

北区ニュース

主な内容

- 「長生きするなら北区が一番」の実現をめざして……………1～2面
- 新型コロナウイルスワクチン情報……………3面
- 第73回人権週間……………4面
- 障害のあるお子さんの手当……………7面

「長生きするなら北区が一番」の実現をめざして

人生100年時代における健康長寿社会の実現に向け、住み慣れた地域で自分らしく輝き安心して暮らしていける北区をめざし、「長生きするなら北区が一番」につながる取り組みを進めています。

高齢者あんしんセンターって、どんなところ？

高齢者あんしんセンター(区内16カ所)では、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から専門職が連携して総合的に支援します。高齢者に関するさまざまな相談に対応しますのでお気軽にご相談ください。必要に応じてご自宅へ訪問します。

また、個別の支援のほか、地域の実情を踏まえたネットワークづくりやちょっとした助け合い・見守り合う地域づくりを推進していきます。

以下、事業の一部をご紹介します。 ※感染予防の工夫をして活動しています。

ふれあい 交流サロン

楽しく体操や脳トレなどの
交流をしています。

桐ヶ丘やまぶき荘高齢者あんしんセンター
「園芸サロン」のひとコマ



施設や近隣病院の敷地の一部を借りて、
季節の花や野菜作りを楽しんでいます。

ご相談の一例

- ・介護保険の申請ってどうしたらいいの？
- ・足腰が弱ってきたのでどこかで運動したい
- ・最近もの忘れが増えた…
- ・ひとり暮らしなので時々誰かに声かけしてほしいな
- ・近所から怒鳴り声が聞こえてきて心配…
- ・よくわからない業者と商品購入の契約をしてしまった…
など



高齢者あんしんセンター職員

地域包括ケア連絡会

地域の住民や関係機関の方々と、
住み慣れた地域で暮らしていく
ために地域でどんなことが
できるか、話し合っています。

～令和3年度赤羽圏域の様子～



今年は世代を超えた知恵と協力で活動が充
実することを期待して、東洋大学生と地域
の活動団体のマッチングの場を作りました。



オレンジカフェ きたい～な

認知症について気軽に
相談や情報交換が
できる場です。



北区認知症支援キャラクター
「こんちゃん」

家族の集い

認知症の方を介護する
家族の懇談会です。
男性介護者限定の会
もあります。

マイエンディングノート、 救急医療情報キットを お配りしています

もしもの時に備えて、自分の考
えや医療情報を書きとめて家族
や身近な人に伝えておくと
安心です。



問各高齢者あんしんセンター あんしんセンター一覧は2面へ

高齢者あんしんセンター担当地域一覧(令和3年4月1日現在)

【利用時間】午前9時～午後6時 【休業日】日曜・年末年始

Table with 4 columns: 名称, 所在地, 電話番号, 担当地域. Lists various centers and their service areas across different wards.

※各所とも上記名称の後に「高齢者あんしんセンター」がつきますが、紙面の都合上省略しています。

高齢者総合相談窓口(介護保険の申請や高齢者福祉サービスの申請受付)

Table with 4 columns: 名称, 所在地, 電話番号, 利用時間・休業日. Details the general consultation window.

輝くセカンドライフをサポートします！ きらりあ北(北区立いきがい活動センター)



きらりあ北は、シニアの就労支援サポートと健康づくり運動を行う施設です。一人ひとりのご希望に沿ったオーダーメイドのお仕事探しや社会参加活動支援、さまざまな健康づくり運動プログラム等を実施しています。

長生きするなら北区が一番アンケートにご協力ください

日常生活状況や健康状態、地域との関わりなどを伺い、高齢者の現状を把握するとともに、「長生きするなら北区が一番」を実現するためにアンケートを実施します。

長生きするなら 北区が一番



家族介護者教室 「高齢者施設の種類の選び方～安心な老後の住まいを考える～」

対 区内在住、在勤の方 日 12月17日(金) 午後1時30分～2時30分 場 田端ふれあい館2階第1ホール

介護予防で元気はつらつサロン 「元気はつらつ体操サロン」

対 赤羽北1～2丁目、赤羽北3丁目(3～5・16～25を除く)、赤羽台4丁目2～15、17(9・25～65)、18、19、赤羽3丁目5(1・13～15)、6(10～26)、7～29に在住の65歳以上で、医師から運動制限されていない方

認知症について知ろう～区民向け 北区認知症サポーター養成講座～

認知症の人や家族が地域で安心して生活できるよう、地域で見守り応援する「認知症サポーター」になりませんか。受講された方には「認知症の方やご家族を支援します」というしるしの「認知症サポーターカード」をお渡しします。



北区高齢者いきいきサポーター登録説明会

対 区内在住で65歳以上の方 日 12月15日(水) 午後2時30分～4時 場 北区NPO・ボランティアぷらざ 交流コーナー(北とぴあ4階)

トップアスリートのまち・北区

障害者週間記念事業～障害者週間(12月3日～9日)にパラスポーツをテーマとした講演会・講座を開催～

第一部 障害者週間記念講演会

パラスポーツからの障害者理解 日 12月5日(日) 午後2時～2時50分(1時30分から受付) 内 東京2020パラリンピック競技大会の陸上競技(視覚障害)に出場し、混合4×100mユニバーサルリレーで銅メダルを獲得した、澤田優蘭選手とスタッフを講師に招き、競技紹介、パラスポーツの現場での支え合いや共生社会をテーマに講演会を行います。



澤田優蘭選手

第二部 北区スポーツボランティア養成講座

みんなで楽しく体験して学ぼう!障害と向き合うスポーツボランティアとは? 日 12月5日(日) 午後3時10分～4時 内 障害者週間記念講演会に引き続き、レクリエーションや伴走体験を行います。初めての方でもご参加いただけます。

=以下、共通= 場 赤羽体育館サブアリーナ(志茂3-46-16) 師 澤田優蘭選手 定 40名(申込順) 申 12月1日(水)までに、Eメール(記入例参照)、電話または右記コードから申込 問 東京オリンピック・パラリンピック担当課 ☎(5390)1136 EM spo-vol@city.kita.lg.jp



申込はこちら

<広告>この欄は北区の事業ではありません、お問い合わせは各企業・団体へ

ぶどうの樹結婚相談所

初めての婚活、お任せください 全国仲人連合会

お問い合わせ 資料請求は

TEL080-3469-0257

JR 十条駅から徒歩3分

新型コロナウイルス ワクチン情報

(以下は令和3年11月10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)



あなたと大切な人のために

ワクチンの有効性について

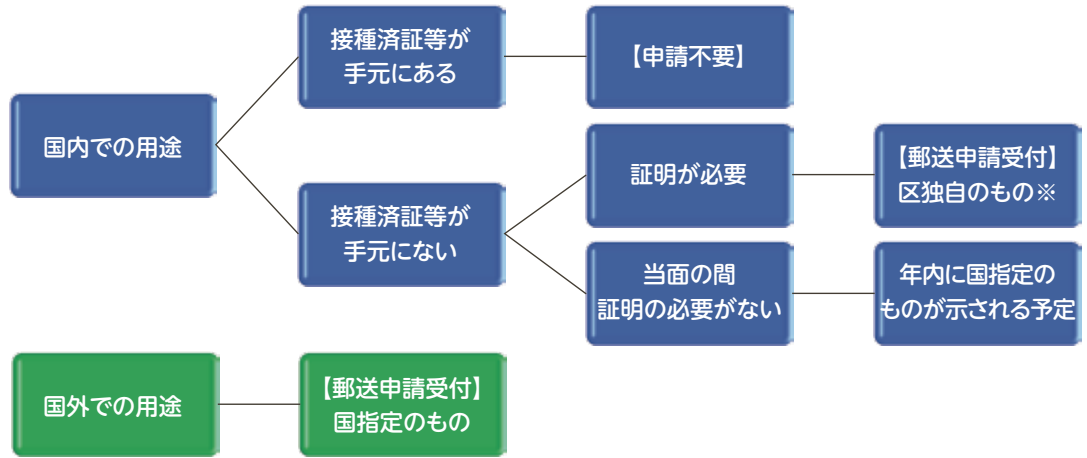
ワクチンの有効性について、ファイザー社製は約95%、モデルナ社製は約94%の発症予防効果があると示されています。重症化予防効果も期待され、変異株への効果や、効果の持続期間、感染予防効果も、時間の経過や接種者数の増加に伴い、研究が進んでいます。

ワクチン接種証明の申請は郵送にて受け付けます

新型コロナウイルスワクチンを接種した方は、接種券に付属している「新型コロナウイルスワクチン予防接種済証」または、「新型コロナワクチン接種記録書」が接種したことを国内で示す証明書となります。

ワクチン接種証明(国内用途・国外用途ともに)の発行は、郵送のみで申請を受け付けます。申請方法等、詳しくは北区ホームページをご覧ください。

区におけるワクチン接種証明の発行の流れについて



※国内用途の「区独自のもの」について

年内を目途に国が国内用途の「全国統一様式」を示す予定です。

これが示されるまでの間、接種済証等を紛失された方で証明が必要な方には、区独自の証明を発行します。

なお、発行には一定の時間を要します。また、用途先で緩和措置や優遇措置を受けられることを保証するものではありません。

北区の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

【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



北区ホームページ

国保

◆新型コロナウイルス感染症の影響による収入減少に伴う国民健康保険料の減免制度のご案内をお送りします

令和2年中に事業所得がある等、一定の要件に該当する世帯に、11月下旬から12月上旬にかけて減免制度のご案内を送付します。

詳しくは北区ホームページをご覧ください、コールセンターまでお問い合わせください。

☎ 北区国保・介護コロナ減免コールセンター

☎ (3908)5011

午前9時～午後5時

令和4年3月31日まで(土・日曜、祝日及び12月29日～1月3日を除く)



詳しくはこちら

◆高額療養費の支給

北区国民健康保険に加入している方が医療機関や薬局に支払った1カ月間の窓口負担(保険適用分の医療費のみが対象)が一定額を超えた場合、超えた分が高額療養費として払い戻されます。

【計算基準】①月ごと(1日～末日)の受診で計算

②同じ医療機関で同じ月に2万1,000円以上自己負担した

ものを合算(同じ医療機関でも、医科と歯科・入院と外来は別計算。院外処方で調剤を受けたときは合算。なお、70歳～74歳の方は適用せず、すべての自己負担額を合算)。

③入院時の食事代や差額ベッド代等、保険がきかないものは対象外

【通知方法】該当する世帯には、診療を受けた月のおよそ3～4カ月後に申請書を送付します。

【申請方法】申請書に必要事項を記入し、世帯主の印鑑・領収書とともにお持ちください。郵送申請もできます。

【支給方法】申請の日から約1カ月半後に世帯主の口座に振り込みます。

☎ 先行114-8508(住所不要)国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番) ☎ (3908)1132

国保・後期高齢者医療

◆マイナンバーカードによる健診結果の閲覧が可能になりました

マイナンバーカードの健康保険証利用申込をした方は、令和2年度以降の特定健診または後期高齢者健診の結果をマイナポータルで閲覧できるようになりました。

令和2年度分:令和3年10月21日(木)から閲覧可能

令和3年度分:遅くとも令和4年11月1日(火)までに閲覧可能

●令和3年度の健診が未受診の方へ

今年度から健診期間が拡大し、令和4年1月末まで実施中です。ぜひ受診しましょう。

☎ 国保年金課庶務係 ☎ (3908)1193

☎ 国保年金課高齢医療係 ☎ (3908)9069

国民年金

◆11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」です!

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基にさまざまなパターンを試算することもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページ(https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html)でご確認いただくか、お問い合わせください。

☎ 北年金事務所 ☎ (3905)1011



詳しくはこちら

花*みどりやすらぎコーナー

★動物の足と暮らし★

地球上には、多くの生き物が暮らしていますね。動物の足や指の形だけみても、ずいぶん違うのが分かります。草原や時に岩場を移動するウマ、ウシ、ヒツジには、ひづめがありますね。スズメやハトは、どうしてあのような足の指の向きになっているのでしょうか。アシカやアザラシは、足が板のような形をしています。動物は、暮らす場所などに応じて、足や指の形が違うようですね。

さて、人間の足は、どうしてこのような形なのでしょう。足だけでなく、動物の形には、きっと意味があります。よく見て、よく考えてみると、新しい発見があるかもしれません。

北区環境大学(東京家政大学)

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。

☎ 広報課(区役所第一庁舎3階1番)

☎ (3908)1102

●新大正琴 ひまわり会 対初心者日 毎月第2・4火曜 午前10時～11時30分 場 滝野川文化センター 費 1カ月2,500円 [PR] 大正琴は簡単に弾ける楽器です。一緒に合奏しませんか

☎ 高山 ☎ (3915)5698

●和光書道会 日 毎月3回木曜 午前10時～正午 場 神谷区民センター 費(入)1,000円、1カ月2,500円 [PR] 初心者の方も易しく楽しめます。シニアの方も大歓迎

☎ 齊藤 ☎ (3919)3671

真田ナオキ ①開場 14:00 / 開演 14:30 ②開場 17:30 / 開演 18:00
パステル&クリスマスコンサート 配信は ②18:00 開演のみ実施

●会場観覧チケット 6,000円(税込) ▶チケットぴあ・イープラス
●ネット視聴チケット 3,000円(税込) ▶イープラス

チケット発売中
チケットぴあまたはイープラス 配信チケットはイープラスのみ販売

2021 **12.24 Fri.** 主催 fav
北とぴあ さくらホール 03-3263-6612

司法書士による**無料**休日相談会
赤羽会館にて**大好評**開催中!
—今後の開催予定日と各テーマ—
12月12日(日) 相続・遺言(相続手続、空き家、遺言)
令和4年1月16日(日) 相続・遺言(相続手続、空き家、遺言)

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。ご予約はお早めにて

皆様のために30年、これからも **0120-520-017**
司法書士法人 赤羽法務事務所

買替 相続 資産整理 賃貸

—売却・買取(査定)相談無料—

北区・住まいのアドバイザー **0120-978-366**
トクリハウジング 担当: 山田

健康マージャンの生徒さん大募集!! 生徒さんの約74%(446名)が女性です♪(月)レディースデー(水)(金)経験者コース
健康づくり・生きがいづくり・仲間づくり まーすた王子店 北区王子1-18-1 飛鳥ビル5F 03-6903-2323
飲まない・吸わない・賭けない コロナ対策バッチリ! 感染防止対策強化中!

この欄は北区の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

みんなで築こう 人権の世紀

～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～

第73回人権週間

12月4日(土)～10日(金)

問 多様性社会推進課 ☎(3913)0161

「世界人権宣言」は、基本的人権及び自由を遵守し確保するために、世界のすべての人々と、すべての国々とが達成すべき共通の基準として、1948年(昭和23年)12月10日の第3回国際連合総会において採択されました。これを記念して、採択日の12月10日を「人権デー(Human Rights Day)」と決めました。わが国では「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」とし、世界人権宣言の意義を訴えています。この機会に、人権について改めて考えてみませんか。

区内小・中学校の取り組み

毎年、区内の小・中学校では、東京都人権擁護委員連合会と東京法務局と連携して、「人権啓発活動」を行っています。今年度の活動の一部をご紹介します。

小学生の「人権の花」運動

参加校…王子第五小学校・袋小学校・滝野川第四小学校

子どもたちは種まき、水やりなどの体験を通して「協力することや感謝することの大切さ」と「命の尊さ」を感じることができました。



王子第五小学校



滝野川第四小学校



袋小学校

小学生の「人権メッセージ」参加校…浮間小学校

毎年、「子どもたちの人権メッセージ発表会」が開催されています。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のために中止となりましたが、参加校の浮間小学校では6年生が作文に取り組みました。代表者の作品は「人権メッセージ集」に掲載される予定です。紙面の都合上、一部省略して紹介します。

監修:人権擁護委員

【知る】
あなた、はじめにどう考えますか。(中略)
人権とは個人を尊重し、互いを思いやる心のことです。(中略)
私も、小学一年生のときに、学童で上級生から嫌がらせを受けていたことがありました。その時は父や母、学童の先生に相談する勇気もなくて、つらい思いをしていました。しかし、「大丈夫。気にしないでいいんだよ。」と私の心によりそって、はげましてくれる人もいました。その人には、本当に感謝しています。そして、はじめは、人の心に大きな傷をおって生きていかなければなりません。その人は悪くないのに、なぜつらい思いをして生きていかなければならないのでしょうか。また、軽いいじめやちょっぴり嫌がらせでも、いじめであることには変わりなく、小さなことでも心には大きな傷をつけてしまいます。そのことをどうか世界中の人が忘れないうでいてほしいです。私はそのことに気づく人が一人でも増えることを願っています。
私がいじめを発見したら、たとえ自分が苦しい思いをしても、いじめられてしまった側の心によりそってあげられる人になりたいです。それが今の私にできることだと思います。いじめを止めようとする時、もしかしたら自分が逆にいじめられるかもしれないかもしれません。しかし、それでも覚悟をして、いじめをなくしたいです。それが本当の優しさであり、勇気ではないでしょうか。世界中の人々が、勇気と優しさの心を大切にできるよう、私も本当の優しさと勇気をもって行動していきます。

中学生の「人権作文」参加校…王子桜中学校・堀船中学校・赤羽岩淵中学校・浮間中学校・明桜中学校・桜丘中学校(私立)

人権について日頃感じていることを作文にしました。応募作品の中から1作品を紹介します。本作品は全国中学生人権作文コンテスト東京都大会において優秀賞を受賞しました。紙面の都合上、一部省略して紹介します。

監修:人権擁護委員

【知る】
視線が集まる。ショッピングモール、テーマパーク、ファミレス……どこへ行くにもその「現象」は付きまといまわってきた。行き交う人々の視線の先には、私の姉がいる。四歳離れた私の姉には障がいがあり、車椅子に乗っている。会話ができない。ただ、それだけのことで、私が「それだけ」と感じる違いは、多くの人にとって「それだけ」ではないようだ。その「現象」は時に差別的だと感じられるものもあるのだ。二〇一六年に行われた「障害者差別解消法」を受け、二〇一七年に行われた「障害者総合研究所によるインターネット調査」によれば、日常生活の中で「差別を感じたことがある」障がい者の方は、全体の五十九パーセントにも上るといわれている。なぜだろうか。(中略)私は、その原因は、障がいのある人と、そうでない人の「関わり」のなさにあるのだからと思う。「インクルーシブ教育」とは、障がいのある子どもと障がいのない子どもが同じ場で共に学ぶことを目指す教育である。私なりの解釈ではあるが、多様性を尊重し、それぞれにどんな背景があったとしても格差なく過ごせる社会をつくるための第一歩なのだろうか。(中略)私はこのような取り組みにより、障がいのある人々の生活は大きく変わっていくのではないかと考えている。障がいのある子どもが、障がいのあるなしに関わらず同じ教室の仲間であることは、子どもたちの意識に大きく影響していくだろう。多様性について考えを深めることができ、自分とそれ以外を分ける差別意識の無意味さに気付くことができるかもしれない。姉と私の家族をめぐり「現象」は、障がいのある人々にとって、またはその家族にとってよくあることだろうか。(中略)私は先ほど障がい者が差別されてしまう理由を「関わり」のなさによるものと述べたが、さらに言えば「関わり」がないことから「知らない」ことに繋がっていくからではないか。「知らない」ことは「不安」を生む。自分と異なるものへの「不安」だ。車椅子に乗っているから、背が低いから、肌の色が違うから。「知らない」から「知らない」こと、異なることへの「不安」が差別の心を生むのだ。私は伝えたい。知ろうとしてほしい。障がいのある人について、その人がどんな人なのか知ること。「不安」の心は取り除かれるだろう。だから、「ここで私の姉を紹介しよう」と思う。「姉は外出時、車いすに乗る。「あー」とか「うー」しか話せない。一人で食事をとったり、着替えたりもできない。しかし、自分の意思や感情は、身振り手振り表情などで伝えられる。私が親に怒られていれば、それに共感して泣いてくれる。冗談にも付き合ってくれる。そして何より笑顔がとても素敵で周りを元気にしてくれる。」——そんな私の姉だ。大好きな、大好きな私の姉だ。どのような障がいをもつのかではなく、その人がどんな人なのかを知ろうとしてほしい。想像でもいい。あなたが知っている表面だけでなく中身まで。どんな性格なのか、何が好きで何が嫌いなのか。そうすることで障がい者という枠ではなく、一人の人として、その人のことが見えてくると思う。同じ趣味をもつかもかもしれない、好きな音楽や観るドラマは全く異なるかもしれない。「知る」ことで新しい関係性の一歩を踏み出せるのだ。やわらかな眼差しが、皆を包むその日まで。

夜間人権ホットライン

人権週間にあたり夜間「電話人権(法律)相談」を実施します。人権侵害や日常生活の法律相談について、弁護士が電話でご相談をお受けします。個人の秘密は厳守します。ぜひご相談ください。
【電話番号】☎(6722)0127(無料)
【日時】12月6日(月) 午後5時～8時(1人あたり10分程度)
【場所】(公財)東京都人権啓発センター
☎(6722)0124または☎(6722)0125

人権問題でお困りの方は

区では、日常生活の人権に関する問題でお困りの方の相談をお受けしています。

★区民相談室の人権相談
【相談日時】毎月第4火曜 午後1時～4時(予約制)
【場所】広報課区民相談室(区役所第一庁舎3階2番窓口) ☎(3908)1101

★人権擁護委員
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。

氏名	住所
南里洋子	神谷二丁目在住
山本英一	西ヶ原三丁目在住
小林力	王子二丁目在住
田口幸子	北区豊島三丁目在住
我妻澄江	滝野川三丁目在住
牛村福太郎	王子四丁目在住
小林廣之	神谷二丁目在住
大島佳奈子	王子五丁目在住
岡野幸恵	上十条二丁目在住
道本周作	西が丘二丁目在住

東京都北区 × PayPay

第2弾北区のお店を応援しよう! キャッシュレスで

ウィズコロナ社会における新しい生活様式を踏まえ、感染症予防対策につながるキャッシュレス決済の推進を図るとともに、コロナ禍で厳しい経営状況にある区内中小事業者を支援するため、令和3年7月から8月に実施した第1弾キャンペーンに続き、キャッシュレス決済サービス「PayPay」と連携した第2弾ポイント還元キャンペーンを実施します。

実施期間 12月1日(水)～31日(金)

最大 30% 戻ってくる キャンペーンを実施します

対象店舗

区内中小規模のPayPay加盟店(大手チェーン店、コンビニエンスストアなど一部対象外の店舗があります。対象店舗では本キャンペーンを告知するポスターなどが掲出される予定です。また、期間中はPayPayアプリでも検索できます)

ポイント還元率 30%

ポイント付与上限額 15,000円相当/期間中

(1回の決済のポイント付与上限額は3,000円相当となります)

ポイント還元方法

区内の対象店舗でPayPayを利用し、「PayPay残高」「Yahoo! JAPANカード」または「PayPayあと払い(一括のみ)」で決済すると、後日、決済金額に対して最大30%分のPayPayボーナスが付与されます。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 産業振興課産業振興係

☎ (5390) 1234

詳しくはこちら



事業者の方へ

本キャンペーンを機に新たにPayPayの導入を検討している区内中小事業者の方は、以下のPayPay問合せ窓口までお問い合わせください。なお、新たにPayPayに登録する場合、登録から本キャンペーンの対象店舗となるまで、2～3週間程度の期間を要します。

問 PayPay問合せ窓口 ☎ 0120(936)220

(午前10時～午後7時(土・日曜、祝日を除く))

【中小企業者向け】キャッシュレス決済端末等導入支援事業費助成

キャッシュレス決済端末等を新たに導入、または決済手段を追加する区内中小企業者に対し、購入費用を助成します。

【対象経費】 4月1日以降に支払ったキャッシュレス決済端末等導入に関する経費

【助成金額】 対象経費の全額とし、上限10万円

※手数料等対象外となる経費があります。 ※申請方法等、詳しくは北区ホームページをご覧ください。

対 区内中小企業者

問 産業振興課産業振興係 ☎ (5390) 1234



詳しくはこちら

令和3年度健康づくり推進店

「ヘルシーメニュー&シニア元気メニューのあるお店」 パンフレットを作成しました

生活習慣病予防や高齢者の低栄養予防を目的としたメニューを提供している「健康づくり推進店」を紹介しています。パンフレットは区内施設に設置しているほか、北区ホームページからダウンロードできます。

【パンフレット設置場所】 北区保健所、健康支援センター、図書館、地域振興室、ふれあい館など

※パンフレットは数に限りがありますので、あらかじめご了承ください。

問 北区保健所保健予防課保健予防係(東十条2-7-3) ☎ (3919) 3104



詳しくはこちら

中高生対象 ▶ レベルアップワークショップ参加者募集

①ネコの写真学校

～家でも外でも可愛く猫を撮ろう～

日 令和4年1月15日(土)・16日(日)・23日(日) 計3回
午後1時～4時

内 猫も喜ぶような可愛い写真を撮る。会場にいる猫をモデルにカメラの使い方から動物を撮影するための基礎的なテクニックを学びます。

師 猫写真家 石原さくら氏

定 4名(抽選)

=以下、①～③共通=

対 区内在住、在学の中高生またはその年齢にあたる方

申 11月20日(土)午前9時から12月19日(日)までに、Eメール(記入例参照。メールアドレス、③のみ作ってみたい曲・好きな音楽も記入)または電話で申込 ※Eメールの件名は「写真/造形/DTM WS申込」としてお申し込みください。

問 場先 北区文化振興財団ココキタ(文化振興係)(北区豊島5-3-13) ☎ (6338) 5711 午前9時～午後5時(月曜休館)

HP <https://kitabunka.or.jp/cocokita/> E kcf_bunkasinkou@kitabunka.tokyo



②2次元を3次元に!

キャラクター造形に挑戦

日 令和4年1月16日(日) 午後1時～4時
1月22日(土)・23日(日)・29日(土)・30日(日) 計5回

午前10時～午後4時

内 自分の好きなキャラクターを立体にしてみよう。造形用の道具の使い方や立体の組み立て方など基本から専門的な事まで教わることが出来ます。

師 造形作家 浅井拓馬氏 定 15名(申込順)



③初心者のためのDTMワークショップ

～サウンドメイク編～

日 令和4年1月22日(土)・23日(日)・29日(土) 計3回
午前10時～午後3時

内 昨年大好評だったDTM(デスクトップミュージック)が再登場。ゼロから音を作ってサウンドをプロデュースします。

師 音楽クリエイター Dr.Usui氏

定 5名(抽選)



12月の健康に関する事業

(予)…予約制

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163
HIV検査予約専用電話 ☎080(3519)2766

区分	対象	実施日	受付時間	結果日
HIV検査(即日検査)(予)	一般(個人)	13日(月)	午後1時～1時45分	疑陽性の場合は20日(月)
※腸内細菌検査(検便) (赤痢菌・チフス菌・O157など)	区内在住、在勤、 在学の方	7日(火)	午前9時～午後3時	13日(月)以降
		14日(火)		20日(月)以降
		21日(火)		27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。
◎令和3年度は、新型コロナウイルス感染予防対策として保健所では肝炎検査を行わないことになりました。北区から委託を受けた医療機関で肝炎検査は行えますので、保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102 に電話でお申込みください。
◎HIV検査は新型コロナウイルス感染予防対策として中止となる場合があります。

12月の 電話相談	月	水	金
	1日 内科	3日 眼科	
	6日 婦人科	8日 内科	10日 耳鼻咽喉科
	13日 小児科	15日 整形外科	17日 休み
	20日 休み	22日 休み	24日 休み
	27日 休み	29日 休み	31日 休み

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

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
リフレッシュタイム(母親対象) ～心の声をつぶやこう～(予)	滝野川	14日(火)	
ツインズ・イン・北区(多胎児の会)(予)	滝野川	9日(木)	
2歳児歯科健康診査(予)	赤羽	24日(金)	
	滝野川	10日(金)	
精神保健相談(予)	王子	17日(金)	
	赤羽	14日(火)	
専門医相談(依存症等)(予)	滝野川	10日(金)	
	赤羽	3日(金)	

※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。



はがき等の記入例

- ①講座・催し名
②郵便番号・住所
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

◆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

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。

お知らせ

◆北区食品ロス削減推進計画を策定しました

区では、まだ食べられるのに廃棄されてしまう食品を減らすため、新たに「北区食品ロス削減推進計画」を策定しました。

◆ワンストップ納付相談 税・保険料・保育料などの臨時的納付相談窓口を開設します

月～金曜に、特別区民税や国民健康保険料などの納付の相談に行くことができない方のために、12月の第1・2日曜に臨時的相談窓口を開設します。

◆11月25日から12月1日は犯罪被害者週間です

国は、平成17年から、「犯罪被害者等基本法」の成立日である12月1日以前の1週間を「犯罪被害者週間」と定め、犯罪被害者及びその家族の名誉や平穏な暮らしへの配慮について、国民の理解を促進するために啓発活動を行なっています。

◆生活保護制度 ~生活にお困りのときはご相談ください~

生活保護制度は、生活に困っている国民に健康で文化的な最低限度の生活を保障するとともに、就労支援などで自立の助長を目的とする制度です。

◆消費生活フェア2021でフードドライブの受付をします

【フードドライブとは】ご家庭の未利用食品を持ち寄り、子ども食堂等にお渡しする活動です。おうちに眠っている食品をぜひお持ちください。

休館

- 滝野川図書館
●障害者福祉センター
●赤羽文化センター

講座・催し

◆滝野川文化センター区民講座 「コロナ禍の今だから気を付けたい! インターネットショッピングでのトラブルと安全対策」

対 区内在住、在勤、在学の方
日 12月18日(土) 午前10時~11時30分
※Zoomによるオンライン視聴可

◆障害者福祉センタータブレット講座 (視覚障害者対象)

対 区内在住の15歳以上の視覚障害がある方で、身体障害者手帳をお持ちの方
日 令和4年1月8日~1月29日 毎週土曜計4回

◆草木染講座

対 区内在住、在勤の方
日 12月12日(日) 午前10時~正午
場 みどりと環境の情報館(エコベルデ)

◆北区環境リーダー養成講座 (フォローアップコース) 「子ども環境講座運営コース」

対 区内在住の18歳以上で終日参加できる方
日 12月19日(日) 午前10時30分~午後4時

◆図書館で読書会

日 12月11日(土) 午後1時30分~3時
場 中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)
内 参加者同士で課題本についての感想を話し合います。



「あのころはフリードリヒがいた」 ハンス・ペーター・リヒター/作 上田真而子/訳 岩波書店

◆傾聴講演会「信頼関係を築く傾聴法 ~コロナ禍でのボランティア活動~」

対 日常生活やボランティア活動に傾聴を活かしたい方
日 ①12月22日(水) ②令和4年1月21日(金) ③2月15日(火)

◆第5回避難訓練コンサート

日 令和4年1月21日(金) 午後2時~4時
※避難訓練含む。3歳以下入場不可
場 北とびあ2階さくらホール

◆脱属人化を実現、中小製造業のスマート工場への道 (オンラインセミナー)

対 Zoomビデオウェビナーによるセミナー参加が可能な中小企業主・従業員または一般の方

日 12月1日(水) 午後2時～3時

内 アナログ運用にどのようなデジタルを取り入れるのか、脱属人化を目指してデジタル化に取り組んだ事例からスマート工場化に繋がるヒントを提供するオンラインセミナーです。

師 (株)スノウチ 常務取締役 原 章氏

申 11月26日(金)までに
北区ホームページで申込

問 産業振興課商工係

☎ (5390)1235



詳しくはこちら

親子の外遊びを応援! 落ち葉あそび!

日 ①12月5日・26日 各日曜 午前10時30分～午後5時

②12月6日(月)・13日(月)・19日(日)・20日(月)・27日(月) 午前10時30分～午後5時

場 ①桐ヶ丘中央公園(桐ヶ丘2-7)

②中央公園拡張部(十条台1-2-5)

※中央図書館横

※詳しくはホームページをご覧ください。

=以下、①②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

HP <https://kita-asobo.jimdofree.com/>

子ども未来課次世代育成係

☎ (3908)9097

ママ仲間と話そう&ハンドベル体験

後援 北区教育委員会

ママたちのコミュニティ作りに向けて、未就園児とそのママがハンドベル体験で交流しながら子育てに関する情報交換を行います。

対 未就園児とママ

日 12月1日(水) 午前10時15分～11時15分(10時開場)

場 リノア北赤羽「おとのま」(浮間1-3-1)

内 ハンドベル体験で交流しながら、子育てに関する情報交換を行います。

定 8組(申込順) ※最小開催組数4組

費 1,000円

申 11月29日(月)までに下記コードまたはEメール(記入例参照。お子さんの氏名、お住まいの地区も記入)で申込

問 先 リノア北赤羽

EM renoa@iromusubi.com



申込はこちら

北区小学生ラグビー体験会2021

主催 北区ラグビーフットボール協会

後援 北区

来年1月に開幕する「ジャパンラグビーリーグONE」の参加チーム「リコーブラックラムズ東京」のスタッフによる、ラグビーの体験会を開催します。タックルなどはないので、どなたでも楽しめます。ぜひご参加ください。

対 区内在住、在学の小学生

日 12月25日(土) 午後1時～3時

場 堀船小学校校庭

師 リコーブラックラムズ東京のスタッフ

定 50名(抽選)

費 300円(保険料)

申 12月10日(金)までに、Eメール(記入例参照)で申込

問 先 北区ラグビーフットボール協会 酒井

☎ 090(1569)9074

EM krfu2020@gmail.com



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

母子生活支援施設の入所相談

生活上のさまざまな問題を抱え、18歳未満の児童の養育にお困りの母子世帯の自立を支援する施設です。

入所相談は随時受け付けています。

問 先 生活福祉課相談係(区役所第三庁舎1階)

☎ (3908)1142

離乳食講習会(12月)

～みんなで食育・楽しく食育～

対 区内在住で令和3年4月～7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

※お住いの地域に関わらず、お申し込みください。

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
12月6日(月) 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	11月24日(水)	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
12月10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 (西ヶ原1-19-12)	各10名	午前9時から電話申込	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184



障害のあるお子さんの手当

●特別児童扶養手当(国の制度)

対 次の①～③のいずれかの状態にある20歳未満の児童を養育している方

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

[支給月額] 1級(重度)…5万2,500円、2級(中度)…3万4,970円(いずれも1人あたり)

[支給方法] 4・8・11月に受給者の口座に振込

[所得限度額] 令和3年度特別児童扶養手当所得限度額は右表のとおりです(令和3年8月分から令和4年7月分までの手当に適用)。本人または配偶者・扶養義務者の所得が右表の限度額を超えている方は受給できません。

※扶養義務者とは、本人(請求者)と同じ住所の直系血族及び兄弟姉妹を指します。

扶養親族数	本人	配偶者・扶養義務者
0人	467万6千円	636万7千円
1人	505万6千円	661万6千円
2人	543万6千円	682万9千円
3人	581万6千円	704万2千円
4人	619万6千円	725万5千円

●児童育成手当(障害手当)(都の制度)

対 次の①～③のいずれかの状態にある20歳未満の児童を養育している方

①身体障害者手帳1・2級程度の児童

②愛の手帳1～3度程度の児童

③脳性麻痺・進行性筋萎縮症の児童

[支給月額] 1人あたり1万5,500円

[支給方法] 2・6・10月に受給者の口座に振込

[所得限度額] 令和3年度児童育成手当所得限度額は右表のとおりです(令和3年6月分から令和4年5月分までの手当に適用)。本人または配偶者の所得が右表の限度額を超えている方は受給できません。

=以下、共通=

○所得額は令和2年1年間の所得です。

○扶養親族数は税法上の扶養親族数です。

○社会保険料相当額8万円を加算してあります。

○所得には一定の控除できる項目があります。

問 先 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

扶養親族数	本人・配偶者
0人	368万4千円
1人	406万4千円
2人	444万4千円
3人	482万4千円
4人	520万4千円

1万円で1万2,500円分!

子育て世帯向け特別販売

25%プレミアム付き

「北区内共通商品券」を販売します。



対 区内在住で中学生以下(平成18年4月2日以降生まれ)の方がいる世帯

日 12月5日(日) 午前10時から(完売次第終了)

※販売開始時刻前より整理券を配布する場合があります。

費 1万円(1冊…500円券25枚綴り)

[商品券が利用できるお店] 約1,000店(商品券取扱店には上記のステッカーが貼ってあります)

[有効期限] 令和5年3月31日

※中学生以下の方1人につき1冊。全員の公的証明書[保険証・マイナンバーカード・(個人番号カード)]など住所・年齢を確認できるものをお持ちください(コピー不可)。

[注意事項] 商品券は、商品の購入、サービスの提供などに利用できません。

また、おつりがある場合はお渡しします。ただし、ビール券などの金券類、プリペイドカード等の換金性の高いものは購入できません。

※商品券販売所・取扱店など詳しくは、右記コードからご覧ください。

問 北区商店街連合会事務局 ☎(5390)1200

産業振興課商工係 ☎(5390)1235



北区商店街連合会
ホームページ

子どものためのおはなし会

区内各図書館で、赤ちゃん向け、幼児向けなどのおはなし会・紙芝居を行っています。12月中に行われるおはなし会の日程など詳しくは、下記コードまたは図書館ホームページをご覧ください。

問 各図書館



詳しくはこちら



成人の日記念式典

新型コロナウイルス感染防止対策のため、対象者を地域により、2部に分けて開催します。

●新型コロナウイルス感染症予防のため、次の対策を実施します。

- ①式典を分散(2回)
- ②来賓者の制限
- ③基本的感染対策の徹底
- ④オンライン放映(ライブ)の併用
- ⑤北とぴあ会場外フオトスポットの設置(旧古河庭園)


※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

対区内在住の平成13年4月2日から平成14年4月1日に生まれた方
日令和4年1月10日(祝)

1部…午前11時～11時30分(10時20分から分散して入場)
[対象区域] 稲付中学区域、赤羽岩淵中学区域、桐ヶ丘中学区域、神谷中学区域、浮間中学区域、十条富士見中学区域

2部…午後2時～2時30分(1時20分から分散して入場)
[対象区域] 王子桜中学区域、明桜中学区域、堀船中学区域、田端中学区域、飛鳥中学区域、滝野川紅葉中学区域

場北とぴあ2階さくらホール ※対象の方には、12月上旬に案内状を送付します。
問生涯学習・学校地域連携課 ☎(3908)9323 FAX(3900)1139



詳しくはこちら

安全・安心 快適コーナー

犯行に使われた実際の電話の音声を聞いて 特殊詐欺被害防止に役立てましょう

特殊詐欺事件のほとんどは、固定電話での通話から始まります。犯人は、さまざまな役柄を装い優しい言葉遣いで油断させながら、「還付金」「累積医療費」等の耳慣れない用語や、もっともらしい口実を話します。警視庁では、特殊詐欺事件の実際の電話の音声を公開しています。万が一に備え一度聞いてみて、特殊詐欺被害防止に役立てましょう。

「犯人からの 電話に出ないで 被害ゼロ」
 お金やカード等の話が出たら、まずは警察にご相談を!!

滝野川警察署 ☎(3940)0110
 王子警察署 ☎(3911)0110
 赤羽警察署 ☎(3903)0110

毎月20日は「北区安全・安心の日」!

問生活安全担当課 ☎(3908)1121



詳しくはこちら



第29回「王子狐の行列」中止のお知らせ

毎年12月31日から翌年1月1日にかけて行われている「王子狐の行列」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。

問王子狐の行列の会 ☎(3943)1790
 産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234



北区ニュースの有料広告(第3期)の募集

[広告掲載号] 令和4年2月20日号、3月20日号、4月20日号、5月20日号掲載分
[規格及び掲載料] 1号広告…4.8cm×8.0cm 4万5,000円
 2号広告…1.0cm×24.0cm 1万5,000円

[締切] 12月7日(火)(必着)まで
 ※申込方法、掲載基準など詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問先〒114-8508(住所不要)広報課広告担当
 ☎(3908)1102 FAX(3905)3422

子宮がん検診(東京都予防医学協会)

対内日 下表のとおり

検診種別	検査項目	対象(年齢は令和4年3月31日現在)	自己負担金	検診実施期間
子宮がん検診	子宮頸部の細胞診	20歳以上の女性で、前年度北区子宮がん検診を受けていない方(受診間隔2年に1回)	無料	月曜～金曜(祝日、年末年始、3月31日を除く)

場 東京都予防医学協会(新宿区市谷砂土原町1-2) **問** はがき、ファクス(記入例参照)または電話で申込
 ※約3週間後に区から受診券が届きますので、東京都予防医学協会へ検診日の予約をしてください。

問先 健診コールセンター ☎(3908)9034 FAX(3905)6500
 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康係

はがき・FAX記入例

子宮がん検診申込
(東京都予防医学協会)

住所

氏名

生年月日

電話番号

(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)

当財団では、新型コロナウイルス感染予防対策を講じて開催しています。最新の情報は財団ホームページ(<https://kitabunka.or.jp>)でご確認ください。

北とぴあ国際音楽祭2021

12/4日 15:00
フレッシュ名曲コンサート
新日本フィルハーモニー交響楽団
～オペラ名曲選～

北とぴあ さくらホール

期待の若きソリストたちが名曲の数々で彩ります!

高関 健(指揮)
工藤和真(テノール)
新日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)
※ソプラノ歌手が当初の予定より変更となりました。

〈全席指定〉 (発売中)
S席 3,000円 **ほ** **チ** (Pコード:200-420)
A席 2,000円 **ほ** **チ**

2022/2/11金祝 14:00
ふくわらい
北とぴあ つつじホール

～うたとコントのたのしいおまつり～

バンドの演奏とともに、コントも楽しめる盛りだくさんなステージをお届け!

馬喰町バンド (武徹太郎・織田洋介)
テニスコート (吉田正幸・神谷圭介・小出圭祐)

〈全席指定〉 **[区民割引]**
一般 3,000円 → 2,700円
小学生以下 1,500円

〈11/29(月)発売〉 **ほ** **チ** (Pコード:647-031)

2022/2/27日 15:00
NPO法人日本オペレッタ協会 第6回本公演
「ローベルト・シュトルツの青春」
北とぴあ つつじホール

～二人の心はワルツを奏で～

詳しくはHPへ

2022/3/23水 13:00
神田伯山独演会
北とぴあ つつじホール

詳しくはHPへ

12/10金 18:00
12/12日 14:00
ラモー作曲 アクト・ド・バレ
《アナクレオン》
北とぴあ さくらホール

〔演奏会形式/フランス語上演/日本語字幕付〕

フランス・パロック・オペラの大家ラモーによるオペラ!

与那城 敬(バリトン) ピエール=フランソワ(バリトン)
シエル=フランソワ(バリトン)

レ・ボレアード(合唱・管弦楽)
寺神戸 亮(指揮・ヴァイオリン)
松本更紗(パロックダンス)
湯川亜也子(メゾソプラノ)
波多野睦美(メゾソプラノ)

〈発売中〉 **ほ** **チ** (Pコード:205-563) **e+**

12/14四～12/19日
★北区AKT STAGE 2021冬の本公演
#北区の熱海
北とぴあ15階 ベガスホール

「熱海殺人事件」「売春捜査官」

詳しくはHPへ

2022/2/26日 14:00
青島広志&シエナ・フォレスト
北とぴあ つつじホール

おしゃべりコンサート

詳しくはHPへ

記号の見方

- 託児サービスあり…2歳以上の未就学児・有料公演1週間前までに要予約
- 数字はその年齢以上からご入場いただけます
- 車イス席あり…問合せ先までお申し込みください

ほ ほくちケ チケットの購入はコチラ

ほ **チ** 北区民割引取扱いは

※割引は一人4枚まで
 ※(窓口)保険証・免許証など北区在住を確認できるものを要提示。
 ※(オンライン)事前に「北区民」登録が必要です。承認までに1週間程度お時間をいただきますのでご了承ください。

チ 北とぴあ1階チケット売場 窓口のみ10:00～20:00
 ※臨時休館日は10:00～18:00
 ※年末年始・全館休館日は休業

ほ チケットぴあ **e+** イープラス

詳しくはHPへ

住めば
北区



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