

北区ニュース

主な内容

- 新型コロナウイルスワクチン情報…2面
- 情報の泉……………7~9面
- 子どもの幸せNo.1……………10面
- 自転車の代わりに置こう思いやり
～秋の駅周辺放置自転車追放
クリーンキャンペーン～…12面

広がる!キャッシュレス決済

手数料・使用料の支払いが便利に



利用できるキャッシュレス決済

クレジット/デビット/プリペイド



電子マネー



コード決済



北とぴあ、滝野川区民事務所、北区飛鳥山博物館に加え、10月2日(月)からキャッシュレス決済が利用できる窓口を拡大します。

利用できる窓口及び対象サービス

【住民窓口】

利用できる窓口	対象サービス	お問い合わせ
★ 王子区民事務所 (区役所第二庁舎1階)	住民票の写し、印鑑登録証明、戸籍証明*、税証明等の証明書交付手数料、印鑑登録手数料、臨時運行許可手数料	☎(3908)8745
★ 赤羽区民事務所 (赤羽1-1-38赤羽駅南口高架下)	※王子区民事務所を除く	☎(5948)9541
滝野川区民事務所 (西ヶ原1-23-3滝野川会館1階)		☎(3910)0141
★ 戸籍住民課戸籍係 (区役所第二庁舎2階)	戸籍証明等の証明書交付手数料	☎(3908)8710
★ 税務課税務係 (区役所第一庁舎2階12番)	税証明書交付手数料、標識弁償金	☎(3908)1114

【施設窓口】

利用できる窓口	対象サービス	お問い合わせ
北とぴあ	ホール、会議室、体育施設等の施設使用料、チケット販売代金*など	☎(5390)1100
★ 赤羽会館	※北とぴあのみ	☎(3901)8121
★ 滝野川会館		☎(3910)1651
北区飛鳥山博物館 (王子1-1-3飛鳥山公園内)	観覧料、3館共通券、ミュージアムグッズの販売代金	☎(3916)1133

※★は令和5年10月2日利用開始の窓口

※★の窓口では、準備状況によって一部のコード決済が10月2日から対応できない場合があります。

詳しくは各窓口にお問い合わせください。

注意事項

- 郵送手続きでは利用できません。
- 北とぴあ、赤羽会館、滝野川会館では、他施設の施設使用料の支払いには利用できません(体育施設は除く)。
- 窓口での電子マネーのチャージ、残高照会はできません。
- クレジットカードは一括払いのみ決済可能です。
- 現金との併用はできません。

【iD】ロゴは、株式会社NTTDコモの登録商標です。【nanaco】は、株式会社セブンカードサービスの登録商標です。【WAON】は、イオン株式会社の登録商標です。【楽天Edy(ラクテンエディ)】は、楽天Edy株式会社が運営するプリペイド型電子マネーです。【QUICPay+(クイックペイプラス)】は、株式会社ジェシービーの登録商標です。【Kitaca】は、北海道旅客鉄道株式会社の登録商標です。【Suica】は、東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。【PASMO】は、株式会社バスモの登録商標です。【TOICA】は、東海旅客鉄道株式会社の登録商標です。【manaca/マナカ】は、株式会社名古屋交通開発機構及び株式会社エムアイシーの登録商標です。

【ICOCA】は、西日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。【SUGOCA】は、九州旅客鉄道株式会社の登録商標です。【nimoca】は、西日本鉄道株式会社の登録商標です。【はやかけん】は、福岡市交通局の登録商標です。【au PAY】は、KDDI株式会社の登録商標です。【d払い】は、株式会社NTTDコモの登録商標です。【楽天Pay】は、楽天グループ株式会社の登録商標です。【メルペイ】は、株式会社メルカリの登録商標です。【ゆうちょPay】は、日本郵政株式会社の登録商標です。【Alipay+】は、アリババグループホールディングスリミテッドの登録商標です。【WeChat Pay】は、テンセントホールディングスリミテッドの登録商標です。

新型コロナウイルスワクチン情報

(以下は令和5年9月12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)

新型コロナウイルスワクチン接種担当課

これまで3年間、年末年始に新型コロナウイルスは流行しています。令和5年秋開始接種では、重症化リスクの高い高齢者等の方には、XBB.1.5対応1価ワクチンの接種をおすすめします。若い方も接種をご検討ください。

なお、新型コロナウイルスの接種を自己負担なしで受けられる「特例臨時接種」の期間は、令和6年3月31日までです。

令和5年秋開始接種で用いるワクチンについて

令和5年秋開始接種に使用するワクチンは、オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンです。

- ・これまでのワクチンの臨床試験で中和抗体価の上昇や有効性が確認されていること
- ・今回のワクチンの追加接種によって変異株(XBB.1.5)に対する中和抗体の産生が認められたこと

以上のことから、今回のワクチンは現在の変異株に対して有効であり、特に重症化予防の効果が期待できるとされています。

XBB.1.5に対する中和抗体価の上昇(マウス)



ワクチンに関してご不明な点がある方は、国のコロナワクチン専用コールセンター

☎0120(761)770
もご利用ください。

モデルナ、小児、乳幼児ワクチンの接種開始時期

モデルナワクチン、小児(5歳~11歳)用ワクチン、乳幼児(生後6カ月~4歳)用ワクチンは、配送の都合上、10月頃から接種を開始する予定です。それぞれの接種開始時期は、下表をご確認ください。

ワクチンの種類	接種開始時期(予定)	実施医療機関
モデルナワクチン(XBB.1.5対応)	10月2日(月)	明理会中央総合病院 基本型施設(主に病院・8カ所)
小児用ワクチン(XBB.1.5対応)	9月30日(土)	赤羽中央総合病院 サテライト型施設(約16カ所)
乳幼児用ワクチン(XBB.1.5対応)	10月12日(木)	サテライト型施設(約12カ所)

※実施医療機関について、詳しくは接種券同封チラシや北区ホームページをご覧ください。

北区のワクチン接種に関して

[北区のワクチン接種の予約や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] 月~金曜:午前9時~午後7時

土・日曜、祝日:午前9時~午後5時

※英語・中国語・韓国語など10カ国語に対応



最新情報は
北区ホームページへ

二十歳(はたち)のつどい

(旧称:成人の日記念式典)

成人の日の記念式典は令和4年度から呼称を「二十歳(はたち)のつどい」に変更しています。

対 区内在住の平成15年4月2日から平成16年4月1日に生まれた方

日 令和6年1月8日(祝) 午前11時30分~正午(10時30分開場)

場 北とびあさくらホール ※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

北区防災地図を改訂しました

避難所、広域避難場所、地震に関する地域危険度に加え、各種防災に関わる情報を確認できます。

また、アプリ(Avenza Maps)を使ってスマホやタブレットで閲覧できるようになりました。

[配信開始日] 9月15日(金)

問 防災・危機管理課 ☎(3908)8194



ダウンロードはこちら

国保

国民健康保険料の納付は口座振替が便利です

口座振替依頼書に必要事項を記入し、口座届出印を押印して、お申し込みください。お申しいただいてから口座振替が開始されるまで、約1~2カ月かかります。お早めに手続きをお願いします。

お急ぎの方、口座届出印が不明の方は、ペイジー口座振替受付サービスもあります。対象金融機関、手続き方法など詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 先 国保年金課国保資格係(区役所第一庁舎2階23・24番)口座担当 ☎(3908)1137

国民健康保険料納付書を10月17日(火)にお送りします

すでに年間の保険料を納付済の方や口座振替の方、年金から差し引かれる方にはお送りしません。

※会社などの健康保険に加入したとき、家族の健康保険の扶養家族になったときは、国民健康保険をやめる手続きをしてください。会社などから区役所への連絡はありません。手続きに関しては北区ホームページをご覧ください。

問 国保年金課国保資格係(区役所第一庁舎2階23番) ☎(3908)1131

国民年金

所得の低い年金生活者の方は年金生活者支援給付金を受け取ることができます。

公的年金等の収入金額やその他の所得が一定基準額以下の方に、生活の支援を図ることを目的として、年金に上乗せして支給するものです。

対 以下のいずれにも該当する方

- ①年金の受給者である。
- ②同一世帯の全員が区市町村住民税非課税である。
- ③前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が87万8,900円以下である。

問 北年金事務所 ☎(3905)1011

令和5年 北区文化芸術祭 in北とびあ

共催 北区 後援 北区教育委員会

行事名	開催日	開催時間	会場	事務局(担当)
合唱祭	10月29日(日)	午前11時~午後6時 (10時30分開場)	さくらホール	北区合唱連盟(安藤) ☎090(4379)9417
美術展	10月30日(月) ~11月3日(祝)	午前10時~午後6時30分 (最終日5時まで)	展示ホール	北区美術会(返町) ☎(3909)0621
民謡舞踊大会	11月3日(祝)	午前11時~午後4時 (10時30分開場)	さくらホール	(公財)北区文化振興財団 ☎(6338)5711
珠算競技大会	11月3日(祝)	午前9時30分~午後2時 (9時開場)	飛鳥ホール	北区珠算教育連盟(田口孟則) ☎(3909)1405
俳句大会	11月3日(祝)	午後1時~4時40分 (正午開場)	第二研修室	北区俳句連盟(小笠原) ☎(3909)0842 当日のみ見学(500円)
吟剣詩舞大会	11月3日(祝)	午前9時30分~午後4時30分 (9時開場)	つつじホール	北区吟剣詩舞連盟(高橋) ☎(3900)2407
謡曲大会	11月5日(日)	正午~午後5時 (午前11時45分開場)	つつじホール	北区謡曲連合会(松澤) ☎(3966)0804
茶華道展	11月11日(土) ~12日(日)	(華)午前10時~午後5時 (最終日4時30分まで) (茶)午前10時~午後4時 (受付3時30分まで)	(華)展示ホール (茶)和室、茶室	北区茶華道連盟(島村) ☎(3911)8223 当日お茶券必要(2,000円) 体験コーナーあり。 当日受付(300円)
日本舞踊大会	11月19日(日)	正午~午後5時30分 (午前11時30分開場)	さくらホール	北区日本舞踊連盟(松島) ☎(3910)8858
将棋大会	11月19日(日)	午前10時~午後5時 (9時20分開場)	飛鳥ホール	日本将棋連盟北支部(清水) ☎(3917)0576
陶芸展	11月23日(祝) ~26日(日)	午前10時~午後5時30分 (最終日4時30分まで)	展示ホール	北区陶芸会(近藤) ☎(3949)6091
バレエ&モダンダンス	11月26日(日)	午後4時~8時 (3時30分開場)	さくらホール	東京都北区洋舞家協会(笠原) ☎(3902)2900
美術手工芸展	12月1日(金) ~3日(日)	午前10時~午後6時 (最終日4時30分まで)	展示ホール	北区美術手工芸連盟(辻村) ☎(5974)8951

※開始・終了時間が変更になる場合があります。

※内容など詳しくは、各事務局にお問い合わせください。

問 北区文化振興財団 ☎(6338)5711(月曜を除く 午前9時~午後5時)

タクシーに乗りたい
車椅子のあなた!!

介護タクシー B7(ビーセブン)に
お電話ください!年中無休 24時間対応!

090-2639-8470

迎車含む 実車2kmまで ¥1,770~¥2,490より
許可: 関自旅第二第 6104号 認可: 関自旅第二第 5986号

<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

滝野川会館ワシコイン落語会 三遊亭わん丈独演会

落語協会12年ぶり15人抜き 抜擢真打昇進決定!

日12月2日**土** 午後2時**開演**

場滝野川会館大ホール

内注目度急上昇中の三遊亭わん丈氏を迎え、ワシコイン(500円)で気軽に伝統芸能を楽しめる落語会を開催します。

師落語家 三遊亭わん丈氏 **定**360名(抽選)

費500円 **申**往復はがき(記入例参照。車イスでご来場の方はその旨朱書き)で、11月15日(水)(必着)まで

問先〒114-8534(住所不要)滝野川会館 ☎(3910)1651

詳しくはこちら

新紙幣発行記念!お札体験イベント

後援 北区

北区にある国立印刷局東京工場では、皆さんが手にする紙幣を印刷しています。令和6年7月に刷新する渋沢栄一翁の一万円札もここから生まれます。お札が生まれるまち北区で、お札の体験してみませんか。

日10月7日(土)・8日(日) 午前9時~午後4時(最終入場3時30分)

場国立印刷局東京工場(西ヶ原2-3-15)

※工場南門で手荷物検査のご協力をお願いします。

内紙すき体験、クイズラリー、「持てますか1億円」体験、新紙幣パネル展示、紙幣にまつわるビデオ上映など

申当日、直接会場へ

問国立印刷局東京工場総務課 ☎(3910)1141

詳しくはこちら

安全・安心 快適コーナー

~インターネット内の嵐にかららないように~

サポート詐欺に注意! スマホやパソコンでインターネットを利用していたら突然、「ウイルスを検出しました」などの警告画面に切り替わり画面がロックされ、画面上にサポート窓口と称する電話番号などが表示されることがあります。これは、サポート詐欺と言われる特殊詐欺の手口の一つです。電話をすると、遠隔操作ソフトをインストールさせられたり、サポートを名目に金銭をだまし取られたりします。

表示された電話番号やホームページに電話をしたり、アクセスせずにブラウザを閉じてください。ブラウザが閉じられなければ、スマホやパソコンの電源を切り、再起動してください。

特殊詐欺の電話を防災行政無線でお知らせしています!

警察からの情報に基づき、特殊詐欺の電話がかかってきている地域に、防災行政無線で注意喚起の放送をしています。昨年度は273回放送し、今年度は、7月までの4カ月で、60回以上放送しています。防災行政無線が聞こえたら、特殊詐欺の電話がかかってくるかもしれませんので、特にご注意ください。放送内容は、北区ホームページの「防災行政無線の放送内容」で確認できます。

詳しくはこちら

女性の活躍 再就職準備セミナー「マインド編・実践編」

対 結婚・出産・育児・介護などの理由で現在は離職中かつ再就職を希望する女性 **日**内師下表のとおり **定**30名(申込順)

申9月20日(水)午前9時から電子申請、電話または直接窓口で申込

※保育(1歳以上未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、9月28日(木)までにお子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。結果は9月30日(土)以降にご連絡します。

※雇用保険受給中の方には、受講証明書をお渡しします。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。

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

詳しくはこちら

	日程	講座名	講師
マインド編	10月25日(水) 午前10時~正午	自分を知らう、自己実現へはじめての一步 ~ハロートレーニング急がば学べ~	東京労働局ハローワーク王子 職業相談部門(訓練)就職支援ナビゲーター 吉越久恵氏
実践編	10月26日(木) 午前10時~正午	今日から考えるライフプラン ~これだけはおさえておきたいお金の話~	みらいみゆきコンサルタント 事務所代表 大場美由紀氏

申込はこちら

毎月20日は「北区安全・安心の日」!

問王子警察署 ☎(3911)0110 赤羽警察署 ☎(3903)0110
滝野川警察署 ☎(3940)0110 生活安全担当課 ☎(3908)1121

花*みどりやすらぎコーナー

秋の人気者どんぐり

10月になると、公園などではどんぐりが落ちてきます。どんぐりは落葉広葉樹のブナ科の木の実の総称で、童謡「どんぐりころころ」にも歌われるように、昔から身近で慕われた存在であったことが伺えます。区内では、形が丸いワヌギや細長いコナラ、そして公園などでは皮を被ったようなスダジイがよく見られると思います。

木の実ですから、たくさんの生きもののいのちを支える存在でもあります。どんぐりは縄文時代の人々の主食のひとつだったそうで、区内ははじめ全国各地の遺跡からも見つかっています。同じ仲間の中では、特にクリ(栗)は好まれていたようで、現代でも秋の味覚の一つとして楽しむように、古代の人々も秋の実りを心待ちにしていたのかもしれません。

この秋、公園などにでかけ、足元に落ちているさまざまな形や大きさのどんぐりを集めてみたり、クラフトなどで楽しんでみてはいかがでしょうか。

みどりと環境の情報館(エコベルデ)

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

- 新大正琴愛好会 **対**中・高齢者 **日**毎月第2・4土曜 午前10時~11時30分
場赤羽文化センター **費**1カ月2,500円
[PR]大正琴は簡単に弾けて楽しいです。仲間に入りませんか
問中島 ☎090(6140)8633
- 赤羽スクエアダンスクラブ 無料体験講習会 **日**10月7日・21日 各土曜 午後1時30分~3時30分 **場**赤羽北ふれあい館
[PR]誰でも楽しめるダンスです。はじめてみませんか?
問鳥山 ☎090(6301)8137
- 大正琴なでしこ会 **日**毎月第1・3水曜 午後1時30分~4時 **場**赤羽文化センター **費**1カ月3,000円 **[PR]**基礎から身につけ童謡・演歌等楽しく演奏しましょう
問野澤 ☎(3902)0914
- 王子書道サークル **日**毎月第2・4金曜 午前10時~11時40分 **場**北とぴあ **費**1カ月3,000円(教材費込) **[PR]**本当に書が上手になりたい方の為の初歩からの書道です
問白井 ☎(3906)6362
- 手編みを楽しむ線絵糸 **日**毎月第1・3木曜 午後1時30分~4時 **場**滝野川文化センター **費**2カ月5,000円 **[PR]**全く初めての方も大歓迎!気軽に見学にお越しください
問光永 ☎(3900)7743
- LeiPuaKenikeni フラダンス **対**女性 **日**毎月2回木曜 午後7時~8時30分 **場**北とぴあ **費**(入)3,000円、1カ月5,500円 **[PR]**初心者・経験者・ハワイ好きな方・体を動かしたい方歓迎
問大関 ☎090(7948)1887
- 新舞踊うら梅会(本伝中村流) **日**毎週木曜 午後1時~5時 **場**滝野川会館2階 **費**1カ月5,000円 **[PR]**無料体験あり。マンツーマンのお稽古です
問清水 ☎090(8746)0037

東京北法律事務所

北区王子本町1-18-1 北法ビル4階(北区役所第一庁舎向かい)

TEL 03-3907-2105

弁護士による**無料相談会**

※初めての相談に限り無料

10月3日(火)
午前10時~午後5時

※遺言・相続・離婚・借地借家・交通事故など、お気軽にご相談ください。
※事前にお電話でご予約ください。ご予約は平日10時~18時(当日可)

抄紙会社 150年

洋紙発祥の地・王子

2023.9/16(土)→12/17(日)

公益財団法人 **紙の博物館**

紙の博物館

赤羽セミナー 無料個別相談会

お金や生活、法律に関する **開催日時**

身近なお悩みごとは赤羽で解決! **2023.10.21(土)**

専門家に無料で相談できます **10:30~16:00**

赤羽くらし 検索 **会場** 赤羽会館 4F大ホール

赤羽セミナー実行委員会 問合せ窓口 ☎03-3902-1200

Ikebana Ryuseiha 自由花・立華・生花 **明峯いけばな教室 生徒募集**

北とぴあ教室 西ヶ原教室 体験レッスン有 レッスン日 火・水・土 萩原
http://ikebana-meihou.com/ TEL 03-3940-5709

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

人と動物の共生を目指して飼い主の責任と、マナーを守りましょう

～動物愛護週間～ 9月20日水～26日火

☎北区保健所生活衛生課生活衛生係 ☎(3919)0431

🐾 ペットを飼う前に家族で考えましょう 🐾

- ペットの一生を愛情と責任を持って面倒をみることができますか(犬やネコは15年以上生きます)。
- ペットが飼える住まいですか。引っ越しの予定などありませんか。
- 家族はみんな賛成ですか。アレルギー体質の人など慎重な判断が必要な人はいませんか。
- 毎日、ペットの世話に時間と手間をかけられますか。
- 鳴き声や臭いなどで近隣トラブルになる場合があります。迷惑をかけないようにすることができますか。
- ペットを飼いつづけることが困難になった場合、新しい飼い主を見つけることができますか。

犬の飼い主さんへ

- 頻繁に吠えたり、長時間吠え続けることがないように、しつけをしましょう。
- 放し飼いはせず、散歩のときはリードでつなぎ、短めに持ちましょう。
- 散歩の前に自宅までトイレをすませ、散歩中の尿はその場をきれいにしてあげましょう。フンは必ず自宅まで持ち帰りましょう。
- 登録の鑑札、注射済票は犬の首輪等に必ず付けましょう。迷子札の役目にもなります。
- 犬が人をかんだら、飼い主は保健所へ届出なければなりません。



ネコの飼い主さんへ

- ネコは屋内で飼いましょ。
- 不妊去勢の手術をしましょう。望まない繁殖を防ぐほか、発情期の鳴き声の抑制などが期待されます。
- 最後まで責任を持って飼いましょ(ペットを捨てることは法律違反となり、罰則対象となります)。
- 身元表示をしましょう。連絡先が明記してあれば、迷子の時などに、見つけやすくなります。



飼い主のいないネコへのエサやりについて

マナーのないむやみなエサやりはやめましょう。近隣住民への迷惑や飼い主のいないネコの増加につながります。エサやりは近隣への配慮を行い、マナーを守りましょう。

- ①エサは適量を容器に入れ、立ち会って与えましょう。
- ②食べ残しや容器は必ず片付けましょう(食べ残しを放置すると、悪臭の発生・害虫、野鳥、ねずみ、野生動物を寄せ付けることによる周辺環境悪化の原因となり、近隣に迷惑がかかります)。

- ③ふん・尿を片付け、周辺を清掃しましょう。
 - ④不妊去勢手術をしましょう。望まない繁殖によるトラブル等を防ぐことができます。
- ※区では、予算の範囲内で飼い主のいないネコの不妊去勢手術費の一部助成をしています。また、不妊去勢手術等を実施することを要件としてネコの捕獲器の貸出を行っています。詳しくはお問い合わせください。
※保健所ではネコの捕獲や保護は行っていません。

健診・がん検診を受けましょう!

およそ2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで命を落としています。がんを早期発見し、治療に結び付けるため、ぜひ「がん検診」を受診してください。北区では、国が推奨する5つのがん検診を実施しています。

- ①胃がん検診
(エックス線検査:39歳以上、内視鏡検査:50歳以上で前年度胃内視鏡検査を受けていない方)
- ②肺がん検診(40歳以上)
- ③大腸がん検診(39歳以上)
- ④乳がん検診
(40歳以上女性で前年度乳がん検診を受けていない方)
- ⑤子宮がん検診
(20歳以上女性で前年度子宮がん検診を受けていない方)

がん検診をご希望の方はお申し込みください。申込方法など詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

すでに検診チケットをお持ちの方は、早めにご予約のうえ忘れずに受診しましょう。

- ※各検診により、対象者・検診日程等が異なります。
- ※検診の終了間際は混み合うため、予約が取れない場合があります。早めの受診をお願いします。



北区がん検診(ホームページ)

○受診券をお送りしているもの

受診の際は、受診券が必要です。紛失された方は健診コールセンターまでご連絡ください。

健診名	対象者	健診期間	各自負担金
特定健康診査(※)	北区国民健康保険にご加入の40歳～74歳の方	令和6年 1月31日(水)まで	無料
後期高齢者健康診査(※)	75歳以上の方 一定の障害のある65～74歳の方		無料
歯周病検診	30,35,40,45,50,55,60,65,70歳の方		無料
口腔機能維持向上健診	80歳及び75歳以上の奇数年齢の方		無料
胃がんハイリスク検診	30,40歳の方で、過去に胃がんハイリスク検診を受けていない方		1,000円
耳の健診	65歳以上の奇数年齢の方	10月31日(火)まで	500円
眼科健診	40,45,50,55,60,65,70,75,80歳の方	12月31日(日)まで	500円

※大腸がん検診も同時実施できます。受診される場合は、医療機関の受付にお申し出ください(各自負担金…300円)。

○お申し込みが必要なもの

受診の際は、受診券が必要です。健診コールセンターまたは右記コードよりお申し込みください。

健診名	対象者	健診期間	各自負担金
若年健康診査	30歳～39歳の方	令和6年 1月31日(水)まで	1,000円



申込はこちら

=以下、共通=

※年齢は令和6年3月31日現在

生活保護等を受給している方は各自負担金免除

☎先健診コールセンター ☎(3908)9034 FAX(3905)6500

10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・梅毒検査予約専用電話 ☎070(2619)1533

区分	対象	実施日	受付時間	結果日
HIV・梅毒(※1)検査(即日検査)(予)	匿名・無料(住所等の要件なし・申込制)	23日(月)	午後1時～1時45分	検査当日
腸内細菌検査(検便)(赤痢菌・チフス菌・O157など)(※2)	区内在住、在勤、在学の方・有料	3日(火)	午前9時～午後3時	10日(火)以降
		10日(火)		16日(月)以降
		17日(火)		23日(月)以降
		24日(火)		30日(月)以降
31日(火)	11月6日(月)以降			
肝炎検査(予) ※北区から委託を受けた医療機関で実施	区内在住の20歳以上で、過去に検査未受診の方(申込制)・無料	検査申込後にお送りする「北区肝炎ウイルス検診受診票」を参照ください。	平日 午前9時～午後5時 北区保健所 結核感染症係 ☎(3919)3102 に電話で申込	受診する医療機関にお問い合わせください。

(※1)梅毒検査は、HIV検査を受ける方で希望する方が対象。なお、HIV・梅毒検査は、新型コロナウイルス感染症予防対策として中止となる場合があります。
(※2)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。

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
はぴママ学級(予) (出産予定月が令和5年12月～令和6年2月の方。4日間とも同一内容)	赤羽	6日(金)・20日(金)	
	滝野川	16日(月)・30日(月)	
リフレッシュタイム(母親対象) ～心の声をつぶやこう～(予)	王子	11日(水)	
	赤羽	26日(木)	
ツインズ・イン・北区(多胎児の会)(予)	滝野川	26日(木)	
	赤羽	25日(水)	
2歳児歯科健康診査(予)	王子	23日(月)	
	赤羽	6日(金)	
精神保健相談(予)	滝野川	20日(金)	
	王子	19日(木)	
専門医相談(依存症等)(予)	赤羽	17日(火)	
	滝野川	6日(金)	
	王子	20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。

10月の電話相談	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	水	金
2日 婦人科	4日 内科	6日 眼科	
9日 休み	11日 泌尿器科	13日 耳鼻咽喉科	
16日 整形外科	18日 内科	20日 小児科	
23日 外科	25日 休み	27日 精神科	
30日 内科			

9月24日(日)～30日(土)は結核予防週間です。 「いまも1日平均28人が結核と診断されています。」

結核の症状とは?

- ☑2週間以上続くせき ☑たん ☑発熱・微熱 ☑からだがだるい
 - ☑食欲がない ☑体重が減った
- 初期症状は風邪と似ていますが、症状が目立たない場合もあり、発見が遅れることもあります。

結核ってどんな病気

結核は、結核患者のせきやくしゃみのしぶぎに含まれる結核菌を吸い込むことで感染します。

結核は過去の病気ではありません

令和3年には年間1万1,519名の患者発生があり、1,844名(概数)が結核で亡くなっています。都内では令和3年に年間1,429名の患者発生がありました。



詳しくはこちら

北区は全国と比べ結核が多いです

北区では、令和3年に年間58名の方が新たに結核を発病していますが、罹患率(1年間に人口10万人あたりの発症した患者数)は16.4と全国平均(9.2)を上回っています。

早期発見のために大事なことは

- ①せきやたんなど風邪症状が長引いていると感じたら、早めに医療機関を受診する。
- ②職場や学校の定期健診や区で実施している後期高齢者健康診査等を利用し、年1回は胸部エックス線検査を受ける。
- ③乳児は感染すると発病・重症化しやすいので、生後5～8カ月の間にBCGの予防接種を受ける。

問 [後期高齢者健康診査について] 健康推進課コールセンター ☎(3908)9034
 [結核全般について] 北区保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102



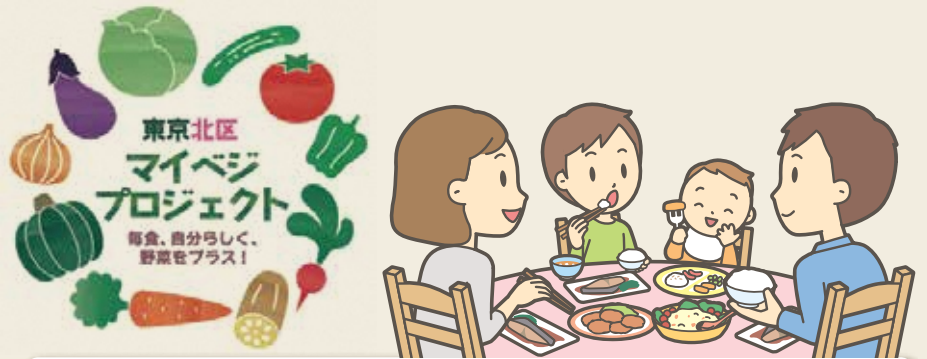
複十字シール運動
イメージキャラクター
シールぼうや

もっと野菜を食べよう!

東京北区マイベジプロジェクトは、区民の皆さんの栄養バランスの良い食事と野菜摂取量の増加のため、さまざまな取り組みを行っています。



詳しくはこちら



味の素(株)

「ラブベジ。」プロジェクトと連携し、取り組みを行っています。

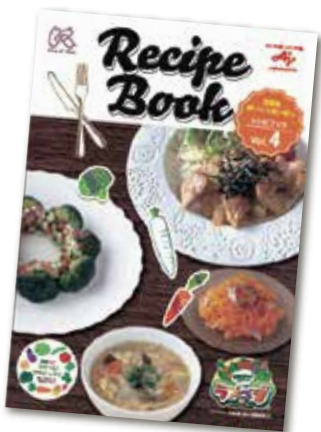
第4弾のレシピブックが完成しました。北区ホームページでご覧いただけるほか、区内施設などで配布を行っています。



詳しくはこちら



「ラブベジ。」は味の素㈱の登録商標です。



キューピー(株)

今年度から新たに連携を始めました。第一弾として、夏に食べやすいサラダレシピを考案しました。「毎食、自分らしく、サラダをプラス」できるメニューを今後も開発し、区内量販店等でも発信していきます。



詳しくはこちら



問 健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068

健康寿命延伸プロジェクト～生活習慣病予防!はじめの一步!～

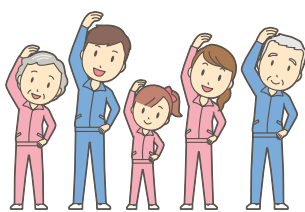
生活習慣病とは、生活習慣が原因で発症する疾患のことです。偏った食事、運動不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレス、口腔清掃の不良など、好ましくない習慣や環境が積み重なると発症のリスクが高くなります。東京都と比較すると、北区では生活習慣を改善したいと感じている方が多いものの、実際に取り組みを始めている方は少ない状況です。健康的な生活習慣を身につけることで健康寿命の延伸を目指すことができます。数年後の自分の健康のために、健康づくりのはじめの一步を踏み出しましょう。



運動

今より10分多く身体を動かそう。

階段を使う、歩幅を広くして歩く、ラジオ体操、ながらストレッチなど。大切なのは無理なく続けられることです。



北区版ウォーキングアプリ「あるきた」

たばこ

自分と家族のために卒煙を考えよう。

喫煙はさまざまな生活習慣病のリスクになります。たばこの煙に含まれる化学物質は周りの人にも悪影響を及ぼします。

たばこをやめられない理由はニコチン依存症かもしれません。医療機関の禁煙外来や、禁煙支援薬局で相談・治療ができます。

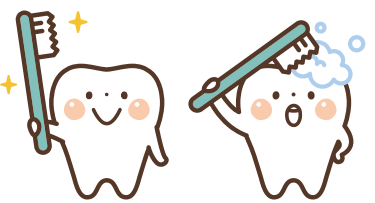


詳しくはこちら

お口の健康

定期的に歯科健診を受けよう。

口の病気は、全身疾患と関連があります。むし歯・歯周病予防の基本は、原因となるプラーク(歯垢)を日々の歯みがきで取り除くことです。かかりつけ歯科医をもち、定期的な健診に併せ、歯みがき指導も受けましょう。



食生活

食塩のとり過ぎに注意しよう。

食塩のとり過ぎは、高血圧などのリスクを高めます。毎日食事をする中で、少しの工夫で食塩摂取を減らすことができます。麺類は汁を残す、ソースやしょうゆは「かける」より「つけて」食べる、減塩調味料を活用する、など無理なくおいしく食事をしましょう。



問 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

つづかる医療・福祉No.1

ポップスコンサート

対 区内在住の60歳以上の方
日 10月21日(土) ①午後1時15分～2時
 ②午後2時30分～3時15分(2部制)
内 懐かしのオールディーズナンバーと昭和歌謡を生バンドでお楽しみください。
定 各25名(抽選)
申 10月5日(木)までにEメール、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で申込
 ※抽選結果は10月7日(土)以降当選者のみに連絡
問 場先 名主の滝老人いこいの家(岸町1-15-25名主の滝公園内)
 ☎(3909)3083 FAX(5948)5303
 EM nanushi-ikoinoie@foryou.or.jp

家族介護者教室 終活講座「身寄りがない、あっても身内にたのめない…」

対 区内在住、在勤の方
日 10月10日(火) 午後2時～3時30分
場 赤羽北区民センター2階第1ホールA・B(赤羽北2-25-8-201)
内 認知症になったらどのような法的な問題が起こるのか。いまから準備できることなど、対処法を専門家の方から学びます。
師 弁護士法人東京パブリック法律事務所 飯田健太郎氏 **定** 30名(申込順)
申 9月25日(月)午前9時から電話申込
問 先 赤羽北高齢者あんしんセンター ☎(5948)5940

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 10月12日(木) 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(北とびあ4階)
内 いきいきサポーター受入施設でのボランティア活動時間に応じて交付金(上限あり)を申請できる制度についての説明後、希望者は登録申請を行います。
[持ち物] 介護保険被保険者証
定 10名(申込順)
申 9月21日(木)午前10時から電話申込
問 先 NPO法人東京都北区市民活動推進機構(北区NPO・ボランティアぷらざ内)(月曜、祝日休館) ☎(5390)1771

2023口腔ケアサポートセミナー

共催 北区

対 区内在住または介護関係職の方
日 10月18日(水) 午後7時～9時
場 北とびあ7階第二研修室
内 明日からできる誤嚥防止の方法
師 野本たかと氏
定 120名(先着順)
 ※来場記念品あり
申 当日、直接会場へ
問 東京都滝野川歯科医師会事務局 ☎(3918)8060

北区シニアオープンバドミントン選手権大会

後援 北区体育協会

対 60歳以上(11月23日現在)の方
日 11月23日(祝) 午前9時から
場 赤羽体育館(志茂3-46-16)
 ※費用など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 森 ☎090(4015)9377
 HP <http://tokyo-kitaku-badminton.net/>

高齢者・障害者のためのボランティア修繕事業

後援 北区

[世帯条件] 次の①～④のいずれかに該当する区内の世帯
 ①70歳以上の高齢者のみの世帯
 ②身体障害者手帳1・2級の方を含む世帯
 ③愛の手帳1～3級の方を含む世帯
 ④精神障害者保健福祉手帳1～3級の方を含む世帯
[住宅条件] 対象世帯が所有し居住する個人住宅、分譲共同住宅専有部分、家主の承諾を得た賃貸住宅など
[作業例] 建具の調整、雨どいや窓枠などの補修、各所塗装補修、手すりの取り付けなど(材料、器具などは用意いただく有償)
申 10月7日(土)・8日(日)午前11時から午後3時まで(8日は10時から受付)に、区民まつり王子会場(王子1-1-3飛鳥山公園内)北区建設業協会テントで申込
[持ち物] 年齢のわかるもの、各種手帳、印鑑
問 先 (一社)北区建設業協会ボランティア修繕事業事務局(新英興業㈱内) 丸野 ☎(3916)7111

令和5年度 高齢者ヘルシー入浴補助券をご利用ください



入浴補助券1枚につき、100円で区内(23カ所)、150円で荒川区内(3カ所)の公衆浴場が利用できます。

- 対** 区内在住の70歳以上(昭和29年3月31日までに生まれた方)で介護保険の要介護4・5の方を除く
 ※利用期間内に70歳を迎える方であれば、69歳でもお渡しできます。
- 利用期間** 令和6年3月31日(日)まで
- 交付枚数** 利用期間内1名1冊24枚(今年度交付を受けた方は再交付できません)
- 交付方法** 初めて利用する方、引換証をお持ちでない方、公衆浴場での引換が済んでいない方は下記の方法で交付します。
- 窓口交付** …令和6年3月29日(金)までに、本人確認書類(健康保険被保険者証、運転免許証など)または令和4年度高齢者ヘルシー入浴補助券綴兼引換証を窓口へ持参 ※引換証は、表紙の氏名などをあらかじめすべてご記入ください。
 ※代理人による申請を希望される場合はお問い合わせください。
- 郵送申請** …指定の交付申請書(各公衆浴場、高齢者あんしんセンターなどにあります)を郵送で、令和6年3月15日(金)(必着)まで ※申請してから入浴補助券がお手元に届くまで1～2週間程お待ちください。

問 先 行114-8508(住所不要)長寿支援課(区役所第一庁舎1階14番) ☎(3908)9017

高齢者インフルエンザ予防接種

- 対** 区内在住の次のいずれかに該当する方
 ①昭和34年1月1日以前生まれで、接種日現在65歳以上の方
 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
 ※9月中旬に対象の方に高齢者インフルエンザ予防接種予診票を送付しました(11月、12月で65歳を迎えられる方には誕生日の前月末に送付します)。届いていない方は、お問い合わせください。

接種期間 10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

接種回数 期間内1回

接種方法

23区内の協力医療機関での接種…予診票及び健康保険証または後期高齢者医療被保険者証、予診票に記載されている接種費用を持参し、医療機関で接種を受けてください。
 ※協力医療機関に予防接種実施医療機関のポスターが掲示してあります。

23区外での接種…詳しくはお問い合わせください。

問 コールセンター ☎(3908)9034
 保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104



健フェス!!

ロコモ予防×美～カッコよくキレイな40・50代に～

- 対** 区内在住、在勤の40歳～59歳の方
日 10月21日(土) 午後2時～4時
場 北とびあ地下1階多目的ルーム
内 いつまでもカッコよくキレイに「動けるからだ」を目指し、美・姿勢づくりや下半身の脂肪燃焼など、さまざまな運動メニューを行います。
 ※当日開始前に血圧測定を行います。測定結果によっては、ご参加いただけない場合があります。
師 早稲田大学スポーツ科学学術院非常勤講師 荒木邦子氏 **定** 25名(抽選)

リラックス健康ヨガ

- 対** 区内在住、在勤、在学の方
日 10月23日(月) 午前10時～11時30分
場 北とびあ13階飛鳥ホール
内 ヨガのポーズで、筋持久力、柔軟性、バランス力を高めましょう。心地よい雰囲気にもまれ、心も身体もリラックスできます。 **師** 健康運動指導士 松丸 史氏
定 50名(抽選)



=以下、共通=
申 10月3日(火)までにEメール(記入例参照。メールアドレスも記入)で申込

問 先 健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068
 EM kenko-suishin@city.kita.lg.jp



詳しくはこちら

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

～9月は「認知症を知る月間」です～

問 長寿支援課 ☎(3908)9017

認知症は、だれでもなる可能性があり、だれでも関わる可能性があります。認知症になってもできる限り住み慣れたまちのよい環境で自分らしく暮らし続けるために、区では、さまざまな取り組みを行っています。

認知症カフェ「オレンジカフェたい～な」

地域の支え合いを進める交流・活動の場です。認知症の正しい情報案内のほか、認知症の相談も受け付けています。男性限定カフェ、家族の集いカフェもあります。

日 場 北区ニュースや北区ホームページでお知らせします。

問 各高齢者あんしんセンター

認知症地域支援推進員の配置

認知症に関する専門知識及び経験を有している認知症地域支援推進員を各高齢者あんしんセンターに配置し、認知症の人やその家族への支援を行っています。

問 各高齢者あんしんセンター



北区認知症支援キャラクター「こんちゃん」



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

新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の休館、イベントなどの中止・延期や開催方法を変更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。イベントなどにご参加の際は、手洗い・手指消毒などの基本的感染症予防対策に引き続きご協力をお願いします。

お知らせ

◆夕焼けチャイムの放送時刻が変わります

10月から午後4時30分に放送します。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。
問 生涯学習・学校地域連携課
☎(3908)9323

◆第2回ワークショップ開催「旧北王子支線跡地の遊歩道整備に関する基本設計について」

日 10月17日(火) 午後6時30分から
場 王子小学校王子ホール
内 第1回で出たアイデアから整備案を考えます。申当日、直接会場へ
問 土木政策課事業計画係
☎(3908)9252

◆北区応援サポーター寄附制度

ふるさと納税制度を活用した北区への寄附制度です。いただいたご寄附は「北区応援サポーター基金」に積み立て、寄附者の希望する用途の事業に活用します。用途は「子育て」や「高齢者・障害者福祉」「教育・文化」など8つのメニューから選択できます。北区民の方も北区に「ふるさと納税」をすることができます。寄附をされた方は翌年に税金の申告をさせていただくと、2,000円を超える部分の寄附金額について税金の控除が受けられます(限度額あり)。なお、返礼品の贈呈は1万円以上の寄附をされた区外にお住まいの方に限ります。今年度から「さとふる」での寄附受付を開始しましたので、ご利用ください。詳しくはお問い合わせください。
問 [北区応援サポーター寄附制度について] 税務課税務係
☎(3908)1114
[寄附金税額控除について] 税務課課税第一係～課税第四係
☎(3908)1113 詳しくはこちら

◆耐震キャンペーン

①耐震フォーラム
日 11月21日(火)
場 都民ホール(新宿区西新宿2-8-1)
師 東京大学教授 加藤孝明氏ほか
②耐震化個別相談会
日 11月21日(火) 場 都政ギャラリー(新宿区西新宿2-8-1都議会議事堂1階)
定 10組(予約制)
③耐震改修成功事例見学会
日 10月、令和6年1月(予定)
定 各回10名(予約制)
④建物の耐震改修工法等の展示会
⑤震災写真・都の取組等のパネル展示
=以下、①～⑤共通=
申込方法など詳しくはホームページをご覧ください。
問 東京都2023年度耐震キャンペーン事務局
☎(3341)2513 東京都耐震ホームページはこちら

◆「(仮称)北区子ども条例」タウンミーティング(追加開催)

対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月17日(火) 午後3時40分から
場 滝野川東区民センター3階第一ホールA(滝野川1-46-7)
内 子ども(高校生)と大人によるこどもまんなか社会の実現や子どもの権利について理解を深めるための話し合いを行います。当日は、別途招待している高校生も参加します。滝野川地区での追加開催が決定しました。
定 15名(申込順) 申 10月10日(火)までにEメール(記入例参照)または電話で申込
問 先 子ども未来課子ども未来係
☎(3908)9097
EM kosodate-ka@city.kita.lg.jp

◆秋の清掃活動のご案内～北区を清潔で快適なまちにするため、地域美化活動に参加してみませんか～

ポイ捨て防止キャンペーン
対 区内企業、区内団体、区内在住、在勤の方(町会自治会関係者は別途募集)
日 11月28日(火) 午前10時～11時(9時30分受付開始) ※雨天中止
場 王子駅周辺(北とびあ正面入口前に集合)
内 ごみのない清潔で快適な環境をつくるため、ごみ拾い活動を行います。
申 10月20日(金)までにファクス、Eメール(記入例参照)で申込 ※参加の可否は10月30日(月)以降にご連絡します。
問 先 環境課環境政策係地域美化担当
☎(3908)8610
FAX (3906)8474
EM kankyobika@city.kita.lg.jp 詳しくはこちら

ごみ拾いSNS「ピリカ」、はじまります!!
SNS「ピリカ」とは、ごみ拾いを楽しみながら続けるための無料のSNSサービスです。区では、SNS「ピリカ」を活用した、いつでも、どこでも気軽に参加できるごみ拾い活動の推進を始めました。
問 環境課環境政策係地域美化担当
☎(3908)8610



◆ヘイトスピーチ、許さない

特定の国の出身者であることまたはその子孫であることのみを理由に、日本社会から追い出そうとしたり危害を加えようとするなどの一方的な内容の言動が、一般に「ヘイトスピーチ」と呼ばれています。ヘイトスピーチは人としての尊厳を傷ついたり差別意識を生じさせることになりかねません。違いを認め、互いの人権を尊重し合う社会を共に築きましょう。ヘイトスピーチによる被害など、人権に関する問題でお悩みの方

はご相談ください。
問 東京法務局・東京都人権擁護委員連合会
みんなの人権110番
☎0570(003)110 詳しくはこちら
(月～金曜 午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始を除く))



◆行政書士会・王子公証役場 合同無料相談会

後援 北区
日 10月4日(水) 午前10時～午後4時
場 区役所第一庁舎1階ロビー
内 公正証書の作成、遺言・相続・遺産分割協議書、不動産・近隣問題、内容証明、事業・許認可、外国人在留許可など身近な法務相談に応じます。
申 原則、電話申込(当日の会場受付も可)
問 先 東京都行政書士会北支部
☎(5963)7437

休館

- 障害者福祉センター
日 10月9日(祝)
内 施設内点検のため、利用できません。
問 障害者福祉センター
☎(3905)7111
- 赤羽文化センター
日 ①10月13日(金)～16日(月)
②10月17日(火)
内 ①文化センターまつりの準備・開催及び片付けのため
②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
- 赤羽図書館・東田端図書館
日 10月24日(火)～26日(木)
内 特別整理のため、利用できません。
問 中央図書館 ☎(5993)1125

募集

◆東京都子育て支援員研修(第3期)の受講生募集

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
[募集コース] 地域保育コース、地域子育て支援コース、放課後児童コース
場 新宿、立川など ※詳しくは募集要項またはホームページをご覧ください。
内 「子育て支援員」の養成研修です。12月頃から順次開始します。
申 10月2日(月)から16日(月)までに、下記コードまたは申込書(ホームページからダウンロードできます)を郵送で申込
[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)
問 先 [地域保育コース] (公財)東京都福祉保健財団
☎(3344)8533
HP <https://www.fukushizaidan.jp/111kosodateshien/>
[地域子育て支援コース・放課後児童コース] (株)東京リーガルマインド
☎(5913)6225
HP <https://public.lec-jp.com/kosodate-tokyo/>
[研修全般に関すること] 東京都福祉局子供・子育て支援部企画課
☎(5320)4121 詳しくはこちら

講座・催し

◆中央公園文化センター特別講座「歌声喫茶～懐かしの歌を歌おう～秋の歌～」

対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月28日(土) 午後2時～3時30分
内 ピアノとギター伴奏でリクエスト曲を合唱します。
師 峰崎松根氏、戸澤千夏氏、松下美千代氏
定 60名(抽選)
費 1,000円(飲物付)
申 往復はがき(記入例参照)。リクエスト曲1曲も記入で、10月17日(火)(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



◆滝野川文化センター区民講座

- ①たきまるミーティング「地域で楽しむ交流会!」～みんなでタイのお菓子をつくろう～
対 区内在住、在勤、在学の方
日 11月5日(日) 午後1時30分～3時
師 タイ語通訳 加藤伊月氏
定 10名(抽選)
費 1,000円程度(材料費)
申 右記コード、電話または直接窓口で、10月18日(水)(必着)まで 申込はこちら
- ②江戸下級武士の暮らしと近郊遊覧～北区田端・西ヶ原を歩く～
対 区内在住、在勤、在学の方
日 内 10月28日…座学
11月4日…フィールドワーク
各土曜 計2回 午前9時30分～11時30分
師 日本近世史研究家 保垣孝幸氏
定 15名(抽選)
費 10円(保険料)
申 はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月13日(金)(必着)まで
- ③懐かしのマドレーヌ～素朴な焼菓子をみんなで作り、交流を楽しみましょう(初級)
対 区内在住、在勤、在学の講座終了後も継続してお菓子作りを学びたい方



調理例
日 10月31日、11月7日・14日 毎週火曜 計3回 午後2時～4時
師 Wakanaの美味しい教室 長谷部雅菜氏
定 15名(抽選)
費 3,000円程度(材料費、保険料全回分)
申 はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月17日(火)(必着)まで
=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

講座・催し

◆赤羽文化センター講座

①区民協働講座「世界で一つだけのMyアクセサリーを作ろう!〜純銀粘土&レジン〜」

日 10月21日、11月18日 各土曜 計2回 午後1時30分〜4時30分

師 銀粘土インストラクター 山田礼子氏
[協力] 赤銀会 定 10名(抽選)

費 2,800円(教材費2作品分)

申 はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月5日(木)(必着)まで

②区民講座「和食・洋食・中華〜栄養バランスを考えた家庭料理を作りましょう〜」

日 内 10月24日…秋の味覚を使って!レバー入りハンバーグ 11月7日…中華風の献立で! 鱈の辛み炒め 12月12日…グラタンをヘルシーに!おから入りグラタン 令和6年1月9日…お家にあるもので!簡単ポークビーンズ 各火曜 計4回 午前9時30分〜正午

師 栄養士 土屋かおり氏 定 24名(抽選)

費 3,500円(材料費・保険料全回分)

申 はがき(記入例参照)または直接窓口で、10月11日(水)(必着)まで

③区民協働講座「暮らしに彩りとやすらぎを〜いけばなで季節のお花を楽しもう〜」

日 10月30日、11月20日 各月曜 計2回 午前10時45分〜正午

師 正風流一光会 教授 加藤一恵氏 [協力] 正風流一光会

定 10名(抽選) 費 3,500円程度(花材代)

申 はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月18日(水)(必着)まで

④区民講座「今から始めよう!家族のための老い支度&財産管理」

日 10月30日(月) 午後1時30分〜3時

師 赤羽法律事務所弁護士 金沢裕幸氏、氏家義博氏 定 20名(抽選)

申 はがき(記入例参照)または直接窓口で、10月18日(水)(必着)まで

=以下、①〜④共通=

対 区内在住、在勤、在学の方

問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター

☎(3906)3911

◆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 11月5日(日) 午前10時30分〜午後4時

内 子ども向け環境学習講座をサポートするための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 16名(抽選) 申込はこちら

申 10月25日(水)までにEメール(記入例参照)で申込

問 場 先 東京家政大学環境教育学科 片田研究室(板橋区加賀1-18-1)

EM kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

◆北区飛鳥山博物館講座「開館25周年記念 北区再発見!学芸員リレー講座(後期)」

対 原則全回参加できる方

日 第6弾「江戸時代の北区」…10月28日 第7弾「明治時代の北区」…11月25日 第8弾「大正時代の北区一民俗編」…12月23日 第9弾「大正・昭和前期の北区」…令和6年1月20日 第10弾「昭和時代の北区一戦後編」…2月17日

各土曜 午後2時〜3時30分

内 開館25年の間に発見された資料や、新たに得られた知見をふまえて北区の歴史を時代ごとに振り返ります。 師 同館学芸員

対 区内在住、在勤、在学の5歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)

日 10月21日(土) 午前10時〜11時30分

内 一足早い秋の訪れを感じながら、木の葉や実などをつかった自然あそびや、生きものさがしを楽しみます。

定 10組(抽選) 申 往復はがきまたは「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームで、10月10日(火)(必着)まで 詳しくはこちら

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(祝日の時は翌日)休館) ☎(3908)0804 HP https://jyohokan.exblog.jp

定 60名(抽選) 費 各回100円(資料代) 申 往復はがき(記入例参照)または電子申請で、10月10日(火)(必着)まで 申込はこちら

◆ひきこもりの居場所「みんなの居場所」

対 区内在住でひきこもりにより自立などに困難を抱えている方またはその家族

日 毎月第2日曜(初回10月8日) 午後1時30分〜4時30分 場 岸町ふれあい館3階第5集会室(岸町1-6-17)

内 同じ悩みや辛さを持つ仲間と出会い、励ましあい、参加者同士のふれあいで元気になるきっかけづくりの場です。困りごと相談コーナーも併設しています。

申 当日、直接会場へ

問 NPO法人楽の会リーラ

☎(5944)5730(水・金曜 午後1〜5時)

◆「家」で始めるコミュニティビジネス入門セミナー

●北区コミュニティビジネス創業支援ネットワークセミナー

日 10月8日(日) 午前10時30分〜正午 場 studioハレマニ(滝野川6-11-9)

師 studioハレマニ 笠井晴子氏、暮らすLaboratoryしかのいえ 鹿野青介氏、鹿野華代子氏

定 20名(申込順) 申 10月6日(金)までにEメール(記入例参照)で申込 詳しくはこちら

問 先 暮らすLaboratoryしかのいえ

☎080(5468)0245

EM sshika@jcom.zaq.ne.jp

◆分譲マンション管理無料セミナー

対 区内分譲マンション管理組合役員及び区分所有者

日 10月21日(土) 午後1時40分〜4時 場 北とびあ7階第二研修室

内 第1部…マンション管理計画認定手続支援サービスについて 第2部…マンションみらいネットについて

師 (公財)マンション管理センター企画部次長 平野功一氏 定 60名(申込順)

申 申込書(住宅課(区役所第二庁舎3階9番)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、郵送、ファクスまたは電話で、10月13日(金)(必着)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)住宅課住宅計画係

☎(3908)9201 FAX(3908)9086

◆図書館で読書会

日 10月14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。一人で読むのとはまた違った本の読み方を楽しむ会です。小中高生の参加も大歓迎です。今回の課題本は『心の森』(小手鞠い/作)です。

[あらすじ] 父の転勤でアメリカの小学校に転校することになった少年・響。ある日、家の裏庭に続く森で不思議な少女と出会うが、少女には秘密があった…。

申 当日、直接会場へ

問 中央図書館事業係

☎(5993)1125



「心の森」 小手鞠い/作 金の星社

◆自然教室 秋の自然あそびと生きものさがし

対 区内在住、在勤、在学の5歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)

日 10月21日(土) 午前10時〜11時30分

内 一足早い秋の訪れを感じながら、木の葉や実などをつかった自然あそびや、生きものさがしを楽しみます。

定 10組(抽選) 申 往復はがきまたは「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームで、10月10日(火)(必着)まで 詳しくはこちら

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(祝日の時は翌日)休館) ☎(3908)0804 HP https://jyohokan.exblog.jp

◆彫刻(彫塑)教室 初級

対 区内在住、在勤、在学の彫刻家を目指す方

日 10月22日〜令和6年3月10日 原則日曜 計20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

定 若干名(抽選) 費 1万500円(材料費、制作台を含む)

申 往復はがきまたはEメール(記入例参照。経験の有無も記入)で、10月11日(水)(必着)まで ※メールの件名は「彫刻教室申込N」

問 先 〒114-0003 北区豊島5-3-13 北区文化振興財団(ココキタ) ☎(6338)5711

[午前9時〜午後5時(月曜休館)]

EM kcf_bunkasinkou@kitabunka.tokyo

◆起業体験ワークショップ(北区起業家育成プロジェクト〜渋沢栄一翁の志を受け継ぐ〜)

対 事業内容のイメージがあり、次のいずれかに該当する方

①区内での起業を検討中 ②区内で起業しておおむね1年以内

日 10月28日、11月11日・18日 各土曜 計3回 午前9時30分〜11時30分

場 北とびあ7階第二研修室

定 20名(申込順) 申 10月19日(木)までに北区ホームページの申込フォームで申込 ※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 産業振興課経営支援係 詳細はこちら

☎(5390)1237



◆サイバーセキュリティセミナー

日 10月27日(金) 午後1時30分から

場 北区防災センター大研修室(西ヶ原2-1-6)

内 サイバーセキュリティに関する協定を結んでいる区内3警察署、東京商工会議所北支部、北区がサイバー犯罪の脅威と現状について中小企業の方向けに実施するセミナーです。

申 ホームページで申込 ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 東京商工会議所北支部 小澤 ☎(3913)3000

HP https://myevent.tokyo-cci.or.jp/detail.php?event_kanri_id=202397

◆荒川クリーンエイド2023〜荒川でちょっといいことごみ拾い〜

日 10月29日(日) 午前10時〜正午(雨天中止) 場 荒川岩淵緑地周辺

内 河川敷のごみ調査、清掃及び水質検査

申 9月29日(金)までに電話申込

問 先 道路公園課河川係 ☎(3908)9213

◆赤羽文化ひろば10月のプログラム 新大正琴ミニコンサート

主催 北区教育委員会・赤羽文化センター利用団体連絡協議会

日 10月22日(日) 午後2時〜3時30分(1時30分開場)

内 大正琴とギターの音色で楽しいひと時をお過ごしください。「エーゲ海の真珠」、「勝手にしやがれ」など18曲を演奏します。大正琴の体験もできます。

[参加団体] 新大正琴愛好会・新大正琴コスモス会 定 100名(先着順)

申 当日、直接会場へ

問 場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) ☎(3906)3911



新大正琴ミニコンサート

◆歩こう会「柴又・矢切の渡し・野菊の墓文学碑散策」(1日コース)

共催 北区教育委員会

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(小学生は保護者同伴、未就学児も参加可)

日 10月29日(日) 午前9時 北とびあ前集合 ※小雨決行 [行程] 王子駅〜柴又駅〜矢切の渡し(乗船)〜矢切駅〜王子駅

[歩行距離] 約4km 定 30名(抽選) 費 大人2,000円・小人1,400円(交通費・資料費・保険代)

申 9月20日(水)から26日(火)までにファクス、Eメール(記入例参照)または電話で申込

問 先 北区青少年団体連合会 高岡 ☎080(1385)5729 FAX(4283)6123

EM kitaku.seidanren@gmail.com

◆顕微鏡講座

後援 北区

対 区内在住、在勤の方(親子歓迎)

日 10月22日(日) 午前10時〜正午

場 みどりと環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1) 内 顕微鏡のエキスパートを招き楽しい顕微鏡講座を開催します。

師 株式会社 岸川洋保氏 定 30名(申込順) 申 10月6日(金)までにEメール(記入例参照)または電話で申込

問 先 東京都北区環境教育を進める会 広報 渡辺 ☎090(7262)7723

EM nabecyanmiko@yahoo.co.jp

◆女流能楽師による謡曲入門〜'23秋期講座〜

後援 北区文化振興財団

対 区内在住、在勤、在学の中学生以上の方

日 10月25日、11月8日・22日・29日、12月13日 各水曜 計5回 午後6時30分〜8時

場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) 内 謡曲の初歩から丁寧に指導します。

師 宝生流能楽師 土屋周子氏 定 15名(抽選) 費 3,000円(教材費)

申 はがきまたはEメール(記入例参照)で、10月10日(火)(必着)まで

問 先 〒115-0041 岩淵町39-18-702 北区宝生会 川崎 ☎090(9159)9724

EM karo.tosen.yugyo.yanagi@gmail.com

スポーツ

◆全身運動で歩く！ ノルディックウォーキング

①はじめてのノルディックウォーキング
対 区内在住、在勤の日常的な歩行に支障のない18歳以上の方
日 10月21日(土)
午前11時～午後0時30分

②長距離を歩こう！ノルディックウォーキング
対 過去のノルディックウォーキング教室に参加された方
日 10月28日(土) 午前11時～午後0時30分

=以下、①②共通=

場 パノラマプール十条台周辺の屋外
内 スキーストックのようなポールを使用して上半身も使うアクティブなウォーキング体験です。階段の上り下りを含めて2km以上の歩行を行います(ポールの貸出あり)。
※雨天中止



師 フクシ・エンタープライズ 詳しくはこちら

定 各15名程度(抽選)

費 ①500円(初回ポール代無料)

②800円(別途ポール代が200円必要)

申 ホームページまたは往復はがき(記入例参照)で、10月12日(木)(必着)まで
※往復はがき持参有効

問 先 〒114-0032 中十条1-5-6

パノラマプール十条台管理事務所

☎ (5993) 8337

HP <https://jyujyodai-pool.jp>

◆冬に備えて体力づくりをしましょう！ 滝野川体育館 「第3期スポーツ教室」 2次募集受付中！

日 10月2日(月)～12月27日(水)

内 ヨガ&ピラティス、ZUMBA(ZUMBA GOLD®)、かんたんラテン、リトミック、キッズチアなど18種類以上の教室があります。詳しくはホームページをご覧ください。

申 9月20日(水)から右記コードまたはホームページで申込
※1通につき1教室。定員に空きがある場合は当日参加可



問 場 滝野川体育館 申込はこちら
(西ヶ原2-1-6) ☎ (3940) 1801

HP <https://kita-tai.com/sports-takitai/class/>

◆北区体育協会スポーツ教室 身体メンテナンス&体幹トレ

対 区内在住、在勤、在学の18歳～80歳
日 10月25日～12月13日 毎週水曜
計8回 1部…午後1時30分～2時40分
2部…午後3時～4時10分

場 赤羽体育館エクササイズスタジオ
(志茂3-46-16)

師 永井美和子氏 定 25名(抽選)

費 6,500円(傷害保険料を含む)

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、10月2日(月)(必着)まで



問 先 〒114-0024 申込はこちら

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/>

◆無料de体験 みんなでスポーツとカルチャーを 楽しもうクラブフェスタ2023

共催 北区

日 内 10月21日(土)

①子どもスポーツ縁日…午後1時30分～3時30分

②元オリンピック選手による小学生バドミントン教室…午前9時15分～10時45分、午前11時～午後0時30分

③東京大学研究者が指導する小学生かけっこ教室…午後4時～5時、午後5時～6時

④健康体操体験教室

(ノルディックウォーキング…午前10時30分～正午、ヨガ…午後4時～4時45分、午後5時～5時45分、三線…午後4時～6時)

⑤演芸大会(観覧)…午前11時～午後1時

=以下、共通=

対 ①～③…区内在住、在学の小学生

④⑤…区内在住、在勤、在学の方

場 ①～④…赤羽体育館(志茂3-46-16)

⑤…元気ぶらざ(志茂1-2-22)

定 ②36名 ③40名 ④ノルディックウォーキング20名、ヨガ各20名、三線10名(いずれも抽選)

申 10月10日(火)までに右記コードまたは申込フォーム(<https://forms.gle/5jjsHqjXAZ7r6V3i7>)で申込



問 先 NPO法人れっど★しゃっふる 村上

☎ 080(1338)0297

◆「スポーツの日」中央記念行事 スポーツ祭り2023

主催 スポーツ庁・日本スポーツ振興センターほか
後援 北区・北区教育委員会ほか

内 スポーツ庁長官によるセルフチェックのオンライン配信を行います。また、特設サイトではさまざまなスポーツコンテンツをご覧いただけます。

[オンライン配信] 10月9日(祝)

[コンテンツ配信] 10月1日(日)～31日(火)

詳しくは下記コードまたはホームページをご覧ください。

[協力] 味の素

問 スポーツ祭り2023事務局

HP <https://sportsfestival.jpnsport.go.jp/>

EM info@sports-matsuri2023.jp



詳しくはこちら

◆合気道初心者体験教室

後援 北区体育協会

対 区内在住、在勤、在学中で中学生以上の方
日 10月2日～30日(9日・16日を除く) 毎週月・木曜 計7回 午後7時15分～8時45分

場 滝野川体育館第二武道場(西ヶ原2-1-6)
費 初回無料
(2回目から2,000円(傷害保険料を含む))

申 10月29日(日)までにホームページで申込

問 先 北区合気道連盟

HP <https://kitaku-aikido.1web.jp/>



ホームページはこちら



トッパスリートのまち・北区

テニスフェスティバル2023

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方

日 10月29日(日) 午前10時～午後1時 ※雨天中止

場 浮間舟渡テニスコート(浮間4-27-1)

内 車いすテニス体験と交流イベント

師 2016年リオデジャネイロパラリンピック

車いすテニス男子ダブルス銅メダリスト

齋田悟司氏、

2008年北京パラリンピック車いすテニス男子

シングルス、男子ダブルス出場

藤本佳伸氏

定 40名(抽選) 申 申込書(スポーツ推進課(北とぴあ10階)、区立スポーツ施設、東京都障害者総合スポーツセンター(十条台1-2-2))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)を郵送、ファクス、Eメールまたは直接窓口で、10月6日(金)(必着)まで

※北区ホームページからも申込可

問 先 〒114-8503(住所不要)

スポーツ推進課スポーツ推進係

☎ (5390) 1134

FAX (5390) 1137

EM spo-suishin@city.kita.lg.jp



過去の様子



齋田悟司氏



藤本佳伸氏

令和6年4月に小学校へ入学されるお子さんがいる皆さんへ

平成29年4月2日から平成30年4月1日までに生まれた区内在住のお子さんを対象に就学時健康診断を行います。通知書は、10月上旬に発送する予定です。通知書に記載された学校で受診してください。指定日に受診できない場合は北区ホームページで情報をご確認ください。

なお、就学時健康診断通知書が10月13日(金)までに届かない方は学校支援課にお問い合わせください。



詳しくはこちら

問 学校支援課保健給食係 ☎ (3908) 9295



地区	学校名	実施日	受付時間	終了予定	電話番号	地区	学校名	実施日	受付時間	終了予定	電話番号
王子	王子小学校	10月19日(木)	午後0時50分～1時30分	4時	☎ (5902) 3358	赤羽	稲田小学校(都の北学園)	10月24日(火)	午後1時～1時15分	3時30分	☎ (3902) 2944
	王子第一小学校	10月26日(木)	午後1時～1時20分	3時30分	☎ (3919) 9174		桐ヶ丘郷小学校	10月20日(金)	午後1時～1時15分	4時	☎ (3907) 0878
	王子第二小学校	10月24日(火)	午後1時30分～2時	3時30分	☎ (3908) 2460		袋小学校	11月9日(木)	午後1時15分～1時30分	3時45分	☎ (3907) 7483
	王子第三小学校	11月2日(木)	午後1時30分～1時45分	4時	☎ (3907) 2355		八幡小学校	10月25日(水)	午後1時～1時15分	3時30分	☎ (3900) 8855
	王子第五小学校	10月27日(金)	午後1時20分～1時40分	4時	☎ (3907) 2381		浮間小学校	10月19日(木)	午後0時40分～1時10分	4時	☎ (3969) 0491
	豊川小学校	11月10日(金)	午後1時20分～1時50分	3時30分	☎ (3913) 4111		西浮間小学校	10月19日(木)	午後1時15分～1時40分	4時30分	☎ (5915) 0133
	堀船小学校	10月12日(木)	午後1時30分～1時45分	4時	☎ (3912) 2868		赤羽台西小学校	10月26日(木)	午後1時10分～1時30分	3時30分	☎ (3907) 2475
	柳田小学校	11月8日(水)	午後1時～1時30分	4時	☎ (3911) 5409		西が丘小学校	10月30日(月)	午後1時15分～1時45分	3時30分	☎ (3900) 8866
	東十条小学校	11月10日(金)	午後1時15分～1時35分	4時	☎ (3913) 6648		滝野川小学校	10月25日(水)	午後1時15分～1時45分	4時	☎ (3910) 3703
	としま若葉小学校	11月7日(火)	午後1時15分～1時45分	4時	☎ (3912) 1458		滝野川第二小学校	10月24日(火)	午後1時～1時30分	3時45分	☎ (3916) 3278
十条小学校	11月17日(金)	午後1時20分～1時45分	3時45分	☎ (3908) 3949	滝野川第三小学校	10月26日(木)	午後1時30分～1時45分	4時	☎ (3910) 2502		
赤羽	赤羽小学校	11月6日(月)	午後1時15分～1時45分	4時	☎ (3901) 8510	滝野川第四小学校	11月2日(木)	午後1時～1時30分	4時	☎ (3893) 0041	
	岩淵小学校	11月29日(水)	午後1時15分～1時30分	3時30分	☎ (3901) 2950	滝野川第五小学校	11月9日(木)	午後1時30分～1時45分	3時30分	☎ (3893) 1200	
	なでしこ小学校	10月26日(木)	午後1時10分～1時30分	4時	☎ (3901) 2601	西ヶ原小学校	10月30日(月)	午後1時15分～1時45分	4時	☎ (3910) 5204	
	第四岩淵小学校	11月16日(木)	午後1時15分～1時30分	3時45分	☎ (3901) 2501	谷端小学校	10月23日(月)	午後1時10分～1時25分	3時	☎ (3916) 1155	
	梅木小学校	10月24日(火)	午後1時20分～1時35分	4時	☎ (3900) 3393	田端小学校	10月20日(金)	午後1時15分～2時	4時	☎ (3823) 0014	
	神谷小学校(都の北学園)	10月27日(金)	午後1時20分～2時5分	4時	☎ (3901) 2724	滝野川もみじ小学校	11月10日(金)	午後1時15分～1時30分	3時30分	☎ (3949) 5267	

※当日の状況により、終了予定時刻より遅くなる場合があります。
※令和6年度開校、都の北学園への入学予定者は、通知書に記載しています。神谷小学校または稲田小学校で健診をお受けください。

子どもの幸せNo.1

プレーパークで外あそび!
親子で秋を楽しもう

- 袋町公園(赤羽北3-11-10)
- 日10月1日(日) 午前11時~午後4時30分
- 中央公園拡張部(十条台1-2-5)
- ※中央図書館横
- 日10月2日(月)・9日(祝)・15日(日)・16日(月)・23日(月)・30日(月)
- 午前10時30分~午後5時
- =以下、共通=
- 申当日、直接会場へ
- ※雨天実施、荒天時は中止
- 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/>
- 子ども未来課子ども未来係
- ☎(3908)9097



詳しくはこちら

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10月26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9月25日(月)午前9時から電話申込
- 問先障害福祉課公害保健係
- ☎(3908)9019

パパになるための半日コース

- 対区内在住で初めて赤ちゃんを迎える予定のパパ(出産予定月が1~3月の方)
- 日11月18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15分前から受付 ※①②同一内容
- 内講座(妊娠・出産の経過と父親の役割)、育児体験実習等(赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし)
- 定各24名(抽選)
- 申10月1日(日)から10日(火)までに電子申請で申込
- ※車での来所はご遠慮ください。
- 問場先赤羽健康支援センター(赤羽会館7階内)
- ☎(3903)6481



申込はこちら

家庭教育学級 小学生親コース「失敗や困難に負けない力(レジリエンス)を育てよう!」

- 対区内在住、在勤、在学の小学生の保護者
- 日11月2日・16日 各木曜 午前9時50分~11時50分
- 場北とびあ13階飛鳥ホール
- 内第1回...ストレスや逆境に立ち向かい、困難を乗り越える力「レジリエンス」を育てる方法
- 第2回...子どものレジリエンスを育て「強み」を引き出す関わり
- 師(一社)日本ポジティブ教育協会代表理事 足立啓美氏 定20名(抽選)
- 申9月5日(火)から右記コードまたは往復はがき(記入例参照。メールアドレスも記入。手話通訳を希望される場合は、その旨も記入)で、10月16日(月)(必着)まで
- 問先〒114-8546(住所不要)生涯学習・学校地域連携課
- ☎(3908)9323
- FAX(3900)1139



申込はこちら

北区環境大学 動物園を体験学習!

- 対区内在住の5歳~就学前のお子さんとお保護者(2名1組) ※兄弟姉妹の同席不可
- 日10月15日(日) 午前10時~11時
- 場上野動物園(台東区上野公園9-83)
- 内動物の形と暮らし環境との関係について学びます。「マイ絵本」も作ります。
- 師上野動物園動物解説員・東京家政大学環境教育学科教員など
- [協力]上野動物園
- 定16組(抽選)
- 申10月4日(水)までにEメール(記入例参照。全員の氏名・ふりがなも記入)で申込
- 申込はこちら
- 問先東京家政大学環境教育学科 片田研究室(板橋区加賀1-18-1)
- EMkouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp



申込はこちら

赤羽体育館「ヨコミネ式クラブ」令和5年度生徒募集 ~無料体験実施中~

- 内①ヨコミネ式体操教室
- ②ヨコミネ式学習教室
- ※詳しくは右記コードをご覧ください。
- 場赤羽体育館(志茂3-46-1) 詳しくはこちら
- 16) 師ヨコミネ式認定インストラクター
- 申Eメール(記入例参照。①②の別も記入)で申込
- 問先ヨコミネ式クラブ
- EMyokomine.akabane@mpandc.co.jp



ぱくぱく子どもごはん講習会(個別相談)

- 赤羽健康支援センター
- 日10月20日(金) 午前10時~午後2時45分
- 場赤羽健康支援センター701ホール(赤羽会館7階) 定20名(申込順)
- 問先赤羽健康支援センター
- ☎(3903)6481
- 王子健康支援センター
- 日10月25日(水) 午前10時~午後2時45分
- 場北区保健所2階講堂(東十条2-7-3) 定18名(申込順)
- 問先王子健康支援センター
- ☎(3919)7588



詳しくはこちら

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「歯ブラシはどんな物を選べばいいか」「歯みがき剤はいつから、どれを選べばいいか」「どんな姿勢でどのくらいの力で磨くといいか」など、初めての仕上げみがきについて歯科衛生士がアドバイスします(1組20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
10月4日(水)・18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
10月5日(木) 午前10時から	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
10月10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

※お住まいの地域に関わらず、お申し込みください。

子ども医療費助成(乳・子・青)の更新

~新しい医療証を発行しています~

10月1日(日)から有効の新しい医療証を9月下旬から順次郵送しています。10月以降、医療機関などを受診するときは、必ず新しい医療証を提示してください。

古い医療証は、子ども未来課に返送するか、区民事務所または地域振興室に返却してください。

お子さんの加入している健康保険に変更があった場合は、保険変更届にお子さんの健康保険証のコピーを添付し、子育て給付係に提出してください。

- 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



離乳食講習会(10月)~みんなで食育・楽しく食育~

- 対区内在住で令和5年2月~令和5年6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
- 申電話申込
- 日場定問先下表のとおり

日程	会場	定員(申込順)	申込・問い合わせ先
10月3日(火) ①午前10時30分から ②午後2時から	北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)	各12名	王子健康支援センター ☎(3919)7588
10月13日(金) 午後1時30分~3時	滝野川健康支援センター2階講堂(西ヶ原1-19-12)	16名	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
10月31日(火) 午後1時30分~3時	赤羽会館7階	24名	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

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。10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



ジュニア野球教室

- 主催 北区体育協会・東京都(公財)東京都体育協会
- 対区内在住、在学の3歳~小学3年生と保護者
- 日場10月15日(日)中央公園野球場A・B面(十条台1-2-1)
- 11月23日(祝)赤羽自然観察公園多目的広場野球場(赤羽西5-2-34)
- いずれも午前10時~正午
- 申各開催日1週間前までにホームページで申込 ※当日会場受付可
- 問先北区少年野球連盟副理事長 小島
- ☎090(5345)1517
- HP<http://kitakubb.blogspot.com>

北区民秋季ふな釣大会

- 共催 北区
- 対区内在住、在学の幼児~高校生とその保護者
- 日10月9日(祝) 午前6時に王子駅前公園集合(6時20分出発) ※雨天決行
- 場茨城県稲敷市新利根川~上の島新川~横根大橋~十二橋駅周辺
- 内生きたふな10匹の重量で競います。
- 定45名(申込順)
- 費5,000円(中学生以下1,000円)
- 申10月2日(月)までに電話申込
- 問先北区釣魚連合会理事長 戸田
- ☎070(5584)2853

お産準備講座

- 後援 北区
- 対区内在住の妊婦(パートナーの同伴可)
- 日10月14日(土) 午前10時~11時20分(9時30分受付開始)
- 場赤羽会館3階第1和室
- 内お産のときの過ごし方、リラックス妊婦体操など
- [持ち物]母子健康手帳、バスタオル、飲み物
- ※運動しやすい服装でお越しください。
- 師助産師
- 定10名(申込順)
- 費1名550円
- 申9月20日(水)から10月4日(水)までにEメール(件名に「お産準備講座参加希望」、本文に参加者氏名を記入)またはTwitter 北区助産師会@kitakumidwifeの申込フォームで申込
- 問(公社)東京都助産師会北地区分会 蒲澤
- ☎080(7792)5879
- EMkita.ku.midwife@gmail.com

思いっきり遊ぼう! 学ぼう!

令和6年度幼稚園・認定こども園(幼稚園枠)園児募集

幼稚園は遊びを通して豊かな体と心を育むことを目的とした学校です。区内には私立23園、区立4園があり、独自の教育方針のもと、特色ある幼児教育を行っています。

また、今年からはじまる給食費無償化(*)など、保護者の方の負担を軽減するさまざまな制度があります。

*令和5年4月から、区立幼稚園は月額4,500円を、私立幼稚園・認定こども園は最大月額5,000円を補助します。区立認定こども園は給食を無償で提供します。



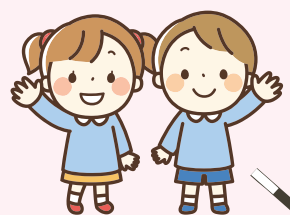
幼稚園紹介冊子は
こちら



補助制度については
こちら



幼稚園所在地マップ



私立幼稚園・認定こども園...①～⑳
区立幼稚園・認定こども園...①～④



私立園について

[入園願書の配付] 10月15日(日)以降

[願書受付・入園審査・手続き] 11月1日(水)以降

*募集クラス、日程及び手続き方法などは園によって異なります。また、認定こども園(保育園枠)は募集方法が異なります。詳しくは入園を希望する幼稚園・認定こども園へお問い合わせください。

私立幼稚園・私立認定こども園(幼稚園枠)一覧

地図No.	幼稚園名	所在地	電話番号
①	あかいとり幼稚園	赤羽台2-1-40	☎(3909)7000
②	赤羽幼稚園・赤羽こども園 ★●	赤羽西1-36-1	☎(3906)6282
③	明日香幼稚園	浮間4-2-1	☎(3966)9750
④	飛鳥すみれ幼稚園	西ヶ原3-23-13	☎(3917)1355
⑤	石川幼稚園	西ヶ原1-48-16	☎(3910)5411
⑥	いなり幼稚園	岸町1-12-25	☎(3909)9929
⑦	桜輪幼稚園	堀船1-34-12	☎(3911)0211
⑧	榎の木幼稚園	西ヶ原4-48-3	☎(3917)6632
⑨	上中里幼稚園	上中里2-2-3	☎(3912)4155
⑩	木内鳩の家幼稚園 ★●※	滝野川6-39-15	☎(3916)0940
⑪	北幼稚園 ●	浮間3-10-15	☎(3966)0526
⑫	光明院幼稚園	田端3-21-5	☎(3821)0006
⑬	島田第一幼稚園	西ヶ原2-44-9	☎(3910)3856
⑭	城北ひまわり幼稚園	昭和町1-8-10	☎(3800)1662
⑮	すずらん幼稚園	北区豊島6-9-18	☎(3919)0790
⑯	聖学院幼稚園	中里3-13-2	☎(3917)2725
⑰	星美学園幼稚園	赤羽台4-2-14	☎(3906)0052
⑱	聖母の騎士幼稚園	赤羽2-1-12	☎(3902)3533
⑲	成立学園幼稚園	東十条6-17-10	☎(3902)2120
⑳	田端さくら幼稚園	東田端2-7-10	☎(3800)6711
㉑	成徳幼稚園	北区豊島8-24-2	☎(3911)6337
㉒	富士見幼稚園	神谷3-52-3	☎(3901)4819
㉓	明照幼稚園	岩淵町2-8	☎(3901)2400

★は、認定こども園(幼稚園が保育的機能を備えた施設)です。

●は、子ども・子育て支援新制度に移行した施設です。

※木内鳩の家幼稚園は令和6年4月から幼稚園型認定こども園に移行する予定です。

問各私立幼稚園・認定こども園

区立園について

対 令和6年4月1日現在北区に住所を有する平成31年4月2日から令和2年4月1日までに生まれた4歳児で、心身ともに年齢相応な発育をしている幼児またはわずかな手助け(日常生活上、部分的な介助)があれば、集団の中でほかの幼児と一緒に園生活することができる幼児

*申込(抽選の場合は抽選)後、健康診断・行動観察・面談をして入園を決定します。

[入園時期] 令和6年4月

[募集方針] ①応募幼児数が当該園の定数を上回った場合は抽選となります。ただし、応募幼児の兄または姉が希望園の4歳児クラスに在園中の場合、無抽選となります。②令和7年4月に、じゅうじょうなかはら幼稚園とうめのき幼稚園の2園を統合・再編し、うめのき幼稚園の場所で新たな区立認定こども園(幼稚園型)を開設する予定です。それを見据えた対応として、うめのき幼稚園は園児募集及び学級編制を行います。③たきさん幼稚園は、応募幼児数が10名以下の場合、原則として学級編制を行いません。その場合は、希望により、ほかの園へ変更になります。

[入園募集案内及び申込書の配布期間・場所] 9月20日(水)～10月4日(水)…各区立幼稚園・認定こども園、区民事務所、子ども家庭支援センター(王子6-7-3)及び学校支援課(滝野川分庁舎1階)など

[申込受付日時・場所] 10月3日(火)・4日(水) 午後2時～4時
入園を希望する幼稚園・こども園(第一希望の園)

[募集人数など] 下表のとおり

区立幼稚園・認定こども園(幼稚園枠)園児募集定員

地図No.	園名	所在地	4歳児	電話番号
①	じゅうじょうなかはら幼稚園	十条仲原1-21-8	募集なし	☎(3906)1875
②	うめのき幼稚園*	西が丘2-21-15	33名	☎(3906)7643
③	たきさん幼稚園	滝野川11-12-27	30名	☎(3918)0321
④	さくらだこども園(幼稚園枠)*	王子5-2-6-103	30名	☎(3914)8486

*うめのき幼稚園では、令和7年4月の認定こども園移行に向けて、令和6年3月頃から令和7年3月頃にかけて園舎増築等工事を実施します。工事期間中の休園や移転の予定はなく、安全対策を行って工事を実施します。

*さくらだこども園は、令和7年4月に幼保連携型認定こども園から幼稚園型認定こども園へ類型変更を行うとともに、3歳児保育園枠を廃止し、令和7年度以降は、幼稚園枠・保育園枠ともに4・5歳児の2年保育を実施していく予定です。

問学校支援課学校支援係 ☎(3908)9293

自転車の代わりに置こう 思いやり

～秋の駅周辺放置自転車追放クリーンキャンペーン～

問自転車コールセンター ☎(3908)1232 土木管理課自転車対策係 ☎(3908)9218

通勤や通学、買い物など、数分から数時間置かれた自転車が「放置自転車(※)」として社会問題になっています。

自転車は、環境に優しく手軽で便利な乗り物ですが、路上に放置されると、歩行者の通行障害となり、特に車イスの方や目の不自由な方などにとっては、わずかな時間でも大変危険なものとなります。また、交通事故の原因や、災害の際に避難、消防活動等の妨げにもなりかねません。

期間中は、自転車駐車場利用の呼びかけを行うとともに、駅周辺の放置自転車撤去作業を強化します。ワイヤー錠などで公共物に固定されている場合は、切断して撤去します。切断したものについては責任を負いません。撤去された自転車を引き取る際には移送手数料として5,000円がかかります。

※**放置自転車とは**…利用者が離れていてただちに移動できない状態の自転車のこと



各移送場所返還日 (いずれも祝日・年末年始を除く)

月～土曜…
午前10時30分～午後7時
日曜…
午前10時30分～午後4時

区では、クリーンキャンペーン期間中以外も、平日と同様に土日でも放置自転車撤去を行っています。

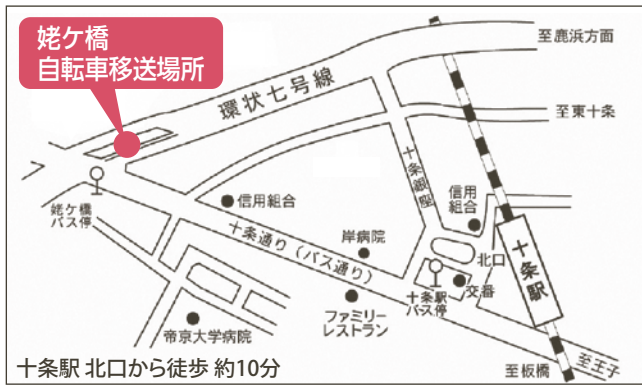
なお、今回のクリーンキャンペーンから放置自転車の撤去を更に強化いたします。自転車を放置せず、自転車駐車場をご利用ください。

日程

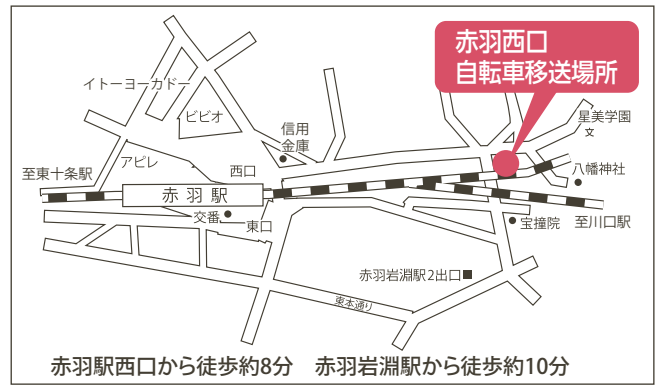
- 十条駅周辺 9月28日(木)～10月1日(日)
- 田端駅周辺 10月5日(木)～8日(日)
- 赤羽駅周辺 10月12日(木)～15日(日)
- 王子駅周辺 10月19日(木)～22日(日)
- 駒込駅周辺 10月26日(木)～27日(金)

自転車の返還場所

●**姥ヶ橋自転車移送場所**(十条駅周辺での移送先)
[所在地] 上十条5-14先



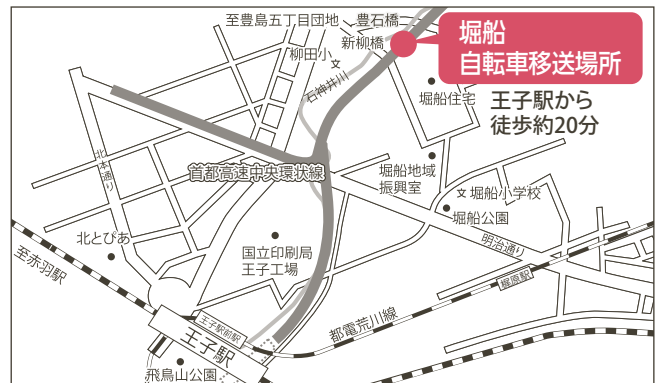
●**赤羽西口自転車移送場所**(赤羽駅西口周辺での移送先)
[所在地] 赤羽台4-1-3



●**赤羽南口自転車移送場所**(赤羽駅東口・南口周辺の移送先)
[所在地] 東十条6-1-28



●**堀船自転車移送場所**(王子駅周辺での移送先)
[所在地] 堀船2-28



(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)

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
♿ 車イス席あり…問合せ先までお申し込みください
16 表記の年齢からご入場いただける公演です 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。

12/16日 15:00 フレッシュ名曲コンサート
北区第九演奏会
北とびあ さくらホール

北区民による第九の合唱が2023年の締めくくりを彩ります!

現田茂夫 (指揮) 鈴木玲奈 (ソプラノ) 山下牧子 (メソソプラノ) 中嶋克彦 (テノール) 井出壮志朗 (バリトン)

オーケストラ: 東京フィルハーモニー交響楽団
合唱: 北区第九合唱団

〈全席指定〉S席 3,000円 A席 2,000円 (10/5(木)発売)

9/30日 14:00 人形劇団むすび座
チト みどりのゆびをもつ少年
北とびあ さくらホール

人形劇×音楽×プロジェクトマップ
多様な演出で魅せる、迫力の舞台!
8才の少年チトが大人たちに問う、心に響くファンタジー人形劇

出演者メッセージ動画

〈全席指定〉 [区民割引]
一般席 3,800円 → 3,400円
小学生以下 1,800円 (発売中)

11/4日 14:00 陽二蓮 歌の世界 VOL.27
北とびあ つつじホール
歌と共に生きる (発売中) 詳しくはHPへ

11/14日 18:30 第100回 二期会オペラ研修所コンサート
北とびあ さくらホール (発売中) 詳しくはHPへ

10/31日 ~ 11/5日 未開の議場 2023
北とびあ 15階ペガサスホール (発売中) 詳しくはHPへ

12/7日 19:00 落語VSプロレス Vol.2 「コラボマッチ in 北とびあ」
北とびあ つつじホール (発売中) 詳しくはHPへ

12/23日 13:30 ノースジャズ Vol.11
北とびあ さくらホール (10/3(火)発売) 詳しくはHPへ

チケットのお求め 発売初日は10:00～
ほくチケ (ほくとびあチケットオンライン) https://p-ticket.jp/kitabunka
※要無料アカウント登録
※PC・スマホをお持ちの方のみ
北とびあ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
※上記以外のプレイガイドでお求めいただける公演もあります。詳しくはHPへ

北区民割引|取扱い
※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。



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