

◆パブリックコメントの結果が まとまりました

北区バリアフリー基本構想【全体構想】(案)
【閲覧期間】4月4日(月)～6月6日(月)
【閲覧場所】都市計画課(区役所第一庁舎3階14番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、地域振興室、図書館及び北区ホームページ
【問】都市計画課
【☎】(3908)9152
【FAX】(3908)8336

●**北区バリアフリー基本構想策定区民部会**
 区民部会とは…区民主体でバリアフリーに関する意見交換やまちあるき勉強会を実施し、意見抽出を行う組織。高齢者・障害者団体などの代表者、学識経験者、支援学校関係者などで構成されます。
【対】当構想に協力していただける方 ※1歳以上のお子さんは別室でお預かりする予定です。
【内】3回開催する会議に出席し、意見を述べるなどの活動に参加
 ※第1回区民部会を5月中旬に予定しています。
【謝礼】なし(ボランティアでの参加となります)

= 以下、共通 =

【任期】5月上旬から構想の策定が完了するまで(平成31年3月下旬予定) **【定】**若干名
【申】申込書(様式自由)に住所・氏名・年齢・電話番号、応募理由(200字～400字程度)を明記して、郵送、ファクス、Eメールまたは持参で、4月15日(金)(必着)まで
 ※書類審査後、通過者に対して面接を行い、4月下旬頃に通知します。
【問先】〒114-8508(住所不要)都市計画課総合計画担当(区役所第一庁舎3階14番)
【☎】(3908)9152
【FAX】(3908)8336
【E】toshikeikaku-ka@city.kita.lg.jp

◆北区バリアフリー基本構想策定協議会・区民部会の公募委員の募集

区では、「北区バリアフリー基本構想【全体構想】」(平成28年策定)に基づき、平成28年度以降、「北区バリアフリー基本構想【地区別構想】」を策定し、地域一体での連続的・面的なバリアフリー整備、こころや情報のバリアフリーなどの取組みを推進する予定です。地区別構想策定にあたり、子育て当事者の幅広い視野・意見をいただくため、利用者などの意見をいただくため、公募委員を募集します。

●**北区バリアフリー基本構想策定協議会**
 協議会とは…地区別構想の内容についての協議・決定を行う組織。法定協議会。高齢者・障害者団体等の代表者、学識経験者、関係行政機関、施設管理者、交通管理者、公共交通事業者などで構成されます。
【対】区内在住の小学校・幼稚園・保育園・認定こども園の保護者、未就園の子育て当事者、区内で活動している子育て支援当事者
 ※1歳以上のお子さんは別室でお預かりする予定です。
【内】4回開催する会議に出席し、意見を述べるなどの活動に参加します。
 ※第1回協議会を5月中旬に予定しています。
【謝礼】1回9,400円

◆文化センター子どもひろば 「プログラム企画・運営・会場運営 サポートボランティア募集」

子どもたちにさまざまな体験の場を提供する「文化センター子どもひろば」で、皆さんの知識や技術を活かしてみませんか。
【対】区内で活動するまたはこれから活動を考えている団体・個人 **【日場】**①6月19日(日)…赤羽文化センター ②7月3日(日)…中央公園文化センター ③9月25日(日)…滝野川文化センター いずれも午前10時～午後

区役所の事務室が移転します

●**健康推進課健康係、健康づくり推進係**
【移転日】5月2日(月)
【移転場所】第一庁舎1階
 ●**健康推進課王子健康支援センター**
【移転日】5月2日(月)
【移転場所】第一庁舎2階(仮移転) ※7月に改めて移転します。
【問】総務課庁舎・車両管理係
【☎】(3908)8628

●**子ども未来課次世代育成係**(旧称・子育て支援課次世代育成係(組織改正))、**子育て施策担当課**
【業務開始日】4月11日(月)
【移転場所】滝野川分庁舎1階
 ※電話番号の変更はありません。
【問】子ども未来課次世代育成係
【☎】(3908)9097

3時 **【内】**文化センター子どもひろばで、子どもたちが体験するプログラムの企画・運営または会場運営サポート **【申】**要項を確認して、所定の申込書(各文化センター及び生涯学習・学校地域連携課(滝野川分庁舎2階8番)にあります。また、文化センターホームページからもダウンロードできます)に必要事項を記入し、ファクス、郵送または持参で、ボランティアを希望する文化センターに申込 ※ファクスの場合は、送信後に必ず着信確認の連絡をしてください。

【締切】①4月30日(土) ②5月15日(日) ③7月5日(火)(いずれも必着)
【問先】①〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター **【☎】**(3906)3911 **【FAX】**(3906)3915 ②〒114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター **【☎】**(3907)5661 **【FAX】**(3907)5666 (月曜、祝日休館) ③〒114-8534(住所不要)滝野川文化センター **【☎】**(5394)1230 **【FAX】**(5394)1231 (月曜、祝日休館)
【HP】<http://www.kita-bunka.com/>

◆(仮称)集団回収事業者認定制度 説明会

区では、区民の自主的な資源回収である集団回収を推進するため、区内で一定規模の集団回収を取り扱っている事業者を対象に認定及び支援する制度を導入します。現在、区に集団回収実績を報告している事業者には、別途、郵送でお知らせします。ご不明な点や参加希望の方は、お問い合わせください。
【日】4月21日(木) 午後6時～7時30分
【場】区役所第四庁舎3階第一研修室 **【申】**電話でお問い合わせ後、はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月15日(金)(必着)まで
【問先】〒114-8508(住所不要)リサイクル清掃課計画事業係 **【☎】**(3908)8539 **【FAX】**(3908)1311



国保

◆平成28年度国民健康保険料の計算方法が決定しました

【内】下表のとおり

◆保険料納入通知書及び納付書は6月中旬に郵送します

保険料は前年の所得金額を基礎に算出

するため、住民税が確定する6月に保険料が決まります。

※納付方法が口座振替の方及び年金からの差し引きの方には、納入通知書のみお送りします。

【問】国保年金課国保資格係 **【☎】**(3908)1131

後期高齢者医療

◆平成28年度の保険料率が決定しました

均等割額 被保険者1人当たり 42,400円	+	所得割額 賦課のもととなる所得金額(※1) ×9.07%
年間保険料額 (限度額57万円)		

※1…賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額、山林所得金額、株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から基礎控除額33万円を控除した額です(ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません)。



◆平成28年度の保険料の軽減措置

【均等割額の軽減】同じ世帯の後期高齢者医療制度の被保険者全員と世帯主の「総所得金額等を合計した額」をもとに均等割額を軽減しています。

総所得金額等の合計が 下記に該当する世帯	軽減割合
33万円以下で被保険者全員が 年金収入80万円以下で、かつ、 その他の所得がない	9割
33万円以下で9割軽減の基準に 該当しない	8.5割
33万円+(26.5万円×被保険者の 数)以下	5割
33万円+(48万円×被保険者の 数)以下	2割

※65歳以上(平成28年1月1日時点)の方の公的年金所得については、その所得からさらに高齢者特別控除15万円を差し引いた額で判定します。
 ※世帯主が被保険者でない場合でも、世帯主の所得は軽減を判定する対象となります。

【所得割額の軽減】被保険者本人の「賦課のもととなる所得金額」(※1)をもとに所得割額を軽減しています

賦課のもととなる所得金額	軽減割合
15万円以下	100%
20万円以下	75%
58万円以下	50%

【被扶養者だった方の軽減】後期高齢者医療制度の対象となった日の前日まで会社の健康保険など(国保・国保組合は除く)の被扶養者だった方は、均等割額が9割軽減となり、所得割額はかかりません。

【問】**【制度に関すること】**
 広域連合お問い合わせセンター
【☎】0570(086)519
 ※IP電話、PHSの方は、**【☎】**(3222)4496

【個別のご相談】
 国保年金課高齢医療係 **【☎】**(3908)9069

平成28年度(4月～翌年3月)の国民健康保険料の計算式			
年間保険料			
基礎賦課額 (医療分)	所得割額 世帯の加入者全員の 28年度算定基礎額(注) ×6.86%	+	均等割額 世帯の加入者数 × 35,400円 1世帯あたりの 最高限度額 54万円
+			
後期高齢者支 援金等賦課額 (支援金分)	所得割額 世帯の加入者全員の 28年度算定基礎額(注) ×2.02%	+	均等割額 世帯の加入者数 × 10,800円 1世帯あたりの 最高限度額 19万円
+			
介護納付金 賦課額 (介護分)	所得割額 世帯の加入者のうち 40歳～64歳の方の 28年度算定基礎額(注) ×1.54%	+	均等割額 世帯の加入者のうち 40歳～64歳の方の人数 × 14,700円 1世帯あたりの 最高限度額 16万円

(注)算定基礎額とは、前年の総所得及び株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から基礎控除額33万円を控除した額です。ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません。

長生きするなら北區が一番



平成28年度 高齢者肺炎球菌予防接種

定期予防接種

過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない、次の①または②に該当する方 ①区内に居住している下表の生年月日の方 ②60歳～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 場北區協力医療機関及びほかの22區の協力医療機関 費4千円 ※生活保護などを受給している世帯の方は接種費用が免除になります。 「接種回数」1回

任意予防接種の接種期限は10月31日(金)までです

定期予防接種の対象にならない方で、次の対象に該当する方は公費負担のある任意予防接種を受けることができます。なお、過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方は、平成30年度までに定期予防接種の機会が1回あります。任意予防接種を受けた場合、定期予防接種は対象外となります。

診票を送付します。協力医療機関へ予診票と健康保険証などの本人確認書類を持参し、接種を受けてください。

以下、共通

問先 健康推進課コールセンター (3908) 9034 健康推進課健康係 (3908) 9016

定期予防接種の対象になる方の生年月日(平成28年度中にその年齢になる方)

Table with 2 columns: Age (65歳 to 100歳) and Birth Date Range (e.g., 昭和26年4月2日～昭和27年4月1日).

健康増進センター (へるしあKITA)

①からだ調整ストレッチ

4月30日(土)、5月7日(土) 計2回 午前10時～11時30分 内ストレッチからだをほぐし、姿勢や柔軟性のバランスを整えます。定30名(抽選)

②初めてのジョギング

5月7日(土)・14日(土) 計2回 午後2時～3時30分 内走り方のコツ、練習方法、走るために必要な筋トレなど(初心者向け) 定20名(抽選)

③いすエクササイズ

5月10日(火) 午後2時～3時30分 イス座位が中心のストレッチや筋

カトレーニング 定30名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、4月19日(火)(必着)まで

以下、①③共通

区内在住、在勤で40歳以上の方 問先 〒114-0002 王子5-2-15 健康増進センター(月曜、祝日休館) (5390) 2220

高齢者ヘルシー入浴補助券の交付

入浴補助券1枚につき100円で区内、150円で荒川区内の指定公衆浴場を利用できます。 区内在住で70歳以上の方(昭和22年4月1日以前に生まれた方。介護保険の要介護4・5の方を除く) 交付枚数 年間1名24枚 交付期間・場所 左表のとおり

新規対象者や引換証をお持ちでない方は、健康保険証など本人確認ができるものと印鑑をお持ちください。 問 高齢福祉課高齢福祉係 (3908) 1158

高齢者ヘルシー入浴補助券の交付

Table with 3 columns: 対象者 (対象者), 期間 (期間), 会場 (会場). Rows include exchange of certificates and new recipients.

東京都シルバーパス

都では、70歳以上の方に、申込により都営交通・都内を走行するバスなどが利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。有効期限は発行日から9月30日(金)までです。 区内に住民登録をしている70歳以上の方(寝たきりの方を除く) 費 「必要書類」左表のとおり

70歳になる月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から、最寄りのシルバーパス取扱バス営業所などで申込。詳しくはお問い合わせください。 問 東京バス協会シルバーパス専用電話(土・日曜、祝日を除く 午前9時～午後5時) (5308) 6950

東京都シルバーパス

Table with 3 columns: 対象者 (対象者), 必要書類 (必要書類), 費用 (費用). Rows 1, 2, 3 describe different applicant categories and fees.

※介護保険料納入(決定)通知書の再発行はできません。 ※ア・イ・エ・オは平成28年度の住民税等の賦課決定が行われるまでの期間は、27年度の書類で代用できます。

I期体験！中高年健康体操教室

区内在住、在勤で65歳以上の健康な方 日 5月10日～31日 毎週火曜 計4回 午前9時30分～10時30分 内 ストレッチや軽い筋力トレーニングを行います。 定 20名(抽選) 費 600円 申往復はがき(記入例参照)で、4月20日(水)(当日消印有効)まで 問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-1 滝野川体育館 (3940) 1801

介護予防リーダー養成講座(第9期生)

「地域のために、自分で考え、行動してみよう」

介護予防の必要性を知り、知識や技能を身につけ、地域に介護予防を広めるためのリーダーを養成する講座です。終了生は、介護予防活動のための自主グループ作りや、区や各高齢者あんしんセンターなどで行われている介護予防活動の支援もしています。

区内在住の全回参加が可能で、講座終了後、地域で介護予防活動をしてみたい方 日 内左表のとおり 場 北とびあ15階ペガサスホールまたは13階飛鳥ホール 定 60名(抽選) 申 はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月16日(土)(必着)まで 問先 〒114-8508(住所不要) 介護予防・日常生活支援担当課 (3908) 9017 (3908) 9257

介護予防リーダー養成講座(第9期生)

Table with 3 columns: 回 (回), 日程 (日程), 内容(予定) (内容(予定)). Rows 1-8 list dates and topics like 'Current situation of Kita-ku' and 'Prevention of dementia'.

[時間]午前9時45分～11時45分(9時30分開場)

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

健康情報

いきいき健康サロン
~自分の足で元気に歩こう~

対 区内在住、在勤、在学の方 日 4月24日(日) 午前10時~正午 内 いつまでも自分の足で歩くため、イスを使用するの筋力アップや歩き方の講座です。師 わかくさ整骨院院長 奥成考浩氏 定 30名程度(申込順) 費 510円 申 4月3日(日)から電話申込
問場先 赤羽スポーツの森公園競技場イベント係(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281(午前10時~午後7時)



スポーツ

北区体育協会スポーツ教室

①チューブエクサ&ストレッチ教室
対 区内在住、在勤で18歳以上の方 日 5月11日~6月22日 毎週水曜 計7回 午後1時30分~2時50分 師 永井美和子氏 定 30名(抽選) 費 6,550円(チューブ代、傷害保険料を含む)
申 往復はがき(記入例参照。①②の別、性別も記入)またはホームページで、4月15日(金)(必着)まで ※携帯電話からは不可
問場先 〒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

北区ソフトテニス・ジュニア育成講習会

後援 北区体育協会
対 区内在住の小・中学生 日 5月14日~平成29年3月25日 原則毎週土曜(雨天中止)計32回 5月~9月...午前8時~10時 10月~3月...午前9時~11時 いずれも10分前集合 場 桐ヶ丘体育館テニスコート(赤羽台3-17-57) 定 50名(抽選) 費 7,000円(傷害保険料を含む) 申 Eメール(記入例参照。学校名・新学年、家族の方のEメールアドレスも記入)で、4月23日(土)(必着)まで
※4月30日(土)までに確認通知を送ります(携帯メールからの場合、機器設定により確認通知が届かないことがあります)。
問先 北区ソフトテニス連盟理事 村上博章 ☎090(3522)0911
※午後6時以降
EM kita.sta@gmail.com

北区民のためのボウリング教室(初心者)

後援 北区体育協会
対 区内在住、在勤の方 日 4月14日~5月26日(5月5日を除く)毎週木曜 計6回 午後3時~4時30分 定 20名(先着順) 費 6,000円(初回に集金。別途貸靴代300

円) 申 4月2日(土)午前11時から教室開始2日前までにファクス(記入例参照)または電話で申込
問場先 三恵ボウル赤羽(赤羽南2-4-15) ☎(3903)1521 FAX(3903)5559

講座・講演会

女性の活躍推進応援塾 小島慶子講演会「私らしい、明日への一歩」

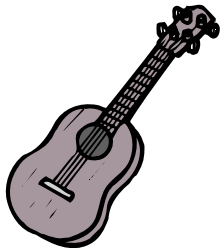
テレビや執筆活動で大活躍の小島慶子さんが、ご自身の現在にいたるまでの経験をふりかえりながら、多様な生き方・働き方の大切さについてお話しします。



日 5月14日(土) 午後2時~3時30分(1時30分開場) ※未就学児入場不可 場 赤羽会館講堂 師 タレント 小島慶子 定 500名(先着順) 申 はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照。希望人数(2名まで)、全員の氏名、手話通訳・車イス席を希望の方はその旨も記入)で、4月2日(土)から30日(土)(必着)まで ※入場券(はがき)を4月中旬から順次送付します。
問先 〒114-8503(住所不要)男女共同参画センター「スペースゆう」(月曜、祝日休館) ☎(3913)0161 FAX(3913)0081 EM danjo-c@city.kita.lg.jp

中央公園文化センター講座

①区民協働講座「スタンドグラスでおしゃれな壁掛けをつくりましょう!」
日 5月10日~7月26日 毎月第2・4火曜 計6回 午前9時30分~正午 師 岩淵潤子氏 [協力] スタンドグラス輝き 定 12名(抽選) 費 4,060円(教材費・保険料) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月26日(火)(必着)まで
②区民講座「初心者のためのギター入門」
日 5月11日~6月29日 毎週水曜 計8回 午後1時30分~3時30分 師 NPO法人学びの市場 山本東四春氏ほか 定 20名(抽選) 費 楽器の無い方は要相談 申 往復はがき(記入例参照)で、4月27日(水)(必着)まで
=以下、①②共通=
対 区内在住、在勤、在学の方
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



赤羽文化センター講座

①区民講座「ケルト料理を味わおう!ケルトの国のごちそうめぐり(赤羽コース・滝野川コース)」(北とぴあケルト祭関連イベント)
対 区内在住、在勤、在学の方 日場 ①赤羽コース(赤羽文化センター)...5月6日(金) ②滝野川コース(滝野川文化センター(西ヶ原1-23-3))...5月7日(土) いずれも午前10時30分~午後2時
内 調理実習を通して、ケルト(アイルランド)の文化を学びます。【メニュー】アイリッシュシチュー、アップルクラムブル(予定)

師 アイルランド料理研究家 松井ゆみ子氏 [協力] THE MUSIC PLANT
定 ①28名 ②24名(いずれも抽選)
費 各1,000円(材料費、傷害保険料)
申 はがき、ファクス(記入例参照。①②の別も記入)または直接窓口で、4月25日(月)(必着)まで
②区民協働講座「手縫いで私だけの浴衣をつくろう!」
対 区内在住、在勤、在学の浴衣地をお持ちの方 日 5月10日~7月26日(5月17日・31日、6月21日、7月19日を除く) 毎週火曜 計8回 午後6時30分~8時30分
内 初心者でもつくれるオリジナルの浴衣を手縫いで一から仕立て、和裁の基礎を学びます。 ※木綿浴衣地一反、裁縫セット、巻尺、裁ちはさみは持参 師 国家資格3級(和裁) 藤本正子氏 [協力] 若葉会 定 8名(抽選) 費 200円(教材費) 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、4月26日(火)(必着)まで
③PC特別講座「みんなのパソコンひろば」
対 区内在住、在勤、在学の方でWindowsの基本操作と文字入力ができる方 日 5月11日(水) 午後6時~8時30分
内 パソコン相談、ミニセミナー「PowerPoint2013でフォトアルバムの作成」 師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選) 費 1,540円 申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、4月22日(金)(必着)まで
=以下、①~③共通=
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



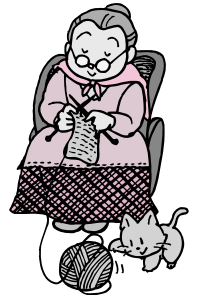
滝野川文化センター講座

①区民講座「おとなの部活 はじめよう!ランニング(前期)」
対 区内在住、在勤、在学のランニング未経験者または初心者でおおむね50歳以下の方 日 5月11日~9月28日 毎月第2・4水曜 計10回 午後7時~8時45分
内 ランニングの基礎知識(心構え)を学び、練習を通じて正しい走り方を身につけます。 師 日本ランニング協会ランニングアドバイザー 武井拓麻氏 定 20名(抽選) 費 100円程度(傷害保険料) 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、4月23日(土)(必着)まで
②区民協働講座「短歌を楽しむ」
対 区内在住、在勤、在学の方 日 5月10日~6月28日 毎月第2・4火曜 計4回 午前10時30分~正午
内 五・七・五・七・七の形で心情や季節を歌に詠み発表します。 師 短歌師範 篠埜清風氏 [協力] 短歌会清風 定 20名(抽選) 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月22日(金)(必着)まで
③区民協働講座「楽しく歌おう!コーラスと発声練習の基礎」
対 区内在住、在勤、在学の方 日 5月12日~6月9日 毎週木曜 計5回 午前10時~正午
内 発声法・呼吸法を学び「千の風になって」「アメイジング・グレイス」など毎回テーマに合わせて合唱します。 師 声楽家 飯島香織氏 [協力] コーラスフルール 定 30名(抽選) 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月20日(水)

(必着)まで
④区民協働講座「はじめての油絵」
対 区内在住、在勤、在学の方 日 5月13日~6月17日 毎週金曜 計6回 午前9時30分~11時30分
内 道具の使い方、デッサン、着色まで油絵の基本を学びます。 ※油絵道具一式は持参(お持ちでない方は9,000円程度で購入できます) 師 北区美術会副会長 伊勢正史氏 [協力] 画友クラブ「瞳」会 定 20名(抽選) 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月21日(木)(必着)まで
=以下、①~④共通=
問場先 〒114-8534(住所不要)滝野川文化センター(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230 FAX(5394)1231

元気ぷらざのカルチャー講座

●手芸講座
対 編み物初心者で18歳以上の方 日 4月7日~28日 毎週木曜 計4回 午後3時~4時30分
内 編み方の種類・編み図の読み方など編み物の基礎 費 4,000円(材料費を含む)



●ビーズアクセサリと小物
対 区内在住の18歳以上の方 日 4月18日(月) 午後1時30分~3時
内 ビーズで作るネックレス 費 2,500円(材料費を含む)
=以下、共通=
定 15名(申込順) 申 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

北とぴあ演劇祭 脚本ワークショップ

初心者でも楽しみながら脚本のイロハが学べます。今年は「北区十条」の街を歩くフィールドワークを実施して脚本の題材を探します。ワークショップで生まれた作品のいくつかは受講生自ら演劇祭で上演します(自由参加)。
対 中学生以上の方(受講が今年で3年目以上の方を除く) 日場内 ワークショップ(北とぴあ9階902会議室)...5月25日~7月6日(6月22日を除く)毎週水曜 計6回 午後7時~9時30分 フィールドワーク(十条)...6月5日(日) 午後3時~5時 師 脚本家 吉田貴秀氏 定 20名(先着順。中高生枠は5名) 費 一般...6,000円 中・高生...3,000円 申 4月4日(月)午前9時から電話またはホームページで申込
問先 北区文化振興財団 北とぴあ演劇祭脚本ワークショップ係 ☎(5390)1221 HP http://www.hokutopiaengekisai.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
シェイクスピアの愛の名セリフ
日 4月16日(土) 午後2時~4時 場 王子小学校王子ホール 師 早稲田大学名誉教授 伊藤 洋氏 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

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

北区 ぶらり散歩道

このコーナーでは、区民の皆さんにもっと知ってほしい北区のスポットなどをお届けします。ぶらりとさんぽしながら、北区を再発見しませんか？

飛鳥山公園と桜さんぽ

江戸時代から花見の名所として親しまれてきた飛鳥山公園は、区を代表する公園として、区内外から訪れる人も多く人気があります。園内にはソメイヨシノ・サトザクラなど約650本が植えられており、満開の時期は、とても華やかな空間に包まれ、麗らかな日差しの中、のんびりと散歩を楽しむことができます。

王子駅から飛鳥山に目を向けると、愛らしい乗り物が目に飛び込んできます。子ども連れから高齢者まで、だれでも気軽に

昇ることができる自走式モノレール、通称「アスカルゴ」です。姿が「かたつむり」に似ていることから名付けられたこの「アスカルゴ」、ゆっくりと愛嬌を振りまきながら、山頂を目指して昇る様子は、園内の彩りとともに、訪れる人々を楽しませてくれます。

運転時間は、午前10時から午後4時まで(桜開花期間中は8時まで。強風など悪天候の場合は、運転を中止することがあります)。ぜひ一度「アスカルゴ」の中から桜を楽しんでみてください。

場 飛鳥山公園(王子1-1-3)
【最寄駅】JR・東京メトロ南北線「王子駅」、都電荒川線「飛鳥山駅」「王子駅前駅」



田端文士村記念館イベント

明治29年に開業した田端駅は、田端の街の発展に大きな影響を与えました。街を支えた鉄道の歴史と文士や芸術家の目を通して語られる風景のものがたりをテーマに、企画展やひととき散歩を開催します。

●企画展「田端駅開業120周年記念 鉄道からはじまる田端の街ものがたり」
日 4月22日(金)～10月2日(日)
●田端ひととき散歩「鉄道からはじまる田端の街ものがたり～田端駅開業120周年に寄せて～」
日 5月21日(土) 午後1時開演(0時30分開場)

師 同館研究員
定 80名(先着順)
申 当日、直接会場へ

=以下、共通=
問 場 田端文士村記念館(田端6-1-2)
☎ (5685)5171
※専用駐車場・駐輪場はありません。

※JR田端駅では、上記以外にも絵画展、写真展、商店街スタンプラリーなど、さまざまな記念イベントを予定しています。詳しくはホームページをご覧ください。

問 JR田端駅(お問い合わせセンター)
☎ (3822)3091
HP http://www.jreast.co.jp/ekicho/



平成28年度禁煙治療費助成事業

対 区内在住で禁煙を希望する方(現在治療中の方を除く。年度内一人1回)
内 禁煙治療(外来・薬局)にかかった自己負担額(上限1万円) 定 80名(申込順)
申 4月1日(金)から窓口で申込
問 先 王子健康支援センター(区役所第一庁舎) ☎ (3908)9087
【7月4日(月)から(予定)】東十条2-7-3 北区保健所1階(電話番号は変更なし)
赤羽健康支援センター(赤羽会館6階) ☎ (3903)6481
滝野川健康支援センター(東十条2-7-3 北区保健所1階) ☎ (3919)2815
【6月27日(月)から(予定)】西ヶ原1-19-12 ☎ (3915)0184

～禁煙治療～

- 健康保険などで禁煙治療を受けるためには一定の要件があります。
①TDSニコチン依存度テストで5点以上
②1日の平均本数×これまでの喫煙年数=200以上(平成28年3月現在)
③1カ月以内に禁煙を始めたいと思っている
④禁煙治療を受けることに文書で同意している
※健康保険などで禁煙治療を受けられない医療機関もあります。

喫煙はさまざまな病気[がん、心臓病、脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)など]の原因となる生活習慣です。禁煙に失敗した経験のある方、なかなか一歩を踏み出せない方など、この機会に医師や薬剤師のアドバイスを受けながら禁煙にチャレンジしてみませんか。



TDSニコチン依存度テスト

TDSニコチン依存度テストで5点以上の場合、ニコチン依存症の可能性がります。医療機関、各健康支援センターへご相談ください。

Table with 3 columns: 設問内容, はい1点, いいえ0点. Contains 10 questions about smoking habits and dependence.

※注 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、禁煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

2016「帝京けんこうひろば」

日 右表のとおり 場 帝京大学4号館1階「帝京けんこうひろば」相談室(上十条3-1-25)
内 看護学科教員による健康相談
※希望の方には骨密度測定も実施します。
定 8名(先着順)
申 当日、直接会場へ(15分前から受付開始)
※開催日以外は受付していません。
※混雑状況に応じて、お待ちいただくことがあります。
問 帝京大学医療技術学部看護学科帝京けんこうひろば(教務課)
☎ (3964)7051

Table with 2 columns: 内容, 日程. Lists consultation topics like cancer, nursing, and mental health with dates and times.



Application form for the lecture series, including fields for name, address, and phone number, and a list of requirements.

◆大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方(昭和56年12月31日以前に生まれた方)
※受診間隔が1年未満の方は除く
日 場 申 問 先 右表のとおり
内 検便(便潜血反応検査)※希望する各健康支援センターで事前に採便セットを受け取り、各会場の検診日にお持ちください(代理可)。 定 各日110名(先着順)

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. Details the process for colorectal cancer screening.