

NO.1526  
毎月1日・10日・20日発行  
**11 | 1**  
平成28年(2016)

# 北区ニュース

世帯と人口	(28.10.1現在)	前月比
	世帯数	189,678 216増
	総人口	344,548 311増
	日本人人口	325,546 153増
	男	161,805 76増
	女	163,741 77増
外国人人口	19,002 158増	
男	9,460 76増	
女	9,542 82増	
年齢別	14歳以下… 34,899(10.1%)	
人口*	15歳~64歳…221,909(64.4%)	
(構成比)	65歳以上… 87,740(25.5%)	
*外国人人口を含む		

## 長生きするなら北区が一番

「北区版 地域包括ケアシステムって何？」

# きたく 介護あんしんフェア 2016

介護の日(11月11日)にちなみ、住み慣れた町で自分らしい暮らしがいつまでもできるように「介護」「介護予防」「認知症」について知っていただき、より身近に感じていただくためのイベントです。

**日** 11月13日(日) 午前10時~午後4時  
**場** 北とびあつじホール・地下1階展示ホール・1階区民プラザ  
**内** 師 下表のとおり **申** 当日、直接会場へ  
※車イス席、手話通訳あり

**入場無料** ※地下1階展示ホール  
来場者(先着1,000名)に記念品プレゼント

場所	時間	内容
北とびあつじホール ※手話通訳、車イス席あり	午前10時~11時30分 (9時40分開場)	在宅医療を進める講演会(北区在宅介護医療連携推進会議) 座長 河村雅明氏 ①「北区で生きるとは~看護ができること~」 師 平原優美氏 ②「かかりつけ薬局・薬剤師について」 師 野口 修氏
	午後1時~3時 (0時30分開場)	記念講演「最後まで自宅で暮らせる地域をつくろう」 ~あなたはどうしますか~ 師 堀田 力氏
地下1階 展示ホール ※1,000名に記念品プレゼント(先着順)	相談コーナー 午前11時~午後4時	医療相談(北区医師会)、歯科相談(滝野川歯科医師会・北歯科医師会)、腰痛・膝痛相談(北区柔道接骨師会) 【認知症カフェ】「オレンジカフェきたい~な」 認知症のことをおしゃべりしませんか(北区高齢者あんしんセンター)
	中央コーナー 午前10時30分~午後1時30分 ミニステージ 午後1時45分~3時50分	「介護予防健診おたっしや21」体験 ※受付は午後0時30分まで 血圧測定、握力、開眼片足立ち、5m歩行 ・絵本の読み聞かせ(午後1時45分から) ・歌謡曲体操(午後2時10分から) ・介護予防・認知症予防体操(午後2時35分から) ・紙芝居(午後3時から) ・研究発表(午後3時25分から)
	展示体験コーナー 午前10時30分~午後4時	「試せる」車イスのまま楽に階段の昇り降りができる階段昇降機など 「測れる」かむ力測定、骨密度測定、認知症の気づきチェックなど 「もらえる」各種サンプル品、パンフレットなど 「スタンラリー」プレゼントもあります
1階区民プラザ	午前10時~午後4時	介護予防・認知症の相談窓口(北区高齢者あんしんセンター) 「こんちゃん」のぬり絵&お面づくり はつらつシニアの活動紹介(筋力アップ体操、ウォーキングなど)

## 記念講演 「最後まで自宅で暮らせる地域をつくろう」 ~あなたはどうしますか~

**【時間】** 午後1時~3時(0時30分開場)  
**【場】** 北とびあつじホール  
**【師】** さわか福祉財団会長 堀田 力氏  
**【定】** 400名(先着順)  
**【申】** 当日、直接会場へ



**【講師プロフィール】**  
昭和9年京都府生まれ。京大卒業後、36年検事任官。51年東京地検特捜部検事としてロッキード事件捜査を担当。平成3年に退官、弁護士登録。「高齢社会NGO連携協議会」共同代表、厚生労働省の高齢者介護研究会座長などを歴任。さわか福祉財団会長として全国各地で絆のある地域づくりを推進中。近著に「共助」のちから」など。

**【参加協力団体】** ※順不同  
東京都北区医師会、東京都北歯科医師会、東京都滝野川歯科医師会、北区ケアマネジャーの会、北区高齢者福祉施設長会、北区社会福祉協議会、北区柔道接骨師会、北区通所サービス事業者連絡会、北区福祉用具事業者の会、北区地域密着型サービス事業者連絡会、北区訪問看護ステーション連絡協議会、北区薬剤師会、北区高齢者あんしんセンター、東京家政大学、北区リハビリネットワーク、北区サービス提供責任者の会、北区鍼灸師会、北区介護予防リーダーの会、介護予防自主活動グループ(りぱりんとフレンズ・北話会&さくら会、きたく健やかWKの会、筋力アップ友の会)

**【問】** 高齢福祉課 ☎(3908)1158  
介護医療連携推進担当課 ☎(3908)9083  
介護予防・日常生活支援担当課 ☎(3908)9017  
介護保険課 ☎(3908)1286

記号の見方  
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

## お知らせ

### ◆「北区の年次財務報告書」を作成しました

区の財政状況をわかりやすく理解していただくため、企業会計手法の視点を取り入れた財務諸表「北区の年次財務報告書(平成27年度決算)」を作成しました。  
内容は、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、図書館(昭和町を除く)、地域振興室及び北区ホームページでご覧になれます。  
**問** 財政課 ☎(3908)1105

### ◆第1回北区介護保険運営協議会

**日** 11月10日(木) 午後6時30分~8時30分 **場** 赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)  
**申** 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ  
**問** 介護保険課付調整備 ☎(3908)1286

### ◆第5回学校施設跡地活用検討委員会

**日** 11月9日(水) 午後7時から  
**場** 北とびあ14階力ナリアホール  
**内** 利活用計画(案)の検討・まとめについて  
**【検討対象校】** 旧清至中学校、旧赤羽中学校  
**申** 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ  
**問** 企画課 ☎(3908)1104

### ◆補助73号線沿道地区の都市防災不燃化促進事業

地震などで大規模な火災が発生した場合に延焼を防止するとともに、区民の皆さんが安全に避難できるよう、一定の要件を満たした燃えにくい建物を建築する方に、区が建築費などの一部を助成する、都市防災不燃化促進事業を開始します。  
**【対象区域】** 都市計画道路補助73号線道路境界線より両側おおむね30mの区域(十条駅西口地区第一種市街地再開発事業区域を除く)。  
**【事業期間】** 平成37年度まで(予定)

※申込方法など詳しくは、お問い合わせください。  
**問** 十条まちづくり担当課(区役所第一庁舎7階6番) ☎(3908)9162

### ◆北区飛鳥山博物館 無料観覧日

**日** 11月3日(祝) 午前10時~午後5時  
**内** 「文化の日」にちなんで常設展示室(北区の自然・歴史・文化を紹介し、当時の人々のくらしびりを実感できる展示)の観覧料が無料となります。また、当日は飛鳥山博物館秋期企画展「日本・ベルギー友好150周年~近代工業化のルーツ~滝野川反射炉展」を開催しています。**申** 当日、直接会場へ  
**問場** 北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内) ☎(3916)1133

### ◆都営住宅地元割当・二人以上の家族向け(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、そのことが住民票で証明できる(外国人については、在留資格が「永住者(特別永住者を含む)およびその配偶者等」「定住者」「日本人の配偶者等」である。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。

### 【募集する住宅及び戸数】

西が丘三丁目(2戸)  
**【申込書・募集案内の配布期間・場所】**  
11月14日(月)~22日(火) 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・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】** 申込書を郵送で、11月25日(金)(必着)まで ※11月の都営住宅募集に申し込まれた方も申込できます。

**【問先】** 〒114-8508(住所不要)区営・区民住宅受付担当 ☎(3908)1523



## ◆パブリックコメントの結果がまとまりました

東京都北区国民保護計画(変更)(素案)  
 [閲覧期間]11月1日(火)~12月2日(金)  
 [閲覧場所]危機管理課(区役所第一庁舎2階16番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、地域振興室、図書館(昭和町を除く)及び北区ホームページ  
 問 危機管理課 ☎(3908)1121

## ◆11月は個人事業税第2期分の納期です

納期限は11月30日(水)です。お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは都税事務所、忘れずにお納めください。個人事業税の納税には、安心・便利な口座振替などをご利用ください。  
 問 荒川都税事務所 ☎(3802)8114

## ◆平成28年度①北区育児休業代替任期付職員(保育士)及び②北区職員(看護師)採用選考

[募集人員]①8名程度 ②若干名  
 [主な受験資格]国籍を問わず、①は平成9年4月1日までに生まれた方、②は昭和47年4月2日以降に生まれた方で、①は保育士となる資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方(平成29年3月31日までに取得・登録見込みを含む)、②は看護師の免許を有する方(平成29年3月31日までに取得見込みを含む)  
 [勤務場所]①保育園・児童館など ②保育園・障害者福祉施設など  
 [選考日]12月4日(日)  
 [選考場所]区内施設  
 [選考方法]作文または論文及び面接など  
 [採用時期]平成29年4月1日以降  
 [受験手続]指定の申込書に必要事項を記入し、直接窓口または簡易書留による郵送で、11月22日(火)(当日消印有効)まで  
 ※募集案内及び申込書は、職員課(区役所第一庁舎3階8番)、区民事務所、中央図書館などにあります。また、北区ホームページからもダウンロードできます。  
 ※申込書の郵送を希望する方は、①「申込書請求(任期付保育士)」、②「申込書請求(看護

師)」と朱書きした封筒に、120円切手を貼った返信用封筒(角型2号)を同封し職員課人事係へ郵送してください。  
 問 先 114-8508(住所不要)職員課人事係 ☎(3908)8031

## ◆特別区立幼稚園妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者(登録者)の募集

特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局では、区立幼稚園の産休・育児補助教員の採用候補者を募集します。  
 [職種]臨時的任用教員(幼稚園)  
 [勤務地]特別区の区立幼稚園(大田区・足立区を除く)  
 [資格]幼稚園教諭普通免許状を現に有し、国公私立幼稚園の正規任用教員として1年以上、または特別区の区立幼稚園臨時的任用教員もしくは学級を専任する非常勤講師として通算12カ月以上の勤務実績があり、昭和31年4月2日以降に生まれた方  
 [受付期間及び方法]12月1日(木)・2日(金)に所定の書類(募集案内を参照)を本人が持参。郵送受付は要件を満たす場合のみ可能(11月2日(水)~25日(金)(当日消印有効))。  
 [募集案内配布]教育指導課(滝野川分庁舎2階5番)、23区の各区役所及び申込み先で配布  
 [選考方法]書類選考及び面接  
 問 先 〒102-0072 千代田区飯田橋3-5-1 東京区政会館17階 特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当 ☎(5210)9751

## ◆「きたくなるまち絵画展」作品募集

対 区内在住、在勤、在学の方  
 [幼児部門]テーマ「わたしのゆめの町」 画用紙ハツ切、クレヨンまたは水彩  
 [小学生部門]テーマ「北区の風景」 画用紙ハツ切、クレヨンまたは水彩  
 [一般部門(中学生以上)]テーマ「北区の風景」 10号まで、水彩  
 ※いずれも人物画を除く。1人1点限り  
 申 絵の裏面に題名、住所・氏名(ふりがな)・年齢、電話番号、園名または校名を記入して

持参 [受付期間]11月1日(火)~12月11日(日)(毎週月曜を除く) 午前9時~午後5時 [展示期間]平成29年1月17日(火)~2月12日(日)  
 ※参加者全員に記念品、一般部門の優秀作品には賞を差し上げます。  
 [展示場所]ココキタ(北区豊島5-3-13)  
 問 先 北区文化振興財団文化振興係(ココキタ内) ☎(6338)5711

## ◆事業とくらしの無料相談会

共催 北区  
 日 11月19日(土) 午後1時~4時  
 場 北とぴあ地下1階展示ホール  
 内 法律、税金、不動産、登記、会社経営、労働、行政手続などの身近な諸問題に専門家が無料でお答えします。  
 申 11月7日(月)から18日(金)までに電話申込  
 問 先 東京パブリック法律事務所 ☎(5979)2920(土・日曜を除く午前10時~午後4時)

## ◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区  
 年金の内容や受取額についての疑問、サービス残業やパワハラなどのトラブル、人事・労務管理などのお悩みに、社会保険労務士が無料で相談に応じます。  
 日 11月8日(火) 午後1時30分~4時  
 場 区役所第一庁舎1階ロビー  
 申 当日、直接会場へ  
 問 東京都社会保険労務士会北支部 ☎(3908)0248

## ◆都立王子特別支援学校(高等部)学校公開

日 11月9日(水) 午前9時~正午  
 申 当日、直接会場へ  
 問 場 都立王子特別支援学校(十条台1-8-41) 三輪 ☎(3909)8777

## 介護保険における高額介護サービス費の算定誤りについて(お詫び)

介護保険で給付した高額介護(介護予防)サービス費のうち、税情報や世帯構成などを修正した方の中に、介護保険システムの初期設定誤りにより、支給が不足しているケースがあることが判明しました。  
 調査の結果、372名に1,462万6,040円の支給不足があったことを確認いたしました。  
 10月末までに、対象となった被保険者の皆さまには追加支給のご案内を送付いたしました。  
 今後このようなことがないよう、改めて介護保険システムの確認を行い、正確で確実な介護保険事務の執行に努めてまいります。  
 なお、今回の追加支給のお手続きは、必ず文書で行います。区役所の職員が口座番号や暗証番号を電話でおたずねしたり、通帳や印鑑、キャッシュカードをお預かりすることは絶対にありません。不審な電話や訪問等があった場合は、すぐ110番通報をしてください。  
 問 介護保険課給付調整係 ☎(3908)1286

## ◆11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です

内閣府では、子ども・若者育成支援に関する国民運動の一層の充実や定着を図ることを目的として、毎年11月を「子ども・若者育成支援強調月間」と定めています。区でも、各青少年地区委員会の行事の中で「あいさつ運動」を実施します。また、各青少年地区委員会では、「愛の一声パトロール」など、年間を通して青少年の健全育成を支援するさまざまな活動を行っています。  
 ●「青少年に有害なビラ・チラシお断りステッカー」を無料配布しています  
 [配布場所]生涯学習・学校地域連携課(滝野川分庁舎2階8番)、区民事務所、地域振興室  
 問 生涯学習・学校地域連携課 ☎(3908)9323

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

## 消費生活フェア2016~私たちのくらしinきたく~開催!(第44回北区消費生活展)

主催 消費生活フェア実行委員会・北区

消費者団体や協賛団体が日常生活に役立つ情報(環境・防災・防犯・リサイクル・健康・食・電気など)を展示し、日頃の活動や研究成果を発表します。実習コーナーでは、手すきはがき作りや機織り体験、小物作りができます。おみやげ付のクイズスタンプラリーやカーレット(卓上のカーリング)体験、ステージでは、消費者被害防止紙芝居や寸劇など、ご家族でお楽しみいただけます。

日 11月27日(日) 午前10時30分~午後4時 場 北とぴあ13階飛鳥ホール  
 問 消費生活センター ☎(5390)1239

ステージ	時間	内容
紙芝居	午前10時50分~11時30分	消費者被害防止紙芝居「だまされないぞー」※小学生以下の方に、お菓子プレゼント(先着30名)
ロコモ体操	午前11時40分~午後0時10分	簡単にできるリズム体操
寸劇	午後1時~1時30分	消費者被害防止寸劇「その電話、もしかしてサギ?」
ファッションショー	午後1時30分~2時30分	着物から素敵にリフォームされた洋服を着てファッションショーを行います。
大道芸	午後2時30分~3時	南京玉すだれ

実習コーナー	受付時間	内容
手すきはがき作り	午前10時30分~午後3時30分	牛乳パックで手すきはがき作り
機織り体験		さき布織り体験ができます。
傘の修理(有料)		傘の修理 ※直せない場合あり
おもちゃの修理(無料。部品代実費)		壊れたおもちゃを修理します。 ※お預かりして後日返却の場合あり
小物作り(有料)		気軽にかわいい小物作り

## 青色決算説明会・消費税等説明会

王子税務署では、所得税の青色申告決算書や個人の方の消費税及び地方消費税の申告書の作成方法などの説明会を開催します。  
 対 確定申告で青色申告をする方 日 場 下表のとおり  
 問 王子税務署個人課税第1部門(指導担当) ☎(3913)6211 ※自動音声で「2番」を選択し、内線112を指定してください。

日程	時間	対象者	説明会場
12月5日(月)	午前10時~正午	不動産所得者	北とぴあ7階第2研修室
	午後2時~4時	自営業者	
12月6日(火)	午前10時~正午	不動産所得者	赤羽会館4階小ホール
	午後2時~4時	自営業者	

※筆記用具をお持ちください。「所得税の青色申告決算書」「青色申告の決算の手引き」などは、当日お渡しします。  
 ※会場で、年末調整関係書類、給与支払報告書などの用紙を配付します。  
 ※車での来場は、ご遠慮ください。

●確定申告書作成会場の設置  
 王子税務署では、平成28年分の所得税及び復興特別所得税・贈与税・個人の方の消費税の確定申告期間中につき、同署内に申告書作成会場を次のとおり設置します。  
 [開設期間]平成29年2月16日(木)~3月31日(金) ※土・日曜、祝日を除く(平成28年10月現在の情報に基づき作成しています)  
 [相談時間]午前9時15分~午後5時(8時30分受付開始)  
 ※上記開設期間以外は、同署内に申告書作成会場はありません。  
 ※平成28年分以降の確定申告書などには、マイナンバー(個人番号)の記載と本人確認書類(番号確認書類及び身元確認書類)の提示または写しの添付が必要です。  
 ※国税庁ホームページをご利用いただくと、簡単に申告書・決算書が作成できます。ぜひ、ご利用ください。  
 問 場 王子税務署個人課税第1部門(王子3-22-15) ☎(3913)6211 ※自動音声で「2番」を選択してください。  
 HP <http://www.nta.go.jp>



# インフルエンザの流行に備えましょう

インフルエンザは冬に流行します。今年もこれからの季節、インフルエンザの流行に十分注意が必要です。

## ●インフルエンザの症状とは?

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症です。

普通のかぜは、のどの痛み、鼻汁、せき、くしゃみなどの症状が中心で、一般的に軽度です。

一方、インフルエンザの場合は悪寒、倦怠感、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く、合わせて、のどの痛み、鼻汁、せきなどの症状も見られます。

これらの症状は通常2～3日続きますが、場合によっては5日を超えることもあります。

さらに、高齢者や乳幼児では肺炎や脳炎などを合併することもあります。早めに受診しましょう。

## ●医療機関を受診するとき

かかりつけ医またはお近くの医療機関を受診してください。



受診のときは、必ず不織布製マスクをつけて受診しましょう。できれば、電話を入れて混雑状況を確認するとよいでしょう。

## ●個人でできる予防対策

予防のポイントは、「手洗い」と「せきエチケット」そして「ワクチン接種」です。

さらに、十分な睡眠、適度な運動とバランスの良い食事、こまめな室内の換気と湿度(50～60%)を保つ、人ごみへの外出を控える、マスクを着用するなどをおこなって心がけましょう。また、体を冷やさない、温める工夫も大切です。

**【手洗い】**インフルエンザウイルスが付着した物をさわった手で、口や目、鼻の粘膜をさわることによって感染する可能性があります。汚れが残しやすい指のあいだや指先、爪の間を意識して、しっかりと手洗いを励行しましょう。

**【せきエチケット】**感染した人のせき、くしゃみによってウイルスが飛び散り、それを吸い込んで感染します。せきやくしゃ



みの症状があるときは、口や鼻をティッシュやハンカチ、袖などで覆うようにしましょう。人と接するときには、マスクをしましょう。また、使用済みのティッシュは、ごみ箱にきちんと捨てましょう。

**問【インフルエンザについて】**北区保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102

## ワクチンの接種

10月からワクチン接種が始まりました。流行前に重症化予防のためワクチンを受けましょう。65歳以上の方は、高齢者インフルエンザ予防接種を受けてください。自己負担は、2,500円です。72歳以上の方(昭和20年3月31日以前に生まれた方)または接種対象者のうち生活保護を受けている方は、自己負担が免除されます。

**問【高齢者インフルエンザ予防接種について】**健康推進課コールセンター ☎(3908)9034



## 催し

### ◆田端文士村記念館「朔太郎と音楽～青山 忠マンドリンコンサート～」

**日**12月25日(日) 午後2時開演  
**内**詩人・萩原朔太郎作曲作品などマンドリンの音色をお楽しみください。

**【曲目】**機織る乙女、野火(萩原朔太郎)、サンタ・ルチア(イタリア民謡)ほか

**【出演】**青山 忠、小野朋子(マンドリン)、青山 涼(マンドラ)、キム・ヨンテ(ギター)  
**定**100名(抽選)

**申**往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名、間柄も記入)で、12月5日(月)(必着)まで

※同居家族に限り1通で2名まで

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

### ◆第16回ファーマーズコラボ市(ほっと緑市)開催

後援 北区

**日**11月27日(日) 午前10時～午後3時(小雨決行)

**場**赤羽公園(赤羽南1-14-17)

**内**10時から…産直野菜・無添加食品、エコ雑貨など「暮らし」の安心を広げていくマーケット 11時30分から…歌や踊りのパ

フォーマンス ※詳しくはホームページをご覧ください。

**問**ほっと村 ☎070(6553)5671

(月～金曜 午前10時30分～午後1時30分)

**HP**http://hot-mura.jimdo.com/

## ◆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。

### ●滝野川公園

**日**11月23日(祝) 午前10時～午後2時(雨天中止) **【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

### ●滝野川市場通り

**日**11月27日(日) 午前10時～午後3時(雨天中止) **場**滝野川市場通り(滝野川7丁目) **【出店予定数】**30店(抽選)

**【出店料】**700円(2m×2m)

**申**往復はがき(記入例参照)で、11月21日(月)(必着)まで

**問先**〒114-0023 滝野川6-21-25

滝野川西エコー広場館

「市場通りフリマ」係

☎(5567)3196



## お知らせ

### ◆都営住宅入居者の募集

#### ●家族向け

**対**次の①～⑤のすべてに該当する方

- ①申込者本人が東京都内に居住する成年人(20歳未満の既婚者を含む)で、そのことが住民票で証明できる(外国人については、在留資格が「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」である。または、在留実績が継続して1年以上ある方)
- ②同居親族がいる(外国人について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

●定期使用住宅(若年ファミリー向け、多子世帯向け)

**対**「家族向け」の①～⑤に加え、各要件があります。詳しくは、「募集の案内」をご覧ください。

#### ●若年ファミリー向け

**対**「家族向け」の①～⑤に加え、申込者本人を含め同居親族全員が40歳未満で、世帯構成が「夫婦のみ」または「夫婦と子のみ」

#### ●単身者向け

**対**「家族向け」の①～⑤及び、申込時に3年以上都内に居住し、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

=以下、共通=

**【申込書・募集案内の配布期間・場所】**11月1日(火)～11日(金) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番窓口)及び区民事務所・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。また、配布期間中は東京都住宅供給公社ホームページ(<http://www.to-kousya.or.jp/>)からもダウンロードできます。

**申**渋谷郵便局に郵送で、11月15日(火)(必着)まで ※詳しくは「募集の案内」をご覧ください。

**問先**東京都住宅供給公社都営住宅募集センター

☎0570(010)810(募集期間中のみ)

☎(3498)8894(募集期間外)

**問**住宅課区営・区民住宅受付担当

☎(3908)1523

※いずれも土・日曜は除く

### ◆第2回 北区高齢者保健福祉計画策定検討委員会

**日**11月7日(月) 午前10時から

**場**北とぴあ14階スカイホール

**申**傍聴希望の方は、当日、直接会場へ

**問**高齢福祉課高齢福祉係

☎(3908)1158

## 国保

◆便利なコンビニ納付がご利用できます

指定の納付書(バーコード付き)があれば、時間や曜日気にせず、いつでもお支払いできます。

お支払い可能なコンビニエンスストアは納付書裏面をご覧ください。

※バーコードなしの納付書及び1枚あたり30万円を超える納付書は、コンビニエンスストアではお支払いできません。

**問**国保年金課国保保険料係

☎(3908)1159

## 後期高齢者医療

◆後期高齢者医療制度の被保険者へ医療費等通知書をお送りします

ご自身の健康と医療に対する認識を深めていただくとともに、診療日数などの受診内容に誤りがないかをご確認していただくために、「医療費等通知書」を11月中旬にお送りします。通知書には、診療年月、医療機関などの名称、医療費の総額(自己負担分+保険者負担分)などを記載しています。

**対**平成27年7月～28年6月の間に、次の①②のいずれかに該当した方

- ①医療費の総額(自己負担分+保険者負担分)が5万円を超える月がある方
- ②柔道整復、はり・きゅう、あんま・マッサージ、治療用器具などのいずれかの施術や支給がある方

※すべての被保険者にお送りするものではありません。

**問**国保年金課高齢医療係

☎(3908)9069



## 有料広告募集

「国保のしおり」(平成29年度版)に広告を載せてみませんか

「国保のしおり」とは、国民健康保険の制度や手続きをまとめた小冊子です。既加入世帯に平成29年6月に郵送で配布します。新規加入世帯には、区民事務所、国保年金課の窓口で配布します。

**【発行部数】**8万部(予定) **【冊子の概要】**B6変形判52ページ程度

**【広告の規格など】**下表のとおり

広告掲載位置	募集枠数	掲載料	規格(縦×横)cm	色数
裏表紙 外側ページ	1	10万円	18.2×10	4色カラー

**【「国保のしおり」の配布期間】**平成29年4月～30年3月

**【掲載できないもの】**区の公共性及び品位を損なうおそれのあるもの。政治、宗教活動に関わるもの。意見広告、個人的宣伝に関わるもの。そのほか掲載する広告としてふさわしくないもの。

**申**所定の申込用紙(広報課(区役所第一庁舎3階1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、広告の原稿案を添えて、郵送、ファクスまたは直接広報課へ11月30日(水)(必着)までに持参

**【掲載の決定】**内容審査のうえ掲載の可否をお知らせします。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下原稿(区が指定する形式の磁気データ)を作成していただきます。

**問**国保年金課庶務係 ☎(3908)1130

**先**〒114-8508(住所不要)広報課広告担当

☎(3908)1102 FAX(3905)3422

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



## 11月は児童虐待防止推進月間

### 児童虐待は社会全体で解決すべき問題です ～もしかしてあなたが救う小さな手～

幼い命が奪われる痛ましい事件が後を絶ちません。地域の方々のちょっとした「目くばり」「気くばり」で子どもたちを虐待から救えます。あなたの通告が子どもを守るとともに子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。子どもたちの安全と安心できる生活を守るため「おや?おかしい!」と感じたら迷わずご連絡ください。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。



オレンジリボン

#### 【連絡先】

●北區子ども家庭支援センター  
(育ち愛ほっと館)

午前9時30分～午後5時(土・日曜、  
祝日、年末年始を除く)  
☎(3912)1894(虐待防止  
専用)

●東京都北區児童相談所

午前9時～午後5時(土・日曜、祝日、  
年末年始を除く)  
☎(3913)5421

#### 【休日・夜間・年末年始の連絡先】

東京都児童相談センター

☎(5937)2330

または最寄りの警察署へ

### 子どもを虐待から守る 5ヶ条

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡  
(通告は義務=権利)
- ②「しつけのつもり…」は言い訳  
(子どもの立場で判断)
- ③ひとりで抱えこまない  
(あなたにできることから即実行)
- ④親の立場より子どもの立場  
(子どもの命が最優先)
- ⑤虐待はあなたの周りでもおこりうる  
(特別なことではない)

#### 子どもへの虐待とは

- 身体的虐待…殴る、蹴る、戸外へ閉め出すなどの暴行を加えること
- ネグレクト…家に閉じ込める、学校に行かせない、病院に連れて行かない、食事を与えないなど親としての養育、教育、安全確認を怠ること
- 性的虐待…子どもへの性的行為の強要、わいせつ行為をすること
- 心理的虐待…言葉による脅し、無視、兄弟姉妹間の差別、子どもの前での家庭内暴力など

#### オレンジリボン運動にご理解ください

平成16年9月に栃木県小山市で幼い兄弟が虐待の末に死亡した事件を契機に始まった運動です。オレンジ色のリボンには「子どもへの虐待をなくす社会」を目指したメッセージがこめられています。

#### 街頭オレンジリボンキャンペーン

オレンジリボン、児童虐待防止啓発グッズを配布します。

①11月14日(月) 午後4時30分～5時30分

【配布場所】十条銀座商店街

【協力】民生・児童委員・十条銀座商店街連合会・北區社会福祉協議会・東京成徳大学

②11月18日(金) 午後4時～5時

【配布場所】霜降銀座商店街

【協力】民生・児童委員・霜降銀座商店街連合会・北區社会福祉協議会・西ヶ原東部自治会

#### 講演会・発表会

①養育家庭の里親体験発表会

あたたかい家庭でくらしたい

～家族と一緒に暮らせない子どもたち～

今年4月、施設出身で進学した女性のためのシェアハウスが北區にオープン。開設までの思いや、開設から半年の取り組みについてお話しします。また、活動している里親の方から体験談を発表します。

【基調講演】立教大学名誉教授 庄司洋子氏

日 11月26日(土) 午後2時～4時 場 赤羽文化センター第一視聴覚室(赤羽西1-6-1-301) 定 100名(申込順) 申 11月4日(金) 午前9時30分から電話申込 ※保育あり(1歳から就学前まで。詳しくはお問い合わせください)

②子育て支援講演会

思春期の子どもと心～その特徴と対応～

思春期のお子さんの成長や発達段階の特徴と、親子の関係やお子さんへの対応のポイントについて考えます。

対 区内在住で子育て中または子育てに興味、関心のある方 日 12月5日(月) 午後2時～4時 場 北とびあ7階第一研修室

師 ども・思春期メンタルクリニック 井口由子氏 定 50名(申込順)

申 11月8日(火)から電話申込

=以下、①②共通=

問先 北區子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館) ☎(3914)9565(午前9時30分～午後5時)

#### ◆多文化共生ビギナー講座～知っておきたい!異文化のこと～

対 区内在住、在勤、在学の方

日 ①11月30日(水)…異文化ってなあに?～くらし編

～ ②12月8日(木)…異文化ってなあに?～学校編～

③15日(木)…やってみよう!異文化コミュニケーション

計3回 いずれも午前10時～11時30分

師 異文化交流サロンかびばら 定 20名(申込順)

※1回のみ受講も可(③のみ受講は不可)

申 ファクス、Eメール(記入例参照。保育(1歳以上、就学前まで)希望の方はお子さんの氏名と年齢も記入)または電話で、11月22日(火)(必着)まで

※1歳未満は同席可能

問場先 北區NPO・ボランティアがらぎ(北とびあ4階)

☎(5390)1771 FAX(5390)1778

EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

#### ◆北區ファミリーサポートセンター事業第3回サポート会員養成講座

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。この養成講座を修了された方がサポート会員として登録できます。

対 20歳以上の健康な方で、1年以内に全課程修了できる方 日 下表のとおり

場 北とびあ6階601会議室 定 20名(抽選) 費 2,000円(テキスト代)

申 往復はがき(記入例参照)で、11月28日(月)(必着)まで

問先 〒114-0002 王子2-7-34 育ち愛ほっと館(ファミリーサポート)

☎(3912)1909

回数	日程	時間	内容	講師
1	12月6日(火)	午前10時～正午	保育の心	元保育園園長
		午後1時～5時	子どもの栄養と食生活	管理栄養士
2	12月7日(水)	午前10時～正午	事故による子どもの傷害	保健師
		午後1時～5時	身体の発育と病気・小児に看護の基礎知識	小児科医師
3	12月8日(木)	午前10時～正午	子どもの生活へのケアと援助	保健師
		午後1時～5時	心の発達と保育者のかかわり	臨床心理士
4	12月9日(金)	午前10時～正午	子どもの遊び	ファミリーサポート
		午後1時～3時	ファミリー・サポート・センター事業について	担当職員
		午後3時～5時	修了式及び会員登録説明会	

#### ◆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)ただし、受診間隔が1年未満の方は除く 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)

日場申問先 右表のとおり

申込先(採便セット配布場所)	検診日時	検診会場	申込方法
健康推進課 王子健康支援センター 〒114-0001 東十条2-7-3 ☎(3919)7588 FAX(3919)5163	12月14日(水) 午前9時～11時	北區保健所1階 (東十条2-7-3)	【窓口直接配布の場合】 11月10日(木)午前8時30分から各健康支援センターで採便セットを直接お渡しします。各係検診の1週間前に締切となります(代理可)。 【はがき・ファクスの場合】 11月10日(木)から各健康支援センター係へ、はがきまたはファクスに検診名、希望検診日、郵便番号・住所・氏名・ふりがな・生年月日・年齢、性別、電話番号を記入して申込(ファクスの場合は番号を記入)。各係検診日の14日前に締切となります。 ※後日採便セットを郵送します。
健康推進課 赤羽健康支援センター 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館6階 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486	12月9日(金) 午前9時～11時	赤羽会館7階	
健康推進課 滝野川健康支援センター 〒114-0024 西ヶ原1-19-12 ☎(3915)0184 FAX(3915)0171	12月21日(水) 午前9時～11時	滝野川 健康支援センター (西ヶ原1-19-12)	

#### ◆経営支援セミナー

投資・借入・改善のために押さえておくべき数字のツボ【売上・原価・利益】基礎のキソ～金融機関の視点で自社を見よう～

対 起業しておおむね5年以内の区内中小企業者 日場 11月21日(月) 昼の部…午後1時～3時 北とびあ6階601会議室 夜の部…午後7時～9時 北とびあ8階803会議室

内 投資・借入・改善のために、決算書の基本的な読み方と使い方を学ぶ(各部同一内容) ※専門知識不要 師 北區中小企業経営アドバイザー 岡田資司氏 定 各12名(申込順) 申 Eメール(記入例参照。希望の部、法人の場合は法人名、業種も記入)または電話で、11月17日(木)まで

問先 産業振興課経営支援係

☎(5390)1237

EM shien@city.kita.lg.jp



#### ◆第18回北區民オーケストラメンバーによる室内楽コンサート

共催 北區文化振興財団

第1部と第2部で対象年齢が異なり、趣向も変えたコンサートです。

対内 第1部…4本のホルンのための組曲「でんでん虫」、楽器紹介ほか ※年齢制限はありません 第2部…J.B.ラインベルガー：九重奏曲変ホ長調より第1楽章、ドヴォルザーク：管楽十重奏「ソナチネ」ほか ※未就学児はご遠慮ください

共催 山形県戸沢村

後援 北區

日 11月13日(日) 午前10時～午後4時

場 赤羽公園(赤羽南1-14-17)

内 戸沢村産米、秋野菜、こんにやく、白酒、漬物、民芸品などの戸沢村生産者加工者直売、もちつき実演販売

問 東京戸沢会事務局

☎042(665)4324



# 元気ぷらざの水泳教室

対区内在住、在勤、在学の方 日内定費 下表のとおり 申往復はがき(記入例参照。希望教室名(曜日・時間も記入))で、11月15日(火)(必着)まで  
問場先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぷらざ ☎(5249)2214

教室名	対象	内容	日程	定員(抽選)	費用
はじめてクロール	一人だけのび・パタ足ができる18歳以上の方	クロールの導入を学びます	12月6日～平成29年1月31日(1月3日を除く) 毎週火曜 計8回	午前10時～11時	6,400円
大人のための楽しくクロール・背泳ぎ①	15m程度泳げる18歳以上の方	クロールと背泳ぎの習得を目指します		午前11時～正午	
はじめて水泳	18歳以上の方	泳ぎの基礎を学びます		午後4時～5時	
ひと味違う4種目①	25m程度泳げる18歳以上の方	4種目を練習してレベルアップを目指します		午後5時～6時	
プール大好き! アネックス①	おむつのとれた3歳～小学2年生	水慣れからクロールの導入までを練習します		40名	
めざせ!25mクロール①	10m泳げる小学生	25mクロールの完泳を目指します		各20名	
じっくり平泳ぎ①	クロールで25m完泳できる小学生	平泳ぎのキックを中心に、平泳ぎに必要な技術の習得を目指します	12月7日～2月1日(12月28日、1月4日を除く) 毎週水曜 計7回	午後5時～6時	5,600円
プール大好き! ①	5歳～小学生	水慣れからクロールの導入までを練習します		午後4時～5時	
チャレンジクロール①	10m泳げる5歳から小学2年生	クロールの習得を目指します		10名	
めざせ!25mクロール②	10m泳げる小学生	25mクロールの完泳を目指します		午後5時～6時	
じっくり平泳ぎ②	クロールで25m完泳できる小学生	平泳ぎのキックを中心に、平泳ぎに必要な技術の習得を目指します		各20名	
女性のための楽しくクロール	18歳以上の女性	クロールの習得を目指します		午後7時～8時	
大人のための楽しくクロール・背泳ぎ②	15m程度泳げる18歳以上の方	クロールと背泳ぎの習得を目指します	12月8日～2月2日(12月29日を除く) 毎週木曜 計8回	午前10時～11時	6,400円
大人のための楽しく平泳ぎ	クロールで25m以上泳げる18歳以上の方	平泳ぎの習得を目指します		午前11時～正午	
女性のためのスイム&ウォーク①	18歳以上の女性	ウォーキングから泳ぎへ無理なくつなげる練習をします		10名	
四種目水泳	25m程度泳げる18歳以上の方	4種目の習得を目指します		20名	
ゆったり水中ウォーキング	18歳以上の方	無理なく水中歩行を行います		午後1時～2時	
プール大好き! アネックス②	おむつのとれた3歳～小学2年生	水慣れからクロールの導入までを練習します		午後3時～4時	
プール大好き! ②	5歳～小学生	水慣れからクロールの導入までを練習します	午後4時～5時	6,400円	
めざせ!25mクロール③	10m泳げる小学生	25mクロールの完泳を目指します	午後5時～6時		
プール大好き! 小学生	小学生	水慣れからクロールの導入までを練習します	各20名		
チャレンジパタフライ	クロールで50m・平泳ぎで25m完泳できる小学生	3種目の復習とパタフライの習得を目指します	午後5時～6時		
アクアピクス	18歳以上の方	水の特性を活かし、音楽に合わせて無理なく水中トレーニングを行います	午前11時～正午		
プール大好き! ③	5歳～小学生	水慣れからクロールの導入までを練習します	午後4時～5時		
チャレンジクロール②	10m泳げる5歳から小学2年生	クロールの習得を目指します	12月2日～2月3日(12月23日・30日を除く) 毎週金曜 計8回	10名	7,200円
めざせ!25mクロール④	10m泳げる小学生	25mクロールの完泳を目指します		午後5時～6時	
のびーる平泳ぎ	クロールで50m完泳できる小学生	平泳ぎを中心に3種目の習得を目指します		各20名	
女性のためのスイム&ウォーク②	18歳以上の女性	ウォーキングから泳ぎへ無理なくつなげる練習をします		午後6時50分～7時50分	
大人のための楽しくクロール・背泳ぎ③	15m程度泳げる18歳以上の方	クロールと背泳ぎの習得を目指します		10名	
ひと味違う4種目②	25m程度泳げる18歳以上の方	4種目を練習してレベルアップを目指します		午後7時50分～8時50分	

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用(記載のない場合は無料です)

申込方法

お問い合わせ

先

HP

ホームページ

EM

メール

## 飼い犬の登録と狂犬病の予防注射は済みましたか

●狂犬病予防注射がまだ済んでいない犬を飼っている方は、必ず受けてください

日本では現在、狂犬病の発生は認められませんが、諸外国では感染した多くの人が亡くなっています。狂犬病が万が一日本に持ち込まれた際に、愛犬を護りヒトへの感染拡大を防ぐためにも、法に基づく犬の登録、狂犬病予防注射を必ず行ってください。

**[狂犬病予防注射・届出]**動物病院で接種し、発行された「狂犬病予防注射済証」を持参して、注射済の届出をしてください(注射料金は動物病院により異なります)。

※飼い主の住所変更届・犬の死亡届なども忘れずに手続きしてください。

**[届出先]**北区保健所生活衛生課(東十条2-7-3)、区民事務所・分室

**問**北区保健所生活衛生課生活衛生係 ☎(3919)0431

- 飼い始めたら30日以内(生後91日以上)に登録を
- 犬の登録(一生に1回)
- 登録手数料3,000円(鑑札交付)
- 北区保健所、区民事務所及び分室で届出
- 狂犬病予防注射届出(毎年1回)
- 狂犬病予防注射済票交付手数料(550円)

首輪には必ず鑑札と注射済票を  
注射済票は毎年新しいものに付け替えてください  
犬の迷子札の役目にもなります

## 講座・講演会

### ◆人権講演会

涙と笑いの人生ばなしー人生いつもありがとうー

第68回人権週間(12月4日～10日)にあたって、人権講演会を開催します。

対区内在住、在勤、在学の方 日12月8日(木) 午後2時～3時30分(1時30分開場)

場北とびあ15階ペガサスホール

師吉川精一氏 定170名(抽選)

申往復はがき(記入例参照。希望人数(4名まで)も記入。車イス席希望の方はその旨を朱書き)で、11月22日(火)(必着)まで

問先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623

**[吉川精一氏プロフィール]**

昭和16年生まれ。38年早稲田大学演劇専修卒業後、同年NHKにアナウンサーとして入局。「のど自慢」「紅白歌合戦」などの司会を務め、平成10年に定年退職後、フリーとなる。同年演歌デビューを果たし、歌手としても活躍。また、「人生これから」「人生いつもありがとう」「人生って面白い」など、講演も各地で好評を博している。



### ◆北区起業入門セミナー

対区内在住、在勤で起業に興味がある、または区内で起業予定の方(まだ具体的なプランがない方も参加可) 日11月26日(土) 午前9時30分～11時30分 場赤羽会館4階小ホール 内起業についての心構え・基本的なノウハウを学ぶ 師エキスパート・リング(株)コンサルタント 福島律子氏

定50名(申込順) 申Eメール(記入例参照。性別も記入)または電話で、11月1日(火)から21日(月)(必着)まで

問先産業振興課経営支援係 ☎(5390)1237

EMshien@city.kita.lg.jp

### ◆元気ぷらざのカルチャー教室

ビーズアクセサリーと小物

対区内在住の18歳以上の方 日11月21日(月) 午後1時30分～3時 内パールで作るプレスレット 定15名(申込順)

費2,385円(材料費を含む) 申11月1日(火)から、電話または直接窓口で申込

問場先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぷらざ ☎(5249)2214

### ◆北区創業支援施設 ネット赤羽勉強会「最低限知らなければならぬ契約書の読み方・作成方法」

対区内事業主または起業をお考えの方 日11月16日(水) 午後2時～4時

内事業を行ううえで必要な契約書の知識

師弁護士 山越真人氏

定18名(申込順)

申11月1日(火)からファクス(記入例参照)または電話で申込 ※ネット赤羽では11月16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。

問場先 ネット赤羽(赤羽1-59-9) ☎(3598)0571 FAX(3901)7789

HPhttp://www.nest-akabane.com/

### ◆飛鳥山博物館講座 江戸庶民のよみもの一狐編一

日11月27日(日) 午後2時～4時

内江戸の庶民が好んで読んだ本の中から、狐が登場する戯作を取り上げます。

師同館学芸員 定80名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)で、11月16日(水)(必着)まで

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 (月曜休館)



飛鳥山博物館キャラクター コン吉





## 離乳食講習会

～みんなで食育・楽しく食育～

**対** 区内在住で乳児(3～4カ月)健診後から生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし)  
**日** 12月6日(火) 午後1時30分～3時  
**場** 滝野川健康支援センター2階講堂(西ケ原1-19-12) **内** 離乳食の始め方とおすすめ方のポイント(お話と試食) **定** 20名(申込順) **申** 11月7日(月)午前9時から電話申込  
**問先** 健康推進課滝野川健康支援センター **☎** (3915)0184

## 野菜をおいしく食べよう! 親子クッキング教室

**① 幼児親子クッキング教室**  
**対** 区内在住の4歳～6歳の幼児と保護者(2名1組) **日** 12月3日(土) 午後1時30分～4時 **場** 健康増進センター(王子5-2-5-101) **内** 調理…「～野菜を使ったクリスマスデコレーション!～すしケーキ、ブロッコリーの木、いちごサンタ」(材料に乳、卵を使用します) **食育講座**…「やさい・だ・い・す・き」  
**費** 1組700円

**② 小学生親子クッキング教室**  
**対** 区内在住の小学生と保護者(2名1組) **日** 12月11日(日) 午後1時～3時30分 **場** 赤羽文化センター料理室(赤羽西1-6-1-301) **内** 調理…「～作ってみよう!おせち料理と七草がゆ～のし鶏、お煮しめ、かまぼこの飾り切り、七草がゆなど」(材料にピーナッツ、卵を使用します) **食育講座**…「おせち料理・七草がゆについて」 **費** 1組800円  
=以下、①②共通=  
**師** 北区楽しい食の推進員 **定** 12組(抽選)  
**申** 往復はがき(記入例参照)①②の別、全員の名前・ふりがな、お子さんの年齢、学年も記入)で、11月14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「親子クッキング教室」担当 **☎** (3908)9068

## お産準備講座

後援 北区  
**対** 妊娠中の方(パートナー同伴可) **日** 11月25日(金) 午後1時30分～3時30分(1時受付開始) **場** 北とびあ5階「スペースゆう」多目的室A・B  
**内** お産に向けての身体づくり・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 **定** 40名(予定)  
**費** 500円 **申** 当日、直接会場へ  
**問** 東京都助産師会北地区分会 村上 **☎** 090(6504)4047

## 第20回親子でチャレンジ飛鳥山 「埋蔵金を探せ」

主催 北区青少年委員会  
共催 北区・北区教育委員会・北区青少年委員会OB会  
飛鳥山公園に出現した青少年委員手づくりのアトラクションに、親子で協力してチャレンジしてみませんか。  
**対** 原則、区内在住、在学の小・中学生と保護者(1チーム3名以内) **日** 11月27日(日) 午前10時～午後3時(受付は午前9時30分～11時30分)(小雨決行) **場** 飛鳥山公園(王子1-1-3) **定** 500組(先着順) [持ち物] 筆記用具、昼食、飲み物  
**申** 当日、直接会場へ  
**問** 親子でチャレンジ飛鳥山実行委員会事務局(生涯学習・学校地域連携課内) **☎** (3908)9323



## 講座・講演会

◆男女共同参画センター「スペースゆう」2回連続講座 「終活」から自分らしい生き方を考える～幸せなエンディングのために、今できること～

**日** 内 12月4日(日)…「終活」の意義と実際～学んでおきたいお葬式、お墓事情など  
**11日(日)**…エンディングノートで、生き方を整理する 計2回 午後2時～4時 **師** 認定NPO法人エンディングセンター理事長 井上治代氏 **定** 40名(申込順) **申** 11月2日(水)午前9時からファクス、Eメール(記入例参照。保育(1歳以上就学前まで。定員あり)希望の方は、お子さんの氏名・年齢・性別も記入) または電話で申込  
**問場先** 男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5階)  
**☎** (3913)0161(月曜、祝日休館)  
**FAX** (3913)0081  
**EM** danjo-c@city.kita.lg.jp

## ◆赤羽文化センターPC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** 12月7日(水) 午後6時～8時30分  
**内** パソコン相談、ミニセミナー「はがきデザインキットで年賀状作成」  
**師** 堀 愛弓氏 **定** 16名(抽選)  
**費** 1,540円(受講料) **申** 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、11月24日(木)(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  
**HP** <http://www.kita-bunka.com>

## トップアスリートのまち・北区

### テニスフェスティバル2016

障害の有無にかかわらずプロ選手とテニスを楽しもう!～リオデジャネイロパラリンピックのメダリストに挑戦しよう～



**【齋田悟司選手プロフィール】**  
国枝慎吾選手とペアを組み、車いすテニスダブルスで銅メダルを獲得



**対** 小学生以上のテニス愛好者 **日** 12月18日(日) 午前10時～午後3時  
**場** 浮間舟渡テニスコート(浮間4-27-1) ※雨天時は浮間中学校体育館  
**内** ①午前の部(午前10時～正午)…車いすテニス体験会とプロ選手によるレッスン  
②午後の部(午後1時～3時)…トークショーと交流イベント **定** 80名(抽選) **申** 申込書(スポーツ推進課(北とびあ10階)、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)に記入して、郵送、ファクス、Eメールまたは持参で、11月30日(水)(必着)まで ※②のみ参加希望の方は当日午前中に直接会場受付(事前申込不要)  
**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

## ◆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** 11月19日(土) 午後2時～4時  
**場** 王子小学校王子ホール **内** 相続と争族のお話 **師** ファイナンシャルマネージャー 向田 潔氏 **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

## ◆滝野川文化センター区民講座 歴史再発見!まち歩き～西ケ原地域の移り変わり～

**対** 区内在住、在勤、在学の方 **日** 12月11

日(日)・18日(日) 計2回 午前10時～正午 **内** 11日…西ケ原地域の歴史と人々の暮らしの話(座学) 18日…西ケ原周辺地域を、歴史や人々の暮らしをたどりながら歩きます(雨天決行)  
**師** 東京学芸大学非常勤講師 保垣孝幸氏 **定** 20名(抽選) **費** 10円(保険料)  
**申** はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、11月24日(木)(必着)まで  
**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

① 知って備える男性の尿もれ予防教室  
**対** 区内在住、在勤の60歳以上の男性  
**日** 12月6日(火)・13日(火) 計2回 午後2時～4時  
**場** 赤羽文化センター第一視聴覚室(赤羽西1-6-1-101)  
**内** 男性の尿失禁の基礎知識と対策  
**師** 日本コンチネンス協会 北廣和江氏 **定** 40名(抽選)  
**問場先** ②ウォーキング&北区さくら体操  
**対** 区内在住、在勤の65歳以上の方

② ウォーキング&北区さくら体操  
**対** 区内在住、在勤の65歳以上の方  
**日** 12月13日(火)・20日(火) 計2回 午後2時～3時30分  
**場** 健康増進センター(王子5-1-2-5-101)  
**内** 効果を上げるウォーキングのポイントと、足腰を鍛える動作の入った「北区さくら体操」を学びます。  
**定** 30名(抽選)  
=以下、①②共通=  
**申** 往復はがき(記入例参照)で、11月15日(火)(必着)まで  
**問場先** 〒115-0042 志茂1-1-2-22 元気ぷらざ **☎** (5249)2214

◆ココモ予防講座  
～イーココモ体操で動ける身体を保つ～  
**対** 区内在住、在勤の60歳以上で全回参加できる方  
**日** 12月7日・21日 毎週水曜 計3回 午前9時45分～11時45分  
**場** 元気ぷらざ第1ホール(志茂1-1-2-22)  
**内** 「ロコモティブシンドローム」を予防し「動けるからだ」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、11月15日(火)(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KITA)  
**対** 区内在住、在勤の65歳以上の一人です受講ができる方  
**日** 12月7日…水中運動に関する健康づくりの講義と実技 14日・21日…水中運動を中心とした実技 毎週水曜 計3回 午後2時30分～4時(7日は2時から)  
※当日の血圧測定の結果によっては、参加できない場合があります。  
**定** 30名(抽選) 初めての方優先  
**申** 往復はがき(記入例参照)で、11月15日(火)(必着)まで  
**問場先** 〒115-0042 志茂1-1-2-22 元気ぷらざ **☎** (5249)2214

水中運動教室  
～うららかに浮力ですっきり運動～  
**対** 区内在住で65歳以上の一人です受講ができる方  
**日** 12月7日…水中運動に関する健康づくりの講義と実技 14日・21日…水中運動を中心とした実技 毎週水曜 計3回 午後2時30分～4時(7日は2時から)  
※当日の血圧測定の結果によっては、参加できない場合があります。  
**定** 30名(抽選) 初めての方優先  
**申** 往復はがき(記入例参照)で、11月15日(火)(必着)まで  
**問場先** 〒115-0042 志茂1-1-2-22 元気ぷらざ **☎** (5249)2214

認知症介護者(男性)懇談会  
男性スタッフでお迎えします。一人で抱えず介護の苦労やコツなど話してみませんか。  
**対** 認知症の方を介護している男性  
**日** 11月26日(土) 午前9時30分～11時30分  
**場** 赤羽会館3階第1集会室  
**師** 臨床心理士 黒住享弘氏  
**申** 当日、直接会場へ  
**問** 王子高齢者あんしんセンター **☎** (3908)9083

長生きするなら  
北区が一番  
認知症介護者(男性)懇談会  
男性スタッフでお迎えします。一人で抱えず介護の苦労やコツなど話してみませんか。  
**対** 認知症の方を介護している男性  
**日** 11月26日(土) 午前9時30分～11時30分  
**場** 赤羽会館3階第1集会室  
**師** 臨床心理士 黒住享弘氏  
**申** 当日、直接会場へ  
**問** 王子高齢者あんしんセンター **☎** (3908)9083

認知症介護者(男性)懇談会  
男性スタッフでお迎えします。一人で抱えず介護の苦労やコツなど話してみませんか。  
**対** 認知症の方を介護している男性  
**日** 11月26日(土) 午前9時30分～11時30分  
**場** 赤羽会館3階第1集会室  
**師** 臨床心理士 黒住享弘氏  
**申** 当日、直接会場へ  
**問** 王子高齢者あんしんセンター **☎** (3908)9083

認知症介護者(男性)懇談会  
男性スタッフでお迎えします。一人で抱えず介護の苦労やコツなど話してみませんか。  
**対** 認知症の方を介護している男性  
**日** 11月26日(土) 午前9時30分～11時30分  
**場** 赤羽会館3階第1集会室  
**師** 臨床心理士 黒住享弘氏  
**申** 当日、直接会場へ  
**問** 王子高齢者あんしんセンター **☎** (3908)9083



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





### 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

#### 平成29年度北区立小・中学校新入学について

就学する学校について  
～北区は指定校制度です～  
「地域の子どもは地域で育てる、地域で守る」との考えから、北区は、就学すべき小・中学校を住所(住民基本台帳の規定により届け出た住所)により指定する指定校制度をとっています。原則として、住所により定められた通学区域内の指定校に入学していただくこととなります。

#### ●新入学手続きの流れ

平成29年度に新入学を迎える児童生徒が属する世帯主あてに、新中学生は11月中旬、新小学生は12月上旬に、就学通知書を

発送します。  
なお、特別な事情があり、北区が定めた下記の許可基準にあてはまる場合は、指定校変更の申請をすることができます。指定校変更を希望する方は、就学通知書を受け取ってから平成29年1月5日(木)までに、学校支援課学事係で申請手続きをしてください。

#### ●指定校変更についてのご注意

指定校変更の希望者が受入定員を超過した学校は抽選となりますので、ご希望の学校に変更することができない可能性もあります。抽選は、平成29年1月中旬を予定しています。また、学区内の児童生徒数が多く教室数に余裕がない学校については、あらかじめ受付を制限します。具体的な学校名と制限内容については就学通知書に同封するご案内及び北区ホームページでお知らせします。  
なお、区域外就学については、学校支援課学事係までお問い合わせください。  
☎学校支援課学事係(滝野川分庁舎1階6番) ☎(3908)1541

#### 指定校変更・区域外就学の許可基準

基準番号	区分	事由	添付書類	対象	適用区分
1	身体的理由	身体障害、病虚弱、慢性疾患などにより、通学条件、学校環境を配慮する必要がある場合、また、長期の通院治療のため病院の最寄りの学校へ通学する必要がある場合	身体障害者手帳 診断書	小学校 中学校	指定校変更 区域外就学
2	通学の安全	指定校への通学が、距離・時間・通学上の安全確保等の観点から支障があると認められる場合	—	小学校	指定校変更
3	転居	直近の学期内に転居が確定して、予め転居先の指定校に通学させることが望ましいと判断される場合 転居後も在籍している学校に引き続き通学を希望する場合	売買契約書 賃貸借契約書等	小学校 中学校	指定校変更 区域外就学
4	家庭環境	兄弟姉妹が在学している学校に通学を希望する場合 保護者の就労等の理由により下校後の帰宅先が保護者の就労先や近親者宅等で、その最寄りの学校に通学することがやむを得ないと認められる場合	保護者の就労・営業状況を確認できるもの、近親者預かり同意書等(※2)	小学校 中学校 ※近親者の場合は小学校のみ	指定校変更 区域外就学
5	教育的配慮	いじめ・不登校等のため指定校に通学することが困難な場合など、教育的配慮が特に必要であると判断される場合 通学区域が複数の中学校の通学区域にまたがる小学校(※1)を卒業する場合で、その複数の中学校の中のいずれかの中学校を希望する場合(基準番号6に該当する場合を除く)	—	小学校 中学校	指定校変更 区域外就学
6	学校ファミリー	中学校入学時において、指定された中学校が卒業する小学校の所属するサブファミリー内の中学校と異なるときに、当該サブファミリー内の中学校を希望する場合	—	中学校	指定校変更 区域外就学
7	部活動等	指定校又は居住地の区市町村の中学校に希望する部活動がない場合、また、地域でのクラブ活動等を継続するために指定校変更が必要な場合	—	中学校	指定校変更 区域外就学
8	その他	その他、教育委員会が特に必要と認める事情がある場合	—	小学校 中学校	指定校変更 区域外就学

※1…桐ヶ丘郷小、西が丘小、赤羽小、神谷小、稲田小、王子第二小、柳田小  
※2…勤務証明書、預かり同意書は所定の様式をご利用ください。北区ホームページからダウンロードできます。  
(注) 区域外就学(北区外からの就学)の申請には、別途、世帯全員の記載のある住民票が必要となります。

### 区民の伝言板

この欄は、区の事業ではありません。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 ☎(3908)1102

- 健康太極拳 飛鳥 日毎週土曜 午前10時～11時30分 中央公園文化センター 費1ヵ月2,000円【PR】健康増進体質改善を図る気功太極拳。高齢者歓迎見学自由  
☎石躍(いしおどり) ☎(3902)4951
- 北区彩友会 水彩油絵 日18歳以上の方 日毎週第1・3土曜 午後1時～3時30分 中央公園文化センター 費1ヵ月5,000円【PR】画家の先生の親身な指導で絵画を始めよう。体験無料  
☎神田 ☎(6902)9525

- 詩吟サークル 日毎月第1・3金曜 午後1時30分～4時 中央公園文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月1,500円【PR】優しい勉強方法で教えます  
☎井岡 ☎(3906)2072
- 北区中国語さくら会 日毎週水曜 午前10時～11時30分 滝野川文化センター 費1ヵ月5,000円【PR】発音と聞き取り日常会話。継続的に学びたい方歓迎  
☎田中 ☎(5390)3113
- 朗読 れもんの会 朗読劇 日20歳以上の方 日毎月第2・4金曜 午後1時30分～4時30分 中央公園文化センター ほか 費(入)2,000円、1ヵ月4,000円【PR】年2回文化祭に出演。古典文学及び現代作品を朗読します  
☎石山 ☎(3900)8740

### 家族で楽しもう!わらべうた・えほん・おはなしの世界

後援 北区教育委員会

対 ①②生後4ヵ月から歩き出すまでの赤ちゃんと保護者 ③歩き出した赤ちゃんから2歳位までの幼児と保護者 ④3、4歳位の幼児と保護者 ⑤5歳から小学生と保護者  
※小学生は保護者同伴でなくても可

日 11月20日(日) ①午前10時15分～11時 ②午前11時15分～正午 ③午後1時15分～1時45分 ④午後2時15分～2時45分 ⑤午後3時15分～4時 場 中央図書館3階ホール(十条台1-2-5) 内 赤ちゃんから小学生まで、月齢や年齢にあわせて、わらべうた遊び・絵本や昔話の語りなどを、家族と一緒に楽しむおはなし会 定 ①～④各20組 ⑤20名(いずれも申込順)

日 11月1日(火)から電話申込  
☎よみかかせの会たんぽぽ 鶏沢 ☎(3906)4916(午後3時まで)  
E yomikikase\_tanpopo@yahoo.co.jp

### 親子音楽教室

対 3歳～小学校低学年までのぜん息などでかぜをひきやすいお子さんと保護者  
日 12月19日(月) 午後3時～4時30分  
場 赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301) 内 親子で楽しく歌い、ぜん息などに有効な腹式呼吸を体験 師 鶴川女子短期大学音楽療法士 内丸ちづ子氏  
定 30組(申込順)  
日 11月4日(金)から電話申込  
☎障害福祉課公害保健係 ☎(3908)9019

### 生きもの探検隊⑨ 自然の材料でクリスマスリースをつくろう

対 区内在住、在学、在勤の5歳以上の方(小学3年生未満は保護者同伴)  
日 12月4日(日) 午前10時～11時30分  
定 20名(抽選) 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、11月24日(木)(必着)まで  
☎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

### 古民家年中行事 「お正月の準備をしよう」

対 ①区内在住、在勤、在学の小学生と保護者(子どものみの参加も可) ②大人  
日 12月4日(日) 午前10時30分～午後1時

- 城北囲碁クラブ 対区内在住、在勤の方 日毎週日曜 午後1時～4時30分 中央公園文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月500円【PR】高段者から初級者まで多数。講師による指導もあります  
☎富樫 ☎090(2730)1933
- ゆうゆう会 はがき絵 日毎月第1・3水曜 午後1時30分～3時30分 中央公園文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月3,000円【PR】初心者歓迎。芸大卒の先生のもと、楽しく学んでいます  
☎安藤 ☎(3919)7430
- 気功と太極拳の会 日毎週木曜 午前10時～11時45分 中央公園文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月3,500円【PR】心身の緊張を緩めながら気血水の巡りを良くする。見学可  
☎梶原 ☎(3598)6223

時30分 内 ①餅つきを体験し、雑煮などを作って食べます。また、正月飾りを作ります。  
②餅つきのお手伝いをします。  
定 ①40名(抽選) ②3名(抽選)  
日 往復はがき(記入例参照。①②の別、全員(2名まで)の氏名(ふりがな)・住所・年齢(学年は学年)、電話番号も記入)で、11月21日(月)(必着)まで  
☎場先 ☎115-0055 赤羽西5-2-34 赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館 ☎(5993)8361

### 中央公園文化センター子ども講座 親子で挑戦!楽しい書道～きれいな字を書くコツとポイント～

対 区内在住、在学の小学3年生～6年生と保護者  
日 12月4日～18日 毎週日曜 計3回 午前10時～正午 内 書道で美しい文字を書くポイントを親子で楽しく学びます。書き初め課題にも活かれます。  
師 日本教育書道連盟審査会員 吉田一茲氏  
定 15組(抽選) 往復はがき、ファクス(記入例参照。学校名・学年、保護者の氏名も記入)、電話または直接窓口で、11月18日(金)(必着)まで  
☎場先 ☎114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター(月曜・祝日休館) ☎(3907)5661 FAX(3907)5666

### 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～

対 区内在住で平成27年10月2日～28年1月1日生まれのお子さんの保護者(保育なし)  
日 12月1日(木) 午後1時30分～3時  
場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3) 内 離乳食から幼児食への移行のポイント、簡単メニューの紹介(お話と試食)  
定 24名(申込順)  
日 11月4日(金) 午前9時から電話申込  
☎場先 健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588

### はぴママ学級 「パパになるための半日コース」

対 区内在住で妊娠中の方と配偶者  
日 12月17日(土) ①午前コース…午前9時30分～正午 ②午後コース…午後1時30分～4時 内 先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験(赤ちゃんのおふろ、おむつ交換など)  
定 各15組(抽選) 往復はがき(記入例参照。希望コース、出産予定日も記入)で、11月20日(日)(当日消印有効)まで  
☎場先 ☎114-0024 西ヶ原1-19-12 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

### ブックスタートフォローアップ事業 「子育てガーデン」プカプカ音話 おと・ことばが楽しい!

赤ちゃんのいる家庭をおはなしと音楽の世界へご招待  
対 1歳～2歳児と保護者  
日 11月30日(水) 午前10時50分～11時40分  
【企画・運営】北区図書館活動区民の会  
定 15組(40名程度。抽選。初参加・区内在住の方を優先) 往復はがき(記入例参照。お子さんの氏名・月齢も記入)で、11月15日(火)(必着)まで  
☎場先 ☎114-0033 十条台1-2-5 中央図書館事業係 ☎(5993)1125

記号の見方 対象 日時 会場 内容 講師 定員 費用(記載のない場合は無料です) 申込方法 問い合わせ先 HP ホームページ EM Eメール



## 北區の魅力再発見！ ばらり散歩道

### 秋を楽しむ～名主の滝公園～

秋が深まり、紅葉など、秋の風情を楽しめる名主の滝公園を紹介します。

場所は王子駅から徒歩約10分。住宅地の中に趣のある入口が見えてきます。この公園は、江戸時代に王子村の名主である畑野家が自宅に避暑地として開き、一般に開放されたのが始まりで、「名主の滝」の名前の由来はここから来ています。

園内は、斜面を巧みに利用した自然の風景を取り入れた回遊式庭園で、園庭の雰囲気に溶け込んだ石畳や石段を歩けば、これから見頃を迎えるモミジやイチョウが、きれいに色づいた姿を見せてくれます。

王子近辺には、かつて「王子七滝」と呼ばれる7つの滝がありました。このうち、現

存する唯一の滝である「名主の滝」は、男滝を中心に女滝・独鈷の滝・湧玉の滝の4つの滝からなります。中でも都内で有数の8メートルの落差を有する男滝は、間近に見ると迫力があります。

北區で見られる紅葉と滝で、美しい秋を感じてみてはいかがでしょうか。

※開園時間は午前9時～午後5時(7月15日～9月15日は6時まで。入園は閉園の30分前まで)。滝の流れる時間は午前10時～午後4時(現在は男滝のみ運転)



場 岸町1-15-25  
問 道路公園課 ☎(3908)9275

## くらしのトラブル注意報

消費生活センター ☎(5390)1239

●使った覚えのないサイト使用料の請求メールが届いた!

●インターネットで無料動画を見ようとしたら請求画面が表示された!

知らない人から請求メールが来たり、動画サイトなどを見ていて突然請求画面に切り替わったりしても、「相手事業者に自分から連絡しない」「慌ててお金を払わない」ことが大切です。

※(株)DMM.comをかたる事業者に注意! [消費者庁ホームページ([http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/caution/pdf/160118adjustments\\_1.pdf](http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/caution/pdf/160118adjustments_1.pdf))]

●「アダルトサイトの請求トラブルを解決する」とうたう探偵業者に気をつけて

突然の身に覚えのない請求に慌てしまい、インターネットで見つけた「アダルトサイトの動画請求を解決する」「被害を救済する」という探偵業者に連絡して契

約をしてしまった結果、全く解決してくれず、すぐに弁護士などを紹介されたというケースも寄せられています。探偵業者がトラブル解決のために報酬を得て「解約交渉」「返金請求」などを行うことは、弁護士法に違反している可能性があります。これらのトラブルが生じた場合は、消費生活センターに相談しましょう。

※詳しくは東京都ホームページ(<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/torihiki/taisaku/>)をご覧ください。

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)の午前9時30分から午後4時まで

[相談電話] ☎(5390)1142



往復はがきの返信用の表裏には申し込み方の住所・氏名を記入

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)

申込 記入例

※在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年も明記  
●記入不備無効 ●申込は原則1名1通  
●本人以外やお子さん連れの受講はできません  
●記入いただいた個人情報は目的以外には使用しません

## 講座・講演会

### ◆講演会～発達障害のある方への就労支援～

平成28年度地域づくり応援団事業 不登校・ひきこもりに潜む発達障害について、理解を深め、就労について考えます。

対 不登校・ひきこもりに悩む方と家族

日 11月27日(日) 午後1時30分～4時30分 場 滝野川会館3階301・302集会室(西ヶ原1-23-3)

師 障害者雇用支援アドバイザー 木津谷 岳氏

定 50名(申込順) 費 500円

申 ファクス、Eメール(記入例参照)または電話で、11月20日(日)(必着)まで

問 先 不登校・ひきこもりの自主家族懇談会「赤羽会」 市川

☎090(5449)4133

FAX(3823)4654

EM otouchika@wf6.so-net.ne.jp

### ◆北管ネット秋季マンションセミナー「マンション管理会社との付き合い方」

後援 北區

日 11月13日(日) 午後2時～4時

場 東田端地域振興室2階会議室(東田端1-12-14)

内 ①管理会社の実力とは ②頼れる管理会社の見分け方 ③長期的視点に立った管理組合としてこの課題にどのように対処すべきかについて学びます。師(株)東急コミュ

ニティ東京北支店長 渡邊 直氏

定 40名(申込順) 申 11月1日(火)からファクス(記入例参照)、ホームページまたは電話で申込

問 先 NPO法人北區マンション管理組合ネットワーク事務局 小川

☎(3893)9792

FAX(3893)9793

HP <http://www.kitakan.in/>

## スポーツ

### ◆「赤フェス」赤スポ自主祭

日 11月19日(土) 午前9時～午後8時

内 卓球大会…午前9時～午後3時

健康マージャン交流大会…午前9時～午後3時

カラオケ大会…午後3時30分～8時

体幹トレーニング…①午後4時～5時 ②午後6時～7時

体組成計測…午前9時～午後6時

※申込が多数の場合、先着順とします。

費 700円(入場料) 申 11月3日(祝)午前9

時から直接窓口で申込

問 場 先 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27)

☎(5948)9281

## 健康情報

### ◆健康づくりグループ講座のびのびアンチエイジング体操

対 区内在住、在勤の20歳以上の方

日 12月1日～22日 毎週木曜 計4回

午前10時15分～11時45分 場 浮間ふれあい館(浮間2-10-2浮間区民センター内)

内 音楽に合わせてからだを動かしながら、弾力のある筋肉をつくりましょう。

師 健康美クス 定 15名(抽選)

申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、11月17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

☎(3908)9068

FAX(3905)6500

## 東京都エイズ予防月間

11月16日(水)～12月15日(木)

知っていても、分かっていても AIDS IS NOT OVER

問 北區保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102



エイズ 理解と支援の象徴～レッドリボン～

12月1日は世界エイズデーです。世界規模でのエイズ蔓延防止及び患者感染者に対する差別偏見の解消を目的としています。

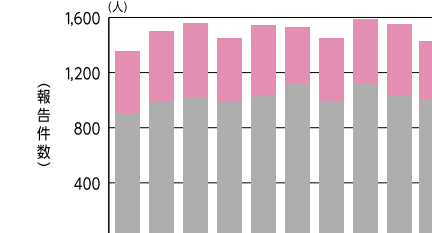
### Q HIVとエイズはどう違うの?

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)は、エイズを引き起こすウイルスの名前です。このウイルスに感染した状態をHIV感染と言います。エイズ(AIDS:後天性免疫不全症候群)とは、HIVに感染し、免疫力がだんだん弱くなることによって起こる様々な病気の総称です。免疫力が下がると、健康な状態では問題にならないような弱い病原体でも身体に害をもたらす、様々な病気を引き起こします。しかし、感染しても、すぐにエイズを発症するわけではありません。数年から十数年で発症します。治療法が進歩し、適切な治療を継続すれば、HIVに感染しても、普通に日常生活を送ることが可能になっています。検査による早期発見、早期治療が、その後

の発症予防の鍵になります。

### Q どれぐらいの人が感染しているの?

平成27年に、全国ではHIV感染者とAIDS患者が合わせて1,434人の報告がありました。東京都では435人の報告がありました。



HIV感染者とAIDS患者合計報告件数 (東京都福祉保健局HPより)

### Q 感染経路は?

HIVは主に血液・精液・膣分泌液の中に存

在しています。性行為による感染、血液を介しての感染、母子感染の3つがあります。性行為によるものが全体の8割～9割近くを占めています。さらに梅毒、性器クラミジアなどの性感染症にかかっていると、HIVに感染する確率が高くなります。

※唾液、涙、尿などの体液では他の人に感染させるだけのウイルス量は分泌されていません。傷のない皮膚からは感染しません。

### Q HIVへの感染予防方法は?

エイズを発症するまではほとんど自覚症状がないため感染に気がつかず、そのまま無防備な性的接触を行っている知らない間に感染が拡大します。感染予防のためには、コンドームを正しく使用することが効果的です。また、血液にはHIVだけでなくどんな病原体がいるかわかりません。血液には直接触れないように注意しましょう。

### Q どんな検査をするの?

血液検査をしてHIVに対する抗体等の有無を調べます。HIVに感染しているかどうかは検査を受けなければわかりません。北區保健所では無料・匿名で検査を実施しています。まず電話でご相談ください。

### ●HIV即日検査

日 11月28日(月)、12月12日(月) 午後1時～1時45分受付 ※結果は1～2時間後に対面で説明 場 北區保健所1階(東十条

2-7-3) 内 HIV検査のための採血、パネル・キルト展示 定 50名(先着順) 申 当日、直接会場へ

問 北區保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102

### ●東京都HIV/エイズ電話相談

☎(3292)9090 (月～金曜:午前9時～午後9時、土・日曜、祝日:午後2時～午後5時)

### ●東京都南新宿検査・相談室では土・日も検査できます

東京都エイズ予防月間中は性器クラミジア感染症、梅毒の検査も実施しています。

申 電話申込

問 場 先 東京都南新宿検査・相談室(渋谷区代々木2-7-8東京南新宿ビル3階)

☎(3377)0811

(月～金曜:午後3時30分～7時、土・日曜:午後1時～4時30分)

HP <http://www.tmsks.jp>

[携帯サイトへのアクセス方法] 携帯からの予約は、東京都南新宿検査・相談室の携帯サイトからできます。希望の日にと時間を選んで24時間いつでも予約ができます。右のQRコードを携帯カメラで読み取って携帯サイトへアクセスしてください。



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