容や採用条件について簡単にお伺いします

電話：03-5390-2220

メール：kitaku-ikigai@foryou.or.jp

厚生労働大臣許可番号 13-ム-300125

## 北区ファミリー・サポート・センター

令和3年より「社会福祉法人奉優会」が  
運営を行ってまいりましたが  
令和8年4月から運営法人が「株式会社明日香」へ  
変更となります。  
これまでのサポート会員・ファミリー会員ならびに  
地域の皆様のご理解とご協力に心より御礼申し上げます。  
令和8年4月以降も事業の  
主な内容、電話番号、Fax番号に変更はございません。  
引き続きファミリー・サポート・センター事業を  
よろしく願い申し上げます。

【お問合せ先】

北区ファミリー・サポート・センター  
王子6-7-3 子ども家庭支援センター内  
電話：03-3912-1909





# 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ご了承ください。

<b>求人番号:208-0001 大学事務室</b>	
お 仕 事 内 容	学部独自のイベント業務、大学院入試、教員採用補助、予算、出張などに関する事務処理、教員のサポート
就 業 場 所	東京都豊島区西池袋3丁目
雇 用 形 態	契約社員
勤 務 日 数	週5日～(月1回週6日勤務あり)
賃 金 ( 時 給 )	1,500円～+通勤手当支給
勤 務 時 間	月曜～金曜 9:00～17:00 残業:月1～2時間程度(繁忙期) 土曜 9:00～12:30 (月1回程度の当番制)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	【経験】英会話ができると尚可 【スキル】ExcelやWordの基本操作 窓口、電話、メール等対人対応の確にできる方 周囲と協調して業務を進められる方 英語対応に抵抗がない方(各種ツールの使用可) 【歓迎】大学勤務、大学での学部関連事務業務経験 長期休暇有(夏季10日程度、冬季2週間程度)

<b>求人番号:158-0006 交通誘導</b>	
お 仕 事 内 容	交通誘導警備員(歩行者への声かけや車両の誘導)
就 業 場 所	東京都北区上十条4丁目
雇 用 形 態	パート・アルバイト
勤 務 日 数	週1日～5日
賃 金 ( 時 給 )	1,226円～1,533円+通勤手当支給
勤 務 時 間	8:00～17:00(休憩60分)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	・3日間の研修あり(研修終了後24,520円支給) ・早く仕事が終わった日は日給保証あり ・制服、装備品貸与

<b>求人番号:133-0012 学童保育の送迎ドライバー</b>	
お 仕 事 内 容	送迎ドライバー
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(月)
賃 金 ( 時 給 )	1,400円～1,600円+通勤手当支給
勤 務 時 間	13:00～16:00(左記時間で2時間、応相談)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	送迎範囲は教室から2.5キロ以内程度の範囲 ・【必要な資格】普通自動車運転免許(AT可) ・ワンボックスカー(定員10名)又は乗用車選択可 ・送迎の合間に児童の見守りや宿題の指導できる方歓迎

<b>求人番号:210-0001 ペットショップ店員</b>	
お 仕 事 内 容	・ワンちゃん、ネコちゃんの販売・管理 (接客やお世話全般) ・フード、用品(レジ、発注、品出し業務など)
就 業 場 所	東京都北区赤羽1丁目
雇 用 形 態	パート
勤 務 日 数	週4日以上(相談可)
賃 金 ( 時 給 )	1,230円～1,430円 + 通勤手当支給
就 業 時 間	9:00～20:00の間の9時間程度 時間外労働あり(月平均5時間、季節的な繁忙期)
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	【経験】ワンちゃんネコちゃんの飼育経験、 動物専門学校在学経験あれば尚可 ・人や動物と触れ合うのが大好きな気持ちがあれば 未経験でも大歓迎 ・有給休暇、休憩時間は法定通り付与 ・各種保険は要件を満たした場合加入 ワンちゃん、ネコちゃん動物大好きな方大歓迎 動物を扱う仕事なので大変な面もありますが、 その分やりがいがいっぱいあります。

<b>求人番号:192-0003 アーチェリー場の管理スタッフ</b>	
お 仕 事 内 容	受付・施設管理
就 業 場 所	東京都板橋区東坂下2丁目
雇 用 形 態	パート
勤 務 日 数	週2日～3日 (シフト制 月勤務日数15日まで調整可能)
賃 金 ( 時 給 )	1,226円 + 通勤手当支給
勤 務 時 間	①7:30～14:30 または ②14:30～21:00
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	・60代から70代の方を中心に活躍中 ・制服貸与 ・自転車通勤可 ・雇用保険は勤務時間数による

<b>求人番号:033-0008 施設清掃</b>	
お 仕 事 内 容	営業前の施設全体の清掃業務
就 業 場 所	東京都北区東十条1丁目
雇 用 形 態	パート
勤 務 日 数	週2日～4日(土日勤務あり)
賃 金 ( 時 給 )	1,250円+通勤手当支給
勤 務 時 間	平日6:45～9:15、土日6:15～8:45
その他 ・特記事項 ・必要資格 ・必要経験 等	・研修あり(研修期間中の時給:1,230円) ・時間外労働あり(月平均0～8時間)

## 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/>

