

# 北区ニュース

### 主な内容

- ワクチン接種予約枠追加のお知らせ  
《50歳代限定》……………2面
- トップアスリートのまち・北区……………2面
- 情報の泉……………3~4面
- 長生きするなら北区が一番、子育てするなら北区が一番……………4面

## WE LEAGUE 日本初の女子プロサッカーリーグ 9月12日(日)開幕 日テレ・東京ヴェルディベレーザが北区をホームタウンとして参戦します!



### 日テレ・東京ヴェルディベレーザってどんなチーム?



9月に日本初の女子プロサッカーリーグ「WEリーグ」が開幕するよ!  
私たち日テレ・東京ヴェルディベレーザは、これまでリーグゆうしょう17回  
をほこる、日本の女子サッカー界をリードするチームなんだルン!

そうなんだ!とっても強いチームなんだね!チームにはどんな選手がいるの?



キャプテンの清水梨紗せんしゅをはじめ、宮川麻都せんしゅ、北村菜々美せんしゅ、  
三浦成美せんしゅ、遠藤純せんしゅ、木下桃香せんしゅといった、東京2020オリンピック代表に選ばれたせんしゅが6人もいルンだ!

すごい選手たちがいるんだね!でもどうして北区でベレーザを応援しているの?



北区はベレーザのホームタウンで、ホームグラウンドの味の素フィールド西が丘は北区にあるんだよ!  
また、令和2年には北区と「スポーツの推進及び連携に関する協定」をむすんで、  
北区を盛り上げるためにいっしょにきょうりょくしていルンだ!  
北区のみんなおうえんよろしくだ!

### 日テレ・東京ヴェルディベレーザ 第1節~第10節 味の素フィールド西が丘 開催試合

節	開催日時	対戦相手
1	9月12日(日) 午後1時30分 試合開始	三菱重工浦和レッズレディース
3	9月25日(土) 午後4時 試合開始	サンフレッチェ広島レジーナ
6	10月16日(土) 午後2時 試合開始	ちふれASエルフェン埼玉
7	10月31日(日) 午後2時 試合開始	アルビレックス新潟レディース
10	11月20日(土) 午後2時 試合開始	大宮アルディージャVENTUS

### チケット招待のご案内

味の素フィールド西が丘で開催される、日テレ・東京ヴェルディベレーザホームゲームに特別招待します。

- ①第1節三菱重工浦和レッズレディース戦 9月12日(日) 午後1時30分試合開始
- ②第3節サンフレッチェ広島レジーナ戦 9月25日(土) 午後4時試合開始

=以下、①②共通=

**対** 区内在住、在学の小学生以下の方(保護者付き添い必須(有料))

**定** 各50名(申込順) **申** 右記コードから申込

**[申込期間]**

①8月28日(土)正午~9月11日(土)午後11時59分

②9月11日(土)正午~9月24日(金)午後11時59分

**問** 東京ヴェルディ株式会社 ☎(3512)1969



日テレ・東京ヴェルディ  
ベレーザ公式ホームページ

※新型コロナウイルス感染症対策の影響  
などにより、変更となる場合があります。

### 清水キャプテン メッセージ

日テレ・東京ヴェルディベレーザの  
清水梨紗です。

今年9月に女子初のプロサッカー  
リーグ、「WEリーグ」が開幕します。  
私たちは初代女王を目指し、チーム  
全員で全力で戦います。  
北区の皆さん熱い応援よろしくお願  
いします。

そして試合会場にぜひ来てください!



©TOKYO VERDY

### 新型コロナウイルス感染症が 再拡大しています

不要不急の外出を自粛し、手洗い、手指消毒、  
マスクの着用、換気などを徹底してください。  
引き続き、ご協力をお願いします。



区内感染状況はこちら→

7月は梅雨前線等の影響により、  
土石流の被害を受けた熱海市をはじめ、  
島根県、九州地方など全国各地で  
甚大な被害が発生しました。自然災害  
をなくすことはできませんが、日頃の  
備えにより被害を減らすことは可能  
です。皆さんも「自分でできること」  
「家族や地域で協力してできること」  
等について考え、災害への備えを  
お願いします。▼新型コロナウイルス  
ワクチン接種は、12歳以上のすべ  
ての方に接種券を送付し、身近な  
医療機関で接種できる体制を組ん  
でいます。しかし、国全体でワク  
チンが不足し、北区への供給量も  
減少しています。引き続き、国か  
らの供給見直しを注視し、希望す  
る皆さんが速やかに予約できるよ  
う、総力を挙げて取り組んでまい  
ります。▼東京をはじめ都市部  
においては、変異株等による感染  
が再拡大しています。引き続き、不  
要不急の外出自粛、三密の回避、  
マスクの着用、手洗いの励行など  
の基本的な感染防止対策の強化、  
徹底をお願いします。  
夏河を 越すうれしさよ 手に草履  
蕪村



北区長  
花川 武徳



# 緊急告知

## ワクチン接種予約枠追加のお知らせ 《50歳代限定》 約3,500人分

(令和3年7月30日現在の情報です)

現在、国からのワクチン供給状況により、予約が大変取りづらい状況となっています。ご迷惑をおかけしていることを、改めてお詫び申し上げます。

このたび東京都から、重症者が急速に増加している50歳代への接種を対象としたワクチンの供給を受けることになりました。これを受け区は、対象を50歳代の方に限定した予約枠を追加します。なお、年齢を限定しない予約枠の開放については、ワクチン供給状況を踏まえ順次追加し、北区ホームページなどでお知らせします。

### 【予約受付開始】

8月14日 正午から順次開放

※2回目接種(1回目接種の3週間後)の予定も調整の上、予約してください。

### 【追加する接種期間】

8月16日から2週間程度

### 【対象の方】

50歳～59歳の方

※令和4年4月1日までに50歳となる方、及び令和3年4月2日時点で59歳だった方を含みます。

### 【対象となる接種会場】

医療機関名	住所
東京北医療センター	赤羽台4-17-56
明理会中央総合病院 (接種会場は隣接の東十条区民センター)	(接種会場) 東十条3-2-14
花と森の東京病院	西ヶ原2-3-6

新型コロナウイルスワクチン接種担当課

### 【予約方法】

#### ◆インターネットで予約

北区の新型コロナウイルスワクチン接種のホームページから予約ページにお進みください。予約枠の表記に**【50歳代限定】**と記載します。詳しくはこちら  
※対象年齢外の方が予約されていた場合は、キャンセル処理をします。  
HP <https://www.city.kita.tokyo.jp/wakuchin.html>  
(予約は24時間受付)



#### ◆電話で予約

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターへおかけください。  
オペレーターへ**【接種券番号】**と**【生年月日】**をお申し出ください。  
※対象年齢外の方は追加枠の受付はできませんのでご了承ください。  
☎0120(801)222

### 【接種の予約や北区ワクチン接種に関するお問い合わせ】

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
☎0120(801)222 ※英語・中国語・韓国語にも対応  
【受付時間】平日:午前9時～午後7時  
土・日曜、祝日:午前9時～午後5時

### 【ワクチンの効果や副反応など一般のお問い合わせ】

厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター  
☎0120(761)770  
受付時間:午前9時～午後9時(土・日曜、祝日も開設)  
HP [【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)  
【首相官邸】<https://www.kantei.go.jp/>

## トップアスリートのまち・北区

### 東京2020パラリンピック聖火リレー 北区内を走行

日8月20日(金) 午後5時44分～6時6分

内スタート地点:北区立中央図書館  
ゴール地点:東京都障害者総合スポーツセンター

長時間の交通規制を行います。  
※公道での走行見合わせなど、実施方法が変更となる場合があります。



### 東京2020パラリンピック聖火ビジット

日8月20日(金) 午前9時30分～11時30分

場飛鳥山公園飛鳥山碑前(王子1-1-3)

内各自治体独自の方法でそれぞれ聖火を採火し、「北区の火」としてランタンへ灯し展示します。 ※実施方法が変更となる場合があります。

東京2020パラリンピックの詳しい情報は北区ホームページをご覧ください。

問東京オリンピック・パラリンピック担当課 ☎(5390)1136



詳しくはこちら

## 滝野川文化センター講座

### ①区民講座 「ねむったままの布、スカートを楽しくリメイク! おしゃれキャスケットづくり」

対区内在住、在勤、在学の方

日9月9日～10月21日(9月23日を除く) 毎週木曜

計6回 午前9時～正午 師乙部和子氏

定10名(抽選) 費300円(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、8月26日(木)(必着)まで



### ②トークイベント 「北区でくらす・はたらくVol.7～音楽でまちをつなぐ、オルガンとギターの共演～」(会場・オンライン)

日9月19日(日) 午後2時～3時30分 内ハモンドオルガンとギターの共演とトーク

師音楽イベントコーディネーター 山火彩香氏、ギタリスト 浅葉裕文氏

定会場(抽選)・オンライン(申込順)各20名 費会場2,000円、オンライン1,000円

申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、8月31日(火)(必着)まで ※オンライン受講を希望の方は、Eメール(申込コード)からお申し込みください。



申込はこちら

### ③特別講座 「ブックカフェ～コロナ時代、何を讀もうか迷ったら～」

対区内在住、在勤、在学の方

日内右表のとおり

師中央図書館職員、NPO法人アドリブ

【協力】北区立中央図書館 定20名(抽選)

費2,000円(全回分)

申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、9月16日(木)(必着)まで

	各回のテーマ	日程
1	面白い本で元気になろう! ～図書館員のおすすめ本～	9月26日(日)
2	赤レンガ図書館の魅力 ～地域資料専門員のお話と 図書館見学～	10月24日(日)
3	忘れられないこの一冊 ～気軽にシェアブック～	11月28日(日)
4	大人だって楽しみたい! 児童書、絵本、紙芝居	12月19日(日)

【時間】午後2時～3時30分、  
第2回は北区立中央図書館に集合

=以下、①～③共通=

問場先〒114-0024 西ヶ原1-23-3 滝野川文化センター(月曜、祝日休館)

☎(5394)1230 FAX(5394)1231 E-mail [takibunkouza@kita-bunka.com](mailto:takibunkouza@kita-bunka.com)

## 産業技術高専オープンカレッジ

後援 北区教育委員会

### ①「高齢者・障害者の生活を支える新しい技術(基礎編)」

対一般・技術者 日9月18日、10月16日 各土曜 計2回 午後6時～8時

場東京都立大学秋葉原サテライトキャンパス(千代田区外神田1-18-13秋葉原ダイビル12階) 内高齢者・障害者の生活を支えるさまざまな介護機器や支援技術について紹介します。また、支援技術開発の基礎知識として高齢者・障害者の基本的な身体特性について学びます。

師同校教員 定30名(抽選) 費800円

### ②「電池の要らない不思議なラジオを作ろう!」

対中学生 日10月9日(土) 午後1時～5時

場都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス(荒川区南千住8-17-1)

内電池がなくてもラジオ放送を聴くことができるゲルマニウムラジオを作ります。半永久的に動作し、非常時に役立ちます。作ったラジオは持ち帰ることができます。

師同校教員 定15名(抽選) 費1,800円

### ③「『Flying Objects(飛ぶモノ)』について学び、英語で楽しく工作!」

対小学生 日10月9日(土) 午後1時～3時

場都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス

内「Flying Objects」が表す「飛ぶモノ」と「モノを飛ばすこと」の両方について、英語を交えながら「見る・聞く・作る」という3つの方面から学んでみましょう。

師同校教員、外部講師 定15名(抽選) 費1,800円

=以下、①～③共通=

申①9月2日(木)、②・③9月24日(金)までにホームページの申込フォームから申込

問先〒116-8523(住所不要)都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス

☎(3801)0145 HP <https://www.metro-cit.ac.jp>

## 8月31日又はは特別区民税・都民税(普通徴収分) 第2期分の納期限です

納期限までに、収納推進課(区役所第一庁舎2階19番)、区民事務所(赤羽・滝野川)、銀行、信用金庫、信用組合、ゆうちょ銀行、郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。  
※1枚あたり30万円を超える納付書やバーコードなし、汚れなどでバーコードが読み取れない納付書は、コンビニエンスストアではお支払いできません。

※お越しの際は、必ず納付書をご持参ください。

※区民事務所の開庁日は、ホームページまたは各区民事務所にご確認ください。

### ●スマートフォンからのお支払いができます(モバイルレジ)

納付書に印字されたバーコードをスマートフォンで読み取り、モバイルバンキングを利用してお支払いできます。

問収納推進課収納係 ☎(3908)1124

### ●納税に困難な事情がある場合は、お問い合わせください

問収納推進課 ☎(3908)1129





### 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。

## お知らせ

### ◆アライグマ・ハクビシンの被害を防ぐために

区内でアライグマやハクビシンの目撃情報、被害相談が寄せられています。

#### 被害を防ぐために

- ①アライグマ・ハクビシンは雑食性で、果実・野菜・残飯などを食べます。生ごみやペットのエサの食べ残しなどを屋外に放置しないようにしましょう。敷地内の果実は早めに収穫するか、網などをかけましょう。
- ②木登りが得意で庭木をつたって屋根裏に侵入することがあります。屋根へ伸びる庭木の枝はこまめに切りましょう。
- ③小さな隙間があればくぐり抜けられます。壁・軒下の穴、通気口など侵入口になりそうな建物の隙間や破損を見つけたら金網などでふさぎましょう。

#### 屋根裏などに入られ被害が生じている場合

同一場所につき、年度に1回、専門業者による現地調査と箱わなの設置を行っています(鳥獣保護管理法に基づく許可を得て実施しています)。条件がありますので、お困りの場合はご相談ください。※箱わな設置期間は最長1カ月です。※庭や道路で見かけただけの場合は対象となりません。

問 環境課自然環境みどり係  
☎(3908)8618

### ◆歳末たすけあい・地域福祉募金助成(後期)のお知らせ

サロン活動、趣味の活動を通じて地域の孤立や閉じこもりを予防する活動をしている団体を対象に「歳末たすけあい募金」を財源とした助成事業を行っています。

[申込期間] 9月1日(水)～15日(水)  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
問 先(福)北区社会福祉協議会地域福祉係  
☎(3905)6653  
HP <https://kitashakyo.or.jp>

### ◆障心身障害者医療費助成制度受給者証をお持ちの方へ

8月31日(火)に有効期限が切れる「障心身障害者証」をお持ちの方で、9月1日(水)以降も受給資格がある方には、8月下旬に新しい受給者証を発送します。新しい受給者証が届きましたら、9月以降に、古い受給者証を各障害相談係(王子・赤羽)または区民事務所にお返しください。また、以前に「障心身障害者医療費助成事由消滅通知書」を交付された方で、次の①②のいずれかに該当する方は、9月1日以降再度申請することで受給資格が生じる場合があります。詳しくはお問い合わせください。①後期高齢者医療制度加入者のうち、令和2年度住民税が課税のため資格が喪失し、令和3年度住民税が非課税になった方 ②65歳未満で、一度障心身障害者医療費助成事由消滅通知書で資格を喪失した方  
問 障害福祉課王子障害相談係(区役所第一庁舎1階2番) ☎(3908)9081  
赤羽障害相談係(赤羽会館6階) ☎(3903)4161

### ◆区役所古布回収ボックスの移設

区役所第二庁舎改修工事に伴い、別館南側に移設しています。  
問 リサイクル清掃課 ☎(3908)8538

### ◆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 8月26日(木) 午後6時～9時  
場 赤羽会館4階第4集会室  
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、空き家問題、借金問題など  
申 前日までに電話申込  
問 先 東京司法書士会 北・荒川支部 大森 ☎(5939)9815

## 募集

### ◆フリーマーケット 出店者募集

●富士見橋エコー広場館(田端5-16-1)  
日 9月19日・26日 各日曜 午前10時～午後1時(雨天中止)  
[出店数] 各10店(申込順)  
[出店料] 500円(1.8m×1.8m)  
申 電話申込(随時受付)  
問 先 富士見橋エコー広場館「フリマ」係(水曜、祝日休館) ☎(3824)3196

### ◆フリーマーケット 出店者募集

後援 北区  
●赤羽公園(赤羽南1-14-17)  
日 9月26日(日) 午前10時～午後3時(雨天中止)  
[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番号も記入)で、9月16日(木)(必着)まで  
問 先 〒205-0014 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

### ◆エコベルデみどりの教室 子どもと楽しむ家庭菜園教室

対 区内在住、在勤、在学の4歳以上の子どもとその保護者  
日 9月23日(祝) 午前10時～11時30分  
内 初冬や早春に収穫できる野菜の苗植えや種まきをします。一部の野菜苗や種はお持ち帰りできます。定 10組(抽選)  
申 往復はがき、ファクス、Eメール(記入例参照)で、9月10日(金)(必着)まで  
問 場 先 〒114-0003 北区豊島5-6-1 みどりと環境の情報館(エコベルデ)(月・火曜休館)  
☎(3913)8340 FAX(5902)3887  
EM [ecoverde@eco-plan.jp](mailto:ecoverde@eco-plan.jp)

### ◆北区平和バスツアーを開催します

対 区内在住、在勤、在学の方  
日 9月17日(金) 午前9時～正午(雨天決行) 内 平和祈念像(北とびあ前)をはじめ、当時の面影を残す区内の戦跡や史跡をマイクロバスで巡り、解説を交えて散策します。  
定 8名(抽選)  
申 往復はがき(記入例参照。希望者全員の氏名、住所、電話番号を記入)で、8月30日(月)(必着)まで ※はがき1通で2名まで申込可  
問 先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623

### ◆田端ひととき講座「芥川龍之介 旧居跡地に刻まれた記憶～出土品から辿る渋沢栄一との繋がり～」

日 10月17日(日) 午後1時開演(0時30分開場)  
内 芥川家旧居跡地防空壕跡から出土した資料について紹介します。  
定 40名(抽選)  
申 往復はがき(記入例参照。2名の際は続柄も記入)で、9月27日(月)(必着)まで  
※1通1名、ただし同居家族に限り1通2名まで  
問 場 先 〒114-0014 田端6-1-2 田端文士村記念館K係 ☎(5685)5171



芥川龍之介 ©国立国会図書館

### ◆中央公園文化センター区民講座

①「[ここにこカフェ～ママパパの学びと交流の場～]「おうち時間をストレスなく楽しめるようになる子育てのヒント」」  
対 区内在住、在勤の幼児から中学生の保護者  
日 9月18日(土) 午後1時30分～3時30分  
内 子育てや自分自身について気づきを得られる場、思いを共有できる場をつくりませんか。  
師 ママカフェ 中村奈々恵氏  
定 20名(抽選)  
②「日本語ボランティア養成講座～地域に住む外国人の日本語学習と一緒に支援しませんか～」  
対 区内在住、在勤、在学の講座終了後ボランティアとして活動していただける方で、原則全回参加できる方  
日 9月25日～10月30日 毎週土曜 計6回 午前10時30分～正午  
内 日本語教育の経験豊富な講師が日本語ボランティアの役割から文法まで丁寧に指導します。師 にほんごの会企業組合講座講師 真殿直子氏他 定 10名(抽選)  
=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、①9月10日(金) ②9月15日(水)(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

### ◆和に親しむ「水墨画体験」

対 18歳以上 日 9月25日(土) 午前10時～正午 場 北とびあ9階第1和室「せきれい」  
師 水墨画家 陳 珂氏  
定 15名(抽選) 費 1,300円  
[持ち物] 筆(大・中・小3種以上。書道用で可)、タオル(筆拭き用) ※画仙紙(練習用紙)などの道具は北とびあで用意します。  
申 往復はがきまたはEメール(記入例参照。参加人数(1通で2名まで申込可)も記入)で、9月3日(金)(必着)まで  
※抽選結果は9月10日(金)までに通知  
問 先 〒114-8503(住所不要)北とびあ管理事務所水墨画体験係 ☎(5390)1101  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
HP <https://www.hokutopia.jp/>  
EM [event@hokutopia.jp](mailto:event@hokutopia.jp)

### ◆元気ぶらざの水泳教室・健康運動教室

対 区内在住、在勤、在学、在園の方  
日 9月7日(火)～12月16日(木) ※内容等詳しくはホームページをご覧ください。  
申 往復はがき(記入例参照。詳しくはこちら)性別、希望教室名(曜日・時間、こども対象教室は学年も記入)で、8月20日(金)(必着)まで  
問 場 先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぶらざ ☎(5249)2214  
HP <http://genkiplaza.tokyo.jp/>



### ◆北区のまち・自然、再発見!～水辺と崖線を訪ねる～

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上で全回参加できる方  
日 ①9月26日(日)(雨天時10月2日(土))  
②10月9日(土)(雨天時10日(日))  
③10月24日(日)(雨天時31日(日))  
午前9時30分～午後0時30分  
内 北区のまちをガイドと歩き、自然と歴史や人との関わりをひも解きます。「北区環境リーダー養成講座スタンダードコース」です。  
定 13名(抽選)  
申 往復はがきまたはEメール(記入例参照。当日連絡のつく電話番号も記入)で9月18日(土)(必着)まで  
問 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(祝日の時は翌日)休館) ☎(3908)0804  
EM [jyohokan@eco-plan.jp](mailto:jyohokan@eco-plan.jp)

### ◆「着付け教室」～地域で安心して学べる～

対 区内在住、在勤、在学の女性(③は自装ができる方)  
日 ①月曜・自装コース…9月6日～10月25日(9月20日を除く) 毎週月曜 計7回 午後5時～7時  
②水曜・自装コース…9月8日～10月27日 毎週水曜 計8回 午後5時～7時  
③月曜・他装コース…9月6日～10月25日(9月20日を除く) 毎週月曜 計7回 午後1時30分～3時30分  
※各コースともに、ご自身の着物・帯などをお持ちください。  
場 北区シルバー人材センター会議室  
定 各10名(申込多数の場合は抽選)  
費 ①・③7,700円、②8,800円(いずれも前納)  
申 往復はがき(記入例参照。希望コースも記入)で、8月23日(月)(必着)まで  
問 先 〒115-0045 赤羽1-1-38 北区シルバー人材センター ☎(3908)8400

### ◆起業家育成プロジェクト～渋沢栄一翁の志を受け継ぐ～ 起業家サロン(第1回)

対 ①起業家育成プロジェクト参加者(参加予定者含む) ②区内で起業しておおむね5年以上の起業家  
日 9月18日(土) 午前9時30分～11時30分  
場 北とびあ14階スカイホール  
内 トークセッション、交流会  
師 東京商工会議所北支部 会長 越野充博氏、PRアドバイザー 土屋明子氏  
定 30名(申込順)  
申 9月10日(金)までにホームページの申込フォーム、電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で申込  
※詳しくは北区ホームページをご覧ください。※新型コロナウイルス感染症の影響により、オンライン開催となる場合があります。  
問 先 産業振興課経営支援係  
☎(5390)1237 FAX(5390)1141  
EM [shien@city.kita.lg.jp](mailto:shien@city.kita.lg.jp)





# スポーツ

## ◆北区体育協会スポーツ教室

**①アクアビクス女性(午前の部)**  
**対**18歳~75歳の女性 **日**9月16日~11月4日(9月23日を除く) 毎週木曜 計7回  
 午前9時30分~10時30分  
**場**パノラマプール十条台(中十条1-5-6)  
**定**40名(抽選)

**②ゆっくりエアロビク**  
**対**55歳~80歳の方 **日**9月13日~11月22日(9月20日、10月11日・18日、11月15日を除く) 毎週月曜 計7回 午前10時~11時 **場**赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16) **定**20名(抽選)  
 =以下、①②共通=  
**費**6,500円  
**申**ホームページまたは往復はがき(記入例参照。希望教室名、緊急連絡先も記入)で、8月20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/

## ◆区民体育大会 バドミントン競技

主催 北区、北区体育協会  
**対**区内在住、在勤、在学の方  
**日**9月26日(日) 午前9時から  
**場**赤羽体育館(志茂3-46-16)  
 ※詳しくはホームページをご覧ください。  
**問**北区バドミントン協会 伏間  
**☎**090(1314)4957  
**HP**http://tokyo-kitaku-badminton.net/

## ◆なぎなた長期教室

後援 北区体育協会  
**対**区内在住、在学で小学生~69歳以下の方  
**日**①9月10日~10月22日(10月1日を除く) 毎週金曜 計6回 午前10時~11時  
 ②9月11日~11月6日(10月2日・9日・30日を除く) 毎週土曜 計6回 午後1時~2時  
**場**滝野川体育館第一武道場(西ヶ原2-1-6)  
**定**各5名(申込順) **費**5,000円(小・中学生3,000円。傷害保険料を含む)  
 ※用具は連盟で用意。マスク着用の上実施  
**申**Eメール(記入例参照。①②の別も記入)で、8月31日(火)(必着)まで  
**問先**北区なぎなた連盟 加藤  
**EM**wheat@darkcyan.club.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・更年期などの相談が無料でできます。 **定**5名(申込順)

**②女性のからだケア体験コーナー**  
**内**歯列接触癖の自己チェック他、乳がん自己チェック、食生活チェック、産後の骨盤底筋体操などの体験ができます。  
 =以下、①②共通=  
**対**区内在住の女性(お子さん連れも可)  
**日**9月22日(水) 午後2時~4時  
**場**赤羽会館7階(赤羽南1-13-1)  
**申**8月16日(月)午前9時から電話申込  
**問先**健康推進課赤羽健康支援センター  
**☎**(3903)6481

## 長生きするなら 北区が一番

### 介護予防で元気はつらつサロン「体力測定会」

**対**田端、中里、上中里1丁目、西ヶ原1丁目在住の65歳以上で医師に運動制限されていない方  
**日**9月7日(火) ①午後1時30分~2時30分 ②午後2時30分~3時30分 ※完全入替制  
**場**滝野川会館小ホール(西ヶ原1-23-3)  
**内**握力測定、開眼片足立ち、通常歩行速度、最大歩行速度、タイムドアップ&ゴーの測定など  
**師**介護予防運動指導員 **定**各5名(申込順)  
**[持ち物]**動きやすい服装と履きなれた運動靴、フェイスタオル、飲み物、マスク  
**申**8月16日(月)午前10時から電話申込  
**問先**滝野川はくちょう高齢者あんしんセンター **☎**(3822)6080  
 ———長生きするなら北区が一番—————

## 子育てするなら北区が一番

### 古民家生活体験講座「秋野菜作り」

**対**区内在住、在学の小学3年生~6年生(保護者も参加可) ※3年生は要送迎  
**日**9月12日、10月10日、11月14日 各日曜 計3回 午前10時~正午  
**内**古民家の畑で種まき・栽培・収穫を体験します。 **定**15名(抽選) **申**往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の住所、氏名(ふりがな)、年齢(学生は学年)、電話番号も記入)で、9月2日(木)(必着)まで  
**問場先**〒115-0055 赤羽西5-2-34 赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館 **☎**(5993)8361



### 子どもの歯みがき教室(個別相談)

**対**区内在住の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15分程度)  
**申**電話申込  
**日場問先**下表のとおり 詳しくはこちら

日程	会場	申込・問い合わせ先
9月15日(水)・29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
9月2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
9月7日(火)・28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

### 桐ヶ丘体育館 Ⅲ期幼児・小学生体操教室

**対**区内在住、在学、在園で教室開始日に4歳~6歳の幼児または小学生  
**日**9月3日~11月26日(10月1日を除く) 毎週金曜 計12回  
**幼児**…午後3時45分~4時35分  
**小学生**…午後4時50分~5時40分  
**内**マット、トランポリン、跳び箱ほか  
**師**榊ピーウォッシュ指導員 **費**各100円  
**申**当日、直接会場へ  
**問場**桐ヶ丘体育館(赤羽台3-17-57)  
**☎**(3908)2316

### 第2回子ども・子育て会議の開催

**日**8月26日(木) 午後6時30分から  
**内**区の子ども・子育て支援に関する各計画の点検・評価・改定、区の子育て支援施策などを審議する会議を開催します(Web会議予定)。  
**[Web会議ツール]**Webex  
**定**5名(申込順) **申**傍聴希望の方は、8月25日(水)午後3時までに電話またはEメール(記入例参照)で申込  
 ※オンライン環境のない方には、区役所滝野川分庁舎4階会議室にタブレットを用意します。  
 ※傍聴の際の保育はありません。  
**問先**子ども未来課次世代育成係 **☎**(3908)9097  
**EM**kosodate-ka@city.kita.lg.jp

### 北区環境リーダー養成講座(スタンダードコース) はじめよう、子どもの導き

**対**区内在住、在勤、在学の18歳以上で、終日参加できる方  
**日**9月5日(日) 午前10時30分~午後4時  
**場**東京家政大学(板橋区加賀1-18-1)  
**内**子ども向け環境学習講座をサポートするために必要な知識やスキルを身に付けます。  
**師**東京家政大学環境教育学科教員など  
**定**8名(抽選)  
**申**Eメール(記入例参照。氏名、ふりがなも記入)で、8月25日(水)(必着)まで  
**問先**東京家政大学環境教育学科宮本研究室  
**EM**kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

### 楽しく遊んでエコを学ぼう! ~省エネ道場の開催~

**①第3回省エネ道場**  
**日**8月21日(土) 午前10時~正午  
**内**葉脈でアートしおりを作ろう

### ②第4回省エネ道場

**日**9月5日(日) 午前10時~正午  
**内**LEDライト付きの救急箱を作ろう  
 =以下、①②共通=  
 各講座の後半に、「北区ecoかるた」の新しい標語を考え、絵を描いて、オリジナルの取札を作ります。  
**対**区内在住、在学の小学生  
**場**北とびあ8階802会議室  
**定**20名(申込順) **申**Eメール、ファクス(記入例参照。①②の別、学年、クラス、メールアドレスも記入)または申込書(北区ホームページにあります)を郵送で、①8月14日(土)(必着)、②8月31日(火)(必着)まで  
 ※Eメールの件名は「省エネ道場申込み」としてください。  
**問先**〒114-0002 王子1-12-4TIC王子ビル2階 環境課環境政策係 **☎**(3908)8603 **FAX**(3906)8474  
**EM**kankyouseisaku@city.kita.lg.jp

### 土・日曜に、そらまめ相談室(ひとり親家庭等相談室)を臨時開室します

主催 北区教育委員会  
**対**区内在住で、ひとり親家庭の保護者の方(予定の方を含む)  
**日**8月14日(土)・22日(日) 午前9時~正午  
**場**区役所第一庁舎2階5番窓口  
**内**平日に仕事などで来庁できない方のために、そらまめ相談室を臨時開室します。  
**申**開室前日までにホームページまたは電話で申込  
**問先**そらまめ相談室 詳しくはこちら  
**☎**(3908)1363  
**HP**https://kitaku-hitorioya.jp/



### 親子サッカーひろば

後援 北区  
**対**区内在住、在勤、在園の4歳以上の未就学児とその保護者  
**日**9月4日(土) 午後3時20分~4時20分  
**場**味の素フィールド西が丘(西が丘3-15-1)  
**内**親子が天然芝のグラウンドでサッカーを通じていっしょに走り、蹴り、遊びます。最後は参加者全員でミニゲームを楽しみます。  
**定**親子30組、60名(申込順) ※保護者の参加は1名のみ、参加者以外の見学可  
**費**1組300円(保険料)  
**申**8月16日(月)午前10時から右記コードより申込  
**問**東京武蔵野ユニテッドFC 道又  
**☎**0422(51)7751 申込はこちら



### 離乳食講習会(9月)~みんなで食育・楽しく食育~

**対**区内在住で令和3年1月~4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です。一人一回のみ受講可能です。  
**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
9月14日(火) 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	8月16日(月) 午前9時から電話申込	王子健康支援センター ☎(3919)7588
9月29日(水) 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
9月9日(木) 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		滝野川健康支援センター ☎(3915)0184



北区広報番組 **住めば、北区東京。** J:COM東京北(J:COMチャンネル東京北)で放映中

●8月の番組 自助・共助・公助で取り組む北区の防災  
**[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