

NO.1589

毎月1日・10日・20日発行

8 | 20

平成30年(2018)

北区ニュース

特別展覧会

北区飛鳥山博物館

人間国宝

主催 北区教育委員会 共催 北区 協賛 王子青色申告会

第17回

奥山峰石と北区の工芸作家展

日 9月8日(土)～10月8日(祝) 午前10時～午後5時

※9月10日(月)・18日(火)・25日(火)、10月1日(月)は休館

問 場 北区飛鳥山博物館 特別展示室・ホワイトエ(入場無料) ☎(3916)1133

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

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



〈鍛金〉麗銀横筋文花器 奥山峰石



〈鍛金〉風の家族より 藤田政利



〈陶芸〉ソラを仰いで 高橋和則



〈七宝〉ペンダント「ストライプ・桃」 小林輝子



〈陶芸〉麗淡彩縞紋の器 宮島正志



〈鑄金〉麗銀花器「老松」 松本隆一

鍛金…金属に熱を加え、金鍍などで叩いて形作る技法
彫金…鑿などで金属を彫って成形や図案入れをおこなう技法
鑄金…土・砂で作った鑄型に溶かした金属を流し込んで加工する技法

関連イベント

①陶芸を楽しむ学ぶ講座

陶芸作家の指導で抹茶茶碗の成形までを行います。 ※後日、焼き上げた作品をお渡しします。

日 9月15日(土) 午前10時10分～午後1時

場 同館体験学習室 師 高橋和則氏

定 20名(抽選) 費 800円程度(材料費)

申 往復はがき(記入例参照)で、9月3日(月)(必着)まで

②人間国宝に学ぶ!鍛金体験講座

人間国宝の直接指導で、銀のペンダント・トップを作ります。

日 9月22日(土) 午前の部…午前10時30分～午後0時30分

午後の部…午後1時30分～3時30分

場 同館体験学習室

師 奥山峰石氏 定 各13名(抽選)

費 1,000円程度(材料費)

申 往復はがき(記入例参照)で、午前・午後の別も記入)で、9月10日(月)(必着)まで

③金工に親しみ学ぶ講座

鍛金作家の指導で、金属板に模様を打ち込んで、ミニ皿を作ります。

日 9月29日(土) 午後1時30分～3時30分

場 同館体験学習室 師 金森三恵子氏

定 13名(抽選) 費 600円程度(材料費)

申 往復はがき(記入例参照)で、9月18日(火)(必着)まで

④作家が語る!作品解説

出品作家が作品のテーマや技法などを、わかりやすく解説します。

日 10月8日(祝) 午後2時～3時30分(予定)

場 同館特別展示室 師 出品作家(約8名) 申 当日、直接会場へ

=以下、①～④共通=

問 先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館

☎(3916)1133

※3階飛鳥山アートギャラリー第2室でも人間国宝・奥山峰石氏の作品を展示しています(北区文化振興財団主催。入場無料)。

本展は北区に「縁」がある工芸作家がジャンルを超えて集う特色ある展覧会です。

今年も区内在住の人間国宝・奥山峰石氏を筆頭に19名の作家にご参加いただき、金工・陶芸・人形・ガラス・刺繍など、多彩な作品を一堂に展示します。

高い技術と創造性から生まれた素晴らしい作品との出会いを、ぜひご堪能ください。

出品作家 ※五十音順

浅井 盛征 〈彫金〉
岩本 英子 〈人形〉
太田 淑江 〈友禅〉
奥山 峰石 〈鍛金〉

金森 三恵子 〈鍛金〉
鎌倉 愛子 〈人形〉
氣賀澤 雅人 〈ガラス〉
工藤 茂喜 〈木漆〉
小林 輝子 〈七宝〉

齋藤 照英 〈彫金〉
高橋 和則 〈陶芸〉
塚山 洋子 〈人形〉
藤江 聖公 〈彫金〉
藤田 政利 〈鍛金〉

前田 宏智 〈彫金〉
松本 隆一 〈鑄金〉
宮島 正志 〈陶芸〉
村山 和子 〈染/織〉
もり*みなこ 〈刺繍〉

◆平成30年度第1回東京都北区住宅対策審議会

日 8月30日(木) 午前9時から(8時40分受付開始)

場 第二委員会室(区役所第二庁舎4階) 東京都北区住宅対策審議会の体制、北区住宅マスタープラン改定の進め方ほか 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 住宅課住宅計画係 ☎(3908)9201

問 戸籍住民課王子区民事務所 ☎(3908)8746

必要書類 新築届:届出書、案内図、配置図、各階平面図、敷地求積図 名称変更届:届出書、案内図 ※詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

◆住居表示の届出(新築届・名称変更届)

建物を新築、新設、建替えをしたときには、「新築届」が必要ですが、また、集合住宅などの名称を変更したときには「名称変更届」が必要です。住居表示の決定までには日数がかかりますので、余裕をもって届出をお願いします。なお、新築届の決定時にお渡しする住居表示のプレートは玄関や扉などにお貼りください。住居表示のプレートが破損・汚損した場合は、王子区民事務所で無料再交付をします。詳しくはお問い合わせください。 ※「街区表示板」の破損などを見かけた場合もご連絡ください。

お知らせ

9月28日(金)をもって区民事務所分室の業務を終了します

分室で取り扱ってきた住民票など各種証明書の交付や税金等の収納は、社会環境等の変化により、コンビニエンスストアでもできるようになりました(証明書の交付にはマイナンバーカードが必要です)。一方、区民事務所では人口増加に伴う転入や転出の事務などが増加し恒常的に窓口が混雑しています。この状況を改善するため、分室の人材・機材を区民事務所に集約し窓口業務を見直します。

10月からの区民事務所窓口の新設と変更

業務名	新設・変更内容
[新設] 夜間の転出入・転居届出など	赤羽区民事務所で毎月第3火曜日に午後7時まで開設します
月1回の日曜日の転出入・転居届出など	王子区民事務所から赤羽区民事務所に窓口を変更します
日曜日の証明書交付など	王子区民事務所、赤羽区民事務所で毎週から第2・第4日曜日に変更します
公金収納	王子区民事務所での取り扱いのみ終了します

コンビニ交付制度

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアで、住民票の写し、印鑑登録証明書、住民税課税(非課税)証明書

を取得できます。年末年始を除く毎日午前6時30分から午後11時まで1通200円(窓口では300円)でご利用できる大変便利な制度です。ぜひご利用ください。マイナンバーカードの申請については、北區ホームページをご覧ください。

9月16日(日)は王子区民事務所の窓口業務を休止します

窓口業務見直しに伴う事務室移転作業のため、9月16日(日)は王子区民事務所の窓口を休止します。赤羽区民事務所は証明等窓口を通常通り開庁します。ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

9月18日(火)から第二庁舎の窓口が変更になります

戸籍の証明および戸籍の届出を取り扱う戸籍係が1階から2階へ移動します。また、住居表示や特別永住者の届出などは2階から1階へ移動します。

問王子区民事務所 ☎(3908)8745

赤羽区民事務所 ☎(5948)9541

滝野川区民事務所 ☎(3910)0141

[マイナンバーカードの申請に関する問い合わせ]

戸籍住民課番号制度担当 ☎(3908)1329

◆北清掃工場建替計画がまとまりました

東京二十三区清掃一部事務組合は、一般廃棄物処理基本計画に基づき、北清掃工場建替計画を策定しました。計画の策定にあたっては素案の段階で説明会を開催するなど、区民の皆さまのご意見をいただきました。今後、東京都条例による環境影響評価の手続きを進め、平成34年度から工事を開始する予定です。なお、計画の詳細と説明会などでいただいたご意見に対する見解については、東京二十三区清掃一部事務組合ホームページ(<http://www.union.tokyo23-seisou.lg.jp/>)で8月27日(月)よりご覧になれます。

問東京二十三区清掃一部事務組合建設部計画推進課 ☎(6238)0912

◆「北清掃工場建替事業」に係る環境影響評価調査計画書の縦覧・閲覧と意見書の提出

環境影響評価調査計画書の縦覧・閲覧ができます。また、内容について、環境保全の見地からの意見がある方は、意見書を提出することができます。

●環境影響評価調査計画書の縦覧・閲覧

[縦覧・閲覧日程] 8月27日(月)～9月5日(水) 午前9時30分～午後4時30分 ※縦覧・閲覧場所の休館日を除く

[縦覧場所] 環境課(区役所第二庁舎3階)、東京都環境局総務部環境政策課(新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎19階)、東京都多摩環境事務所管理課(立川市錦町4-6-3東京都立川合同庁舎3階)

[閲覧場所] 区立図書館(中央・滝野川・赤羽・神谷・東十条)、地域振興室(赤羽西・志茂)、北区清掃事務所

●意見書の提出

[提出期間] 8月27日(月)～9月18日(火)

[提出方法] 事業名、氏名及び住所(法人その他の団体にあつては、名称、代表者の氏名及び東京都の区域内に存する事務所又は事業所の所在地)及び環境保全の見地からの意見を記入し、持参または郵送(当日消印有効)で提出

問[意見書提出先] 〒163-8001(住所不要)東京都環境局総務部環境政策課 ☎(5388)3406

◆平成30年度 第1回東京都北区環境審議会

日8月31日(金) 午前10時から 場第一委員会室(区役所第一庁舎4階) 内「北清

掃工場建替事業」に係る環境影響評価調査計画書について審議します。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。

問環境課環境政策係

☎(3908)8603

◆Jアラートの試験放送を行います

防災行政無線(屋外スピーカー)を使い、区内全域でJアラートの試験放送を行います。Jアラートは国から伝えられる緊急地震速報などの緊急情報を自動的に防災無線で伝えるシステムです。

日8月29日(水) 午前11時頃 内チャイム→「これはJアラートのテストです」を3回繰り返し→「こちらは防災北區です」→チャイム ※北區以外の地域でもさまざまな手段を用いて行われる予定です。

問[防災行政無線について]

防災課防災普及係 ☎(3908)8194

[Jアラートについて] 危機管理課

☎(3908)1121

◆身元不明相談所を開設します

身元不明相談所には身元が分からないまま亡くなった方の資料や、身元が分からず保護されている方の資料があります。ご家族で長期間所在不明の方がいる場合はご相談ください。

日9月1日(土)～30日(日) ①午前9時～午後4時30分 ②午前9時～午後4時

場①警視庁本部1階身元不明相談室(千代田区霞が関2-1-1) ②巣鴨とげぬき地蔵尊高台寺会館(豊島区巣鴨3-36-1)

※このほか、各警察署でもご相談を受け付けています。申当日、直接会場へ

問警視庁鑑識課身元不明相談室

☎(3592)2440

警視庁生活安全総務課生活安全対策第2係

☎(3592)1640

王子警察署 ☎(3911)0110

赤羽警察署 ☎(3903)0110

滝野川警察署 ☎(3940)0110

◆都内一斉多重債務特別相談 「多重債務110番」

日9月3日(月)・4日(火) 午前9時30分～午後4時 申当日、電話または直接会場へ

●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。ご相談の際には、ご自身がお持ちの借金に関する書類をできるかぎりご用意ください。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。

問場先消費生活センター(北とびあ11階)

☎(5390)1142

◆平成30年住宅・土地統計調査にご協力ください

総務省所管の住宅・土地統計調査が全国一斉に実施されます。調査結果は、安全・安心で豊かな住生活を実現するための、計画や施策等の基礎資料として活用されます。8月下旬から10月下旬にかけて、調査員が調査回答のお願いに各世帯を訪問します。※調査内容を統計の作成以外の目的に使用することはありません。回答は、インターネット(パソコン、スマートフォンなど)で、総務省統計局に直接提出することもできます。

対総務大臣が指定した調査区域の中から抽出された世帯・住戸

問地域振興課統計調査係

☎(3912)4391

◆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有償福祉サービスです。お手伝いいただく方は「サポートスタッフ」として登録します。スタッフ募集にあたり、説明会を実施します。

対18歳以上おおむね70歳未満の方(高校生を除く) [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円ほか

日9月20日(木) 午前11時～11時45分、21日(金) 午後3時～3時45分 ※両日同一内容。ちよこっとささえ愛サービス「ちよこっとスタッフ」説明登録会も開催します。詳しくはお問い合わせください。場赤羽会館3階第一集會室

定各20名(申込順) 申9月19日(水)までに電話申込

問先北區社会福祉協議会 友愛ホームサービス ☎(3907)9492

◆「未来カプセル～21世紀へのメッセージ」を郵送しました

今から20年前、平成10年8月の平和祈念週間に実施しました「未来カプセル～21世紀へのメッセージ」に参加された皆さん宛に、ご記入いただいたはがきを封書で郵送しました。はがきには、プリクラの写真と20年後の自分や家族へのメッセージなどが記載されています。ご記入いただいたはがきに住所やお名前の記載がなく、送付できなかった方や転居などではがき戻ってきってしまった方がいます。心当たりのある方は、お問い合わせください。

問企画課 ☎(3908)1104

◆行政書士会無料相談会

後援 北區

遺言・相続・遺産分割協議書、不動産・近隣問題、内容証明、事業・許認可、外国人在留許可など身近な法務相談に応じます。

日9月4日(火) 午後1時～4時 場豊島ふれあい館第2ホール(北區豊島3-27-22) 申原則、電話申込(当日の会場受付も可)

問先東京都行政書士会北支部

☎(5963)7437

◆都立王子第二特別支援学校 学校公開

日9月27日(木) 午前9時30分～午後0時10分(9時15分から受付開始)

内授業参観(小・中学部)、学校概要説明など 申申込書(ホームページからダウンロードできます)に記入しファクスで、9月13日(木)まで

問先都立王子第二特別支援学校(十条台1-8-47)

☎(3906)7601 FAX(3909)3421

HP<http://www.oji2-sh.metro.tokyo.jp/site/zen/>

国保

◆医療費の減免～医療費がどうしても支払えないとき～

災害などの特別な事情により一時的に生活が困難となり、医療費を支払えなくなったときは、3カ月以内の入院に限り、医療費が減額または免除される場合があります。条件に該当するかを調査し決定しますので、事前にご相談ください。

ただし、保険外の治療など、健康保険適用外のもの対象になりません。

問国保年金課国保給付係

☎(3908)1132

国民年金

◆年金証書を紛失の際には、再交付の手続きをお忘れなく

年金証書は、年金受給者の証明としてご本人に交付されるもので、年金に関する手続きの際に必要な大切なものです。万が一、年金証書を紛失または汚損した場合には、再交付の手続きが必要です。

年金証書の再交付手続きは、年金事務所配布している「年金証書再交付申請書」に必要事項を記入して、提出してください。汚損の場合は、その年金証書も添付してください。なお、ご本人以外の方が申請する場合には、委任状と委任を受けた方の本人確認ができるもの(運転免許証など)をご用意ください。

問先ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165

問北年金事務所 ☎(3905)1011

<広告>この欄は北區の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

勉強をやる気のある生徒の能力を伸ばす



「わが子を算数・数学のできる子にする方法」著者 小出順一の塾 個別指導塾 クレア・アカデミー

小学生・中学生・高校生、成績アップを。http://www.crea-academy.com 2週間の体験授業実施中【無料】 王子本町 1-15-5 ☎03-3900-6667

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4面をご覧ください

催し

◆北区景観づくりシンポジウム2018の開催

区では、「みんなでつくる」北区景観百選2019の投票実施にあたり、基調講演・パネルディスカッションをとあわせて、北区の景観資源の魅力を共有することを目的に、シンポジウムを開催します。

日 9月22日(土) 午後7時～9時
場 北とぴあ14階スカイホール
内 第1部では、講師に千葉大学名誉教授の北原理雄氏をお招きして、「景観から考える北区の魅力」についてお話しします。第2部では、コーディネーターに千葉工業大学教授の吉村晶子氏他パネリスト4名で、「すてき再発見 さがそう!北区の魅力」をテーマに意見交換を行います。また、参加者には「TOKYO北区時間2018」(東京商工会議所北支部発行)を配布します。
定 60名(申込順) 申 9月7日(金)までに往復はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照)で申込 ※空席がある場合は、当日会場で受付可
問先 〒114-8508(住所不要)都市計画課 ☎(3908)9152 FAX(3908)8336
EM kaihatsutyosei@city.kita.lg.jp

◆福祉のしごと総合フェア

主催 北区、北区社会福祉協議会、東京都福祉人材センター、ハローワーク王子
「北区で働きたい方」と求人事業所をつなぐため、正規職員やパート等の就職・合同説明相談会を開催します(履歴書不要。服装自由。前回49法人が出席し、105名が来場)。
日 9月28日(金) 午前11時～午後3時(入退場自由) 場 北とぴあ13階飛鳥ホール
内 事業者の個別面接ブース、福祉資格相談、ハローワーク相談、面接のポイントセミナー(午前11時45分～午後0時15分、午後2時15分～2時45分)、事業所PR(午後0時45分～1時45分) 申 当日、直接会場へ
問 北区社会福祉協議会 ☎(3906)2352

◆赤羽文化ひろば9月のプログラム

主催 赤羽文化センター利用団体連絡協議会
第16回感動スピーチ発表会
日 9月29日(土) 午後1時～4時30分(正午開場) 内 話し方愛好者が人生で感動した体験を3分間にまとめて発表します。
【参加団体】話し方さくらの会、赤羽スピーチクラブ、話し方すずらん会
申 当日、直接会場へ
問 場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) ☎(3906)3911

◆北清掃工場の個人見学会

日 9月8日(土) 午後1時30分～3時
定 50名(申込順)
申 9月6日(木)までに電話申込
問 場 先 北清掃工場(志茂1-2-36)(月～土曜 午前9時～午後5時) ☎(3598)5341

◆第37回中央公園文化センター祭

日 9月8日(土)・9日(日) 午前10時～午後5時(9日は4時まで)
内 【展示発表】切り絵、篆刻、水彩画、油絵、パステル画、山野草造型、はがき絵、木彫り絵、写真、書道、陶芸、ビーズアクセサリー、バルーンアート、健康チェック、革工芸、マクラメ手芸、似顔絵、能面彫刻、吹矢、川柳
【実演発表】8日…琴・詩吟・尺八ジョイントコンサート、ギター、エアロビクス&マンボダンス、コーラス、レクリエーションダンス、ハーモニカ演奏、朗読劇、着物ショーと新舞踊 9日…太極拳、大正琴演奏、琉球舞踊、コーラス、日本舞踊、ジャズダンス、フラダンス、二胡の演奏 両日…茶室茶席(午前10時30分～午後3時) 申 当日、直接会場へ
問 場 中央公園文化センター(十条台1-2-1)(月曜、祝日休館) ☎(3907)5661

◆滝野川会館プチコンサート8月&9月

日 ①8月27日(月) ②9月17日(祝) いずれも正午～午後1時 内 ①ヴァイオリン…澤井亜衣 ピアノ…山崎麻衣 ②ピアノデュオ…横山理奈・南部英美 申 当日、直接会場へ
問 場 滝野川会館(西ケ原1-23-3) ☎(3910)1651

◆第98回「図書館で読書会」

日 9月1日(土) 午後1時30分～3時30分
内 参加者同士で課題本についての感想を話し合います。一人で読むのとはまた違った本の読み方を楽しむ会です。見学のみの参加や中学生・高校生の参加も大歓迎です。今回の課題本は、『まよなかのパーティー』(フィリップ・ピアス著、猪熊葉子訳)です。
申 当日、直接会場へ
問 場 中央図書館事業係(十条台1-2-5) ☎(5993)1125

◆福祉工房でボランティア体験をしませんか

日 9月6日(木) 午前9時～午後4時30分
内 障害がある方の車イスの介助・食事準備手伝い 定 6名(申込順) 申 8月27日(月)から30日(木)までに電話申込
問 場 先 赤羽西福祉工房(赤羽西5-7-1)(土・日曜、祝日は休み) ☎(3908)4111

◆ぷらっとほーむ桐ヶ丘バザー

日 9月1日(土) 午前10時～午後2時
内 ぷらっとほーむ桐ヶ丘は、地域の皆さんの介護予防のための施設です。桐ヶ丘地域の団体、施設の協力のもとバザー、模擬店、作品展示・販売等を行います。
申 当日、直接会場へ
問 場 ぷらっとほーむ桐ヶ丘(桐ヶ丘介護予防拠点施設)(桐ヶ丘1-6-2-101) ☎(3908)1277

◆北区・荒川区合同まちあるきツアー「都電でつながる、南千住～飛鳥山の歴史を巡る」

日 9月28日(金) 午前9時30分～午後0時

30分(午前9時15分JR南千住駅前集合)
※小雨決行、荒天中止 内 北区・荒川区の都電沿線を両区の観光ボランティアガイドが案内します。ツアー中、東京さくらトラム(都電荒川線)に2回乗車します。【コース】小塚原刑場跡、円通寺、船方神社、飛鳥山など 【解散】飛鳥山公園 【費】東京さくらトラムの運賃 ※一日3回以上乗車する場合は一日乗車券がおすすです。東京都シルバーパスをお持ちの方は使用できます。
定 20名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。2名以上の場合は希望人数も記入)で、9月7日(金)(必着)まで
問 先 〒114-8503(住所不要)産業振興課観光振興担当 ☎(5390)1234



◆第3回北マルシェ開催～人と人がつながる地域連携マルシェ～

後援 北区、東京北区観光協会、東京商工会議所北支部、東京青年会議所北区委員会
日 9月1日(土)・2日(日) 午前10時～午後5時(2日は4時まで。小雨決行)
場 赤羽公園(赤羽南1-14-17)
内 区内名店の名物料理、ワークショップ、伝統工芸品、手工芸品・加工食材など、ご家族連れで楽しめるイベントです。今回のテーマは「ヨガ・ピラティス・ボクササイズ」で皆さんをお迎えします。
※詳しくは、ホームページをご覧ください。
問 北マルシェ実行委員会[まちづくり北(株)内] ☎(5963)5415
HP http://kita-marche.tokyo/

◆フリーマーケット

後援 北区
出店者を募集します。販売はご家庭で出た不用品に限ります。
●赤羽公園
日 9月16日(日) 午前9時～午後3時(雨天の場合は23日(祝)に順延)
場 赤羽公園(赤羽南1-14-17)
【出店数】60店(抽選) 【出店料】1,500円(2m×3m) 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10日(月)(当日消印有効)まで
問 先 〒169-0073 新宿区百人町4-6-12-404 スマイル ☎090(7177)8877
●富士見橋エコー広場館
日 9月16日(日)・23日(祝) いずれも午前10時～午後1時(雨天中止)
【出店数】各20店(申込順) 【出店料】500円(1.8m×1.8m) 申 電話申込(随時受付)
問 場 先 富士見橋エコー広場館「フリマ」係(田端5-16-1)(水曜、祝日休館) ☎(3824)3196
●滝野川公園
日 9月30日(日) 午前10時～午後3時(雨天の場合は中止) 場 滝野川公園(西ケ原2-1-8) 【出店数】20店(抽選) 【出店料】

1,500円(2.5m×2m) 申 往復はがき(記入例参照。搬入時の車使用の有無、携帯電話をお持ちの方は携帯番号も記入)で、9月25日(火)(当日消印有効)まで
問 先 〒154-0012 世田谷区駒沢2-14-1-104 リサイクル推進友の会(月～金曜 午前10時～午後4時) ☎(3412)6857

●甘楽町の有機野菜の販売
各エコー広場館(富士見橋、滝野川西、赤羽、北ノ台)では、毎月第2日曜に甘楽町の有機野菜を販売します(雨天決行)。

休館

●障害者福祉センター
日 ①9月17日(祝) ②23日(祝)
内 ①受水槽・高架水槽の清掃のため、②全館設備点検のため、利用できません。
問 障害者福祉センター ☎(3905)7111
●赤羽文化センター
日 ①9月10日(月) ②18日(火)
内 ①予約システム停止日のため、②施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。
問 赤羽文化センター ☎(3906)3911
●田端文士村記念館
日 9月24日(休)～10月5日(金)
内 館内工事・展示替えなどのため、利用できません。
問 田端文士村記念館 ☎(5685)5171
●桐ヶ丘体育館アリーナ
日 11月1日(木)～平成31年3月22日(金)(予定) 内 桐ヶ丘体育館アリーナは、天井改修工事のため利用を停止します。
問 スポーツ推進課 ☎(5390)1135

お知らせ

◆「(仮称)芥川龍之介記念館」開設に向けて公募委員を募集します

区では、芥川龍之介が大正3年から昭和2年に亡くなるまで居住した田端の旧居跡地の一部を購入し、芥川龍之介単独では、日本で初となる「(仮称)芥川龍之介記念館」を開設することになりました。
開設に向け、施設や展示のあり方などについて検討するため、検討委員会の公募委員を募集します。
対 18歳以上の方
【募集人員】2名程度(選考) 【任期】2018年11月～2020年3月(予定) 内 8回程度開催する検討会に出席し、意見を述べるなどの活動に参加していただきます。【謝礼】区の基準に準じて支払います。申 任意の用紙に住所・氏名・年齢・電話番号・職業または所属、応募動機を400字以内で記入して、郵送、Eメールまたはファクスで、9月7日(金)(必着)までに申込 【選考方法】提出書類を審査し、選考します(必要に応じ、面接を実施)。※選考結果は10月中旬頃に応募者全員にお知らせします。
問 先 〒114-8503(住所不要)文化施策担当課(北とぴあ10階) ☎(5390)0093 FAX(5390)0097
EM bunka-ka@city.kita.lg.jp

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

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

先

HP

ホームページ

EM

Eメール

東京北法律事務所
遺言・相続・離婚・借地借家・経営・交通事故・債務整理 など、お気軽にご相談ください
地域に根ざして58年の実績
東京北法律事務所
☆無料法律相談会のご案内☆
9月1日(土) 午前10時～午後5時
※相談に来られる方は、当日でも構いませんので、事前にお電話を頂けますようお願いいたします。
北区王子本町1-18-1 北法ビル4階(北区役所正門前)
☎03-3907-2105 HP [北法律] 検索

第4回 赤羽セミナー
無料個別相談会
お金や生活、法律に関する身近なお悩みごとは赤羽で解決!
専門家に無料で相談できます
赤羽無料相談会 検索
開催日時
2018.9.8(土)
9:30~16:45(受付9:15)
会場 赤羽会館 4F
赤羽セミナー実行委員会
お問い合わせ窓口 税理士法人 西川会計 ☎03-3902-1200

赤羽法律事務所
地域の方々のための法律事務所です
法律相談 30分 5250円(お困りの方は無料相談可)
弁護士 氏家義博
弁護士 金沢裕幸
いずれも経験年数12年以上の弁護士が、2名で対応します。離婚、相続、交通事故、労働問題、借金問題、その他、まずは気軽にご相談下さい。
相談予約 03(5939)7194
http://www.akabane-law.com

ごみの分別、資源化、リサイクルの事何でもご相談承ります。
NPO法人北区リサイクラー活動機構(年末年始、日曜日を除く9:00~16:00)
ごみ・リサイクルちゃんねる ☎03-5972-4677

この欄は北区の事業ではありませぬ
お問い合わせは各企業・団体へ



古民家年中行事「お月見行事～お月見団子を作って楽しもう～」

対区内在住、在学の小学生(3年生以下は要送迎) **日**9月24日(休) 午前10時～午後0時30分 **内**月見団子作りとお月見行事についてお話しします。 **定**20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)・学年、電話番号を記入)で、9月10日(月)(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

文化庁伝統文化親子教室「茶道華道」松風会

後援 北区教育委員会

対区内在住、在学の小・中学生と保護者(子どものみの参加も可) **日**9月16日～平成31年1月27日 原則日曜 午前9時30分～11時及び11月9日(金)夕方 **場**北とびあ茶室・会議室 **内**茶道・華道の基本からの実技指導。北とびあ文化祭に参加予定。 ※詳しくはお問い合わせください。 **定**30名(抽選) **費**1名につき茶道1回600円、華道1回700円 **申**往復はがき(記入例参照)で、9月7日(金)(必着)まで **問先**〒114-0034 上十条5-37-5 松風会 上田 ☎090(2173)0716

講座・講演会

◆北区環境リーダー養成講座入門編(後期)

対区内在住、在勤、在学の18歳以上で全回参加できる方 **日**9月29日(土) 午前9時30分～午後0時30分、10月13日(土) 午前10時～午後2時、10月20日(土) 午前9時30分～午後1時、11月4日(日) 午前9時30分～午後0時30分 計4回 ※詳しくは北区ホームページをご覧ください。 **内**北区の自然環境のために行動する際に必要な心がまえや基礎を座学と野外実習で楽しく学びます。 **定**20名(抽選) **申**往復はがき、Eメール(記入例参照。電話は当日連絡のつく番号も記入)で、9月19日(水)(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)休館) ☎(3908)0804 **EM** jjohokan@eco-plan.jp

◆エコベルデ 自然に関する講座

アロマ石鹸づくり **対**区内在住、在勤、在学の方 **日**9月15日(土) ①午前10時から ②10時45分から ③11時30分から **内**ハーブを使って石鹸を作ります。 **定**各10名(先着順) **費**200円 **申**当日、直接会場へ **問場**みどりと環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1)(月・火曜休館) ☎(3913)8340

◆落語で学ぶ 相続・遺言・後見～不燃化セミナー～

主催 北区、東京都
元氣な今だからこそ、相続・遺言・後見や古い建物の建替えについて考えてみませんか。専門家が落語風に面白く解説します。
対区内在住の方 **日**9月9日(日) 午後2時～3時30分 **場**志茂ふれあい館(志茂1-34-17なでしこ小学校内1階) **師**行政書士きざき法務オフィス ころ亭 久茶氏 **定**100名(先着順)

申当日、直接会場へ
問まちづくり推進課 ☎(3908)9154

◆元氣がらざのカルチャー教室

編み物講座 **対**区内在住の18歳以上の方(棒針編み初心者可) **日**9月6日～10月25日(10月11日を除く) 毎週木曜 計7回 午後3時～4時30分 **内**前半3回は4本棒針の使い方の練習で掛け目模様の巾着ポーチを作ります。後半4回は応用で帽子を作ります。 **定**15名(申込順) **費**5,600円(別途材料費1,600円程度) **申**8月21日(火)から、電話または直接窓口で申込 **問場先**元氣がらざ(志茂1-2-22) ☎(5249)2214



◆滝野川文化センター区民講座「体型に合わせて作る普段使いのおしゃれなプルオーバーブラウス」

対区内在住、在勤、在学の初めてミシンを使う方で全回参加できる方 **日**9月27日～12月13日(10月11日、11月1日・15日・29日を除く) 毎週木曜 計8回 午前10時～正午 **内**長袖のプルオーバー(被り式)ブラウス作りをとおして生地選び方、裁断方法、ミシンの使い方を学びます。 **師**文化服装学院学習グループ指導員 白澤優子氏 **定**12名(抽選) **費**700円程度(教材費・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13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

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「茶の湯～おもてなしの文化に親しむ～(表千家)」
対区内在住、在勤、在学の方 **日**9月25日～11月13日(10月16日を除く) 毎週火曜及び11月11日(日) 計8回 午後1時30分～3時30分 ※11月11日は午後1時30分～3時 **内**お茶やお菓子のいただき方、簡単なお点前(盆略点前)や茶会体験を通じて、おもてなしの心や客としての心得について学びます。 ※11月11日は北とびあで開催される「北区文化芸術祭 茶華道展」で実際に客として茶席に入ります。 **師**北区茶華道連盟 関 宗佳氏 **定**15名(抽選) **費**4,000円程度(教材費・茶席代) **申**はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、9月16日(日)(必着)まで

②区民講座「プロに学ぶ!赤羽一番街 美味しいお店のこだわりメニュー」
対区内在住、在勤、在学の方 **日**9月26日(水) 午後1時30分～3時30分 **内**自宅でできる燻製の方法を学び、燻製した食材を使用したお店特製パスタ「青海苔のクリームパスタ」をつくります。 **師**赤羽一番街 赤バルRETZE赤羽店 店長 寄木一真氏 **協力**赤羽一番街商店街 **定**24名(抽選) **費**510円(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15日(土)(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

◆「ダイバーシティ&インクルージョン」の推進に向けて

後援 北区

今日では労働者・経営者を問わず、「働き方」は転換期にあります。性別、年齢、国籍などの異なる多様な人材が互いに活かし、高め合うことで、成功に導くポイントを解説します。
※ダイバーシティ…多様性、多面性 インクルージョン…一体性
対経営者、企業の人事・労務管理者、テーマに関心のある方 **日**9月21日(金)「成功するダイバーシティ&インクルージョン」…マネジメントの心得、女性が活躍する職場づくりほか ②27日(木)「ダイバーシティ&インクルージョンの最新動向」…トリプルケアラー(子育て、介護、看護)のノウハウ、企業における先進事例ほか いずれも午後2時～4時
場東京労働相談情報センター池袋事務所3階セミナー室(豊島区東池袋4-23-9)
師内閣府「地域働き方改革支援チーム委員」 渥美由喜氏 **定**100名(申込順)
申電話またはファクス(記入例参照)で申込 **問先**東京都労働相談情報センター池袋事務所セミナー担当 ☎(5954)6505 **FAX**(5954)6502

◆産業技術高専オープンカレッジ「江戸時代の産業と文化」

後援 北区教育委員会

日9月29日(土) 午前10時～正午
内江戸時代初期の銀山領有をめぐる争論に関する古文書を読み解き、江戸時代の産業や生活を学びます。 **師**本校教員1名 **定**15名(抽選) **費**1,600円 **申**はがき、ファクス(記入例参照)またはホームページで、9月13日(木)(必着)まで **問場先**〒116-8523(住所不要) 都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス ☎(3801)0145 **FAX**(3801)9898 **HP** <http://www.metro-cit.ac.jp>

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

来たKITAオリパラプロジェクト

①中央公園文化センター講座

「オセアニア島嶼地域へのいざない～歴史・文化・生活～」

2020年東京オリンピック・パラリンピック開催に向け、世界の歴史や文化を学んでみませんか。今回はオセアニアの島嶼地域を研究する講師のリレーで歴史・文化・人々の生活を学びます。
対区内在住、在勤、在学の方 **日**内下表のとおり
師①お茶の水女子大学特任講師 紺屋あかり氏
②首都大学東京准教授 深山直子氏
③東京外国語大学准教授 山内由理子氏
④日本学術振興会特別研究員PD 河野正治氏
⑤東京福祉大学特任助教 佐本英規氏
⑥お茶の水女子大学助教 倉光ミナ子氏 **定**40名(抽選)
申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、9月19日(水)(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 **FAX**(3907)5666

回	日程(計6回)	テーマ
①	9月30日	オセアニア入門～オセアニアと日本、パラオを中心に～
②	10月14日	ニュージーランドの歴史・文化・生活～先住民問題をを中心に～
③	10月28日	オーストラリアの歴史・文化・生活～先住民問題をを中心に～
④	11月4日	ミクロネシアの歴史・文化・生活～ポーンペイ島の伝統政治と近代政治～
⑤	11月18日	メラネシアの現代文化とグローバル世界～変わりゆくソロモン諸島の音楽～
⑥	12月9日	ポリネシアの歴史・文化・生活～サモアの文化と暮らし～

[曜日・時間]各日曜 午前10時～正午

②赤羽文化センター講座

「『外国人おもてなし語学ボランティア』育成講座」

対区内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く)で、本講座に初めて参加し全回参加できる方 **日**10月3日～31日 毎週水曜 計5回 午前10時～正午 ※初回は午前9時～午後0時30分 **内**東京2020オリンピック・パラリンピック開催を見据え、コミュニケーションに関する基礎知識や中学校で学習する程度の英語の語彙・表現を用いて道案内などに必要な定型文などを学習し、街中で困っている外国人を見かけたときなどに積極的に声をかけられることを目指します。 ※大会時に競技会場などで活動するボランティアとは異なります。
師英会話学校講師 [協力]全国外国語教育振興協会 **定**36名(抽選) ※保育あり(6カ月以上未就学児。若干名)
申往復はがき(記入例参照。性別・職業・ローマ字氏名・Eメールアドレス、保育希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・月齢・性別も記入)で、9月18日(火)(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

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4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31年度区立幼稚園・こども園(幼稚園枠)園児募集方針

[募集方針]①応募幼児数が当該園の定数を上回った場合は抽選となります。ただし、応募幼児の兄または姉が当該園の4歳児クラスに在園中の場合、当該幼児は無抽選となります。

②応募幼児数が10名以下の幼稚園は、原則として4歳児の学級編制を行いません。その場合は他園へ変更していただきます。また、4歳児の学級編制を行った場合でも、4歳児の園児数が10名以下になった幼稚園は原則として翌年度の園児募集を行いません。

[申込案内の配布]9月20日(木)から各区立幼稚園・こども園、学校支援課(滝野川分庁舎1階)、育ち愛ほっと館(王子2-7-34)及び区民事務所など

[申込受付期間]10月3日(水)・4日(木)
※詳しくは、私立幼稚園園児募集とともに今後の北区ニュースでお知らせします。

☎ 学校支援課学校支援係
☎ (3908)9293

ひとり親家庭のための家計やりくりセミナー及びそらまめ相談室の土曜出張相談

対区内在住で、ひとり親家庭の保護者の方
日9月8日(土) セミナー…午後1時30分～3時30分 出張相談…午後3時40分～5時
場北とびあ8階802会議室 **内**住宅費・食費・通信費など、何にどれだけお金をかけたらいのかをファイナンシャルプランナーがアドバイスします。また、セミナー終了後には、そらまめ相談室(ひとり親家庭等相談室)の相談員が、会場内で出張相談を行います。

定20名(申込順) **申**9月7日(金)までに電話または北区ホームページで申込
※出張相談は予約者優先。セミナーのみ、出張相談のみまたは両方の申込も可能。
※保育あり(就学前まで、6名(申込順))
問先そらまめ相談室(㈱エイジェック)
☎ (3908)1363
子ども未来課次世代育成係子どもの未来応援担当 ☎ (3908)9097



QRコード
そらまめ相談室
申込フォーム

「みんなで育児応援プロジェクト」パパスクール(旧イクメン講座)受講生募集!

子どもが喜ぶ手・体遊びや絵本の読み聞かせ、一緒に楽しめる工作、幼児食の作り方などを年齢別に学びます。
対①1歳～2歳の子どもと父親 ②3歳以上～小学校就学前の子どもと父親(いずれも2名1組)
日場内定右表のとおり
師NPO法人ファザーリング・ジャパン講師ほか
費材料費など実費 **申**申込書(募集案内裏面)に記入しファクスまたはEメールで、9月18日(火)(必着)まで
[募集案内配布場所]児童館、保育園、幼稚園など。北区ホームページからもダウンロードできます。

問先子ども未来課次世代育成係
☎ (3908)9097
FAX (3908)6606
E-mail kosodate-ka@city.kita.lg.jp



パパスクール申込QRコード

子どものためのおはなし会



図書館	日 程	電話番号
中央	9月の毎週土曜 午前11時	(5993)1125
	9月1日(土)・15日(土) 午後2時30分	
滝野川	9月7日(金) 午前11時	(3910)9092
	9月21日(金) 午後3時30分	
浮間	9月の毎週火曜 午前11時	(3965)6531
	9月の毎週金曜 午後3時30分	
昭和町	9月19日(水) 午後3時30分	(3893)5418
上十条	9月5日(水) 午後3時50分	(3905)3533
赤羽北	9月13日(木) 午後3時30分	(3907)6412
	9月28日(金) 午前11時	
東田端	9月21日(金) 午後3時30分	(3810)4341
滝野川西	9月19日(水) 午後3時30分	(3576)8800
豊島	9月20日(木) 午前10時	(3927)3421
東十条	9月7日(金)・14日(金)・21日(金) 午前10時30分	(5390)6680
	9月28日(金) 午後3時50分	

親育ちサポート講座「ノーバディズ・パーフェクト・プログラム」

子育て経験やアイデアを分かち合い、自分にあった子育ての仕方を見つけませんか。
対0歳～5歳のお子さんをお育ての方(受講が初めての方のみ)

日場下表のとおり **[進行役]**児童館・子どもセンター職員 **定**各14名(申込順)

日程(計6回)	場所(申込先)
9月7日～10月12日 毎週金曜	神谷子どもセンター
10月5日～11月9日 毎週金曜	豊島東児童館
10月9日～11月13日 毎週火曜	十条台子どもセンター

[時間]午前10時～正午
申プログラムを実施する児童館・子どもセンターにある申込用紙(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、持参またはファクスで申込

※申込についてなど詳しくは各児童館・センターにお問合わせください。講座中は、保護者だけで話し合いを進めるため、お子さんは別室でお預かりします。

問先神谷子どもセンター(神谷3-35-17)
☎・FAX (3902)3306
豊島東児童館(北区豊島5-5-9-120)
☎・FAX (3913)8822
十条台子どもセンター(中十条1-2-18)
☎・FAX (3905)7120

●赤ちゃんのためのおはなし会

図書館	日 程	電話番号
中央	9月10日(月)・24日(休) 午前11時	(5993)1125
	9月22日(土) 午前10時	
中央分室	9月16日(日) 午前11時	(3912)8566
滝野川	9月21日(金) 午前11時	(3910)9092
赤羽	9月12日(水) 午前10時30分	(3901)1992
昭和町	9月4日(火) 午前11時	(3893)5418
田端	9月14日(金)・28日(金) 午前11時	(3828)5569
上十条	9月5日(水) 午前11時	(3905)3533
東田端	9月7日(金) 午前11時	(3810)4341
神谷	9月13日(木) 午前11時	(5249)1200
滝野川西	9月25日(火) 午前11時	(3576)8800
豊島	9月20日(木) 午前10時40分	(3927)3421
東十条	毎週水曜日 午前11時	(5390)6680

●小学生のためのおはなし会

中央	9月8日(土)・15日(土)	午後3時	(5993)1125
----	----------------	------	------------

●紙芝居

中央	9月22日(土)	午後2時30分	(5993)1125
----	----------	---------	------------

10月及び11月に認可保育園が移転し定員を拡大します

[移転時期]10月1日(月)

[施設名・所在地など]

期 間	施設名	所在地	電話番号	保育する歳児	定員
平成30年9月まで	としま みつばち	王子6-7-3	(6903)3290	1～5歳児	80名
同年10月から		北区豊島7-8-7		0～5歳児	137名

[移転時期]11月1日(木)

[施設名・所在地など]

期 間	施設名	所在地	電話番号	保育する歳児	定員
平成30年10月まで	LIFE SCHOOL 子どもの森(本園)	赤羽台1-1-12	(5948)8280	0・1歳児	142名
		赤羽台1-1-13		2～5歳児	
同年11月から	LIFE SCHOOL 桐ヶ丘 子どものもり	桐ヶ丘1-7-17		0～5歳児	208名

[利用申請方法]

入園希望の場合、締切日を確認の上、申請に必要な書類をご提出ください(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、北区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

問先保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階1番) ☎ (3908)9129

スペースゆうパートナーシップ事業「あなたらしく輝くためのコミュニケーション～ママとして、私として、本当の自分を大切にしていますか～」

対子育て中の親、コミュニケーションに関心のある方 **日**9月21日(金) 午後1時30分～3時30分 **内**子育て中のイライラを解消し、自分を表現しながらより良い人間関係を築いていく効果的なコミュニケーションの方法を学びます。

師親業訓練シニアインストラクター 下村亮子氏 **[企画・運営]**てととの会

定50名(申込順) **申**8月21日(火)午前9時からファクス、Eメール(記入例参照)、電話または直接窓口で申込 ※保育(1歳以上の未就学児。定員あり(抽選))希望の方は8月

29日(水)までにお子さんの氏名・住所・生年月日、性別をご連絡ください。結果は8月30日(木)以降に連絡します。

問場先スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とびあ5階)(月曜、祝日及び9月18日(火)休館)

☎ (3913)0161 FAX (3913)0081
E-mail danjo-c@city.kita.lg.jp

プレーパークでまだまだ水遊び!

●袋町公園(赤羽北3-11)

日9月2日(日)

[時間]午前11時～午後4時30分

●中央公園拡張部(十条台1-2-5) ※中央図書館横

日9月3日(月)・10日(月)・16日(日)・17日(祝) **[時間]**月曜…午前10時30分～午後3時 日曜、祝日…午前10時30分～午後5時 =以下、共通=

申当日、直接会場へ

問北区で子どもの遊ぶ場をつくる会

☎ 090(1767)9094

※詳しくはホームページをご覧ください。

HP <https://kita-asobo.jimdofree.com/>

子ども未来課次世代育成係

☎ (3908)9097

わくわく土曜スポーツクラブ

対小学生 **内**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。【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

※日程、場所など詳しくは北区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

問先スポーツ推進課スポーツ支援係

☎ (5390)1135

記号の見方

対象

日

時

場

会

場

内

容

師

講

師

定

員

費

用

費

用

(記

載

の

な

い

場

合

は

無

料

で

す)

申

込

方

法

問

問

い

合

先

申

込

先

HP

ホ

ム

ペ

ー

ジ

EM

エ

メ

イ

レ

イ

チ

メ

イ

チ

メ



「おたっしや教室」参加者募集!!



～運動と仲間づくりで、からだも脳もまだまだ元気!～

いつまでも自分の足で転ばずに歩きたい、うつや認知症を予防したいとお考えの方に、運動や仲間づくりのできる「おたっしや教室」をお勧めします。運動指導員や看護師など専門のスタッフが、体力測定や指導にあたり、終了後は教室の仲間と運動を続けられる自主グループづくりをめざします。

対 区内在住で65歳以上の方 ※以前に参加している方やデイサービスなどの通所系サービスを利用している方は参加できません。また、運動教室のため次の①～⑦に当てはまる方は原則として参加できません。

- ①6カ月以内に脳卒中を起こした方
- ②6カ月以内に心臓発作を起こした方や心臓の手術をした方
- ③急性期の肺炎・肝炎で現在治療中の方
- ④糖尿病が原因で目が見えにくくなっている方

⑤糖尿病が原因で腎機能が低下していると、医師から指摘されている方

⑥「重い高血圧」(安静時の血圧の上が180以上、下が110以上)の方

⑦主治医から運動を禁止されている方

※高齢者あんしんセンターが面談等で体調の確認をすることがあります。

日場 下表のとおり

定 各15～20名程度(抽選)

費 おたっしや筋力アップ体操教室…2,000円

元気アップマシントレーニング教室…4,000円

いずれも一括払い(1回でも参加した方は利用料をご負担いただけます)

申 はがき(記入例参照)で、9月20日(木)(必着)まで ※いずれか1会場のみ申込可

問先 〒114-8508(住所不要)長寿支援課

☎(3908)9017

おたっしや教室説明&体験会 (北区オリジナル手ぬぐい付き)

対 区内在住の65歳以上で、おたっしや教室を受講したことがなく、医師から運動制限を受けていない方

日場 ①9月7日(金) ぱらっとほーむ滝野川東(滝野川1-46-7)
②11日(火) メガロス田端(東田端1-17-32) ③14日(金) ぱらっとほーむ桐ヶ丘(桐ヶ丘1-6-2-101) ④26日(水) セントラルウェルネスクラブ東十条店(東十条1-24-5) ①③④…午前10時～11時30分(9時30分から受付開始) ②…午前9時～10時30分(8時45分から受付開始)

内 笑顔で長生き調査、おたっしや教室の無料体験(簡単なストレッチと筋力アップ体操、ご近所体操)、教室説明、応募受付

持ち物 運動に適した服と室内履き、タオル、飲み物、筆記用具

定 各20名 ※③のみ30名(いずれも申込順)

申 ①～③8月22日(水)、④9月5日(水)午前9時から電話申込

問先 長寿支援課 ☎(3908)9017

おたっしや筋力アップ教室(筋力アップ体操を中心に運動する習慣を身につけます)

対象地域	日程(いずれも計20回)	会場
赤羽、赤羽南、赤羽西、赤羽台、赤羽北、桐ヶ丘、浮間、岩淵町、志茂、西が丘	11月2日～平成31年3月22日 毎週金曜 午前10時～11時30分	ルネサンス赤羽(赤羽西1-6-1 パルロードII4F)
	11月7日～3月27日 毎週水曜 午後2時～3時30分	コアラススポーツクラブ(志茂2-11-1)
	10月15日～3月25日 毎週月曜 午後2時～3時30分	ジェクサー赤羽(赤羽南2-9-47)
	11月9日～3月29日 毎週金曜 午後1時30分～3時	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
王子、王子本町、東十条、神谷、上十条、中十条、十条仲原、岸町、十条台、豊島	10月25日～3月14日 毎週木曜 午前10時～11時30分	北とびあスカイホールほか(王子1-11-1)
	11月7日～3月27日 毎週水曜 午後1時30分～3時	セントラルウェルネスクラブ東十条店(東十条1-24-5)
	11月7日～3月27日 毎週水曜 午前10時～11時30分	東急スポーツオアシス十条店(上十条2-13-1)
滝野川、西ヶ原、中里、上中里、栄町、昭和町、田端、東田端、堀船、田端新町	10月19日～3月22日 毎週金曜 午前10時～11時30分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)
	10月23日～3月12日 毎週火曜 午前9時～10時30分	メガロス田端(東田端1-17-32)

元気アップマシントレーニング教室(トレーニングマシンを使い、無理なく足腰の筋力を強化します)

対象地域	日程(いずれも計40回)	会場
区内全域	11月6日～3月29日 毎週火・金曜 午前10時～11時30分	桐ヶ丘やまぶき荘(桐ヶ丘1-16-26)
	10月19日～3月19日 毎週火・金曜 午後2時～3時30分	飛鳥晴山苑(西ヶ原4-51-1)

建物もあなたと同じ健康診断! 建築物防災週間

8月30日(木)～9月5日(水)

※各助成を受けるには一定の条件があり、事前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

大阪府北部を震源とする地震から2カ月が経ちました。首都直下地震などの大地震がいつでも起こりうると言われています。地震をはじめ、火災やがけ崩れなどの災害から尊い人命や大切な財産を守るために、日頃から建物や塀の状態をよく点検し、傷んでいる所は早めに改善することが大切です。

●木造民間住宅耐震化促進事業

昭和56年5月以前に建築に着手した木造2階建て以下で地階を有しない住宅を対象に、「耐震診断」を無料で行っていきます。また、耐震診断を受けた住宅の、「耐震補強設計」「耐震改修工事」「耐震建替え工事」を行う方に、費用の一部を助成しています。

問先 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

●危険な老朽家屋除却支援事業

昭和56年5月以前に建築に着手した木造住宅で、6カ月以上空き家になっている、倒壊などのおそれのある老朽家屋の所有者に対し、除却工事費の一部を助成しています。

問先 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

●緊急輸送道路沿道建築物耐震化促進事業

緊急輸送道路沿いで、昭和56年5月以前に建築に着手し、道路幅の2分の1の高さを超える建築物の所有者に対し、「耐震診断」や「耐震改修工事」などの各費用の一部を助成しています。また、特定緊急輸送道路〔緊急輸送道路のうち特に重要として指定されているもの(北本通り、環七など)〕の沿道建築物の所有者に対し、より手厚い助成制度を実施しています。なお、この助成制度には期限があるのでご注意ください。

問先 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

●昭和56年5月以前に建築工事に着手したマンションに対する耐震化支援

【分譲マンション耐震化支援事業】

分譲マンションの管理組合を対象に、「耐震アドバイザー」「耐震診断」「耐震補強設計」「耐震改修工事」について費用の一部を助成しています。

【賃貸マンション耐震化支援事業】

賃貸マンションの所有者を対象に、「耐震アドバイザー」「耐震診断」について費用の一部を助成しています。

問先 住宅課住宅計画係(区役所第一庁舎7階3番)

☎(3908)9201

●高額の耐震補強工事を目的とした耐震診断や住宅リフォームの営業にご注意ください

電話や郵便で区役所などの公的機関に依頼されたように装い、高額の耐震補強工事を契約させるトラブルが発生しています。格安もしくは無料で耐震診断を行うと言って皆さんに近づき、建物の耐震性がないまたは低いと不安をあおるものです。現在、区では、事前に申込をしない耐震診断以外の個別訪問は実施していません。公的機関と関係があるかのように説明している業者には、十分ご注意ください。

問 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

●建物の定期調査・検査

建築基準法では、建物の適切な維持管理を目的とした定期報告制度を定めています。これは、建物の所有者(または管理者)に対し、建築士などの専門的知識を持つ資格者に現況調査を依頼し、その結果を報告するよう義務付けたものです。

区では、建築物防災週間の一環として、比較的多数の方が利用する建物を対象に維持管理の状態を点検・調査にお伺

いすることがあります。その際は、対象建物の所有者(または管理者)へ事前にご連絡しますのでご協力をお願いします。

問 建築課構造設備係(区役所第一庁舎7階7番)

☎(3908)9184

●がけ・擁壁の安全対策支援事業

住宅地を形成するがけ・擁壁の改善工事を行う方に、費用の一部を助成しています。

対 高さ2.0m超または道路に面した高さ1.5m以上の危険ながけ・擁壁の所有者、占有者(個人・法人は問いません)。ただし、不動産の売買、賃貸を業とする方は除きます。

問先 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

●土砂災害対策支援事業

土砂災害特別警戒区域内にある住宅などの所有者に対し、土砂災害に対して安全な構造となる改修工事の費用の一部を助成しています。

問先 建築課建築防災担当(区役所第一庁舎7階11番)

☎(3908)1240

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4面をご覧ください

1万円で1万1,500円分! 高齢者向け特別販売

15%プレミアム付き 「北区内共通商品券」を発売します



対 区内在住の65歳以上(昭和29年4月1日以前に生まれた)の方 ※購入時に公的証明書(運転免許証・健康保険証・マイナンバーカード(個人番号カード)など)をご提示いただき、住所・年齢を確認します(証明書(コピー不可)の提示があれば、代理人にも販売します。代理購入は2名分まで)。

日 9月8日(土) 午前10時から(完売次第終了) ※販売開始時刻前より整理券を配付する場合があります。

場 下表のとおり 費 1万円(1冊…500円券23枚綴り。1名1冊まで。5,000冊を販売)

[商品券が利用できるお店(商品券取扱店)]約1,200店

(取扱店にはステッカーが貼ってあります) ※店名など詳しくは、北区商店街連合会事務局までお問い合わせください。

[有効期限] 2020年3月31日

[注意事項] 商品券は、商品の購入、サービスの提供などに利用できます。また、おつりがある場合はお渡しします。ただし、ビール券などの金券類、プリペイドカード等の換金性の高いものは購入できません。

問 北区商店街連合会事務局 ☎(5390)1200 産業振興課商工係 ☎(5390)1235

販売所一覧 ※下記販売所は、変更になる可能性があります。(略号)商振組…商店街振興組合

Table with 3 columns: 商店街, 販売所, 所在地. Lists various shops and their locations across the Kita Ward.

Table with 3 columns: 商店街, 販売所, 所在地. Lists various shops and their locations across the Kita Ward.

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

北区コミュニティビジネスシンポジウム・セミナー

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」のシンポジウム・セミナーを開催します。

対 コミュニティビジネスに関心のある方、コミュニティビジネスの創業を検討している方

日 場 内 師 定 下表のとおり

申 電話、ファクスまたはEメール(記入例参照。性別、Eメールアドレスも記入)で申込 ※保育(定員あり(申込順))希望の方はお子さんの氏名、年齢、人数も記入

問 先 産業振興課経営支援係

☎(5390)1237 FAX(5390)1141 EM shien@city.kita.lg.jp

Table with 5 columns: 日程, 講座名・会場・内容, 講師, 定員(申込順), 締切. Details the schedule for the Community Business Symposium and Seminars.

北区さんかく大学「女性」であることと身体しんたいの関係 ~「女性」は美しくあるべきでしょうか? ありのままの自分らしい生き方を考えてみましょう~

「女性らしく美しくありたい」、多くの人が思うことかもしれません。でも、それは文化的、社会的な基準に無理やりあてはめてはいませんか。自分らしくそれぞれの人生を生きるために、ジェンダーの視点から女性の身体についてあらためて考えてみましょう。

対 原則、全回参加できる方

日 内 師 下表のとおり 定 40名(申込順)

申 8月21日(火)から電話、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接窓口で申込 ※保育(1歳以上未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、8月31日(金)までにお子さんの氏名・生年月日・性別をご連絡ください。結果については、9月1日(土)以降にお知らせします。

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

☎(3913)0161 FAX(3913)0081

EM danjo-c@city.kita.lg.jp

Table with 5 columns: 回数, 日程, 内容, 講師. Details the schedule for the 'Kita Sankaku University' series.

◆区民体育大会なぎなた競技

主催 北区、北区体育協会

対区内在住、在勤、在学の小学生～70歳未満の経験者 ※9月・10月の長期教室に参加すれば未経験者も可

日11月11日(日) 午前10時から

場滝野川体育館第一武道場(西ヶ原2-1-6)

費2,000円 ※経験者は稽古着、袴を着用

申電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、8月30日(木)(必着)まで

問先北区なぎなた連盟 坂井

☎・FAX(3821)8625

EMwheat@darkcyan.club.ne.jp

◆平成30年度シニアスポーツ振興事業 シニア世代のダンススポーツ体験講習会

主催 北区体育協会、東京都、東京都体育協会

対区内在住、在勤の60歳以上の社交ダンス未経験者

日9月8日～29日 毎週土曜 計4回

午後1時10分～2時45分

場元気ばらざ(志茂1-2-22)

師JDSF公認指導員

定20名(申込順)

費4,000円(前納)

申Eメール(記入例参照。メールアドレスも記入)または電話で、9月2日(日)まで

問先北区ダンススポーツ連盟 吉村

☎090(8179)8676

EMdancesports3719@yahoo.co.jp

平成30年度「体育の日」中央記念行事 「スポーツ祭り2018」区民枠の募集

後援 北区、北区教育委員会

オリンピック・パラリンピアンらと一緒に楽しむスポーツイベントを開催します。

対定 下表のとおり 日10月8日(祝) 午前9時15分～午後3時30分(8時30分受付開始) 場味の素ナショナルトレーニングセンター(西が丘3-15-1)及び周辺 申はがき(記入例参照。①～⑫の別、Tシャツサイズ(Sまたはフリーサイズ)、保護者同伴教室は保護者氏名も記入)で、8月31日(金)(必着)まで

※1通1名または1組1イベントまで

※区民枠落選の方は一般枠で再抽選を行います。当選された方のみ10月1日(月)までに参加セットが届きます。

問先〒104-8238 中央区銀座5-15-1 SP524号

スポーツ祭り2018事務局北区係(月～金曜 午前10時～午後5時)

☎0570(00)2254

Table with 4 columns: イベント・教室名, 対象, 定員(抽選), and 備考. Lists various sports activities like Asリート, アクティブ・チャイルド・プログラム, キッズ・スポーツ科学ランド, etc.

れっど☆しゃつふる 平成30年度下半期事業プログラム

後援 北区

対①～③⑤…どなたでも ④⑥…小学生 日内費下表のとおり

場①～④…赤羽岩淵中学校 ⑤赤羽体育館(志茂3-46-16) ⑥正光寺(岩淵町32-11) 定各5名(申込順) ※詳しくはホームページをご覧ください。

申8月24日(金)午前10時から電話またはEメールで申込

問先NPO法人れっど☆しゃつふる 村上 ☎080(1338)0297

HPhttp://www.red-s.net/ EMmurakami@red-s.net

Table with 4 columns: プログラム名, 日程, 費用, and 備考. Lists programs like バレエストレッチ, 詩吟, 三線, etc.

トップアスリーのまち・北区

トップアスリート直伝バレーボール教室

対区内在住、在勤、在学の小学1年生以上の方 日10月20日(土) 午前10時～正午(受付は9時30分開始) 場赤羽体育館メインアリーナ(志茂3-46-16)

師バルセロナ五輪出場 大竹秀之氏、元全日本男子キャプテン 竹内 実氏、全日本ユース女子監督 三枝大地氏

定80名程度(抽選)

申往復はがき(記入例参照。学校名・学年・バレーボールの経験有無、チーム所属の場合はチーム名も記入)で、9月21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



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。

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(木)(必着)まで ※1通につき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

Table with 4 columns: プログラム名, 日時, 対象・内容・費用, 定員(抽選). Lists activities like 伝統太極拳で護身術と健康を!, 毛筆と墨で書いてみよう!, etc.

区民の伝言板

問広報課(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102

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。

●歌おう会 童謡唱歌対中高年齢日毎月2回月曜 午後1時30分～2時30分 場赤羽北ふれあい館費1ヵ月3,000円 【PR】プロの指導者を招き、発声から学び楽しく歌いましょう

問小林☎070(5564)5806

●北区中国語さくら会 日毎週水曜 午前10時～11時30分 場滝野川文化センター費1ヵ月4,000円 【PR】「楽しく学ぶ中国語」継続的に学びたい方歓迎

問田中☎(5390)3113

●太極拳 いずみ会 日毎週木曜 午後3時20分～4時40分 場滝野川体育館費(入)1,000円、1ヵ月2,500円 【PR】心静かにゆったり運動して、体力増進・健康長寿を目指す

問齋藤☎(3917)1216

●江戸囃子 鼓太郎 和太鼓日毎月第2・4火曜 午後6時～9時 場北とびあ 費(入)3,000円1ヵ月3,000円 【PR】江戸囃子の保持育成

問小野田☎090(7808)8867

●赤羽ビデオクラブ ビデオ撮影・編集 日毎月第2・4土曜 午後1時～5時 場赤羽文化センター費(入)1,000円、1ヵ月1,000円 【PR】主婦の方も参加しています

問水野☎(3901)2583

●グループ・メール 世界の歌日本の歌なつかしい童謡 合唱日9月30日(日) 午後1時30分～3時30分 場滝野川会館 【PR】童謡誌創刊100年。童謡中心の参加型コンサート。入場無料

問菊池☎090(1031)7168

記号の見方

対象

日

日時

会場

内容

講師

定員

費用

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

9月の健康に関する事業のお知らせ(予) …予約制

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163
Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 受付時間, 結果日

※容器の事前受け取りをおすすめしています。多人数の申込は、事前にお問い合わせください。

王子健康支援センター ☎(3919)7588 FAX(3919)5163
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

赤羽健康支援センター ☎(3903)6481 FAX(3903)6486
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

滝野川健康支援センター ☎(3915)0184 FAX(3915)0171
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

健康増進センター ☎(5390)2220 FAX(5390)2233
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

9月の電話相談
Table with 2 columns: 月, 日

9月の電話相談
Table with 2 columns: 月, 日

北区医師会 医療電話相談
[時間]午後1時20分～2時50分
☎(5390)3131

オレンジカフェきたい～な(認知症カフェ)
Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 場所, 問い合わせ先

健康情報

◆平成30年度北区大腸がん検診推進事業が始まります

対象者には、7月下旬に無料で受診できるクーポン券を郵送しました。検診を希望する方は、同封のクーポン券を健康推進課に返送してください。

●北区大腸がん検診推進事業の対象年齢(平成30年4月1日現在の年齢)

Table with 2 columns: 年齢, 生年月日

[検診期間]9月7日(金)～平成31年3月27日(水) 場王子会場(北区保健所)、赤羽会場(赤羽会館)、滝野川会場

内問診・便潜血反応検査(二日法)

先健康推進課コールセンター

☎(3908)9034

問先健康推進課健康係

☎(3908)9016

◆「胃がん検診(医療機関方式)」の受付を開始しました

対50歳以上偶数年齢の方(平成30年12月31日時点) ※今年度、北区が実施する胃がん検診を受診した方は検診を受けることができません。日10月1日(月)～平成31年2月28日(木) 場区内実施医療機関

内胃内視鏡検査または胃エックス線検査(バリウム検査) ※胃内視鏡検査を受診された方は、翌年度北区胃がん検診は受診できません。申電話申込 ※はがきまたはファクス[検診名(胃がん検診「医療機関方式」)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別、電話番号を記入]での申込み可 ※申し込み後、区より受診券が届きますので、医療機関へ電話で予約し受診してください。

[医療機関への検診予約期間]9月25日(火)～平成31年2月14日(木) ※期間内でも予約満了となる場合があります。

※50歳、60歳の方には9月中旬に受診券を郵送するため、区への申込みは不要です。

先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

スポーツ

◆北運動場スポーツ教室 新河岸川庭球場「初級者・初中級者テニス教室」

対区内在住、在勤、在学の18歳以上の方(未経験者不可)

日初級クラス…10月2日～11月20日 毎週火曜 ①午前9時～11時 ②午前11時～午後1時、10月4日～11月22日 毎週木曜 ③午前11時～午後1時 初中級クラス…9月28日～11月16日 毎週金曜 ④午前9時～11時 ⑤午前11時～午後1時(ただし9月28日は④午前10時～正午 ⑤正午～午後2時) いずれも計8回 場新河岸川庭球場(岩淵町41)

師サンスクエア所属テニスコーチ

定各10名(抽選) 費8,000円 申往復はがき(記入例参照。①～⑤の別も記入)で、9月14日(金)(必着)まで

問先〒115-0043 神谷2-47-6北運動場

☎(3902)5639

◆北区体育協会スポーツ教室

●アクアビクス女性(夜の部)教室

対区内在住、在勤で18歳～70歳の女性

日9月25日～11月6日 毎週火曜 計7回 午後7時～8時 場パノラマプール十条台(中十条1-5-6) 師北区水泳連盟指導員

定40名(抽選) 費5,100円

●シニアシェイプビクス赤羽教室

対区内在住、在勤で50歳以上の方

日9月28日～11月16日 毎週金曜 計8回 ①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時 場赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16) 師永井美和子氏

定各30名(抽選)

費6,600円

=以下、共通=

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3日(月)(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 北区体育協会

☎(3940)1848

HPhttp://www.kita-city-taikyo.or.jp

9月10日～16日は自殺予防週間です ところのサインに気づいてください! ~一人で悩まないで、早めに相談しましょう!~

自殺者数は、全国的には年々減少傾向にあり、平成29年の全国自殺者数は約2万1,300人でした。一方、北区の自殺者数は、20年間の累計で1,511人。ここ数年は1年間に60人前後で推移しています。多くの場合、自殺の要因は疾患、過労、生活苦などさまざまな要因が複雑に関係し、追い込まれた末の死といわれています。しかし自殺は防ぐことができます。

す。一人で悩まず、誰かに話してみよう。問題が深刻化する前に、相談窓口を利用してみませんか。区では、9月10日の世界自殺予防デー、10日から16日までの自殺予防週間に合わせて、区内の相談機関一覧リーフレットを区内図書館などで配布します。ご活用ください。

問健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

東京都「自殺防止!キャンペーン」

【特別相談の実施】

●東京都自殺相談ダイヤル ~ところのいのちのほっとライン~

日9月17日(祝)～21日(金)(各日24時間) ☎0570(087)478

●54時間特別相談

日9月1日(土)午前0時～3日(月)午前6時 ☎0120(58)9090

●自死遺族のための電話相談

日9月22日(土)～24日(休)(午前11時～午後7時) ☎(3261)4350

●自死遺族傾聴電話

日9月11日(火)～14日(金)(午前10時～午後10時)

☎(3796)5453

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

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

健康ひとくちメモ

生活リズムを見直そう!

「早起しよう」…毎日決まった時間に起きるようにしましょう。朝7時には起き、カーテンを開けて朝の光を浴びると体内時計がリセットされます。

なものです。胃腸が刺激されることで自然なお通じの習慣にもなります。「早寝しよう」…夜は照明を暗くして寝ましょう。眠りを誘うホルモン(メラトニン)は暗くなると分泌されます。休日も平日と同じ起床・就寝時間を守るとリズムが安定します。

健康推進課

健康情報

健康増進センター(へるしあKITA)

「北区さくら体操」1日講習会

対区内在住、在勤の20歳以上の方
日 9月28日(金) 午前10時~11時30分
内 平成15年に作成された「北区さくら体操」の各動作の目的やポイントを覚えて、効果的に全身を動かしましょう。

定 30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、9月6日(木)(必着)まで
問先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター ☎(5390)2220

胃・子宮・大腸がん検診(検診機関方式)

胃がん検診のみ 子宮がん検診のみ
胃・子宮がん検診 胃・大腸がん検診
子宮・大腸がん検診 胃・子宮・大腸がん検診
※大腸がん検診単独での申込はできません。
対胃がん検診、大腸がん検診…区内在住で、35歳以上の方(昭和58年12月31日以前に生まれた方) ※前回受診からおおむね1年経過していること。

日 11月1日(木)~30日(金)(土・日曜、祝日を除く)
場 東京都予防医学協会(JR市ヶ谷駅下車5分、東京メトロ南北線市ヶ谷駅下車2分)
内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影 ※安全に検診が実施できないと判断される場合はご遠慮いただくことがあります。
大腸がん検診…問診・便潜血反応検査。
子宮頸がん検診…問診・視診・細胞診・コルポスコピー診 ※医師が必要と認めた場合は子宮体がん検診を実施します。

胃・大腸がん検診(検診車方式)

①胃がん検診のみ ②胃と大腸がん検診
※大腸がん検診単独での申込はできません。
対区内在住で、35歳以上の方(昭和58年12月31日以前に生まれた方) ※前回受診からおおむね1年経過していること。
日 場 王子会場(北区保健所)…11月2日(金)・16日(金) 赤羽会場(赤羽会館)…11月8日(木)・22日(木)
検診時間は後日通知します。
内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影(検診車) ※安全に検診が実施できない場合はご遠慮いただくことがあります。
大腸がん検診…問診・便潜血反応検査
定 ①②合計1日45名(申込順)
申 はがきまたはファクスに検診名(①②の別)、検診希望日(複数可)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別、電話番号を記入、または電話で申込
[申込期間]9月3日(月)~10月1日(月)午後5時(必着)
※検診日等は、検診日の2週間前頃に通知連絡します。
先 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

区民向け 認知症サポーター養成講座

認知症の人や家族が地域で安心して生活できるよう、地域で見守り応援する「認知症サポーター」になります。
か。受講された方には「認知症の方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。
対区内在住、在勤の方
日 9月15日(土) 午前10時~11時30分(9時30分開場)
場 滝野川会館3階303集客室(西ヶ原1-23-3)
内 認知症の特徴や認知症の方への接し方について
定 30名(申込順) 申 8月24日(金)から9月10日(月)までに電話申込
問先 新町太陽苑高齢者あんしんセンター
☎(5855)12119

北区高齢者いきいきサポーター登録説明会

対区内在住で65歳以上の方
日 9月26日(水) 午後2時30分~4時
場 北とびあ9階901会議室
内 いきいきサポーター受入施設でのボランティア時間に応じて交付金をお渡しする制度の説明後、希望者の登録申請を行います。「持ち物」介護保険被保険者証
定 40名(申込順)
申 8月21日(火)から電話申込
問先 NPO法人東京都北区市民活動推進機構(北区NPO・ボランティアあぶらざ内)(月曜、祝日、年末年始休館)
☎(5390)1771

長生きするなら北区が一番



家族介護者教室「早めに考えておきたい自分と家族の最期」在宅での看取りの実際
対区内在住、在勤の方
日 9月21日(金) 午後2時~3時30分
場 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 在宅で看取るにあたって何が必要か様々な支援について学びます。
師 赤羽在宅クリニック院長 小畑正孝氏
定 30名(申込順) 申 電話申込
問先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター(西ヶ原4-51-1)
☎(3940)9175

みんなで育児応援プロジェクト「子育て応援プロジェクト」参加者募集

対区内在住、在勤で、子育てや地域の子育てに興味・関心のある方
日 9月26日(水) 「前半」
対区内第1回:9月26日(水) 「前半」
世代間のギャップ解消!のびのび楽しい子育て!「後半」 スッキリ!みんなのお悩み解決!
第2回:10月3日(水)「ここにこ!わくわく!ふれあい遊び」計2回 いずれも午前10時~11時30分
場 北とびあ5階スペース
師 NPO法人子育て・ニッポン理事長 ぼうだあきこ氏ほか
定 20名(抽選) 申 9月12日(水)までにファクス、Eメール(記入例参照)
お孫さんがいる方はお孫さんの年齢も記入)または電話で申込

「募集案内配布場所」各児童館、育ち愛ほっと館、図書館など。北区内ホームページからもダウンロードできます。
問先 子ども未来課次世代育成係
☎(3908)9097
FAX(3908)6606
kosodate-ka@city.kita.jp



QRコード 子育て応援プロジェクト Eメール 申込フォーム

(公財)北区文化振興財団インフォメーション

Table with multiple columns listing cultural events, including opera performances, music recitals, and theater plays. Columns include event name, date, time, location, and ticket information.

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 問 問い合わせ先 先 申込先 HP ホームページ EM Eメール