

NO.1405
毎月1日・10日・20日発行

5 | 20

平成25年(2013)

北区ニュース

北区飛鳥山博物館スポット展示
北区の文化財紹介―滝野川の古文書たち―
日5月18日(土)～6月23日(日) 午前10時～午後5時 場同館特別展示室(王子1-1-3)
内滝野川村に残る古文書を紹介しながら、古文書の見方なども説明します。
問北区飛鳥山博物館事業係(月曜休館)
☎(3916)1133

6月22日(土)～30日(日)

2013 北区

男女共同参画週間

平成11年6月23日に施行された男女共同参画社会基本法を記念して、その法の目的や基本理念を深く理解していただくために、国は「男女共同参画週間」を設けています。区でも「男女共同参画週間」を設け、地域スタッフ*企画によるさまざまな催しを行います。ぜひ、ご参加ください。*地域スタッフ:区と協働して男女共同参画を推進する、区民を中心とした皆さんです。

私らしく!～自分の力を信じて～

講演会



みんな、『困ってるひと』～誰もが生きやすい社会を～

日6月29日(土) 午後1時30分～3時(1時開場)

内ビルマ(ミャンマー)難民の支援活動に奔走する大学院生から一転、原因不明の難病を発症した大野更紗さん。七転八倒の闘病生活や作家・研究者として日々思うことをお話しします。*手話通訳あり 師作家 大野更紗氏



ポプラ社刊

映画&監督トーク 『エンディングノート』

日6月30日(日) 午後1時30分～4時(1時開場)

内ガンの宣告を受けて“エンディングノート”を残す父の姿を、実の娘が監督として撮影したドキュメンタリー。監督トークでは映画製作にかけた思いを語ります。師映画監督 砂田麻美氏



エンディングノート

©2011「エンディングノート」製作委員会

=以下、共通=

場北とびあ6階プラネタリウムホール 定各120名(先着順) *保育あり(1歳以上の未就学児)。定員(先着順)あり 申電話、ファクスまたはEメール(記入例参照。講演会で手話通訳が必要な方はその旨を記入)で、5月21日(火)午前9時から申込

*保育、手話通訳の必要な方は6月20日(木)までに申込。詳しくはお問い合わせください。

問先男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5・6階)(月曜、祝日休館)

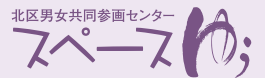
☎(3913)0161 FAX(3913)0081 EM danjo-c@city.kita.lg.jp

展示「登録団体の紹介」ほか

日6月22日(土)～7月7日(日) 場北とびあ6階ギャラリー遊 内「スペースゆう」で日頃活動している団体の紹介をします。パネル展示「なるほどジェンダー」もご覧ください。

平成18年に北区男女共同参画条例を制定しました

北区は誰にとっても、性別にとらわれず、自分らしく生きられる街を目指しています。この条例と「北区男女共同参画行動計画アゼリアプラン」に基づき、男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5・6階)を拠点として、さまざまな施策を行い、暮らしやすい地域づくりを進めています。



「スペースゆう」では、次のようなことを行っています。

- 男女共同参画に関する各種講座
- DV・生き方などに関する相談
- 区民の交流支援
- 女性の自立サポート
- 関連資料の閲覧・貸し出しサービス
- 男女共同参画推進を目指す団体への、活動場所の提供

ほかにも、無料で、さまざまな展示が楽しめる「ギャラリー遊」、お茶を飲みながらくつろげる喫茶コーナーなどもあります。ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。

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

お問い合わせ

先

申込先

HP

ホームページ

EM

Eメール

お知らせ

◆「北区民意識・意向調査」にご協力ください

この調査は、「北区基本計画2010」の改定に向けて、区民の皆さんの意識や要望、生活実態などを把握することを目的としています。

20歳以上の区民の方の中から、2,000人を無作為抽出の方法で選出し、調査対象となった方には調査票を6月3日(月)以降に郵送でお送りします。

6月28日(金)が回答期限となります。同封の封筒でご返送くださいますよう、調査へのご協力をお願いします。

なお、本調査は区の委託した調査機関が実施しています。

問企画課

☎(3908)1104

◆都市計画道路事業が認可されました「北区画街路第3号線」

【事業施行期間】平成25年4月12日～32年3月31日 【事業地】赤羽西1丁目及び赤羽西4丁目各地内

問【関係図書縦覧場所】工事課土木計画係(区役所第一庁舎3階22番)

☎(3908)9252

◆「人権擁護委員」をご存じですか?

毎年6月1日は「人権擁護委員の日」です。

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、日頃から区民の皆さんの人権が侵害されることがないように見守る一方、人権啓発のためのさまざまな活動を行っています。

人権擁護委員の活動を知っていただくため、特設人権相談を行います。また、区では日常生活上の人権問題でお困りの方の相談(予約制)を受け付けています。なお、人権擁護委員の自宅などでも電話相談を受け付けています。

●特設相談

日6月3日(月) 午後1時～4時

場区役所第一庁舎1階正面ロビー

●区民相談室

日毎月第4火曜 午後1時～4時 場広報課区民相談室(区役所第一庁舎3階2番)

●人権擁護委員

下表のとおり

氏名	住所	電話
太田 淑江	中里1丁目在住	(3822)4982
乙川 博士	上十条3丁目在住	(5993)6070
海藤由紀夫	滝野川7丁目在住	(3940)0628
北尾 雅迪	堀船3丁目在住	(3914)2356
島村 幸雄	十条仲原1丁目在住	(3907)6071
菅野 利彦	浮間2丁目在住	(3343)6901
鈴木 範子	西ヶ原4丁目在住	(3503)1771
関 晴美	赤羽西4丁目在住	(3900)8221
高橋 信子	赤羽西4丁目在住	(3909)7214
照井 史生	北区豊島7丁目在住	(3239)1697
道本周作	西が丘1丁目在住	(3234)5900

=以下、共通=

問広報課区民相談室

☎(3908)1101

◆事業とくらしの無料相談会

主催 北区法曹会、東京司法書士会北・荒川支部、東京税理士会王子支部、東京都社会保険労務士会北支部、東京都北区中小企業診断士会、東京都行政書士会北支部、東京都不動産鑑定士協会、東京土地家屋調査士会北支部、東京都建築士事務所協会北支部、弁護士法人東京パブリック法律事務所

共催 北区

日6月1日(土) 午後1時～4時

場北とびあ地下1階展示ホール

内法律、税金、不動産、登記、会社経営、労働、行政手続等の身近な諸問題に専門家が無料でお答えします。

申5月20日(月)から31日(金)までに電話予約(午前10時～午後4時(土・日曜を除く))

問先東京パブリック法律事務所

☎(5979)2920

西ヶ原2丁目不発弾処理(立ち入り制限のお願い)

6月4日(火)に不発弾の処理を行います

午前10時…防災無線で処理開始のお知らせ後、飛鳥の小径、滝野川公園の立ち入りを制限します(JR上中里駅は処理着手前の最終列車後に立ち入りを制限)。

午前11時(予定)…立ち入り制限完了を確認後、不発弾を爆破処理します。

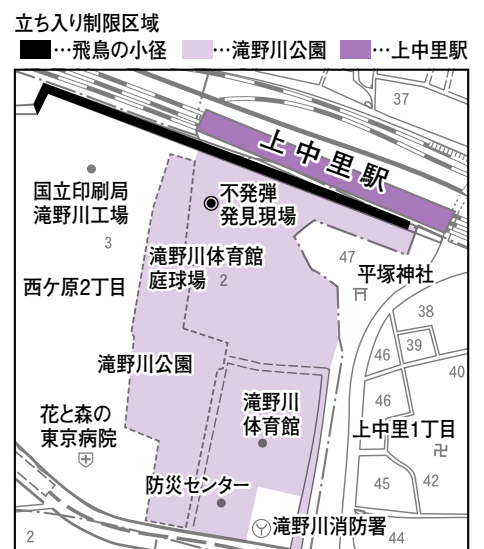
午後2時(予定)…防災無線で処理完了のお知らせ後、立ち入り制限を解除します。

処理にあたっては万全の対策をとります。皆様のご理解・ご協力をお願いします。

なお、滝野川体育館は午前9時～午後6時、テニスコートは午前6時～午後6時の利用を休止します。

問不発弾処理コールセンター

☎(3908)1184



北区アンバサダー

倍賞千恵子氏が
旭日小綬章を受章



政府は、4月29日付で、平成25年春の叙勲受章者を発表し、北区アンバサダーの倍賞千恵子氏が旭日小綬章を受章されました。

旭日小綬章は、社会のさまざまな分野における功績の内容に着目し、顕著な功績を挙げた者を表彰する場合に授与するものです。

問 広報課 ☎(3908)1102

◆甘楽町ちいじがき蕎麦の里
「蕎麦づくり入門」オーナー募集

「ちいじがき」とは群馬県甘楽町秋畑那須地区の人々が築いた段々畑の石垣のことで、標高700mとおいしい蕎麦の実のなる条件のそろった秋畑那須の美しい段々畑で、蕎麦づくりフルコースに参加しませんか。畑の広さは約1アール(100㎡)です。

内 8月の種まきから9月の土寄せ、10月の花祭り、11月の収穫、12月の蕎麦打ち体験まで地元の蕎麦づくり名人が責任を持って

お手伝いします。費 1口10,000円(蕎麦粉2kg、じゃがいも(北あかり)5kgの土産付き) 申 費用を郵便局の郵便振替用紙で振込してください。

郵便振替番号…00570-9-5377 加入者名…甘楽町那須ちいじがき蕎麦の里 [締切]7月31日(水) ※パンフレットは、地域振興課(北とびあ10階)、各地域振興室にあります。

問 甘楽町役場振興課「ちいじがき蕎麦の里」係 ☎0274(74)3131(内線412)

6月は土砂災害防止月間です

梅雨の季節は、長雨や豪雨により地盤がゆるみ、がけ崩れが起こりやすくなります。気象情報には十分注意してください。

●こんながけ・擁壁が危険です

- ①雨水がしみ込みやすく、がけ崩れの対策がなされていない急傾斜地
 - ②亀裂がある、膨らんで(傾いて)いる擁壁
 - ③水抜き穴がない、あってもふさがっている擁壁
 - ④大谷石や雑石積などの擁壁
- このようながけ・擁壁は放置せず早く安全な擁壁に改善してください。

●簡単な応急措置

がけの斜面や擁壁の上部から雨水がしみこまないようにシートなどで覆いましょう。

問 建築課構造設備係 ☎(3908)9176

がけ・擁壁は、地震のときにも崩れることがあります。尊い人命、財産を守るために、日頃からがけや擁壁の状態に注意し、維持管理に努めてください。

●がけ・擁壁の改善工事費の一部助成

住宅地を形成するがけ・擁壁の改善工事を行う方に経費の一部を助成しています。助成を受けるには一定の要件・条件があり、契約前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

対 危険ながけ・擁壁の所有者、占有者(個人・法人を問いません)。ただし、不動産の売買、賃貸を業とする方は除きます。

[助成対象] 道路に接した高さ1.5m以上のがけ・擁壁 [助成金額] 工事費の3分の1(1万円未満は切り捨て。上限400万円)

問 建築課建築防災担当 ☎(3908)1240

東京都議会議員選挙 投票日6月23日(日) 午前7時～午後8時

投票日当日の時間帯によっては、投票する方が多く、投票まで時間がかかる場合があります。皆様のご理解・ご協力をお願いします。

北区で投票できる方

平成5年6月24日までに生まれた日本国民で、平成25年3月13日までに北区に住民登録をし、引き続き北区に住んでいる方

最近住所を移した方

①北区に転入した方

平成25年3月14日以降に北区に転入届を出した方は、北区の選挙人名簿に登録されないため、北区で投票することはできません。ただし、都内の他区市町村から北区に転入した方で、前住所地の選挙人名簿に登録されている方は、前住所地の投票所で投票することができます。その場合は、北区長が発行する選挙用住民票(無料)を前住所地の投票所へ必ずお持ちください。

②北区から転出した方

北区の選挙人名簿に登録されている方で、平成25年2月23日以降に都内の他区市町村に転出し(転出は1回に限ります)、新住所地の選挙人名簿に登録されていない方は、北区で投票することができます。この場合は、新住所地の区市町村長が発行する選挙用住民票(無料)を必ずお持ちください。

※都外に転出した方及び2回以上都内の他区市町村に転出をした方は投票できません。

(表1) 選挙用住民票の発行場所

発行場所	期間	時間
王子区民事務所 (区役所第二庁舎1階)	6月21日(金) (土曜、祝日を除く)まで	平日:午前8時30分～午後8時 日曜:午前9時～午後5時
	6月22日(土)	午前8時30分～午後8時
	6月23日(日)	午前7時～午後8時
赤羽区民事務所 (赤羽1-67-62)	6月21日(金) (土曜、祝日を除く)まで	平日:午前8時30分～午後8時 日曜:午前9時～午後5時
滝野川区民事務所 (西ヶ原1-23-3) 区民事務所分室	6月21日(金)までの 平日(祝日を除く)	午前8時30分～午後5時

選挙のお知らせ(投票所入場整理券)

6月14日(金)頃発送予定

「選挙のお知らせ」は、1つの封書に世帯の人数分をまとめて入れてお送りします。投票へ行く際はご自分のお知らせをお持ちください。

※「選挙のお知らせ」が届かない場合や紛失した場合でも北区の選挙人名簿に登録されていれば投票できます。投票所で係員にその旨お申し出ください。

※視力に障害のある方には、「選挙のお知らせ」であることを表示した点字シールを貼って送付します。ご希望の方はご連絡ください。

投票日当日の流れ

投票用紙(オレンジ色)を受け取り、候補者名を記入して投票箱へ投函します。

期日前投票所

仕事やレジャーなどで投票日に投票できない方は、区内に5カ所ある期日前投票所(表2のとおり)をご利用ください。

期日前投票時間 午前8時30分～午後8時

※会場により開設期間が異なります。

※投票日の直前は投票する方が多く、お待たせする場合があります。皆様のご理解・ご協力をお願いします。

(表2) 期日前投票所

会場	開設期間	駐車場
区役所第四庁舎3階第一研修室 (王子本町1-4-11)	6月15日(土)～22日(土)	○
赤羽会館1階ロビー (赤羽南1-13-1)	6月15日(土)～22日(土)	○
滝野川会館2階ホワイト (西ヶ原1-23-3)	6月15日(土)～22日(土)	○
赤羽北区民センター2階活動室 (赤羽北2-25-8-201)	6月20日(木)～22日(土)	×
田端文士村記念館1階多目的 ホール(田端6-1-2)	6月20日(木)～22日(土)	×

当日投票所の変更

施設工事完了のため、第39投票所は下記のとおり変更になりますので、ご注意ください。

投票所変更

【第39投票所】
旧赤羽台東小学校体育館だった方
・赤羽台1丁目1・2・6～9番
・赤羽台3丁目(全域)
・赤羽台4丁目1・2・16番
にお住まいの方

今回の投票所は
八幡小学校体育館に
(赤羽台3-18-5)
に変更になります。

特別な事由による投票方法

滞在地での不在者投票

選挙期間中に仕事などで区外に滞在中の方は、北区から投票用紙を取り寄せて、滞在先の選挙管理委員会の不在者投票場所で不在者投票ができます。なお、請求から投票までに数日を要するため、お早めにお問い合わせください。

指定施設における不在者投票

病院や老人ホームなどに入院・入所している方の施設が不在者投票の指定施設になっている場合は、施設内で投票することができます。病院や施設の事務担当者にご確認ください。

郵便による不在者投票

身体に重度の障害のある方が、あらかじめ選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付を受けて郵送で投票できる制度です。表3の基準に該当し、郵便投票を希望する方は、お早めに申請手続きをしてください。

なお、「郵便等投票証明書」をすでにお持ちの方には、投票用紙の請求書をお送りします。投票用紙の請求期限は投票日の4日前までです。

(表3) 郵便投票の基準

障害・要介護を証明するもの		障害等の等級
介護保険の被保険者証		要介護5
身体障害者 手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級または3級
	免疫・肝臓	1級から3級
戦傷病者 手帳	両下肢・体幹	特別項症から第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓	特別項症から第3項症

選挙公報

候補者の政見などを記載した選挙公報は、6月18日(火)から各戸配布する予定です。また東京都選挙管理委員会のホームページ(<http://www.senkyo.metro.tokyo.jp>)でもご覧になれます。

なお、期間内に届かなかった場合は、☎(3915)1937(選挙公報配布委託業者(株)読売IS)までご連絡ください。配達員がお届けします。

【受付時間】午前9時～午後7時

また、選挙公報は区役所や各駅の広報スタンドにも備置きをします。

開票

滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)で、即日開票します。

6月23日(日) 午後9時開始

※駐車スペースに限りがあるため、車での来場はご遠慮ください。

※投票日当日は北区ホームページで時間ごとの投票状況や開票状況をお知らせします。

催し

◆男女共同参画センター「スペースゆう」講座

“みんなちがって、みんないい” 金子みすゞ伝記映画「みすゞ」上映とお話し会
日6月15日(土) 午後1時30分～4時 師 青山学院大学非常勤講師 西山千恵子氏
定40名(先着順) ※保育あり(1歳以上の未就学児)。定員あり 甲電話、ファクスまたはEメール(記入例参照。保育希望の方は、お子さんの氏名・年齢・性別も記入)で、5月21日(火)午前9時から申込
問場先男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5・6階)(月曜、祝日休館)
☎(3913)0161 FAX(3913)0081
EM danjo-c@city.kita.lg.jp

◆区内施設の見学会

対区内在住、在勤、在学の20歳以上の方
日6月20日(木) 午前9時30分～午後3時20分(予定) [見学施設]健康増進センター→紙の博物館→東京プリントメディア(株)
内紙の総合博物館として古今東西の資料が保存されている紙の博物館では、手すき

でオリジナルのはがきを作ります。[交通手段]マイクロバス 定20名(抽選) 甲往復はがき(記入例参照。全員(1通で3名まで)の住所・氏名・年齢・性別・電話番号も記入)で、6月11日(火)(必着)まで ※昼食・飲み物は各自用意して、動きやすい服装でお越しください。
問先 〒114-8508(住所不要)広報課区民相談室
☎(3908)1101

◆中央図書館バリアフリー映画会「アイ・ラブ・ピース」

日6月16日(日) 午後2時～4時 場同館3階ホール(十条台1-2-5) 内「見る」、「聞く」ことのご不便な方が楽しめる映画会です。[上映映画]「アイ・ラブ・ピース」 出演…忍足亜希子、三船美佳、山本 圭ほか [あらすじ]聴覚障害者で義肢装具士を目指す女性が、戦争の傷跡が残るアフガニスタンで片足を失った少女と知り合い、義足作りに奮闘する。 [上映方法]①映画音声のほか、視覚障害者用音声ガイドを、同時に流します。※2種類の音声は会場内の皆さんに聞こえます。②聴覚障害者用日本語字幕を表示します。 [企画・運営]北区図書館活動区民の会 定50名(抽選。障害(ご不

便)のある方優先) 甲電話またはファクス(ファクス用申込書は図書館にあります(北区ホームページからもダウンロードできます))で、6月4日(火)(必着)まで ※会場には手話通訳者がいます。 ※日常付き添いを必要としている方は、付添人1人のみ入場できます。
問先 中央図書館事業係
☎(5993)1125 FAX(5993)1044

お知らせ

◆北区ふるさと農家体験館の活動メンバー募集

年中行事や工作教室、古民家のガイドなどを行うメンバーの募集をします。
対区内在住、在勤、在学中の年中行事や昔の暮らしについて知っている方または興味のある方 甲所定の申込書(体験館及び北区

◆行政書士会無料相談会

後援 北区
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6月4日(火) 午後1時30分～4時
場区役所第一庁舎1階ロビー
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

生活環境の向上を目指して～町会・自治会へ加入しましょう!!～

町会・自治会とは
町会・自治会は、各地域内に住む皆さんによって自主的に組織された団体です。防犯や防災などの地域活動を通じて、安全で安心して暮らせるまちづくりをすすめています。
区内には180の町会・自治会があります(4月1日現在)。
主な活動
○震災・火災などの災害に備えての防災訓練や防災用具の整備、自主防災組織の育成
○安全で安心な暮らしのために、パトロールなどの防犯活動
○清潔でごみの無いまちづくりのための美化清掃活動
○古紙の集団回収やびん缶回収などのリサイクル活動
○暮らしやすいまちづくりを目指し、子どもの健全育成活動やおとしよりや障害のある方への支援活動
○地域の親睦を図るための地域まつり、盆踊りなどの親睦活動
○全国交通安全運動への参加など交通事故防止の活動
○町内の連絡や区のお知らせなど、回覧板や掲示板などの広報活動
○行政機関との連絡調整
区との連携
町会・自治会は、区からの委託を受けて事業を行うとともに、区の助成を受けてさまざまな地域活動を行っています。また、防犯・防災活動についても区と協力して、安全・安心なまちづくりに取り組んでいます。
○「ふるさと北区 区民まつり」の開催
○区からのチラシ、ポスターの配布や掲示板への掲出
○北区ニュースの配布
○私道上にある防犯灯管理
○自主防災組織による活動
○地区防災会議の運営及び訓練の実施
加入方法
町会・自治会への加入は、お近くの町会・自治会役員にお申し出ください。ご不明な点はお問い合わせください。
問 北区町会自治会連合会事務局[地域振興課地域振興係(北とびあ10階)]
☎(5390)0094

記号の見方

国保
◆精神医療給付金
自立支援医療(精神通院)の受給者証の交付を受けている国保加入者で、非課税世帯の方には、国保受給者証(精神通院)を交付します。国保受給者証(精神通院)を交付された方は、月額自己負担上限額を、国保で助成することになります。そのため都内の該当保険医療機関では、窓口での支払いは必要ありません。なお、都外の該当保険医療機関を受診する方は、医療費の1割または自己負担上限額を該当保険医療機関の窓口で支払い、その金額を国保年金課国保給付係へ請求申請してください。
[申請に必要なもの]①被保険者証 ②自立支援医療受給者証 ③国保受給者証 ④自己負担上限額管理票 ⑤領収書 ⑥世帯主の印かん、口座番号
問先 [都外の該当保険医療機関を受診する方の給付金について]国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番)
☎(3908)1132
[自立支援医療受給者証(精神通院)及び国保受給者証(精神通院)について]障害福祉課王子障害相談係(区役所第一庁舎1階1番)
☎(3908)9081
赤羽障害相談係(赤羽会館6階)
☎(3903)4161
滝野川障害相談係(西ヶ原1-19-12滝野川福祉保健センター内)
☎(3915)0134
◆結核医療給付金
感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律に基づく医療受給者は、住民税非課税(20歳未満の場合は、その世帯主が非課税)の場合のみ、5%の自己負担額が給付されます。ただし、受給者証が必要となりますので、申請をしてください。
[申請に必要なもの]①被保険者証 ②患者票(すでに国公費を受給している方)の写し ③印かん
先 [結核医療給付金受給者証について]北区保健所保健予防課(東十条2-7-3)
☎(3919)3101
問国保年金課国保給付係
☎(3908)1132
年金
◆60歳以降も国民年金に加入できます
国民年金は原則として20歳以上60歳未満の方が加入する制度ですが、60歳になっても老齢基礎年金の受給資格期間である25年を満たしていない場合や、満たしていても過去に未納期間がある方は、65歳まで任意加入することができます。
ただし、老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている方は任意加入できません。
また、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、65歳になっても老齢基礎年金の受給資格を満たしていない場合は、70歳までの間、資格期間を満たすまで任意加入できます。
任意加入の受付は60歳の誕生日前日以降で、手続きをした月から納付します。
高齢任意加入、特例高齢任意加入をする方は、原則として口座振替による納付となります。
詳しくはお問い合わせください。
問国保年金課年金係
☎(3908)1139・40

債務整理・破産・貸金請求・遺言・相続
個人事業主の整理及び再生
にしかた法務司法書士事務所
相談専用ダイヤル 0120-218-187
土日・祝日も無料相談を承ります Web にしかた法務 で検索
東京都荒川区西日暮里5-34-2日金ビル6F JR西日暮里駅徒歩1分
東京司法書士会第2307号 簡裁訴訟代理等関係業務認定会員 201308号

平成25年4月から「ホームヘルパー2級講座」が「介護職員初任者研修」に変わりました！
今夏、開講に向け準備中！
予定会場：神谷教室 北区神谷1-21-10 東京リース(株)2F
お問い合わせ：東京リース(株) http://toki-group.co.jp
TEL 03-3914-5548 FAX 03-3911-4548

生命保険の見直し・相談
「保険の内容がわからない」「保険料が負担だ」など、保険の疑問がある人は専門家に相談を。保険のことなら何でも答えてくれる「保険クリニック」では、加入中の保険の内容から見直し方法まで丁寧にアドバイスしてくれます。
6/15までの予約で相談無料
相談予約問合せ 保険クリニック
豊島区西池袋3-27-12-5F 「池袋駅」西口徒歩3分
川口市本町4-1-1-6F 「川口駅」東口徒歩1分
☎0120-455-929 ☎0120-066-929
募集代理店：㈱アイリックコーポレーション 募集1303-KF08-S1306

北赤羽駅(赤羽口) 書道教室 生・徒・募・集
小学生から初心者 ●教室日：水・金曜日の午後 村山
の大人の方まで ☎03-3909-5844(午後)

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

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



◆北区青少年団体連合会 「第83回歩こう会 (半日コース)」

共催 北区教育委員会
都庁展望室に登ってみよう—新宿の街を散策—

日 6月23日(日) 午前8時北とびあ前集合 (雨天決行) [コース] JR王子駅→田端駅→新宿駅→都庁展望室→新宿中央公園→熊野神社→水道記念館→住友三角ビル→JR新宿駅→田端駅→王子駅→北とびあ前(解散) [持ち物] 水筒、雨具、おやつ、敷物
定 100名(申込順) 費 大人400円、小学生

以下200円(交通費、保険料) 申 5月24日(金)から電話申込
問先 北区青少年団体連合会 田中
☎ (3908) 4126
当日の緊急連絡先
☎ 080(6565) 8780

◆今年も開催!おちやのご祭祭2013

「ここをつなごう20周年」をテーマに、さまざまなアイデアとパワーが満載。みんなの元気をつなげます。
日 6月8日(土) 午前10時～午後4時、9日(日) 午前10時～午後3時 場 滝野川会館(西ヶ原1-23-3) ※自転車での来場はご遠慮ください。 内 ボランティア団体の

活動紹介、体験コーナー、模擬店、バザー、ステージ発表、被災地支援など
問 北区NPO・ボランティアぶらざ
☎ (5390) 1771 FAX (5390) 1778

◆「ブルースカイウィンドアンサンブル 第28回演奏会」 区民招待

後援 北区文化振興財団
対 区内在住、在勤の方 日 7月7日(日) 午後2時開演 場 北とびあさくらホール
定 100名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。希望人数(2名まで)も記入)で、6月7日(金)(必着)まで ※1人1通
問先 〒115-0052 赤羽北3-22-18高橋方 ブルースカイウィンドアンサンブル

事務局 加戸
☎ 090(3040) 5777

◆プラネタリウム6月の番組 「南半球の星空」

南半球では東京で決して見られない星や星座が探せます。なかなか見る機会のない、南天の星座を紹介します。
日 6月2日(日)・16日(日) ①午後1時30分 ②午後3時30分(各15分前開場) 定 各140名(先着順。3歳以下入場不可) 費 大人500円、子ども(15歳以下)200円 申 当日、会場で各開演30分前から入場券を販売
問場 北とびあ6階プラネタリウムホール
☎ (5390) 1224

平成23年度決算をもとに 財政比較分析表をまとめました

各地方公共団体が住民の皆さんの理解と協力を得ながら財政の健全化を推進していくためには、財政運営上の課題をわかりやすくお知らせする必要があります。そこで、総務省は、全国的な取り組みとして類似団体間で財政指標を比較した分析表を作成し、公開しています。

このたび、北区の平成23年度の財政分析表をまとめましたのでお知らせします。なお、比較対象の類似団体は特別区(23区)です。

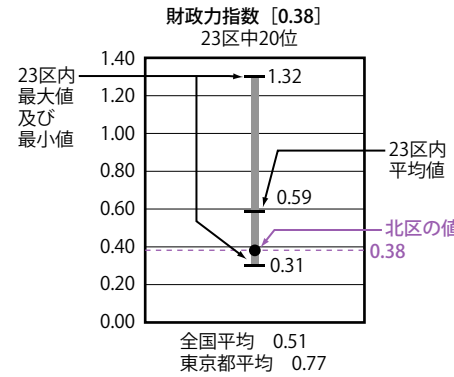
問 財政課 ☎ (3908) 1105

① 財政力

財政力指数は0.38で、低い水準で推移しています。これは、特別区税の歳入に占める割合が19.4%と23区平均を大きく下回っていることによるものです。一方で、都区財政調整交付金は歳入の36.4%を占め、その依存度が高くなっています。その大きな原因としては、少子高齢化の進展が著しいことが考えられ、ファミリー層など担税力のある世代の定住化を図り、バランスの取れた人口構成の実現に努めていく必要があります。

23区には、各区の税収入に大きな差があるという特徴があるため、23区間の財源の均衡化を図る仕組みとして都区財政調整制度があります。本来、市町村税である、市町村民税法人分など「調整三税」の一部が各区の財政状況に応じて交付されます。これにより23区の財源の均衡化が図られています。

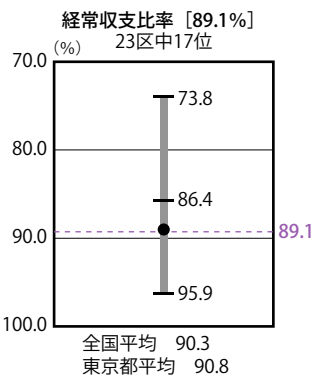
財政力指数：地方公共団体の財政力を示す数字で、この指数が大きいほど財源に余裕があることを表します。



② 財政構造の弾力性

経常収支比率は扶助費や公債費などの経常的な経費に充当された一般財源が増加したことなどから、前年度対比で2.4ポイントの上昇となりました。「北区経営改革『新5か年プラン』」等に基づき、財源の確保を図るとともに、内部努力による簡素で無駄のない行政システムの構築を図りながら、適正水準とされる70~80%の範囲に収めるよう経常経費の抑制に努めます。

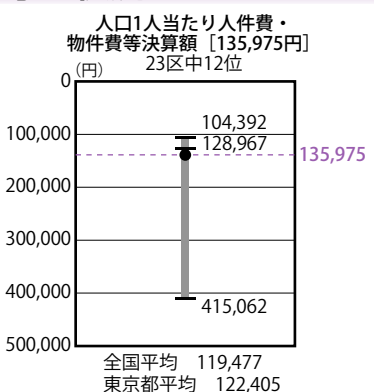
経常収支比率：この数値が大きくなるほど、新たな施策に対応する余地が少なくなり、財政構造の弾力性が失われることとなります。一般に70~80%が適正水準と考えられています。



③ 人件費・物件費等の状況

人口1人当たりの人件費・物件費等決算額は、人件費が前年度比0.7%、維持補修費が7.1%それぞれ増加しましたが、物件費が4.2%減少したことにより前年度比1.4%減となりました。維持補修費は、施設の経年劣化により増加見込みですが、計画的な維持保全に努め、適切な管理を行っていきます。

人口1人当たり人件費・物件費等決算額：人件費、物件費等の行政運営に係る基本的コストを表す指標です。



※人件費、物件費及び維持補修費の合計です。ただし、人件費には事業費支弁人件費を含み、退職金は含みません。

市町村財政比較分析表(平成23年度決算)

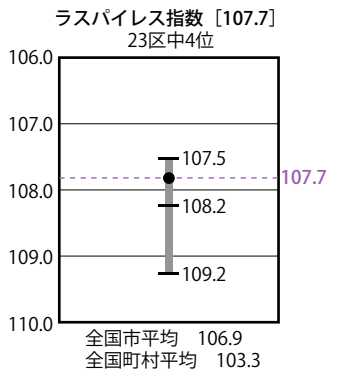
東京都北区	●人口 317,663人 (H24.3.31現在。住民基本台帳より)	●歳入総額 129,513,999千円
	●面積 20.59km ²	●歳出総額 124,444,304千円

※他区の財政比較分析表は東京都総務局行政部のホームページでご覧になれます。
HP <http://www.soumu.metro.tokyo.jp/05gyousei/gyouzaisei/new/index.htm>

④ 給与水準 (国との比較)

ラスパイレス指数は、前年度の99.7から8.0ポイント増加しましたが、これは国家公務員の時限的な(2年間)給与改定特例法の措置によるものであり、この影響が無かったとすると99.6となり、前年度比で0.1ポイントの減少となります。23区は、特別区人事委員会勧告による共通の給料表を使用しており、今後も特別区として給与体系の再構築を進め、総人件費の抑制に努めます。

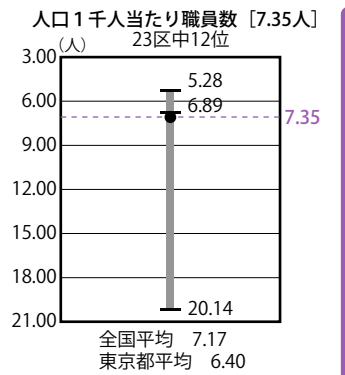
ラスパイレス指数：国家公務員の給与を100とした場合の地方公務員の給与の水準を示す指数です。職員の職種別構成割合または経験年数等の職員構成の状況によっても指数は上下します。



⑤ 定員管理の状況

委託等事業の外部化、技能系職員の退職不補充などにより普通会計の職員数は前年度比19人減となりました。行政需要の多様化、複雑化に対応しつつ、指定管理者施設の拡充をはじめ、外部化を基軸とした事務事業の見直しを進めるなど、職員定数管理計画(平成25~26年度)に基づいた適正な定数管理を行い、23区平均水準を下回るよう抑制に努めます。

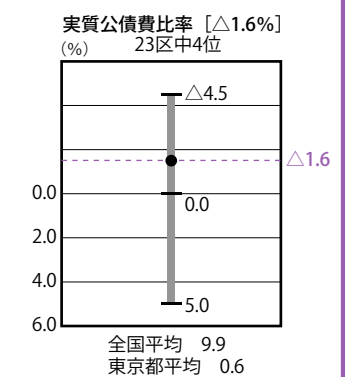
人口1千人当たりの職員数：適正な定員管理の指標となる数値ですが、地方公共団体の規模等にも左右されます。



⑥ 公債費負担の状況

実質公債費比率は、区債(区の借金)償還額が減少傾向にあることなどから、前年度比0.6ポイント減少し、23区平均を1.6ポイント下回っています。今後も学校改築などで区債発行が見込まれますが、将来負担への影響に配慮し、低利な資金導入に努め、引き続き計画的な活用を図ります。また、減債基金への積み立てを継続し、償還財源を確保していきます。

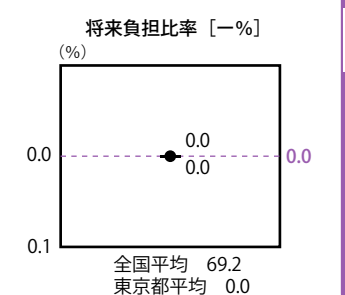
実質公債費比率：地方公共団体における公債費による財政負担の度合いを判断する指標の一つで、この数値が低いほど公債費負担が健全であることを示します。実質公債費比率が18%以上の団体は、起債に許可が必要とされます。



⑦ 将来負担の状況

区債の現在高や債務負担行為に基づく支出予定額等を含めた将来負担額に対して、基金などの充当可能財源が上回るため、将来負担比率はありませんでした。今後も区債発行にあたっては、事業の優先度、財源措置の有無などを勘案し適正な活用を図ります。

将来負担比率：一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率です。



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



長生きするなら 北区が一番

6月1日(土)から、いままでの高齢者ヘルシー入浴券(お風呂券)で荒川区内の左記の浴場が利用できます。

区内在住で70歳以上(昭和19年4月1日以前)の方 ※介護保険の要介護4・5の方を除く 「利用料」1回150円 「交付枚数」年間1名24枚 「利用施設」梅の湯(荒川区西尾久4-13-2) ニュー恵美須(荒川区東尾久4-17-9) 健康保険証など本人確認ができるものと印鑑をお持ちください。 ※区内の公衆浴場は引き続き、1回100円で利用できます

健康いきがい課健康いきがい係(区役所第四庁舎2階2番) ☎(3908) 9068

骨盤底筋体操教室

骨盤底筋を鍛え尿もれ予防

区内在住で65歳以上の女性 7月12日(金)・26日(金) 計2回 午後2時~4時 赤羽会館 7月12日:骨盤底筋のお話と運動実技(3階第2集会室) 26日:尿もれのタイプ別対策と運動実技(4階小ホール)

定40名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、6月14日(金)(必着)まで 問先 〒114-8508(住所不要) 高齢福祉課介護予防担当 ☎(3908) 9017

50代、60代のための 水中運動教室

水中ウォーキングで水に親しもう! 区内在住、在勤で50代、60代の方

区内6月19日 午後2時~4時 水に親しむ健康づくりの講義と実技 26日、7月3日 午後2時30分~4時 水中ウォーキングの実技 各水曜計3回 定30名(抽選) 初めての方優先) 申往復はがき(記入例参照)で、5月31日(金)(必着)まで

問先 〒115-002 志茂1-2-22 元気ぶらざ ☎(5249) 2214

健康増進センター

シニアサーキット

区内在住、在勤で医師から運動制限を受けていない65歳以上の方 6月18日~7月9日 毎週火曜 計4回 午後2時~3時30分 内サーキット形式(輪になって時間で位置を移動しながら運動をする方法)でのマシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動 定20名(抽選) 費400円(初回に集金) 申往復はがき(記入例参照)で、6月4日(火)(必着)まで

問先 〒114-002 王子5-2-15 101 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(5390) 2220

シニア元気塾「携帯電話教室」

区内在住で50歳以上の方 6月21日(金) ①午前10時~正午 ②午後1時30分~3時30分 場名主の滝老人いこいの家展示集会室(岸町1-15-25) 内電話のかけ方、メールの送り方、カメラの写し方などの基本操作 ※①②とも同じ内容。携帯電話は用意します。 師 NPO法人竹箒の会 定各24名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)①②の別も記入)で、6月3日(月)(必着)まで

問先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「携帯電話教室担当」 ☎(3908) 9068

シニア元気塾 「健康づくりグループ講座」

区内在住、在勤の50歳以上で全回参加できる方 日場内師定費 左表のとおり 申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、6月3日(月)(必着)まで ※1通で1講座まで

問先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908) 8548 FAX(3905) 6500

シニア元気塾「健康づくりグループ講座」

Table with 7 columns: No, 講座名, 日程, 会場, 内容, 講師, 定員(抽選), 費用. Contains 3 rows of course information.

家族介護者教室

上手に水分を摂って元気に夏を乗り切ろう 6月13日(木) 午後1時30分~3時 特別養護老人ホームみずべの苑4階地域交流スペース(志茂3-6-13) 内からだ喜ぶ水分の摂り方を学びましょう。 師 大塚製薬工場 近田幸雄氏 定30名(申込順) 申5月20日(月)午前10時から電話申込

問先 みずべの苑高齢者あんしんセンター ☎(5941) 6722

認知症予防フアンリテーター養成講座「あなたの力を地域で発揮してみませんか？」

認知症を予防するウォーキングの法や自主グループ作りの支援方法について学びます。 ※修了後は後日開催する「認知症予防教室(ウォーキング型)」のサポートボランティアをお願いします。

区内在住、在勤、在学で高齢者の自主グループへの支援を行っていただける全回参加できる方 7月2日~23日、9月3日~24日 毎週火曜 計8回 午後2時~4時 場岸町ふれあい館(岸町1-6-17) 定20名(抽選) 申 郵送またはファクス(記入例参照) 応募動機(約400字程度)も記入)で、6月10日(月)(必着)まで

問先 〒114-8508(住所不要) 高齢福祉課介護予防担当 ☎(3908) 9017 FAX(3908) 9257

介護予防で元気アップ!! ~おたっしや事業~

「筋力の低下や転倒」「むせやすい、口が渇く」「年のせい、最近やせてきた」などの、老化のサインがある方向けの教室です。

介護予防で元気アップ!!~おたっしや事業~

Table with 4 columns: 教室名, 日程, 会場, 費用. Lists various classes like '元気アップマシントレーニング教室' and 'おたっしや筋力アップ体操教室'.

お口と食の健康教室

「楽しく食べる、安全に食べる、しっかり食べる」ためにお口の機能アップを目指し、低栄養予防に楽しく取り組みます。

区内在住の65歳以上の方 6月13日(木)・20日(木) 計2回 午前10時~11時30分 場 健康増進センター(王子5-2-15-101) 内 6月13日:口腔講座 20日:低栄養予防講座 定20名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、5月31日(金)(必着)まで

問先 〒114-8508(住所不要) 高齢福祉課介護予防担当 ☎(3908) 9017



長生きするなら北区が一番

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

講座・講演会

◆北区飛鳥山博物館講座「博物館の裏側へようこそ!北区飛鳥山博物館バックヤード・ツアー」

日6月14日(金)・15日(土) いずれも午後1時30分～3時30分 内収蔵庫など普段は入れない裏側(バックヤード)を学芸員が案内します。師同館学芸員 定各20名(抽選)申往復はがき(記入例参照。希望日も記入)で、6月5日(水)(必着)まで 問場先〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館(月曜休館) ☎(3916)1133

◆北区飛鳥山博物館野外講座「赤レンガのふるさとを訪ねて」

日6月7日(金)・16日(日)・21日(金) 計3回 午後1時～4時30分(予定)場6月7日…醸造試験所ほか区内現地 16日…東京駅周辺(いずれも同館2階講堂集合)21日…深谷市旧日本煉瓦製造(株)史料館ほか(JR深谷駅集合)内区内・都内に残る煉瓦造建築や深谷の資料館などを見学しながら解説します。師同館学芸員 定30名(抽選)費交通費などは各自負担 申往復はがき(記入例参照)で、5月31日(金)(必着)まで 問先〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館事業係(月曜休館) ☎(3916)1133

◆歴史発見!街めぐり 王子・堀船一煉瓦の記憶をたどる

日6月1日(土) 午前10時30分～午後4時(予定)内王子・堀船周辺に遺された3つの博物館にまつわる史跡を、学芸員のレクチャーを交えながら一緒にめぐります。今回は街に残る煉瓦を訪ねます。師北区飛鳥山博物館・渋沢史料館・紙の博物館各学芸員 定30名(抽選)費50円(保険料)※交通費は各自負担 申往復はがき(記入例参照)で、5月25日(土)(必着)まで 問場先〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館(月曜休館) ☎(3916)1133

◆エコベルデ みどりの教室 -植物の色や形を楽しみましょう!-

対区内在住、在勤、在学の方 日6月22日(土) 午前10時～正午 内目を引くおしゃれな寄せ植えで、素敵な空間を演出してみませんか。定30名(抽選)費800円 申往復はがき(記入例参照)で、5月31日(金)(必着)まで 問場先〒114-0003 北区豊島5-6-1 みどりと環境の情報館(エコベルデ)(月・火曜、祝日休館) ☎(3913)8340

◆消費者講座「着物のリフォーム」

対区内在住、在勤、在学の全回参加できるミシンをお持ちの洋裁ができる方 日6月

21日～7月12日 毎週金曜 計4回 午後1時30分～3時30分 内たんに眠っている着物から、フード付ジャケットを作り直す。[持ち物]古い着物、裁縫道具 師衣服研究会着物リフォーム 定12名(抽選)申往復はがき(記入例参照)で、6月3日(月)(必着)まで 問場先〒114-8503(住所不要)消費生活センター「着物リフォーム」係(北とびあ11階) ☎(5390)1239

催し

◆滝野川会館プチコンサート～ピアノ～

日5月27日(月) 正午～午後1時 内心に響く名曲コンサート ピアニスト…浅賀優子 申当日、直接会場へ 問場滝野川会館1階ホワイエ(西ケ原1-23-3) ☎(3910)1651

◆北清掃工場の個人見学会

日6月8日(土) 午後1時30分～3時 定50名(申込順) 申6月6日(木)までに電話申込 問場先北清掃工場(志茂1-2-36) ☎(3598)5341

◆楽しい北区雑学大学

後援 北区文化振興財団 日内師①5月25日(土)「人間を撮る映画『先祖になる』について」映画監督池谷 薫氏 ②6月8日(土)「動きを通して音楽を感じる」音楽講師 梶原厚美氏 いずれも午後2時～4時 場田端文士村記念館(田端6-1-2) 定各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

パノラマプール十条台 アクアフェスタ 対[時間]内定費下表のとおり 日6月23日(日) 申②は往復はがき(記入例参照。撮影を希望する泳法も記入)で、6月9日(日)(必着)まで 問場先〒114-0032 中十条1-5-6 パノラマプール十条台 ☎(5993)8337

障害者福祉センター趣味の講座 対区内在住の15歳以上で、身体障害者手帳、愛の手帳(3・4度)または精神保健福祉手帳(3級)をお持ちで、一人での受講が可能な方 ※付き添い者同伴を希望の方はご相談ください。日内師定下表のとおり。休講日など、詳しくは受講決定後にお知らせします。費教材費の一部各自負担 申往復はがきまたはファクス(記入例参照。第2希望まで記入可)で、6月12日(水)(必着)まで 問場先〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係 ☎(3905)7121 FAX(3905)7116

滝野川会館講座 対18歳以上の女性 日内定費下表のとおり 申往復はがき(記入例参照)で、6月5日(水)(必着)まで ※1通で1講座まで 問場先〒114-8534(住所不要)滝野川会館 ☎(3910)1651

区民の伝言板 この欄は、区の事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。入会等、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(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102 ●赤羽スピーチクラブ 対社会人日毎月第2・4木曜 午後6時30分～8時50分 場赤羽文化センター費1ヵ月2,000円、テキスト代8回で1,000円 [PR]PTA、自治会、職場等でスピーチやプレゼンをする方 問山本☎090(8700)0008 ●城北囲碁クラブ 対囲碁経験者日毎週日曜 午後1時～4時30分 場赤羽文化センター費(入)1,000円、1ヵ月500円 [PR]囲碁の経験者を募集します。高段者の指導あります 問豊田☎(3906)1993

●A・Lスポーツクラブ 健康体操対女性日毎週土曜 午前10時～11時30分 場滝野川西ふれあい館費(入)2,000円、1ヵ月2,000円 [PR]目標→ころばない。背筋をのばしてスッキリ歩こう 問榊原☎(3900)1669 ●ホープアマウンタリリー フラダンス日毎月第2・3・4水曜 午後1時30分～3時 場豊島ふれあい館費(入)1,000円、1ヵ月3,500円(会場費別) [PR]フラダンスを楽しんでいます。若返り体を元気に。体験有 問川島☎090(5498)3567 ●みんなで歌おう会 日6月1日(土) 午後2時～3時30分 場赤羽文化センター費1,000円 [PR]童謡、唱歌などを皆で楽しく歌いませんか? 問本郷☎080(3603)7164 ●葵会フラワーアレンジメント 日毎月第2・4土曜 午後1時～3時 場赤羽文化センター費1ヵ月3,000円(花代別) [PR]花はあこがれ、花は希望。生花にふれてみませんか? 問角田☎090(4017)0453

●ヨガ健康会 日毎週水曜 午後1時20分～3時 場中央公園文化センター費1ヵ月3,500円 [PR]年に1回中央公園文化センター祭に出場します 問樋口☎(3907)3410 ●のびのび英会話 日毎月3回火曜 午前10時～正午 場北とびあ費1ヵ月4,000円 [PR]日常会話の先生は外国人です。初心者歓迎。年齢問わず 問佐藤☎(3911)1655 ●エマーユ 七宝焼日毎月第2・4水曜 午後1時～4時30分 場滝野川会館費(入)1,000円、1ヵ月3,000円 [PR]先生が基礎から丁寧に教えてくださり楽しくやっています 問古谷☎(3907)0991 ●赤羽PC虹の会 パソコン対文字入力のできる方日毎週木曜 午前9時30分～11時30分 場赤羽文化センター費(入)1,000円、1ヵ月3,000円 [PR]ワード、エクセル、写真等の勉強。できる喜びに大満足 問羽柴☎(3907)4084

●JET 英会話対中高年日毎週火曜 午前10時～11時30分 場北とびあ費(入)1,000円、1ヵ月4,000円 [PR]まずは英語でひと言から。初心者歓迎。楽しく学べます 問福田☎090(5817)2439 ●フォークダンス・オスローエレガンス 日毎週月曜 午後1時30分～3時30分 場滝野川西ふれあい館費(入)1,000円、1ヵ月2,500円 [PR]より良い生活と体力を維持出来るよう楽しく踊っています 問木村☎(3900)5272 ●マンディズ 英会話日毎月第1・3・4月曜 午後6時30分～8時30分 場岸町ふれあい館費1ヵ月6,000円 [PR]中高年の皆様、易しい英会話を楽しみながら行いませんか? 問越部☎(3900)6798 ●一の絵デッサン研究会 日毎月第2・4水曜 午後6時～8時30分 場赤羽文化センター費1ヵ月4,000円 [PR]プロ女性モデルをクロッキーデッサン。基礎力感覚力向上 問羽柴☎(3907)4084

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

6月の健康に関する事業のお知らせ (予)とある事業は予約制です。

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163

Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 結果説明日, 受付時間. Rows include AIDS antibody tests and other health checks.

*エイズ抗体検査(即日検査)の受付は先着50名です。なお、判定保留の場合は、翌週の結果説明となります。

王子健康相談係 ☎(3908)9087 FAX(3908)9086

*事業実施場所は北区保健所(東十条2-7-3)です。

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include pregnancy support, heart health, and childcare consultations.

赤羽健康相談係 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include childcare support, twin support, and dental consultations.

滝野川健康相談係 ☎(3915)0186 FAX(3915)4119

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include pregnancy support, childcare support, and various health consultations.

王子障害相談係 ☎(3908)9081 赤羽障害相談係 ☎(3903)4161 滝野川障害相談係 ☎(3915)0134

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include mental health and disability support consultations.

王子障害相談係のみ

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include alcohol/drug support and Parkinson's disease support.

王子高齢相談係 ☎(3908)9083 FAX(3908)1229

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Rows include dementia support and health improvement center activities.

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. Rows include health checkups and fitness programs.

*運動講座は、運動できる服装(更衣室あり)・室内用運動靴・水をお持ちください。

6月の電話相談 ☎(3908)1111

Table with 3 columns: 月, 日, 科. Rows show consultation hours for various departments like Internal Medicine, Pediatrics, etc.

北区医師会 医療電話相談 ☎(3908)1111

健康情報

◆呼吸器健康教室

対 ぜん息など呼吸器疾患がある方 日6月19日(水) 午後2時~3時30分 場 滝野川会館大ホール(西ヶ原1-23-3) 内 呼吸筋ストレッチ体操 師 新葛飾病院リハビリテーション課技師長 理学療法士 根本伸洋氏 定100名(先着順)

申 当日、直接会場へ 問 障害福祉課公保保健係 ☎(3908)9019

◆STOP!AIDS HIV検査を受けましょう!

「エイズ」は、いまや私たちの身近な大きな問題です

都に報告された感染者・患者の推定感染経路の約9割が性的接触によるものです。コンドームを正しく使うことで性的接触によるHIVの感染を防ぐことができます。

感染をなるべく早い時期に知り、健康管理と早期治療でエイズの発症を遅らせることができます。

●HIV検査のとびらはいつでも開かれています

HIVは予防しなければ、誰もが感染する可能性があります。心配なことがあれば、まず血液検査や相談を受けてみましょう。

保健所では「無料」「匿名」で検査を受けることができます。

●HIV検査・相談月間(6月1日(土)~30日(日))

[即日検査] 日6月10日(月) 午後1時~1時45分 ※結果は採血後1時間程度で対面にて説明。100件に1件程度判定保留が出ます。 場 北区保健所1階(東十条2-7-3) 内 HIV検査に伴う採血とパネル展示 定50名(先着順) 申 当日、直接会場へ(匿名可) =以下、共通=

問 北区保健所保健予防課結核感染症係 ☎(3919)3102

スポーツ

◆第61回区民体育大会ゴルフコンペ

主催 北区・北区教育委員会・北区体育協会

対 区内在住、在勤、在学の方または北区ゴルフ連盟会員 日6月22日(土) 午前8時開始 場 赤羽ゴルフ倶楽部(浮間2-18-7) 費4,000円(プレー費11,400円別途必要) [競技方法] 18ホールストロークプレー、新ペリア方式(ダブル

パー+1カット、上限なし) 申 はがきまたはファクス(記入例参照。生年月日、希望同伴競技者(同伴自由、4人組可)も記入)で、6月10日(月)(必着)まで

問 先 〒114-0002 王子1-4-1サンスクエアゴルフ内 北区ゴルフ連盟事務局 菅野 ☎090(6474)5562 ※非通知電話は、つながりません FAX(3914)0120

◆初心・初級者テニス教室

対 区内在住、在勤の18歳以上の方(学生を除く)

日7月3日~9月4日(内予備日2回有り) 毎週水曜 計8回 午後6時30分~8時30分 場 滝野川体育館テニスコート(西ヶ原2-1-6) 師 テニス連盟指導員 定30名(抽選) 費6,200円(消費税、傷害保険料含む) 申 往復はがき(記入例参照)またはホームページ(教室申込フォーム)で、6月3日(月)(必着)まで ※携帯電話からは不可

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

HP http://www.kita-city-taikyo.or.jp

◆体力測定会

対 区内在住、在勤の30歳~79歳の方 日6月29日(土) 午前9時30分~午後0時30分

場 桐ヶ丘体育館(赤羽台3-17-57) [判定員] 北区内スポーツ少年団体カテスト判定員 定50名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。性別も記入)で、6月6日(木)(必着)まで

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

◆産業技術高専オープンカレッジ「楽しいエアロビクス入門」

後援 北区教育委員会

対 ①区内在住の中学生以上の方 ②区内在住の50歳以上の方(いずれも全回参加できる方)

日6月8日(土)・15日(土) 計2回 ①午後1時~3時 ②午後3時~5時 場 都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス体育館 師 エアロビクス指導者 小林佳代子氏、産業技術高専准教授 門多嘉人氏・池原忠明氏 定各30名(抽選) 費1,800円 申 はがき、ファクス(記入例参照。①②の別も記入)またはホームページ申込フォームで、5月29日(水)(必着)まで

問 先 〒116-0003 荒川区南千住8-17-1 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



禁煙週間

(5月31日(金)~6月6日(木))

世界禁煙デーの5月31日から1週間を禁煙週間として、全国的なキャンペーンを行っています。

●たばこの「まやかし」

たばこを吸うとさまざまな効用があると感じていませんか。頭がスッキリする、集中力が高まる、気分が落ち着く、といったものです。しかし、これらの効用は「まやかし」にすぎません。このまやかしや、たばこにとられる仕組みに気づくことで、今までの努力型禁煙方法ではうまくいかなかった方も楽に禁煙することができます。

●禁煙のメリット

禁煙は、始めた直後から多くのメリットがあります。

- ・喫煙所を探すストレスが減る
・家族が喜ぶ ・味覚が改善する
・肌荒れが改善する ・免疫が上がる
・心疾患やがんなどの病気のリスクが下がる

- ・集中力や作業効率が回復する
・周囲をタバコの煙で汚染する心配がなくなる

●たばこサヨナラ相談室

区では、禁煙を考えている方を対象に医師による個別相談を開催しています。詳しくは北区ニュースや北区ホームページ、チラシをご覧ください。

●たばこサヨナラ相談室

そろそろやめてみませんか? 応援します!

あなたの禁煙生活

対 区内在住、在勤で禁煙を考えている方

日6月21日(金) 午後1時20分~2時40分

場 北区保健所(東十条2-7-3) 内 医師による個別相談 定5名程度(申込順)

申 5月27日(月)から電話申込

=以下、共通=

問 先 健康いきがい課王子健康相談係

☎(3908)9087

記号の見方

対象

日

会場

内容

講師

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

メール

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

児童手当・児童育成手当の「現況届」を提出してください

現在、児童手当・児童育成手当を受給している方が手当を引き続き受給するためには、「現況届」の提出が必要です。

住所・氏名・家族構成などに変更があった場合には、直接窓口にお届けください。

手当の支払は6月、10月、2月の12日頃です。支払の通知はありませんので、振込は通帳に記帳してご確認ください。

[提出期限]6月28日(金)(必着)
問先 〒114-8508(住所不要)子育て支援課子育て給付係(区役所第一庁舎2階17番)
☎(3908)9096

古民家工作教室「空高く作って飛ばそう竹とんぼ」

区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方
日 6月23日(日) 午前10時～正午
内容 切り出しナイフを使い、微妙なカーブの削り方など丁寧に教えます。定15名(抽選)

往復はがき(記入例参照)で、6月10日(月)(必着)まで ※1通で2名まで
問場 ☎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

子育て講演会 パート1 「親子でイヤイヤ期と向き合うコツを知ろう！」

区内在住で、1歳の子どもと保護者(2名1組)
日 6月8日(土) 午前10時～11時30分
場 赤羽会館4階小ホール
内容 この時期の発達と関わり方について知り、手遊びやからだを使った遊びを一緒にを行います。
講師 心理士、保育士 定40組(申込順)※保育なし
日 5月24日(金)から電話申込
問先 健康いきがい課赤羽健康相談係
☎(3903)6481

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、生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし)
日 6月14日(金) 午後1時30分～3時
内容 離乳食初期から後期のすすめ方(お話と試食)
定32名(申込順)
日 5月27日(月)から電話申込
問場 健康いきがい課赤羽健康相談係(赤羽会館6・7階)
☎(3903)6481

健康情報

子宮がん検診(検診機関方式)

区内在住の平成25年12月31日現在20歳以上の女性(平成5年12月31日以前に生まれた方)で24年度子宮がん検診を受診していない方(受診間隔2年に1回)※婦人科に通院中または経過観察中の方を除く
日 下表のとおり
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)
内容 問診・視診・細胞診・コルポスコピー診
定 各日8名(抽選。初めての方優先)
日 はがきまたはファクスに「子宮がん検診(検診機関)申込」、第3希望までの検診希望日、住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号を記入して、6月5日(水)午後5時(必着)まで ※当選した方には6月20日頃、東京都予防医学協会から封書で発送します。抽選にもれた方には、健康いきがい課からはがきで通知します。

問 健康いきがい課コールセンター
☎(3908)9034
問先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康増進係
☎(3908)9016 FAX(3905)6500
子宮がん検診(7月)

Table with 2 columns: 曜日 (曜日) and 実施日 (実施日). Rows include 月, 火, 水, 木 with specific dates.

子どものためのおはなし会

Table listing story sessions for children. Columns include 図書館 (図書館), 日 (日), 程 (程), 電話番号 (電話番号). Rows include 中央, 中央分室, 滝野川, etc.

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
対 区内在住で、平成25年12月31日現在35歳以上の方(受診間隔が1年未満の方及び胃がん検診については胃・十二指腸の疾病治療中または手術を受けた方、自覚症状のある方、妊娠中の方を除く)
日 場 王子会場(北区保健所)・7月2日(火)・12日(金)・26日(金) 赤羽会場(赤羽会館)・7月11日(木)・25日(木) いずれも午前9時～正午
内容 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影(検診車)※バリウムがうまく飲み込めないなど、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
定 ①②合計1日45名(抽選。初めての方優先)
日 はがきまたはファクスに検診名(①②の別)、第3希望までの検診希望日、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別・電話番号を記入して、6月5日(水)午後5時(必着)まで ※当選した方には6月20日頃、胃がん検診は東京都予防医学協会から、大腸がん検診は健康いきがい課からそれぞれ封書で通知します。抽選にもれた方には、健康いきがい課からはがきで通知します。
問 健康いきがい課コールセンター
☎(3908)9034
問先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康増進係
☎(3908)9016 FAX(3905)6500

休館

●赤羽図書館、昭和町図書館
日 6月25日(火)～28日(金)
問 中央図書館 ☎(5993)1125
●赤羽文化センター
日 ①6月18日(火)、②30日(日)
①は休館日、②は一般貸出停止
問 赤羽文化センター ☎(3906)3911

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).

北区文化振興財団インフォメーション

北区文化振興財団インフォメーション. 第24回 北とびあ若手落語家競演会, チーマーのウキウキライブ, ほくとびあ亭1,000円落語, 北区民混声合唱団 第23回定期演奏会, 第十一回 飛鳥山薪能, が～まるちよば 東京JACK, パイプオルガン演奏会.

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