

# 北区ニュース

## 主な内容

- 区役所庁舎一部移転のお知らせ…2面
- 情報の泉……………3~4面
- 介護予防リーダー養成講座…………4面
- 北区体育協会スポーツ教室…………4面

## 北区の春の風物詩



**【写真】**新荒川大橋緑地(赤羽3-29先)の芝桜  
東京の北の玄関口を華やかに彩る芝桜は、荒川赤羽桜堤緑地のソメイヨシノに続く春の風物詩として、河川敷を散歩する人や埼玉方面から電車で北区を訪れる人々の目を楽しませています。

**65歳以上の方**  
対象

## 新型コロナウイルスワクチン接種 についてお知らせします

新型コロナウイルス  
ワクチン接種担当課

※以下は、令和3年4月1日現在の情報であり、記載の内容は見直される場合があります。64歳以下の方の接種については改めてお知らせします。

65歳以上の方を対象としたワクチンは、6月末までに全員が2回接種可能な数量が供給される見込みです。北区への配分量が決まり次第、下表のワクチン接種センターを中心に接種を開始していく予定です。また、お近くの病院やクリニックでも接種ができるよう準備を進めています。

接種の際に必要な接種券は、対象の方へ4月中旬以降に順次発送しますので、接種当日まで大切に保管してください。なお、ワクチン接種は事前に接種会場と希望日時を、区が開設するインターネットの予約サイトやコールセンターで予約する必要があります。予約受付開始日は、今後の北区ニュースや北区ホームページなどでお知らせします。

ワクチン接種センター	医療機関名	住所	アクセス
第1接種センター	東京北医療センター	赤羽台4-17-56	JR埼京線北赤羽駅(赤羽口)より徒歩5分 JR赤羽駅西口よりバス(赤01・赤02・赤58)「東京北医療センター入口」下車
第2接種センター	明理会中央総合病院 (主な会場は隣接の東十条区民センター)	病院：東十条3-2-11 区民センター：東十条3-2-14	JR京浜東北線東十条駅(北口：東側)より徒歩3分 東京メトロ南北線王子神谷駅(1番出口)より徒歩12分
第3接種センター	花と森の東京病院	西ヶ原2-3-6	東京メトロ南北線西ヶ原駅(1番出口)より徒歩1分 JR京浜東北線上中里駅より徒歩10分 北区コミュニティバス(Kバス)王子・駒込ルート「花と森の東京病院」下車

※新型コロナウイルスワクチンの予約について各医療機関へ直接連絡することはお控えください。

### 4月に北区へ転入された65歳以上の方へ

接種券の発送日(4月中旬以降予定)以前に北区へ住民票を移した65歳以上の方は、北区のご自宅に接種券が届きますので、手続きは不要です。発送日の翌日以降に住民票を移した方は、別途申請が必要です。詳しくは区コールセンターへお問い合わせください。

**新型コロナウイルスワクチンに便乗した詐欺にご注意ください。ワクチン接種は無料です。予約金は発生しません。**

#### 【北区での取り組み・予約方法などのお問い合わせについて】

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
(Kita City COVID-19 Vaccination Callcenter)

☎0120(801)222 (フリーダイヤル)

(午前9時～午後5時(土・日曜、祝日を除く))

※英語・中国語・韓国語にも対応

#### 【ワクチンの効果や副反応など的一般的なお問い合わせについて】

厚生労働省新型コロナウイルスワクチンコールセンター  
(Ministry of Health, Labour and Welfare COVID-19 Vaccination Callcenter)

☎0120(761)770 (フリーダイヤル)

(午前9時～午後9時(土・日曜、祝日も実施))

HP [北区] <https://www.city.kita.tokyo.jp/wakuchin.html>

[首相官邸] <https://www.kantei.go.jp/>

[厚生労働省] [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine\\_00184.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_00184.html)

### 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止へのご協力を 引き続きお願いします

不要不急の外出を自粛し、基本的な感染  
予防対策(手洗い、手指消毒、マスクの着用、  
換気など)を徹底しましょう。

新型コロナウイルスの変異株の感染者が、都内各地で相次いで確認されるなど、感染が再拡大する恐れがある局面が続いています。感染対策の長期化により、大変お疲れであると思いますが、今が新たな「感染の波」を生み出さないための大変重要な時期です。引き続き、家族や大切な人のために、命を守るための最善の行動をお願いします。▼徳川吉宗が飛鳥山に桜の苗木を植えて整備を開始したのが、今から約3百年前のこと。昨年に続き、今年も飲食を伴わず三密を避ける工夫や、オンライン映像による鑑賞等、花見の従来「形」は変わりましたが、美しく咲き誇る桜を見て、先人たちが残してくれた北区の桜を、変わらない「形」で未来へ受け継ぐ責任を改めて痛感しました。▼4月に入り、新しい制服姿の新入生やスーツ姿の新社会人をまわって多く見かけます。新たな生活を始められた皆さんが、それぞれの環境の中で、夢と希望を持って、積極果敢に挑戦されることを期待しています。

虚子



憲

北区長  
花川典徳

# 区役所庁舎一部 移転のお知らせ

☎総務課庁舎・車両管理係  
☎(3908) 8628

区役所の狭あい対策のため、健康福祉部の一部の所属が下表のとおり別庁舎へ移転します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしく申し上げます。

移転する所属名	現在の執務室	移転先	移転先での執務開始日
健康福祉部北部地域保護担当課 (保護第九～十三地区担当)	区役所第三庁舎1階	区役所第五庁舎	5月6日(木)から

※電話番号(代表・ダイヤルイン)、ファクス番号は変わりません。  
※郵便物はこれまでどおり届きます。

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

## みんなで お祝い輝きバースデー

区では「子育て応援団事業」の一環として、満1歳を迎えるお子さんと保護者の皆さんを区内の児童館等へお招きし、お誕生日をお祝いする「みんなで祝い輝きバースデー」を開催しています。

対象の方には招待状が届きます(新型コロナウイルス感染症防止のため、過去に招待状が届いた方はご参加いただけません)。

**令和3年3月31日までに1歳のお誕生日を迎えられた方へ**

プレゼント(ランチセット・おたんじょうカード)の引き渡し期限は5月31日(月)です。まだ受け取られていない方は、児童館・子どもセンターにお越しください(招待状またはお手紙を必ずご持参ください)。

**対** 満1歳を迎えるお子さんと保護者 **日場** 招待状のとおり

=以下、共通=

**問** 子ども未来課次世代育成係 ☎(3908) 9097

## 離乳食講習会(5月)～みんなで食育・楽しく食育～

**対** 区内在住で令和2年9月～12月生まれの乳児(第1子優先)の保護者(保育なし) **内** 離乳食の始め方とすすめ方のポイント ※3センターとも同一内容。1名1回のみ受講可 **日場** 定申問先 下表のとおり

日程	会場	定員(申込順)	申込開始日	申込・問い合わせ先
5月7日(金) ①午前11時から ②午後2時から	北区保健所1階 (東十条2-7-3)	各12名	4月15日(木) 午前9時から電話申込	王子健康支援センター ☎(3919)7588
5月21日(金) ①午前11時から ②午後2時から	赤羽会館7階 (赤羽南1-13-1)	各14名		赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
5月14日(金) ①午前11時から ②午後2時から	滝野川健康支援センター2階 (西ヶ原1-19-12)	各10名	4月16日(金) 午前9時から電話申込	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

## 親育ちサポート講座 「ノーバディズ・パーフェクト・プログラム」

子育て経験やアイデアを分かち合い、自分にあった子育ての仕方を見つけませんか。

**対** 0歳～5歳のお子さんを育てている方(受講が初めての方のみ)

**日場** 問先 下表のとおり

**[時間]** 午前10時～正午 **[進行役]** 児童館・子どもセンター職員

**定** 各10名程度(申込順)

**申** 申込用紙(児童館・子どもセンターにあります。北区ホームページからもダウンロードできます)に記入して、参加希望児童館・子どもセンターへ持参で申込

※詳しくは各児童館・子どもセンターへお問い合わせください。

※講座中は、保護者だけで話し合いを進めるため、お子さんは別室でお預かりします。

**問** 子ども未来課次世代育成係 ☎(3908) 9097

会場・申込・問い合わせ先	電話・FAX番号	日程(いずれも計6回)
王子東児童館(王子6-2-60)	☎・FAX (3913) 8851	5月17日～6月28日 (6月7日を除く) 毎週月曜
桐ヶ丘児童館(桐ヶ丘1-16-27-102)	☎・FAX (3906) 7763	6月1日～7月6日 毎週火曜
栄町子どもセンター(栄町33-3)	☎・FAX (3911) 5836	
志茂子ども交流館(志茂5-18-3)	☎・FAX (3902) 4646	6月3日～7月8日 毎週木曜
東十条東児童館(東十条3-10-1)	☎・FAX (3912) 3078	6月4日～7月9日 毎週金曜
赤羽北児童館(赤羽北1-5-5)	☎・FAX (3906) 1149	6月11日～7月16日 毎週金曜

※原則各開催日程初日の1カ月前から申込受付開始

## 麻しん(はしか)・風しん予防接種を受けましょう

麻しん(はしか)は感染力が強く、肺炎や脳炎などの合併症を起こしたり、死亡したりすることもあります。風しんは、妊娠早期にかかると赤ちゃんに心臓病、白内障、聴力障害などの障害を引き起こすことがあります。幼児期(1歳頃)に麻しん風しんの予防接種を受けた方も、長期にわたり発病を予防するのに十分な免疫(抵抗力)を得るには、2回の予防接種が必要です。

麻しん・風しん定期予防接種は、第1期(1歳時)と第2期(小学校入学前の1年間)の2回接種になっています。第1期の案内は1歳になる月の前月にお送りします。第2期の案内は3月末に発送しました。案内が届いたら、忘れずに予防接種を受けましょう。

**[接種方法]** 予診票と母子健康手帳をお持ちになり、協力医療機関(ご案内に添付した一覧表を参照)で受けてください。ワクチンは通常、麻しん風しん混合ワクチン(MRWワクチン)を使用しますが、麻しん単独、風しん単独のワクチンも使用可能ですので、そちらを希望される場合はお問い合わせください。

### ●麻しん・風しん予防接種を2回受けていない方へ

下記に該当する場合は麻しん・風しん予防接種を全額公費負担で受けられます。

**対** ①2歳以上高校3年生相当の年齢までの方で麻しん・風しんにかかったことがなく、麻しん・風しん予防接種を未接種の方(定期予防接種の対象者を除く)

②小学校1年生から高校3年生相当の年齢までの方で麻しん・風しんにかかったことがなく、麻しん・風しん予防接種を2回受けていない方

**[接種方法]** 予診票をお渡します。お問い合わせください。予診票と母子健康手帳をお持ちになり、区内協力医療機関(ご案内に添付した一覧表を参照)で受けてください。ワクチンは通常、麻しん風しん混合ワクチン(MRWワクチン)を使用しますが、麻しん単独、風しん単独のワクチンも使用可能です。

=以下、共通=

**問** 保健予防課保健予防係

☎(3919) 3104

王子健康支援センター

☎(3919) 7588

赤羽健康支援センター

☎(3903) 6481

滝野川健康支援センター

☎(3915) 0184



## こどもアレルギー個別相談

**対** お子さんのぜん息、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎でお悩みの保護者

**日** 5月13日(木) 午後2時30分から

**場** 北とびあ8階808会議室

**師** 東京慈恵会医科大学附属第三病院小児科診療部長 勝沼俊雄氏

**定** 4名(申込順)

**申** 4月13日(火)午前9時から電話申込

**問先** 障害福祉課公害保健係

☎(3908) 9019

## 子どもの歯みがき教室 (個別相談)

**対** 区内在住で上下の前歯が生えている1歳前後のお子さんと保護者

**内** 「歯ブラシや歯磨き剤の選び方」「仕上げ磨きを嫌がる時のお口の触り方」「コップはいつから」など、歯の生え方に応じて歯科衛生士がアドバイスします(1組約20分程度)。

**申** 電話申込

**日場** 問先 下表のとおり

日程	会場	申込・問い合わせ先
5月12日(水)・26日(水) 午前10時から	北区保健所1階 (東十条2-7-3)	王子健康支援センター ☎(3919)7588
5月6日(木) 午前10時から	赤羽会館7階 (赤羽南1-13-1)	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
5月11日(火)・25日(火) 午前10時から	滝野川健康支援センター1階 (西ヶ原1-19-12)	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184



詳しくはこちら

## ぱくぱく子どもごはん講習会 (個別相談)

**対** 区内在住で令和2年4月～6月生まれのお子さんの保護者(保育なし)

**日** 5月7日(金) 午前10時～午後2時45分(1名30分程度)

**場** 赤羽会館7階(赤羽南1-13-1)

**内** 離乳食から幼児食へのステップアップ方法についてアドバイスします。

**定** 20名(申込順)

**申** 4月20日(火)午前9時から電話申込

**問先** 赤羽健康支援センター

☎(3903) 6481



詳しくはこちら

## 子育てセミナー

後援 北区教育委員会

### 子育てのストレスとうまく付き合う方法 ～親との関係性・あり方～

**対** 区内在住の0歳～12歳のお子さんの保護者 ※お子さん連れ可。保育なし

**日** 4月25日(日) 午前10時～11時30分

**場** 北とびあ9階和室

**師** 鶴川文子氏

**定** 20名(申込順)

**費** 300円

**申** 電話申込

**問先** 家庭倫理の会 北区

山本 ☎080(1079)6895

庄司 ☎080(5652)3914



新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、一部の施設の休館及びサービスの利用の休止や区の事業・イベントを中止・延期等する場合があります。詳しくは、各施設・担当課・実施機関のホームページをご覧ください。

北区ニュースは、視覚に障害のある方のために、声の広報(カセットテープ版・デジ版)及び点字広報(点字版)を発行しています。

ご希望の場合は、広報課 ☎(3908) 1102 までお申し込みください。

記号の見方

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



### はがき等の記入例

◆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の影響により、区の事業・イベントを中止・延期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。区の事業・イベントに参加をされる際は、事前の検温、マスクの着用や咳エチケット、手洗い等の感染症予防対策にご協力をお願いします。

### 副区長が再任されました

3月23日の区議会で、依田園子副区長の選任が同意されました。  
【主な経歴】昭和33年生まれ。広報課長、産業振興課長、企画課長、政策経営部長等を歴任。  
平成29年4月から副区長



### 北区広報番組「住めば、北区東京。」

●4月の番組  
「あるきた」で北区を歩く!(再放送)  
【放送日時】毎日午前9時(★)、正午、午後8時・11時の4回。  
★午前9時から特別放送枠として、～簡単で効果絶大!北区ご近所体操～を放映しています。  
※放送時間は約15分です。ひと月ごとに内容を変更します。DVDでの貸出もしています。  
問 シティプロモーション 推進担当課  
☎ (3908)1364



## お知らせ

### ◆都市計画道路の事業計画が認可されました

【路線名】補助線街路第92号線  
【施行者の名称】東京都  
【事業地】中里三丁目及び田端六丁目地内  
【事業期間】令和3年3月5日～令和12年3月31日  
問【関係図書の縦覧場所】都市計画課(区役所第一庁舎3階14番) ☎(3908)9152

### ◆都市計画公園の事業期間が延伸されました

【公園名】浮間公園  
【施行者の名称】東京都  
【事業期間】令和9年3月31日まで  
問【関係図書の縦覧場所】都市計画課(区役所第一庁舎3階14番) ☎(3908)9152

### ◆補助85号線沿道地区の都市防災不燃化促進事業

地震などで大規模な火災が発生した場合に延焼を防止するとともに、安全に避難できるように、一定の要件を満たした燃えにくい建物を建築する方に、区が建築費などの一部を助成する都市防災不燃化促進事業を開始します。  
【対象区域】都市計画道路補助第85号線境界線より両側おおむね30mの区域(上十条一丁目、上十条二丁目、上十条三丁目、上十条四丁目の一部)  
【事業期間】令和12年度まで(予定)  
※申込方法など詳しくは、お問い合わせください。  
問 十条まちづくり担当課  
☎ (3908)9162

### ◆「北清掃工場建替事業」に関する環境影響評価書案に係る見解書の縦覧・閲覧と都民の意見を聴く会

●見解書の縦覧・閲覧  
【縦覧・閲覧期間】4月14日(水)～5月6日(木) 午前9時30分～午後4時30分  
※閉庁日・休館日を除く  
【縦覧場所】環境課(王子1-12-4TIC王子ビル2階)、足立区環境部生活環境保全課(足立区中央本町1-17-1南館11階)、東京都環境局総務部環境政策課(新宿区西新宿2-8-1東京都庁第二本庁舎19階)、東京都多摩環境事務所管理課(立川市錦町4-6-3東京都立川合同庁舎3階)  
【閲覧場所】図書館(中央・滝野川・赤羽・神谷・東十条)、地域振興室(赤羽西・志茂)、北区清掃事務所(北区豊島8-4-3)

●都民の意見を聴く会  
日 5月20日(木) 午後1時30分から  
※1時から傍聴券を配布します。  
場 赤羽会館大ホール(赤羽南1-13-1)  
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。  
※公述人の申出がない場合は中止となります。  
●都民の意見を聴く会の公述人募集  
1名15分以内で環境保全の見地からの意見を述べていただきます。  
定 25名程度(抽選)  
【申込期間】4月20日(火)～5月6日(木)  
【申込方法】事業名、氏名、住所、電話番号(法人その他の団体の場合は名称、代表者の氏名及び東京都の区域内に存する事務所または事業所の所在地)及び環境保全の見地からの意見を記入して、持参または郵送(当日消印有効)で提出  
問 先 〒163-8001(住所不要)東京都環境局総務部環境政策課 ☎(5388)3453

### ◆令和3年度東京都子育て支援員研修(第1期)受講生募集(地域保育コース)

対 都内在住、在勤で、今後子育て支援員として就業する意欲のある方  
内 子育て支援分野で従事する上で必要な知識や技能等を有する「子育て支援員」の養成研修です。7月から順次開始します。オンライン研修(一部集合研修あり)となります。  
※カリキュラムや日程など詳しくは、募集要項またはホームページをご覧ください。  
申 4月23日(金)から募集要項内の申込書(ホームページからもダウンロードできます)に記入して、郵送(書留)で5月13日(木)(必着)まで  
【募集要項・申込書配布場所】保育課(区役所第一庁舎2階3番)、子ども家庭支援センター(王子6-7-3)、子ども未来課(滝野川分庁舎1階2番)  
※4月23日(金)から配布します。  
問 先 (公財)東京都福祉保健財団  
☎ (3344)8533  
【研修制度全般について】東京都福祉保健局 少子社会対策部計画課  
☎ (5320)4121  
HP <http://www.fukushizaidan.jp/111kosodatechien/>

### ◆司法書士による無料相談会

後援 北区  
登記・法律・空家問題等相談会  
日 4月23日(金) 午後6時～9時  
場 北とびあ8階804A会議室  
内 相続・贈与・財産分与などの不動産登記、会社の登記、遺言、成年後見、少額の裁判、空家問題、借金問題などの相談に応じます。  
申 前日までに電話申込  
問 先 東京司法書士会 北・荒川支部 山下  
☎ (6323)0552

## 募集

### ◆協働地域づくり推進事業選定委員会委員募集

区では、平成19年度から協働による地域づくりを進めるため、区民の視点、発想を活かした「地域づくり応援団事業」や「政策提案協働事業」を実施しています。  
これらの事業の選定を厳正、適正に行うため、公募委員を募集します。  
対 区内在住、在勤の20歳以上の方  
【任期】令和3年7月～令和5年7月(2年間)  
内 区長の諮問に応じ、年10回程度、協働地域づくり推進事業の選定及び評価を行います。  
【募集人数】2名  
【報酬費】区の審議会等の基準に準じて支払います。  
申 任意の用紙(北区ホームページにひな形があります)に住所・氏名・年齢・電話番号、経歴(主にNPO・ボランティアに関する活動歴)と「協働による地域づくり」についての考えを400字以内で記入して、郵送、Eメール、ファクスで、5月7日(金)(必着)まで  
【選考方法】提出書類を審査のうえ選考します。  
※結果は6月中旬に応募者全員にお知らせします。  
問 先 〒114-8503(住所不要)地域振興課 地域振興係 北区協働地域づくり推進事業選定委員会公募委員選考担当  
☎ (5390)0093 FAX (5390)0097  
EM [chiikishinko-ka@city.kita.lg.jp](mailto:chiikishinko-ka@city.kita.lg.jp)

### ◆障害者福祉センター高次脳機能障害訓練利用者(7月)募集

対 区内在住の40歳～64歳の高次脳機能障害の方で、病院での訓練終了後も継続して訓練することが望ましい方または軽度の若年性認知症の方  
※医療機関のリハビリと併用不可  
日 令和3年7月から ※水・木曜で実施  
内 高次脳機能障害訓練  
申 事前見学(予約制)をして、5月11日(火)までに直接窓口で申込  
問 場 先 障害者福祉センター事業係機能訓練室(中十条1-2-18)  
(月～金曜 午前9時～午後5時)  
☎ (3905)7121

### ◆フリーマーケット 出店者募集

後援 北区  
販売はご家庭で出た不要品に限ります。  
●赤羽公園  
日 5月30日(日) 午前10時～午後3時(雨天中止)  
場 赤羽公園(赤羽南1-14-17)  
【出店数】40店(抽選)  
【出店料】1,000円(2m×2.5m)  
申 往復はがき(記入例参照)。搬入時の車使用の有無、携帯電話をお持ちの方は携帯番号も記入)で、5月20日(木)(必着)まで  
問 先 〒205-0014 東京都羽村市羽東3-1-17 リサイクル運動友の会  
☎ 090(3222)5060

## 講座・催し

### ◆北区飛鳥山博物館講座 「歩く勉強会-リチギにたどる区界2」

日 5月15日(土) 午前10時30分～午後4時  
場 【午前・講義】同館体験学習室  
【午後・巡見】野外(田端新町～堀船エリア)  
内 北区の区界の一部をたどりながら、周辺地域の歴史や暮らしの移り変わりを学びます。  
師 同館学芸員 定 20名(抽選)  
費 100円(資料代)  
※昼食・交通費自己負担  
申 往復はがき(記入例参照)で、4月30日(金)(必着)まで  
問 先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館  
☎ (3916)1133

### ◆中央公園文化センター講座

①区民協働講座  
「ひとりで浴衣を着てみよう!」  
対 区内在住、在勤、在学の女性で、浴衣一式をお持ちの方  
日 5月25日、6月8日・22日 各火曜 計3回 午後1時30分～3時  
内 初めての方でも一人で簡単に美しく着るコツを学びます。【持ち物】浴衣一式  
師 一級着付け講師 加藤恵子氏  
【協力】恵の会 定 10名(抽選)  
②PC特別講座「お楽しみPCサロン」  
対 Windowsの基本操作ができる方  
日 5月13日(木) 午後2時～4時  
内 パソコン相談、ミニ演習「Excelでドットアート(セルの塗りつぶし機能)を作成してみよう」  
師 堀 愛弓氏 定 12名(抽選)  
費 1,700円(受講料)  
=以下、①②共通=  
申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、①5月15日(土) ②5月1日(土)(いずれも必着)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

①日本の伝統文化のかな文字を美しく書くポイントを学びましょう!(毛筆・硬筆)  
日 5月14日～6月25日 毎月第2・4金曜 計4回 午前10時～正午  
師 日展作家 新舟律子氏  
【協力】実用かな書道舟の会  
定 6名(抽選) 費 2,000円(教材一式)  
②季節の花を暮らしに  
～いけばなを基本から楽しく学びます～  
日 5月17日・31日、6月14日 各月曜 計3回 午後2時～3時30分  
師 正風流一光会教授 加藤一恵氏  
【協力】正風流一光会  
定 8名(抽選) 費 4,500円(花材代全回分)  
=以下、①②共通=  
対 区内在住、在勤、在学の方  
申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、①4月30日(金) ②5月6日(木)(いずれも必着)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



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左上をご覧ください

# 講座・催し

## ◆消費者講座「住まいの安全対策」 ～意外と多い家の中の危険～

**対** 区内在住、在勤、在学の方  
**日** 5月27日(木) 午後2時～3時30分  
**場** 北とびあ9階902会議室  
**師** パナソニック㈱ライフソリューションズ社 嶋 健志氏  
**定** 18名(抽選)  
**申** 往復はがき(記入例参照)で、5月19日(水)(必着)まで  
**問先** 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「住まいの安全」係  
**☎** (5390)1239

## ◆障がいのある方を北区民オーケストラのリハーサルに招待します

**対** 通常のコンサートに行くことが難しい障がいのある方とご家族、介助者  
**日** 5月15日(土) 午後6時～8時(5時30分開場)  
**場** 北とびあ2階さくらホール  
**内** R=コルサコフ:「シェヘラザード」、バルトーク:「ハンガリーの風景」ほか  
**定** 100名(抽選)  
**申** 往復はがき(記入例参照。来場者全員の氏名・年齢、マスク着用の可否、車イス希望の場合はその旨も記入)で、4月23日(金)(必着)まで  
**問先** 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団「北区民オーケストラリハーサル公開招待」係 ☎(5390)1221  
 (月～金曜 午前9時～午後5時)

## ◆コムスポフェス

共催 北区  
**①健康講座「コロナ感染症～正しい知識で正しい感染対策とワクチンについて～」**  
**日** 4月29日(祝) 午後2時30分～4時30分  
**場** 滝野川会館小ホール(西ヶ原1-23-3)  
**師** 明理会中央総合病院感染管理認定看護師 豎山純子氏  
**定** 90名(先着順)  
**②書道教室(用具の貸出あり)**  
**日** 4月29日(祝) 午前10時～正午、午後1時～4時30分  
**場** 滝野川会館第2会議室(西ヶ原2-1-6)  
**[持ち物]** 室内履き  
**費** 一般の方500円、会員300円  
**=以下、①②共通=**  
**対** 区内在住、在勤、在学の方  
**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** 総合型地域スポーツクラブコムスポたきのがわ ☎080(1185)6796  
**HP** <https://www.comispo-takinogawa.com>

# スポーツ

## ◆欲張りなあなたの願いを叶えます! 「トータルビューティーエクササイズ」

**対** 区内在住の20代～60代の女性  
**日** 5月8日(土)・15日(土)・23日(日)・30日(日)、6月13日(日)・27日(日)、7月4日(日)・11日(日)・18日(日)・25日(日) 計10回  
**[時間]** 50代～60代…午前9時30分～10時30分、20代～40代…午前10時45分～11時45分  
**師** ルネサンストレーナー  
**定** 各20名(抽選)  
**申** はがき(記入例参照)で、4月24日(土)(当日消印有効)まで  
 ※4月10日(土)から24日(土)まで電話申込可(午前10時～午後7時)  
 ※当選者にははがきを発送します。  
 ※詳しくはホームページをご覧ください。  
**問場先** 〒115-0042 志茂3-46-16 赤羽体育館  
**☎** (3901)3144  
**HP** <https://akatai.net/>  
 詳しくはこちら

## ◆ランニングフォームクリニック

共催 北区  
**対** 高校生以上の方  
**日** 4月29日(祝) 午後1時～4時(0時45分集合)  
**場** 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)  
**内** 初心者から上級者までレベルに合った指導をします。  
**師** 慶應義塾大学医学部三四会競走部コーチ 後藤淳一氏  
**定** 30名(抽選)  
**費** 1,500円  
**申** 往復はがき(記入例参照。性別も記入)で、4月16日(金)(必着)まで  
**問先** 〒114-0024 西ヶ原2-1-6滝野川体育館内 総合型地域スポーツクラブコムスポたきのがわ  
**☎** 080(1185)6796



## 介護予防リーダー養成講座(第14期生) ～今こそ!地域デビューしませんか?～

**対** 区内在住の全回参加が可能で、講座修了後、地域で仲間と介護予防活動をしてみたい方  
**日** 5月11日～6月29日 毎週火曜 計8回 午前10時～11時30分  
 ※体験実習日1日を含む  
**場** 北とびあ15階ペガサスホールほか  
**内** 講座や体験実習を通して、住民主体の介護予防、北区ご近所体操、認知症、栄養、お口の機能など介護予防について幅広く学びます。修了生は、介護予防自主グループ活動のお手伝いや、区や高齢者あんしんセンター等で行われている介護予防活動の支援などで活躍しています。  
**師** 東京都健康長寿医療センター研究所高齢者健康増進事業支援室 研究部長 大淵修一氏ほか **定** 50名(申込順)  
**申** 4月12日(月)からはがき、ファクス(記入例参照)で申込  
**問先** 〒114-8508(住所不要)長寿支援課  
**☎** (3908)9017 **FAX** (3908)9257

年齢不問!地域デビューのきっかけに!

KAIGO YOBOU

## ◆スポーツウエルネス吹矢 初心者教室

後援 北区体育協会  
**対** 区内在住、在勤の30歳以上の方  
**日** 5月11日～6月8日 毎週火曜 計5回  
 午後0時30分～2時30分  
**場** 赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16)  
**定** 15名(申込順)  
**費** 1,500円(初日に集金)  
**申** 電話またはEメール(記入例参照)で、4月28日(水)(必着)まで  
**問先** 北区スポーツウエルネス吹矢協会 坪山 ☎090(2722)9727  
**EM** [tubo-ss@eco.ocn.ne.jp](mailto:tubo-ss@eco.ocn.ne.jp)

# 健康いきいき情報

## ◆女性のための健康相談

**①女性の産婦人科医師による個別相談**  
**内** 妊活・月経前緊張症・更年期などの相談に無料で応じます。  
**定** 5名(申込順)  
**②女性のからだケア体験コーナー**  
**内** 助産師が骨盤底筋体操(尿漏れ予防体操)の方法をお教えるほか、乳がん自己チェック、歯列接触癖(歯をつにつづける癖)のチェック、食生活チェックなどの体験ができます。  
**定** 15名(申込順)  
**=以下、①②共通=**  
**対** 区内在住の女性  
**日** 5月26日(水) 午後2時～4時  
**場** 赤羽会館7階(赤羽南1-13-1)  
**申** 4月15日(木)午前9時から電話申込  
**問先** 赤羽健康支援センター  
**☎** (3903)6481



## 長生きするなら 北区が一番

## 令和3年度高齢者肺炎球菌予防接種(無料)

**対** 過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない次の①または②に該当する方  
 ①北区内に居住している下表の生年月日の方  
 ②60歳から64歳で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重度の障害がある方  
 ※①の方には3月末に高齢者肺炎球菌予防接種予診票を送付しました。②の方は電話でお申し込みください。今年度の対象の方は、来年度以降は対象となりませんのでご注意ください。  
**場** 区内協力医療機関及び他の22区の協力医療機関  
**[接種期限]** 令和4年3月31日まで  
**[接種回数]** 1回  
**[接種方法]** 協力医療機関へ予診票と健康保険証等の本人確認書類を持参し、接種を受けてください。  
**問** 保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104  
 定期予防接種の対象になる方の生年月日(令和3年度中に下記の年齢になる方)

65歳	昭和31年4月2日生～昭和32年4月1日生まれの方
70歳	昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生まれの方
75歳	昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生まれの方
80歳	昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生まれの方
85歳	昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生まれの方
90歳	昭和6年4月2日生～昭和7年4月1日生まれの方
95歳	大正15年4月2日生～昭和2年4月1日生まれの方
100歳	大正10年4月2日生～大正11年4月1日生まれの方

長生きするなら北区が一番

# 北区体育協会 スポーツ教室

**対日場定費** 下表のとおり **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、緊急連絡先も記入)で、4月20日(火)(必着)まで ※教室参加にあたっての注意事項はホームページをご覧ください。  
**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/>

申込はこちら

教室名	対象 (区内在住、在勤の方)	日程	時間	場所	定員(抽選)	費用 (傷害保険料を含む)
シニアらくらくシェイプピクス	60歳～85歳の方	5月19日～6月30日 毎週水曜 計7回	午後1時20分～2時20分	赤羽体育館エクササイズスタジオ (志茂3-46-16)	各25名	6,500円
スモールボール&ストレッチ	18歳～75歳の方		午後2時40分～4時			7,300円(ボール代含む)
ピラティス女性	18歳以上の女性		①午後6時30分～7時30分 ②午後7時40分～8時40分			6,500円
ジュニアスイミング	区内在住の小学生	5月23日～7月11日 毎週日曜 計8回	午前9時10分～10時40分	パノラマプール十条台(中十条1-5-6)	60名	6,600円

北区HP

## 北区公式LINEから北区ホームページや北区ニュースがご覧になれます

メニュー画面から北区ホームページをご覧になれるほか、防災情報・新型コロナウイルス感染症情報を取得することができます。また、メニュー画面の「広報・シティプロモーション」から「北区ニュース」を読むことができます。ぜひ、ご活用ください。  
 ※利用にはLINEアプリへの登録が必要です。  
**問** 広報課 ☎(3908)1102

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  
 問い合わせ  
 先  
 申込先  
 HP  
 ホームページ  
 Eメール