骨折で寝たきりにならないための食生活講座

日2月26日㈫ 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、おおむね65歳以上の方 人50人（申込順）
内骨粗しょう症の予防等
申1月21日㈪から来所・電話で、区役所2階高齢者福祉課介護予防事業係へ☎内線2666

荒川老人福祉センターの講座

◆おりがみ講座
日2月12日㈫ 時午前10時～11時30分 人20人（抽選） 内おひなさま飾り等 持はさみ・のり・筆記用具 ¥350円

◆音楽体操講習会
日2月12日㈫ 時午後1時～2時30分 人30人（抽選） 内歌うための体づくり等 持タオル・飲み物 ※動きやすい服装で

◆スマートフォン・タブレット相談室
日2月14日㈭ 時午後1時～2時30分（受け付けは午後1時まで） 人20人（当日の先着順） 内基本操作に関する質問・相談 持インターネット接続が可能な状態の端末機器、筆記用具

◆スマートフォン講座
日2月16日・23日の㈯（全2回） 時▶午前クラス…午前10時～11時30分 ▶午後クラス…午後1時～2時30分 人各クラス25人(抽選) 内基本操作・機能紹介・アプリ取得等 ※スマートフォンは用意します

◆初めてのタブレット講座
日2月21日・28日の㈭（全2回） 時▶午前クラス…午前10時～11時30分 ▶午後クラス…午後1時～2時30分 人各クラス15人(抽選) 内タブレットの基本操作 持筆記用具 ※タブレットは用意します

所荒川老人福祉センター 対区内在住で60歳以上の方 締1月27日㈰必着
申往復はがき・ファクス・電子メールで、**2面上段**を参照し①～④の記入事項と⑤年齢⑥ファクス番号⑦希望のクラスを、〒116-0002荒川区荒川1-34-6荒川老人福祉センターへ☎（3802）1666
FAX（3802）1683
✉starts-from60@arakawa-shakyo.or.jp

産業・経営支援

MACCセミナー「中小・小規模事業者のための背伸びをしないIoT活用術」

日2月21日㈭ 時午後1時30分～4時 所産業経済部研修室（荒川消防署隣セントラル荒川ビル4階）
対中小企業・小規模事業者の方
人20人（申込順） 講株式会社インフォクリエマネジメント代表取締役・新木啓弘氏 申込用紙の配布区役所6階経営支援課（荒川区ホームページからもダウンロード可）
申電話・ファクス・荒川区ホームページで、**2面上段**を参照し①・③・④の記入事項と⑤会社名・所在地⑥業種を、経営支援課産業活性化係へ☎内線458
FAX（3803）2333

Webで集客・注文をとるためのプロモーション動画制作セミナー

日2月26日㈫ 時午後1時30分～4時 所産業経済部研修室（荒川消防署隣セントラル荒川ビル4階）
対中小企業・小規模事業者の方
人20人（申込順） 内動画マーケティングの基礎知識、動画制作のポイント等 講株式会社マインズICTコンサルタント・小野正博氏
申込用紙の配布区役所6階経営支援課（荒川区ホームページからもダウンロード可） 申電話・ファクス・荒川区ホームページで、**2面上段**を参照し①・③・④の記入事項と⑤会社名・所在地⑥業種を、経営支援課産業活性化係へ☎内線458
FAX（3803）2333

仕事・人材募集

消費生活相談員（非常勤職員）を募集

勤務期間4月1日～平成32年3月31日（勤務成績が良好な場合は更新あり） 勤務日数月16日
勤務時間午前8時30分～午後5時15分 対4月1日時点で、次のすべてを満たす方 ▶消費生活相談員（国家資格）の資格を有する方または消費生活専門相談員・消費生活アドバイザー・消費生活コンサルタントのいずれかの資格を有し、過去5年以内に通算1年以上の実務経験がある方 ▶パソコンの基本的な操作ができる方 人若干名(選考） 報酬22万8700円（月額）
募集要項の配布区役所6階消費生活センター（荒川区ホームページからもダウンロード可） 締2月12日㈫
申消費生活センター☎内線477

まちづくり推進員・防災街づくり推進員（非常勤職員）を募集

◆まちづくり推進員
対まちづくりに関する知識を有する方 内都市計画に関する相談業務
申込書の配布区役所北庁舎3階都市計画課

◆防災街づくり推進員
対まちづくりまたは用地取得に関する知識を有する方 内建築工事等に関する相談業務、建築物の耐震化および除却等に係る支援業務、公共用地取得に係る業務 申込書の配布区役所北庁舎2階防災街づくり推進課

※申込書は荒川区ホームページからもダウンロード可
勤務期間4月1日～平成32年3月31日（勤務成績が良好な場合は更新あり） 勤務日数月16日
勤務時間午前8時30分～午後5時15分 人若干名(選考） 持申込書、履歴書 報酬20万4000円（月額）
締2月12日㈫必着 申▶まちづくり推進員…持参・郵送で、必要書類を、〒116-8501（住所不要）荒川区役所北庁舎3階都市計画課管理係へ☎内線2811 ▶防災街づくり推進員…持参・郵送で、必要書類を、〒116-8501(住所不要)荒川区役所北庁舎2階防災街づくり推進課管理・建築相談係へ☎内線2838

4面へ続く

日 期日(期間) 時 時間 所 会場・場所 対 対象 人 定員 内 内容 講 講師 持 持ち物 ¥ 費用 締 締め切り 申 申込方法(申込先) 問 問い合わせ先 ✉ 電子メールアドレス HP ホームページアドレス

あらかわ遊園スポーツハウス 通年制教室

期間 4月～平成32年3月 ※学年・年齢は、平成31年4月30日時点

コースA（抽選）

申込方法
▶**区内在住・在勤・在学の方**…区内在住・在勤・在学の証明書類を持参し、1月27日㈰～2月5日㈫に1階受付で
▶**区外の方**…2月10日㈰～19日㈫に1階受付で
※申し込みは、1人1コース

公開抽選
2月24日㈰午後1時から
※定員に満たない教室は、3月9日㈯から受け付け（申込順）

水泳教室 ※全38回（㈪は全34回）

費用 2980円（月額） ※㈪は2680円

教室名	曜日	時間	対象	定員
幼児B	月～金	午後3時～4時	4歳以上の未就学児	各45人
	土	午後1時～2時		各35人
		午後2時～3時		
学童A	月～金	午後4時～5時	小学1～3年生	各55人
	金	午後5時～6時		
学童B	月～木		小学3年生～中学生	各50人
学童C	土	午後3時～4時	小・中学生	各40人
		午後4時～5時		

スポーツ教室 ※全46回

費用 2060円（月額）

教室名	曜日	時間	対象	定員
チャイルドエクササイズA	火	午後3時15分～4時30分	3・4歳児	各24人
チャイルドエクササイズB	木		4歳以上の未就学児	
	金			16人
キッズエクササイズ	火	午後4時45分～6時	小学生	各30人
	木			

コースB（申込順）

申込方法
▶**区内在住・在勤・在学の方**…区内在住・在勤・在学の証明書類を持参し、3月4日㈪から1階受付で
▶**区外の方**…3月5日㈫から1階受付で

水泳教室 ※全38回（㈪は全34回） ※幼児A・親子は、おむつの取れたお子さんが対象

教室名	曜日	時間	対象	定員	費用(月額)
幼児A	月	午後2時～3時	2～4歳児	各20人	2680円
	火～木				2980円
親子	土	午前11時～正午	1～4歳児と保護者	25組	3600円 ※㈪は3240円
ウオーキング＆アクアサイズ	火	午後1時～2時	15歳以上の方（中学生は不可）	各30人	
	金	午前11時～正午			
レディース(女性)	火・木			㈫25人 ㈭40人	
成人A	月			各25人	
成人B	水	午後1時～2時			
	金	午後1時45分～2時45分			
成人C	火	午後7時30分～8時30分			
	水				
ウオーキング＆スイム		午前11時～正午			
アクアサイズ	月	午後7時30分～8時30分		各35人	
	木	午後1時～2時			
マスターズ中・上級		午後8時～9時		25人	

スポーツ教室 ※全46回（㈪は全41回）

教室名	曜日	時間	対象	定員	費用(月額)
キッズダンスA	月	午後3時15分～4時30分	4歳以上の未就学児	15人	1850円
キッズダンス初級	金	午後4時45分～6時	小学生	50人	2060円
キッズダンス中級	月		小・中学生	各30人	1850円
息イキストレッチ体操	火	午前9時30分～10時30分	15歳以上の方（中学生は不可）		2110円
さわやかエクササイズ	水	午前10時45分～正午		各40人	2680円
コンビネーションエクササイズ	木				
太極拳Ⅰ	金	午前9時15分～10時30分		35人	
太極拳Ⅱ		午前10時45分～正午		40人	
ヨーガ(初級)	月	午前10時50分～午後0時5分		各50人	2400円
ヨーガ(中級)	火				2680円
ヨーガ(初・中級)	金	午後7時～8時15分		各60人	
	土	午前9時15分～10時30分			

会場・申込み・問合せ あらかわ遊園スポーツハウス ☎（3800）7333