

応援しています ワーク・ライフ・バランス推進企業 男性の育児・介護を支援する企業

★ワーク・ライフ・バランス推進企業認定制度とは

区内に事業所のある企業を対象に、申請に基づき、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に取り組んでいる企業を区が認定します。希望する企業には、1社につき5回までコンサルタントを無料で派遣し、支援しています。

この認定制度には、1月7日現在で73社から申請があり、23社をワーク・ライフ・バランスに取り組んでいる企業として認定しています。今回、新たに1社を認定しました。

●新たに認定した企業

株式会社プラグマ(経理・給与業務の代行)

【認定の分野】「子育て支援」「介護支援」「働きやすい職場づくり」

★男性の育児・介護サポート

企業認定モデル事業とは、区内の中小企業を対象に、

男性の育児休業・介護休業等の取得を推進している企業を区が認定・登録し、男性従業員が育児・介護休業等を取

得後、要件を満たす場合には奨励金(上限30万円)を支給しています。登録には、育児・介護休業の制度を就業規則等で規定していることなどが

必要です。就業規則等を作成していない場合は、区のコ

ンサルタント派遣制度(1社につき5回まで)をご利用ください。

21年7月に開始したこのモデル事業では、これまで2社を「サポート企業」として登録を登録しました。

●新たに登録した企業

サードウェイ株式会社(CEI 英語ソリューションズ、語学教育)

【問合せ】男女共同参画課 ☎(3341)0801へ。

今から取り組む 介護予防⑥

介護予防に大切な、生活の中でのちょっとした取り組みをシリーズで紹介してきましたが、今回で最終回です。

【問合せ】高齢者サービス課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4305へ。

認知症の予防

認知症の原因は、アルツハイマー病によるもの、脳梗塞や脳出血によつて起こるものなど、さまざまです。

認知症を完全に治す方法はまだ見つかっていませんが、生活習慣を改善すること、ある程度予防できたり、発症時期を遅らせる可能性が分かってい

●物忘れを予防する5つのヒント

いつまでも元気にいきな



いきと生活するために、早めに予防に取り組みましょう。

▼積極的に社会活動に参加したり、趣味を楽しみましょう。

▼ウォーキングなどの有酸素運動をしましょう。

▼野菜や果物を多く食べましょう。

▼できるだけ魚を食べましょう。

▼記憶力を積極的に使

い、脳に刺激を与えま

しょう。

▼記憶力を積極的に使

い、脳に刺激を与えま

しょう。

国民健康保険料 特別納付相談

●国民健康保険料の納付が遅れている方へ

未納の状態が続くと、次回の保険証更新時に、通常より有効期限の短い保険証に切り替わる場合があります。

【日時】▶2月13日(土)・14日(日)・▶2月2日(火)~23日(火)(土・日曜日、祝日を除く)いずれも午前9時~午後5時(火曜日は午後7時まで)

【会場・問合せ】医療保険年金課納付相談係(本庁舎4階) ☎(5273)3873へ。

◆講座・催し等の申し込み◆

- ①講座・催し名
 - ②〒・住所
 - ③氏名(ふりがな)
 - ④電話番号
- (往復はがきには、返信用にも住所・氏名)

はがき・ファックスの記載例

※あて先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは、原則無料



リサイクル講座

●古ネクタイからリバーシブルベスト作り

【日時】2月17日(水)午後1時~4時

【対象】区内在住・在勤の方、25名

【費用】300円(別に芯代が必要)

【持ち物】使わなくなったネクタイ(ほどこいてアイロンをかける)3~4本、後ろ身ごろ用の布(90cm×70cm)、裏用の布(90cm×140cm)、型紙用紙、布に合うミシン糸、接着芯(お持ちの方)ほか

【共催】新宿環境リサイクル活動の会

【会場・申込み】往復はがきに記載例(2面参照)のとおり記入し、2月2日(必着)までに新宿リサイクル活動センター(〒169-0075高田馬場4-10-17) ☎(5330)5374(月曜日休館)へ。応募者多数の場合は抽選。

講演会「江戸のバイオテクノロジー」

●新宿消費生活センター委託消費者講座

【日時】2月25日(木)午後1時30分~3時30分

【内容】「江戸人と発酵の知恵」



再就職セミナー・面接会

区社会福祉協議会が開設している無料職業紹介所「新宿わく☆ワーク」が実施します。

①再就職事前セミナー

【日時】2月1日(月)午前10時~12時

【内容】採用される履歴書の書き方、面接の受け方ほか(野村成二・キャリアカウンセラー)

②合同就職面接会

【日時】2月17日(水)午後1時~4時

【内容】求人企業(清掃・管理・警備・介護ほか)との面接

……………(以下共通)……………

【会場】戸塚特別出張所(高田馬場1-17-20)

【対象】おおむね55歳以上の方

【申込み】①は1月29日(金)までに電話で、②の参加企業は1月29日(金)まで、参加者は2月12日(金)までに直接、新宿わく☆ワーク(高田馬場1-17-20、戸塚特別出張所2階) ☎(5273)4510へ。

新生活実習所

ぽればれアート展

生活実習所では、区内在住の重

い知的障害のある方が、自立と社会参加を目指して活動して

います。

【日時】2月8日(月)~19日(金)午前8時30分~午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く。8日は午後0時から、9日(火)・16日(火)は7時まで、19日は2時まで)

【会場】区役所本庁舎1階ロビー

【内容】絵画・陶芸作品、活動紹介パネルの展示

【問合せ】新生活実習所ぽればれ福祉園 ☎(5229)5850へ。

家族介護者教室・交流会

①膝の痛みを予防するリラククス講座

【日時】2月17日(水)午後1時~3時30分

【会場】柏木地域センター(北新宿2-3-7)

【内容】痛みの予防に効果的な体操(鈴木美土里・理学療法士)と参加者の交流会

②息のながい介護のための心の健康体操

【日時】2月27日(土)午後1時~3時30分

【会場】落合第一地域センター(下落合4-6-7)

【内容】講演(淵上規后子・臨床心理士)と参加者の交流会

……………(以下共通)……………

【対象】区内在住で、現在高齢者を介護している方、過去に介護経験があり交流会の活動に意欲のある方、各30名

【費用】無料

【申込み】電話で①は柏木・角高高齢者総合相談センター ☎(5338)9531、②は落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080へ。先着順。介護のため参加が難しい方には、デイサービス・ヘルパー派遣利用等の支援をします。ご相談ください。



審議会

(仮称)産業振興基本条例に関する懇談会

【日時】2月2日(火)午前10時から

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。

【問合せ】産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701へ。