

NO.1546

毎月1日・10日・20日発行

6 | 1

平成29年(2017)

# 北区ニュース

世帯数	192,456	前月比 897増
総人口	347,018	769増
日本人人口	326,670	192増
男	162,168	93増
女	164,502	99増
外国人人口	20,348	577増
男	10,281	366増
女	10,067	211増
年齢別人口*	14歳以下… 35,112(10.1%)	
	15歳～64歳… 224,013(64.6%)	
(構成比)	65歳以上… 87,893(25.3%)	

\*外国人人口を含む

## 平成28年度 下半期10月～3月

# 北区の財政状況

問 財政課 ☎(3908) 1105

区は、福祉や教育、まちづくりなど区民の皆さんの日常生活に密着した、さまざまな仕事をしています。その費用は、区民の皆さんに納めていただいた特別区民税や国・都支出金、特別区交付金、特別区債などでまかなわれています。これらの収入がどのくらいで、どのような仕事に使われたか、また、区の財産、特別区債の状況がどのようになっているかを知っていただくため、毎年2回、財政状況の公表を行っています。

今回は、平成28年度下半期(10月～3月)の財政状況についてお知らせします。

### ●平成28年度 予算の概要

「区民とともに」の基本姿勢のもと、北区の将来を見据えて、「地域のきずなづくり」と「子育てファミリー層・若年層の定住化」の2つの最重要課題について積極的に取り組むため、3つの優先課題を中心として事業のレベルアップを図るとともに、本格化するまちづくりの一層の推進や、平成28年3月に策定した「北区版総合戦略」の実現に向けて、新たな施策を構築しました。なお、平成28年度は、北区制70周年の節目の年でした。この記念の年に、北区が目指すべき将来の方向性をしっかりと見据え、「人が輝く、まちが輝く、未来が輝く ふるさと北区」の実現に向けて、機を逃さず実行力を発揮し、力強く踏み出す積極的な予算としました。

### ●補正予算

平成28年度下半期に区議会で可決された補正予算の主な内容についてお知らせします(△は減額)。

#### ■11月<一般会計>

- 庁舎営繕費増額 2,450万円  
第一庁舎2階の空調機の更新による増額
- 留守家庭児童対策費増額 398万円  
学童クラブの新設及び定員拡大に伴う物品等の購入経費の増額
- 特別区全国連携プロジェクト関連事業費 100万円  
助成金を活用し、岩手県との連携事業を実施
- 学校改築事業費(中学校)増額 5,668万円  
浮間中学校の改築に伴う仮校舎の整備による増額

#### ■11月<特別会計>

- 国民健康保険事業会計
- 一般管理事務費増額 5,253万円  
高額療養費及び高額介護合算療養費の算定誤りに係る追加支給の時効到来分に対する賠償金及び遅延損害金を計上

#### 介護保険会計

- 一般管理事務費増額 1,398万円  
高額介護サービス費の算定誤りに係る追加支給の時効到来分に対する賠償金及び遅延損害金を計上

#### ■2月<一般会計>

- 都市型軽費老人ホーム整備費補助事業費 1億6,620万円  
社会福祉法人等が設置する都市型軽費老人ホームの整備費及び開設準備経費の一部を補助
- 障害者福祉施設用地取得費増額 990万円
- 仮称滝野川三丁目公園用地取得費増額 1億6,976万円
- 仮称区営シルバーピア滝野川三丁目用地取得費増額 1億7,795万円  
国からの価格提示にあわせた増額
- 臨時福祉給付金等事業費減額 △1億8,763万円
- 生活保護法に基づく保護費減額 △3億3,159万円
- 十条駅西口市街地再開発促進事業費減額 △4億6,220万円  
事業の進捗状況にあわせた減額

#### ■2月<特別会計>

- 国民健康保険事業会計
- 給付見込みにあわせた予備費の減額など △9億6,683万円
- 介護保険会計
- 介護予防・生活支援サービス事業費減額など △1億1,733万円
- 後期高齢者医療会計
- 健康診査費減額など △4,054万円

平成28年度最終予算額 単位:千円

会計区分	当初予算額	補正予算額	計(最終予算額)
一般会計	148,946,000	△303,621	148,642,379
国民健康保険事業会計	46,855,871	△878,514	45,977,357
中小企業従業員退職金等共済事業会計	155,263	0	155,263
介護保険会計	28,187,345	1,021,757	29,209,102
後期高齢者医療会計	8,138,462	189,843	8,328,305
合 計	232,282,941	29,465	232,312,406

### ●平成29年度 当初予算

中心となる一般会計予算は、1,468億2,000万円、対前年度比1.4%の減となりました。特別会計を含めた予算総額では、2,317億444万5千円で、対前年度比0.2%の減となりました。

詳しくは、北区ニュース4月20日号の予算特集記事をご覧ください。

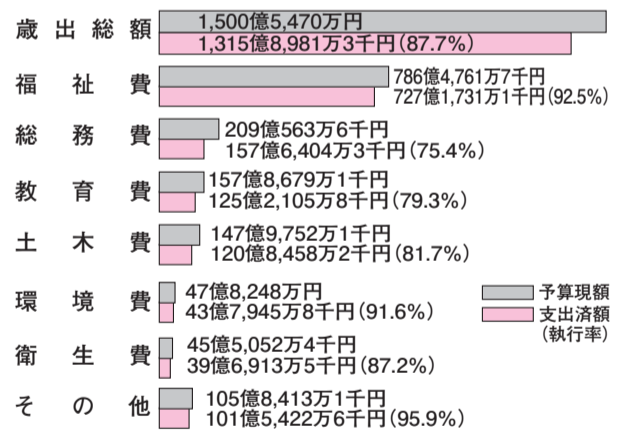
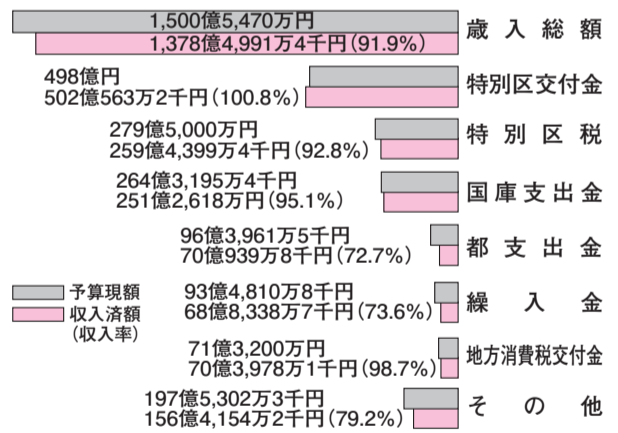
### ●平成28年度 予算の執行状況

(平成29年3月31日現在)

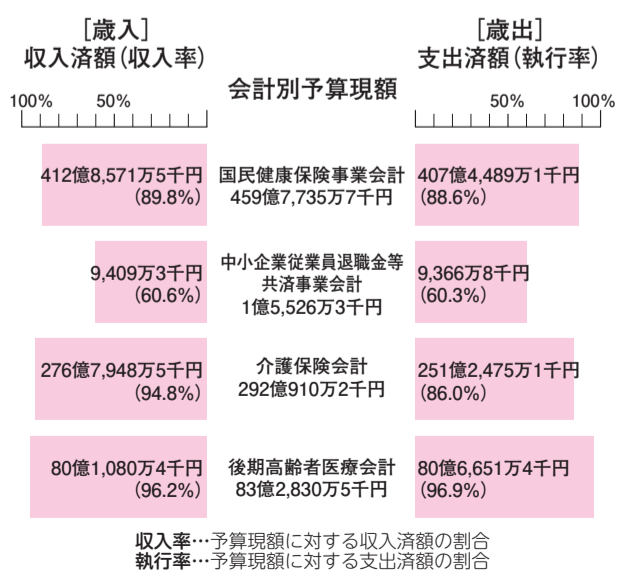
収入済額・支出済額は、平成29年3月31日現在のもので、出納整理期間(平成29年4月1日～5月31日)の数字は含まれません。そのため、最終的な決算額とは異なります。

#### 一般会計

予算現額には、平成27年度からの繰越明許費(※)が含まれています。  
※繰越明許費とは、歳出予算のうち、経費の性質や予算成立後の何らかの理由で、その年度内に支出が終わらない見込みがあるものについて、議会の議決を得て翌年度に繰り越して使用できる経費をいいます。



### 特別会計



### 区民負担の状況

平成29年3月31日現在の特別区民税(現年課税分)の調定額(区が収入すべき金額)から区民の皆さんの一人あたり、一世帯あたりの負担額を計算すると、次のようになります。

特別区民税調定額	255億6,680万円
日本人人口	326,478人
外国人人口	19,771人
世帯数	191,559世帯

特別区民税の負担額

- 一人あたり 73,839円
- 一世帯あたり 133,467円

### 基金の状況

基金とは、特定の目的のために積み立てている区の貯金のことです。基金の現在高(平成28年度末見込)は529億9,820万5千円です。このうち、年度間の財源調整を図るための財政調整基金と減債基金、施設建設基金、まちづくり基金、学校改築基金を合わせた5基金の合計は、511億4,820万5千円です。

### 区の財産

区民の皆さんが利用する公園、学校、保育園、図書館、区民センターなどの土地、建物や有価証券などをいいます。

種別	数量
土地	1,220,591㎡
建物	681,034㎡
権利等	1,646㎡
株券等	408株
出資による権利	12件

(平成29年3月31日現在)

### 特別区債の状況

学校の改築や区民センター等の施設建設、公園の用地取得などは一時に多額の費用を必要とします。これらの施設は、区民の皆さんが長期にわたって利用するものです。そこで、財政負担の年度間調整を図り、その費用を将来の区民の方々にも負担していただくという考えのもと、国や民間からの資金を長期に借り入れることがあります。これを「特別区債」といいます。  
特別区債の借入残高(平成28年度末見込)は、277億6,257万6千円です。

記事の見方  
対象日  
日時  
会場  
内容  
師講師  
定員  
費用  
記載のない場合は無料です  
申込み方法  
お問い合わせ  
先申込み  
HP  
ホームページ  
Eメール

## ◆都営住宅地元割当・単身及び家族向け(あき家)の入居者募集

### ●家族向け

**対** 次の①～⑤のすべてに該当する方 ①申込者本人が区内に居住する成年者(20歳未満の既婚者を含む)で、住民票で証明できる(外国人は「永住者(特別永住者を含む)及びその配偶者等」「定住者」「日本人の配偶者等」、または在留実績が継続して1年以上ある) ②同居親族がいる(外国人は在留資格が確認できる) ③所得(同居親族に所得がある場合は合算)が定められた基準内である ④住宅に困っている ⑤申込者(同居親族を含む)が暴力団員ではない

### ●単身者向け

**対** 「家族向け」の①③④⑤及び、申込時に3年以上区内に居住している60歳以上の方、身体障害者手帳の交付を受けている1～4級の方、知的障害のある方、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている1～3級の方、DV被害者及び生活保護受給者など

**【募集する住宅及び戸数】** 上十条(1戸)、赤羽北二丁目第2(1戸)、赤羽西六丁目(1戸) 桐ヶ丘赤羽台(1戸)、滝野川二丁目(1戸)

※詳しくは「募集案内」をご覧ください。

**【申込書・募集案内の配布期間・場所】** 6月5日(月)～12日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)

※区民事務所及び地域振興室は配布部数に限りがあります。

**申** 郵送で6月15日(木)までに区営・区民住宅受付担当に届いた申込書に限り受け付けます。 ※5月の都営住宅の募集に申し込みした方、また同時に実施する区営住宅募集に申し込む方も申込できます。

**問先** 〒114-8508(住所不要)区営・区民住宅受付担当

☎(3908)1523

## ◆第3回東京都北区地域保健福祉計画策定委員会

**日** 6月27日(火) 午後2時から

**場** 第2委員会室(区役所第一庁舎4階)

**内** 地域課題の整理、計画中間案の検討ほか

**定** 20名(先着順) **申** 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。

**問** 健康福祉課事業調整係

☎(3908)9082

## ◆第4回北区産業活性化ビジョン検討委員会

**日** 6月20日(火) 午後5時から

**場** 北とぴあ9階902会議室 **申** 傍聴希望の方は、事前にご連絡ください。

**問** 産業振興課産業振興係

☎(5390)1234

## くらしのトラブル注意報

**問** 消費生活センター ☎(5390)1239

### ガス小売自由化がスタート

**ガス契約変更の勧誘電話に気をつけましょう**

これまで消費者向けの都市ガスの契約は、地域ごとに特定の事業者としか契約できませんでしたが、複数の業種や業態の事業者の中から、契約先を選択することができるようになりました。一方で、今までのガス契約先だと思い話をしていたところ、実は別のガス事業者からの勧誘電話で、知らないうちにその事業者と契約させられてしまったという相談が大変多くみられます。

**【アドバイス】**①電話をかけてきた事業者の名前や連絡の目的をきちんと確認しましょう。留守電話に設定しておき、知っている人からの電話にのみ出る方法も有効です。

②電話をかけてきた相手に、不用意にお客様番号など個人の情報を伝えないようにしましょう。③ガスの小売自由化に伴いガス器具などを取り替える必要はありません。

不審なことなどがあれば、消費生活センターへご相談ください。

**問** 消費生活センター

**【相談日時】**月～金曜(祝日、年末年始を除く) 午前9時30分～午後4時

☎(5390)1142

## 行楽シーズンの食中毒にご注意ください

作ってから食べるまで時間があるお弁当や、生肉を扱うバーベキューは、食品の取り扱い方に注意をしないと、食中毒を起こしかねません。楽しい思い出を台無しにしないために、以下の点に注意しましょう。

### ●お弁当の注意点

①必ず当日に作りましょう。②調理前にしっかり手を洗いましょう。③おにぎりはラップに包んで握りましょう。④食品に直接触れないように箸などを利用し盛り付けましょう。⑤作ったお弁当は涼しい所へ置き、早く食べるようにしましょう。

### ●バーベキューの注意点

①肉、魚、野菜は食材ごとにビニール袋や容器に入れましょう。②食材は、保冷剤の入ったクーラーボックスなどに入れて保管しましょう。③お肉は中心部までしっかり加熱しましょう。④生肉を焼く場合は、専用の箸かトングを使用し、生肉に触れた箸などで食事をしないようにしましょう。⑤生肉に触れた時は、しっかり手を洗いましょう。

**問** 北区保健所生活衛生課食品衛生担当

☎(3919)0726

# 東京都議会議員選挙

投票日 **7/2日**

投票時間 午前7時～午後8時

**問** 選挙管理委員会事務局 ☎(3908)9054 FAX(3908)9064

※時間帯によっては、混雑のため投票までにお時間を要する場合があります。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

### ●北区で投票できる方

平成11年7月3日までに生まれた日本国民で、平成29年3月22日までに北区で住民登録をし、引き続き北区内に住所を有する方

### ●最近住所を移した方(都外に転出した方は投票できません)

**【北区に転入した方】**平成29年3月23日以降に北区に転入届を出した方は、北区の選挙人名簿に登録されないため、北区では投票できません。ただし、都内の他区市町村から北区に転入した方で、前住所地の選挙人名簿に登録されている方は、前住所地の投票所で投票できます。その場合は、北区長が発行する選挙用住民票(無料)を前住所地の投票所へお持ちいただくと手続きがスムーズです(発行場所などは、表1のとおり)。

**【北区から転出した方】**北区で住民登録を行い、引き続き3カ月以上住所を有していた方で、平成29年3月2日以降に都内の他区市町村に転出し、新住所地の選挙人名簿に登録されていない方は、北区で投票できます。新住所地の区市町村長が発行する選挙用住民票(無料)を投票所へお持ちいただくと手続きがスムーズです。

表1

発行場所	期間	時間
王子区民事務所 (区役所第二庁舎1階)	6月30日(金)まで (土曜を除く)	月～金曜…午前8時30分～午後8時 日曜…午前9時～午後5時
	7月1日(土)	午前8時30分～午後8時
	7月2日(日)	午前7時～午後8時
赤羽区民事務所 (赤羽1-1-38) ※平成29年2月13日から 上記の場所に移転しました。	6月30日(金)まで (土曜を除く)	月～金曜…午前8時30分～午後8時 日曜…午前9時～午後5時
滝野川区民事務所 (西ヶ原1-23-3) 区民事務所分室	6月30日(金)まで (土・日曜を除く)	午前8時30分～午後5時

### ●選挙のお知らせ(投票所入場整理券)

6月23日(金)頃から、1つの封書に世帯全員分をまとめて送付します。

※「選挙のお知らせ」が届かない場合や紛失した場合でも北区の選挙人名簿に登録され、選挙の要件を満たしていれば投票できます。投票所で係員にその旨お申し出ください。

### ●当日投票所の場所変更(該当の区域にお住まいの方は、ご注意ください)

表2

投票区	新投票所名(新所在地)	旧投票所名(旧所在地)	区域
第3投票区	田端中学校特別活動室 (田端6-9-1)	旧滝野川第七小学校 (田端4-17-1)	中里1丁目(全域) 中里2丁目(全域) 中里3丁目1～11、21～25(終) 田端4丁目(全域) 田端5丁目10～16(終) 田端6丁目5～12(終) にお住まいの方
第37投票区	赤羽スポーツの森公園 競技場ふれあいホール (赤羽西5-2-27)	稲付中学校 (赤羽西6-1-4)	赤羽西5丁目2～12(終) 赤羽西6丁目(全域) にお住まいの方

### ●当日投票所の名称変更

第35投票区は、旧第三岩淵小学校から稲付中学校に投票所の名称を変更しますが、投票場所は変わりません。

### ●投票の呼びかけ

7月2日(日)の午前10時、午後1時・6時5分頃に、防災無線で投票案内を放送します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

### ●期日前投票所(会場により開設期間が異なります)

仕事や旅行、用事などで投票日に投票所に行けない方は、期日前投票をご利用ください。

**【投票時間】**午前8時30分～午後8時

表3

期日前投票所名(所在地)	開設期間	駐車場
北区役所第四庁舎3階第一研修室	6月24日(土)～7月1日(土)	あり
赤羽会館1階ロビー		
滝野川会館2階ホワイエ(西ヶ原1-23-3)		
赤羽北区民センター2階活動室 (赤羽北2-25-8-201)	6月29日(木)～7月1日(土)	なし
田端文士村記念館1階多目的ホール(田端6-1-2)		
東十条区民センター3階地域振興室会議室 (東十条3-2-14)		

※6月25日(日)から7月2日(日)まで、田端文士村記念館多目的ホール内の常設展示資料の一部をロビーにて展示します。

### ●投票所及び期日前投票所の備え付け物資

コミュニケーションボード、文鎮、ルーペ、老眼鏡、車イス、点字版の氏名等一覧、点字器

### ●特別な事由による投票方法

**【点字投票】**視覚が不自由な方は点字で投票することができます。

**【代理投票】**心身の故障その他の事由で字を書くことが困難な方に代わり、投票所の係員が代筆します。

**【滞在地での不在者投票】**選挙期間中に仕事などで区外に滞在中の方は、投票用紙を取り寄せて、滞在先の不在者投票場所です。手続きに日数を要するため、お早めにお問い合わせください。

**【指定施設における不在者投票】**病院や老人ホームなどに入院・入所している方の施設が不在者投票の指定施設であれば、施設で投票できます。病院や施設にご確認ください。

**【郵便による不在者投票】**表4の基準に該当する方は、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受けて郵送で投票できます。投票用紙の請求期限は6月28日(水)までです。

表4

障害・要介護を証明するもの	障害などの等級	
介護保険の被保険者証	要介護5	
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級または3級
戦傷病者手帳	免疫・肝臓	1級から3級
	両下肢・体幹	特別項症から第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓	特別項症から第3項症

### ●選挙公報

6月27日(火)頃から各戸配布します。また、東京都選挙管理委員会ホームページ(<http://www.senkyo.metro.tokyo.jp/>)でもご覧になれます。

なお、届かない場合は、☎(5972)4144「(株)読売IS」(配布委託業者)(午前9時～午後7時)にご連絡ください。配達員がお届けします。また、区内施設や駅の広報スタンドにも備え置きます。点字版及び音声版をご希望の方は、お問い合わせください。

### ●開票

7月2日(日)午後9時から滝野川体育館で即日開票します。開票の参観人は、投票区である北区の選挙人に限られます。



催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は8面をご覧ください

国保

◆国民健康保険料納入通知書及び納付書を6月12日(月)にお送りします

平成29年度国民健康保険料納入通知書と納付書(6月期から9月期分及び1年分一括)を世帯主宛てに発送します。世帯主が国保に加入していない場合も世帯主宛てになります。口座振替の方及び年金からの差し引きの方には、国民健康保険料納入通知書のみお送りします。10月期以降の納付書は、10月中旬以降に発送する予定です。

なお、平成29年度国民健康保険は、平成28年中の収入に基づく賦課のもととなる所得金額(算定基礎額)から計算し、決定しています。ただし、平成29年1月2日以降に転入した方や住民税の申告が遅れた方などには、均等割額のみお知らせしています。正確な保険料額は、所得金額が判明した後に変更通知によりお知らせします。

問 国保年金課国保資格係 ☎(3908)1131

◆倒産・解雇などによる離職者の方は国民健康保険料が減額されます

対 次の①～④に該当する方で離職により社会保険資格を喪失し、新たに国民健康保険に加入した被保険者及び①～④に該当する方で離職した国民健康保険に加入している被保険者 ①離職時65歳未満 ②ハローワークで雇用保険受給資格者証を受け取っている ③雇用保険の受給資格が「特定受給資格者」、または「特定理由離職者」 ④雇用保険受給資格者証に記載されている離職理由番号が11・12・21・22・31・32(特定受給資格者)、または23・33・34(特定理由離職者)。 ※ただし、特例受給資格者(「特」表示)、高年齢受給資格者(「高」表示)は対象外です。 ※区条例の減免対象となる場合があります

すので、詳しくはお問い合わせください。【減額する金額】失業者の所得のうち保険料算出根拠となる年の給与所得を30%として保険料を算定します。なお、均等割額は原則、減額となりません。ただし、給与所得の算出により総所得の金額が一定の基準以下になった場合は減額となります。また、保険料が均等割額のみで世帯の場合は、減額にならない場合があります。【減額する期間】離職日の翌日の属する月からその月の属する年度の翌年度末まで【持ち物】①雇用保険受給資格者証 ②印鑑(認印でも可) ③国民健康保険被保険者証(保険証) ④マイナンバーカード、通知カードなど 問先 国保年金課国保資格係(区役所第一庁舎2階23番) ☎(3908)1131

介護

◆平成29年度 東京都介護支援専門員(ケアマネジャー)実務研修受講試験「受験要項」を配布します

【配布期間】6月1日(木)～30日(金) 【資格】保健・医療・福祉分野で通算して5年以上の実務経験がある方など 【試験日】10月8日(日) 【受験要項の配布場所】介護保険課給付調整係(区役所第一庁舎1階13番)、各高齢者あんしんセンター、都庁1・2階案内所 【受験申込受付期間】6月1日(木)～30日(金) 申 東京都福祉保健財団所定の封筒を使用し、必ず簡易書留扱いにしてください。 ※「受験要項」を郵送で請求する場合は、380円切手(1冊分)を貼った角2(A4サイズ)の封筒を同封し、〒163-0719新宿区西新宿2-7-1 小田急第一生命ビル19階東京都福祉保健財団ケアマネ試験担当まで送付してください。 問 介護保険課給付調整係 ☎(3908)1286

通徴収)の納税通知書は、都営住宅収入報告書に添付する平成29年度課税証明書の代わりとして提出できます。

【申請に必要なもの】 本人が申請するとき…①本人を確認できるもの(運転免許証、健康保険証など) ②手数料(1通300円) 本人以外の方が申請するとき…①代理人自身を確認できるもの ②手数料(1通300円) ③委任状(委任状記入例を参考に作成してください) ※夫婦や家族の間柄でも、本人以外の方が申請する場合には委任状が必要です。

●マイナンバーカードを利用してコンビニエンスストアで税証明が取得できます

利用者証明用電子証明書を格納したマイナンバーカードを利用して、コンビニのマルチコピー機で住民税課税(非課税)証明書(直近2年度分)が取得できます。発行手数料は1通200円で、窓口申請より割安です。ぜひ、ご利用ください。

問 税務課税務係 ☎(3908)1114 委任状記入例

Table with 2 columns: 委任状 (委任状) and 内容 (Content). It details the appointment of an agent for tax payment, including the agent's name (Akiba Ichiro) and the principal's name (Akiba Ichiro).

※便せんなどで委任者本人が作成し、必ず押印してください。

6月は蚊の発生防止強化月間です



区では、区道や区立公園など公共の雨水マスに幼虫の成長を抑える薬剤を散布し、発生総数を減らす対策を行っています。しかし、蚊は小さな水たまりでも、1週間ほど水がたまる場所であれば簡単に発生します。1週間に1度は、以下の発生源をチェックし、不要な水たまりはなくしましょう。



ヒトスジシマカ (出典：国立感染症研究所)

また、なくせない水たまりは定期的に清掃や水の交換を行いましょう。一人ひとりができる対策が蚊の発生予防につながります。

- 発生源チェック プランターや植木鉢の受け皿、空き缶、ビン、ペットボトル、雨よけシートのたるみ、放置された古タイヤ、雨どい、肌溝など
●対策ポイント ①窓には網戸を取付け、破れがないか点検する。②ドアや窓の開け放しに注意する。③肌の露出を少なくする。④虫よけスプレーを散布する(用量・用法を守りましょう)。
問 北区保健所生活衛生課環境衛生担当 ☎(3919)0720
問 北区保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102

◆都民住宅(東京都施行型)あき家の入居者募集

都民住宅は、中堅所得者層の家族世帯に良質な住宅を提供することを目的とした賃貸住宅で、仲介手数料、礼金、更新料は必要ありません。入居資格など詳しくは「都民住宅募集案内」をご覧ください。
【申込書・募集案内配布期間・場所】6月1日(木)～9日(金) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)及び区民事務所(各開庁時間内)
【申込書・募集案内配布期間・場所】6月1日(木)～9日(金) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)及び区民事務所(各開庁時間内)
【申込書・募集案内配布期間・場所】6月1日(木)～9日(金) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)及び区民事務所(各開庁時間内)
【申込書・募集案内配布期間・場所】6月1日(木)～9日(金) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)及び区民事務所(各開庁時間内)

◆区営住宅(あき家)の入居者募集

対 次の①～⑤のすべてに該当する方 ①申込者本人が区内に居住する成年者(20歳未満の既婚者を含む)で、住民票で証明できる(外国人は「永住者(特別永住者を含む)及びその配偶者等」「定住者」「日本人の配偶者等」または在留実績が継続して1年以上ある) ②同居親族がいる(外国人は在留資格が確認できる) ③所得(同居親族に所得がある場合は合算)が定められた基準内である ④住宅に困っている ⑤申込者(同居親族を含む)が暴力団員ではない ※単身者向けの募集はありません。
【募集戸数】16戸 ※募集は区営住宅全体として行いますので、団地を指定して申し込むことはできません。
【申込書・募集案内の配布期間・場所】6月5日(月)～12日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)
【申込書・募集案内の配布期間・場所】6月5日(月)～12日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)
【申込書・募集案内の配布期間・場所】6月5日(月)～12日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)
【申込書・募集案内の配布期間・場所】6月5日(月)～12日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)

◆北区きらりと光るものづくり顕彰募集

北区の優れたものづくり企業や技能者を顕彰します。自薦・他薦は問いません。
【対象部門及び件数】下表のとおり
【顕彰】平成30年2月9日(金)の顕彰式で賞状、副賞及び記念品を贈呈。北区ホームページなどで広く顕彰内容を周知します。また、企業部門では融資制度の優遇や見本市等の出展経費補助などが受けられます。

Table with 2 columns: 対象部門 (Target Department) and 顕彰件数 (Number of Awards). It lists categories like 'Healthy Business Base' and 'Technical Personnel' with their respective award counts.

第2回 北区議会定例会議

- 日内 6月13日(火) 本会議
14日(水) 本会議
16日(金) 区民生活委員会 文教子ども委員会
19日(月) 健康福祉委員会 建設委員会
20日(火) 企画総務委員会
21日(水) 議会運営委員会
22日(木) 本会議
すべての会議を公開しています。傍聴希望の方は、当日、区議会事務局(区役所第一庁舎4階)へお申し出ください。6月14日(水)の本会議は開会しない場合がありますので、傍聴希望の方はお問い合わせください。
※会議はいずれも午前10時開会の予定です。北区議会は5月1日からクールビズ(軽装)対応をしています。
問 区議会事務局議事調査係 ☎(3908)9948

お知らせ

◆課税(非課税)証明書をお取りになる方へ
平成29年度課税(非課税)証明書は、6月5日(月)から発行(予定)します。税務課税務係(区役所第一庁舎2階12番)または区民事務所・分室で申請してください。
なお、平成29年度特別区民税・都民税(普

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

友好都市とのきずな

群馬県中之条町「親子ふるさと体験」参加者募集

区内在住でおおむね5歳以上の子どもと保護者(1家族2~5名程度)
7月28日(金)~29日(土)の1泊2日(28日午前8時区役所を出発、29日午後6時頃区役所で解散予定)
農作物の収穫、そば打ち体験など(収穫物の送料は別料金、食事は1日目の昼食から2日目の昼食まで含み、中之条町まで大型バスで往復)
四万温泉ゆずりは荘 ※内容及び宿泊場所に変更する場合があります。
40名程度(抽選) 費中学生以上9,000円、小学生以下5,000円
往復はがき(記入例参照。参加人数、全員の氏名・ふりがな・性別・生年月日・年齢も記入)で、6月16日(金)(必着)まで
※家族単位でお申し込みください。
114-8503(住所不要) 地域振興課地域振興係
(5390)0092

酒田市特産「刈屋梨」オーナー募集!

区の友好都市・山形県酒田市で刈屋梨のオーナーを募集します。
①幸水(1口5キロ、9月上~中旬発送)またはラ・フランス(1口5キロ、11月上~中旬発送)
②フランス紀行(フランス原産3品種を各3キロ、10月上旬~11月上旬に3品種を3回に分けて発送)
③和なし三昧(和なし4品種を各3キロ、9月中旬~10月中旬に4品種を4回に分けて発送)
※オーナー通信の送付や年1回程度のイベントを予定。事前申込で農業体験(無料)ができます。
①1口4千円 ②1口8千円 ③1口1万円
※全て税、送料込み 申パンフレットの申込用紙に必要事項を記入し、郵送またはファクスで申込。折り返し郵便局振込用紙を送付します。7月31日(月)まで随時受付。
※パンフレットは地域振興課(北とびあ10階)、各地域振興室にあります。
998-8510 山形県酒田市曙町1-1 JA庄内みどり みどり販売課刈屋梨オーナー倶楽部事務局
0234(26)5535
FAX0234(24)5777

長生きするなら北區が一番



ロコモ予防講座〜ロコモ体操で動ける身体を保つ〜

区内在住、在勤の60歳以上で全回参加できる方
7月5日〜19日
毎週水曜 計3回 午前9時45分〜11時45分
場元氣ぶらさぎ第1ホール(志茂1-2-22)
内「ロコモティブシンドローム」を予防し、「動ける身体」を保つために、簡単な筋力アップ運動、バランストレーニング、身体を上手にコントロールするための巧緻性トレーニングを紹介、実践します。
※当日教室開始前に血圧測定を行い、測定結果によっては、参加できない場合があります。
師早稲田大学スポーツ

ツ科学学術院非常勤講師 荒木邦子氏
定30名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、6月15日(木)(必着)まで
問先 114-8508(住所不要) 健康推進課健康づくり推進係「ロコモ予防講座」担当
(3908)9068

健康増進センター(へるしあK-I-T-A)

体幹エクササイズ
区内在住、在勤で40歳以上の方
7月8日(土)・15日(土) 計2回
午前10時〜11時30分
内腹部、腰背部を中心としたストレッチと筋力トレーニング
定30名(抽選)
申往復はがき(記入例参照)で、6月15日(木)(必着)まで
問場先 114-0002 王子5-2-15101 健康増進センター
(5390)2220

シニア割引券

Table with 5 columns: 催し, 日程, 定員(抽選), 費用. Includes events like 'はじめて楽しむ文楽「義経千本桜」' and 'ベートーヴェン、シューマン、ショパンが愛したピアノたち'.

シニア割引券でご鑑賞ください
北とびあで実施する次の催し物を正規料金の約半額で鑑賞できます。
区内在住で60歳以上の方
日 内定費 左表のとおり
場北とびあさくらホール
申往復はがき(記入例参照。①〜⑤の別、車イス・付き添いが必要な方はその旨を朱書き)で、6月15日(必着)まで ※1名1席のみ申込可
※チケットの引き換えは、事前に北とびあで行います。
問先 114-8508(住所不要) 高齢福祉課高齢福祉係
(3908)1158

古民家年中行事「浮間の七夕飾り〜マコモとワラで七夕馬を作ります〜」

区内在住、在学、在勤の方(小学3年生以下は保護者同伴)
7月2日(日) 午後1時~4時
内 イネ科の「マコモ」と「ワラ」を使って、かつて荒川流域で作られていた七夕馬を作ります。
※6月24日(土)まで体験館に短冊を用意しています。開館時間内に願い事を書いて所定の箱に入れていただければ大竹に飾りつけます。
定15名(抽選)
申往復はがき(記入例参照。全員(2名までの氏名・住所・年齢(学生は学年)も記入)で、6月17日(土)(必着)まで
問場先 115-0055 赤羽西5-2-34赤羽自然観察公園内 北區ふるさと農家体験館(午前9時30分~午後4時30分)
(5993)8361

パパになるための半日コース

区内在住で妊娠24週以降の方とパートナー
7月15日(土)
①午前9時30分~11時30分
②午後1時30分~3時30分(いずれも30分前から受付)
※①②とも同一内容
内先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験実習(赤ちゃんのお風呂入れ、おむつ交換など)
定20組(抽選)
申往復はがき[記入例参照。予定日と希望時間(どちらも参加できる場合は希望順位)も記入]で、6月20日(火)(当日消印有効)まで ※車での来所はご遠慮ください。
問場先 114-0001 東十条2-7-3北區保健所内 健康推進課王子健康支援センター
(3919)7588

離乳食講習会 ~みんなで食育・楽しく食育~

区内在住で乳児(3~4カ月)健診後から生後8カ月未満の乳児(第1子優先)の保護者(保育なし)
7月4日(火) 午後1時30分~3時
内離乳食から幼児食への移行のポイント(お話と試食)
定32名(申込順)
申6月5日(月)午前9時から電話申込
問場先 健康推進課滝野川健康支援センター(赤羽会館6・7階)
(3903)6481

ぱくぱく子どもごはん講習会 ~幼児食へのステップアップ~

区内在住で平成28年5月~7月生まれのお子さん(第1子優先)の保護者(保育なし)
6月30日(金) 午後1時30分~3時
内離乳食から幼児食への移行のポイント(お話と試食)
定20名(申込順)
申6月5日(月)午前9時から電話申込
問場先 健康推進課滝野川健康支援センター(西ヶ原1-19-12)
(3915)0184

はぴママひよこ面接を実施しています

区内在住で生後6カ月までのお子さんのいる保護者
場子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館)、子どもセンター、児童館など。詳しくは、案内または北區ホームページをご覧ください。
内子育ての様子をお聞きし、子育て情報などをご案内します。面接終了後に、はぴママきたくカタログギフトを差し上げます。
申対象者に送付する案内と母子手帳を持参し、直接各窓口で申込
問北區子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館)
(3914)9565

帝京けんこうひろば健康講座

妊産婦とパートナー(2名1組)
7月1日(土)
①午前10時~11時30分
②午後2時~3時30分、8日(土)
③午前10時~11時30分
④午後2時~3時30分
場帝京大学2号館助産学専攻科実習室(板橋区加賀2-11-1)
内赤ちゃんのお風呂について
師帝京大学助産学専攻科講師
定各回3組(申込順)
申電話申込
問先帝京けんこうひろば(教務課)
(3964)7051(内線46111)

わくわく土曜スポーツクラブ

小学生
[種目]バドミントン、バレーボール、ミニバスケットボール、卓球、剣道、水泳、ヒップホップ
※詳しくは、北區ホームページをご覧ください。
問先スポーツ推進課スポーツ支援係
(5390)1135

スペースゆうパートナーシップ事業

わが子と一緒に私も育つ
~アドラー心理学に学ぶ、ほめない、怒らない、勇気づけの子育て法~
対子育て中の親または子育てに関心がある方
日 内①7月1日(土)…ワークショップ「9つの性格から学ぶコミュニケーション」
②8日(土)…講演会「アドラー心理学に学ぶ勇気づけの子育て!」
計2回
午後1時~3時
師①日本エニアグラム学会ファシリテーター 稲葉さゆり氏
②アドラー心理学カウンセラー 百瀬敬子氏
[企画・運営]てとての会
定40名(申込順)
申6月6日(火)午前9時からファクス、Eメール(記入例参照)または電話で申込
※保育[1歳以上の未就学児。定員あり(申込順)]希望の方は、6月21日(水)までに生年月日、性別、お子さんの氏名・住所をご連絡ください。
問場先スペースゆう(男女共同参画活動拠点施設)(北とびあ5階)(月曜、祝日休館)
(3913)0161 FAX(3913)0081
Eldanjo-c@city.kita.lg.jp

子育てするなら北區が一番

7月に(仮称)にじいる保育園王子(認可保育園)を開設します

[所在地]王子5-1 [開園時間]午前7時15分~午後6時15分
※延長保育[2時間(予定)]は別途申請が必要です。
[募集人数]
年齢 0歳※ 1歳 2歳 3歳 4歳 5歳
人数 6名 10名 11名 11名 11名 11名
※生後58日を過ぎた翌月1日からお預かりできます。
申7月入園希望の場合、6月12日(月)までに、申請に必要な書類を提出してください(郵送不可)。在園児の転園申請や申請中で、希望園に追加する場合は、お問い合わせください。
問先 保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階1番)
(3908)9129

自然教室「夏休み自由研究 水辺の生きもの探検隊」

区内在住、在学の小学生(3年生未満は保護者同伴)
7月23日(日) 午前10時~11時30分
定20名(抽選)
申往復はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、7月13日(木)(必着)まで
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[月曜休館(祝日の時は翌日)]
(3908)0804 FAX(3908)8856
Ejyohokan@eco-plan.jp

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は8面をご覧ください

6月

北区は環境共生都市をめざし、魅力あふれる美しいふるさとづくりを推進します。

# 環境月間です



## みどりの助成制度

### ①建築物緑化助成

**内** 屋上・ベランダ緑化…緑化費用の2分の1または1㎡あたり2万円のいずれか少ない金額(上限は、屋上が100万円、ベランダが20万円) 壁面緑化…1㎡あたり5,000円、上限20万円

### ②生垣造成助成

**内** 生垣造成…1mにつき8,000円 ※みどりのモデル地区内は1mにつき1万2,000円 生垣造成に伴うブロック塀の撤去費用…1mにつき5,000円 ※対象となる長さは生垣造成の範囲内

### ③保護樹木等の助成

**内** 次の額の範囲で、保護樹木などの維持管理に要する経費の2分の1(千円未満切捨て)を助成します。保護樹木…剪定は5年に1回・1本あたり7万円を限度。施肥・薬剤散布などの維持管理は年

1回・1本あたり2万円を限度 保護生垣…年1回・1カ所あたり2万円を限度 保護樹林…年1回・1㎡あたり40円で計算した額で10万円を限度 ※必ず事前に連絡し着工前または作業前に申請書を提出してください。

種別	指定基準
樹木	①1.5mの高さにおける幹周りが150cm以上で高さ15m以上のもの ②つる性の樹木については枝張りの面積30㎡以上のもの ③史的由緒または希少価値のある樹木で区長が認めるもの
生垣	高さ1m以上で総延長30m以上のもの
樹林	樹林面積が300㎡以上で集団をなしているもの

=以下、①～③共通=

**問先** 環境課自然環境みどり係(区役所第二庁舎3階) ☎(3908)8618

## 新エネルギー及び省エネルギー機器等導入助成制度

地球温暖化やヒートアイランドへの対策として、新エネルギー・省エネルギー機器などを区内の住宅及び事業所に導入する方に対し、設置・施工費用の

一部を助成しています。 ※必ず設置・施工前にご相談ください。 **問** 環境課環境政策係 ☎(3908)8603

助成対象機器等	一般	中小企業者等	管理組合等
太陽光発電システム	○	○	○
太陽熱温水器・ソーラーシステム	○		
高効率給湯器(エコキュート・ハイブリッド給湯器)	○		
家庭用燃料電池装置(エネファーム)	○		
住宅用蓄電システム	○		
HEMS	○		
高反射率塗料	○		
窓の断熱改修	○		
エアコンディショナー		○	
LED照明器具・LED誘導灯器具		○	○
省エネルギー診断結果に基づく設備改修		○	○

## 北区環境大学=地域との絆づくり

「自然環境共生都市」～みんなが環境を考え、行動するまち～ 東京家政大学と協力して行う幼児から社会人まで一環した講座の開催 ・自然ふれあい情報館で一般区民を対象に実施する環境講座 ・みどりと環境の情報館で開催するみ

どりの教室 ※テーマ・開催日時・対象・申し込み方法など、詳しくは北区ニュース及び北区ホームページをご覧ください。 **問** みどりと環境の情報館(エコベルデ)内 北区環境大学事務局(月・火曜、祝日休館) ☎(3913)8340

## 快適な生活環境のために

日常生活のなかでは、さまざまな音、振動、においなどが発生します。楽器の演奏、テレビやオーディオは時間帯や音量に気をつけるなど、お互いの快適な暮らしのために、ご近所への気配りを大切にしましょう。

**問** 環境課環境規制調査係 ☎(3908)8611



## 光化学スモッグ

都では、発生状況をホームページでお知らせしているほか、メール配信や音声案内(テレホンサービス)による情報提供をしています。

**HP** <http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp/mail.php>

**[テレホンサービス]** ☎(5320)7800

**問** 環境課環境規制調査係 ☎(3908)8611



## 省エネ道場

「北区ecoかるた」を使ったかるた遊びや、工作などの体験を通して環境に対する知識の向上を目指す「省エネ道場」を開催します。今年度は段位の認定を行い、段位に応じた景品も贈呈します。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

### ①第1回省エネ道場

**日** 6月25日(日) 午後1時～3時…燃料電池ってなんだろう、かるた遊び

### ②第2回省エネ道場

**日** 7月23日(日) 午後1時～3時…ガス管で万華鏡作り、かるた遊び

=以下、①②共通=

**対** 区内在住、在学の小学生

**場** 赤羽区民事務所会議室(赤羽1-1-38) **師** 東京ガス(株)

**定** 30名(申込順) **申** はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照。①②の別、学校名・学年・クラス、Eメールアドレスも記入)で、6月5日(月)から21日(水)(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。

### ●省エネ道場生の登録募集

登録した方に今後の開催についてメールまたは郵送でご連絡します。詳しくは、お問い合わせください。

### ③北区ecoかるた

小さな子どもから大人まで、楽しみながら環境やエコに関する知識や取組みを学べるかるたです。環境課(区役所第二庁舎3階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)及び北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内)で1組500円で販売しています。

### ④北区ecoかるた大会

「北区ecoかるた」を使ったかるた大会です。2月頃の開催を予定しています。募集は、今後の北区ニュース・北区ホームページをご覧ください。



**問先** 〒114-8508

(住所不要)環境課環境政策係

☎(3908)8603 FAX(3906)8474

**EM** kankyouseisaku@city.kita.lg.jp

## 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。アライグマやハクビシンは家屋に侵入したり、庭木を荒らしたりすることがありますので、注意が必要です。

### ●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ふさぎましょう。

### ●屋根裏などに入り込ま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。

**問** 環境課自然環境みどり係

☎(3908)8618

## 北区内全域 歩きタバコ・ポイ捨て禁止

自転車に乗っての喫煙も歩きタバコです。皆さんのご協力をお願いします。

平成20年12月から施行された「東京都北区路上喫煙の防止等に関する条例」により、区内全域の道路・公園等の公共の場所(屋外に限られます)では、歩行喫煙(自転車等の乗車中を含む)が禁止されており、路上喫煙禁止地区(JR赤羽・王子・田端駅周辺)では、指定喫煙場所以外での喫煙も禁止となっています。区ではマナー向上の啓発活動として、美化推進モデル地区(町会・自治会)の皆さんを中心にポイ捨て防止

キャンペーンを行っています。また、鉄道駅周辺での巡回指導を随時実施し、路面シートや電柱看板を設置しています。歩きタバコ、ポイ捨てゼロを目指して皆さんのご協力をお願いします。

**問** 環境課環境政策係地域美化担当

☎(3908)8610



## マンション省エネ対策

### ●省エネコンサルタント派遣

**内** マンションの管理組合などに、経費削減に効果的な設備改修や運用改善の方法などを提案します。また、省エネに関する相談やアドバイスも行います。 **申** 電話申込

### ●省エネ対策セミナー

**対** 区内のマンション管理組合など

**日** 7月8日(土) 午後2時～4時

**場** 北とびあ7階701会議室

**内** マンションの共用部分の省エネ対策についての講義

**申** 当日、直接会場へ

=以下、共通=

**問先** 環境課環境政策係

☎(3908)8603

## 工場や指定作業場を運営している方へ

「都民の健康と安全を確保する環境に関する条例」では、工場や※指定作業場を対象に、各種手続きや公害防止のための遵守事項を定めています。新たに工場などを設置するときや構造、設備などを変更するときには、事前に申請や届出をしてください。また、譲渡や相続などにより営業者が変更したときにも届出が必要です。廃止や建屋を解体するときには、30日前までに土壤汚染調査が必要な場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

※20台以上の駐車場、クリーニング店など32種類が定められています。

**問** 環境課環境規制調査係

☎(3908)8611

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

## 催し

### ◆田端文士村記念館田端ひととき散歩

河童忌(芥川龍之介忌日)特別企画  
～墓所・慈眼寺ガイドツアー～

**日** 7月24日(月) 午前10時から **場** 巣鴨・慈眼寺(JR巣鴨駅集合) **内** 芥川龍之介が没後90年を迎える今年の命日に、令孫・芥川耿子氏と共に墓所へと案内します。

**師** 同館研究員 **定** 50名(抽選)  
**申** 往復はがき(記入例参照。2名の際は問柄も記入)で、7月3日(月)(必着)まで ※1通1名。ただし同居家族に限り1通で2名まで ※当日は休館日のため、展示はご覧になれません。

**問先** 〒114-0014 田端6-1-2 田端文士村記念館K係 ☎(5685)5171

### ◆第40回住宅デー

**日** 6月11日(日) 午前10時～午後2時30分  
**場** 赤羽公園(赤羽南1-14-17)、清水坂公園(十条仲原4-2-1)ほか

**内** 住宅無料相談、包丁ときなどを区内9カ所で開催します。 **申** 当日、直接会場へ  
**問** 東京土建北支部 ☎(5390)6021

### ◆滝野川公園フリーマーケット

後援 北区  
出店者を募集します。販売品はご家庭で出た不用品に限ります。

**日** 6月18日(日) 午前10時～午後2時(雨天の場合は6月25日(日)に順延)

**場** 滝野川公園(西ヶ原2-1-8)  
**[出店予定数]** 30店(申込順)  
**[出店料]** 1,000円(2m×2.5m)  
**申** 電話申込  
**問先** リサイクル運動友の会 ☎090(3222)5060

## お知らせ

### ◆教科書展示会

平成30年度使用教科書  
(小学校「特別の教科 道徳」)

●北区教科書センター(滝野川2-52-10 滝野川分庁舎3階)

**日** 6月2日(金)～7月5日(水)(土・日曜を除く) 午前8時45分～午後5時

●中央図書館(十条台1-2-5)

**日** 6月2日(金)～7月5日(水)  
(第1・3月曜、6月22日(木)を除く)

月～土曜…午前9時～午後8時  
日曜、祝日…午前9時～午後5時

=以下、共通=

**問** 北区教科書センター ☎(3908)9287



### ◆十条駅西口地区市街地再開発組合の設立認可に伴う縦覧

平成29年5月26日付で、都知事より十条駅西口地区市街地再開発組合の設立が認可されました。これに伴い、施行地区及び設計の概要を表示する図書をご覧になれます。

**[件名]** 十条駅西口地区第一種市街地再開発事業 **日** 組合設立認可の取消し、組合の解散、建築工事の完了の公告の日まで 午前8時30分～午後5時15分 ※土・日曜、祝日、年末年始を除く **[縦覧場所]** 十条まちづくり担当課(区役所第一庁舎7階6番)

**問** 十条駅西口再開発相談事務所 ☎(3907)6722

## 北区体育協会スポーツ教室

**対日師定費** 下表のとおり **場** ①～④滝野川体育館(西ヶ原2-1-6) ⑤赤羽体育館(志茂3-46-16) **申** 往復はがき(記入例参照。性別、時間帯がある教室は①②の希望順位も記入)

教室名	対象	日程	講師	定員(抽選)	費用
① 初心・初級者 テニス教室	区内在住、在勤で18歳以上の方(学生を除く)	7月6日～8月24日(予備日あり) 毎週木曜 計8回(雨天の日、1回のみ座学あり)	北区テニス連盟 指導員	各30名	6,600円
② 初心・初級者 バドミントン教室	区内在住、在勤で18～80歳の方(学生を除く)	7月6日～9月7日 毎週木曜 計10回	北区バドミントン協会指導員 北区卓球連盟指導員	50名	7,700円
③ 初心～中級者 卓球教室	区内在住、在勤で18歳～65歳の女性	7月7日～9月29日(8月4日・11日を除く) 毎週金曜 計11回	上屋敷 昌子	各30名	9,000円
④ ボクサ&キック	区内在住、在勤で50歳以上の方	7月7日～9月1日(8月11日を除く) 毎週金曜 計8回	永井 美和子	各30名	6,600円

またはホームページで、6月14日(水)(必着)まで ※携帯電話からは不可。フリーメールは当落通知が届かない場合があります。

**問先** 〒114-0024 西ヶ原2-1-6滝野川体育館内 北区体育協会 ☎(3940)1848

**HP** <http://www.kita-city-taikyo.or.jp>

### ◆北区第九演奏会合唱参加者募集

#### ●北区第九演奏会

**日** 12月3日(日) 午後3時から

**場** 北とびあさくらホール

**[指揮]** 円光寺雅彦 **[管弦楽]** 新日本フィルハーモニー交響楽団 **[ソリスト]** 澤江衣里(ソプラノ)、村松稔之(アルト)、高橋 淳(テノール)、清水勇磨(バリトン)

#### ●練習会

**対** 区内在住、在勤、在学で高校生以上の方(男声は北区以外も可) ※会場準備・出欠受付などは参加者必須 **日** 下表のとおり ※10月29日の指揮者指導日、12月1日のオケ合わせに出席できない方は申込できません。 ※12月の集合時間は未定

7月	8日(土)・15日(土)・22日(土)・30日(日)
8月	6日(日)・19日(土)・27日(日)
9月	2日(土)・9日(土)・16日(土)・24日(日)
10月	1日(日)・7日(土)・14日(土)・21日(土)・29日(日)
11月	5日(日)・11日(土)・19日(日)・27日(月)
12月	1日(金)・3日(日)

**[時間]** 午後6時30分～9時

**場** 北とびあさ ☎200名程度(抽選)

**費** 7,000円 ※カワイ出版の楽譜代500円程度が別途必要です。

**申** 郵送の場合…往復はがき(記入例参照。第九経験の有無、希望パート、楽譜購入希望の有無、身長も記入)で申込

**はがき持参の場合**…住所・氏名を記入したはがきを北区文化振興財団(北とびあ10階)に持参 **[締切]** 6月30日(金)(必着)

**問先** 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団「北区第九合唱団」係

☎(5390)1221

### ◆東京2020公認プログラム 第2回北区リレーションシップ協議会

**日** 6月28日(水) 午後7時から

**場** 北とびあ7階第2研修室

**定** 30名(先着順) **申** 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。

**問** 東京オリンピック・パラリンピック担当課 ☎(5390)1136

### ◆防災の学習会「防災セミナー」を開催しませんか～講師を無料で派遣します～

災害が発生したときに自分や家族を守るように、防災意識や減災の知識をしっかりと身につけることを目的として、区民の皆さんが主催する防災講座・研修会・学習会に専門知識を持つ講師を派遣します。

**対** 区内の町会・自治会、事業所、PTA、集合住宅管理組合、防災に関心を持つグループ

**申** 電話または直接窓口で、6月5日(月)から平成30年3月16日(金)までに申込 ※詳しくは、北区ホームページをご覧ください。 ※講師の都合がつかない場合はご了承下さい。

**問先** 〒114-8508(住所不要)防災課防災普及係

☎(3908)8194

## 赤羽体育館 スポーツ教室Ⅱ期

**対** 区内在住、在勤、在学の16歳以上の方 **日** 内 下表のとおり **費** ①～⑮8,640円 ⑯1万2,360円 **申** 往復はがき(記入例参照)で、6月23日(金)(当日消印有効)まで ※ほかの種目もありますので、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)3140

**HP** <http://www.akatai.net>

種目	日程	時間
① 赤体ズンバⅡ(月)	7月24日～10月30日(8月14日・21日・9月18日・10月9日・16日を除く)	午後0時30分～1時30分
② 赤体やさしいヨガⅢ(月)	毎週月曜 計10回	午後2時～3時
③ 赤体ボディシェイプ(月)	毎週月曜 計10回	午後4時45分～5時45分
④ 赤体やさしいヨガⅠ(火)	7月4日～9月26日(7月18日・8月15日・9月19日を除く)	午前9時15分～10時15分
⑤ 赤体バレトン(火)	毎週火曜 計10回	午前10時30分～11時30分
⑥ 赤体かんたんヒップホップ(火)	毎週火曜 計10回	午後0時30分～1時30分
⑦ 赤体健康体操Ⅰ(火)	7月5日～9月13日(8月16日を除く)	午後2時～3時
⑧ 赤体健康体操Ⅱ(水)	毎週水曜 計10回	午前9時～10時
⑨ 赤体太極拳(水)	7月6日～9月7日 毎週木曜 計10回	午前10時30分～11時30分
⑩ 赤体ズンバⅠ(木)	7月6日～9月7日 毎週木曜 計10回	午前10時～11時
⑪ 赤体やさしいヨガⅡ(木)	7月7日～9月15日(8月11日を除く)	午後0時30分～1時30分
⑫ 赤体やさしいピラティス(木)	毎週金曜 計10回	午後3時30分～4時30分
⑬ 赤体ベリーダンス(金)	7月7日～9月29日(8月11日を除く)	午前10時～10時50分
⑭ 赤体健康体操Ⅲ(金)	毎週金曜 計10回	午前11時～11時50分
⑮ 赤体ズンバⅢ(金)	7月7日～9月29日(8月11日を除く)	午後1時～2時
⑯ 赤体ヴォイストレーニングⅠ(金)	毎週金曜 計12回	午前9時30分～10時30分

## 北区ファミリーサポートセンター事業 第2回サポート会員養成講座

北区ファミリーサポートセンター事業は、サポート会員が保護者に代わって子育て世代の育児を支援するサービスです。

**対** 20歳以上で、1年以内に全課程修了できる方 **日** 内 師 下表のとおり

**定** 20名(申込順) **費** 2,000円(テキスト代)

**申** 往復はがき(記入例参照)で、6月30日(金)(必着)まで

**問場先** 〒114-0002 王子2-7-34 子ども家庭支援センター(ファミリーサポート) ☎(3912)1909

日程(計3回)	内容	講師
1 7月5日(水)	午前10時～正午 事故による子どもの傷害 午後1時～5時 心の発達と保育者のかかわり	保健師 臨床心理士
2 7月6日(木)	午前10時～正午 保育者の心 午後1時～5時 子どもの生活へのケアと援助	元保育園園長 保健師
3 7月7日(金)	午前10時～正午 子どもの遊び 午後1時～2時 ファミリー・サポート・センター事業について 午後2時～5時 修了式及び会員登録説明会	ファミリーサポート担当職員

## 赤羽文化センター「学びスタートday～学習体験会～」

文化センターを利用している団体・サークルの活動に参加してみませんか。

**対日内定費** 下表のとおり **申** はがき、ファクス(記入例参照。希望プログラム名も記入)または直接窓口で、6月26日(月)(必着)まで ※1通1プログラム

**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

講座名・対象	日程	内容・費用	定員
健康のためカラオケを楽しもう	7月4日(火) 午後1時30分～4時30分	カラオケ(演歌)	各10名
かんたん英会話教室	7月5日(水) 午後6時30分～8時30分	英会話	20名
<b>対</b> おおむね50歳以上の方	7月6日(木) 午後1時～3時	カラオケ(歌謡曲・演歌)	5名
新曲を基礎から学ぼう	7月7日(金) 午後7時～8時30分	三味線	各10名
三味線にふれてみませんか	7月9日(日) 午前9時10分～正午	デッサン	各10名
描く楽しみを知ろう! <b>対</b> デッサン経験のある20歳以上の方	7月12日(水) 午前10時～11時30分	写真のコラージュ <b>費</b> 500円(iPad使用料)	20名
iPadで写真コラージュ!	7月13日(木) 午後1時30分～3時	日本舞踊 ※浴衣レンタルあり(クリーニング代1,000円)	

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は8面をご覧ください

講座・講演会

◆北区飛鳥山博物館講座

●醸造試験所の誕生

日 6月18日(日) 午後2時~3時30分
内 重要文化財「旧醸造試験所第一工場」の建築と醸造試験所設立などについてお話しします。

●富士塚めぐり

日 6月25日(日) 午前10時15分~午後4時
内 飛鳥山博物館で富士講・富士塚について解説後、十条富士塚、音羽富士・駒込富士をまわります。

=以下、共通=

問場先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館 ☎(3916)1133

◆元気ぷらざのカルチャー教室

ガラスビーズで作るプレスレット

対 区内在住の18歳以上の方 日 6月19日(月) 午後1時30分~3時 定 5名(申込順)
費 2,550円(材料費を含む) 申 6月1日(木)から電話または直接窓口で申込
問場先 元気ぷらざ(志茂1-2-22) ☎(5249)2214

◆消費者教室「毎日の洗濯、コツを学んでもっとキレイに！」

対 区内在住、在勤、在学の方 日 7月3日(月) 午後1時30分~3時30分
内 毎日の洗濯の仕方を見直してみませんか。ニットの手洗いの実演、新しくなった洗濯表示についても解説します。

◆赤羽文化センター講座

①区民協働講座「北区を紹介しよう!~簡単中国語講座~」

対 区内在住、在勤、在学で中国語の発音記号(ピンイン)が読める方
日 7月2日、8月6日、9月3日、10月1日、11月5日、12月10日 各日曜 計6回 午前10時~正午

②PC特別講座「みんなのパソコンひろば」

対 区内在住、在勤、在学のWindowsの基本操作と文字入力ができる方
日 7月5日(水) 午後6時30分~8時30分

③PC特別講座Ⅲ期「仕事に活かせるPowerpoint2013(初級・中級編)」

対 区内在住、在勤、在学でWindowsの基本操作と文字入力ができる方
日 7月6日~27日 毎週木曜 計4回 午後6時30分~8時30分

④特別講座「手づくり塩こうじde梅雨を乗り切ろう!」

日 7月9日(日) 午前10時~正午
内 塩麴の作り方と料理の紹介と試食 ※お土産付 師 フードライフデザイナー 深田和恵氏 定 24名(抽選)
費 2,400円(材料費、保険料、お土産代を含む)
申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、6月28日(水)(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 HP http://www.kita-bunka.com/

6月は食育月間です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」とは

「食育」とは、さまざまな経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。
北区でも、「食育推進計画」を策定し、区民の生涯にわたる心とからだの健康づくりのため、積極的に食育を推進しています。
そこで、区民の皆さんに実践していただきたい、行動目標の一部をご紹介します。

①主食・主菜・副菜をそろえましょう

栄養のバランスをととのえるため、主食・主菜・副菜をそろえましょう。

副菜: 野菜・きのこ・海藻のおかず
主菜: 魚・肉・卵・大豆製品のおかず
主食: ごはん・パン・麺類など
副菜: 汁ものは具だくさんで 1日1杯程度

②野菜をたっぷりとりましょう

1日にとりたい野菜の量は、成人で1日350g以上です。小鉢料理1つは約70g分くらいです。小鉢5つ以上を目標にとりましょう。

350gって?..小鉢5つ分です

(トマト) (ほうれん草のお浸し) (かぼちゃの煮物) (なすの辛みそ和え) (かぶのスープ)

③塩分は控えめにしましょう

調理法や食べ方を工夫して、減塩を心がけましょう。薄味でも、昆布やかつお節のだしを効かせるほか、酸味、香辛料、香味野菜(しょうがやにんにくなど)、牛乳などを上手に取り入れると、美味しく食べることができます。

市販の食品を利用する際は、栄養成分表示を確認してから利用するとよいですね。

④食事バランスガイドを活用し、自分に合った量と質の食事をとりましょう

「食事バランスガイド」は、何をどれだけ食べたらよいかを、わかりやすくコマのイラストを用いて示しています。5つのグループ(上から主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物)に分けられた料理を組み合わせることで栄養バランスを整えることができます。

食事バランスガイド
あなたの食事は大丈夫?
1日の
5.7 主食(ごはん、パン、麺類)
5.6 副菜(野菜、海藻類)
3.5 主菜(肉、魚、卵、大豆製品)
2 牛乳・乳製品
2 果物

⑤乳幼児期から望ましい食習慣を身につけられるようにしましょう

乳幼児期からの食生活が、大人になってからの食習慣の基礎となります。離乳食や幼児食の経験をとおして、食べる力や食事のリズムが身に付きます。家族や友人と食事を共にする機会を多く持つことや、食を通じたさまざまな体験をすることで、豊かな人間性を育てることもつながります。

区では、乳幼児から高齢者まで、あらゆる世代を対象としたさまざまな食育事業を行っています。事業の開催に合わせて北区ニュースなどでご案内しています。

\*食育推進計画について詳しくは、北区ホームページなどで「北区ヘルシータウン21(第二次)」をご覧ください。

問 健康推進課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
健康増進センター ☎(5390)2220

おいしく食べて健康に!

『健康づくり推進店』を活用しませんか?

外食やお弁当・惣菜などを利用する区民の方が、おいしく食べて健康づくりができるよう健康づくり推進店事業を推進しています。

【健康づくり推進店とは】

お店の代表的なメニューの栄養成分を表示している、または健康的なメニューを提供しているお店です。登録店の店頭には、登録証(図1)が掲げてあります。



健康づくり推進店登録証

区では、健康づくり推進店において、栄養バランスのよい「ヘルシーメニュー」や「シニア元気メニュー」の登録数を増やすよう力を入れています。

【健康づくり推進店での栄養成分表示】

健康づくり推進店に行くと、以下のような表示(図4)を確認することができます。

健康づくり推進店 栄養成分表示のイメージ
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 カルシウム 塩分 野菜量
720kcal 27.6g 17.3g 114.5g 202mg 3.7g 211g

図4 栄養表示例

【ヘルシーメニューとは】

生活習慣病の予防を目的としたメニューです。1食に、主食・主菜・副菜がバランスよくそろっています。

ヘルシーメニューのあるお店には、店頭にステッカー(図2)が貼ってあります。



ヘルシーメニューステッカー

【シニア元気メニューとは】

高齢者の低栄養予防を目的としたメニューです。1食に、主食・主菜・副菜がバランスよくそろっていて、低栄養予防に必要な10食品群(動物性食品、油脂、緑黄色野菜など)のうち、5食品以上を使用しています。

シニア元気メニューのあるお店には店頭ステッカー(図3)が貼ってあります。



シニア元気メニューステッカー

- ①栄養成分や野菜量を表示しています
②食事のバランスが確認できます
③健康に配慮しているメニューにはシールが貼ってあります

「ヘルシーメニュー」「シニア元気メニュー」「野菜たっぷり」など一定の基準を満たしたメニューにはシール(図5)が貼ってあります。

【普及活動は、区民のサポーターと共に】

健康づくり推進店普及サポーター(無報酬)の協力を得て、日々、普及活動を行っています。

【健康づくり推進店は、現在120店舗】

健康づくり推進店は、さまざまな種類のお店で、現在120店舗が登録しています。ヘルシーメニュー・シニア元気メニューのあるお店などの店舗の詳しい情報は、北区ホームページに掲載しています。

食生活は、健康づくりの基本です。「健康づくり推進店」で自分にあった食事の組み合わせ方を見つけ、おいしく食べて健康づくりに役立ててみませんか。

ヘルシーメニュー・シニア元気メニューの登録店を募集しています!

お店の持ち味を活かしたヘルシーメニュー、シニア元気メニュー作りを応援します。
対 区内の飲食店や弁当・惣菜店など 内 メニュー相談、表示物作成など
申 電話申込(月~金曜 午前9時~午後5時)
\*申込店には、保健所栄養士が訪問します。詳しくはお問い合わせください。
問先 北区保健所保健予防課 ☎(3919)3104

記事の見方 対象 日 日時 会場 内容 師 講師 定員 費用 記載のない場合は無料です 申 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

北区の魅力を再発見! ぶらり散歩道

今年度は、JRの駅やその周辺にスポットをあててご紹介しています。

問 広報課 ☎(3908)1102 電車が彩るまち~JR上中里駅~

今回は、鉄道風景にとっても恵まれた、上中里駅周辺のぶらり散歩を楽しみましょう。

駅を出て、左手脇の線路をまたぐ通路を抜け、東側へ進むと、まもなく梶原踏切が見えます。そこに架かるのは、エレベーター付きの跨線人道橋「上中里さわやか橋」。

魅力的なビュースポットです。

橋を降りたら線路に沿って田端方面に歩きましょう。並行する道を歩いてみれば、停車する鉄道車両が目飛び込み、現役引退した車両など、今ではめったにお目にかかれない特急車両と再会できるかも。さらにその先には、新幹線車両センターがあり、さまざまな新幹線が一挙に顔をそろえる場面に巡り合えるかもしれません。

電車が走り、電車が住まう JR上中里駅周辺。駅に降り立ちぶらりと歩けば、鉄道のある風景がそこかしこにまちを彩っています。



講座・講演会

◆レベルアップワークショップ 「ただ、立つことから始めてみよう」

マイムをベースにした身体訓練などの稽古をとって舞台上「立つ」ことを探ります。

対 13歳~18歳の方(大学生を除く) 日 8月7日(月)~9日(水) 計3回 午後1時~4時(最終日は5時まで) 師 演出家 小野寺修二氏 定 10名(抽選。区内在住、在学優先) 申 6月6日(火)から7月11日(火)までにEメール(記入例参照。演劇やダンス経験の有無も記入)、または電話で申込 ※Eメールの場合は件名を「立つことWS申込」としてください。

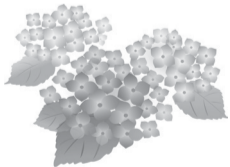
問 会場先 ココキタ(北区豊島5-3-13)(月曜休館) ☎(6338)5711 EM kcf\_bunkasinkou@kitabunka.or.jp

◆北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会

起業家に必要な交渉力・話し方・あがらない方法

対 区内事業主または起業をお考えの方 日 6月21日(水) 午後2時~4時 内 事業を成功に導く交渉力・話し方など 師 (株)スマイルボイス代表取締役 倉島麻帆氏 定 18名(申込順) 申 6月1日(木)から電話またはファクス(記入例参照)で申込 ※ネスト赤羽では21日(水)(午後2時~4時)に「制度融資&金融機関との取引開始の相談会」と「融資に関する個別相談会」を行います(予約制)。

詳しくは、ホームページをご覧ください。 問 会場先 ネスト赤羽(赤羽1-59-9) ☎(3598)0571 FAX(3901)7789 HP http://www.nest-akabane.com/



◆現代の寺子屋楽しい北区雑学大学

後援 北区文化振興財団

日 6月17日(土) 午後2時~4時 場 王子小学校王子ホール 内 戦後の女性の大学教育の成立~共学制と別学制の視点から~ 師 早稲田大学教育・総合科学学術院教授 湯川次義氏 定 100名(先着順) 申 当日、直接会場へ 問 北区明るい社会づくりの会 佐藤 ☎(3905)8056

電子申請サービスは、北区公式ホームページの「総合案内」からご利用いただけます。

主催 北区・北区体育協会

◆区民体育大会ボウリング競技会

対 区内在住、在勤、在学の方 日 6月18日(日) 午前11時から 定 50名(申込順) 費 2,500円(貸靴代別) 申 6月1日(木)午前11時から10日(土)までに電話、ファクス(記入例参照)または直接窓口で申込 場 先 王子サンスクエアボウル(王子1-4-1) ☎0120(300)863 FAX(3914)4516 問 北区ボウリング連盟理事長 安藤 ☎090(8017)5027

◆第67回北区少年野球大会

共催 北区軟式野球連盟・北区少年野球連盟 対 区内在住、在学の方で編成するチーム ①Aクラス...中学生 ②Bクラス...小学5・6年生 ③Cクラス...小学3・4年生 日 7月16日(日)・17日(祝)・22日(土)・23日(日)・29日(土) 場 新荒川大橋野球場(赤羽3-29先) [主将会議]6月17日(土) 午後2時~4時 赤羽会館講堂 [開会式]7月16日(日) 午前8時30分 新荒川大橋野球場 申 6月2日(金)から8日(木)までに、申込用紙(スポーツ推進課スポーツ支援係)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)をファクスまたは直接持参で申込 問 先 〒114-8503(住所不要)スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135 FAX(5390)1137

◆第28回初心者ゴルフ教室

後援 北区体育協会 対 区内在住、在勤、在学の方 日 ①7月3日~31日(7月17日を除く)毎週月曜 ②7月7日~28日 毎週金曜 いずれも計4回 午後7時~8時15分 師 北区ゴルフ連盟認定講師 定 各25名(抽選) 費 1万円(初回に集金) 申 往復はがき(記入例参照。①②の別、右利き左利きの別とクラブの有無も記入)で、6月20日(火)(必着)まで ※ゴルフクラブのない方には無料で貸し出します。 問 場 先 〒114-0002 王子1-4-1 サンスクエア内 北区ゴルフ連盟事務局 ☎090(6474)5562(非通知電話不可)

健康情報

◆肝炎ウイルス検診(医療機関委託)

対 区内在住で20歳以上の方 申 電話申込 ※申込者には後日受診票と指定医療機関一覧を送付します。申込から1カ月以内に受診してください。 問 先 保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102

◆大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方(昭和57年12月31日以前生まれ。ただし、受診間隔が1年未満の方は除く)

Table with 4 columns: 申込先(採便セット配布場所), 検診日時, 検診会場, 申込方法. It lists details for colorectal cancer screening at various health centers.

◆STOP! AIDS HIV検査 (匿名・無料)を受けましょう!

6月1日から30日はHIV相談月間です 都に報告された感染者・患者の推定感染経路の約9割が性的接触によるものです。コンドームを正しく使うことで性的接触によるHIVの感染を防ぐことができます。 心配なことがあれば、まず血液検査や相談を受けてみましょう。

●HIV即日検査 日 6月12日(月)・26日(月) いずれも午後1時~1時45分 ※結果は採血後1時間程度で対面し説明します(当日中に判定ができない場合があります)。 内 HIV検査に伴う採血とパネル展示 定 50名(先着順) 申 当日、直接会場へ 問 場 北区保健所保健予防課結核感染症係(東十条2-7-3) ☎(3919)3102

◆健康ウォーキングをマスターしよう~初めてでもOK! インターバル歩行で生活習慣病予防~

対 区内在住、在勤で30歳~59歳の方 日 7月1日(土)・15日(土) 計2回 午前10時~正午 場 元気ぶらぶら第1ホール(志茂1-2-22) 師 MKMハートフル(株)健康運動指導士 郷間加奈子氏 定 30名(抽選) 申 はがきまたはファクス(記入例参照)で、6月15日(木)(必着)まで 問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係ウォーキング講座担当 ☎(3908)9068 FAX(3905)6500

◆健康づくりグループ講座「歌って元気になる!健康ボイストレーニング」

対 区内在住、在勤の20歳以上の方 日 7月4日(火) 午後2時~4時 場 北とぴあつつじりハーサル室 師 元気になる!健康うたごえ倶楽部 定 20名(抽選) 申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、6月19日(月)(必着)まで 問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068 FAX(3905)6500

Application form for health courses. Includes fields for '希望講座名(希望日・コース)', '郵便番号・住所※', '氏名(ふりがな)', '年齢', '電話番号(ファクス番号)', and '申込記入例'.

内 検便(便潜血反応検査) 申 各健康支援センターで事前に採便セットを受け取り、検診日に持参(代理可)。 定 各110名(先着順) 日 場 問 先 下表のとおり

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 HP ホームページ EM Eメール

ホームページアドレス http://www.city.kita.tokyo.jp/