

2面…就職・就労を支援する窓口を紹介します

3面…衆議院議員選挙の選挙区が変更



輝く未来をつくるため あなたの働きたい を応援します

区では、皆さんの就労を応援するため、主に子育て中の女性を対象にした「女性のキャリアアップ講座」等、各カテゴリーに向けた講座を開催しています。また、就職や就労に関する悩みの相談先として、各種相談窓口を開設しています。就職を考えている方や職場で悩みがある方は、ぜひ、ご利用ください。

問合せ 就労支援課就労支援係 ☎(3800)8710

▲前回のパーソナルカラー診断の様子

「女性のキャリアアップ講座」とは

主に子育て中の女性の再就職を応援するための講座です。パソコンの操作講習や応募書類の作成講座、パーソナルカラー診断等、就職活動に役立つ技術を身につけることができます。託児を利用できるため、お子さんを連れて参加できます。

体験者からのメッセージ

●橋本さん親子(30代、お子さん2歳)

パソコンの操作方法や書類の作成方法等、仕事につながる技術を学ぶことができました。子どもを預けられるので、子育て中でも受講しやすいと思いました。今回の受講をきっかけにして、次の段階へステップアップしていきたいと思います。



女性のキャリアアップ講座

日時	▶ 8月1日(火)～4日(金)・7日(月)午後0時30分～4時30分 ▶ 8月8日(火)・9日(水)午後1時30分～4時 ※全7回
会場	マザーズハローワーク日暮里(西日暮里2-29-3日清ビル5階)
対象	再就職を目指す主に子育て中の女性 定員 6人(申込順)
託児	満1歳以上の未就学児、2組(申込順)
内容	ワード・エクセルの基礎、応募書類の作成、就職活動の基礎知識等
締切り	7月21日(金)
申込み	電話で、就労支援課就労支援係 ☎(3800)8710

2面で、就職・就労を支援する窓口を紹介します

熱中症に気を付けて節電にご協力を

問合せ ▶ 節電について…環境課環境推進係 ☎(3802)4693
▶ 熱中症について…健康推進課保健相談担当 ☎内線432

夏の電力不足が予想されるため、国から節電要請が行われました。午後3時～8時は、電力需給が特にひっ迫しやすい時間帯です。使っていない部屋の電気を消す等、生活に支障のない範囲で節電にご協力をお願いします。なお、高齢者の方は暑さを感じづらいため、室温計や暑さ指数を確認し、特に熱中症に注意してください。

期間
7月1日(土)～8月31日(木)

家庭でできる節電行動

- エアコン**
 - 室温は28℃を目安にしましょう
 - すだれ・カーテン等で日ざしを和らげましょう
 - 2週間に1回程度、フィルター清掃を行いましょ
- 照明**
 - 不要な照明を消しましょう
- 冷蔵庫**
 - 扉の開閉時間を短くしましょう
 - 食品を詰め込み過ぎないようにしましょう

熱中症予防のポイント

- ▶ **こまめに水分補給**
のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしてください。1日当たりコップ6杯分(1.2ℓ)が目安です。外出時は飲み物を持参しましょう。
- ▶ **住環境**
換気によって室内温度が高くなる場合は、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。また、通気性・吸水性・速乾性に優れた衣類を選ぶ等、衣類・寝具も調整しましょう。