

ハローワーク
北信地域求人情報

4月分

掲載する情報を「求人情報」のみにしぼり、北信地域一帯の情報を掲載しています。

■有効求人倍率（ ）内は前月
常用 2月 0.95倍 (0.99)
全数（パート含） 2月 0.96倍 (0.88)
■お問い合わせは
飯山公共職業安定所 TEL 62-8609

職 種	求人数	年 齢	賃金 (万円)	事業内容	就業場所
コック	1	不 問	25.0	旅館、ホテル	飯山市
訪問介護員	2	不 問	14.3 ～ 18.0	農林水産業協同組合	飯山市
保育	3	不 問	12.1	市町村機関	飯山市
測量設計コンサルタント業務	1	不 問	20.0 ～ 32.0	土木建築サービス業	飯山市
フロント、営業係	2	不 問	13.7 ～ 15.8	旅館、ホテル	飯山市
製造・販売	4	不 問	時給 760 円	その他の食料品製造業	飯山市
レジ（夜間）	3	不 問	時給 1000 円	その他の各種商品小売業	飯山市
きのこの収穫、荷造り	1	不 問	時給 680 ～ 700 円	その他の食料品製造業	飯山市
ホームヘルパー	2	59 以下	時給 1640 円	福祉サービス業	飯山市
サポート業務	2	不 問	時給 700 ～ 1000 円	ソフトウェア業	飯山市
パソコンオペレータ	2	不 問	14.3 ～ 18.0	製版業	中野市
電気設備保守及び企画設計	1	59 以下	16.0 ～ 30.0	電子部品・デバイス製造業	木島平村
営業	5	59 以下	11.0	生命保険業	中野市
旅館業務全般	2	不 問	17.9 ～ 20.4	旅館、ホテル	野沢温泉村
接客サービス係	3	不 問	18.0 ～ 24.0	旅館、ホテル	山ノ内町
フロアスタッフ	2	不 問	時給 750 ～ 1300 円	旅館、ホテル	山ノ内町
調理師又は調理助手	1	不 問	日給 5895 ～ 6113 円	病院	中野市
講師又は教室スタッフ	5	不 問	時給 1500 ～ 2500 円	学習塾	中野市
販売員	3	不 問	時給 700 円	各種食料品小売業	飯山市
ホール接客	4	不 問	時給 800 ～ 1000 円	すし店	中野市
（派）板金加工全般	1	不 問	14.4 ～ 16.0	他に分類されない事業サービス業	中野市
販売	1	35 以下	16.0 ～ 21.0	その他製造業・卸売業・小売業	長野市
看護師・准看護師	1	64 以下	20.1 ～ 22.5	病院	長野市
調理及び調理補助	10	不 問	15.6 ～ 25.6	食堂、レストラン	須坂市ほか
調理及び調理補助	2	不 問	15.6 ～ 25.6	食堂、レストラン	飯山市
ビデオレンタル業務(東和田店)	3	不 問	時給 750 ～ 950 円	書籍・文房具小売業	長野市
一般事務	1	不 問	時給 850 円	自動車整備業	須坂市
レジ担当	1	不 問	時給 750 円	百貨店・総合スーパー	飯山市

■全国版インターネットサービスのご利用を！

インターネットで日本全国のハローワークの求人情報を下記のアドレスから検索できます。
http://www.hellowork.go.jp

国際交流員ジョアンの
今月のジョー

ヨーロッパ社会では、しばしばこんなことが語られます。「警官にはイギリス人、車の整備工にはドイツ人、シェフにはフランス人、宿屋の主人にはスイス人、恋人にはイタリア人が良い」と。その逆に、「ドイツ人の警官、フランス人の車の整備工、イギリス人のシェフ、イタリア人の宿屋の主人、スイス人の恋人はあまり良くない」と言われます。これは固定観念によるジョークです。イタリア人はロマンティックに女性に話しかけることができ、イギリス人は料理ができないというのが、聞いたことはあるかも知れませんが、みんなが皆そうではないですよ。

もうご存知だと思いますが、固定観念とは「日本人は勤勉で頭がいい」というように、あるグループの一部分で成り立っていることを、そのグループ全体について成り立つかのように論をおし進めることです。このような理解の仕方は、異文化理解を不可能にしています。

一人の旅行者がある国に肯定的な固定観念を持って旅をすると、大抵の場合は落差の大きさにカルチャーショックを受けてしまいます。

パリ在住の日本人精神科医の太田博昭氏によると、毎年、日本からパリにきて生活している日本人が、年平均12人程、カルチャーショックによって送還されているというのです。なぜかというと、パリのイメージとして、高い教養、フランス美人など型にはまったイメージをもっているからです。

実際は、フランスのすべてが良いというのではないのです。レストランやタクシーでフランス語が話せない客は、ウエーターやタクシードライバーに怒鳴られる事はよくあることです。客に丁寧な日本人にとってはとてもあり得ない行動です。違う国の文化について固定観念を信じてしまうと、国外旅行はよくないかもしれません。

2001年9月11日のテロ事件後、残念ながらイスラム教徒はテロと関係があると固定観念で見られてしまっています。しかし、テロと関係があるのはイスラム教徒の政治的な一部の人たちですね。

日本での生活の中で、毎日目にする洗剤のテレビコマーシャルがあります。そこでは男性が掃除をしているのを見ることはまずないでしょう。いつも女性がしていますね。それは性差による固定観念です。今イギリスでは、このコマーシャルの中で男性も掃除するようになっています。私たちはこのような既存の固定観念への気付きを大事に、ここから脱却できる見方や考え方を共に学び獲得していくべきだと思います。

参加者募集

平成 20 年度 **血液サラサラ&筋力アップ教室**

■対象者 飯山市在住の 18 歳以上の方
※ただし病気等により現在治療中の方は、担当の医師に相談のうえ、医師から教室の参加を勧められた方に限ります。また、心臓疾患で現在治療中の方、過去に治療された方は参加できません。

■場 所 飯山市保健センター

■内 容 体調チェック、ストレッチ、トレーニングマシンを使った下肢筋力アップ、エルゴメーターを使った有酸素運動、セラバンド・やわらかボール・セラボールによる運動、ストレッチ。この他、理学療法士・健康運動指導士・管理栄養士・保健師による様々なアドバイスが行われます。

■コース（すべてのコースは全 15 回です）

① **60 歳以上 A**
（6 月上旬～ 隔週水曜 午前 9 時 30 分～ 11 時 30 分）

② **60 歳以上 B**
（6 月上旬～ 隔週水曜 午後 2 時～ 4 時）

③ **59 歳以下 昼**
（6 月下旬～ 隔週火曜 午前 9 時 30 分～ 11 時 30 分）

④ **59 歳以下 夜**
（毎週火曜 午後 7 時～ 8 時 30 分）

■参加費 6000 円（血液検査料、保険料、トレーニングバンド代）

■保 険 市で加入します

■定 員 1 グループ 12 人定員（定員になり次第締め切り）

■申込方法 市役所保健福祉課にある申込書にご記入のうえ、郵送または FAX でお申し込みください

■協 力 飯山赤十字病院 理学療法士

■お申し込み・お問い合わせ
市役所保健福祉課 ☎ 62 - 3111 FAX 62 - 3127

4月29日～5月5日 期間限定運行
菜の花周遊バス

菜の花が咲き誇る飯山の春。5月3日～5日に開催の「いいやま菜の花まつり」をはじめ、「菜の花周遊バス」に乗って、春を満喫しませんか。

1日パスポート

- 「阿弥陀堂だより」ロケ地めぐりルート
（朝から夕方まで毎日 12 便を運行）
大人 1000 円 中学生 500 円 小学生 200 円
- 野沢温泉湯めぐりルート
（朝から夕方まで上り・下り各 7 便を運行）
大人 300 円 小学生 200 円

お問い合わせ・ご案内
市役所観光課観光係、または飯山市ホームページをご覧ください。

「阿弥陀堂だより」ロケ地めぐりルート停留所

JR飯山駅前
福島三部休憩所・阿弥陀堂入口
菜の花公園
小菅集落
道の駅「花の駅 千曲川」
寺町
本町商店街

運動を通して「メタボ」の予防・改善や運動習慣を身につけませんか
「血液サラサラ&筋力アップ教室」参加者募集

個人の体力に応じたトレーニングメニューを提供

この教室では個人の体力測定を行い、その人に合った無理のないトレーニングを実施していきます。更により効果的なトレーニングのために、理学療法士による個別指導も実施します。運動以外にも食生活の振り返りを行い、食事アドバイスや生活アドバイスを実施

しながら1人1人の目標が達成できるよう専門スタッフが支援します。

また、参加者には自宅でのトレーニングメニューを紹介し、運動習慣を身につけていただくこともできます。

昨年度教室では
全ての年代で筋力・柔軟性が向上
昨年開催した教室では、参加者の年齢は28歳～75歳と広範囲でしたが、全ての年代で筋力・柔軟性が向上。また、40・3％の人に体重と腹囲の改善が見られました。参加者からは、「食事に関心を持てるようになった」「ウォーキングの習慣ができた」「病気になるなくなった」などさまざまな効果が聞かれます。

今年は左記のとおり開催します。この機会にぜひご参加ください。

「トピアホール」が市の管理になりました

戸狩温泉スキー場にあるトピアホールが4月から飯山市の管理になりました。グリーンツーリズム推進による観光客誘致を目的に設置された施設ですが、市民の皆さんの利用も可能です。利用にあたっては使用料がかかります。なお、7月から9月までの3か月間は夏季合宿優先使用となりますのでご了承をお願いいたします。

お申し込み、詳しいお問い合わせは市役所観光課観光係（☎623111 内線231）までお願いします。