

NO.1555

毎月1日・10日・20日発行

9 | 1

平成29年(2017)

北区ニュース

世帯と人口	(29.8.1現在)	前月比
	世帯数	193,207 382 増
	総人口	347,930 436 増
	日本人人口	327,166 82 増
男	162,447 44 増	
女	164,719 38 増	
外国人人口	20,764 354 増	
男	10,581 259 増	
女	10,183 95 増	
年齢別人口*	14歳以下… 35,301(10.1%)	
人口*	15歳～64歳…224,711(64.6%)	
(構成比)	65歳以上… 87,918(25.3%)	

*外国人人口を含む

二十五周年記念

主催 北区伝統工芸保存会・北区
後援 王子青色申告会・東京商工会議所北支部・北産業連合会
北区商店街連合会・王子法人会東京税理士会王子支部
北区納税貯蓄組合連合会・東京北区観光協会

北区伝統工芸展

四半世紀。留まることなく未来へ



伝統の技を継承する職人たちの手さばきを間近で見ることのできる実演、作品展示、即売など、普段身近で触れることのできない熟練の技と日本のものづくりに出会えます。

日 9月23日(祝)・24日(日)
午前10時～午後6時(24日は午後5時まで)
場 北とびあ地下1階展示ホール
問 産業振興課商工係
☎(5390)1235

特別展示

北区伝統工芸保存会会員として活躍されている人間国宝、北区名誉区民奥山峰石氏の鍛金(たねがね)作品を展示します。

伝統工芸品のプレゼント

アンケート回答者の中から抽選で、会場内贈呈品コーナーに展示されている北区伝統工芸保存会会員の作品を贈呈します。

出展者

彫金	齋藤 照英
鍛金	小島 保彦
鍛金	小島 保美
浮世絵木版画	沼辺 伸吉
江戸べっこう	森 俊昭
竹工芸	早船 豊次
東京仏壇	岩田 芳樹
東京仏壇	岩田 晴芳
東京手描友禅	佐藤 信男
江戸文字風絵	志村 康夫
陶芸	星野 兼三
縁起福熊手	芝崎 善治
表具	望月 一志
表具	相沢 彰宏
表具	我妻 雅之
銀細工	小島 信重
銀細工	小島 信一
とんぼ玉	なかの 雅章
古型今戸人形	吉田 義和
染付	高橋 友穂
陶芸	酒井 智子
刀鍛冶	水木 良光

技の体験

内容により時間がかかるものがあります。終了時間近くなつた場合、技の体験受付を終了させていただくことがありますのでお早めにご来場ください。

浮世絵木版画

浮世絵木版画(短冊判の大きさ)の摺体験 500円 終日

江戸べっこう

ペンダント、ストラップづくり 500円 終日

表具

ハガキ掛け、からくり屏風作り 500円～1千円 午前10時～午後4時

東京仏壇
コースターづくり、箸づくり 600円～800円 終日

江戸文字風絵
竹骨つきの風箏にキツネの絵を描く 500円 終日

銀細工
アルミメダルの荒し分け体験 300円 終日

古型今戸人形
型を使った粘土成型 540円(送料込) 終日

陶芸
小皿に絵付けを体験 800円(送料込) 終日

とんぼ玉
とんぼ玉体験、アクセサリー作り体験 1千円 終日

お知らせ

◆第100回東京都北区都市計画審議会

日 10月5日(木) 午後1時30分から(1時受付開始) ※開会後に視察を行い、視察終了後に審議を行います。

場 第二委員会室(区役所第一庁舎4階)

内 [予定議題] ①東京都市計画都市高速鉄道の変更(東日本旅客鉄道赤羽線) ②東京都市計画道路の変更(幹線街路補助線街路第85号線) ③東京都市計画道路の変更(東日本旅客鉄道赤羽線付属街路第1号線ほか5路線) 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。 ※傍聴は視察終了後からとなりますので、ご注意ください。

問 都市計画課 ☎(3908)9152

◆中央図書館天井改修工事

建築基準法の改正により、特定天井(①高さ6m超 ②面積200㎡超 ③質量2kg/㎡超の吊天井)は、脱落対策が必要になりました。そのため、該当する中央図書館の1階イベント広場の天井改修工事をおおむね11月から3月にかけて実施します。工事期間中は、図書館内の利用できる場所の制限や騒音が発生します。詳しくは、決まりしだい館内掲示、北区ホームページなどでお知らせします。

問 中央図書館管理係 ☎(5993)1125

◆河川整備計画の意見募集

都では、新河岸川及び白子川の河川整備計画(変更)を作成しました。ご意見については、閲覧場所に設置している意見箱へ投函するか、郵送、ファクスまたはEメールで、東京都建設局河川部へお寄せ下さい。

※電話による意見募集は行っておりません。
[閲覧及び意見受付期間] 9月29日(金)まで(各閉庁日除く)

[閲覧場所] 道路公園課(区役所第一庁舎3階16番)、東京都建設局河川部(新宿区西新宿2-8-1第2本庁舎6階)、東京都第六建設事務所(足立区千住東2-10-10) ※東京都建設局ホームページでもご覧になれます。

問 〒163-8001(住所不要)東京都建設局河川部計画課

☎(5320)5414

FAX(5388)1533

EM S0000384@section.metro.tokyo.jp

HP <http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp/>

◆10月2日(月)は固定資産税・都市計画税第2期分の納期限です

23区内に土地・家屋・償却資産をお持ちの方は、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まで忘れずにお納めください。納税には、安心・便利なお座振替などをご利用ください。

問 北都税事務所 ☎(3908)1171

◆公衆無線LAN(Kita City Free Wi-Fi)サービスを開始

外国人旅行者などのインターネット接続環境を向上させるため、9月1日(金)から公衆無線LAN(Kita City Free Wi-Fi)サービスを開始します。ステッカーが貼ってある場所で、無料でインターネットに接続できます。

[アクセスポイント設置場所]

赤羽観光PRコーナー(赤羽エコー広場館内)、北とびあ1階区民プラザ、十条銀座商店街

問 産業振興課

☎(5390)1234



◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区

日 9月12日(火) 午後1時30分～4時
場 区役所第一庁舎1階ロビー

内 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。

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

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 申込先 HP ホームページ EM Eメール

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

高齢福祉課高齢相談係 (王子高齢者あんしんセンター) ☎(3908) 9083

北區認知症支援キャラクター「こんちゃん」



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『認知症の人にやさしいまち北區』を目指して、さまざまな取り組みを行っています。



◆早めの相談が大事

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、物事を記憶する、言葉を使う、計算する、問題を解決するために深く考えるなどの機能が低下し、生活のしづらさが現れる状態をいいます。認知症はほかの病気と同じように、早期診断と早期治療が非常に大切です。

【早期診断・治療を行うメリット】

①今後の生活の準備ができる。②治る認知症や一時的な症状の場合がある。③進行を遅らせることが可能な場合がある。

◆認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる人とその家族を医療・介護の職員などがチームとして訪問し、必要な支援を行い、自立した生活のサポートをします。チームは、各高齢者あんしんセンターに設置しています。まずは、お住まいの高齢者あんしんセンターへ電話または窓口でご相談ください。



◆家族介護者教室

「認知症の人を介護する家族がひとりで悩まないための講座～介護する仲間とつながろう～」

対区内在住で認知症の人を介護している家族
日①9月19日 ②10月3日 ③10月17日 午後1時40分～3時10分 各火曜 計3回 ※1日だけの参加も可。
場赤羽会館4階小ホール 内①認知症について理解しよう ②認知症の人とのつきあい方 ③他区の家族から学ぼう、サポーターとの顔合わせ
定各50名(申込順。3日間参加できる方を優先)

申9月1日(金)午前9時から電話申込
問先 高齢福祉課高齢相談係(王子高齢者あんしんセンター) ☎(3908)9083

◆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などを行っています。

◆認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り手助けする応援者です。現在北區には約1万9,000人のサポーターがいます。受講された方には、「認知症の人やご家族を支援します」というしるしの「オレンジリング」をお渡しします。

日9月26日(火) 午前10時～11時30分
場滝野川会館5階小ホール(西ヶ原1-23-3)
内認知症の特徴や認知症の人への接し方について 定80名(申込順) 申9月4日(月)午前9時から20日(水)までに電話申込
問先 新日光陽苑高齢者あんしんセンター ☎(5855)1219
※このほか、認知症サポーター養成講座(出張講座)を各高齢者あんしんセンターで受け付けています。

◆「北區認知症あんしんナビ」をご活用ください

認知症の進行にあわせて区で受けられるさまざまなサービスや認知症に関する情報をわかりやすくまとめた冊子です。各高齢者あんしんセンターの窓口で配布しています。



認知症 知ろう・つながろう in 中央・赤羽・滝野川図書館

～認知症の人にやさしいまち 北區を目指して～ 9月1日(金)～30日(土)

- 図書館の特別展示
認知症に関する知識や本人の声などお勧め図書をまとめて展示します。
場中央図書館(十条台1-2-5)・赤羽図書館(赤羽南1-13-1)・滝野川図書館(西ヶ原1-23-3)
●北區認知症支援キャラクター「こんちゃん」のぬり絵をしよう
「こんちゃん」ぬり絵をして、イベント掲示用に提供していただいた方には、「こんちゃん」グッズをプレゼントします!
場中央図書館・赤羽図書館・滝野川図書館
●認知症に関するパネル展示
認知症に関する知識や北區のサービスのご案内、認知症の人や家族、地域の人によるメッセージボードの作成などを行います。
場中央図書館・赤羽図書館・滝野川図書館
●認知症カフェ・オレンジカフェきたい～な「王子本町オープンカフェ」
認知症の人や家族、認知症に関心のある人たちが、おしゃべりをしながら交流するカフェを開催します。認知症サポート医によるもの忘れ相談やミニ講座、専門相談員による総合相談も受け付けています。
日9月13日(水) 午後1時30分～3時30分 ※中央図書館2階入り口横、芝生広場オレンジテントが目印です。 ※雨天の場合は3階会議室で開催します。 ※認知症カフェは区内17か所の高齢者あんしんセンター圏域で月1回程度開催しています。日時や場所は北區ニュース20日号や公式ホームページでお知らせしています。
場中央図書館(十条台1-2-5)
=以下、共通=
問高齢福祉課高齢相談係(王子高齢者あんしんセンター) ☎(3908)9083

◆飛鳥山新能 ボランティアスタッフ募集

飛鳥山公園の秋の風物詩「飛鳥山新能」は今年で15回目の開催を迎えます。皆さんの力で飛鳥山から世界に向け、新能の魅力を発信しませんか。

対18歳以上で、下記の時間帯に野外で活動できる方 ※交通費・謝礼金はありません
日10月4日(水) 午後4時30分～9時30分 ※9月22日(金) 午後6時30分から北とびあで開催する説明会に参加をお願いします。
場飛鳥山公園内野外舞台(王子1-1-3飛鳥山公園内)
内会場外・会場内の誘導、警備、清掃など
定20名程度(抽選)
申電話またはEメール(記入例参照。件名を「飛鳥山新能ボランティア」と記入)で、9月15日(金)まで
問先 飛鳥山新能実行委員会 ☎(3821)3378 (午前10時～午後4時)
EM takiginou@gmail.com

午前10時～午後4時(3日は3時まで)
内 絵画、手工芸などの作品展示及び活動紹介(コーラスなどの舞台発表)
申 電話またはファクス(記入例参照)で、9月22日(金)まで ※会場の都合により出品数を制限する場合があります。詳しくはお問い合わせください。
問場先 障害者福祉センター事業係(中十条1-2-18)(土・日曜、祝日を除く) ☎(3905)7121 FAX(3905)7116

◆区内の空き店舗などを活用して、コミュニティビジネスをはじめませんか

北區コミュニティビジネス チャレンジショップ支援事業
地域の課題をビジネスの手法で解決するコミュニティビジネスの取り組みを支援します。
対区内の空き店舗などを活用して、コミュニティビジネスを行う起業家で、次の①②のいずれかに該当する方
①個人事業の開業届出書を提出して1年未満またはこれから提出しようとする個人
②法人設立届出書を提出して1年未満の法人またはこれから提出しようとする個人
※申請日以降平成30年3月末までに開店する方に限ります。
内 店舗などの賃借料の月額2分の1以内で、1年目は月額上限5万円、2年目は月額上限3万円を最大2年間補助します。また、中

小企業診断士などの専門家がその起業家にあつた経営支援を行います。
定2件(選考) ※書類審査及び面接後、採否決定を通知します。
申12月1日(金)までにネスト赤羽の相談員による申請書作成支援(事前電話予約)を受けた後、北區コミュニティビジネスチャレンジショップ支援事業補助金交付申請書(北區ホームページからダウンロードできます)に必要書類を添付して、12月15日(金)午後5時までに直接窓口で申込
問先 産業振興課経営支援係(北とびあ11階) ☎(5390)1237
[申請書作成支援について]ネスト赤羽(赤羽1-59-9) ☎(3598)0571

◆区内商店街の空き店舗で「自分のお店を持つ」という夢にチャレンジしてみませんか

チャレンジショップ支援事業
対区内商店街の空き店舗を活用して地域のにぎわい創出と活性化が期待できる事業を行う起業家で、次の①②のいずれかに該当する方
①個人事業の開業の届出書を提出して1年未満またはこれから提出しようとする個人
②法人設立届出書を提出して1年未満またはこれから提出しようとする個人
※申請日以降平成30年3月末までに開店する方に限ります。
内 店舗の賃借料の月額の2分の1以内で、月額上限5万円、12カ月を限度に補助します。事業決定者に

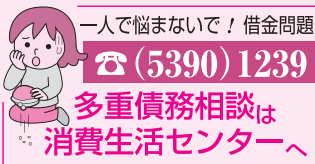
は、専門家による無料経営相談、経営指導を行います。
定2件(選考) ※書類審査及び面接後、採否決定し通知します。
申12月1日(金)までに北區経営アドバイザーによる経営相談(事前電話予約。申請書作成のアドバイスを行います)を受けた後、北區チャレンジショップ支援事業補助金申請書(北區ホームページからダウンロードできます)に必要書類を添付して、12月15日(金)までに直接窓口で申込
問先 産業振興課商工係(北とびあ11階) ☎(5390)1235

◆小学校適正配置検討協議会

●十条富士見中学校サブファミリーブロック(第4回)
日9月26日(火) 午後7時から
場十条台ふれあい館別館第1ホール(中十条1-2-18)
●桐ヶ丘中学校サブファミリーブロック(第3回)
日9月27日(水) 午後7時から
場赤羽北ふれあい館2階第1ホール(赤羽北2-25-8-201)
=以下、共通=
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 学校適正配置担当課 ☎(3908)9271

都内一斉多重債務特別相談「多重債務110番」

日9月4日(月)・5日(火) 午前9時30分～午後4時(要予約)
借金の返済でお困りの方は一人で悩まずご相談ください。
借金整理の方法は、任意整理、特定調停、個人再生、自己破産の4つがあります。消費生活センターでは、4つの方法をわかりやすくご説明し、相談者の債務状況、収入などの生活状況を伺い、専門家への相談をスムーズにつなげるお手伝いをします。なお消費生活センターでは、特別相談日以外でも、多重債務相談を受け付けています。
※月～金曜(祝日を除く)午前10時～午後4時(要予約)
申 電話申込
問場先 消費生活センター(北とびあ11階)(月～金曜 午前9時～午後5時) ☎(5390)1239



消費生活センター「高齢者被害特別相談」

高齢者の消費者被害の未然防止・拡大防止を目指し、消費生活センターで特別相談を行います。
日9月11日(月)～13日(水) 午前9時30分～午後4時
「仕組みのよくわからない投資話」「必要のないリフォーム工事」「格安チラシで人を集めて高額な健康食品を買わせる」「地方に所有する山林などを買い手がいると言って高額な整地工事を契約させる」など、高齢者の消費者被害は一向にありません。以前に被害にあつた方を狙った「二次被害」も高齢者に多くみられます。パンフレットが送られてきたり、電話や訪問などで勧誘があつたら、契約する前に、消費生活センターにご相談ください。
申 電話または直接窓口で申込
問場先 消費生活センター(北とびあ11階) ☎(5390)1142

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6面をご覧ください

講座・講演会

タネのひみつを調べよう

区内在住、在学の小学生以上の方(3年生以下は保護者同伴) 日10月15日(日) 午前10時~11時30分
内植物のタネのしくみや運ばれ方を、実験を交えて観察します。
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。全員の氏名と年齢を記入。当日連絡のつく電話番号も記入)で、10月5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
EM jyohokan@eco-plan.jp



北区環境大学講座 環境学習指導者養成講座応用コース

区内在住、在勤、在学の社会人または大学生で全回参加できる方
日第1回...10月22日(日) 午前10時から、午後6時から
第2回...10月29日(日) 午前10時から11月5日(日) 午後1時30分から
第3回...11月26日(日) 午前10時から、午後6時から 計3回 ※各日、午前と午後は同じ内容です。どちらか一方にご参加ください(各回90分)。
内子ども向け環境学習講座を開催するために必要な知識や、運営に関するノウハウを身に付けます。
師東京家政大学環境教育学科教員
定24名(抽選) 申Eメール(記入例参照。午前・午後の別も記入)で、10月12日(木)(必着)まで
問場先 〒173-8602 板橋区加賀1-18-1 東京家政大学環境教育学科宮本研究室 ☎(3961)4696
EM kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会「心が軽くなるアンガーマネジメントセミナー」

区内事業主または起業をお考えの方
日9月20日(水) 午後2時~4時
内相手と相互信頼を築く上手な怒り方・伝

え方 師グッドコミュニケーションLabo 伊藤佳恵子氏 定18名(申込順)
申9月1日(金)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9月20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9月16日(土) 午後2時~4時
場王子小学校王子ホール
内鷺田清一の「折々のことば」をめぐる
師元中央大学教授 野崎守英氏
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

催し

輝く☆未来の星コンサートご招待

日10月9日(祝) 午後2時開演(1時30分開場) 場北とびあさくらホール
内区立中学校3校と東京藝大附属音楽高校による吹奏楽・合唱・オーケストラのジョイントコンサートを開催します。
[出演]明桜中学校吹奏楽部(高橋信哉:「氷河特急」ほか)、滝野川紅葉中学校吹奏楽部(R.M.グリエール:「青銅の騎士」ほか)、王子桜中学校吹奏楽部(リムスキー=コルサコフ:交響組曲「シェエラザード」よりほか)、東京藝術大学音楽学部附属音楽高等学校オーケストラ(チャイコフスキー:交響曲第5番より第4楽章 合唱曲「大地讃頌」ほか)
定650名(抽選)
申往復はがきまたはEメール(記入例参照。観覧希望人数、全員の氏名、車イス席を希望する方はその旨、Eメールの場合は件名を「10/9輝く未来の星N」と記入)で、9月22日(金)(必着)まで ※1通1家族
問場先 〒114-0003 北区豊島5-3-13 北区文化振興財団ココキタ「輝く☆未来の星コンサート」N係 ☎(6338)5711
EM kcf_bunkasinkou@kitabunka.or.jp

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。販売品は家庭で出た不用品に限りです。
日9月18日(祝) 午前9時~午後3時(雨天の場合は9月24日(日)に順延)
場滝野川公園(西ヶ原2-1-8)
[出店予定数]30店(抽選)
[出店料]1,500円(2.5m×2.5m)
申往復はがき(記入例参照。搬入時の車使用の有無も記入)で、9月14日(木)(当日消印有効)まで
問先 〒333-0865 埼玉県川口市伊刈850-22 NPO法人フリーマーケット推進ネットワーク事務局
☎048(268)8711

お知らせ

動物死体処理手数料を改定します

10月2日(月)受付日より動物死体処理手数料が1頭(重量25kg未満)につき2,600円から3,000円に変わります
動物の死体は飼い主(飼い主が不明な場合は、土地・建物の管理者)が処理することになっています。自分で処理できない場合、25kg未満の動物は清掃事務所有料で引き取り、火葬埋葬しています。詳しくは、お問い合わせください。
問北区清掃事務所 ☎(3913)3141 滝野川清掃庁舎 ☎(3800)9191

「北区観光ボランティアガイド」が区内をご案内します

区内にはさまざまな歴史を物語る史跡や緑豊かな公園など、見どころが数多くあります。それらを無料で案内する「北区観光ボランティアガイド」と一緒に、北区の魅力を再発見してみませんか。
対2名以上のグループ・団体 日通年(7月13日~15日、8月13日~15日、年末年始を除く) 午前10時~午後4時の間の2時間程度
内10のエリア(①王子、②西ヶ原、③浮間、④北区豊島、⑤石神井川、⑥日光御成道、⑦平和、⑧赤羽西、⑨赤羽東、⑩田端)から選択できます。ガイド内容は相談に応じます。
申申込書(産業振興課(北とびあ11階)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)に記入して利用希望日の2週間前までに郵送、ファクスまたは持参で申込
問先 〒114-8503(住所不要)産業振興課観光振興担当
☎(5390)1234 FAX(5390)1141

文化センター子どもひろば「プログラム企画・運営及び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、みなさんの知識や技術を活かしてみませんか。
対区内で活動中、またはこれから区内で活動を考えている団体・個人
日①12月3日(日) ②平成30年1月28日(日) ③3月25日(日) いずれも午前10時~午後3時
申要項を確認後、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。ホームページからもダウンロードできます]に記入し、ボランティアを希望する文化センターへ郵送、ファクスまたは直接持参で、①9月30日(土) ②11月12日(日) ③平成30年1月10日(水)(いずれも必着)まで ※ファクスでお申し込みの場合は送信後、必ず着信確認の連絡をしてください。
問場先 ①赤羽文化センター 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 ☎(3906)3911 FAX(3906)3915
②中央公園文化センター 〒114-0033 十条台1-2-1(月曜、祝日休館) ☎(3907)5661 FAX(3907)5666
③滝野川文化センター 〒114-8534(住所不要)(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230 FAX(5394)1231
HP http://www.kita-bunka.com/

友愛ホームサービス「サポートスタッフ」募集説明会

友愛ホームサービスは地域の高齢者の方などを対象に日常生活の簡単な手伝いをする住民参加型の福祉サービスです。お手伝いいただく方は「サポートスタッフ」としてご登録いただいています。
対18歳以上おおよそ70歳未満の方(高校生を除く) ※ほかに要件あり。詳しくは、お問い合わせください。
[活動内容]家事援助、外出・通院の付き添いの支援など
[活動報酬]1時間900円(通所・通学は40分700円)
日9月21日(木) 午前10時~11時・22日(金)午後2時~3時 ※両日同一内容
場赤羽会館第5集会室
定各30名(申込順)
申9月1日(金)から20日(水)までに電話申込 ※申込後に書類選考、面接、養成研修(参加費3,000円)があります。
問先北区社会福祉協議会 友愛ホームサービス ☎(3907)9492

北区障害者差別解消法啓発イベント

「映画 聲の形」字幕付き上映会

第40回日本アカデミー賞優秀アニメーション作品賞受賞映画「映画 聲の形」の上映会を開催します。障害の有無に関わらず、すべての人がお互いを尊重し、共生できる社会の実現について、「映画 聲の形」を通して考えてみませんか。原作は大今良時氏著作の「聲の形」(講談社コミックス)です。手塚治虫文化賞新生賞受賞、2015年版「このマンガがすごい!」オトコ編第1位、「マンガ大賞2015」第3位などの多数の賞を獲得している作品です。
日10月1日(日) 第1部...午前10時~午後0時30分 第2部...午後3時~5時30分 ※1部、2部とも同一内容
場北とびあ3階つつじホール
定350名(申込順)
申申込書(北区ホームページからダウン

ロードできます)をファクスまたは郵送で、9月22日(金)(必着)まで
※ファクス、郵送が困難な場合は電話受付または窓口持参可 ※聴覚障害者専用座席20席有。当日アンケートにご協力いただいた方に、作品オリジナルグッズをプレゼントします。
問先 〒114-8508(住所不要)障害福祉課障害福祉係
☎(3908)9085 FAX(3908)5344



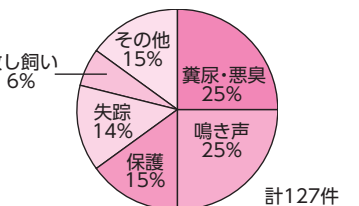
飼い主のマナー啓発

愛犬を家族の一員から社会の一員へ 周りの人への心配りをわすれずに愛情と責任を持って、終生大切に!

- 飼い主のマナーは愛犬への愛情です
犬のトイレは散歩の前に家で済ませましょう。もし、散歩中にしてしまったら...
・フンは必ず持ち帰りましょう。
・オシッコをさせる場所も考え、水で流すなどの配慮をしてください(水の入ったペットボトルを持参)。
●散歩のときは必ず引き綱(リード)を付けましょう
公共の場所(公園や河川敷など)では、犬が苦手な人もいます。皆さんが気持ち良く過ごせるように、犬を放さないでください。

- ・伸び縮みのするリードの取り扱いにも注意をしてください。
・鳴き声で迷惑をかけないようにしつけましょう。
・公共の場所でのブラッシングはやめましょう。
●犬の首輪などに必ず登録の「鑑札」と「注射済票」を付けましょう。迷子札の役目にもなります。
=以下、共通=
問北区保健所生活衛生課生活衛生係
☎(3919)0431

犬の相談・苦情の内訳件数(平成28年度)



記事の見方 対象 日 日時 会場 内容 師 講師 定 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

講座・講演会

◆中央公園文化センター区民協働講座「初歩からはじめる水彩画」

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方
日 10月8日～11月26日 毎週日曜 計8回 午後1時30分～4時
内 水彩画の特徴と表現方法について学びオリジナル作品を創ります。
師 白崎義久氏
【協力】 北区水彩画会
定 20名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、9月26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

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「油を正しく使って血液サラサラ!～赤羽のプロに学ぶ健康長生き術～」
対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月2日(月) 午後1時～3時30分
内 マエノ薬局(赤羽本店)の方から、調理実習を通じて「油」の正しい取り入れ方について学び、健康的な食事について考えます。
【実習メニュー】 さんまの黒酢あんかけ丼、ナッツと青汁のアイス
師 (株)マエノ薬局管理栄養士 **【協力】** 赤羽西口本通り商店会 **定** 24名(抽選)
費 500円程度(材料費・保険料)
申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、9月22日(金)(必着)まで
②PC特別講座「みんなのパソコンひろば」
対 区内在住、在勤、在学でWindowsの基本操作と文字入力ができる方
日 10月4日(水) 午後6時30分～8時30分

内 パソコン相談、ミニセミナー「Word2013の図形やワードアートを使ってポスター作成」 **定** 16名(抽選)
費 1,540円(受講料) **師** 堀 愛弓氏
申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、9月26日(火)(必着)まで
=以下、①②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/>

孤独死ゼロを実現。自治会葬を手掛けるなど、「日本で一番住みたい団地」を取りまとめている。2004年、内閣府男女共同参画局「女性のチャレンジ賞」受賞。11年、地域活動功労者賞を東京都より受賞。著書に「命を守る東京都立川市の自治会」14年厚生労働大臣賞受賞。

◆古民家ふれあい教室「古民家寄席落語」

対 区内在住、在勤、在学の方 **日** 10月1日(日) 午後1時～3時 **内** 落語家・鈴々舎八郎馬氏による落語口演
定 60名(抽選) **申** 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の住所・氏名・ふりがな・年齢(学生は学年)、電話番号も記入)で、9月17日(日)(必着)まで
問場先 〒115-0055 赤羽西5-2-34赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館
☎ (5993)8361

◆滝野川文化センターPC特別講座V期「インターネットで便利な生活」

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 10月6日～27日 毎週金曜 計4回 午後7時～8時45分 **内** Microsoft Edge(ブラウザ)の使い方やamazonショッピングサイト、GoogleMapsやYahoo乗り換え案内など生活に便利なサイトの使い方
師 堀 愛弓氏 **定** 12名(抽選)
費 6,170円(テキスト代を含む)
申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、9月26日(火)(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

◆赤羽会館のカルチャー企画

①健康マージャン
日 9月4日(月)・19日(火)、10月2日(月)・30日(月)、11月6日(月)・20日(月)、12月4日(月)・18日(月) いずれも午前9時30分～正午 ※9月19日のみ午後1時30分～4時
内 賭けない、飲まない、吸わない健康マージャンです。頭の体操を兼ねて、ゲーム本来の楽しさを満喫します。
定 各32名(申込順) **費** 1回300円
②歌声ひろば
日 9月27日(水)、10月12日(木)・30日(月)、11月6日(月)・20日(月)、12月4日(月)・20日(水) いずれも午後1時30分～3時
内 懐メロを中心にみんなで合唱します。
定 各50名(申込順)
費 1回300円(飲み物代含む)
③フラワーアレンジメント
日 10月2日・30日、11月6日・20日、12月4日・18日 各月曜 午後7時～8時30分
内 季節の花を素材として使用し、自分のペースと目的に合わせてレッスンをを行います。
定 各10名(申込順)
費 1回3,900円
=以下、①～③共通=
対 18歳以上の方
申 電話または直接窓口で申込
※ ③は各開催前週の木曜が締切
問場先 赤羽会館 **☎** (3901)8121

◆北区きずなづくり月間講演会 おたがいさまネットワーク共同開催「地域ですすめる見守り活動」

10月の北区きずなづくり月間にあたって、立川市大山自治会前会長佐藤良子氏の講演会を開催します。また、区内町会・自治会の見守り活動の紹介をします。
対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月30日(月) 午後2時から
場 北とぴあ13階飛鳥ホール ※手話通訳、保育(就学前のお子さん)あり
定 240名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照。希望人数、車イス席・保育希望の方はその旨も朱書き)で、9月29日(金)(必着)まで
問先 地域振興課地域振興係
☎ (5390)0092
【佐藤良子氏プロフィール】
 1941年、宮城県生まれ。99年から自身の住む、東京都立川市の大山団地で自治会会長として活躍し、現在相談役。加入率100パーセント、



中央公園文化センター区民講座

『日本語で学ぼう!外国人のための日本文化体験講座』

日本の文化を体験しながら学んでみませんか?
 どうぞ参加、ご紹介ください。友達も作って楽しく学習しましょう!

- 対 象** 区内在住・在勤・在学の外国人の方で少し日本語がわかる方
- 日 時** 平成29年10月13日・20日・27日 毎週金曜 計3回 午前10時～正午
- 内 容** 日本文化体験
 1回目:礼儀作法を学ぼう!(立ち居振る舞い)
 2回目:風呂敷の様々な使い方(包み方)
 3回目:お茶を点ててみよう!(茶道体験)
- 会 場** 中央公園文化センター 和室
- 定 員** 15名(抽選)
- 費 用** 500円(体験教材費)
- 申込方法** ハガキ・ファクスに①～⑩を記載
 ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤性別 ⑥職業 ⑦国籍
 ⑧話せる言語 ⑨日本にどのくらい住んでいますか
 ⑩ひらがなが読めますか・書けますか?
 または窓口・電話(日本語対応のみ)
 〒114-0033 十条台1-2-1 北区立中央公園文化センター
 Tel (3907)5661 ファクス(3907)5666(月曜、祝日休館)
- 申込締切** 9月29日(金)必着 ※定員に満たない場合は募集期間延長

Lifelong learning program for the Citizens at Chuo koen Culture Center
 Sign-up available for "Let's learn in Japanese: Experience Japanese traditional culture"
 Would you like to learn Japanese traditional culture throughout firsthand experience?
 Please join us/or refer your friends to our program. Let's enjoy learning with new friends!

- Open to foreign residents/workers in Kita-ku with basic Japanese language skill
- Date/Time October 13th, 20th, 27th (3 lessons in total)/ 10:00 a.m. to 12:00 p.m.
- Contents Japanese traditional culture experience
 Lesson 1: Let's master Japanese etiquette and manner (focus on the body movement)
 Lesson 2: Let's learn how to use "Furoshiki"(Japanese wrapping cloth) in various ways
 Lesson 3: Let's try Japanese tea ceremony
- Place Japanese-style room at Chuo koen Culture Center
- Number Max. 15 people (We may draw a lottery if there are more than 15 applicants for this program)
- Fee 500 yen (materials included)
- Application a. Send a post card or a fax with the following information ① to ⑩;
 ①Name ②Current address ③Phone number ④Age ⑤Gender ⑥Occupation
 ⑦Nationality ⑧Language(s) you can speak ⑨Period of stay in Japan
 ⑩Can you read/write hiragana? Reading: Yes No/ Writing: Yes No
 b. Or visit/call us(Available only in Japanese)
 〒114-0033 Chuo koen Culture Center of Kita-ku, 1-2-1 Jujo-dai, Kita-ku
 Tel: 03-3907-5661 Fax: 03-3907-5666 (Closed on Mondays and Holidays)
- Application Deadline Friday, September 29, 2017 (We may extend the deadline if the available seats are not filled up)

中央公園文化センター 区民講座

『用日語学习! 以外国人为对象的日本文化体验讲座』

通过体验,学日文文化吧!
 请你参加,请向你的朋友介绍.跟大家做朋友开心地学习吧!

- 对 象** 在区内居住、工作、上学,并且懂简单的日语的 외국인
- 日 期** 2017年10月13日、20日、27日 毎星期五 总共三次 上午10点到正午
- 内 容** 日文文化体验
 第一次:学习礼法吧(学习日式举止!)
 第二次:包袱巾(風呂敷)的各种用法(包法)
 第三次:泡抹茶吧(体验日本茶道!)
- 会 场** 中央公園文化中心 和室
- 定 员** 15名(抽签决定)
- 费 用** 500日元(体验教材费)
- 报名方法** 寄明信片、或发传真,记载以下①到⑩项
 ①姓名 ②地址 ③电话号码 ④年龄 ⑤性别 ⑥职业 ⑦国籍
 ⑧会说的语言 ⑨住在日本多长时间
 ⑩是否会读、写平假名或到窗口、或打电话报名(只有日文应对)
 〒114-0033 北区十条台1-2-1 北区中央公園文化中心
 电话:03-3907-5661
 传真:03-3907-5666(星期一、节日闭馆)
- 截止日期** 9月29日(星期五)必须送到 *若员额不足时,会延长募集期间

中央公園文化センター 「学びスタートday～学習体験会～」参加者募集

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する学習体験会です。新しい学びを始めてみませんか。
対日内定 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)、電話または直接窓口で、9月20日(水)(必着)まで ※1通1プログラム
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 **FAX** (3907)5666

プログラム名(対象)	日程	内容	定員(抽選)
武術に学ぶ太極拳	10月4日(水) 午前10時～11時30分	太極拳(呉式)の練習	6名
水彩で楽しくはがき絵を描きましょう	10月4日(水) 午後1時30分～3時30分	はがき絵	10名
楽しい気功を始めよう	10月5日(木) 午前10時～正午	気功	10名
来て見て体験しよう!油絵	10月5日(木) 午前10時～11時30分	油絵	5名
万葉集を楽しく読み解く!	10月11日(水) 午後2時～4時	万葉集の学習	20名
浴衣を着て日本舞踊を踊りましょう!	10月13日(金) 午後2時～3時30分	日本舞踊 【持ち物】浴衣	10名
良い写真作品を撮ろう	10月15日(日) 午後1時10分～4時	写真の基本と撮り方の学習 【持ち物】カメラ	10名
老いも若きも脳トレ川柳	10月17日(火) 午後1時30分～4時	川柳の作句	10名

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6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30年度北区立中学校入学者向け説明会

9月より、来年度区立中学校入学予定のお子さんと保護者を対象に、各中学校で説明会を実施します。

Table with columns: 地区, 学校名, 日程, 開始時刻, 会場. Lists schools like 王子桜中学校, 十条富士見中学校, etc.

【就学する学校について】 北区は、就学すべき小・中学校を住所地(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。

平成29年7月25日現在 ※詳細は各学校にお問い合わせください。

子育て中のひとり親家庭をサポートする

そらまめ相談室



9月1日(金)から、ひとりで子育てしているお母さん・お父さんをサポートするために「そらまめ相談室」が始まります。

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 10月21日(土) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分

子育て支援講演会 「育てにくいと感じる子どもへの対応～就学前のお子さん～」

子どもが泣く、ぐずる、かんしゃくを起こすなど、お子さんの行動に困ってしまうことはありませんか。

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) 9月22日(金) 午後1時30分～3時

「きたハピモバイル～予防接種スケジュールナビ～」がアプリ化します!

9月1日(金)から「きたハピモバイル」をアプリ化したサービスが始まります。

平成29年度幼児・小学生体操教室(Ⅲ期)

区内在住、在園の幼児(教室開始日4歳以上)及び小学生 9月29日～11月24日(11月3日を除く) 毎週金曜 計8回

わくわく土曜スポーツクラブ

小学生 小学生が身近で気軽に楽しめる、さまざまなスポーツ教室を開催しています。

Ⅱ期体験!親子リズム&ダンス教室

区内在住の2歳～3歳の幼児と保護者(2名1組) 10月3日～24日 毎週火曜 計4回

新聞大好きプロジェクト[第5回比べて読もう新聞コンクール]作品募集

区内在住の小・中学生 興味をもったテーマに関する新聞記事を2つ以上比べて、分かったことや、考えたことを書いて応募してください。

インターネットを使う時に気をつけること、考えること～生活習慣・親子きずなづくり講座～

グループワークも交えつつ、インターネットとの上手なつき合い方や適切なコミュニケーションを学びます。

北区環境大学講座

区内在住の4歳から就学前の子と保護者(2名1組) 10月15日(日) 午前10時～11時30分

紙芝居ざんまい

後援 北区教育委員会 ①0歳～3歳くらいまでの乳幼児 ②幼児(保護者含む)～中学生

親子でハイキング[品川水族館]でイルカショーといろいろな魚に会おう

共催 北区教育委員会 子どもと保護者または子どものみは小学3年以上 10月15日(日) 午前8時

駿台ジュニア天文教室 [工作プラネタリウム]

後援 北区教育委員会 区内在住、在学の小学3年生～中学生(保護者の同伴も可) 9月16日(土) 午後3時30分～4時30分

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 申込先 HP ホームページ EM Eメール

平成29年度東京都シルバーパス臨時更新会場一覧

Table with 3 columns: No., 臨時更新窓口, 開設日. Lists 11 temporary update venues across the city.

【受付時間】午前10時～午後3時30分

有効期限が平成29年9月30日(土)までのシルバーパスをお持ちの方は、9月中に更新手続を済ませてください。更新方法は現在シルバーパスをお持ちの方には、東京バス協会から「シルバーパス更新申込書」などがご自宅に郵送されます。更新を希望される場合は、費用と必要書類を用意して、案内に記載の更新窓口でお申し込みください。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 (5308) 6950 (土・日曜、祝日を除く午前9時～午後5時)

長生きするなら北區が一番



東京都シルバーパス更新手続き

平成29年度シルバースポーツウィーク～区立スポーツ施設無料開放～

Table with 4 columns: 開放施設・種目, 開放日, 時間, 備考. Lists various sports facilities and their free access dates and times.

シルバースポーツウィーク 区立スポーツ施設無料開放



9月18日(祝)～23日(祝)の期間中は、高齢者の方を対象に、区立スポーツ施設を無料開放します。区内在住の65歳以上の方 ※庭球場、赤羽スポーツの森公園競技場ふれあいホール(卓球)は区内在住65歳以上の方が半数以上いるグループ

日場内申 左表のとおり ※年齢確認できるものを持参してください。実施日は、施設・種目などにより異なりますのでご注意ください。問先 スポーツ推進課スポーツ支援係 (5390) 1135

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6面をご覧ください

区内在住の65歳以上の方 9月25日(月) 午後2時～3時30分 (1時40分開場) 北とびあ7階第2研修室 3食食べていてもおちいりやすい「新型栄養失調」。食生活を見直し、肉や油も取り入れましょう。東京家政大学家政学部栄養学科教授 和田涼子氏 定 80名(申込順) 9月4日(月)午前9時から電話申込 問先 介護予防・日常生活支援担当課 (3908) 9017

介護予防講演会 「肉食で頭も身体も元気に！」 問先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター (3940) 9175

家族介護者教室「在宅介護での薬との上手な付き合い方」 区内在住、在勤の方 10月12日(木) 午後2時～3時30分 特別養護老人ホーム飛鳥晴山苑1階あすかホール(西ヶ原4-51-1) 内 服薬を忘れた時や残った薬の対処法、サプリメントなどについて学びます。師 日生薬局薬局長兼管理薬剤師 小嶋 馨氏 定 20名(申込順) 9月4日(月)午前9時から電話申込 問先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター (3940) 9175

Ⅱ期体験！中高年健康体操教室 区内在住、在勤の65歳以上で医師から運動制限されていない方 10月3日、24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うクラス 定 20名(抽選) 費 600円 申 往復はがき(記入例参照)で、9月14日(木)(当日消印有効)まで 問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 (3940) 1801

長生きするなら北區が一番

申込記入例 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) ※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

北区高齢者住宅(単身者用) あき家人居登録者の募集 取り壊しによる立ち退きなどで住宅に困窮している高齢者のために、高齢者住宅のあき家人居登録者を募集します。 「入居資格」次の①～⑥のすべてに該当する方 ①平成29年9月11日現在65歳以上で、現に同居する親族のない単身者 ②区内に引き続き2年以上居住している ③現在、住宅に著しく困っている ④自立して生活できる(居宅で必要な介護を受けることができ、単身入居が可能な方を含む) ⑤平成28年中の所得が25万8千円以下 ⑥申込者が暴力団員ではない 「申込受付日時」9月7日(木)・8日(金)・11日(月) 午前9時～午後4時30分 「受付場所」区役所第一庁舎5階会議室 30名程度(ポイント方式) 申 本人を確認できるもの(保険証など)、印鑑、現在の収入・月額家賃・家主がわかるものを持参(代理人による申込不可) ※例年、申込初日は大変混み合います。先着順ではありません。 問先 住宅課住宅管理係 (3908) 9203



滝野川体育館 秋のスポーツ教室

対日 定費 下表のとおり 申 往復はがき(記入例参照)で、9月14日(木)(当日消印有効)まで ※1通1レッスン ※定員に空きがある場合は当日参加可。詳しくはお問い合わせください。 問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 ☎(3940)1801

Table with 6 columns: 種目, 対象, 日程, 時間, 定員(抽選), 費用. Lists various sports classes like yoga, pilates, and dance.

赤羽体育館 秋のスポーツ教室

対 ①~⑯区内在住、在勤、在学の16歳以上の方 ⑯小学1~2年生 ⑰小学3~6年生 日 定 下表のとおり 費 ①~⑯8,640円 ⑰9,270円 ⑱9,210円 申 往復はがき(記入例参照)で、9月14日(木)(当日消印有効)まで ※1通1レッスン ※定員に空きがある場合は当日参加可。詳しくは、ホームページをご覧ください。 問先 〒115-0042 志茂3-46-16 赤羽体育館 ☎(3901)3140 HP http://www.akatai.net

Table with 4 columns: 種目, 日程, 時間, 定員(抽選). Lists sports classes at Akabane Sports Center.

トップアスリートのまち・北区

トップアスリート直伝 サッカーキッズマッチ

対 区内在住、在学または北区サッカー協会所属チームに登録している小学生 日 10月28日(土) 午前10時30分~正午(10時から受付) 場 味の素フィールド西が丘(西が丘3-15-1) ※雨天決行 内 味の素フィールド西が丘(天然芝)でFC東京のコーチ陣が指導するキッズマッチ(試合形式)を行います。 師 FC東京普及部コーチ 定 100名程度(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。学校名・学年、区外の方は北区サッカー協会所属チーム名も記入)で、9月29日(金)(必着)まで 問先 〒114-8503(住所不要)東京オリンピック・パラリンピック担当課 ☎(5390)1136

赤羽スポーツの森公園競技場スポーツ教室

●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 9月24日(日) 午前10時~正午 内 いつまでも自立歩行が出来るため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 500円 ●グラウンドゴルフひろば 対 区内在住、在勤、在学の方 日 9月1日(金)・15日(金) 午前9時30分~11時30分 内 初心者の方でも大丈夫です。参加者でグループを組んでラウンドします。 ※用具のレンタル有り 定 50名程度(申込順) 費 300円 =以下、共通= 申 電話申込、開催当日まで受付 【受付時間】午前10時~午後7時 問先 〒115-0055 赤羽西5-2-27 赤羽スポーツの森公園競技場 ☎(5948)9281

桐ヶ丘体育館 秋のスポーツ教室

対日 定費 下表のとおり 申 往復はがき(記入例参照)で、9月14日(木)(必着)まで ※1通1レッスン ※定員に空きがある場合は当日参加可。詳しくはお問合せください。 問先 〒115-0053 赤羽台3-17-57 桐ヶ丘体育館 ☎(3908)2316

Table with 6 columns: 種目, 対象, 日程, 時間, 定員(抽選), 費用. Lists various sports classes at桐ヶ丘 Sports Center.

10月9日(祝)は区内体育施設を無料開放します

対場内申 下表のとおり 【時間】午前9時から午後5時 問 スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135 桐ヶ丘体育館 ☎(3908)2316 滝野川体育館 ☎(3940)1801 北運動場 ☎(3902)5639 赤羽体育館 ☎(3901)3140 十条小学校温水プール ☎(5993)8337 元氣ぶらざ温水プール ☎(5249)2214

Table with 3 columns: 開放施設, 種目, 申込(時間). Lists sports facilities and their availability on October 9th.

※弓道・アーチェリーは高校生以上の有段者のみの利用です。弓道場を利用する場合は、事前に現地へお問い合わせください。

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 先 申込先 HP ホームページ EM Eメール

北區の魅力を再発見! 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 歴史街道を歩いて~JR駒込駅~

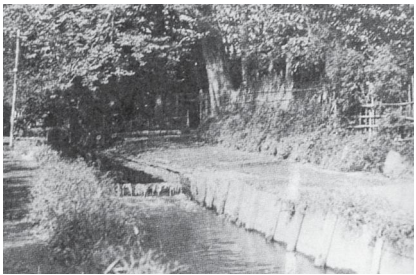
今回は、区境にあるJR駒込駅からバラで有名な旧古河庭園までの道のり、本郷通りを歩きます。実はこの道、江戸時代、将軍が日光への社参の際に通った日光御成道でもありました。現在の北區を縦断するように通り、岩淵から舟で川口へと渡り、日光を目指した歴史道です。

駅前から5分ほど歩くと、霜降橋交差点が見えてきます。橋という川を想像しますが、かつては、谷田川という川が流れ、そこに架かっていた橋が霜降橋でした。明治期以降に名づけられたその橋は、それ以前は地元の人々から境橋とも

呼ばれていました。時代とともに、その名と景色も移り変わりましたが、往時に思いを巡らせば、ほのかにその面影が感じられます。

霜降橋を過ぎ、坂を上ったあたりには、バラで有名な旧古河庭園が。江戸中期には、「西ヶ原牡丹屋敷」という牡丹園があったと言われ、その後、今から100年前にあたる1917年(大正6年)に、現在の洋館と洋風庭園が築造されています。

身近な道に刻まれた、地域の歴史。そこにまつわるエピソードや成り立ちを知ると、また違った風景が見えてくるかもしれません。ぶらりと歩いて再発見しませんか。



大正初期の谷田川(「わたしたちの滝七」より)

スポーツ

◆初心者アーチェリー教室

後援 北區体育協会

対 区内在住、在勤の高校生以上の方 日 9月28日~10月26日 毎週木曜 計5回 午後6時30分~8時30分

場 桐ヶ丘体育館弓道場(赤羽台3-17-57) 定 10名(抽選) 費 2,000円

申 往復はがきまたはEメール(記入例参照)で、9月10日(日)(必着)まで

問 先 〒114-0022 王子本町2-5-8 北區アーチェリー協会 山本 ☎(3905)4782

EM kitaarchery@yahoo.co.jp

◆第10回北區キンボールスポーツ交流大会 KITA-CUP

主催 北區スポーツ推進委員協議会 共催 北區

対 原則小学4年生以上のキンボール愛好者

[種目及び募集数] ①チャンピオン...6チーム

②フレンドリーA(中学生以上の中級者、片手ヒット可)...14チーム

③フレンドリーB(中学生以上の初級者、両手ヒットのみ)...14チーム

④ジュニア(原則として小学4~6年生で編成、3年生以下2名まで同時プレー可)...18チーム

※申込状況により変更する場合あり ※1チーム4~8名で編成

日 11月12日(日) 午前10時~午後4時30分まで(9時から受付開始)

場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6) 費 1チーム3,000円

※ジュニアは2,000円(保険料含む) ※10月13日(金)までに郵便振込(受付後お知らせ)

申 参加申込書(スポーツ推進課(北とびあ10階)及び各地域振興室にあります。北區ホームページからもダウンロードできます)

に記入して、10月2日(月)までに持参またはファクスで申込 ※ファクス送信後電話確認をお願いします。

問 先 スポーツ推進課スポーツ推進係 ☎(5390)1134 FAX(5390)1137

健康情報

◆歯周疾患健診

対 区内在住の40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳・80歳・81歳の方(平成30年3月31日現在) ※81歳の方には、必要に応じて口腔衛生指導・口腔清掃も行います。

日 9月1日(金)~11月30日(木) ※医療機関の休診日を除く

場 「歯周疾患健診会場」のポスターを掲示している区内実施医療機関 ※対象の方には、受診券を郵送しました。

8月9日(水)以降に転入、または受診券が届いていない方はお問い合わせください。

問 健康推進課コールセンター ☎(3908)9034

健康推進課健康係 ☎(3908)9016

◆健康増進センター(へるしあKITA)

ちょっとためになる栄養講座~やめられない間食を減らしたいあなたへ~

対 区内在住、在勤で20歳以上の方

日 10月4日(水) 午後1時30分~3時

内 大人の間食コントロールの方法や、上手な選び方を学びます(一口試食あり)。

定 16名(抽選) 費 150円(食材費実費)

申 往復はがき(記入例参照)で、9月14日(木)(必着)まで

問 場 先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター

☎(5390)2220

◆平成29年度新たなステージに入ったがん検診の総合支援事業が始まります

がん検診の受診促進を図るため、対象者には、子宮頸がん検診を無料で受診できるクーポン券を郵送しました。

対 平成29年4月1日現在20歳で、4月20日時点で北區に住民登録のある女性

日 9月1日(金)~平成30年1月31日(水) ※休診

北區体育協会スポーツ教室 対日場師定費 下表のとおり 申往復はがき(記入例参照。性別、時間帯がある教室は①②の別と希望順位も記入)またはホームページで、9月14日(木)(必着)まで ※携帯電話からは不可。フリーメールで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 北區体育協会 ☎(3940)1848 HP http://www.kita-city-taikyo.or.jp

日を除く 場 指定医療機関 内 問診・視診・細胞診 ※平成29年4月1日現在40歳で、4月20日時点で北區に住民登録のある女性には乳がん検診を無料で受診できるクーポン券を6月中旬に郵送しました。乳がん検診の検診期間は平成30年1月31日(水)までです。4月21日以降に北區に転入された方はご連絡ください。 問 健康推進課コールセンター ☎(3908)9034 問 健康推進課健康係 ☎(3908)9016

◆乳がん検診(平成29年度第4回)

対 区内在住で、平成29年12月31日現在40歳以上の女性で、28年度の乳がん検診を受けていない方(受診間隔2年に1回) ※授乳中、妊娠または妊娠の可能性のある方及び豊胸手術を受けている方、ペースメーカーを装着されている方、VPシャントの手術歴のある方を除く

日 11月1日(水)~平成30年1月31日(水) ※休診日を除く

場 区内指定医療機関 内 問診、視触診(任意)、マンモグラフィ 費 1,000円

※生活保護を受けている方は免除となります。

申 電話申込 ※はがき、ファクス(「乳がん検診第4回」、住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号も記入)で12月15日(金)(必着)まで ※電子申請も可 ※受診券は10月下旬から随時郵送します。

問 健康推進課コールセンター ☎(3908)9034

問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康係 ☎(3908)9016

FAX(3905)6500

◆身体障害者(車イス常用者)健康診査

対 区内在住で、脊髄損傷、脳性麻痺、脳血管障害などにより常時車イスを使用する、18歳以上の在宅の身体障害者の方

日 10月2日(月)~平成30年1月31日(水)

場 北療育医療センター(十条台1-2-3)

内 内科健診、眼科健診 ※詳しくは、申込者にお送りする「お知らせ」・「質問票」をご覧ください。

申 はがき、ファクス(「身体障害者健診希望」、住所・氏名・生年月日・年齢・性別、電話番号も記入)または電話で、9月15日(金)(当日消印有効)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康係 ☎(3908)9016

FAX(3905)6500

◆健康づくりグループ講座「はじめてのジャズダンス」

対 区内在住、在勤の20歳以上の方

日 10月6日~20日 毎週金曜 計3回

午後7時~8時

場 中央公園文化センター(十条台1-2-1)

内 講師指導のもと、ストレッチとジャズダンスを行います。

師 ダンスイングそれいゆ 定 10名(抽選)

費 500円 申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、9月14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

9月は健康増進普及月間です

統一標語「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ~健康寿命の延伸~」 日本は世界でも有数の長寿国ですが、北區民は、全国平均に比べ、がんや心疾患、脳血管疾患などによる死亡が多く、糖尿病、高血圧の医療費が年々増加しています(国保医療費分析より)。すこやかな生活を送るため、できることから健康づくりを始めてみませんか。

●適度な運動

ちょっと汗ばむくらいの早歩きで、今日より1日10分間の運動をプラスしましょう。

●野菜たっぷりの食生活を

野菜の理想的な摂取量は1日あたり350グラムです。現在日本人の平均摂取量は280グラムで、あと70グラム足りません。トマトなら半分、野菜炒めなら半皿分プラスしてみましょう。

●禁煙

タバコには4000種類にも及ぶ有害物質が含まれています。ご自身やご家族のためにも禁煙しましょう。

●健診・検診で健康チェック

「定期的に自分を知る」ために、定期健診や各種がん検診を受診しましょう。(出典:スマート・ライフ・プロジェクト) 健康推進課

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 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

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 three health support centers and their respective screening dates and methods.

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6面をご覧ください