

NO.1572

毎月1日・10日・20日発行

3 | 1

平成30年(2018)

北区ニュース

世帯と人口	(30.2.1現在)	前月比
	世帯数	193,288 35増
	総人口	348,112 82増
	日本人人口	327,057 19減
男女	男	162,399 36減
	女	164,658 17増
外国人人口	男	21,055 101増
	女	10,735 53増
年齢別人口*	14歳以下…	35,619(10.2%)
	15歳～64歳…	224,468(64.5%)
	65歳以上…	88,025(25.3%)

*外国人人口を含む

施設の使用料等を改定します

問 財政課 ☎(3908)1105

施設の使用料等は、受益者負担の適正化を進めるとともに、政策的な課題の解決や、利用者の利便性の向上等を目的に、原則3年に1度見直しを行っています。施設運営の見直しやコスト縮減に努めていますが、運営費と使用料に大きな差があることや社会経済情勢や景気動向等を踏まえつつ、受益者負担の原則や負担の公平性などの観点から、以下(主なもの)の使用料等について4月1日から改定します。なお、区民生活への影響等を考慮し、使用料等は一部を除いて据え置いています。※北区民以外の利用料金は、北区ホームページをご覧ください。

① 障害者料金の導入

障害のある方の健康増進や社会活動参加の機会拡大

対象施設	一般料金(大人料金)	障害者料金(新設) 高齢者料金(既設)	問い合わせ
元氣ぶらざ温水プール	500円	250円	地域振興課区民施設係 ☎(5390)0095
十条台小学校温水プール	500円	250円	スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135
区民プール(王子・谷端・桐ヶ丘) グランド(赤羽スポーツの森公園競技場・北運動場)	200円	100円	
桐ヶ丘体育館・滝野川体育館・赤羽体育館・神谷体育館	300円	150円	健康推進課健康増進センター ☎(5390)2220
赤羽体育館(トレーニングルーム)	400円	200円	
健康増進センター	300円	150円	飛鳥山博物館 ☎(3916)1133
トレーニング機器	2,460円	1,230円	
飛鳥山博物館(常設展観覧料)	300円	150円	

施設	現行					改定後				
	午前	午後1	午後2	夜間	全日	午前	午後1	午後2	夜間	全日
赤羽スポーツの森公園競技場	8,220円	9,240円	10,280円	11,300円	30,840円	9,040円	10,160円	11,300円	12,420円	33,920円
北運動場	6,680円	7,700円	8,220円	9,240円	24,680円	7,340円	8,460円	9,040円	10,160円	27,140円

[時間] 午前…午前9時～正午 午後1…正午～午後3時 午後2…午後3時～6時 夜間…午後6時～9時 全日…午前9時～午後9時

のため、高齢者料金が設定されている下表の施設使用料等について障害者料金を導入し、高齢者料金と同様に、現行の一般料金(大人料金)の半額にします。また、障害のある方1名につき、介助者1名の使用料を免除します。

② 赤羽スポーツの森公園競技場、北運動場のグランド使用料
区内類似施設との均衡を図るため、10%程度引き上げます。

問 スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135

③ 緊急保育料
一時預かり保育サービスや近隣区との均衡を図るため、基本料金を700円から1,200円に、延長料金(30分につき)を100円から150円にそれぞれ引き上げます。

問 保育課保育運営係 ☎(3908)9127

④ 健康増進センターのトレーニング機器使用料
近隣区の同種施設や区内類似施設との均衡を図るため、1回あたりの使用料を200円から300円に引き上げます。

問 健康推進課健康増進センター ☎(5390)2220

⑤ ふれあい館のホール等使用料

面積等により区民センター併設館と単独ふれあい館の区分に分け、ホール・集会室等の現行使用料の一時間1㎡あたり単価の平均値を統一単価として算出した使用料に改定します。

問 地域振興課区民施設係 ☎(5390)0095

⑥ 学校設備、教育未来館体育館(*)の使用料

曜日によって異なっていた貸出形態や使用料を統一し、開放用具の器具使用料を設定します(地区体育館開放校に限る)。なお、ふれあい館との複合施設となるなどしこ小学校の学校設備使用料については、北区ニュース1月20日号をご覧ください。

※平成30年4月1日から「教育総合相談センター体育館」に名称変更予定

問 生涯学習・学校地域連携課 ☎(3908)9323

⑦ 自転車等駐車場使用料

近隣区との均衡を図るため、また、近年の自転車駐車場整備の状況を踏まえ、下表のとおり2カ年に分けて段階的に引き上げます。2階以上は利用促進を図るため、当日利用・定期利用ともに原則据え置きとします。

問 施設管理課自転車対策係 ☎(3908)9218

⑧ 1階料金(地下含む)

種別	利用方法	現行		30年度		31年度～		
		北区民		北区民		北区民		
		一般	学生	一般	学生	一般	学生	
自転車	当日利用(1日1回)	100円		150円		150円		
	定期利用	1カ月	1,540円	920円	1,850円	1,110円	2,160円	1,290円
		3カ月	4,110円	2,770円	4,990円	2,990円	5,830円	3,490円
		6カ月	7,400円	5,040円	8,980円	5,380円	10,490円	6,290円
原動機付自転車	当日利用(1日1回)	150円		200円		200円		
	定期利用	1カ月	2,360円	1,440円	2,800円	1,680円	3,240円	1,940円
		3カ月	6,270円	4,320円	7,560円	4,530円	8,740円	5,240円
		6カ月	11,310円	7,810円	13,600円	8,160円	15,730円	9,430円

※一部の自転車等駐車場は料金が異なります。

お知らせ

◆住宅宿泊事業法が施行されます

自宅の空いている部屋や、空き家などを短期間、旅行者などに宿泊施設として貸し出すことができる「住宅宿泊事業法」が6月15日(金)から施行されます。その準備行為として、3月15日(木)から事業者登録の受付が始まります。区内で事業者となる場合の注意点は、北区ホームページをご覧ください。

問 北区保健所生活衛生課環境衛生担当 ☎(3919)0720

◆Jアラートの試験放送を行います

防災行政無線(屋外スピーカー)を使い、区内全域でJアラートの試験放送を行います。Jアラートは国から伝えられる緊急地震速報などの緊急情報を自動的に防災無線で伝えるシステムです。

日 3月14日(水) 午前11時頃
内 チャイム→「これはJアラートのテストです」を3回繰り返して→「こちらは防災北区です」→チャイム ※北区以外の地域でもさまざまな手段を用いて行われる予定です。

問 防災行政無線について ☎(3908)8194

Jアラートについて ☎(3908)1121

◆ワンストップ納付相談 税・保険料などの臨時的納付相談窓口を開設します

対 特別区民税・都民税、軽自動車税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付が困難な方(納付が困難な事情がわかる資料などをご持参ください)

日 3月11日(日) 午前9時～午後4時
場 区役所第一庁舎2階19・21・25番
問 特別区民税・都民税、軽自動車税 収納推進課 ☎(3908)1129

国民健康保険料 国保年金課国保保険料係 ☎(3908)1135

後期高齢者医療保険料 国保年金課高齢医療係 ☎(3908)9069

介護保険料 介護保険課介護保険料係 ☎(3908)1285

◆3月25日(日)は王子・赤羽区民事務所の2カ所で転出入などの日曜受付窓口を開設します

開設時間・場所 午前9時～午後5時 王子区民事務所(区役所第二庁舎1階)、赤羽区民事務所(赤羽駅南口高架下)

取扱事務 ① 転出・転入・転居の受付及び転出・転入に伴う国民健康保険加入・喪失、印鑑登録申請 ② 証明書交付(戸籍の証明書を除く。税証明は事前の電話予約が必要です)、収納(納付書持参の場合) ※マイナ

ナンバーカードの電子証明等は取り扱いません。また、ほかの区市町村や関係機関に確認が必要な場合も受付できません。

問 王子区民事務所 ☎(3908)8745
赤羽区民事務所 ☎(5948)9541

◆パブリックコメントの結果がまとまりました

●(仮称)第2次北区地球温暖化対策地域推進計画(中間のまとめ)

閲覧期間 3月1日(木)～5月1日(火)
閲覧場所 環境課(区役所第二庁舎3階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、地域振興室、図書館、みどり環境の情報館(エコベルデ)、自然ふれあい情報館、エコ広場

館及び北区ホームページ

問 環境課環境政策係 ☎(3908)8603

◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区

日 3月6日(火) 午後1時30分～4時
場 区役所第一庁舎1階ロビー

内 年金の内容や受取額についての疑問、サービス残業やパワハラ等のトラブル、人事・労務管理等のお悩みに、社会保険労務士が無料で相談に応じます。

申 当日、直接会場へ
問 東京都社会保険労務士会北支部 ☎(3908)0248

国保・後期高齢者医療

◆国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

国民健康保険・後期高齢者医療制度の健全な運営のために、保険料が未納となっている方は、必ずご納付をお願いいたします。

なお、納付書を紛失した方には再度お送りしますのでご連絡ください。納付が困難な方は、そのままにせずお早めにご相談ください。ご連絡もなく納付もない状態が続くと、財産の差押えなどの処分をする場合があります。

問 国民健康保険について 国保年金課国保保険料係 ☎(3908)1135
後期高齢者医療制度について 国保年金課高齢医療係 ☎(3908)9069

◆国民健康保険料休日納付相談

日 3月11日(日)・18日(日) 午前9時～午後4時

申 当日、直接会場へ

問 場 国保年金課国保保険料係(区役所第一庁舎2階25番) ☎(3908)1135

記事の見方 対象 日 日時 会場 内容 師 講師 定 定員 費 費用(記載のない場合は無料です) 申 申込方法 問 問い合わせ 先 申込先 HP ホームページ EM Eメール

講座・講演会

◆現代の寺子屋楽しい北區雑学大学 話し方講座「人を動かす話し方」

後援 北區文化振興財団
日 3月17日(土) 午後2時～4時
場 王子小学校王子ホール 師 NPO法人話し方HR研究所主席講師 細井敏朗氏
定 100名(先着順) 申 当日、直接会場へ
問 北區明るい社会づくりの会 佐藤
☎(3905)8056

平成30年度幼児・小学生体操教室(1期)

対 区内在住、在園の幼児(4歳～6歳。教室開始日4歳以上)及び在学の小学生
日 4月10日～6月5日(5月1日を除く) 毎週火曜 計8回 幼児…午後3時50分～4時40分 小学生…午後4時50分～5時40分
[種目] マット、跳び箱ほか 師 (株)総合体育研究所指導員 定 各100名(抽選)
費 800円(初回に集金) 申 往復はがき(記入例参照。生年月日・性別、園名・学校名、学年も記入)で、3月14日(水)(当日消印有効)まで
問 場 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 ☎(3940)1801

北區子ども文化教室

●30年度生徒募集
[落語教室] 対 区内在住、在学の小学5年生～高校生 日 毎月第1・3日曜 午前10時～正午 師 落語家 五代目三遊亭圓馬
[雅楽教室] 対 区内在住、在学の小学4年生～高校生 日 毎月第1・3日曜 午後1時～4時及び毎月第2・4土曜 午後2時～3時30分 師 雅楽演奏家 笹本武志氏
[鍛金教室] 対 区内在住、在学の中学生～高校生 日 月1回日曜 午前9時30分～午後4時30分 師 金工鍛金家 鈴木泰三氏(人間国宝 奥山峰石氏監督)
[日本舞踊教室I] 対 区内在住、在学、在園の4歳～小学3年生 日 毎月第2・4日曜 午前10時～正午 師 松島金昇氏、藤間さくら氏
[日本舞踊教室II] 対 区内在住、在学の小学4年生～高校生 日 毎月第1・3日曜 午前10時～正午 師 松島金昇氏ほか
[彫塑教室I] 対 区内在住、在学の小学1年生～4年生 日 毎月第1・3日曜、第2・4土曜 午前10時～正午 師 日展会員 川崎義昭氏(日本芸術院会員 川崎普照氏監修)
[彫塑教室II] 対 区内在住、在学の小学5年生～高校生 日 毎月第2・4日曜 午前10時～正午 師 日展会員 川崎義昭氏(日本芸術院会員 川崎普照氏監修)
[合同開講式] 日 4月8日(日) 午前10時から
=以下、共通=

場 ココキタ 定 各若干名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、3月31日(土)(必着)まで ※費用、持ち物等についてはホームページをご覧ください。
問 先 〒114-0003 北區豊島5-3-13 ココキタ 北區文化振興財団文化振興係
☎(6338)5711(月曜休館)
HP http://www.kitabunka.or.jp/kitaku_info/rlink/work-kodomobunka

●29年度北區子ども文化教室発表会
[子ども芸術劇場(日本舞踊I・II、落語、雅楽)] 日 3月25日(日) 午後1時30分開演(午後1時開場) 場 北とびあつつじホール
定 400名(先着順) 申 当日、直接会場へ
[子ども芸術ギャラリー(鍛金、彫塑I・II作品展)] 日 3月15日(木)～4月7日(土)
場 ココキタ 申 直接会場へ
=以下、共通=
問 ココキタ ☎(6338)5711(月曜休館)

◆北區創業支援施設ネスト赤羽勉強会

対 区内事業主または起業をお考えの方
日 3月23日(金) 午後6時～8時
内 パンチャー企業経営者が人事・経営・販促等で壁に直面したときの乗り越え方
師 中小企業診断士 谷藤彦彦氏
定 18名(申込順) 申 3月1日(木)から電話またはファクス(記入例参照)で申込
※3月23日(金)午後2時～4時に「制度融資&金融機関との取引開始の相談会」と「融資に関する個別相談会」を行います(予約制)。詳しくはホームページをご覧ください。
問 場 先 ネスト赤羽(赤羽1-59-9)
☎(3598)0571 FAX(3901)7789
HP <http://www.nest-akabane.com/>

催し

◆赤羽エコー広場館イベント 10周年記念エキエコ祭り

日 3月25日(日) 午前10時～午後2時
内 ミュージックベル・琴とフルート・大正琴による演奏、フラダンス、稲付餅つき唄、模擬店、不用品活用市など 申 当日、直接会場へ
問 場 赤羽エコー広場館(赤羽1-67-62)(水曜、祝日休館)(午前10時～午後5時)
☎(3902)3196

◆北區アンバサダー ドナルド・キーン ～ドナルド・キーンに宿った「センセイ」角田柳作～

●パネル展(2階エントランス)
日 3月6日(火)～4月15日(日)
●DVD上映会(3階ホール)
日 3月11日(日)・22日(木) 午後2時～3時
定 50名(先着順)
[企画・運営] 北區図書館活動区民の会
=以下、共通=
内 パネルとDVDを通して、ドナルド・キーン氏のコロンビア大学での恩師 角田柳作センセイの志や研究活動を紹介します。
申 当日、直接会場へ
問 場 中央図書館図書係(十条台1-2-5)
☎(5993)1125

◆田端ひととき散歩「童謡誕生から100年～歌い継がれる童謡の魅力～」

日 3月17日(土) 午後1時開演(0時30分開場)
内 童謡の歴史と、野口雨情、サトウハチロー、竹久夢二など田端の童謡詩人について解説し、旧跡を散策します。
師 同館研究員 定 80名(先着順)
申 当日、直接会場へ ※駐車・駐輪場は隣接の有料施設をご利用ください。
問 場 田端文士村記念館(田端6-1-2)
☎(5685)5171

◆北區飛鳥山博物館 回想のためのテーマ展示「オボエテマスカ?一懐かしの暮らしと道具」

日 3月10日(土)～6月17日(日) 午前10時～午後5時
内 昔懐かしい生活空間を再現し、戦前から高度成長期の道具を展示します。
費 大人300円、小・中・高100円、65歳以上150円(常設展示観覧料)
問 場 北區飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内) ☎(3916)1133(月曜休館)

◆影絵劇35周年記念公演

主催 北區新生活運動推進協議会
共催 北區教育委員会
日 3月25日(日) 午後2時から(1時30分

シルバー人材センターパソコン教室

対 区内在住、在勤、在学の方 日 内 費 下表のとおり 定 各9名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照。希望コースも記入)で、3月20日(火)(必着)まで
※4月8日(日)、5月13日(日)午前10時～午後2時にパソコン無料相談と体験を行います。
問 場 先 〒115-0045 赤羽1-1-38北區シルバー人材センター ☎(3908)8400

Table with 3 columns: Course Name, Schedule, Fee (including material fee). Courses include: ①② 超初心者OKはじめてのパソコンとインターネットWindows10(3日間コース), ③④ インターネット入門Windows10(2日間コース), ⑤⑥ ワード初級(3日間コース), ⑦⑧ ワード中級(3日間コース), ⑨⑩ デジカメ入門(2日間コース), ⑪⑫ エクセル初級(3日間コース), ⑬⑭ エクセル中級(3日間コース).

[時間] ①③⑤⑦⑨⑪⑬…午前9時30分～正午 ②④⑥⑧⑩⑫⑭…午後1時30分～4時

開場 場 赤羽文化センター第一視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)
内 「花のき村と盗人たち」、「かげえあそび」ほか
[上演団体] 影絵生活学校(かげえサークルつくしんぼう) 定 100名(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 かげえサークルつくしんぼう 宮崎
☎(3907)4385

お知らせ

◆「若者のトラブル110番」を開設します

若者の間にマルチ商法などの悪質商法の被害が増えています。契約トラブルは一人で悩まず、早めに相談しましょう。
日 3月12日(月)・13日(火) 午前9時30分～午後4時 申 電話または直接窓口で申込
問 場 先 消費生活センター(北とびあ11階)
☎(5390)1142

◆3月10日は「東京都平和の日」です

黙とうにご協力ください
東京大空襲などの戦災で亡くなられた方々を悼するとともに、世界の恒久平和を願い、午後2時から1分間の「黙とう」を行います。
問 東京都生活文化局文化振興部文化事業課
☎(5388)3141

◆ごみ収集作業アルバイト募集

対 18歳以上の方(高校生不可)
[内容] 北区内の屋外集積所でごみを清掃車に積込む作業 [期間] 4月2日～30日(最大20日間) [時間] 午前7時40分～午後4時25分 [賃金] 日給1万1300円(交通費含む) [募集人員] 若干名(面接有)
申 3月15日(木)から17日(土)までに電話連絡後、面接時に履歴書を持参
問 先 北區清掃事務所 ☎(3913)3141

3月1日から「北區立なでしこ小学校利用団体登録」の受付を開始します

日 3月1日(木) 午前9時から(窓口は平日午前9時～午後5時) 場 生涯学習・学校地域連携課(滝野川分庁舎2階8番)
申 ①北區立なでしこ小学校利用団体登録申請書(生涯学習・学校地域連携課にあります。北區ホームページからもダウンロードできます) ②代表者の住所及び氏名が確認できる公的証明書(コピー可)をご持参のうえ、直接窓口にお越しください。 ※登録要件等については北區ホームページをご覧ください。
●なでしこ小学校利用団体登録・予約抽選会
対 「北區立なでしこ小学校利用団体登録要件」を満たす団体 日 3月24日(土)
[登録] 午前10時30分～午後5時
[抽選会] 午後1時30分から ※抽選会の対象は当日午後1時15分時点で登録済の方のみ 場 志茂ふれあい館(志茂1-34-17なでしこ小学校内) 内 なでしこ小学校利

◆平成30年度児童館等臨時職員登録の募集

対 児童館事業に意欲があり、子どもたちと一緒に身体を動かして遊ぶことができる方
[雇用期間] 4月から6カ月間以内で、月20日以内の定められた日数(雇用区分により異なります) [勤務曜日] 月～土曜(祝日を除く) [勤務場所] 区内の児童館、児童室、学童クラブ・わくわく☆ひろば [時給] 無資格者1,000円、保育士等有資格者1,100円、変則勤務1,180円 ※通勤に交通機関を利用する場合、規定に基づき月額440円までの交通費を支給 [募集人員] 若干名
申 電話申込 ※年間登録者は随時受付。ただし、登録した方を期間内にすべて雇用するとは限りません。
問 子ども未来課次世代育成係
☎(3908)9097

◆★北區AKT STAGE「児童ダンス☆演劇教室」生徒募集

共催 北區文化振興財団
対 5歳～18歳の方(4月1日現在)
日 [小学生まで] 4月～平成31年3月(毎月4回、土・日曜) [中学生・高校生] 4月～10月(毎月4回、日曜) 場 ココキタ(北區豊島5-3-13) 内 ダンス、お芝居などを北區AKT STAGE所属俳優が指導し発表会で成果を披露します。 費 [小学生まで] 1カ月7,000円(北區民1カ月6,000円)、発表会参加費3,000円 [中学生・高校生] 1カ月9,000円(北區民1カ月8,000円)
申 郵送で資料請求(返信用縦長封筒に宛名を記入し、92円切手を貼付したものを同封)し、3月30日(金)(必着)まで ※詳しくは、ホームページをご覧ください。
問 先 〒115-0056 西が丘1-44-5星亀ビル3階 北區AKT STAGE「児童ダンス☆演劇教室」係 ☎(6260)9147
HP <http://aktstage.com/jidou/>

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は4面をご覧ください

「おたっしや教室」

～運動と仲間づくりで、からだも脳もまだまだ元気～

運動指導員が、体力測定や運動指導を行い、終了後に自主グループとして活動します。

対区内在住の65歳以上で自力で参加できる方 ※以前に参加している方やデイサービスなどの通所系サービスを利用している方、運動教室のため次の①～⑥に該当する方は

原則参加できません。①6カ月以内に脳卒中を起こした方 ②6カ月以内に心臓発作を起こした方や心臓の手術をした方 ③急性期の肺炎で現在治療中の方 ④急性期の肝炎で現在治療中の方 ⑤糖尿病が原因で目が見えにくくなっている方 ⑥糖尿病が原因で腎機能が低下していると医師から指摘されている方 ⑦重い高血圧(安静時の血圧の上が180以上、下が110以上)の方 ⑧主治医から運動を制限されている方 ※高齢者あんしんセンターが面談などで体調の確認をすることがあります。

日場 下表のとおり 定各20名程度(抽選)
費 おたっしや筋力アップ体操教室…2,000円
元気アップマシントレーニング教室…4,000円(いずれも前納) ※1回でも参加した方は利用料をご負担いただきます。申 はがき(記入例参照。教室名、場所も記入)で、3月28日(水)(必着)まで ※1名1教室
問先 〒114-8508(住所不要)介護予防・日常生活支援担当課 ☎(3908)9017



元気アップマシントレーニング教室

おたっしや筋力アップ体操教室

申込できる方のお住まいの地域	日程(計20回 除外日あり)	場所
浮間、岩淵町、志茂、赤羽、赤羽南、赤羽北、赤羽西、赤羽台、桐ヶ丘、西が丘	5月11日～9月21日 毎週金曜 午後1時30分～3時	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
	5月11日～9月21日 毎週金曜 午前10時～11時30分	ルネサンス赤羽(赤羽西1-6-1/パルロードⅡ4階)
	5月9日～9月26日 毎週水曜 午後2時～3時30分	コアスポーツクラブ(志茂2-11-1)
	4月16日～9月10日 毎週月曜 午後2時～3時30分	ジェクスー赤羽(赤羽南2-9-47)
神谷、東十条、上十条、中十条、十条仲原、十条台、岸町、王子、王子本町、豊島	4月26日～9月27日 毎週木曜 午前10時～11時30分	北とびあ14階スカイホールほか
	5月9日～9月26日 毎週水曜 午後1時30分～3時	セントラルウェルネスクラブ東十条(東十条1-24-5)
	5月9日～9月26日 毎週水曜 午前10時～11時30分	東急スポーツオアシス十条店(上十条2-13-1)
滝野川、西ヶ原、中里、上中里、田端、東田端、栄町、堀船、昭和町、田端新町	5月11日～9月21日 毎週金曜 午前10時～11時30分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)
区内全域[男性専用]	5月1日～9月18日 毎週火曜 午前9時～10時30分	メガロス田端(東田端1-17-32)

申込できる方のお住まいの地域	日程(計40回 除外日あり)	場所
区内全域	5月8日～9月21日 毎週火・金曜 午前10時～11時30分	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
	5月8日～9月21日 毎週火・金曜 午後2時～3時30分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)

記事の見方

対象日日時 会場 内容 師講師 定員 費用 記載のない場合は無料です 申込方法 問い合わせ 先申込先 HP ホームページ EM Eメール

●自分でできるセルフケア・プロが教える予体操
対区内在住、在勤の方
日 3月12日(月) 午後2時～3時30分
昭和田ふれあい館第3ホール(昭和田3-10-7) 師 ベストリハ訪問看護ステーション王子支店 川南雄太氏 定 24名(申込順)
申 3月1日(木)午前9時から電話申込
問先 上中里つつじ荘高齢者あんしんセンター ☎(5390)6009

●腰を痛めない初歩の身体介護技術
対区内在住の方 日 3月22日(木) 午後1時30分～3時30分
場 UR王子5丁目団地2号棟Eラウンジ(王子5-2-2自治会内)
内 ベット上での初歩的な体位変換技術を学び、腰を痛めない介護を学びます。動きやすい服装でお越しください。
師 高齢者あんしんセンターの介護福祉士・看護師 定 10名(申込順)
申 3月5日(月)午前10時から電話申込
問先 王子光苑苑高齢者あんしんセンター ☎(3927)8899

家族介護者教室

●忘れ予防教室
「脳に効く！ウォーキング術を学ぼう」
対区内在住の65歳以上で医師から運動制限されていない、全回参加できる方 日 4月24日～8月7日 毎週火曜 計16回 午前10時～11時30分
場 赤羽体育館(志茂3-46-16)
内 コースの企画や仲間づくりで認知症を予防します。師 介護予防主任 運動指導員 定 20名(抽選)
申 はがき(記入例参照)で、3月28日(水)必着 まで
日(水)必着 まで
問先 〒114-8508(住所不要)介護予防・日常生活支援担当課 ☎(3908)9017

社士・看護師 定 10名(申込順)
申 3月5日(月)午前10時から電話申込
問先 王子光苑苑高齢者あんしんセンター ☎(3927)8899



長生きするなら北區が一番



子育てするなら北區が一番

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです
認定保育所保育料補助のご利用要件が変わります
平成30年4月より、認定保育所をご利用の方が保育料の補助を受ける場合「保育の必要性の認定」が必要になります。
4月から同補助をご利用予定(新規・継続)の方は3月中に「保育の必要性の認定」を受けてください。詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問 保育課私立保育園係 ☎(3908)1333

産前産後のセルフケア講座
出産前後の母親の心身の疲労や悩み等に対するエクササイズを中心とした講座です。
①八幡山子どもセンター(中十条4-15-7) 日 4月9日(月) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588
②西ヶ原子どもセンター(西ヶ原1-41-3) 日 4月10日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
③赤羽児童館(赤羽南1-16-1-101) 日 4月16日(月) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
④志茂子ども交流館(志茂5-18-3) 日 4月17日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
⑤袋児童館(赤羽北3-7-2-101) 日 4月24日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

パパになるための半日コース

対区内在住で妊娠24週以降の方とパートナー 日 4月21日(土) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分(いずれも30分前から受付)
内 先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験実習 ※各回同一内容
定 20組(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。①②の別、出産予定日も記入)で、3月20日(火)(当日消印有効)まで
※車での来所はご遠慮ください。
問 場先 〒114-0001 東十条2-7-3 北区保健所内 健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588

離乳食講習会 みんなで食育・楽しく食育

対区内在住で乳児(3～4カ月)健診後から生後8カ月未満の乳児(第1子優先)の保護者(保育なし) 日 3月27日(火) 午後1時30分～3時 場 北区保健所栄養室(東十条2-7-3) 内 離乳食の始め方とすすめ方のポイント(お話と試食) 定 28名(申込順) 申 3月8日(木)午前9時から電話申込 問先 健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588

産前産後のセルフケア講座

出産前後の母親の心身の疲労や悩み等に対するエクササイズを中心とした講座です。
①八幡山子どもセンター(中十条4-15-7) 日 4月9日(月) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588
②西ヶ原子どもセンター(西ヶ原1-41-3) 日 4月10日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
③赤羽児童館(赤羽南1-16-1-101) 日 4月16日(月) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
④志茂子ども交流館(志茂5-18-3) 日 4月17日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
⑤袋児童館(赤羽北3-7-2-101) 日 4月24日(火) 午前10時～11時30分 問先 健康推進課赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

ひとり親家庭交流会

対区内在住で、ひとり親家庭の保護者の方 日 3月17日(土) 午前10時～正午 場 北とびあ8階803会議室 内 ひとり親ならではの苦労や子育ての悩みなど同じ立場の人同士、本音で語りあいませんか。 定 10名(申込順) 申 電話または北区ホームページで、3月16日(金)まで ※保育あり(3名。就学前まで) 問先 そらまめ相談室[(株)エイジェック] ☎(3908)1363

介護予防で元気はつらつサロン

筋力アップでいつまでもおたっしや生活
対西ヶ原2、4丁目、滝野川1、2丁目、王子の65歳以上で、医師から運動制限されていない方 日 3月9日(金) 午後2時～3時30分(1時30分受付開始) 内 初めての方も参加できる、簡単な転倒予防の体操です。
[持ち物]上履き、汗拭きタオル
師 運動指導員 定 20名(申込順)
申 3月2日(金)午前9時から電話申込(日曜を除く)
問 場先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター(西ヶ原4-51-1) ☎(3940)9175

はぴママひよこ面接

対区内在住で生後6カ月までのお子さんのいる保護者 場 子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館)(王子2-7-34)、子どもセンター、児童館 ※詳しくは、送付した案内または北区ホームページをご覧ください。 内 子育ての様子をお聞きし、子育て情報などをご案内します。面接終了後に、はぴママきたくカタログギフトを差し上げます。
申 育ち愛ほっと館…案内と母子手帳を持参し、直接窓口で申込
子どもセンター、児童館…電話予約
問 子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館) ☎(3914)9565

ひとり親家庭交流会

対区内在住で、ひとり親家庭の保護者の方 日 3月17日(土) 午前10時～正午 場 北とびあ8階803会議室 内 ひとり親ならではの苦労や子育ての悩みなど同じ立場の人同士、本音で語りあいませんか。 定 10名(申込順) 申 電話または北区ホームページで、3月16日(金)まで ※保育あり(3名。就学前まで) 問先 そらまめ相談室[(株)エイジェック] ☎(3908)1363

子育て応援とうきょうパスポートのアプリ配信がスタートしました

2,000店を超える協賛店のほか、赤ちゃん・ふらっと事業登録施設や小児救急医療機関など、外出に役立つ様々な場所を検索することができます。 ※詳しくはホームページをご覧ください。
問 東京都福祉保健局少子社会対策部計画課 子育て応援事業担当 ☎(5320)4115 子育て応援とうきょうパスポート Tokyo Child-raising Support Passport
HP http://kosodate.pass.metro.tokyo.jp/

駿台ジュニア天文教室「宇宙の大爆発」

後援 北区教育委員会
対区内在住、在学の小学3年～中学生(保護者の同伴も可) 日 3月17日(土) 午後3時30分～4時30分 師 一橋大学名誉教授 中嶋浩一氏 定 15名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、3月12日(月)(必着)まで
問 場先 〒114-0002 王子6-1-10 駿台学園中学高等学校天文台 篠原 ☎(3913)5735

北區の魅力再発見! ぶらり散歩道

今年度は、JRの駅やその周辺にスポットをあててご紹介しています。

問 広報課 ☎(3908)1102

川とともに生きるまち~JR北赤羽駅~

JR北赤羽駅は新河岸川をまたぐ「第一浮間架道橋」の上にホームがあります。河川の真上にある駅は珍しく、全国でも数えるほどしかありません。新河岸川や荒川が流れるここ赤羽北では、古くから重要な交通路として人々が川とともに暮らしてきました。今回は、そんな川辺のまちをぶらり散歩していきます。

JR北赤羽駅浮間口を出て、赤羽駅方面に歩いていくと、新河岸川にかかる浮間橋が見えてきます。この橋は、水害や事故を危惧した住民たちが資金を出し合い、旧陸軍の近衛工兵大隊によって昭和3年に架けられたものです。浮間橋はその後、昭和

15年と59年に架け直され、今でも地域の人々の交通を支える重要な橋となっています。

浮間橋を渡って右折すると、新河岸川沿いの遊歩道に進むことができます。心地よい川風に吹かれながら10分ほど散策を楽しむと、左手に小さな神社「袋村の水神宮」が見えてきます。江戸時代にこの地にあった袋村では、多くの物資を運ぶために川は生活に欠かせないものでした。しかし、時には氾濫を起こし、大きな被害をもたらしたものでありました。そこで人々は水神様を祀って、水上交通の安全や水害除けを祈願したのです。現在でも、諏訪神社の氏子を中心となって毎年6月15日に水神祭りが行われているそうです。

当時の人々の川との暮らしに思いを馳せながら、ぶらり散歩してみたいかがでしょうか。



袋村の水神宮

講座・講演会

◆第95回明日塾(あしたじゅく)「赤羽駅ものがたり」~かつてここは踏切だった!~

主催 NPO法人北區リサイクラー活動機構
日 3月25日(日) 午後2時~3時 内 懐かしい映像を見ながら赤羽駅にまつわるお話をします。
師 國學院大學講師 黒川徳男氏 定 50名(申込順) 申 電話 またはホームページから申込
問 場 先 赤羽エコー広場館 ☎(3902)3196
HP http://www.kitakurecycler.or.jp/postmail/postmail.html



◆北區協働担い手づくり研修

対 地域の課題に身近なところから取り組みたい方または協働に興味のある個人・団体等
日 3月23日(金) 午後7時~9時
内 区民の皆さんと区が一体となってまちづくりを進める「協働」を取り上げます。区が発行している「協働相談等申込カード」を紹介し、皆さんの声を「協働」の取り組みにつなげる方法を学びます。
師 市民社会コンサルタント 村上徹也氏 定 30名(申込順)
申 ファクス、Eメール(記入例参照)。所属団体がある場合は団体名も記入)または電話で、開催前日までに申込
問 場 先 北區NPO・ボランティアぷらざ ☎(5390)1771 FAX(5390)1778
EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

◆彫刻(彫塑)教室(初級コース)受講生募集

対 区内在住、在勤、在学の彫刻家を目指す方
日 4月15日(日)~平成31年3月 原則毎週日曜 計40回 午後1時30分~4時30分
場 (仮称)彫刻アトリエ館(西ヶ原1-16-7)
師 日展会員 清家 悟氏ほか
定 10名程度(抽選)
費 1万7,000円(材料費などを含む)
※石膏取りは希望者のみ各自負担
申 往復はがき(記入例参照。経験の有無も記入)で、3月20日(火)(必着)まで
問 先 〒114-0003 北區豊島5-3-13 ココキタ 北區文化振興財団彫刻教室係 ☎(6338)5711

◆北區飛鳥山博物館民俗学講座「民具が教えてくれること」

日 3月24日(土) 午後2時~4時
師 同館学芸員 定 60名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、3月14日(水)(必着)まで
問 場 先 〒114-0002 王子1-1-3 飛鳥山公園内 北區飛鳥山博物館(月曜休館) ☎(3916)1133

◆赤羽文化センターPC特別講座「みんなのパソコンひろば」

対 区内在住、在勤、在学の方
日 4月4日(水) 午後6時30分~8時30分
内 パソコン相談、ミニセミナー「Windows 10の機能を学んで快適に使う(更新プログラム・セキュリティ対策・最適化など)」

大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方(昭和58年12月31日以前に生まれた方)ただし、受診間隔が1年未満の方は除く
日 場 申 問 先 下表のとおり
内 検 便 (便潜血反応検査)
※希望する各健康支援センターで事前に採便セットを受け取り、各会場の検診日にお持ちください(代理可)。
定 各110名(先着順)

Table with columns: 申込先(採便セット配布場所), 検診日時, 検診会場, 申込方法

師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選)
費 1,620円(受講料)
申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、3月23日(金)(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
HP http://www.kitabunka.com

HP http://tokyo-kitaku-badminton.net/

健康情報

◆3月1日(木)~8日(木)は女性の健康週間です

女性のからだは、生涯を通じてホルモンの変動の影響を大きく受け、月経困難症や、更年期障害、骨粗しょう症を生じます。近年は、ライフスタイルの多様化や食生活の欧米化等が心身に影響を与え、子宮内膜症・不妊症等女性特有の病気が増加しています。健康で充実した日々を過ごすための基本は生活習慣です。

- ①バランスのよい食事をとりましょう
②適度な運動を続けましょう
③体重をコントロールしましょう
④からだを冷やさないようにしましょう
⑤メンタルケアを心がけましょう
⑥便秘・排尿トラブルがあれば受診しましょう
⑦禁煙を心がけ、お酒は控えめにしましょう
⑧定期的に健康診断を受けましょう
※区では、乳がん検診(40歳以上・隔年)、子宮がん検診(20歳以上・隔年)や、女性の相談事業(医師)も実施していますので、ご利用ください。

問 [検診について] 健康推進課コールセンター ☎(3908)9034

[女性の相談事業] 赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

スポーツ

◆硬式テニス初心者教室

後援 北區
対 区内在住、在勤の18歳以上の方(学生を除く)
日 4月7日~5月5日 毎週土曜 計5回 午前8時~10時
場 桐ヶ丘体育館 テニスコート(赤羽台3-17-57)
師 新日本スポーツ連盟北區会員
定 30名(申込順)
費 4,000円(傷害保険料含む)
申 往復はがき(記入例参照。携帯電話番号とテニス歴も記入)で、3月12日(月)(必着)まで
問 先 〒114-0002 王子1-27-15 淳交社ビル2階 新日本スポーツ連盟北區「テニス初心者教室」 ☎(3914)9536 (月~金曜夜間のみ)

◆北區シングルス・トリプルス バドミントン選手権大会

後援 北區体育協会
対 区内在住、在勤、在学で中学生以上の方及び協会登録者(トリプルスは2名以上)
日 4月1日(日) 午前9時から
場 赤羽体育館(志茂3-46-16)
[締切] 3月14日(水)(必着)まで ※詳しくはホームページをご覧ください。
問 先 北區バドミントン協会 副理事長長 伏間 ☎090(1314)4957

希望講座名(希望日・コース)
●郵便番号・住所※
●氏名(ふりがな)
●年齢
●電話番号(ファクス番号)
申込 記入例

北區体育協会 スポーツ教室

対 日 場 師 定 費 右表のとおり
申 往復はがき(記入例参照。性別、時間帯がある教室は①②の別と希望順位も記入)またはホームページで、3月14日(水)(必着)まで ※携帯電話からは不可。フリーメールでは当落通知が届かない場合があります。
問 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北區体育協会 ☎(3940)1848
HP http://www.kita-city-taikyo.or.jp

Table with columns: 教室名, 対象, 日程, 時間, 場所, 講師, 定員(抽選), 費用

記事の見方 対 対象 日 日時 場 会場 内 内容 師 講師 定 定員 費 費用(記載のない場合は無料です) 申 申込方法 問 問い合わせ 先 申込先 HP ホームページ EM Eメール