

NO.1601

毎月1日・10日・20日発行

12|20

平成30年(2018)

北区ニュース

北区公式フェイスブックを開設しています!

北区内のお知らせや出来事、イベントなどを発信しています。みなさんの「いいね!」をお待ちしております。

f [アカウント名] kita.city.tokyo
HP <https://www.facebook.com/kita.city.tokyo>
問 広報課 ☎(3908)1102

第15回北区
みんなで
楽しむ

食育フェア2019

平成31年1月27日(日)

午前10時～午後4時(入場は3時30分まで)

場 赤羽会館4階

問 健康推進課健康づくり推進係

☎(3908)9068

～見て・聞いて・ふれて・味わう～

「食」に関する体験、展示が盛りだくさん!食育へのいろいろな入口を用意して皆さんをお待ちしています。

大ホール

- かしこくえらんで、じょうずに食べよう!!
・<体験>かつお節を削ってみよう
・<ゲームコーナー>バランス列車で出かけよう!
・<講座>シニアに必要な10食品群をご存じですか?
北区楽しい食の推進員会

- パステルでおいしい果物を描こう
・食卓でおなじみの果物をパステルで描き、楽しいカード(はがき大)を作ります
パステルこっこん

- カムカムカミング
・お口の健康チェック(咀嚼機能測定)
東京都北歯科医師会 東京都滝野川歯科医師会

- 家庭で役立つ食品衛生
・食中毒予防とカビについてのパネルクイズ
・食品衛生に関する相談コーナー
北区食品衛生協会 生活衛生課

- おいしく食べて健康に!
「健康づくり推進店」を活用しませんか?
・「健康づくり推進店」登録店とは
・ヘルシーメニューができるまで
・健康づくり推進店普及サポーター活動紹介
保健予防課

- 古民家の楽しい野菜作り
・野菜作りと食育をコラボした活動の紹介
・野菜展示
・北区ふるさと農家体験館の活動紹介
北区ふるさと農家体験館運営協議会

- おとなも子どもも「ぱくぱくぴかぴか」
～よく食べ、よく噛み、よくみがこう～
・ミニ講座
・プチ体験(「むし歯になりやすい飲み物は?」「ぱくぴかかかるた」)
健康推進課 王子・赤羽・滝野川健康支援センター

- Let's! えんじょいランチタイム♪
・区内46会場でやっている高齢者ふれあい食事会の様子を紹介
長寿支援課

- こどもの健康は食育から
・こどもの健康の啓発展示
・身長・体重・主食量の計測体験
こどもの健康を応援する会

- 栄養バランスごはん「勝ち飯。」
・2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けた、アスリートへの栄養サポートの紹介
・どなたでも「楽しく・おいしくできる」「勝ち飯。」実践方法の紹介
味の素株式会社



大ホール前ロビー

- バランスのいいお弁当を作る
・バランスのいいお弁当レシピの紹介
東京都立赤羽商業高等学校

- 田んぼの生き物とお米のオイシイ関係
・田んぼを取りまく循環とお米づくりのパネル展示
・簡易精米体験、お米の販売
Kids of Earth

小ホール(午前10時30分から)

- ちよっとくつろぎ交流サロン
・野菜たっぷり食彩汁・コーヒーの販売
・福島県鮫川村の物産品の販売
北区栄養グループ食彩
福島県鮫川村(まめで達者な村 鮫川村)

小ホール横ロビー

- 安全安心で食べておいしい野菜・加工品の販売
・前橋市富士見地域の安全安心な農産物・加工品などの販売と観光パンフレットの配布
伝次平倶楽部(前橋市富士見町)

集会室

- 食育おもちゃとあそぼう
・パクパクぞうさん
・食育マグネットシアター
・食リンピック(食育ゲーム)
・リデュースクッキングの紹介
東京家政大学ヒューマンライフ支援センター

- チャレンジコーナー!野菜クイズ&豆つかみ
・野菜クイズにチャレンジ!
・リズムにのって豆つかみ
・箸の持ち方トライ
・食彩の活動紹介
北区栄養グループ食彩

- 普段の食材で防災力アップ!
・「家族の栄養」や「好み」に合わせた備蓄方法の紹介
・普段の食材を使った非常時アイデアレシピの配布
健康推進課 健康増進センター

- たべもの探検隊
・食育に関するパズル
・好きな食べ物の人気投票
・食育への取り組みに関するパネル展示
生涯学習・学校地域連携課

- 片手でも調理はもっと楽しめる!
「片手でクッキング」
・「片手でクッキング」紹介パネル展示
・片手でも使えるキッチンアイテムの実物展示
・「片手でクッキング」小冊子の展示
東京ガス株式会社

食育フェア 関連事業

- ①食育講演会
味の素㈱×北区 健康づくり連携事業
元競泳日本代表選手の管理栄養士が教える!

「がんばる人のチカラになるごはん」

勝ち飯

※「勝ち飯」は味の素㈱の登録商標です。

- 対 区内在住、在勤、在学の方
- 日 2月9日(土) 午後2時～3時30分
- 場 北とぴあ13階飛鳥ホール
- 内 競泳日本代表として北京2008オリンピックに出場した経歴を持つ管理栄養士が、元アスリートの立場と経験をいかし、運動などに取り組む方に最適なメニューを紹介し、紹介します。 ※参加者全員に商品サンプルをプレゼント。手話通訳あり
- 師 管理栄養士 柴田隆一氏
- 定 200名(抽選)
- 申 往復はがき(記入例参照。参加者全員(1通2名まで)の氏名も記入)で、1月23日(水)(必着)まで



②親子クッキング教室

- 対 区内在住のお子さん(5歳～小学生)と保護者(1組3名まで。3名の場合は大人1名、子ども2名)
- 日 2月23日(土) 午前11時～午後2時
- 場 ココキタキッチンスタジオ(北区豊島5-3-13)
- 内 野菜たっぷり!手打ちうどん(材料に小麦を使用)
- 師 北区栄養グループ食彩
- 定 28名(抽選)
- 費 1名400円
- 申 往復はがき(記入例参照。親子の氏名・ふりがな、お子さんの年齢・学年も記入)で、2月6日(水)(必着)まで
=以下、①②共通=
問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係「食育フェア」担当
☎(3908)9068

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 申込先

HP ホームページ

EM Eメール

教育長が再任されました

12月5日の区議会で、清正浩靖教育長の任命が同意されました。

[清正教育長の主な経歴]

昭和31年生まれ。財政課長、政策経営部長、健康福祉部長、総務部長を歴任。平成27年12月から教育長。



◆第224回東京都都市計画審議会

日平成31年2月6日(水) 午後1時30分から
場都庁内会議室(新宿区西新宿2-8-1)
定15名(定員を超えた場合、1月23日(水)に公開抽選) **申**往復はがき(記入例参照)で、1月16日(水)(当日消印有効)まで
※個人のプライバシーに関わる案件などがあるときは、会議が一部非公開となることがあります。
問先〒163-8001(住所不要)東京都都市整備局都市計画課 ☎(5388)3225

◆スペースゆうパートナーシップ事業企画募集

対スペースゆう登録団体、男女共同参画に関する活動実績がある団体または新たに男女共同参画に関する活動をしようとする区内の団体

[募集事業]平成31年度に実施する男女共同参画に関する講座など

[事業テーマ]A…①配偶者や交際相手による暴力防止の取組み ②多様性を尊重した人権意識の啓発 ③性差を考慮した心と体の健康支援の取組み ④ワーク・ライフ・バランス推進の取組み ⑤セクハラ・パワハラ・マタハラなど防止の取組み ⑥男性に対する男女共同参画の意識啓発 ⑦家庭で育む男女共同参画の取組み

B…A以外の男女共同参画に関すること
※団体が事業の企画運営にあたり、区は会場の提供、広報協力及び費用負担(1件あたりAは7万円、Bは3万円が上限)を行います。

申電話またはEメールで連絡して説明を受けた後、申請書[スペースゆう窓口(北とぴあ5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、郵送または持参で平成31年2月1日(金)(必着)まで

問場先〒114-8503(住所不要)スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(月曜、祝日、12月25日、12月28日～1月4日、1月15日は休館) ☎(3913)0161

EMdanjo-c@city.kita.lg.jp

◆北区飛鳥山博物館非常勤学芸員の募集

[応募条件]大学または大学院で日本史(古代・中世・近世・近代のいずれか)を専門として学び、卒業または修了し、学芸員資格を有する方(いずれも見込みを含む)

[職務内容]展示・講座・子ども向け事業・学校対応事業などの企画・実施のほか資料収集・整理、調査・研究、広報活動

[募集人員]1名

[勤務場所]北区飛鳥山博物館

[勤務日数]月16日(土・日曜、祝日勤務あり)

[勤務時間]午前8時30分～午後5時15分

[雇用期間]平成31年4月1日～32年3月31日(4回まで更新制度あり)

[報酬]月額24万4,800円 ※交通費支給(上限あり)。社会保険加入

[選考方法]1次選考(書類選考)合格者に2次選考(面接)を行います。

[面接予定日]2月10日(日)

申①履歴書(専門分野、職歴を詳しく記入)、②業績目録(論文、調査実績、講座講師経験など)、③課題文[これからの地域博物館に求

日曜、平日夜間における区民事務所の転出入などの受付窓口について

日内場下表のとおり **問**赤羽区民事務所 ☎(5948)9541

	日 時	主な取扱業務
日 曜	<p>毎月1回、原則第4日曜に受付窓口を開設します。</p> <p>[開設日]平成31年1月27日、2月24日、3月24日</p> <p>[開設時間]午前9時～午後4時</p> <p>[開設場所]赤羽区民事務所</p>	<p>①転出・転入・転居の受付</p> <p>②転出入に伴う国民健康保険加入・喪失、印鑑登録申請</p> <p>③証明書交付(戸籍の証明書を除く。税証明は事前に電話予約が必要)</p> <p>④収納(納付書持参の場合のみ)</p>
平日夜間	<p>毎月1回、原則第3火曜の受付時間を延長します。</p> <p>[延長日]平成31年1月15日、2月19日</p> <p>[延長時間]午後5時～7時</p> <p>(3月・4月は繁忙期のため、通常の受付時間でもお待たせしており、夜間の受付ができません。)</p> <p>[延長場所]赤羽区民事務所</p>	<p>※日曜における③④については、午後5時までです。</p> <p>※ほかの区市町村または関係機関に確認が必要な場合などは受付できません。詳しくはお問い合わせください。</p> <p>※第2日曜は、上記の③④の業務のみ取り扱いをしています。</p>

※平成31年4月以降の日程については、改めてお知らせします。

められる活動と学芸員の役割(原稿用紙に自筆で1,200字程度)を郵送または直接窓口で、1月22日(火)(必着)まで ※持参する場合は休館日および開館時間に注意してください。応募書類は返却しません。

問先〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館非常勤学芸員採用担当(月曜休館) ☎(3916)1133

◆北区地域づくり応援団事業の募集

北区のまちづくりのための新しい担い手の裾野を広げることを目的に、NPOやボランティア団体等が主体となって行う事業に対して助成します。地域で生活する皆さんだからこそ生まれる発想や視点を活かした事業をご応募ください。

対次のすべての要件を満たすこと

[団体要件]①北区内に主たる事務所または北区での活動実績があること ②3人以上で構成されていること ③区民を対象にした公共の利益を目的とする活動を行う団体であること ④宗教活動または政治活動を目的とした団体でないこと ⑤暴力団またはその構成員の統制下にないこと

[事業要件]①北区の地域づくりを目的とした事業であること ②NPOまたはボランティア団体などが主体となって実施する事業であること ③区民福祉の向上に寄与する事業であること ④同一事業について、他の制度による助成を受けていないこと

[助成金額及び助成予定事業数]助成対象経費として認定した額で、上限額は次の2種類です。①20万円上限…10事業 ②50万円上限…6事業

※事業規模(小さな団体で、予算規模が小さいなど)にあわせた上限に満たない少額での申請も可能です。

[選定方法]①20万円上限…書類審査及び選定委員会での質疑応答 ②50万円上限…書類審査及び公開プレゼンテーション・質疑応答

申助成金交付申請書に所定の書類を添えて、直接窓口にお申し込みください。上記選定方法により、助成金交付事業を決定します。

[募集期間]平成31年1月8日(火)～2月8日(金) ※詳しくは、「北区地域づくり応援団事業募集要項」をご覧ください。要項は地域振興課(北とぴあ10階)、地域振興室、北区NPO・ボランティアぷらざ(北とぴあ4階)で配布。北区ホームページでもご覧になれます。

なお、事前相談(予約制)も受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

●事業説明会

日①1月15日(火) 午後7時から ②16日(水) 午後2時から ③16日(水) 午後7時から ※各回同一内容で1時間程度

場北とぴあ9階902会議室

内「北区地域づくり応援団事業募集要項」に沿って、事業概要や提出書類について説明します。

申電話申込 ※当日、直接会場での受付も可
=以下、共通=

問先地域振興課地域振興係北区地域づくり応援団事業募集担当(北とぴあ10階)

☎(5390)0093

◆北区教育広報紙「くおん」の有料広告を募集します

「くおん」は区内の認可保育園や区立幼稚園の全園児、区立小・中学校の全児童・生徒等に配布する広報紙です。

[広告掲載号]平成31年4月号掲載分

[規格及び発行部数]発行部数…4万4,000部 **規格**…タブロイド判4ページ二つ折り・オールカラー

[広告の規格及び掲載料]規格…縦6.0cm×横8.0cm **掲載料**…5万円

[広告掲載位置]4ページ目の最下段

[募集枠数]3枠

申申込用紙[教育政策課(滝野川分庁舎2階11番)及び広報課(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、1月18日(金)までに郵送、ファクスまたは直接窓口で申込

●掲載できない広告

公共性及び品位を損なうおそれのある広告。政治・宗教活動にかかる広告。意見広告、個人的宣伝にかかる広告。そのほか、掲載が妥当でない広告など。

●掲載の決定

内容を審査後、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成いただきます(教育政策課では、データの作成を行いません)。

先〒114-8508(住所不要)広報課広告担当 ☎(3908)1102 FAX(3905)3422

問教育政策課 ☎(3908)9279

◆王子税務署からのお知らせ

●個人の方の確定申告書作成会場の開設について

王子税務署の申告書作成会場の開設日は平成31年2月18日(月)です。開設日前は申告書作成会場がありませんので、1月30日(水)～2月15日(金)で実施する「税理士による無料申告相談」をご利用ください(主として年金受給者・給与所得者)。

●IDとパスワードを取得して自宅から確定申告できます

平成31年1月から電子申告の利用手続きがより便利になります。マイナンバーカードを利用する方式のほかに税務署でIDとパスワードを受け取れば、自宅のパソコンから電子申告ができます。詳しくは国税庁ホームページ内の「確定申告特集」をご覧ください。

●確定申告書は国税庁ホームページで作成できます

①税務署に行く手間がかかりません
国税庁ホームページ内の「確定申告書等作成コーナー」で作成した申告書はIDとパスワードを使用して、そのままデータ送信することができます。また、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

②いつでも利用可能です

確定申告期間中は、24時間いつでもご利用できます。

③自動計算機能

毎年の税制改正に対応した自動計算機能により、容易かつ正確に所得税申告書を作成することができます。※QRコードから「確定申告書等作成コーナー」を利用できます。



QRコード
確定申告書等
作成コーナー

●医療費控除を受けるための手続が変わりました

平成29年分の確定申告から、領収書の提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

※医療費の領収書は自宅で5年間保管する必要があります(税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません)。※平成29年分から31年分までは、領収書の添付または提示によることもできます。

問王子税務署 ☎(3913)6211

<広告>この欄は北区の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

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

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12面をご覧ください

平成30年度 来たKITAオリパラプロジェクト 北区オリパラ学び合いフェスタ

東京2020 オリンピック・パラリンピック競技大会、活躍するのは選手だけじゃない。あなたがちょっとできること、探してみませんか。

問先 〒114-8546(住所不要)生涯学習・学校地域連携課 ☎(3908)9323 FAX(3900)1139

日平成31年2月9日(土)・10日(日) 午前10時~午後4時 **場**赤羽会館3・4階
内東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会にむけて、区内さまざまな団体による展示・体験ブース(ブラインドサッカー等体験、遊びを通して伝え合う日本文化体験、語学&おもてなし体験など)、パフォーマンスコーナー(大道芸、日本文化紹介、ダン

スなど)、かるた体験コーナー[9日...競技かるた&点字かるた体験会、10日...小学生五色百人一首かるた大会(午前受付10時から)(午後受付1時30分から)]
申当日、直接会場へ ※特別イベントは事前申込が必要です(一部当日参加枠あり)。

トークショー

- ①トークショー・フェンシング体験教室「スポーツの魅力と2020年への夢」**
日2月9日(土) 午後1時~4時
師ロンドン五輪フェンシング銀メダリスト 千田健太氏
- ②コミュニケーションゲーム教室**
~コミュニケーション能力アップでオリンピック・パラリンピックを100倍楽しもう~
日2月10日(日) 午後1時30分~3時30分
師総合コミュニケーションゲーム研究所 東 正樹氏
=以下、①②共通=
対区内在住、在勤、在学の方
場赤羽会館4階大ホール **定**各60名(抽選)
申往復はがき(記入例参照。希望トークショーの番号、手話通訳が必要な方はその旨も記入)またはファクスで1月24日(木)(必着)まで



出張版ダイアログ・イン・ザ・ダーク

対区内在住、在勤、在学の小学1年生以上の方 **日定**下表のとおり **場**赤羽会館4階小ホール **内**完全に光を遮断した空間内で、暗闇のエキスパートである視覚障がい者のサポートを受けつつ日常動作やコミュニケーションを行う、体験型ワークショップです。

師Dialog in the Dark Japan

申はがき(記入例参照。希望コースの番号も記入)で、1月17日(木)(必着)まで ※1通で1名から4名まで申込可(参加希望者全員の氏名・年齢を記入)

日程	コース名	時間	定員(抽選)
2月9日(土)	①コース	午前10時~11時	16名
	②コース	午前11時15分~午後0時15分	16名
	③コース	午後0時30分~1時30分	8名
	④コース	午後1時45分~2時45分	8名
	⑤コース	午後3時~4時	8名
2月10日(日)	⑥コース	午前10時~11時	16名
	⑦コース	午前11時15分~午後0時15分	16名
	⑧コース	午後0時30分~1時30分	8名
	⑨コース	午後1時45分~2時45分	8名
	⑩コース	午後3時~4時	8名

※各コース集合は開始15分前

講座・講演会

◆スペースゆう男性向け講座 「家族介護は「頼り方」と「任せ方」 ~仕事を続けることこそ親孝行~

日平成31年1月23日(水) 午後7時~8時30分 **内**「仕事」と「介護」の両立に直面し、介護離職をする方が年間約10万人となっています。「介護を受ける本人の想い」を大切にしたい「仕事」と「介護」の両立についてお話しします。**師**NPO法人となりのかいご代表理事 川内 潤氏
定30名(申込順)
申12月21日(金)午前9時から電話、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接窓口で申込
問場先スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とぴあ5階)(月曜、祝日、12月25日、12月28日~1月4日、1月15日休館)
☎(3913)0161
FAX(3913)0081
EM danjo-c@city.kita.lg.jp

くらしのトラブル注意報

◆架空請求はがきに注意!

「法務省管轄支局」を名乗る所から、身に覚えのない請求はがきが届いたという相談がたくさん寄せられています。最近では、封書で送られてくることもあるようです。

主に高齢の女性宛に送られていますが、送り先が死亡していても送ってくるなど、実態を把握したうえで送っているものではありません。「訴訟」「財産差押え」などの文章で不安にさせて連絡をさせよう

という手口です。法務省には「管轄支局」という組織は存在しませんので、通知書に書かれている電話番号へ絶対に連絡しないでください。もし不審な通知書で不安を感じた場合は、消費生活センターへご相談ください。

◆買い物の苦情やトラブルは消費生活センターへご相談ください!

買い物や、サービスについての苦情やトラブル、疑問などがありましたらご相談ください。

問消費生活センター [相談日時]月~金曜(祝日、年末年始を除く)の午前9時30分から午後4時まで ☎(5390)1142

◆赤羽文化ひろば1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
文化センター利用団体による日頃の学習成果を発表するイベントです。

- ①童謡発表会**
日平成31年1月12日(土) 午後2時~4時(1時30分開場) **内**「童謡100周年」歌い継がれている曲を披露します。
[参加団体]みんなで歌おう会
- ②新春の謡曲と仕舞のつどい**
日1月26日(土) 午後1時30分~3時(1時開場) **内**能の謡曲と仕舞を新春に適した曲を交えて演じます。
[参加団体] 祉徑会(そまみちかい)
=以下、①②共通=
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

◆第102回「図書館で読書会」

日平成31年1月12日(土) 午後1時30分~3時 **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、小中高生の参加も大歓迎です。今回の課題本は、『すえっ子のルーファス』(エレナー・エステイス著 渡辺茂雄 訳)。無邪気でいちずなモファット家の4人きょうだい末っ子の男の子のお話です。
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

◆「北区ビジネスプランコンテスト」 ファイナルイベント観覧者募集

「北区ビジネスプランコンテスト」のファイナルイベントを開催します。本イベントでは、審査委員が最優秀賞・特別協賛賞を決めるほか、観覧者の皆さんの投票によって「オーディエンス賞」の受賞者を決定します。コンテスト、ファイナリスト等、詳しくはホームページをご覧ください。
日平成31年2月2日(土) 午後2時~7時
場北とぴあ13階飛鳥ホール
内ファイナリストによるビジネスプランの公開プレゼンテーション、最終審査と表彰式を行います。表彰式の後には、コンテスト参加者、観覧者、創業支援機関などを交えた交流会を開催します。
定100名(申込順) **費**交流会参加者のみ2,000円 **申**ファクス、Eメール(記入例参照。性別、Eメールアドレス、交流会に参加するかも記入)、電話またはホームページから1月25日(金)まで
問先NPO法人コミュニティビジネスサポートセンター内 北区ビジネスプランコンテスト事務局

◆第105回歩こう会(半日コース) 田端文士村を訪ねて

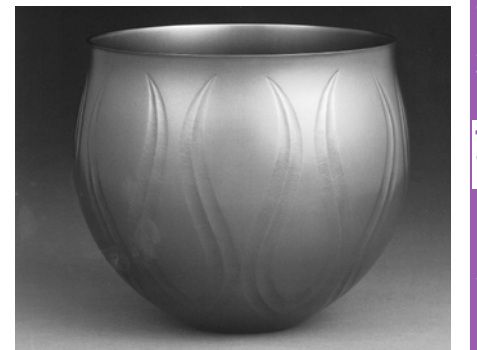
共催 北区教育委員会
対区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(未就学児及び小学生は保護者同伴)
日平成31年1月20日(日) 午前9時から(小雨決行) **場**北とぴあ前集合
[コース]北とぴあ→飛鳥山公園経由→田端文士村記念館(文士芸術家たちが歩いた道を散策)→田端駅→王子駅 ※歩行距離約5km
費大人150円、小人70円(交通費、保険料)
定60名(申込順)
申12月25日(火)からファクス、Eメール(記入例参照)または電話で申込
問先北区青少年団体連合会 山越
☎090(9100)3244
FAX(4283)6123
EM kitaku.seidanren@gmail.com

☎(3901)5460 FAX(3901)5461
EM tokyokitaku-bpc@cb-s.net
HP <https://tokyokitaku-bpc.com>
(ファイナリストの情報は平成31年1月下旬に公開予定)



◆飛鳥山アートギャラリー 「北区コレクション」展示リニューアル

北区が所蔵する美術品を無料で展示公開しています。
日12月22日(土)~平成31年6月16日(日)(12月28日~31年1月4日及び毎週月曜を除く) 午前10時~午後5時
場北区飛鳥山博物館3階「飛鳥山アートギャラリー」(王子1-1-3飛鳥山公園内)
内第1室...洋画家・大野五郎(現・岩淵町出身)による色彩豊かな風景画、女性像などの油彩画 第2室...この秋、東京都名誉都民に選定された、人間国宝で鍛金家の奥山峰石氏による金工作品を展示。映像コーナーもあり。
申当日、直接会場へ
問北区文化振興財団 ☎(6338)5711



おぼろぎんはち'99
鑲銀鉢「99」 奥山峰石

催し

◆北区飛鳥山博物館「来て、見て、さわって!昔の道具」展

小学校3年生向けの展示を一般にも公開します。冬の休日は昔の道具を楽しみませんか。
日平成31年1月5日(土)から2月28日(木)までの毎週土・日曜、祝日 午前10時~午後5時 ※平日は団体利用のない時間帯に観覧できます。詳しくはお問い合わせください。
内博物館が収集してきた資料のうち、明治・大正・昭和と北区地域に暮らしてきた人々が使用してきたさまざまな生活用具を約80点展示します。実際に手にとって感触を確かめていただけるものや実物の石臼を挽いて粉にする体験コーナーもあります。
[展示品]井戸車・長火鉢・火のし・炭火アイロン・氷冷蔵庫・ちゃぶだいや初期に製造された家電製品など
問場北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内)(月曜休館。1月14日、2月11日は開館。1月15日、2月12日は振替休館)
☎(3916)1133

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12面をご覧ください

知って安心! アタマジラミQ&A

近年、アタマジラミの相談が増えています。アタマジラミの対策には、正しい知識と情報共有が重要です。適切な対応をしないと相互にうつし続けることがあるため、集団生活の場に対する情報提供が早めの解決につながります。

Q. どんな虫ですか?

A. 成虫は体長が2~4ミリで、灰白色をしています。幼虫は1ミリ程度で大変小さい生き物です。吸血されるとアレルギー反応でかゆくなります。卵は長さ0.5ミリの白色で、髪にくっついて、なかなか取れません。ヘアキャスト(皮膚分泌物)と見間違えやすいものですが、ヘアキャストは指でつまんで引っ張ると簡単に動きます。

Q. どうして寄生されるのでしょうか?

A. 頭同士が触れ合うことや、寝具や帽子など頭に触れる物を介することで成虫がうつり、寄生されます。虫が飛び跳ねる、頭髪を手で触る、プールなど水を介することではうつりません。

Q. 不衛生にしていたからでしょうか?

A. 現代の日本では不衛生が原因であることはほとんどありません。清潔、不潔に関係なく、誰もが知らずに寄生される可能性があります。大人よりも、集団で生活する機会の多い子どもで見つかる傾向があります。

Q. 頭髪の対策はどうすればいいですか?

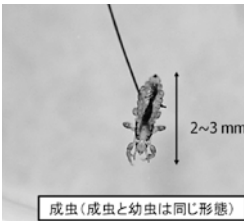
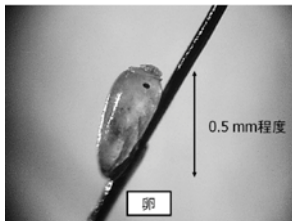
A. 卵を見つけたら、10日以上は対策が必要です。耳の後ろや頭皮まで十分にシャンプーして、泡ごと、もしくは泡を流してリンスと併用しながら、専用のすき櫛で卵を除去します。卵が少ない場合は、毛ごと一本一本はさみで切り取ります。市販の駆除剤を使用する場合は、用法用量を守り、洗髪が満足にできない子どもに対しては大人が丁寧に洗ってあげましょう。

Q. 身の回りの対処方法を教えてください

A. 帽子や枕カバー、シーツなど頭に触れる布製品は熱処理が有効です。60度以上を保ったお湯に5分以上浸すか、アイロンを使用します。熱風乾燥する場合は、熱が中心まで伝わる必要があるため注意しましょう。部屋は掃除機を丁寧にかければ問題なく、薬剤を使用する必要はありません。※保健所では専用のすき櫛を貸し出していますので、必要な場合はご相談ください。

問 北区保健所生活衛生課環境衛生担当

☎(3919)0720



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

国保

◆口座振替のおすすめ

保険料のお支払いには、便利な口座振替(自動払込)をご利用ください。引き落としは毎月末日です(休業日の場合は翌営業日です)。※口座振替依頼書(口座届出印(銀行印)が必要)で申込できます。

●ペイジー口座振替受付サービス

サービス対象金融機関のキャッシュカードがあれば、国保保険料の窓口で口座振替の申込手続きができます。詳しくはお問い合わせください。※口座名義人ご本人の来庁が必要です。

[申請に必要なもの] 保険証・サービス対象

金融機関のキャッシュカード

問 国保年金課国保保険料係

☎(3908)1137

後期高齢者医療

◆平成30年中にお支払いになった後期高齢者医療保険料額のお知らせ

①「保険料(口座振替済)のお知らせ」を12月下旬に発送します。

対 後期高齢者医療保険料を口座振替でお支払いになった方

②「保険料(特別徴収済)のお知らせ」を平

成31年1月下旬に発送します。

対 後期高齢者医療保険料を特別徴収(年金からの差し引き)でお支払いになった方

=以下、①②共通=

問 国保年金課高齢医療係

☎(3908)9069

国民年金

◆年金に関する不審電話や訪問にご注意ください

年金受給者や被保険者及び家族に対して、年金事務所職員等を装って「年金の払い過ぎがあったので、指定の銀行口座に振

り込むように。振り込まない場合、次の年金支払いを停止する。」「年金保険料の過誤払い金を返還するので、ATMで操作してください。」といった電話や訪問などの事例があり、被害も発生しています。

電話や訪問等で不審な点がありましたら、年金事務所にお問い合わせください。

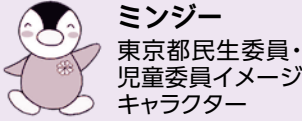
なお、年金事務所の職員や日本年金機構が業務委託している民間事業者が訪問する際は、身分証明書を携帯していますのでご確認ください。

問 北年金事務所 ☎(3905)1011

ご存知ですか?地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員、主任児童委員

問 健康福祉課健康福祉係 ☎(3908)9041



民生委員・児童委員、主任児童委員とは

民生委員・児童委員は、生活に困っている方、高齢者や障害のある方の相談・支援者として活動し、同時に児童委員として、子どもをめぐるさまざまな問題についても相談活動や環境づくりなどの役割を担っています。主任児童委員は、児童及び青少年に関する問題を専門に担当し、「虐待」「不登校」「いじめ」「非行」「ひきこもり」等の問題について各地区の児童委員や学校等関係機関と連携・協力して問題の解決を図っています。

秘密は厳守します

民生委員・児童委員には、秘密を守る義務があります。子育てのことや生活上の悩みごともお話しできます。お近くの民生委員・児童委員、主任児童委員の氏名・連絡先がわからない場合は、お問い合わせください。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、あなたと行政機関を結ぶパイプ役です。

東京の民生委員制度誕生100周年

平成30年は、東京都で前身となる救済委員制度が創設されてから100周年となります。

時代や環境は大きく変わり、民生委員・児童委員の役割も変化していますが、これからは地域福祉の担い手として地域住民に寄り添い、見守り、地域の安心を支えながら、さまざまな地域課題に取り組んでいくことが期待されています。



いつもあなたのそばに



こんなときにはご相談ください



病気で失業してしまった。生活費や医療費が...

からだが不自由だけど、大きな地震がきたら心配...

近所で子どもの泣き声が激しい。もしかして虐待かな...



子どもが不登校に。どうしよう...

高齢者向けのサービスはどこに申し込むのかしら...



14 定数管理の数値目標及び進捗状況

北区では、「北区基本計画2015」及び「北区経営改革プラン2015」の策定にあわせ、これらの計画等を着実に推進していくため、様々な行政課題の解決と行財政運営の安定化に資する人員体制を構築すべく、新たに職員定数管理計画(平成27年度～31年度)を策定しました。この職員定数管理計画は、行政需要の変化に機敏に対応できるメリハリのある職員の配置・管理とともに、平成26年度から導入した再任用フルタイム職員の活用を踏まえた適正な定数管

理の実現を大きな目的としています。なお、計画期間、数値目標については、下記のとおりですが、平成28年度に実施した保育所待機児童解消対策に伴う保育士採用により数値目標と実績値にかい離が出ています。今後見込まれる様々な行政需要の増加に対応するためにも、職員定数のより一層の適性化に努めます。

○北区における定数管理の数値目標(数)

Table with columns: 計画期間 (始期, 終期), 数値目標. 始期: 平成27年4月1日, 終期: 平成32年3月31日, 数値目標: 平成27年度から31年度の5年間で職員定数を71名削減します。

○定数管理の数値目標の年次別進捗状況(実績)の概要 (各年4月1日現在)

Table with columns: 部門, 区分, 26年度, 27年度, 28年度, 29年度, 30年度, 計, (参考)数値目標. Rows include 減員, 増員, 差引, 職員定数.

(注)1 職員定数管理計画の期間は、平成27年度～31年度での5年間で、2 増減は、各年の欄にあつては対前年の職員増減数を、計の欄にあつては計画1年目以降現年までの職員増減数の累計を示しています。

人事行政の運営等の状況について

I 北区の状況

1 職員の任免及び職員数に関する状況

(1)職員状況(平成30年4月1日現在) (単位:人)

Table with columns: 事務系, 福祉系, 一般技術系, 医療技術系, 技能系業務系, 幼稚園教諭, 指導主事, 合計. Rows for 男, 女, 合計.

(2)職員採用数(平成29年4月2日～平成30年4月1日付新規採用者数) (単位:人)

Table with columns: 事務, 福祉, 心理, 土木, 建築, 機械, 電気, 衛生監視, 栄養士, 保健師, 看護師, 幼稚園教諭, 合計. Rows for I類, II類, III類, 経験者, その他, 合計.

(3)職員退職者数(平成29年度)

Table with columns: 事由, 定年退職, 勤奨退職, 普通退職, その他(死亡等), 合計. Row for 人数.

(4)職員数の推移(各年度4月1日現在) (単位:人)

Table with columns: 年度, 21年度, 22年度, 23年度, 24年度, 25年度, 26年度, 27年度, 28年度, 29年度, 30年度. Row for 職員数.

(5)障害者雇用率(各年度6月1日現在)

Table with columns: 北区, 法定雇用率, 平成29年度, 平成30年度. Row for 法定雇用率.

2 職員の給与に関する状況

職員の給与に関する状況については「北区の給与・定数管理等について」(7面)をご覧ください。

3 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)勤務時間等 一般職員の勤務時間等については、「北区職員の勤務時間、休日、休暇等に関する条例」で定められており、おおむね下記のとおりとなっています。

Table with columns: 勤務時間, 1日の勤務時間, 1週間の勤務時間, 週休日. Rows for 本庁舎, 交代制勤務の例(区民事務所).

※区民事務所以外にも、施設の開館日、開館時間帯、職務の性質により交代制勤務を行っています。

(2)休暇等 職員には一会計年度(4月1日～翌年の3月31日)において20日の年次有給休暇が与えられています。年次有給休暇に残日数がある場合は、20日を限度に翌年度に繰り越すことができます。

○年次有給休暇の取得状況(平成29年度)

Table with columns: 平均取得日数, 幹部職員, 一般職員. Row for 平均取得日数.

(3)育児休業及び部分休業の取得状況 育児休業は、子を養育する職員の継続的な勤務を促進し、職員の福祉を推進することを目的として、3歳に満たない子を養育するための制度です。

育児短時間勤務とは、職員の小学校就学の始期に達するまでの子を養育するために、常勤職員のまま、いくつかある勤務の形態から選択し、希望する日及び時間帯に勤務することができる制度です。

部分休業は、勤務を中断することなく、育児と仕事の継続及び両立が図れるよう、小学校就学の始期に達するまでの子を養育するため、勤務時間の始め又は終わりにおいて、1日を通じて2時間の範囲内において勤務しないことができる制度です。

○育児休業及び部分休業の取得状況(平成29年度)

Table with columns: 育児休業取得者数, 育児短時間勤務取得者数, 部分休業取得者数. Rows for 男性職員, 女性職員, 合計.

※取得者数は延べ人数です。

4 職員の分限及び懲戒処分の状況

職員は、地方公務員法又は条例で定める事由による場合でなければ、本人の意に反して分限処分や懲戒処分を受けることはありません。

(1)分限処分 分限処分は、公務効率を維持することを目的として、一定の事由がある場合に、職員の意に反する不利益な身分上の変動をもたらす処分であり、その種類としては、免職、降任、休職及び降給があります。

○分限処分状況(平成29年度)

Table with columns: 免職, 降任, 休職, 降給. Row for 0人, 0人, 41人, 0人.

※休職は、病気などの心身故障によるものです。

(2)懲戒処分 懲戒処分は、職員の一定の義務違反に対する道義的責任を問うことにより、公務における規律と秩序を維持することを目的とする処分であり、その種類として、免職、停職、減給及び戒告があります。

○懲戒処分状況(平成29年度)

Table with columns: 免職, 停職, 減給, 戒告. Row for 0人, 0人, 0人, 0人.

地方公務員法の一部改正に伴い、平成17年度から、各地方公共団体における人事行政の運営等の状況を一般に公表することが義務づけられ、北区でも「東京都北区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」を制定しました。

これは、人事行政の運営等の状況を区民の皆さんにお知

5 職員のサービスの状況

職員は全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行にあたっては、全力をあげてこれに専念しなければならないこととされており、この趣旨を具体的に表現するため、服務上の制約が課されています。

Table with columns: 区分, 内容. Rows include 法令及び上司の命令に従う義務, 職務に専念する義務, 信用失墜行為の禁止, 秘密を守る義務, 政治的行為の制限, 争議行為等の禁止, 営利企業等の従事制限.

6 職員の研修及び勤務成績の評定の状況

(1)職員の研修の実施状況 ○研修実績(平成29年度)

Table with columns: 区研修, 特別区職員共同研修, 第2ブロック合同研修, 回数, 受講人数. Rows include 職層研修, 特別研修, 自治体経営研修, etc.

(2)職員の勤務評定 ○幹部職員 職務上の成果等を定期評定に反映させ、人事評価の客観性、透明性、納得性を確保するため、目標管理に基づく評価を実施しています。

○一般職員 一般職員については、年1回の定期勤務評定を実施しており、評定の結果については、昇任選考、昇給区分の決定等の参考にしています。

7 職員の福祉及び利益保護の状況

区の福利厚生事業は、法律で定めている法定事業と、事業主として実施している法定外のものに分かれます。

Table with columns: 法定, 法定外, 互助制度. Rows include 共済制度, 公務災害補償制度, 安全衛生管理, etc.

(1)東京都職員共済組合 職員やその家族が病気や負傷、出産をしたときや災害を受けたとき、短期給付(健康保険事業)を行うとともに、職員が死亡したときの残された遺族や、退職後の職員に対し、長期給付(年金支給事業)を行っています。

(2)公務災害補償制度 地方公務員災害補償法に基づき、職員が公務上や通勤途上で災害を受けた場合に、その災害によって生じた損害を補償しています。

(3)職員健康管理 労働安全衛生法に基づき、職員の健康診断、健康相談、メンタルヘルズ相談を行っています。

(4)安全管理・職場環境衛生 労働安全衛生法に基づき職員の安全と健康を確保、増進するとともに、快適な作業環境の形成を図るために、安全衛生委員会を設置し、活動を進めています。

(5)特別区職員互助組合 特別区職員の福利厚生の向上を図るため、主に「保険事業」や「ライフプラン事業」、「会員制施設事業」を行っています。

(6)北区職員互助会 職員の相互扶助、親睦及び福利厚生の向上を図るため、甲斐盾、見舞品、祝品等の給付、生活資金の貸付、文化・体育事業を行っています。

らせることによって、区政の公平性と透明性の確保を高めることを目的としています。

内容は北区の状況と東京23区が共同で設置している特別区人事委員会の状況の報告になります。

☎職員課人事係 ☎(3908)8031

II 特別区人事委員会の業務状況の報告

特別区人事委員会は、23区全体の職員の採用(各区実施分を除く)や管理職選考、給与・勤務時間その他の勤務条件に関する報告及び勧告などを行っています。

1 職員の競争試験及び選考の状況

(1)採用試験等 平成29年度における採用試験等については、以下のとおり実施しました。

①受験資格等

Table with columns: 採用区分, 職種(試験・選考区分), 国籍要件, 年齢, 資格・免許, その他. Rows include 事務, 土木造園, 建築, 福祉, 衛生監視, 保健師, etc.

注1: 身体障害者を対象とする採用選考の略

②実施状況 (単位:人)

Table with columns: 採用区分, 職種, 29年度, 28年度, 比較増減, 29年度, 28年度, 比較増減, 29年度, 28年度, 比較増減. Rows include 事務, 土木造園, 建築, etc.

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12面をご覧ください

北区の給与・定数管理等について

北区の一般職員の給与は、23区共同で設置している特別区人事委員会が、毎年、民間事業所の給与の実態などを調査して行う勧告を受け、区議会の審議を経て、条例で決定されます。

これらの職員の給与・定数管理等について、区民の皆さんに知っていただき、区政に対して一層のご理解をいただけるよう、そのあらましをお知らせします。

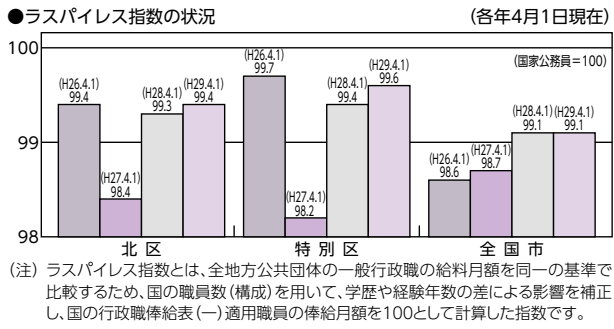
1 人件費の状況(平成29年度普通会計決算)

Table showing personnel costs: 住基本台帳人口(348,030人), 歳出額(A) 138,539,799千円, 実質収支 4,594,494千円, 人件費(B) 23,727,158千円, 人件費率(B/A) 17.1%, 28年度の人事費率(16.8%)

2 職員給与費の状況(平成29年度普通会計決算)

Table showing salary costs: 職員数(A) 2,453人(247人), 給料 9,083,556千円, 職員手当 3,272,288千円, 期末・勤勉手当 4,159,701千円, 計(B) 16,515,545千円, 一人当たり給与費(B)/A 6,733千円

3 北区と他団体との給与水準の比較



給与と定数の状況

Table showing salary and headcount trends: ①月例給, ②特別給. Includes columns for salary ratios, differences, and annual headcount trends.

4 給与制度の総合的見直しの実施状況について

①月例給 [実施] 未実施 [給料表の改定実施時期] 平成27年4月1日 [内容] 行政職給料表(-)給料表について、国の見直し内容を踏まえ、平均1.8%引き下げ。

5 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況

Table comparing general administrative and technical staff: 一般行政職, 技能労務職. Columns include average age, average salary, and average total salary.

●幼稚園教育職

Table for kindergarten staff: 区分, 平均年齢, 職員数, 平均給料月額, 平均給与月額(A), 平均給与月額(国ベース)

Table for comparison: 民間類似職種 vs 公務員. Columns: 区分, 平均年齢, 平均給与月額(B), A/B, 公務員(C), 民間(D), C/D

- 7 幼稚園教育職(東京都)のデータは、小中学校教育職のものです。
8 地域手当の状況
9 昇給への人事評価の活用状況
10 職員手当の状況
11 特別職の報酬等の状況
12 部門別職員数の状況と主な増減理由
13 年齢別職員構成の状況

6 職員の初任給の状況

Table showing starting salaries: 区分, 北区, 東京都, 国. Includes columns for general administrative and technical staff.

7 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

Table showing average salaries by experience and education: 区分, 経験年数10年, 経験年数15年, 経験年数20年. Includes columns for general administrative and technical staff.

8 一般行政職の級別職員数及び給料表の状況

Table showing staff counts and pay scales: 区分, 標準的な職務内容, 職員数, 構成比, 1号給の給料月額, 最高号給の給料月額

9 昇給への人事評価の活用状況

Table showing promotion evaluation: 平成29年4月2日から平成30年4月1日までに活用している運用. Includes columns for management and general staff.

10 職員手当の状況

Table showing allowances: ●期末手当・勤勉手当. Includes columns for average allowance and headcount.

●退職手当

Table showing severance pay: 区分, 勤続年数, 普通, 勤奨・定年, 自己都合, 応募認定・定年

●地域手当

Table showing regional allowances: 支給実績(29年度決算), 支給職員一人当たり平均支給年額(29年度決算), 支給対象地域, 支給率

●退職手当(平成30年4月1日現在)

Table showing severance pay statistics: 区分, 退職年数, 普通, 勤奨・定年, 自己都合, 応募認定・定年

(注) 退職手当の1人当たり平均支給額は、29年度に退職した職員に支給された平均額です。

Table showing total salary payments: ●特別勤務手当 (平成30年4月1日現在). 支給実績(29年度決算) 27,016千円, 支給職員一人当たり平均支給年額(29年度決算) 107,206円, 職員全体に占める手当支給職員割合(29年度) 10.3%

Table showing specific allowances: 手当の名称, 主な支給対象職員, 主な支給対象業務, 左記職員に対する支給単価. Includes items like family allowance, construction site allowance, etc.

Table showing overtime pay: ●時間外勤務手当. 平成29年度決算 支給実績 627,694千円, 職員一人当たり平均支給年額 255,888円

Table showing other allowances: ●その他の手当 (平成30年4月1日現在). Includes family allowance, child care allowance, housing allowance, etc.

Table showing special staff remuneration: 11 特別職の報酬等の状況 (平成30年4月1日現在). Includes columns for position, salary, and allowance.

Table showing departmental staff changes: 12 部門別職員数の状況と主な増減理由 (各年4月1日現在). Includes columns for department, headcount, and reasons for change.

Table showing age distribution: 13 年齢別職員構成の状況 (平成30年4月1日現在). Includes columns for age group and headcount.

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 申込先 HP ホームページ EM メール



ブックスタートフォローアップ事業 「赤ちゃんと一緒にオペラ」

対0歳児と保護者
日平成31年1月22日(火) 午前10時50分～11時40分
場北とびあ14階カナリアホール
内生のピアノ演奏とソプラノ歌手の歌声で童謡なども楽しめます。
定40組(抽選。区内在住の方優先)
申往復はがき(記入例参照。お子さんの名前・月齢も記入)で、1月8日(火)(必着)まで
[企画・運営]北区図書館活動区民の会
問先 〒114-0033 十条台1-2-5 北区立中央図書館事業係
☎(5993)1125

滝野川体育館スポーツ教室

①親子リズム&ダンス教室
対区内在住の2歳～3歳の幼児と保護者(2名1組) **日**平成31年2月5日～26日 毎週火曜 計4回 午前11時～正午
内親子で一緒にリズムに合わせてダンスしましょう
定15組(抽選) **費**1,200円
②幼児・小学生体操教室(V期)
対区内在住、在園の4歳～6歳の幼児及び小学生 **日**1月29日～3月19日 毎週火曜 計8回 幼児…午後3時50分～4時40分 小学生…午後4時50分～5時40分
[種目]マット、跳び箱ほか
師(株)総合体育研究所指導員
定幼児・小学生各100名(抽選)
 =以下、①②共通=
費800円(初回集金)
申往復はがき(記入例参照。生年月日・性別・園名・学校名・学年も記入)で、1月7日(月)(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

卒乳準備講座

後援 北区
対区内在住の卒乳を考えている母親(子ども同伴可) **日**平成31年2月7日(木) 午前10時～11時30分(9時30分受付開始)
場赤羽会館3階第1和室 **内**母乳育児の卒業に向けての時期と方法について
師助産師 **定**30名(抽選)
費540円 **申**往復はがき(記入例参照。お子さんの生年月日、聞きたいことも記入)で、1月15日(火)(必着)まで
先〒114-0021 岸町1-6-19-401 助産院SANBAさんば「卒乳準備講座」
問東京都助産師会北地区分会 中野 **☎**090(1674)4274

プレーパークで新春遊び初め!

●桐ヶ丘中央公園(桐ヶ丘2-7)
日平成31年1月6日(日)
 ●中央公園拡張部(十条台1-2-5)
 ※中央図書館横
日1月7日(月)・14日(祝)・20日(日)・21日(月)
 =以下、共通=
[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
申当日、直接会場へ
問北区で子どもの遊ぶ場をつくる会
 ※詳しくはホームページをご覧ください。
☎090(1767)9094
HP<https://kita-asobo.jimdofree.com/>
 子ども未来課次世代育成係
☎(3908)9097



講座・講演会

◆消費者講座「スマホの魅力と危険性」

対区内在住、在勤、在学の方 **日**平成31年1月30日(水) 午後2時～3時30分 **場**北とびあ14階カナリアホール **内**便利で魅力的なスマートフォンでどんなことができるのか、一方でトラブルや危険を防ぐための知識と心構えをお伝えします。 **師**ECネットワーク理事 原田由里氏 **定**40名(抽選)
申往復はがき(記入例参照。手話通訳が必要な場合はその旨も記入)で、1月16日(水)(必着)まで
問先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「スマホ講座」係
☎(5390)1240 **FAX**(5390)1143

◆犬の飼い主講座「犬のしつけ方教室」一犬も家族の一員、生涯にわたる愛情と責任を

対区内在住の方 ※犬の同伴不可
日平成31年1月26日(土) 午後1時～3時30分 **内**犬の歴史や習性の講義と日頃の犬との接し方、基本的なしつけの方法をモデル犬を使って解説します。
師元環境省動物適正飼養講習会講師 藤井 聡氏 **定**40名(申込順)
申12月21日(金)午前9時から電話申込
問場先 北区保健所生活衛生課生活衛生係(東十条2-7-3) **☎**(3919)0431
 ※車でのご来所はご遠慮ください

◆中央公園文化センター特別講座「第24回きたくせんたー寄席～柳家喬の字・春雨や風子～」

日平成31年2月24日(日) 午後1時30分～3時30分
内柳家喬の字氏(9月真打昇進)、春雨や風子氏の落語4席
定50名(抽選)
費大人800円、子ども(小中高生)500円
申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、2月8日(金)(必着)まで
 ※未就学児不可
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

◆赤羽文化センター区民講座「イスに座ってできる!「シニアヨガ」で日常生活に運動を取り入れよう」

対区内在住、在勤、在学のおおむね65歳以上の方で、継続的にヨガを続けてみたい方
日平成31年1月27日～3月10日(2月17日を除く) 毎週日曜 計6回 午前10時30分～正午
内イスに座ってゆっくり体を動かしながら、ヨガの呼吸法や心身の健康について参加者同士で楽しく学びます。
師シニアヨガ普及担当講師 伊藤典子氏、杉島小百合氏
定25名(抽選)
費60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、1月17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 **FAX**(3906)3915

滝野川文化センター 「学びスタートday～学習体験会～」 参加者募集

対日 内 定 費 下表のとおり **申**はがき、ファクス(記入例参照。希望プログラムの番号と名称も記入)、または直接窓口で、1月16日(水)(必着)まで ※1通1プログラム
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

No.	プログラム名・対象	日時	内容・費用	定員(抽選)
1	お箏を楽しく体験(生田流)	平成31年1月25日(金) 午後7時～8時30分	箏の弾き方を学び簡単な曲を演奏する。	15名
2	料理作りを楽しみ、味わおう 対 男性	1月26日(土) 午前9時～正午	調理実習 費 700円程度(材料費)	8名
3	水彩画の楽しさを体験しよう	1月26日(土) 午前9時30分～11時30分	デッサンから水彩着色までの体験	10名
4	油絵の基礎・静物のデッサンを体験しよう	1月26日(土) 午後1時30分～3時	静物デッサンの体験	10名
5	茶道の雰囲気を感じたい 内 裏千家・お客の体験	1月30日(水) 午前10時30分～11時30分	裏千家茶道のお客の体験 費 500円(教材費)	10名
6	静物画のデッサンから着色まで(水彩画)	2月2日(土) 午後2時～4時	静物のスケッチ及び水彩着色の技法体験	20名
7	銀粘土でアクセサリー作り	2月6日(水) 午前10時～正午	銀粘土でペンダントヘッドまたはリングの制作 費 2,500円(教材費)	10名
8	生け花を体験しましょう	2月6日(水) 午前10時30分～正午	季節の生け花体験 費 1,080円(教材費)	5名

◆滝野川文化センター講座

①区民講座「鉄ちゃんで行く!都電さんぽ」
対区内在住、在勤、在学の小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴 **日**内 下表のとおり **師**國學院大學講師 黒川徳男氏 **定**20名(抽選) **費**700円程度(都電乗車料・保険料) **申**往復はがき(記入例参照)で、平成31年1月12日(土)(必着)まで

回	日程(計2回)	テーマ・内容
1	1月26日(土)	座学…都電の基礎知識 [時間] 午後1時30分～3時30分
2	1月27日(日)	フィールドワーク…貸切で都電に乗りながら、車両や沿線地域について学びます [時間] 午後0時30分～2時30分 ※都電「三ノ輪橋」集合・「大塚駅前」解散(予定)

②特別講座「お豆腐屋さん直伝!～旬の素材を使ってオリジナルがんもどきをつくろう!～」

日2月3日(日) 午後2時～4時
内お豆腐の種類と材料のお話、がんもどきの作り方、調理と試食
師旬さとみや豆腐店代表 田村匡充氏
定20名(抽選) **費**2,000円(材料費・保険料を含む) **申**はがき、ファクス(記入例参照)、または直接窓口で、1月24日(木)(必着)まで

=以下、①②共通=
問場先 〒114-8534(住所不要)滝野川文化センター(月曜、祝日休館)
☎(5394)1230 **FAX**(5394)1231

◆NPO法人専門講座「ボランティア活動時の責任について考える」

ボランティア・市民活動を行う中で思わぬ事故・事件に遭遇することがないとは言いきれません。ボランティアとして責任ある活動を進められるよう、日頃から事故・事件の防止について考えてみませんか。
対NPO法人をはじめ、市民活動団体に所属している方やボランティア活動をしている方、関心のある方 **日**①平成31年1月30日(水) ②2月7日(木) いずれも午後7時～9時
場①北とびあ9階902会議室 ②北とびあ9階901会議室 **内**①ボランティア活動中に問われる法的責任について、過去の事例を基に学び、事故を防止するための手段を考えます。②個人情報について正しい知識を得て、ボランティア活動時の個人情報の取り扱いについて再確認します。
師①弁護士 堀 創平氏 ②認定NPO法人イーパーツ 会田和弘氏
定各30名(申込順) ※1回のみ受講も可
申1月5日(土)から開催日前日までにファクス、Eメール(記入例参照。①②の別、所属団体がある場合は団体名も記入)または電話で申込
問先 北区NPO・ボランティアぷらざ **☎**(5390)1771 **FAX**(5390)1778 **EM**plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp



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**申込先 **HP**ホームページ **EM**Eメール



楽しく遊んでエコを学ぼう！
～省エネ道場の開催～

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

①第7回省エネ道場
日 平成31年1月27日(日) 午後1時～3時…ソーラーカー作り、かるた遊び
②第8回省エネ道場
日 2月24日(日) 午後1時～3時…エネルギーが姿を変えるとき…省エネ道場生表彰式

=以下、①②共通=
対 区内在住、在学の小学生 定 30名(申込順) 場 赤羽区民事務所会議室(赤羽1-1-38) 申 Eメール、ファクスまたは郵送(記入例参照。①②の別、学校名・学年・クラス・メールアドレスも記入)で、12月25日(火)から1月17日(木)(必着)まで ※Eメールの件名は「省エネ道場申込み」としてください。
問 先 ☎114-8508(住所不要)環境課環境政策係
☎(3908)8603 FAX(3906)8474
EMkankyouseisaku@city.kita.lg.jp

親子ふれあいサロン
「リズムに合わせて親子で体操」

対 区内在住、在勤の保護者と未就学児(1歳～3歳)(2名1組) 日 平成31年1月21日(月) 午前10時～正午 場 赤羽スポーツの森公園競技場内ふれあいホール
内 幼児体操指導員による親子体操(跳び箱・鉄棒なども使用) 師(株)幼少児体操振興会 飯田博貴氏ほか 定 20組程度(抽選)
費 1組1,500円
申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名・ふりがな、お子さんの年齢も記入)で、1月8日(火)(必着)まで
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

ひとり親家庭のお子さんの手当

対 区内に住所があり、下表の受給要件にあてはまる児童を養育している方
※手当の支給は原則として申請の翌月分からです。児童育成手当は申請者の所得制限が、児童扶養手当は申請者及び同居の親族の所得制限があります。詳しくはお問い合わせください。

対 子ども未来課子育て給付係(区役所第一庁舎2階6番)
☎(3908)9096

手当	受給要件	月額	手続きに必要なもの
児童育成手当(育成手当)(都の制度)	18歳に達した日以後の最初の3月末日までの児童で次の①～⑨のいずれかの状態にある児童を養育する場合 ※児童扶養手当のみ、児童が中度以上の障害がある場合は20歳未満まで対象	1人あたり1万3,500円	・印鑑(朱肉で押すもの) ・請求者の預金口座(都内に本支店を有する金融機関のもの)のわかるもの ・請求者及び児童の戸籍全部事項証明書(謄本)(発行日から1カ月以内のもの) ※ほかに提出書類が必要な場合があります。
児童扶養手当(国の制度)	① 父母が離婚した児童(親権の有無は問わない) ② 父または母が死亡した児童 ③ 父または母が生死不明である児童 ④ 父または母が重度の障害を有する児童 ⑤ 父または母に引き続き一年以上遺棄されている児童 ⑥ 父または母が裁判所からの配偶者暴力によるDV保護命令を受けた児童 ⑦ 父または母が引き続き一年以上拘禁されている児童 ⑧ 母が婚姻によらないで懐胎した児童(父の扶養がある場合を除く) ⑨ 母が児童を懐胎した当時の事情が不明な児童(棄児等)	[1人目] 全部支給…4万2,500円 一部支給…所得に応じて4万2,490円～1万30円 [2人目] 全部支給…1万40円加算 一部支給…所得に応じて1万30円～5,020円加算 [3人目以降] 全部支給…6,020円加算 一部支給…所得に応じて1人あたり6,010円～3,010円加算	

子どものためのおはなし会



図書館	日 程	電話番号
中央	1月の毎週土曜 午前11時	(5993)1125
	1月5日(土)・19日(土) 午後2時30分	
滝野川	1月11日(金) 午前11時	(3910)9092
	1月18日(金) 午後3時30分	
浮間	1月の毎週火曜 午前11時	(3965)6531
	1月の毎週金曜(4日は休館日) 午後3時30分	
昭和町	1月16日(水) 午後3時30分	(3893)5418
赤羽北	1月10日(木) 午後3時30分	(3907)6412
	1月25日(金) 午前11時	
上十条	1月9日(水) 午後3時50分	(3905)3533
東田端	1月18日(金) 午後3時30分	(3810)4341
滝野川西	1月16日(水) 午後3時30分	(3576)8800
豊島	1月17日(木) 午前10時	(3927)3421
東十条	1月11日(金)・18日(金) 午前10時30分	(5390)6680
	1月25日(金) 午後3時50分	

●赤ちゃんのためのおはなし会

中央	1月14日(祝)・28日(月)	午前11時	(5993)1125
	1月26日(土)	午前10時	
滝野川	1月18日(金)	午前11時	(3910)9092
赤羽	1月9日(水)	午前10時30分	(3901)1992
昭和町	1月8日(火)	午前11時	(3893)5418
田端	1月11日(金)・25日(金)	午前11時	(3828)5569
上十条	1月9日(水)	午前11時	(3905)3533
東田端	1月11日(金)	午前11時	(3810)4341
神谷	1月10日(木)	午前11時	(5249)1200
滝野川西	1月22日(火)	午前11時	(3576)8800
豊島	1月17日(木)	午前10時40分	(3927)3421
東十条	1月の毎週水曜	午前11時	(5390)6680

●小学生のためのおはなし会

中央	1月12日(土)・19日(土)	午後3時	(5993)1125
----	-----------------	------	------------

●紙芝居

中央	1月26日(土)	午後2時30分	(5993)1125
----	----------	---------	------------

●新春子ども会

分室	1月20日(日)	午前10時50分	(3912)8566
東十条	1月10日(木)	午前10時	(5390)6680

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歳のお子さんを育てている方(受講が初めての方のみ)

日 場 問 先 右表のとおり

[進行役]児童館・子どもセンター職員

定 各14名(申込順)

申 申込用紙(プログラムを実施する児童館・子どもセンターにあります。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、実施児童館・子どもセンターへ持参またはファクス申込 ※詳しくは各児童館・子どもセンターにお問い合わせください。

※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。

実施場所(申込先)		日程(いずれも計6回) [時間]午前10時～正午
児童館名(所在地)	TEL・FAX番号	
西ヶ原子どもセンター(西ヶ原1-41-3)	(3949)1481	平成31年1月15日～2月26日(2月19日を除く) 毎週火曜
赤羽児童館(赤羽南1-16-1-101)	(3901)1208	1月22日～2月26日 毎週火曜
東十条東児童館(東十条3-10-1)	(3912)3078	1月22日～3月5日(2月19日を除く) 毎週火曜
八幡山子どもセンター(中十条4-15-7)	(3905)0713	1月28日～3月11日(2月11日を除く) 毎週月曜
滝野川東児童館(滝野川1-46-7)	(3910)0886	2月1日～3月8日 毎週金曜

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

Eメール

◆バレーボール教室

プロ指導者から学ぶバレーボール
～基礎練習から応用練習～

①バレーボールママさん9人制
対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の女性
日 平成31年1月9日(水) 午後7時～9時

②バレーボール小学生
対 区内在住、在学の小学生 日 1月16日(水) 午後4時45分～6時30分

③バレーボール中学生
対 区内在住、在学の中学生 日 1月16日(水) 午後6時45分～8時45分

=以下、①～③共通=
師 元FC東京バレーボール選手 高橋寛記氏
定 ①40名②35名③35名 費 1,000円
申 12月20日(木)から電話申込
問 場先 赤羽体育館(志茂3-46-16)
☎(3901)3144

◆赤羽体育館「ダイエット講座」

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方
日 ①火曜日コース…平成31年1月15日～2月5日 計4回 午前10時30分～11時30分
②木曜日コース…1月17日～2月7日 計4回 午後7時15分～8時15分

内 スポーツクラブルネサンス監修のダイエット講座で正しい栄養・運動の知識や理論を学び実践しましょう。師 ルネサンススタッフ
定 ①②各4名(抽選) 費 各3,500円
申 往復はがき(記入例参照)で、1月8日(火)(当日消印有効)まで
問 場先 〒115-0042 志茂3-46-16 赤羽体育館 ☎(3901)3140

◆平成30年度ジュニア育成地域推進事業 北区ジュニアバドミントン選手権大会

主催 北区体育協会、東京都、東京都体育協会
対 区内在住、在学または北区バドミントン協会登録者(小・中学生) 日 平成31年2月11日(祝) 午前9時から
場 赤羽体育館(志茂3-46-16)
[種目]小学生シングルス(男女別)…1部(5・6年生)・2部(4年生以下)、中学生ダブルス(男女別)…1部(3年生以下)、2部(1年生)
※重複出場不可 費 シングルス1名500円、ダブルス1組1,000円(いずれも傷害保険料を含む)
申 郵送[(記入例参照。申込責任者の電話番号、種目、全員の住所・氏名・性別・生年月日・学年、北区バドミントン協会登録の有無(有の場合は登録番号)も記入)で、参加費振込領収書のコピーを同封し、1月23日(水)(必着)まで
[振込先]りそな銀行王子支店(普)1755847

●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。
問 広報課 ☎(3908)1102

●中庸塾剣道教室 対 6歳以上の方 日 毎週火・土曜 午後7時～9時 場 王子第5小学校 費 1ヵ月1,000円 [PR] 剣道を通じて明るく、楽しく!大人の方も募集中です
問 渡邊 ☎(3908)1005

●太極拳 錦会 日 毎月第1・2・4火曜 午後1時30分～3時 場 赤羽文化センター 費 1ヵ月2,500円 [PR] 見学自由。初心者歓迎
問 松本 ☎090(3615)1532

●話し方ずらん会 対 18歳以上の方 日 毎月第2・4土曜 午前9時40分～正午 場 赤羽文化センター 費 1ヵ月2,000円(テキスト代8回1,000円 [PR] あがらないスピーチ力と傾聴力を高めます
問 鈴木 ☎090(8109)8302

北区観光ボランティアガイド養成講座

区の魅力を案内する観光ボランティアガイドになりませんか。区内の史跡や文化財、自然などの見どころを学び、観光ボランティアガイドとして歩み出すための講座を実施します。
対 養成講座に全日程参加でき、受講後、観光ボランティアガイドとして日中区内で活動できる方
日 内 師 下表のとおり 定 15名程度(抽選) 申 郵便(はがき可)、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、平成31年1月10日(木)(必着)まで
問 場 先 〒114-8503(住所不要)産業振興課観光振興担当(北とびあ11階)
☎(5390)1234
EM sangyoshinko2@city.kita.lg.jp

回	日程	時間・場所	内容	講師
第1回	1月31日(木)	午前10時～午後3時 産業振興課(北とびあ11階)	オリエンテーション、観光ボランティアガイドの役割、ガイドコースの概要紹介、区の歴史・文化財等の解説	観光振興担当副参事 飛鳥山博物館学芸員
第2回	2月7日(木)	午前10時～午後4時 産業振興課(北とびあ11階)	ガイドの心得について、王子エリアの紹介	観光ボランティアガイド
第3回	2月14日(木)	午前10時～午後4時 産業振興課(北とびあ11階) ※講座中に王子周辺を歩きます	ガイド体験・グループワーク(王子①)	
第4回	2月21日(木)	午前10時～午後4時 産業振興課(北とびあ11階) ※講座中に王子周辺を歩きます	ガイド実習(王子①)	
第5回	2月28日(木)	午前10時～午後4時 産業振興課(北とびあ11階) ※講座中に王子周辺を歩きます	ガイド体験・グループワーク(王子②)	観光ボランティアガイド 産業振興課職員
第6回	3月7日(木)	午前10時～午後3時 産業振興課(北とびあ11階) ※講座中に王子周辺を歩きます	ガイド実習(王子②)、閉講式	

北区バドミントン協会 ※詳しくはホームページをご覧ください。
問 先 〒114-0002 王子4-26-4-1103 北区バドミントン協会 渡邊
☎090(4723)6627
HP <http://tokyo-kitaku-badminton.net/>

◆北区体育協会会長旗 ママさんバレーボール大会

主催 北区体育協会
対 区内在住で構成するママさんチーム及びバレーボール連盟登録チーム 日 平成31年3月2日(土) 場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6) 費 1チーム5,000円(代表者会議時に集金) 申 1月12日(土)までに電話申込 ※抽選会及び代表者会議を2月2日(土)に滝野川体育館で開催します。
先 バレーボール連盟 副理事長 辻本 ☎080(5426)6014
問 バレーボール連盟 理事長 光永 ☎(5994)1881

◆区民体育大会スローエアロビック大会&フライト選手権大会

主催 北区、北区体育協会
対 区内在住、在勤の50歳以上の方 ※未経験者歓迎
日 平成31年1月27日(日) 午前10時から
場 赤羽体育館サブアリーナ(志茂3-46-16)

●アミーゴ 硬式テニス 対 経験者 日 毎週月曜 正午～午後4時 場 桐ヶ丘体育館テニスコートほか 費 1ヵ月2,000円 [PR] 楽しくテニスのゲームができます
問 本沢 ☎090(5783)3577

●ソユーズイングリッシュクラス 英会話 日 毎月3回火曜 午前10時～正午 場 滝野川会館 費(入)2,000円、1ヵ月6,000円 [PR] 楽しく英会話にチャレンジしてみませんか。初心者歓迎
問 島林 ☎(3905)3323

●混声合唱団SAKURA 日 毎月4回木曜夜間または日曜午後 場 スペースゆうほか 費 1ヵ月6,000円 [PR] 明るく楽しい合唱団。オペラも歌も初心者大歓迎です
問 宮崎 ☎(3949)5171

●健康麻雀 絆 対 初級者以上 日 毎月第1・3月曜 午前9時～午後4時 場 志茂ふれあい館 費(入)1,000円、1ヵ月300円 [PR] 和気あいあいと楽しい健康麻雀をしています。女性も歓迎
問 杉田 ☎(3902)7579

16) 内 心地良い運動をしながら健康寿命を延ばす事を目的としたスローエアロビックの大会です。定 50名程度(抽選) ※定員に空きがある場合は当日会場受付可
申 1月20日(日)までに電話またはEメール(記入例参照)で申込 ※詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。
問 先 北区エアロビック連盟 相原 ☎080(6678)5506
EM kita_aerobic@yahoo.co.jp
HP [http://kita-aerobic.blog.jp//](http://kita-aerobic.blog.jp/)

講座・講演会

◆再就職へ 一歩踏み出すためのセミナー(研修・インターンシップ)

対 区内在住の結婚・育児・介護等で離職し、再就職を希望する女性
日 内 平成31年1月21日(月)・22日(火)…「ワタシの働くチカラ倍増計画」再就職に向けた心構えを養い、グループワークでご自身の強みを再発見します。
24日(木)・25日(金)…「パソコン演習・履歴書と職務経歴書の書き方」
28日(月)…「振り返り・面接練習とカウンセリング」 計5回 いずれも午前10時～午後1時 ※インターンシップは、研修後に随時個別に実施します。
場 (株)パソナ北区就労支援センター(赤羽2-

16-4セキネビル6階)
定 12名(申込順) ※保育希望[6名(申込順。3カ月以上の未就学児)]の方はお子さんの氏名・生年月日をご連絡ください。
申 12月20日(木)からEメールまたは電話で申込
問 先 [委託事業者](株)パソナ北区就労支援センター ☎(6903)8517
EM kitajo@pasona.co.jp
問 産業振興課産業振興係
☎(5390)1234

◆就職支援セミナー「わが子の就活」

対 高校生・大学生・短大生・専門学校生、就活中のお子さんのいる家族及び関心のある方 日 平成31年1月18日(金) 午後7時～9時(6時30分受付開始)
場 北とびあ9階901会議室 内 劇的に変わった就職環境と採用の裏側。就活の実態と親だからできるサポート法を考えます。
師 (株)HRP代表取締役 澤本和重氏
定 30名程度(申込順) 申 ファクス、Eメール、郵送(記入例参照)または電話で、1月15日(火)(必着)まで
問 先 〒114-8503(住所不要)産業振興課産業振興係
☎(5390)1234 FAX(5390)1141
EM kitaku-job@city.kita.lg.jp

●太極拳「ほうおう会」 日 毎月第2・3・4金曜 午前10時10分～11時30分 場 桐ヶ丘体育館 費 1ヵ月3,000円 [PR] なごやかな雰囲気の中、基礎から丁寧に指導。体験者歓迎
問 林 ☎(5970)1645

●コール・マーガレット コーラス 日 毎月第1・3木曜 午後2時～3時30分 場 滝野川文化センター 費(入)500円、1ヵ月2,000円 [PR] 先生の指導により楽しく歌います 問 中村 ☎(3917)9048

●吟詠愛好会 1ヵ月無料体験 日 毎月第2・3火曜 午前9時30分～正午 場 志茂ふれあい館 費(入)1,000円、1ヵ月3,100円 [PR] 腹式呼吸で発声しストレス解消。短歌俳句漢詩を吟ずる
問 小林 ☎(3902)8247

●カラオケサークル杏 日 毎週木曜 午前9時15分～正午 場 赤羽文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月4,000円 [PR] プロの先生が楽しく指導。歌が生きがいの方はぜひどうぞ 問 山口 ☎(3912)5835

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12面をご覧ください

1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

※相談・予約は各健康支援センターへお問い合わせください。

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

※健康度測定は、運動できる服装(更衣室あり)と室内用運動靴・水をお持ちください。

1月の電話相談
Table with 2 columns: 月, 日

北区医師会 医療電話相談
☎(5390)3131

オレンジカフェきたい～な(認知症カフェ)
※地域で認知症への理解を広め、支え合いを進める場です。

Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 場所, 問い合わせ先

健康情報

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

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)

子宮がん検診…区内在住の20歳以上の女性(平成10年12月31日以前に生まれた方)

胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影
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

胃がん検診…70名 大腸がん検診…95名 子宮がん検診…120名(いずれも申込順)

健康増進課コールセンター ☎(3908)9034

胃・大腸がん検診(検診車方式)
胃がん検診のみ 胃と大腸がん検診

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)

王子会場(北区保健所)…平成31年3月8日(金)・22日(金) 赤羽会場(赤羽会館)…3月7日(木)・14日(木)

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。

健康増進課コールセンター ☎(3908)9034

健康増進課コールセンター ☎(3908)9016 FAX(3905)6500

歯周病検診・口腔機能維持向上健診

区内在住の40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳・77歳・79歳・80歳・81歳の方

平成31年1月31日(木)まで(医療機関の休診日は除く)

健康推進課コールセンター ☎(3908)9034

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」

区内在住、在勤、在学の方
平成31年1月20日(日) 午前10時～11時30分

健康増進センター(へるしあKITA) 高血圧予防教室

区内在住、在勤で30歳以上の方
平成31年2月2日(土)・9日(土) 計2回 午前10時～11時45分

健康増進センター ☎(5390)2220

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」

区内在住、在勤、在学の18歳以上の方(未経験者不可)

初級クラス…平成31年2月5日～3月26日 毎週火曜

健康増進センター ☎(3902)5639

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)

申込方法

問い合わせ先

HP

ホームページ

EM

メール



長生きするなら北區が一番

滝野川体育館スポーツ教室

中高年健康体操教室

対区内在住、在勤の65歳以上の医師から運動制限されていない方
 平成31年2月5日～26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 20名(抽選)
費用 600円
問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-1 滝野川体育館
 ☎(3940) 1801

北區高齢者いきいきサポーター 制度交付金の申請

対いきいきサポーター制度登録者で、介護保険料の未納・滞納がなく、平成30年1月1日～12月31日の期間に集めたスタンプが10個以上の方
 平成31年1月16日(水)～2月28日(木) 火・金曜：午前10時～午後5時(2月12日(火)を除く) 土、日曜：午前10時～午後3時(2月17日(日)を除く)
 ※申請受付期間以外は申請不可
 ※事前に電話申込(必須) ※申請時の持参書類等、詳しくはお問い合わせください。交付金申請書等は、12月中にご自宅に郵送します。

問先 NPO法人東京都北区市民活動推進機構(北区NPO・ボランティアプラザ内)(北とびあ4階)(月曜、祝日、年末年始休館)
 ☎(5390) 1771

介護予防で元気はつらつサロン

田端、中里、上中里一丁目、西ヶ原1丁目在住の65歳以上で医師から運動制限されていない方
 平成31年1月11日(金) 午後1時30分～3時
場 田端ふれあい館第1ホール(田端3-16-2) 内 転倒予防の体操など
師 介護予防運動指導員 定30名(申込順)「持ち物」動きやすい服と靴
申 12月24日(休)午前10時から電話申込
問先 滝野川はくちよう高齢者あんしんセンター
 ☎(3822) 6080

介護予防講演会 「あなたが主役」 仲間と笑顔で長寿の秘訣

北區オリジナル手ぬぐいプレゼント
 対区内在住の方
 平成31年1月15日(火) 午後2時～3時40分(1時40分開場)
場 赤羽会館1階講堂 内 認知機能の低下を防ぐ、仲間と取り組む体操の効果と効用について、北區近所体操を体験しながら楽しく学びます。地域のつながりをつくる調整役「生活支援コーディネーター」の活動発表、介護予防自主グループの紹介も行います。
 ※手話通訳あり「持ち物」筆記用具
師 東京都健康長寿医療センター研究所 大淵修一氏ほか 定500名(先着順) 申当日、直接会場へ
申 長寿支援課
 ☎(3908) 9017
 FAX(3908) 9257



大淵 修一氏

健康増進センター (へるしあKITA)

ウォーキング&ストレッチ

対区内在住、在勤で65歳以上の方
 平成31年1月22日(火)・29日(火) 計2回 午後2時～3時30分 内 効果を上げる姿勢や動作のポイント、動きを良くするストレッチなど 定30名
 (抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、1月8日(火)(必着)まで
問先 〒114-0002 王子5-2-1-5 健康増進センター
 ☎(5390) 2220

認知症について知ろう ～区民向け北區認知症サポーター養成講座～

認知症サポーターは、「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症の人や家族が地域で安心して生活できるように、地域で見守る「応援者」です。まずは、認知症について理解することから始めてみませんか。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。
 対区内在住、在勤の方 平成31年1月16日(水) 午前10時～11時30分
場 赤羽会館4階小ホール 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(先着順) 申当日、直接会場へ
問先 赤羽高齢者あんしんセンター
 ☎(3903) 4167

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)

往復はがきの返信用の表面には申し込み方の住所・氏名を記入

※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

北區体育協会スポーツ教室

対日場師定費右表のとおり

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、平成31年1月9日(水)(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-taiyo.or.jp>

教室名	対象	日程	時間	場所	講師	定員(抽選)	費用
シニアシェパード王子教室	区内在住、在勤で50歳以上の方	平成31年1月28日～3月25日(3月11日を除く) 毎週月曜 計8回	①午後1時40分～2時40分 ②午後3時～4時	北とびあ多目的ルーム	永井美和子氏	各30名	各6,600円
初心者のためのヨガ教室	区内在住、在勤で18歳以上の方	1月28日～3月25日(2月18日、3月18日を除く) 毎週月曜 計7回	①午後6時35分～7時45分 ②午後7時50分～9時	赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16)	狩野道子氏	各25名	各5,800円
チューブエクサ&ストレッチ教室	区内在住、在勤で18歳以上の方	1月30日～3月13日 毎週水曜 計7回	午後1時20分～2時40分	赤羽体育館エクササイズスタジオ	永井美和子氏	30名	6,550円(チューブ代含む)
アクアピクス女性教室(午前の部)	区内在住、在勤で18歳～70歳の女性	1月31日～3月14日 毎週木曜 計7回	午前9時30分～10時30分	パノラマプール十条台(中十条1-5-6)	上屋敷昌子氏	40名	5,100円

(公財)北區文化振興財団インフォメーション 記号の見方 ④=託児サービスあり ①⑥=数字はその年齢以上からご入場いただける表示です ⑤=車イス席あり 主=主催 共=共催

<h3>第31回きたくなるまち区民寄席</h3> <p>2019年4月7日(日) 午後2時開演 北とびあ さくらホール 2019年1月10日(木)発売</p> <p>個性豊かな作家たちが贈る、毎年恒例の区民寄席! 第29回北とびあ若手落語家競演大会大賞の柳亭市弥も登場!</p> <p>全席指定 1階席 2階席 一般 3,600円 2,600円 U-25★ 1,800円 1,300円</p>	<h3>ほくとびあ亭7000円落語 ～3目の回～</h3> <p>2019年3月2日(土) 午後1時開演 北とびあ15階 ペガサスホール</p> <p>演目: 夢の酒</p> <p>2019年1月12日(土)発売 全席自由1,000円 カンフェティ(0120-240-540)でも取扱い</p>	<h3>加藤登紀子コンサート</h3> <p>花はどこへ行った</p> <p>2019年3月16日(土) 午後5時開演 北とびあ さくらホール 発売中</p> <p>Pコード: 133-238 歌手として半世紀以上に渡り輝き続ける「おとぎさん」とパラライカの騎手・北川翔。ロシアにルーツを持つ二人がめぐり逢う、プレミアム・ステージ。</p> <p>全席指定 2,200円 1,000円 区民割引※ 2,800円 1,500円 一般(当日) 3,000円 2,000円</p>	<h3>明和電機 Presents. 完結間近 ヒゲ博士とナンセンス★マシーンin北區</h3> <p>2019年2月23日(土) 午後2時開演 北とびあ つつじホール</p> <p>ゆかいなマシーンが次々に登場! 親子で楽しめるメカニカルミュージカル!</p> <p>超ヘンテコ&びっくり! キテレツな発明家・ヒゲ博士が作った、世にも不思議な楽器やおもしろマシーンが次々に登場するミュージカル! (推奨年齢3歳以上)</p> <p>全席指定 大人 2,200円 1,000円 子ども(小学生) 1,500円 区民割引※ 3,000円 2,000円</p>	<h3>パイプオルガン演奏会</h3> <p>北とびあ1階 区民プラザ ※どなたでもご覧いただけます 無料・当日会場へ ※演奏者は変更する場合がございます</p> <p>12月23日(日) 午後3時開演 2019年1月27日(日) 午後0時30分開演</p> <p>【出演】中田恵子(オルガン)、菅谷公博(バロン) 【曲目】1. パーリン: ホワイイトクリスマス ほか</p> <p>【出演】田上麻里 【曲目】J.S.バッハ: [主よ人の望みの喜びよ] ほか</p>
<h3>モーツァルティアーナ!</h3> <p>～モーツァルト263歳の誕生日に贈る としておきのコンサート～</p> <p>2019年1月27日(日) 午後2時30分開演 北とびあ さくらホール</p> <p>演奏に使う楽器は全てモーツァルト時代(レプリカ含む)のもの!</p> <p>【演奏】小倉貴久子(フォルテピアノ)、モーツァルト・パーサー・オーケストラ(コンサートマスター若松夏美) 【曲目】モーツァルト: ピアノ協奏曲第23番 K.488、トルコ行進曲、ピアノと管楽器のための五重奏曲 変ホ長調 K.452より 第1楽章 ほか</p> <p>発売中 区民割引※ S席 2,500円 A席 2,000円 全席指定 一般 S席 3,000円 A席 2,500円 Pコード: 126-439 U-25★ S席 2,000円 A席 1,500円</p>	<h3>だいすけお兄さんの世界迷作劇場2018-19</h3> <p>2019年4月21日(日) 北とびあ さくらホール</p> <p>①午後0時30分開演 ②午後3時30分開演</p> <p>全国の子どもたち、お母さんたちから圧倒的支持を得る横山だいすけによる、ちやめ不思議で、はちゃめちゃに楽しいミュージカル! 来場者数10万人を突破!</p> <p>全席指定 発売中 Pコード: 640-937 区民割引※ 3,150円(当日3,600円) 一般 3,500円(当日4,000円) ※1歳からチケットが必要です。</p>	<h3>よしもとお笑いまつりin北とびあ ～ひなまつりスペシャル～</h3> <p>2019年3月3日(日) 午後7時開演 北とびあ さくらホール</p> <p>人気芸人が北とびあへやってくる! 【出演】中川家、タカアンドトシ、銀シャリ、横澤夏子、ゆりやんレトリィバァ、相席スタート、おばたのお兄さん [4歳以下は保護者の膝上鑑賞無料] 2019年1月12日(土)発売 全席指定 区民割引※ 3,150円(当日3,600円) 一般 3,500円(当日4,000円) チケットよしもとお(0570-550-100)でも取扱い</p>	<h3>北區民混声合唱団によるうたの広場</h3> <p>～昭和歌謡ヒットパレード～</p> <p>2019年2月24日(日) 午後2時開演 北とびあ つつじホール</p> <p>【出演】北區民混声合唱団 【指揮】名島啓太 【ピアノ】若井智宏 【曲目】津軽海峡冬景色、雨の慕情、北の宿から、ブルーライトヨコハマ、時の流れに身をまかせ、また逢う日まで ほか</p> <p>全席自由 区民割引※ 900円 発売中 一般 1,000円</p>	