

# 北区ニュース

主な内容

- 新型コロナウイルス感染症関連情報……………2面
- 毎年6月23日～29日は男女共同参画週間です……………3面
- 平成30年度決算をもとに財政比較分析表をまとめました……………4面

## 新型コロナウイルス感染症緊急経済対策

5月12日(火)現在の情報を掲載しています。

# 特別定額給付金(一律10万円給付)についてのお知らせ

問 北区特別定額給付金  
専用ダイヤル(コールセンター)  
☎0120(807)221

5月25日(月)から順次、世帯主へ申請書を発送予定です。順次、申請いただいた書類の確認手続きを行います。5月中は申請が集中することが見込まれますので、お急ぎでない方は、6月以降の申請をお願いします。

- 【対】基準日(令和2年4月27日)において、住民基本台帳に記録されている方  
※受給権者(給付金を受け取る方)は、給付対象者の属する世帯の世帯主の方
- 【内】対象者一人当たり10万円を給付。原則として、申請者(世帯主)の本人名義の銀行口座に振込み。担当課:特別定額給付金担当 ☎(3908)9092
- 【申】新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、下記を基本とします。

### ●郵送申請方式

5月25日(月)から順次、世帯主へ申請書を発送予定です。必要事項をご記入の上、必要書類と合わせて、同封の返信用封筒に入れてご返送ください。なお、6月中旬から順次、給付開始予定です。  
※特にお急ぎの方は、速やかにご返送ください。また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、区役所窓口へのご持参はご遠慮くださいますようお願いいたします。

### ●オンライン申請方式(マイナンバーカード所持者が利用可)

マイナポータルから申請ができます。詳しくは北区ホームページをご覧ください。なお、5月下旬から順次、給付開始予定です。 ※現在、マイナンバーカードの申請から交付まで、約2ヵ月お時間をいただいています。

### コールセンターについて

受付時間:午前9時～午後6時(土・日曜、祝日を除く)  
問 北区特別定額給付金専用ダイヤル(コールセンター) ☎0120(807)221  
※5月25日(月)から英語、中国語、韓国語にも対応

### 配偶者やその他親族からの暴力を理由に避難している方へ

配偶者やその他親族からの暴力を理由に避難している方で、事情により令和2年4月27日以前にお住まいの市区町村に住民票を移すことができない方は、ご本人が特別定額給付金を受け取るために、お申出が必要です。詳しくは北区ホームページをご覧ください。

### 「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください

区役所や総務省の職員などが、「特別定額給付金」を給付するための手数料振込みや現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすることは絶対にありません。また、不審な電話や郵便物が届いたら、北区特別定額給付金専用ダイヤル(コールセンター)や最寄りの警察署にご連絡ください。

## 新型コロナウイルス感染症に関する区民・事業者への各種支援制度

### ●給付

| 内容                             | 相談窓口                       | 電話番号          |
|--------------------------------|----------------------------|---------------|
| 住居確保給付金                        | 北区くらしとしごと相談センター(岸町ふれあい館内)  | ☎(6454)3104   |
| 新型コロナウイルス感染症に感染した被用者等に対する傷病手当金 | 国保年金課国保給付係                 | ☎(3908)1132   |
| 子育て世帯への臨時特別給付金                 | 子ども未来課子育て給付係               | ☎(3908)9096   |
| 持続化給付金(国の制度)                   | 持続化給付金事業コールセンター            | ☎0120(115)570 |
| 感染拡大防止協力金(都の制度)                | 東京都緊急事態措置等・感染拡大防止協力金相談センター | ☎(5388)0567   |

### ●貸付

| 内容                          | 相談窓口       | 電話番号        |
|-----------------------------|------------|-------------|
| 東京都母子及び父子福祉資金               | 生活福祉課生活支援係 | ☎(3908)9046 |
| 緊急小口資金(特例貸付)                | 北区社会福祉協議会  | ☎(3907)9494 |
| 総合支援資金(特例貸付)                |            |             |
| 北区新型コロナウイルス感染症対策緊急資金の融資あっせん | 産業振興課経営支援係 | ☎(5390)1237 |

## 新型コロナウイルス感染症の影響により保険料や区税の納付が困難な方へ

### ●保険年金

| 内容         | 相談窓口  | 電話番号                      |
|------------|-------|---------------------------|
| 国民年金保険料    | 免除の相談 | 国保年金課国民年金係<br>☎(3908)1140 |
| 国民健康保険料    |       |                           |
| 後期高齢者医療保険料 | 納付相談  | 国保年金課高齢医療係<br>☎(3908)9069 |
| 介護保険料      |       |                           |

### ●税金

| 内容  | 相談窓口 | 電話番号                 |
|-----|------|----------------------|
| 区民税 | 納税相談 | 収納推進課<br>☎(3908)1129 |

※詳しくは、それぞれの担当課・実施機関にお問い合わせください。 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、お問い合わせは電話でお受けします。

### 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

新型コロナウイルス感染症に感染した疑いのある方  
(以下の症状に当てはまる方)

- 4日以上発熱や咳など風邪の症状が続く場合
  - 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)、高熱等強い症状がある場合
- ※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、すぐにご相談ください。

北区帰国者・接触者電話相談センター  
(北区保健所内)

☎(3919)4500

(月～金曜 午前9時～午後5時)

土・日曜、祝日及び平日夜間の相談

東京都新型コロナ患者相談センター

☎(5320)4592

新型コロナウイルスに関する  
一般的なご相談

北区保健所保健予防課結核感染症係

☎(3919)3102 (月～金曜 午前9時～午後5時)

【国】厚生労働省

☎0120(565)653

(土・日曜、祝日を含む 午前9時～午後9時)

【東京都】日本語・英語・中国語・韓国語による電話相談

☎0570(550)571 (土・日曜、祝日を含む 午前9時～午後9時)

FAX (5388) 1396

(聴覚に障害のある方等、電話でのご相談が難しい方専用)

### 窓口に来庁されなくても郵送等のできる手続き

| 内容               | 問い合わせ先                |                           |
|------------------|-----------------------|---------------------------|
| 転出証明書の郵送請求       | 王子区民事務所 ☎(3908)8745   |                           |
| 証明書の交付           | 住民票の写し等               | 赤羽区民事務所 ☎(5948)9541       |
|                  | 印鑑登録証明(郵送不可・コンビニ交付可)  | 滝野川区民事務所 ☎(3910)0141      |
|                  | 戸籍謄本・抄本等              | 戸籍住民課戸籍係 ☎(3908)8710      |
| 税証明の郵送請求         | 税務課税務係 ☎(3908)1114    |                           |
| 特別区民税・都民税の郵送での申告 | 税務課(課税担当) ☎(3908)1113 |                           |
| 児童手当の申請          | 子ども未来課子育て給付係          |                           |
| 子ども医療費助成の申請      | ☎(3908)9096           |                           |
| 国民健康保険           | 国民健康保険に加入する           | 国保年金課国保資格係<br>☎(3908)1131 |
|                  | 国民健康保険をやめる            |                           |
|                  | 保険証・高齢受給者証の再交付        |                           |
| 国民年金             | 国民年金の加入・喪失・種別変更       | 国保年金課国民年金係<br>☎(3908)1139 |
|                  | 産前産後期間の保険料の免除         |                           |
|                  | 保険料の納付が困難な場合(学生以外)    |                           |
|                  | 保険料の納付が困難な場合(学生)      |                           |

### 新型コロナウイルス感染症の影響による融資などの手続きに必要な証明書交付手数料の無料化

#### 【対象となる証明書】

- 住民票の写し(広域交付住民票は除く)
- 印鑑登録証明書
- 特別区民税・都民税課税(非課税)証明書
- 特別区民税・都民税納税証明書
- ※窓口及び郵送請求による交付に限る
- ※コンビニ交付は対象外。証明書には「コロナ融資・貸付用」等のスタンプを押印する

#### 【対象となる主な融資あっせん制度等】

- 北区中小企業融資あっせん制度(新型コロナウイルス感染症の影響によるもの)【北区】
- 福祉資金緊急小口資金(特例貸付)【社会福祉協議会】
- 総合支援資金生活支援費(特例貸付)【社会福祉協議会】
- 新型コロナウイルス感染症特別貸付【日本政策金融公庫】
- 危機関連保証【信用保証協会】等

【開始時期】令和2年4月27日(月)受付分より適用 ※期間は当面の間

### 【緊急雇用対策】

### 北区会計年度任用職員 の募集について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための緊急事態宣言の発出に伴い、企業・事業所等の都合により離職を余儀なくされた方及び採用内定を取り消された方などの支援を目的とした緊急雇用対策を実施します。

【申込期間】令和2年4月30日(木)～6月25日(木)(必着)

※職務内容や申込方法等、詳しくは北区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎職員課人事係 ☎(3908)8031

### 新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難な方へ 国民年金保険料の免除申請が可能です

今般の新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売上の減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除申請が可能となりました。

#### 【対】以下のいずれにも該当する方

- ①新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少  
令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により業務が失われるなど収入が減少したこと
- ②所得が相当程度まで下がった場合  
令和2年2月以降の所得の状況からみて、当年中の所得見込額が、国民年金保険料免除基準相当になることが見込まれる方

#### ●申請の対象となる期間

令和2年2月分から6月分まで(令和2年7月分以降は、改めて申請が必要です)

#### ●申請方法

申請用紙(申請書及び所得の申立書)にご記入の上、郵送してください。  
※新型コロナウイルス感染防止の観点から、郵送での提出をお願いします。申請用紙は日本年金機構のホームページ(<https://www.nenkin.go.jp/>)からダウンロードするか、ご連絡いただければ郵送します。

先 〒114-8567(住所不要)北年金事務所

☎北年金事務所 ☎(3905)1011

☎国保年金課国民年金係 ☎(3908)1140

### 児童扶養手当・特別児童扶養手当(国の制度)の手当額が4月から改定されました

#### ●児童扶養手当

【対】離婚、死亡などで父または母に養育されていないか、父または母に重度の障害がある家庭で、18歳に達する日以後の最初の3月31日(中度以上の障害のある児童の場合は20歳未満)までの児童を養育している方(所得制限などの支給制限あり)

#### ●特別児童扶養手当

【対】次の①～③のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方(所得制限などの支給制限あり)

- ①身体障害者手帳1～3級程度の児童(4級の一部を含む)
- ②愛の手帳1～3度程度の児童
- ③上記①～②と同程度の疾病もしくは身体または精神障害のある児童

=以下、共通=

☎子ども未来課子育て給付係(区役所第一庁舎2階6番)

☎(3908)9096

児童扶養手当・特別児童扶養手当の改定額(令和2年4月分からの改定額)

|            |      | 支給月額                              |                                   |
|------------|------|-----------------------------------|-----------------------------------|
|            |      | 改定前                               | 改定後                               |
| 児童扶養手当     | 全部支給 | 4万2,910円                          | 4万3,160円                          |
|            | 一部支給 | 4万2,900円～1万120円<br>(所得に応じて決定されます) | 4万3,150円～1万180円<br>(所得に応じて決定されます) |
| <第2子加算額>   | 全部支給 | 1万140円                            | 1万190円                            |
|            | 一部支給 | 1万130円～5,070円<br>(所得に応じて決定されます)   | 1万180円～5,100円<br>(所得に応じて決定されます)   |
| <第3子以降加算額> | 全部支給 | 6,080円                            | 6,110円                            |
|            | 一部支給 | 6,070円～3,040円<br>(所得に応じて決定されます)   | 6,100円～3,060円<br>(所得に応じて決定されます)   |
| 特別児童扶養手当   | 重度   | 5万2,200円                          | 5万2,500円                          |
|            | 中度   | 3万4,770円                          | 3万4,970円                          |

北区男女共同参画活動拠点施設



毎年6月  
23日～  
29日は

そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。  
ワクワク・ライフ・バランス

# 男女共同参画週間

国では、男女が性別にかかわらず互いに人権を尊重しつつ、その個性と能力を発揮することができる社会の形成に向け、「男女共同参画社会基本法」を施行し、その理解を深めるため、男女共同参画週間を設けています。誰もが暮らしやすい地域社会の実現のために今何ができるかを考えてみませんか。

※令和2年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ(内閣府)

## 男女共同参画社会とは？

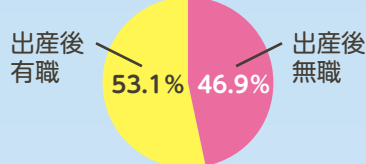
男女共同参画社会とは、「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」です。(男女共同参画社会基本法第2条)

職業への女性の参加、家庭への男性の参加、女性への暴力の根絶や男女共同参画による地域社会の活性化など、あらゆる分野が対象となります。

## 仕事と生活の調和 (ワーク・ライフ・バランス)

男女がともにライフステージに応じて働き方を選択し、仕事と家庭や地域生活をバランスよく両立できる社会を目指します。

● 第一子出産後、妻が仕事を続ける割合 ※1



第1子出産前有職者  
平成22年～26年(100%)

● 6歳未満の子どもをもつ夫の家事・育児時間は？ ※2

|    |      |        |            |
|----|------|--------|------------|
| 日本 | 1位   | スウェーデン | 201分       |
| 夫  | 83分  | 2位     | ノルウェー 192分 |
| 妻  | 454分 | 3位     | 米国 190分    |

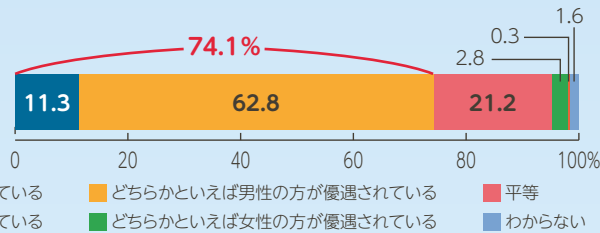
※1 令和元年版データ「ひとりひとりが幸せな社会のために」より参照  
※2 内閣府ホームページ「少子化対策・夫の協力」より参照

## 男女共同参画社会に関する意識

社会全体で見た場合、男女の地位について、**74.1%**が「**男性の方が優遇されている**」と考えています。

● 男女の地位の平等感

令和元年9月調査  
(2,645人)



※内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」(令和元年9月)より参照

## GGI (ジェンダー・ギャップ指数)

GGIは、経済・教育・健康・政治の4分野のデータを元に、各国の男女の格差を分析した指数です。日本は**153カ国中121位**となりました(前年110位)。首位は、女性の政治参画や男女の育休の普及などが評価されているアイスランドが、11年連続で獲得しています。日本では、政治・経済分野の値が低く、教育分野においては高等教育在学率が低い状況です。

| 順位  | 国名     |
|-----|--------|
| 1   | アイスランド |
| 2   | ノルウェー  |
| 3   | フィンランド |
| 121 | 日本     |

世界経済フォーラム  
[Global Gender Gap Report 2020]より参照

## 男女共同参画のことなら「スペースゆう」へ！

**スペースゆう** は、北とぴあ5階にある男女共同参画推進の拠点施設です。各種事業の企画及び運営を行っています。

### 相談

パートナーからの暴力、家族との関係、職場や学校でのセクシュアル・ハラスメント、人間関係やLGBTなど、生きていく上での悩みや問題について相談に応じます。相談は無料です。

- ところと生き方・DV相談
- 女性のための法律相談
- にじいる電話相談(LGBT関連)
- DV専用ダイヤル(電話相談)

### 講座

男女共同参画に関するさまざまなテーマで、講演会、ワークショップ等の講座を企画、実施しています。

### 情報コーナー

図書、行政資料、雑誌、DVDの閲覧や貸出により、男女共同参画に関する情報を提供しています。

### 自立支援

地域で自分らしく生き続けるため、就業や社会活動への参画など、自主的なグループ活動を支援しています。

### 交流サロン

オープンスペースになっており、少人数の打ち合わせ、情報交換の場として気軽に利用できます。



※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、現在スペースゆうの使用を休止しています。詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問場 スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とぴあ5階)(月曜、祝日休館) ☎(3913)0161

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-3-1 新大塚Sビル3階  
第一東京弁護士会 25846号

**相続の相談 1時間無料**

小堀球美子法律事務所  
弁護士 小堀 球美子(こほりくみこ)

平日 9時-18時 **03-5956-2366**

**相続問題の紛争解決**

## 庭木1本からお手入れOK!



お約束

- ☑ 土日でもOKです
- ☑ トイレはお借りしません
- ☑ お茶はご遠慮します

● 北区ニュースをご覧の方へ ● (別冊)

生垣剪定幅1m(高さ2m) **1,000円!**  
通常2,000円

株式会社 **ガーデンエクスプレス**  
足立支店 足立区入谷8-6-1 営業時間 9:00~17:00  
☎ **03-5838-0117**

## 司法書士による無料休日相談会 赤羽会館にて好評開催中!

一今後の開催予定日と各テーマ

6月7日(日) 相続・遺言(相続手続、空き家、遺言)

7月12日(日) 借金問題、成年後見、各種ご相談(遺言作成、各種登記等)

代表司法書士 春日順子

※詳細は下記にお問い合わせ下さい。先着順の予約制です。ご予約はお早めにご連絡ください。

地元 赤羽で25年超の信頼と実績 **0120-520-017**

**司法書士法人 赤羽法律事務所**

お墓も安いほうが良い 樹木葬・合葬墓 10万円～ 海洋散骨 7万円～ 終活サポート株式会社 **03-5844-6545**

講座・催しなどを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込む場合の記入例は6面をご覧ください

# 平成30年度決算をもとに財政比較分析表をまとめました

各地方公共団体が住民の皆さんの理解と協力を得ながら財政の健全化を推進していくためには、財政運営上の課題をわかりやすくお知らせする必要があります。そこで、総務省は、全国的な取組として類似団体間で財政指標を比較した分析表を作成し、公開しています。

このたび、北区の平成30年度の財政比較分析表をまとめましたのでお知らせします。なお、比較対象の類似団体は特別区(23区)です。

問 財政課 ☎(3908) 1105

## 市町村財政比較分析表(平成30年度決算)

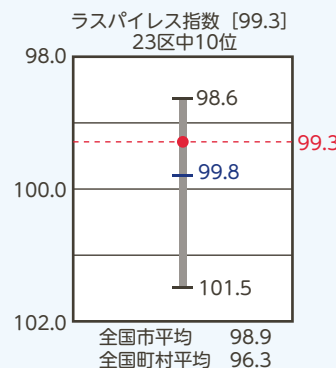
|       |                                      |                     |
|-------|--------------------------------------|---------------------|
| 東京都北区 | ●人口 351,976人<br>(H31.1.1現在、住民基本台帳より) | ●歳入総額 149,418,926千円 |
|       | ●面積 20.61km <sup>2</sup>             | ●歳出総額 144,745,755千円 |

※他区の財政比較分析表は東京都総務局行政部のホームページでご覧になれます。  
HP <http://www.soumu.metro.tokyo.jp/05gyousei/04kuschousonzaisei.html>

### ④給与水準(国との比較)

ラスパイレス指数は、前年度から0.5ポイント低下し、99.3となりました。給与については、特別区人事委員会勧告による特別区共通の給料表を使用しており、今後も特別区として給与体系の再構築を進め、総人件費の抑制に努めます。

ラスパイレス指数：国家公務員の給与を100とした場合の地方公務員の給与の水準を示す指数です。職員の職種別構成割合または経験年数等の職員構成の状況によっても指数は上下します。



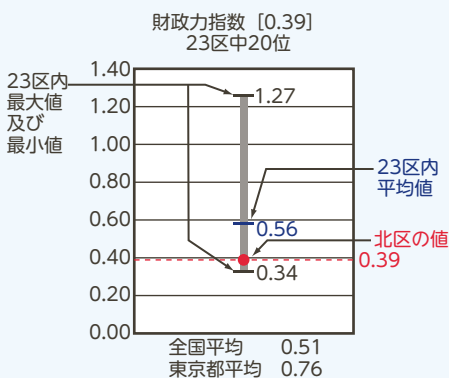
### ①財政力

財政力指数は前年度から0.01ポイント低下し0.39となり、特別区税の歳入に占める割合が19.7%と23区平均を大きく下回るなど、低い水準で推移しています。一方で、特別区交付金は歳入の37.8%を占め、依存度が高い状況にあります。その要因として、少子高齢化の進展が著しいことが考えられます。

引き続き、ファミリー層等の担税力のある世代の定住化を図り、バランスのとれた人口構成の実現に努めていく必要があります。

財政力指数：地方公共団体の財政力を示す数字で、この指数が大きいほど財源に余裕があることを表します。

※23区間の財源の均衡化を図る仕組みとして都区財政調整制度があります。本来、市町村税である、市町村民税法人分等「調整税等」の一部が各区の財政状況に応じて特別区交付金(都区財政調整交付金)として交付されます。

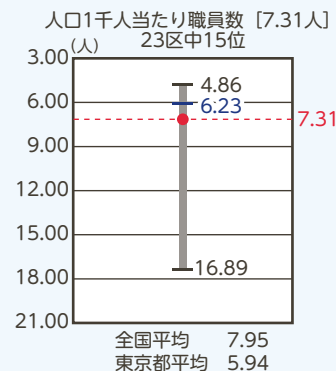


### ⑤定員管理の状況

人口1千人当たりの職員数は7.31人となり、前年度から0.14人増加しました。これは、保育所定員を拡大したことによる保育士の増などに伴い、普通会計の職員数が前年度比78人の増となったことによるものです。

行政需要の多様化、複雑化に対応しつつ、指定管理者施設の拡充をはじめ、外部化を基軸とした事務事業の見直しを進めるなど、「職員定数管理計画2020」に基づいた適正な定数管理を行い、23区の平均水準を下回るよう抑制に努めます。

人口1千人当たりの職員数：適正な定員管理の指標となる数値ですが、地方公共団体の規模等にも左右されます。

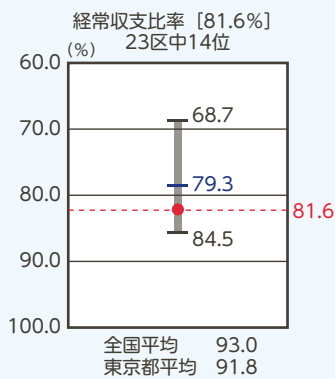


### ②財政構造の弾力性

経常収支比率は、前年度から3.6ポイント改善し、81.6%となりました。これは、保育所待機児童解消を図るため保育所定員を拡大したことによる扶助費の増などにより、経常的な経費に充当した一般財源等が増加したものの、特別区交付金が大きく増加したことなどによる経常的一般財源等の増がそれを上回ったことによるものです。

引き続き、収納対策の充実や「北区経営改革プラン2020」の実行に全力を挙げて取り組み、適正水準とされる70~80%の範囲に収めるよう努めます。

経常収支比率：この数値が大きくなるほど、新たな施策に対応する余地が少なくなり、財政構造の弾力性が失われることとなります。一般に70~80%が適正水準と考えられています。

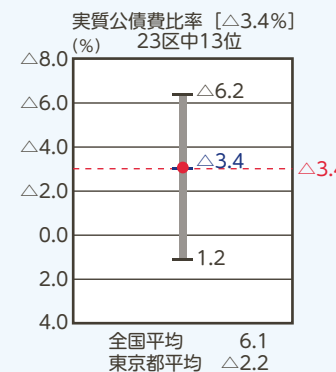


### ⑥公債費負担の状況

実質公債費比率は、前年度から0.3ポイント上昇し、23区平均と同率の△3.4%となりました。

今後も学校改築などで特別区債発行が見込まれますが、引き続き将来負担への影響に配慮し、計画的な活用を図るとともに、減債基金への積立を継続し、償還財源を確保します。

実質公債費比率：地方公共団体における公債費による財政負担の度合いを判断する指標の一つで、この数値が低いほど公債費負担が健全であることを示します。実質公債費比率が18%以上の団体は、起債に許可が必要とされます。



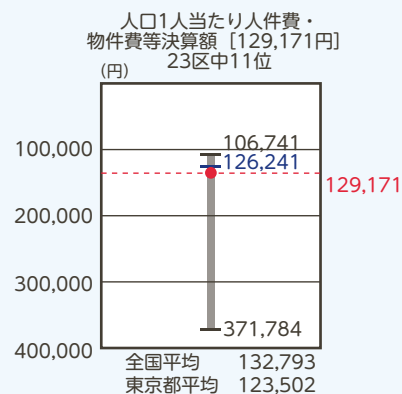
### ③人件費・物件費等の状況

人口1人当たりの人件費・物件費等決算額は、人口の増により人件費は減少したものの、新校舎開設準備費等の増による物件費の増により、前年度から464円増加し、129,171円となりました。

維持補修費については、施設の経年劣化により今後増加していくことが見込まれますが、「公共施設等総合管理計画」による公共施設の総量削減を推進するとともに、計画的な維持保全に努め、適切な管理を行います。

人口1人当たり人件費・物件費等決算額：人件費、物件費等の行政運営に係る基本的コストを表す指標です。

※人件費、物件費及び維持補修費の合計です。ただし、人件費には事業費支弁人件費を含み、退職金は含まれません。

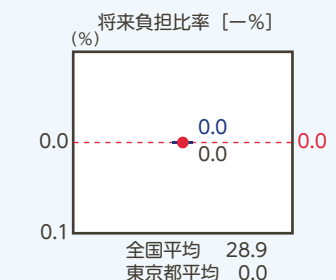


### ⑦将来負担の状況

特別区債の現在高や債務負担行為に基づく支出予定額等を含めた将来負担額に対して、基金等の充当可能財源が上回っている状態にあり、将来負担比率は引き続き算定されませんでした。

今後も特別区債の発行等にあたっては、財源措置の有無などを勘案し適正な活用に努めます。

将来負担比率：一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率です。



記号の見方 対象 日時 会場 内容 講師 定員 費用(記載のない場合は無料です) 申込み方法 問い合わせ先 申込み先 HP ホームページ EM Eメール

## 国保

### ◆精神医療給付金

「自立支援医療受給者証(精神通院)」の交付を受けた国保加入者で、同一世帯の国保加入者全員が住民税非課税の方は、「国保受給者証(精神通院)」の交付を受けることができます。この証を都内の指定医療機関で提示すると自己負担額を支払う必要はありません。なお、都外の指定医療機関を受診される方は、いったん窓口で一括支払い、その後、国保給付係に申請すると、自己負担分が支給されます。

#### [申請に必要なもの]

- ①被保険者証
- ②世帯主の印かん(朱肉をつける印)
- ③世帯主の口座番号
- ④自立支援医療受給者証(精神通院)
- ⑤国保受給者証(精神通院)
- ⑥領収書
- ⑦自己負担上限額管理票
- ⑧マイナンバー(個人番号)確認書類

#### 問先 [都外の指定医療機関を受診した方の給付金について]

国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番) ☎(3908)1132

#### [自立支援医療受給者証(精神通院)及び国保受給者証(精神通院)について]

障害福祉課王子障害相談係(区役所第一庁舎1階1番) ☎(3908)1359

赤羽障害相談係(赤羽会館6階) ☎(3903)4161

### ◆結核医療給付金

感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律に基づく医療受給者(患者票をお持ちの方)で、住民税が非課税(20歳未満の方は、世帯主が非課税)の方は、「結核医療給付金受給者証」の交付を受けることができます。この証を都内の指定医療機関で提示すると自己負担金(医療費の5%)を支払う必要はありません。

なお、都外の指定医療機関を受診される方は、いったん窓口で自己負担金(医療費の5%)を支払い、その後、国保給付係に申請すると、自己負担分が支給されます。

#### 問先 [都外の指定医療機関を受診した方の給付金について]

国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番) ☎(3908)1132

#### [結核の医療(患者票等)について]

北区保健所保健予防課結核感染症係(東十条2-7-3) ☎(3919)3102

## 国民年金

### ◆付加年金をご存知ですか

国民年金には、月々の定額保険料1万6,540円(令和2年度)に400円の付加保険料を加えて納付することで、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされる付加年金制度があります。

国民年金第1号被保険者(任意加入者を含む)で保険料を納めていて、老齢基礎年金を受給していない方が申し込みできます。ただし、国民年金基金に加入している方は加入することができません。詳しくはお問い合わせください。

問先 国保年金課国民年金係 ☎(3908)1139

北年金事務所 ☎(3905)1011



## 6月の健康に関する事業

(予)…予約制

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163

| 区分                                   | 対象               | 実施日    | 受付時間        | 結果日                   |
|--------------------------------------|------------------|--------|-------------|-----------------------|
| HIV検査(即日検査)                          | 一般(個人)           | 8日(月)  | 13:00~13:45 | 疑陽性の場合は15日(月)         |
| ウイルス肝炎検査(予)                          | 一般(個人)<br>(北区民)  |        |             | 15日(月)<br>13:30~14:00 |
| HIV検査(即日検査)<br>梅毒検査(即日検査)            | 一般(個人)           | 22日(月) |             | 疑陽性の場合は29日(月)<br>検査当日 |
| ※腸内細菌検査(検便)<br>(赤痢菌・チフス菌・O157<br>など) | 区内在住、在勤、<br>在学の方 | 2日(火)  | 9:00~15:00  | 8日(月)以降               |
|                                      |                  | 9日(火)  |             | 15日(月)以降              |
|                                      |                  | 16日(火) |             | 22日(月)以降              |
|                                      |                  | 23日(火) |             | 29日(月)以降              |
|                                      |                  | 30日(火) |             | 7月6日(月)以降             |

※容器の事前受け取りをおすすめしています。多人数の申込は、事前にお問い合わせください。

## 町会・自治会へ加入しましょう ~つながる!ひろがる!地域のきずな~

人と人とのつながりや連帯意識が希薄化している地域コミュニティを再構築するため、区では「地域のきずなづくり」を最重要課題と定めています。

水害や首都直下地震など、災害時の助け合い、一人暮らしの高齢者を支援する見守り・支え合い活動、育児不安を抱える親への支援など、いざという時に頼りになるのは、町会・自治会をはじめとした、ご近所や仲間同士の助け合いです。

### 町会・自治会とは

町会・自治会は、地域に住む皆さんによって自主的に組織された団体で、防犯・防災などの自主的な活動を通じて、安全で安心して暮らせるまちづくりを進めています。区内には182の町会・自治会があります(4月1日現在)。

### 主な活動

- ①防災訓練、災害物資の整備 ②防犯活動や防犯灯の設置
- ③公園・駅前広場の清掃、花壇の管理 ④古紙、古布、ビン缶回収などの実施
- ⑤高齢者見守り・支え合い活動 ⑥登下校の見守り支援
- ⑦盆踊り、夏祭り、運動会などの地域イベント ⑧地域まつりの開催
- ⑨区や行政機関からの情報提供(回覧板・掲示板)

### 区との連携

町会・自治会は、区からの委託を受けて事業を行うとともに、区の助成を受けてさまざまな地域活動を行っています。また、防犯・防災活動についても区と協力して、安全・安心なまちづくりに取り組んでいます。

### 加入方法

町会・自治会への加入は、お近くの地域振興室にご相談ください。ご不明な点はお問い合わせください。

問 北区町会自治会連合会事務局(地域振興課地域振興係内(北とぴあ10階))

☎(5390)0094



## オレンジカフェきたい~な (認知症カフェ)について

地域で認知症への理解を広め、支え合いを進める場です。

現在、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、オレンジカフェきたい~なは開催を休止しています。再開については北区ホームページなどをご覧ください。



今回ご紹介するカフェは「若年性認知症カフェハーモニー」です。

若年性認知症の人と家族が集まり、日頃の悩みや思いなどを共有できる場所です。

地域の人がギターやピアノ演奏を披露してくれることも。みなさんいきいきと活躍しているカフェです。

◀看板が目印です。

|        |                               |
|--------|-------------------------------|
| 実施日    | 第2水曜(休止中)                     |
| 時間     | 午後1時~3時                       |
| 場所     | カフェ・音楽スタジオトマト<br>(上十条1-19-12) |
| 問い合わせ先 | 十条台高齢者あんしんセンター<br>☎(5948)5630 |

王子健康支援センター ☎(3919)7588 FAX(3919)5163  
 赤羽健康支援センター ☎(3903)6481 FAX(3903)6486  
 滝野川健康支援センター ☎(3915)0184 FAX(3915)0171

| 区分             | 会場  | 実施日    | 詳しくはこちら |
|----------------|-----|--------|---------|
| 精神保健相談(予)      | 王子  | 19日(金) |         |
|                | 赤羽  | 16日(火) |         |
|                | 滝野川 | 12日(金) |         |
| 専門医相談(依存症等)(予) | 王子  | 17日(水) |         |

※相談・予約は各健康支援センターへお問い合わせください。

| 6月の<br>電話相談 | 月      |          | 水       |        | 金       |           |
|-------------|--------|----------|---------|--------|---------|-----------|
|             | 1日 婦人科 | 8日 内科    | 15日 内科  | 22日 内科 | 29日 内科  | 3日 内科     |
|             |        | 17日 泌尿器科 | 24日 皮膚科 |        | 5日 眼科   | 12日 耳鼻咽喉科 |
|             |        |          |         |        | 19日 精神科 | 26日 小児科   |

北区医師会  
医療電話相談  
[時間] 午後1時20分~  
2時50分  
☎(5390)3131

**北区 情報の泉**

はがき等での申込記入例

- ◆往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入
- ◆申込は原則1名1通

①講座・催し名  
②郵便番号・住所(在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年を記入)  
③氏名(ふりがな)  
④年齢  
⑤電話番号(FAX番号)  
⑥その他必要事項

**今後、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、区の事業・イベントを中止・延期等することがあります。最新情報は北区ホームページをご覧ください。それぞれの担当課・実施機関へお問い合わせください。**

**お知らせ**

◆北区中小企業融資「夏季資金」のあっせん受付開始

夏季に一時的に運転資金を短期で借入する際のあっせん制度です。

**【融資限度額】**500万円(夏季資金と年末資金の実行額の合計)  
**【融資期間】**1年以内(据置6カ月以内を含む)  
**【利率】**年1.6%以内(うち本人負担0.3%以内)  
**【信用保証料】**全額補助(平均的保証料)  
**【申】**6月1日(月)から7月31日(金)までに直接窓口で申込  
**【提出書類】**最新の確定申告書、決算報告書など  
**【問先】**産業振興課経営支援係(北とぴあ11階) ☎(5390)1237

◆毎年6月1日は「人権擁護委員の日」です

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、日頃から区民の皆さんの人権が侵害されることがないように見守る一方、人権啓発のためのさまざまな活動を行っています。

**【人権擁護委員】**下表のとおり

※人権擁護委員の活動を知っていただくため、毎年「人権擁護委員の日」に合わせ、特設人権相談を行っています。今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催は中止となりました。現在相談は電話、インターネットにより対応しています。詳しくはホームページをご覧ください。

**【問】**多様性社会推進課 ☎(3913)0161  
**【みんなの人権110番】** ☎0570(003)110  
**【HP】**<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html>(インターネットによる人権相談)

| 氏名     | 住所        |
|--------|-----------|
| 我妻 澄江  | 滝野川三丁目在住  |
| 牛村 福太郎 | 王子四丁目在住   |
| 大島 佳奈子 | 上十条五丁目在住  |
| 岡野 幸恵  | 上十条二丁目在住  |
| 海藤 由紀夫 | 滝野川七丁目在住  |
| 北野 扶美子 | 赤羽西一丁目在住  |
| 小林 廣之  | 神谷三丁目在住   |
| 菅野 利彦  | 浮間二丁目在住   |
| 田口 幸子  | 北区豊島一丁目在住 |
| 味形 久子  | 上中里一丁目在住  |
| 道本 周作  | 西が丘一丁目在住  |

記号の見方  
対象  
日時  
会場  
内容  
講師  
定員  
費用(記載のない場合は無料です)  
申込方法  
お問い合わせ  
先  
HP  
ホームページ  
Eメール

**子育てするなら北区が一番**

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです

**児童手当・児童育成手当の「現況届」を提出してください**

現在、児童手当・児童育成手当を受給している方が手当を引き続き受給するためには、「現況届」の提出が必要です。提出がないと、6月分以降の手当が受けられませんのでご注意ください。現況届の用紙は6月上旬に郵送します。必要事項を記入・押印し、期限までに提出してください。

なお、住所・氏名・家族構成などに変更があった場合は、下記までご連絡ください。

手当の支払は6月、10月、2月の12日頃です。支払の通知はありませんので、通帳に記帳してご確認ください。

また、児童手当は「ぴつたりサービス(電子申請)」でも受け付けています。詳しくは北区ホームページをご覧ください。検索キーワードは「児童手当(制度のご案内)」です。


**【提出期限】**6月30日(火)(必着)  
**【問先】**〒114-8508(住所不要)子ども未来課子育て給付係(区役所第一庁舎2階6番) ☎(3908)9096

**プレーパークのお知らせ**

●中央公園拡張部(十条台1-2-5)  
※中央図書館横  
**【日】**6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・21日(日) 午前10時30分～午後5時  
●桐ヶ丘中央公園(桐ヶ丘2-7)  
**【日】**6月7日(日) 午前10時30分～午後5時  
=以下、共通=  
**【申】**当日、直接会場へ  
**【問】**北区で子どもの遊ぶ場をつくる会 ☎090(1767)9094  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
**【HP】**<https://kita-asobo.jimdofree.com/>  
子ども未来課次世代育成係 ☎(3908)9097

北とぴあ国際音楽祭2020 0歳から入場できるコンサート 芸大とあそぼうin北とぴあ「三太郎リターンズ〜ももたらうの鬼退治」にご招待!

**【対】**0歳～小学生と保護者(2名1組)  
**【日】**11月7日(土) ①午前11時から ②午後2時から ※いずれも同一内容  
**【場】**北とぴあさくらホール **【内】**童話をもとにしたオリジナルストーリーを、オーケストラの演奏や合唱とともに贈りするクラシックコンサートです。  
**【定】**各3組(抽選) **【申】**ホームページまたは往復はがき(「桃太郎にイヌ、サル、キジに続く第4の家来がいるとしたら、何の動物?」の回答とその理由、①②の別を記入)で、6月5日(金)(必着)まで  
※落選者にはチケット特別先行販売のご案内をお送りします。  
**【問先】**〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団 ☎(5390)1221

 申込コード

◆毎年6月は「男女雇用機会均等月間」です

厚生労働省では、毎年6月を「男女雇用機会均等月間」と定め、職場における男女の均等な取扱いや女性が活躍する社会の実現を目指して、男女雇用機会均等法の周知やポジティブ・アクション(男女労働者間に事実上生じている格差の解消に向けた、企業の自主的・積極的な取り組み)への社会一般の認識・理解を深める機会としています。また、東京都では平成12年度から、6月を「就職差別解消促進月間」とし、さまざまな啓発活動を展開しています。6月は雇用機会均等について考えてみましょう。

**【問】**多様性社会推進課 ☎(3913)0161  
**【HP】**[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyoukintou/danjokintou/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/danjokintou/index.html)(厚生労働省:雇用における男女の均等な機会と待遇の確保のために)  
<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/kosei/kouen-eiga/>(東京都TOKYOはたらくネット 就職差別解消促進月間)

**ハチとの上手なつき合い方**

気候が段々暖かくなり、ハチが巣作りを始める季節となりました。本来、ハチは草花の受粉を助け、毛虫や樹木害虫を食べてくれる益虫です。日常生活に支障がなければ、自然の生態系を守るためにもそっと見守ってあげましょう。

例年、アシナガバチとスズメバチの相談が数多く寄せられます。どちらも比較的大型のハチですが、飛び方や巣の形状で見分けることができます。

**○アシナガバチ**  
スマートな体型で、フワリと飛びます。巣はお椀を伏せた形で、六角形の巣穴がいくつもあります。アシナガバチは、巣を刺激したり、手で振り払ったりしなければ、刺されることはほとんどありません。市販の殺虫剤で巣を撤去することもできます。

**殺虫剤による巣の撤去方法**

- ①夕方暗くなって、ハチが巣に戻っていることを確認する。周囲の明かりは消す。
- ②巣にゆっくり近づき、少し離れた風上から市販の殺虫剤を20秒～30秒吹きかける(巣の真下には行かない)。
- ③翌日の明るい時間帯に、生きているハチが巣にはり付いていないか、飛んでいない

か確認する。  
④棒などで巣を落とし回収する。  
※詳しい方法はお問い合わせください。

**○スズメバチ**  
寸胴な体型で、直線的に飛びます。巣穴は一つで、一輪さしの花瓶を逆さまにした形をしています。攻撃性が高いため、巣の撤去は困難で危険を伴います。区では、個人宅の敷地内にできたスズメバチの巣に限り、殺虫業者を派遣し、公費で巣を撤去します。スズメバチの巣ができた場合は保健所にご連絡ください。

**【問】**北区保健所生活衛生課環境衛生 ☎(3919)0720

 アシナガバチの巣(作り始め)

 アシナガバチの巣

 スズメバチの巣(作り始め)

 スズメバチの巣

## ◆マイナンバー通知カードの廃止について

マイナンバーの確認のため送付されていた通知カード(紙製・緑色)が5月25日に廃止になります。これに伴い、通知カードの発行・再発行と記載事項変更の手続き(裏書き)の受付が終了します。転居や結婚などでカードに記載されている内容に変更があった場合は、通知カード廃止後は引き続き使用することができなくなりますのでご注意ください。詳しくはお問い合わせいただくか、北区ホームページをご覧ください。

問 戸籍住民課 戸籍住民係 マイナンバー担当  
☎(3908)1329



## ◆鳴りますか?住宅用火災警報器 交換目安は10年です!

住宅用火災警報器は古くなると電子部品の劣化や電池切れで火災を感知しなくなることがあります。設置年月を確認し、本体の交換を検討しましょう。また、定期的に住宅用火災警報器の本体のボタンを押すか、ひもを引いて点検をしましょう。正常な場合、正常を知らせる音声や警報音が鳴ります。※詳しくはホームページをご覧ください。

問 王子消防署 ☎(3927)0119  
赤羽消防署 ☎(3902)0119  
滝野川消防署 ☎(3916)0119  
HP <https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>

## ◆都立志村学園(就業技術科)学科説明会

日 6月11日(木)~令和3年2月18日(木)の間の計12回 ※日時等詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。  
内 教育方針及び教育課程の概要説明、校内見学、質疑応答など  
定 各回100名(申込順)  
申 電話またはファクス(記入例参照)で事前予約  
問 場 先 都立志村学園(板橋区西台1-41-10)  
☎(3931)2323  
FAX(3931)3366  
HP <http://www.shimuragakuen-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/>

## 休館

- 滝野川東ふれあい館・滝野川老人いこいの家  
日 9月14日(月)~10月30日(金)(予定)  
内 空調機及びトイレ洋式化等改修工事のため、滝野川東区民センター内一部施設(滝野川東ふれあい館・滝野川老人いこいの家)を休館します。  
問 滝野川東ふれあい館に関すること  
地域振興課区民施設係  
☎(5390)0095  
[滝野川老人いこいの家に関すること]  
高齢福祉課高齢福祉係  
☎(3908)1158
- 赤羽文化センター  
日 6月16日(火)  
内 施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。  
問 赤羽文化センター  
☎(3906)3911

## 募集

### ◆令和2年国勢調査の統計調査員(登録制)募集

国勢調査が令和2年10月1日を基準日として、全国で実施されます。

今年で第1回調査から数えて100年を迎える国勢調査は、日本国内に住んでいるすべての人を対象として、世帯についての実態を明らかにすることを目的としています。

統計調査員の仕事を希望する方は、区で登録をする必要があります。活動期間は令和2年8月下旬から10月下旬までを予定しています。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。  
対 警察・税務・選挙関係者以外の方  
問 地域振興課統計調査係  
☎(3912)4391



詳しくはこちら

### ◆フリーマーケット 出店者募集

販売はご家庭で出た不用品に限ります。

● 富士見橋エコー広場館  
日 6月21日(日)・28日(日) いずれも午前10時~午後1時(雨天中止)  
[出店数] 各20店(申込順)  
[出店料] 500円(1.8m×1.8m)  
申 電話申込(随時受付)  
問 場 先 富士見橋エコー広場館「フリマ」係(田端5-16-1)(水曜、祝日休館)  
☎(3824)3196

● 赤羽エコー広場館  
日 7月12日(日) 午前10時~午後2時(雨天決行) [出店数] ワゴン15店(抽選)  
[出店料] 500円(幅1.2m×奥行0.7m×高さ0.8m) 申 往復はがき(記入例参照)で、6月10日(水)(必着)まで  
問 場 先 〒115-0045 赤羽1-67-62 赤羽エコー広場館「フリマ」係(水曜、祝日休館)  
☎(3902)3196(午前10時~午後5時)

## 講座・催し

### ◆中央公園文化センター区民講座「おしゃべりな色彩たち~色の知識を広げて楽しく暮らそう!」

対 区内在住、在勤、在学の方 日 6月26日~7月17日 毎週金曜 計4回 午後2時~4時 内 色と心理について学び、パーソナルカラーを知り、感覚の変化を楽しみます。  
師 色の語り部 弘島裕子氏  
定 20名(抽選) 費 300円程度(教材費)  
申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、6月19日(金)(必着)まで  
問 場 先 〒114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター(月曜、祝日休館)  
☎(3907)5661 FAX(3907)5666

### ◆赤羽文化センター区民協働講座「ゆったりリズムでのんびり踊るフラダンス(初級)」

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の女性 日 6月23日~7月14日 毎週火曜 計4回 午前10時15分~11時45分  
師 フラインストラクター 高田日可氏  
[協力] Kanunu Akabane Hula Club  
定 20名(抽選) 費 540円(教材費・保険料) 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、6月11日(木)(必着)まで  
問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター  
☎(3906)3911 FAX(3906)3915

## ◆健康麻雀ひろば ~指と頭をいっぱい使いましょう~

対 区内在住、在勤、在学の方 日 6月5日~7月3日 毎週金曜 計5回 正午~午後2時45分 場 赤羽スポーツの森公園競技場ふれあいホール 内 禁酒、禁煙、賭けない健康麻雀です。手積みで行います。

定 20名程度(申込順) 費 400円 申 開催日前日までに電話または直接窓口で申込 ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 先 赤羽スポーツの森公園競技場管理事務所(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281  
HP <https://www.akabane-sports.com/>

## ◆自然園のとんぼ池をエコアップしよう

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上で全回参加できる方 日 6月21日(日)、7月26日(日)、8月8日(土)計3回 午前9時30分~午後0時30分 内 ヤゴなどの生きもの調べや計画づくりを通し、水辺の環境をエコアップする方法を学びます(北区環境リダー養成講座実践編A環境づくりコース)。

定 20名(抽選) 申 往復はがき、Eメール(記入例参照。当日連絡のつく電話番号も記入)で、6月14日(日)(必着)まで

問 場 先 〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館(月曜休館(祝日の時は翌日))  
☎(3908)0804  
EM [jyohokan@eco-plan.jp](mailto:jyohokan@eco-plan.jp)

## ◆赤羽文化ひろば6月のプログラム

主催 赤羽文化センター利用団体連絡協議会  
油絵作品発表会

日 6月29日(月)~7月4日(土) 午前10時~午後4時  
内 会員の日頃の絵画学習の成果を発表します。静物画、風景画等多彩な作品を展示します。

[参加団体] マチエール油絵の会  
申 当日、直接会場へ ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) ☎(3906)3911  
HP <https://www.kita-bunka.com>



## スポーツ

### ◆北区体育協会スポーツ教室

● 初心・初級者テニス教室  
対 区内在住、在勤の18歳~75歳の方(学生を除く) 日 6月25日~8月20日(7月23日を除く) 毎週木曜 計8回 午後6時30分~8時30分 ※予備日8月27日、9月3日 ※雨天の場合、1日のみ座学あり 場 滝野川体育館AB面テニスコート 定 30名(抽選) 費 7,400円

● ボクサ&キック女性教室  
対 区内在住、在勤の18歳~65歳の方 日 6月26日~9月25日(7月24日、8月7日・14日を除く) 毎週金曜 計11日 ①午後6時30分~7時30分、②午後7時40分~8時40分 場 滝野川体育館プレイルーム 定 各30名(抽選) 費 1万100円

=以下、共通=  
申 ホームページまたは往復はがき(記入例参照。希望する時間帯と緊急連絡先も記入)で、5月29日(金)(必着)まで  
問 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北区体育協会  
☎(3940)1848  
HP <https://kitacity-taikyo.jp/>

### ◆ダブルステニス親睦会

対 テニスのゲーム経験者またはゲーム上達希望者 日 6月17日(水) 午前10時~午後2時 場 浮間舟渡テニス場(浮間4-27-1)  
内 参加者のレベルに応じてペアを組み、ダブルスのゲームを行います。ダブルスに必要な戦術的指導もあり、みっちりテニスができます。師 三五淳一氏 定 16名(申込順) 費 2,500円 申 開催日前日までに電話または直接窓口で申込 ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 先 赤羽スポーツの森公園競技場管理事務所(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281  
HP <https://www.akabane-sports.com/>

### ◆女性のためのフットサル教室

後援 北区  
対 区内在住、在勤、在学の16歳以上の女性 日 6月3日~9月30日 原則第1・3水曜 午前10時~11時30分 場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6) 内 女性・初心者向けのフットサル教室です。フットサルで楽しく体を動かしませんか。 費 会員1回400円、ビジター1回800円 申 当日、直接会場へ  
問 総合型地域スポーツクラブコムスポたきのがわ  
☎080(1185)6796  
※詳しくはホームページをご覧ください。

HP <https://www.comispo-takinogawa.com/>



## 区民の伝言板

この欄は、区の事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。入会等、申込の際は十分にご留意ください。区は関知しません。  
[略号](入)…入会金 [PR]…各サークルのPR文 ※費用の記載がない場合は無料です。  
問 広報課(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102

- 吟詠愛好会 日 毎月第2・3火曜 午前9時30分~正午 場 志茂ふれあい館 費(入)1,000円、1ヵ月3,100円 [PR] 健康増進の活性化ストレス解消。短歌俳句漢詩を吟ずる 問 小林 ☎(3902)8247
- 初心者将棋クラブ歩みの会 対 20歳以上の方 日 毎週水曜 午前9時~正午 場 赤羽文化センター 費 1ヵ月500円 [PR] 男女の初心者歓迎。頭の体操で心身の活力を上げよう 問 秋田 ☎(3903)6290
- 王子神剣会 日 毎週日曜 午後6時~9時 場 王子桜中学校 費 1ヵ月1,000円 [PR] 全剣道指導員による指導で海外からも学習に来ています 問 和田 ☎090(8685)3367
- JET 英会話 対 中高年 日 毎週火曜 午前10時~11時45分 場 北とびあ 費(入)1,000円、1ヵ月4,000円 [PR] 初心者歓迎。英語でひと事から。楽しく学べます 問 渡辺 ☎090(8433)8160

講座・催しなどを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込み場合の記入例は6面をご覧ください

### 6月は土砂災害防止月間です

梅雨の季節は、長雨や豪雨により地盤がゆるみ、がけ崩れが起こりやすくなります。気象情報には十分注意してください。

#### ●このようながけ・擁壁等が危険です

- ①雨水がしみ込みやすく、がけ崩れの対策がなされていない急傾斜地
- ②亀裂がある、膨らんで(傾いて)いる擁壁
- ③水抜き穴がない、あってもふさがっている擁壁
- ④大谷石や雑石積などの擁壁

以上のような、がけ・擁壁等は放置せず早く安全な擁壁に改善してください。

#### ●簡単な応急措置

がけの斜面や擁壁の上部から雨水がしみこまないようにシートなどで覆いましょう。

問 建築課構造設備係 (区役所第一庁舎7階7番)

☎ (3908)9176

がけ・擁壁等は、地震のときにも崩れることがあります。尊い人命、財産を守るために、日頃からがけや擁壁の状態に注意し、維持管理に努めてください。

#### ①がけ・擁壁改修アドバイザー派遣事業(無料)

対 道路に面する高さ1.5m以上のがけ、擁壁及び道路等以外の土地に面しており、高さ2mを超えるがけ、擁壁の所有者等

内 無料で専門家を派遣し、現地調査、現状の問題点や今後の改修等の助言等を行います。

#### ②擁壁等安全対策支援事業(令和2年4月より一部拡充)

対 高さ2.0m超または道路に面した高さ1.5m以上の危険ながけ、擁壁等の所有者

内 ①擁壁工事に要した費用の3分の1(上限400万円)

②土砂災害特別警戒区域内にある擁壁については工事に要した費用の2分の1(上限600万円)

③区の実施した調査に基づき総合評価ランクD・Eに該当するがけ及び擁壁については工事費用の2分の1(上限1,000万円)

#### ③土砂災害対策支援事業(一部助成)

対 土砂災害特別警戒区域内にある住宅などの所有者  
内 土砂災害に対して安全な構造となる改修工事に要した費用の5分の1(上限75万円)

=以下①~③共通=

※各事業の助成を受けるためには一定の要件があり、契約前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

問 先 建築課建築防災担当 (区役所第一庁舎7階11番)

☎ (3908)1240

### 5月31日は世界禁煙デーです

世界保健機構(WHO)が制定した禁煙推進のための記念日です。喫煙による健康への影響は大きく、受動喫煙が子どものぜんそくや乳幼児突然死症候群等のリスクを高めます。また、タバコの煙が消えた後も健康被害を受けるという「サードハンドスモーク」が問題になっています。

#### ●禁煙の効果について

禁煙すると20分後から血圧や脈拍が正常値まで下がり、禁煙後早ければ1カ月で、せきなどの症状が改善し、風邪等にかかりにくくなります。禁煙して10年~15年経てば、さまざまな病気にかかるリスクが非喫煙者のレベルまで近づくことがわかっています。

#### ●禁煙するためのコツ

周囲の方に、禁煙宣言をし、禁煙仲間を作るのも長続きのコツです。また、長年の喫煙習慣を変えるために、朝起きたら、コップ1杯の水を飲む、趣味を楽しむ時間を作ることも一つの方法です。区では、「禁煙治療費助成事業」や健康相談を行っています。健康支援センターまでお問い合わせください。

問 先 健康推進課王子健康支援センター

☎ (3919)7588

健康推進課赤羽健康支援センター

☎ (3903)6481

健康推進課滝野川健康支援センター

☎ (3915)0184



6月4日~6月10日

### 「歯と口の健康週間」

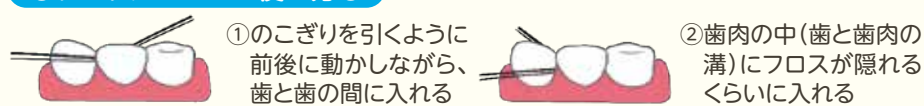


区では対象年齢の方に口腔機能維持向上健診を実施し、噛む・飲む・湯きといった食べるための機能をチェックしています。特定健診の受診票には、食事を噛んで食べる時の状態についての質問が追加され、よく噛むことは生活習慣病や虚弱(フレイル)に関わる指標のひとつとなっています。噛む回数が増えると、満腹感が得られ食べ過ぎを防いだり、味覚や消化吸収も助けます。口が潤うと口臭予防にもつながり、毎食噛む回数を増やすことで得られるメリットは想像以上です。

慌ただしい毎日を過ごしていると、スマートフォンやテレビ、新聞等を見ながら食べるのが多くなり、姿勢が崩れたり、早食いになっていませんか。

「歯と口の健康週間」を機に、自分がどのくらい噛んでいるか見直してみましょう。目標はひとくち25回~30回くらい、食材を大き目に切る、歯ごたえのある献立を選ぶ、背もたれによりかからず両足を床に着くといった工夫で自然と噛む回数も増えてきます。しっかり噛める歯を守るために、むし歯・歯周病の原因となる隙間の汚れをデンタルフロスや歯間ブラシを使いきれいにしておきましょう。飲み込みにくくなった、むせやすいなど食事の気になる症状も気軽に歯医者さんに相談してみてください。

#### ●デンタルフロスの使い方



問 健康推進課王子健康支援センター ☎ (3919)7588

健康推進課赤羽健康支援センター ☎ (3903)6481

健康推進課滝野川健康支援センター ☎ (3915)0184

### (公財)北区文化振興財団 公演ピックアップ

問い合わせ ☎ (5390)1221 (平日 9:00~17:00)

このほか様々な公演を実施しています。詳しくはコチラ→

<https://kitabunka.or.jp>



#### 9/27日 第31回 北とぴあ若手落語家競演会

30年の歴史を誇る、若手落語家の登竜門! 審査員は会場のお客様、あなたの一票で落語家の運命が変わる! 個性豊かな6名の若手落語家がしのぎを削ります。ゲストは数々の受賞者を送り出した名伯楽・一朝師匠!



春風亭一蔵、林家扇兵衛、三遊亭万ん丈、桂 翔丸、柳亭明楽、瀧川鯉丸、春風亭一朝(ゲスト)、米粒写経(司会)

〈全席指定〉 一般 2,800円

〈6月16日(火)一般発売〉 ☎ (Pコード:502-015)

#### 9/17日 オトナの寄り道vol.2 モルゴーア・クアルテット

情熱がとまらない!!クラシックからロックまでモルゴーアの世界をご堪能あれ! ベートーヴェン:弦楽四重奏曲 第11番 へ短調 作品95 「セリオーソ」 ショスタコーヴィチ:弦楽四重奏曲 第8番 ハ短調 作品110 キング・クリムゾン:レッドピンク・フロイド:原子心母 メタリカ:メタルマスター

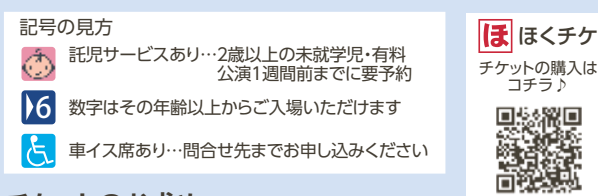


〈全席指定〉 一般 3,500円 → 3,000円 U-25 1,700円

〈6月5日(金)一般発売〉 ☎

#### 8/16日 歌舞伎はじめて講座

〈あなたの歌舞伎デビューを応援!〉 8/31の本公演に先駆けて歌舞伎の基礎から見どころまでを分かりやすく解説!



〈全席自由〉 一般 1,000円 → 500円 (6月5日(金)一般発売) 高校生以下 無料(要申込み)

チケットのお求め 発売初日は10:00~

☎ チケットぴあ 詳しくはHPへ

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

費用(記載のない場合は無料です)

申込方法

お問い合わせ

先

HP

ホームページ

EM

メール



北区HP <http://www.city.kita.tokyo.jp/>

北区ツイッター @kitaku\_tokyo

北区フェイスブック <https://www.facebook.com/kita.city.tokyo>



#### 北清掃工場の個人見学会

日 6月13日(土) 午後1時30分~3時 定 50名(申込順)

申 6月11日(木)午後3時までに電話申込

問 場 先 北清掃工場(志茂1-2-36)

☎ (3598)5341(月~土曜 午前9時~午後5時)