

日 期 日(期間) 時 間 所 会 場・場 所 対 象 人 定 員 内 容 講 師 持 持 ち 物 費 用 縮 縮 め 切 り 申 込 申 込 方 法(申 込 先) 問 問 い 合 わ せ 先 電 子 電 子 メ ー ル ア ド レ ス HP ホ ー ム ペ ー ジ ア ド レ ス

**あらかわ 情報の森**  
5面「仕事・人材募集」の続き

**福祉のしごと相談・面接会**  
日11月26日(水) 時午後4時～7時  
所日暮里サニーホール 内福祉のしごと入門セミナー動画上映、事業所による個別相談・面接等  
固荒川区社会福祉協議会  
☎(3802)2794

**東京しごとセンターの就労相談**  
日11月27日(木) 時午前11時～午後4時  
所ゆいの森あらかわ1階エントランス ※直接会場へ 対就労中または就労を検討・準備中の方  
固公益財団法人東京しごと財団しごとセンター課  
☎(5211)1571  
※(日)・(祝)を除く、午前9時～午後8時 (土)は午後5時まで)

**産業・経営支援**

**MACCプロジェクトフォーラム「企業の新たな可能性を切り開く！中小企業×スタートアップ交流会」**  
日12月8日(月) 時午後2時～5時  
所ふらっとにっぽり3階多目的スペース 対中小企業経営者・従業員等 人40人(申込順) 内講演、パネルディスカッション、交流会 講エイチタス株式会社代表取締役社長・原亮氏ほか 縮12月5日(金)  
申荒川区ホームページで、経営支援課産業活性化係☎内線457

**講座**

**自転車安全利用講習会**  
小学生以下の参加者には、お菓子等を差し上げます。  
日11月15日(土)(雨天中止) 時午前9時30分～11時 所荒川自然公園交通園 ※開催中は交通園の一部施設が一般利用できません 対区内在住・在勤・在学の方 人10人(申込順) ※電動アシスト自転車の講習会も行っています。詳細は、

お問い合わせください  
☎電話で、生活安全課交通安全係  
☎(3802)3067

**街なかたすけあい講座**  
日11月17日(月) 時午後2時～4時  
所区役所3階304・305会議室 対区内在住・在勤で、18歳以上の方 人20人(申込順) 内高齢者の外出サポートに関する講義・実技等  
縮11月12日(水)  
☎電話で、荒川区社会福祉協議会  
☎(3802)3338

**怒りのコントロール術と心を整えるリラクゼーション**  
日11月29日(日) 時午後1時30分～3時 所アクト21・3階第1会議室 対区内在住・在勤・在学の方等 人25人(申込順) 講マインドフルネススペシャリスト・太田喜乃氏  
☎電話・荒川区ホームページで、街活性室株式会社東京オフィス講座事務局☎080(4741)5687  
※(土)・(日)・(祝)を除く、午前9時～午後5時  
固アクト21  
☎(3809)2890

**学びあい講座「認知症サポーター養成講座～認知症世界の歩き方」**  
日12月13日(土) 時午後2時～4時  
所生涯学習センター3階大会議室 対区内在住・在勤・在学で、18歳以上の方 人25人(抽選) 託児6か月以上の未就学児、5人(申込順) 内映像・カードを使ったグループワーク 講みかんラボ代表・石原志保氏ほか 縮11月25日(火)(託児は11月10日(月))  
申来所・電話・荒川区ホームページで、生涯学習センター  
☎(3802)2332

**区民カレッジ「笑顔が広がる話し方講座」**  
日12月18日・25日、令和8年1月8日・15日・22日(全5回)  
時午後1時～3時 所生涯学習センター3階小会議室等 対区内在住・在勤・在学で、18歳以上の方 人20人(抽選) 講キャリアコンサルタント・大木智子氏 各300円(1回) 縮11月17日(月)必着  
申来所・電話・はがき・ファクス・電子メールで、4面上段を参照し①

～④の記入事項と⑤電子メールアドレスを、〒116-0002荒川区荒川3-49-1生涯学習センター  
☎(3802)2332  
FAX(3802)3265  
✉info\_arakawa-sgc@athuman.com

**催し**

**動画配信講座「こころボ」**  
配信期間11月1日(土)正午～30日(日)午後4時 内こころを元気にする3つのC 講一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長・大野裕氏  
視聴方法下記ホームページで  
固支援センターアゼリア  
☎(3819)3113  
HPhttps://www.tram-arakawa.org/tram/azalea/

**あらかわ福祉まつり**  
日11月8日(土) 時午前10時～午後3時 所荒川総合スポーツセンター  
内活動紹介、食品販売、バザー、ステージ発表等  
固荒川区社会福祉協議会  
☎(3802)3338

**あらかわ出張プレーパーク**  
普段の公園ではできない遊びを体験できます。  
日・所▶11月8日(土)…天王公園  
▶11月9日(日)…荒川自然公園  
▶11月15日(土)…日暮里公園 ▶11月16日(日)…リバーハープ公園  
時正午～午後4時 ※直接会場へ  
内昔遊び、段ボール遊び等  
固荒川自然公園管理事務所  
☎(3803)4042

**3R講座「林家まる子・カレー子の環境漫才～思いは地球規模で行動は足元から」**  
日12月6日(土) 時午後1時30分～3時 所ゆいの森あらかわ2階会議室 対区内在住・在勤・在学の方 人30人(申込順)  
申11月4日(火)から電話で、あらかわりサイクルセンター  
☎(3805)9172

**シルバー人材センターの催し**  
◆手芸教室～小さなクリスマスパステリーを作しましょう  
日11月27日～12月18日(全

4回) 時午前10時～正午 所荒川区シルバー人材センター2階会議室 人10人 特赤系・緑系の木綿の布(持っている方)、裁縫道具  
◆まち歩きツアー～黄葉の谷中霊園・上野公園を巡る  
日12月5日(金) 時午前10時～正午  
集合日暮里駅前イベント広場  
解散上野公園 人20人  
縮11月19日(水)午後4時

※申込順  
対区内在住の方  
申11月4日(火)から電話で、荒川区シルバー人材センター  
☎(3810)1141

**ケモミミキャラでお正月イラストを描こう！**  
日12月7日(日) 時午後2時～4時  
所日暮里図書館2階コミュニティルーム 対10～19歳の方 人14人(申込順) 講漫画家・北川玲子氏  
特鉛筆・シャープペンシル、消しゴム、色鉛筆、サインペン、動物の資料、自分で描いた作品(講師のアドバイスを希望する方のみ)  
申11月1日(土)から来館・電話・荒川区立図書館ホームページで、各図書館(図書サービスステーションを除く) ※電話は日暮里図書館のみ  
固日暮里図書館  
☎(3803)1645

**官公署**

**陸上自衛隊高等工学校生徒を募集**  
対中学卒業(見込みを含む)以上17歳未満の男性(推薦は学校長による推薦が必要) 試験日・縮▶推薦…令和8年1月10日(土)～12日(日)のうち1日(11月28日(金)必着)  
▶一般(一次)…令和8年1月24日(土)・25日(日)のうち1日(令和8年1月15日(木)必着)  
固自衛隊東京地方協力本部台東出張所☎(3831)3555

**みんなの防災フェスタ**  
日11月16日(日) 時午前10時～午後3時 所都立夕入公園臨時駐車場  
内スタンプラリー、自衛隊・警察・消防車両展示等  
固夕入公園サービスセンター  
☎(3807)5181

**11月の健康相談** 会 場 がん予防・健康づくりセンター

種 別	期 日	受付時間	申込み・問合せ	
なんでも健康相談	随時	午前9時～午後5時	健康推進課 保健相談担当 ☎内線432	
こころの一般健康相談	10日(月)	午後1時45分～3時15分		
	7日(金)・20日(木)・28日(金)	午後2時～4時15分		
	17日(月)	午後2時30分～4時45分		
アルコール・薬物依存症相談	6日(木)・19日(水)	午後1時30分～3時45分		
ママのこころの相談	12日(水)	午後1時15分～3時30分		
	20日(木)	午前9時30分～11時45分		
歯科相談(3歳未満児)～歯科健診とフッ化物塗布	7日・14日・21日(金)	午後1時～3時		申荒川区ホームページ 固健康推進課歯科担当 ☎内線423
栄養相談	6日・13日・20日・27日(木)	午後1時30分～3時30分		健康推進課栄養担当 ☎内線423
HIVに関する相談・検査	相談	随時		荒川区HIV相談・検査専用電話 ☎(3805)9467
	検査	12日(水)(予約制)	午前10時～11時	

**ものわすれ相談(予約制)**  
対 象 物忘れが気になる、65歳以上の方や家族等

期 日	相談時間	会 場	申 込 み
6日(木)	▶午後2時～2時40分	町屋地域包括支援センター ☎(3894)3568	健康推進課 保健相談担当 ☎内線432
17日(月)	▶午後2時50分～3時30分		
27日(木)	▶午後1時30分～2時10分 ▶午後2時20分～3時	南千住駅前ふれあい館	南千住東部地域包括支援センター ☎(3805)5702

**難病相談室(予約制)**  
会 場・申 込 み 荒川区医師会館(西日暮里6-5-3)  
☎(3893)2331

**日時** 11月15日(土)午後1時30分～3時  
**対象** 神経難病の方、膠原病の方、その疑いのある方  
**内容** 専門医・保健師・相談員等による在宅療養上の医療・福祉・介護相談