

NO.1420  
毎月1日・10日・20日発行  
**10|20**  
平成25年(2013)

# 北区ニュース

夕焼けチャームは  
11月から  
午後4時30分に  
放送します  
11月～2月…午後4時30分  
子育て支援課次世代育成係  
☎(3908)8143

## きたく介護あんしんフェア 2013

日**11月10日** 午前10時30分～午後4時(10時開場)  
場赤羽会館 申当日、直接会場へ ※来場者先着1,000名に記念品あり

11月11日は「介護の日」です。介護に携わる皆さんを社会全体で支援し、地域社会における支え合いや交流を促進する日として、平成20年度に定められました。「介護」「介護予防」「認知症」の3つを主題に「きたく介護あんしんフェア2013」を開催します。この機会に皆さんでさまざまな角度から「介護」について一緒に考えてみませんか。

赤羽会館	時間	内容
1階講堂	午前10時30分～正午	講演会:在宅医療の実際と北区の取り組み
	午後1時～3時	記念講演会 ヘルシートーク「笑ってポケ予防」 健康落語「合コン老人会」
	午後3時15分～3時45分	認知症寸劇「こんなときどうしたらいいのかな?」 ・北区医師会認知症サポート医による解説あり
4階小ホール・ 集会室	午前11時～午後4時	相談コーナー ・医療相談(医師会) ・歯科相談(滝野川歯科 医師会) ・膝痛と腰痛のお悩み相談(柔道接骨師会) ・介護 相談(高齢者あんしんセンター)
	午前11時～午後2時	危険な老化の早期発見「介護予防健診おたっしや21」体験 (北区介護予防リーダーの会) ひざ痛解消「ハムウォーク」体験(北区介護予防リーダーの会)
	午後2時30分～4時	講演会:ガンより怖い脳梗塞 脳梗塞で倒れ、一命を取りとめた 死にそこない「ヒロシ」の体験談 師健康アドバイザー 宇佐見 宏氏
4階大ホール・ 中央ステージ	午前11時から	紙芝居「梅子さんとケアマネジャー」(北区ケアマネジャーの会)
	午前11時30分から	ロコモ体操でねたきり予防
	午後2時30分から	転ばぬ先のバランス体操
4階大ホール・ 展示コーナー		福祉用具展示のほか、参加協力団体によるPRとミニ相談コーナー

### 記念講演 ヘルシートーク「笑ってポケ予防」 健康落語「合コン老人会」

【時間】午後1時～3時(0時30分開場)  
【師】落語家・医学博士 立川らく朝  
【定】646名(先着順)  
※車イス席、手話通訳あり  
○プロフィール

杏林大学医学部卒業、内科医(医学博士)として診療にあたる。学生時代からの、落語家になる夢を捨てることができず、46歳にして立川志らくに入門。50歳にして立川流家元・立川談志に認められて二つ目に昇進。落語家と医師、両方のプロであるユニークな立場を生かし、笑いと共に元気に長生きするための健康情報を提供します。「さくら体操」「お口元気体操」「脳と身体を活性化させるエクササイズ」もあります。



●参加協力団体(順不同)  
東京都北区医師会、東京都北歯科医師会、東京都滝野川歯科医師会、北区ケアマネジャーの会、北区高齢者福祉施設長会、北区社会福祉協議会、北区柔道接骨師会、北区通所サービス事業者連絡会、北区福祉用具事業者の会、北区地域密着型サービス事業者連絡会、北区訪問看護ステーション連絡協議会、北区薬剤師会、北区介護予防リーダーの会、北区高齢者あんしんセンター

問 高齢福祉課介護予防担当 ☎(3908)9017  
高齡福祉課王子高齢相談係 ☎(3908)9083  
介護保険課給付調整係 ☎(3908)1286

記号の見方  
対象日日時会場内容  
師講師  
定定員  
費用(記載のない場合は無料です)  
申申込方法  
問問い合わせ  
先先申込先  
HPホームページ  
EM Eメール

### お知らせ

◆区民事務所の窓口業務が11月から平成26年1月の一部の日曜で休館、変更があります

赤羽・王子区民事務所では、毎週日曜に一部の証明書交付事務を取り扱っていますが、システム機器の切り替え作業のため休館します。【休館日】11月24日(日)、12月15日(日)、平成26年1月12日(日)

王子区民事務所では、通常の日曜に取り扱っている証明書交付事務などのほか、毎月第4日曜に転出入・印鑑登録などの受付窓口を開設していますが、同じ理由で11月の開設日を変更します。【11月の転出入・印鑑登録などの受付窓口の開設日】11月17日(第3日曜)

日曜の区民事務所の業務  
【毎週日曜の取扱事務】☑赤羽区民事務所(赤羽1-67-62)、王子区民事務所(区役所第二庁舎1階)…①証明書交付(戸籍の証明書を除く。税証明は事前の電話予約が必要) ②収納(納付書持参の場合) ③母子健康手帳の交付 ④飼犬の登録、注射済票の交付 ※住民基本台帳カードの交付や電子証

明は取り扱いません。  
【第4日曜の取扱事務】☑王子区民事務所…  
①転出・転入・転居届 ②転出・転入に伴う国民健康保険加入・喪失届 ③印鑑登録申請 ※住民基本台帳カードの交付や電子証明は取り扱いません。※海外からの転入など、関係機関やほかの区市町村に確認が必要な場合は受け付けできません。  
問王子区民事務所 ☎(3908)8745  
赤羽区民事務所 ☎(3901)2693

対区内在住、在勤の50歳以上の方  
日11月30日(日) 午後2時～3時30分  
場赤羽文化センター(赤羽西1-6-30) 師みんなで歌おう会  
定30名 抽選 費200円 申往復はがきまたはアクセス(記入例参照)で11月1日(金)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 ☎(3908)8548  
FAX(3908)6500

師薬学博士 梅澤 勲氏  
申10月21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

シニア元氣塾「健康づくりグループ講座」歌って若々しく健康づくり  
☎(3822)6080

### 家族介護者教室

認知症と心のお薬の勉強会  
日11月11日(月) 午後1時30分～3時  
場志茂東ふれあい館2階Bホール(志茂4-44-1)

頭とからだの若さを保つ  
く介護予防で  
元氣はつらつサロン  
対田端・中里全域、上中里1丁目在住の65歳以上の方 日11月8日(金) 午後1時30分～3時 場田端ふれあい館(田端3-16-2) 内お口の体操、さくら体操、ズンドコ体操、合唱ほか 師北区介護予防リーダー 定20名(申込順) 申10月21日(月)午前9時から11月7日(木)午後6時までに電話申込  
問先滝野川はくちよう高齢者あんしんセンター ☎(3822)6080

◆食品衛生夏期一斉監視指導の実施結果がまとまりました

食品の安全を確保するため、食中毒の起こりやすい6月から8月までの間、区内の飲食店や製造などに対する一斉監視指導を実施しました。昨年牛レバーの生食が禁止になりましたが、依然として豚レバーや鶏肉などの生肉を提供する飲食店が多く、食中毒も多発していることから、今年度も引き続き食肉の取り扱い施設を重点的に監視しました。また、食品の抜き取り検査及び食品の表示検査を行い、問題のあった施設に対して指導しました。実施結果は北区保健所生活衛生課窓口や北区ホームページでご覧になれます。

食品衛生に関するご相談は、北区保健所へご連絡ください。保健所では食中毒予防や手洗い方法などのパンフレットを配布しています。

問 北区保健所生活衛生課食品衛生担当(東

十条2-7-3) ☎(3919)0726

◆障害者福祉センター 第117期機能訓練生(1月生)募集

区内在住の40歳～64歳の方で脳出血や脳梗塞・クモ膜下出血などを発症し、病院での訓練終了後も継続して訓練することが望ましい方 ※介護保険サービスの通所リハビリや通所介護(デイサービス)を利用している方は対象にはなりません。平成26年1月から 内 理学・作業・言語療法の訓練。各個人に見合った訓練内容を提供します。

用 事前に見学(予約制)をし、所定の申請書で、11月22日(金)までに直接窓口で申込 問 障 害 者 福 祉 セ ン タ ー 事 業 係 機 能 訓 練 室(中十条1-2-18) ☎(3905)7121 FAX(3905)7116

◆自賠責保険・共済の有効期限は切れていませんか

自賠責保険・共済は、万一の交通事故の際の基本的な対人賠償を目的として、バイク・原動機付自転車を含むすべての自動車の保有者に、法律で加入が義務付けられています。特に、車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付自転車・軽二輪車)は、期限切れや加入忘れにご注意ください。

自賠責保険・共済の加入は、損害保険会社、共済組合またはそれらの代理店(バイク店、自転車販売店、一部のコンビニエンスストアなど)で手続きができます。詳しくはホームページをご覧ください。 問 国土交通省関東運輸局東京支局輸送部門 ☎(3458)9233 http://www.jibai.jp

休 館

- 北とびあ 日11月11日(月) 貸出施設の利用及び利用申込の受付はできません。館内行政関連窓口は通常どおり業務を行います。テナントの営業については各テナントへお問い合わせください。 問 北とびあ1階フロント ☎(5390)1100 ●障害者福祉センター 日11月23日(祝) 問 障害者福祉センター ☎(3905)7111 ●赤羽文化センター 日11月11日(月)…一般貸出停止 19日(火)…休館日 問 赤羽文化センター ☎(3906)3911

11月11日(月)～17日(日)は 「税を考える週間」 です

税金は、私たちの暮らしを支える大切なものです。教育、医療、福祉などに税金が活かされています。

この機会に、税について今一度考えてみませんか。

平成25年度「税を考える週間」の主な行事

Table with 4 columns: 行事名, 日程, 会場, 主催. Includes events like 'くらしと税金展' and '税理士による無料税務相談'.

年末調整等説明会

源泉徴収義務者(給与や賃金を支払っている事業者等)の方を対象に、平成25年分の年末調整、法定調書及び給与支払報告書に関する説明会を開催します。

日 場 下表のとおり

Table with 3 columns: 日 程, 対象地域, 会 場. Lists dates from 11/12 to 11/14 and locations like '北とびあつつじホール'.

[時間] 午後1時30分～4時(1時開場)

※所定の日に都合の悪い方は、ほかの開催日に出席できます。 ※各会場には駐車場がありません。車での来場はご遠慮ください。

問 王子税務署 ☎(3913)6211 税務課 ☎(3908)1113

※王子税務署では、自動音声での案内となります。説明会、用紙請求(源泉所得税・法定調書関係)は「2」番を選択し、下記内線を指定してください。 説明会・源泉所得税関係…内線251～253(法人課税第2部門) 用紙請求(法定調書・年末調整関係)…内線203(管理運営部門) 年末調整のしかたなど、国税に関する一般的な相談は「1」番(電話相談センター)を選択してください。

自宅で作成ネットで申告e-Tax(イータックス)

e-Tax(国税電子申告・納税システム)では、自宅やオフィス、税理士事務所などから、インターネットを利用して、申告、法定調書の提出、申請・届出などができます。 また、自宅からダイレクト納付やインターネットバンキングなどによる納税もできます。なお、平成25年10月1日から納税証明書のオンライン請求がとっても便利になりました。 e-Taxをぜひご利用ください。 e-Taxを利用するには、事前準備が必要となります。 詳しくは、ホームページをご覧ください。 http://www.e-tax.nta.go.jp/

eLTAX(エルタックス)をご利用ください

税務課では、インターネットを利用した給与支払報告書(総括表・個人別明細書)の電子申告(eLTAX:エルタックス)を受け付けています。 電子申告を利用するには、電子証明書の取得などの所定の手続きが必要です。 詳しくは、ホームページをご覧ください。 問 税務課 ☎(3908)1113 http://www.eltax.jp/ ※エルタックスは、全国の地方公共団体が共同で運営する住民税の総合システムです。国税電子申告・納税システム(e-Tax)とは別のシステムですのでご注意ください。

王子法人会「公開特別講演会」

後援 北区

感動力～伝わる表現に変わる4つの法則～

区内在住、在勤、在学の方 日11月6日(水) 午後3時開演(2時30分開場) 場 北とびあつつじホール 師 感動プロデューサー® 平野秀典氏 定 400名(先着順) 申 ファクス(記入例参照)または電話で申込 問 王子法人会事務局 ☎(5390)1112 FAX(5390)1115

平成25年度 行政評価の結果がまとまりました

●行政評価とは

区の仕事を担当職員が振り返り、今後の方針を考えていくというものです。これは、限られた財源をより効果的に活用し、よりよい北区を創造していくための取り組みです。行政評価にはいくつかの種類がありますが、区では、施策評価と事務事業評価の2つを行っています。

○施策評価の対象

基本計画2010の61施策を対象にしています。基本計画は、目標-基本施策-計画事業という体系をとり、基本施策を担っている部分が評価します。

○施策評価の方法

施策評価では、区民ニーズや社会変化をとらえ、施策(区が取り組む方向)の有効性などを検証します。また、計画事業の進捗を踏まえ、基本施策を重要度別に3段階(A～C)に分類しています。

○施策評価の集計

表1のとおりです。

Table 1: 平成25年度施策評価. Columns: A(重点施策: 最優先に進める施策), B(引き続き同水準での継続実施が必要な施策), C(相対的に重要度、緊急度が低下している施策). Rows: 目標, 健康やかに安心してくらせるまちづくり, 一人ひとりがいきいきと活動するにぎわいのあるまちづくり.

○事務事業評価の対象

昨年度に行われた事業(区の具体的な仕事)の中で、区に裁量の余地の無い法定受託事務や内部管理事務などを除いた、すべての事業を対象にしています。今年度の評価対象事業は721事業です。

○事務事業評価の方法

まず、事業の目的・対象者等を振り返り、事業にかかるコストを把握します。次に、事業の成果・効率性を計る指標と今後の目標値を設定し、そのうえで、事業課長が一次評価(簡易評価)を行います。

さらに、一部の事業は、事業課長・事業部長・政策経営部長による二次評価(重点評価)も行います。今年度の重点評価では、始まって間もない事業(今年度2年目の事業)及び一定程度進捗した事業(今年度5年目の事業)を選び、事業の実施方法等を検証しました。 評価では、来年度の事業の方針「維持・推進、拡充、縮減、休止、再開、終了、その他(他事業との統合など)」を示しています。

○事務事業評価の集計

表2のとおりです。

表2 平成25年度事務事業評価

Table 2: 平成25年度事務事業評価. Columns: 評価対象事業, 維持・推進, 拡充, 縮減, 休止, 再開, 終了, その他. Rows: 簡易評価, 重点評価(2年目及び5年目の事業).

※721事業のほかに、区に裁量の余地が無いために評価対象外とした事業が、215事業あります。

●評価結果の公表

「公表場所」経営改革担当課(区役所第一庁舎3階15番)、区立図書館、地域振興室、区政資料室(区役所第一庁舎1階)及び北区ホームページで公表しています。 ぜひご覧になり、ご意見を寄せください。ご意見はホームページからも送ることができます。 問 経営改革担当課 ☎(3908)9334

赤羽北1丁目22番地先で発見された不発弾を11月17日(日)に処理します。不発弾処理に伴い、公共交通機関への影響があります。詳しくは同時配布のチラシをご覧ください。 問 北区不発弾処理コールセンター ☎0120(770)346

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10面をご覧ください

# 催し

## ◆第26回おとなのためのおはなし会

後援 北区教育委員会

**日** 11月10日(日) 午後1時30分～4時  
**場** 中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)  
**内** 日頃子どもたちに語っているお話を大人の  
 方も楽しんでいただけます。「かしい  
 グレーテル」「かあさん子のたからさがし」「ド  
 シュマンとドゥースト」ほか  
**用** 当日、直接会場へ ※乳幼児同伴不可  
**問** 北区おはなしの会 和泉じゅん子  
 ☎042(469)3118

# お知らせ

## ◆学校非常勤栄養職員募集

**対** 栄養士免許を有し、栄養士としての実務  
 経験が1年以上の方 **【募集人員】**若干名  
**【選考方法】**書類審査及び面接 **【雇用期間】**

平成26年4月1日～27年3月31日  
**【勤務日数・時間】**年間205日、1日7時間  
**【報酬】**月額19万9,000円 **【勤務場所】**区  
 立小・中学校 **【学校支援課】**(区役所第二  
 庁舎2階)で配付している募集案内(北区  
 ホームページからもダウンロードできます)  
 をご覧ください。募集案内の郵送を希望する  
 方は、80円切手を貼った返信用封筒を交付し  
 てください。 **【受付期間】**10月21日(月)  
 ～11月8日(金)(必着)  
**問** ☎114-8508(住所不要)学校支援課  
 保健給食係  
 ☎(3908)9295

## ◆北区創業支援施設 ネスト赤羽使用者募集

eスタートスペース使用者  
**【対】**1年以内に創業予定の方  
**【募集数】**15ブース(審査後決定)  
**【使用期間】**平成26年1月から6月までの6カ  
 月間(その後審査のうえ使用登録を3回まで  
 更新可)  
**【使用料】**42,000円(6カ月分。使用登録許

可後に前納払)  
**【施設概要】**所在地…赤羽1-59-9(JR赤羽  
 駅下車徒歩約7分、東京メトロ南北線赤羽岩  
 淵駅下車徒歩約3分)  
**設備**…インターネット接続環境・メールボッ  
 クス・会議室(有料)・交流ラウンジ・受付・商  
 談室ほか、インキュベーションマネージャー  
 による支援、専門相談(創業・経営・税務な  
 ど)が受けられます。  
**【応募条件】**現に事務所の確保が必要と認め  
 られる方で、①地域産業の活性化に寄する  
 事業を行うこと ②施設利用期間終了後も  
 区内で引き続き事業を行う意志を有すること  
 ③個人または法人にかかる税金を滞納し  
 ていないこと ④別に定める使用条件を  
 遵守できること  
 ※詳しくはネスト赤羽にある募集要項(ホーム  
 ページからもダウンロードできます)をご  
 覧ください。  
**【募集要項】**取り寄せ、11月18日(月)まで  
 に直接申込  
**問** ☎ネスト赤羽  
 ☎(3598)0571  
**HP** http://www.nest-akabane.com

## ◆第8回東京都北区 資源循環推進審議会

**日** 11月6日(水) 午後2時から  
**場** 第2委員会室(区役所第一庁舎4階)  
**内** さらなるごみの減量化のための具体策  
**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** リサイクル清掃課/リサイクル生活係  
 ☎(3908)8538

## ◆北区飛鳥山博物館無料観覧日

「文化の日」にちなんで、北区の自然・歴  
 史・文化を学び、当時の人々のくらしぶりを  
 実感できる常設展示室を無料で観覧できま  
 す。  
 また、北区飛鳥山博物館秋期企画展「名所  
 物語―浮世絵にみる北区の江戸時代」を開  
 催しています。  
**日** 11月3日(祝) 午前10時～午後5時  
**問** 場 北区飛鳥山博物館(王子1-1-3)  
 ☎(3916)1133

**国民健康保険料休日納付相談**  
**日** 10月27日(日) 午前9時～午後4時  
**問** 場 国保年金課国保保険料係(区役所  
 第一庁舎2階24番)  
 ☎(3908)1159

# 国保

◆国民健康保険加入・喪失の届出は「14日  
 以内」  
 ●会社等を退職した方  
 退職などで社会保険を喪失して、国民健  
 康保険に加入する方は、加入の手続きをし  
 てください。  
**【必要書類】**健康保険資格喪失証明書または  
 退職日が確認できる書類  
 ※保険証の交付は原則郵送ですが、免許  
 証、パスポート、住基カードなどで本人確認  
 ができたときは、即日交付します。  
 ●会社等の健康保険に加入した方  
 会社などの健康保険に加入したとき、ま  
 たは家族の健康保険の扶養家族になったと  
 きは、国民健康保険をやめる手続きをし  
 てください。会社などから区役所への連絡は  
 ありませんので、必ずご自身でお届けくだ  
 さい。郵送でも受け付けますのでお問い合わせ  
 ください。  
**【必要書類】**会社などから交付された保険  
 証と国民健康保険証  
**問** ☎国保年金課国保資格係(区役所第一  
 庁舎2階23番)  
 ☎(3908)1131

◆出産育児一時金の支給  
 北区国民健康保険に加入している方が  
 出産(妊娠85日以上で死産、流産の場合を  
 含む)した場合に、出産育児一時金を42万  
 円支給します。  
 原則として北区国民健康保険が産育  
 児一時金を病院などに直接支払います(直  
 接支払制度)。なお、出産する方がほかの  
 健康保険に1年以上加入しており、資格を表

失してから半年以内の出産については、前  
 の健康保険から支給される場合があります  
 。その場合は、前の健康保険に申請をし  
 てください(被扶養者を除く)。  
 直接支払制度を利用して、出産費用が  
 42万円を超えた場合は超えた分を病院な  
 どへお支払いください(区役所での手続き  
 不要)。出産費用が42万円に満たない場合  
 は、差額分を世帯主に支給しますので出  
 産した方が退院したあとに申請をししてく  
 ださい。  
 直接支払制度を利用しない場合は、出  
 産費用の全額を病院などに支払った後に、出  
 産育児一時金の申請をしてください。  
**【申請に必要なもの】**被保険者証(保険証)、  
 母子手帳、出産育児一時金直接支払制度  
 利用合意文書、出産費用明細書、死産・流  
 産(妊娠85日以上)の場合は医師の証明  
 書、世帯主の印鑑(朱肉をつける印)、世帯  
 主の口座番号  
 ※外国で出産した場合は、出入国のわかる  
 スポートの提示が必要です。外国籍の方は、  
 このほかに戸籍の証明・公証役場の証明(公  
 証書)が必要です(日本語の訳分を添付)。出  
 産した方が帰国後に申請してください。  
**問** ☎国保年金課国保給付係(区役所第一  
 庁舎2階22番)  
 ☎(3908)1132

◆葬祭費の支給  
 北区国民健康保険に加入している方が  
 死亡したとき、葬儀代金を支払った方に、葬  
 祭費として7万円を支給します。ただし、交  
 通事故などで相手方から補償がある場合  
 などは、北区国民健康保険から支給されな  
 いことがあります。  
**【申請に必要なもの】**被保険者証(保険証)、  
 葬儀代金を支払った方の印鑑(朱肉につ  
 ける印)、葬儀代金の領収書、死亡診断書  
 (写)、葬儀代金を支払った方の口座番号  
**問** ☎国保年金課国保給付係(区役所第一  
 庁舎2階22番)  
 ☎(3908)1132

## ◆ジェネリック医薬品個別差額通知を送付 します

**【対】**北区国民健康保険の被保険者で、生  
 活習慣病や慢性疾患などで先発医薬品を服  
 用しており、ジェネリック医薬品に切り替  
 えた場合、自己負担額が一定以上減額にな  
 る可能性がある方  
**【送付時期】**10月下旬  
 ●ジェネリック医薬品とは  
 先発医薬品(新薬)の特許期間終了後に  
 製造販売される、新薬とほぼ同じ成分・効  
 果を持つ医薬品です。ジェネリック医薬品  
 を希望する方は、かかりつけの医師・薬局  
 の薬剤師にご相談ください。  
**問** ☎国保年金課国保給付係  
 ☎(3908)1132

## ◆療養費の支給

次の①～⑥の場合、審査により、1割割  
 付した費用のうち、給付割合に応じた額が、  
 あとから療養費として支給されます。た  
 だし、支給要件などに該当しない場合があ  
 りますので、お問い合わせください。  
 ※申請が、支払った日の翌日から2年を  
 経過すると時効になり、支給されません  
 にご注意ください。  
 ①旅行先など、緊急やむをえない理由で  
 被保険者証を持たずに治療を受けたとき  
 ②生血を輸血したとき(第三者に限る)  
 ③医師が治療上必要と認めたコルセット  
 などの補装具を購入したとき  
 ④ねんざや打撲などで接骨院で施術を受  
 けたとき  
 ⑤医師が治療上、マッサージ、はり・き  
 ゅうを必要と認めたとき  
 ⑥海外渡航中に病気やけがで緊急やむを  
 えず治療を受けたとき  
 ※現地の医療機関で記入する所定の証明  
 書が必要となりますので、渡航前にお問  
 い合わせください。  
**問** ☎国保年金課国保給付係(区役所第一  
 庁舎2階22番)  
 ☎(3908)1132

# 国保・後期高齢者医療

## ◆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。自分で支  
 払いに行く手間も省け、納め忘れの心配も  
 ありません。  
 引き落としは毎月末日です(休業日の場  
 合は翌営業日)。口座振替依頼書(口座  
 出印が必要)でお申し込みできます。  
 10月2日から、ペイジー口座振替受付  
 サービスが始まりました。金融機関のキャ  
 ッシュカードがあれば、口座出印がなくな  
 っても、区役所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。  
**問** ☎国民健康保険/国保年金課国保保  
 料係口座担当(区役所第一庁舎2階24番)  
 ☎(3908)1137  
**【後期高齢者医療保険料】**国保年金課高  
 齢医療係(区役所第一庁舎2階25番)  
 ☎(3908)9069

# 年金

## ◆付加年金をご存知ですか

国民年金には、月々の定額保険料(平成  
 25年度は15,040円)に400円の付加保  
 険料を加えて納付することで、老齢基礎年  
 金に上乗せして受けられる付加年金があ  
 ります。  
 国民年金第一号被保険者で保険料をお  
 支払いしている方(国民年金基金加入者  
 の方を除く)と国民年金の老齢基礎年金を  
 受給していない方が申込できます。  
 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  
 北年金事務所  
 ☎(3905)1011

**第143期 10/26より開始 新期スクール生募集!**  
 初心者にも安心! 親切丁寧指導! 明るく楽しいスクール  
**王子駅前 サンスポアテニス**  
 ☎03-3914-1005  
 サンスポアテニス 検索

**うちのテレビでネットができる。JCN**  
**JCNスマートテレビ**  

 テレビで孫とメールもできる! 毎日の楽しみが増えたよ!  
**☎0120-3737279** (受付時間 9:00~17:30)  
 JCN北 検索 www.kitanet.co.jp  
 〒114-0002 東京都北区王子1-13-14 朝日生命王子ビル5F 株式会社JCN北ケーブル

**貸農園 ベジファーム KAWAGUCHI**  
 気軽に農園体験♪  
 ●初めての方でも親切丁寧に指導させていただきます。  
 ●農具の無料貸出しあります。手ぶらでOK  
 ●トイレ、駐車場、給水設備、休憩場完備!  
**15m<sup>2</sup>・20m<sup>2</sup>**  
**070-6429-3474**  
 メールアドレス vegefarm60@gmail.com  
 ホームページ http://www.vege-farm.com/  
 〒333-0816 埼玉県川口市差間398-1

A4黒毛和牛カルビ、ロース、ハラミ 380円  
 和牛コース1980円+980円飲み放題 **かすみ炭火焼肉** 東十条駅北口2出て20秒  
 TEL:03-5963-3566

記事の見方  
 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

広告  
 この欄は北区の事業は各企業・団体へ  
 お問い合わせは各企業・団体へ

# 主 な 事 業 の 決 算 額

## 一 般 会 計

平成 24 年度に行った主な事業を、基本計画 2010 と中期計画に基づき、「3つの優先課題」に沿ってお知らせします。

### 地震・水害に強い安全・安心なまちづくりに全力

#### 防災対策の充実

地域防災計画の改定、避難所等の機能の充実、災害時の通信基盤の充実

..... 2 億 509 万 7 千円

#### 学校等の公共施設の耐震補強

小学校、保育園、児童館、老人いこいの家、区営住宅などの耐震補強工事の実施及び地域振興室、文化センターなどの耐震補強に着手

..... 2 億 2,201 万 3 千円

#### 木造民間住宅耐震化促進事業

木造住宅の所有者に耐震診断士派遣による無料の耐震診断を実施したほか、耐震補強設計及び耐震改修工事、耐震建替え工事の各費用に対する一部助成を拡充

..... 1 億 86 万 円

#### 集中豪雨等対策

近年頻発するゲリラ豪雨による被害軽減のため、既存の公園などに雨水流出抑制施設を整備

..... 9,416 万 6 千円

### 長生きするなら北区が一番

#### 一人暮らしの高齢者等の見守りの充実

高齢者あんしんセンターへの見守りコーディネーター配置、地域の見守りを行う町会・自治会に対する活動経費の助成、見守りの優先度が高い高齢者への訪問活動や救急医療情報キットの配付

..... 8,253 万 5 千円

#### 高齢者インフルエンザ予防接種の充実

高齢者インフルエンザ予防接種費用の無料対象年齢を75歳以上から72歳以上に引き下げ

..... 1 億 7,039 万 4 千円

#### 高齢者施設の整備

特別養護老人ホーム「新町光陽苑」の整備及び老人保健施設「はくちょう」の整備・誘導

..... 3 億 4,678 万 6 千円

### 子育てするなら北区が一番

#### 放課後子どもプラン

子どもたちの居場所づくりの充実を図るため、放課後子ども教室と児童クラブを一体的に運営する放課後子どもプランのモデル事業を開始

..... 8,268 万 7 千円

#### 保育所待機児童解消

保育所の待機児童を解消するため、認可保育所の新設や定員拡大など、子育てしやすい環境を整備

..... 6 億 8,141 万 5 千円

#### 公園等整備事業

新河岸東公園の拡張整備と昭和町ふれあい児童遊園整備工事に取り組むとともに、北谷端公園の再生整備のための基本設計などを実施

..... 4 億 230 万 5 千円

#### 学校改築

安全で快適な学校生活と、これからの教育にふさわしい新しい学校づくりを目指し、滝野川紅葉中学校及び赤羽岩淵中学校の改築工事を実施

..... 20 億 821 万 6 千円

#### 北区小中一貫教育の推進

小中一貫教育カリキュラムを基本に、これまでのモデル事業などの取組を活かし、区立全校で学校ファミリーを基盤とした小中一貫教育を実施

..... 848 万 6 千円

### その他

#### 公共施設のバリアフリー化

西が丘ふれあい館、中央公園文化センター及び滝野川体育館のエレベーター整備に着手

..... 3,391 万 3 千円

#### 十条駅周辺のまちづくりの促進

十条駅西口再開発を進めるため、再開発準備組合に対して事業補助金及び公共施設管理者負担金を交付

..... 5,429 万 8 千円

#### 公共施設再配置方針の策定

人口構成や区民ニーズが変化する中、公共施設の老朽化などによる更新需要に対応するため、「公共施設再配置に関する方針」を策定

..... 410 万 6 千円

## 特 別 会 計

### 国民健康保険事業会計

国民健康保険は、病気やケガに備えて加入者が収入に応じた保険料を出し合い、国などの負担金と合わせて医療費を支払う保険制度で、平成 24 年度の歳出の 85.4%は医療費などの支出にあてられています。平成 24 年度決算は、対前年度比で歳入が 2.1%の増加、歳出が 2.0%の増加となりました。

### 中小企業従業員退職金等共済事業会計

区内中小企業の求人難、定着難を背景に従業員の福利厚生充実と区内中小企業の振興を図る目的で実施している共済事業です。

### 介護保険会計

高齢者の介護を社会全体で支え合う制度で、平成 24 年度の歳出の 93.5%は、サービスの給付などにあてられています。平成 24 年度決算は、対前年度比で歳入が 12.8%の増加、歳出が 10.4%の増加となりました。

### 後期高齢者医療会計

後期高齢者医療制度を運営する東京都後期高齢者医療広域連合に対して、広域連合分賦金として保険料及び事業経費を納付しており、これは歳出全体の 88.9%を占めています。平成 24 年度決算は対前年度比で歳入が 9.2%の増加、歳出が 9.4%の増加となりました。

※各会計の決算額は 1,000 円未満を四捨五入しています。

問 財政課 ☎ (3908) 1105

会 計	歳入・歳出予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業会計	393億231万1千円	389億7,366万6千円	99.2%	383億4,266万2千円	97.6%
中小企業従業員退職金等共済事業会計	2億4,469万4千円	1億6,933万4千円	69.2%	1億6,933万4千円	69.2%
介護保険会計	244億4,104万4千円	247億4,251万7千円	101.2%	237億5,821万8千円	97.2%
後期高齢者医療会計	76億2,890万8千円	75億4,137万6千円	98.9%	73億1,577万1千円	95.9%

平成24年度

# 歳入歳出決算が認定されました

皆さんが納めた税金や国・東京都からの補助金・交付金などが区の収入としてどのくらい入り(歳入)、それをどのように使ったか(歳出)を示すことを決算といいます。

地方自治法の規定により監査委員の審査を経たのち、9月9日から10月4日にかけて開かれた北区議会定例会において、平成24年度の一般会計及び特別会計の歳入歳出決算が認定されました。

問 財政課 ☎(3908)1105

### 監査報告から

地方自治法の規定により審査した結果、計算はすべて正確に行われ、過誤なく収支は命令に符合していました。また、事務手続きは、法令に違反していないものと認められました。

東京都北区監査委員

## 平成24年度 決算の概要

### 一般会計決算の概要

平成24年度予算は、「区民とともに」の基本姿勢のもと、「北区基本計画2010」と「北区中期計画」を踏まえ、4つの重点戦略を中心に、限られた資源を各分野において重点的・効率的に配分しました。

また、特に3つの優先課題として「地震・水害に強い安全・安心なまちづくりに全力」で取り組むとともに、「長生きするなら北区が一番」を実現し、また「子育てするなら北区が一番」をより確かなものにするための施策に積極的に取り組みました。

一方で、東日本大震災や欧州の政府債務危機などによる経済への影響、人口の減少と少子高齢化の一層の進展、さらに税収の低迷など財政環境が極めて不透明な状況のもと、「北区経営改革『新5か年プラン』」に基づき、一層の内部努力と外部化を基軸とした事務事業の見直しを積極的に推進しました。

一般会計予算の歳入歳出は次のとおりです。

当初予算	1,327億7,400万円
補正予算	42億7,254万円
前年度からの繰越額	7億6,942万3千円
予算総額	1,378億1,596万3千円

歳入決算額は、旧富士見中学校跡地を63億円で売却したことなどにより、前年度より66億1,268万1千円(5.1%)上回りました。また、特別区税が対前年度比4億4,719万2千円、1.8%の増となった一方で、特別区交付金(※1)は7億8,122万2千円、1.7%の減となりました。

歳出決算額は、生活保護費の増加や保育所の整備などの福祉費の増加、基金の積立などにより、前年度を68億6,560万4千円上回りました。一方で、教育費は校地取得の終了などにより、土木費は西ヶ原みんらの公園の整備終了などにより減となりました。

歳入から歳出を差し引いた「形式収支」は48億1,677万2千円の黒字となり、翌年度へ繰り越すべき財源4億2,730万1千円を除いた「実質収支」は43億8,947万1千円となりました。

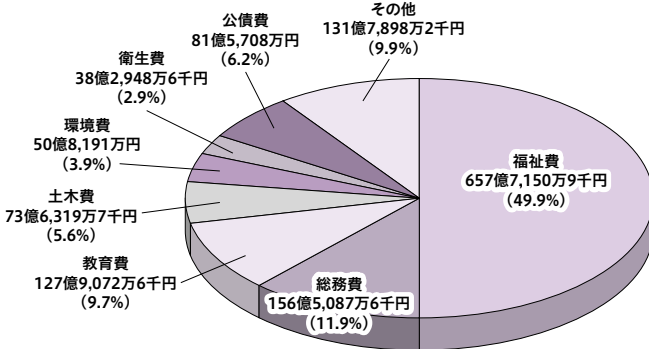
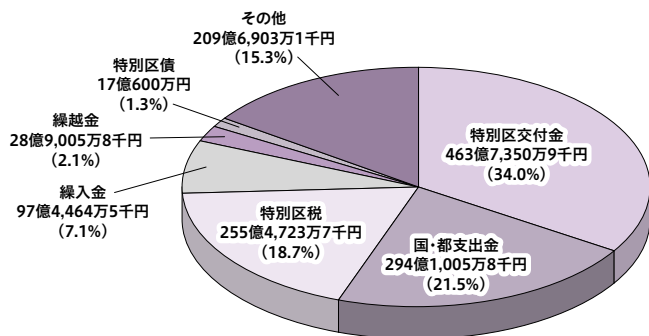
※1 特別区交付金とは、市町村民税法人分、固定資産税など、都区共通の財源から、都が特別区に一定の割合の額を配分する交付金です。ほかの市町村では、これらの税はすべて独自の財源となっています。

歳入総額 1,366億4,053万8千円

[収入率99.1%]

歳出総額(目的別) 1,318億2,376万6千円

[執行率95.7%]



### 普通会計決算の概要

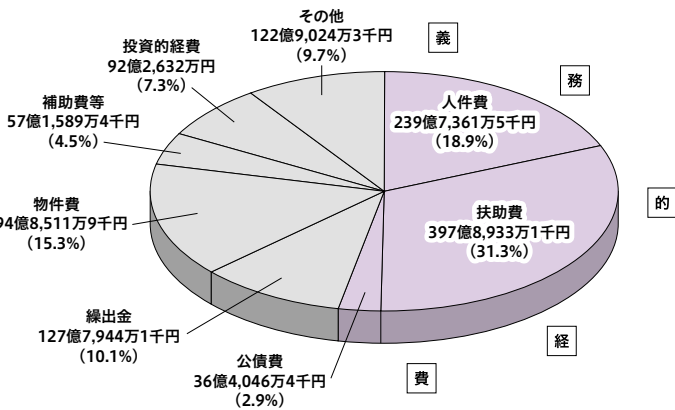
北区の会計を普通会計ベース(※2)で性質別に見ると、義務的経費(人件費、扶助費、公債費)が53.1%(対前年度比1.7ポイント減)を占めています。

また、道路・公園等の土木施設や教育施設等の建設事業に係る経費である投資的経費は7.3%(対前年度比2.8ポイント減)です。

物件費、繰出金、補助費などのその他の経費は39.6%(対前年度比4.5ポイント増)です。

※2 普通会計とは地方公共団体ごとで少しずつ異なる会計の項目を、統一的な基準で分析できるよう再構成したものです。

歳出総額(性質別)普通会計ベース 1,269億42万7千円



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

### 財政健全化判断比率の公表

平成20年度から、地方財政健全化法に基づき、決算をもとに財政健全化判断比率を算出して、監査委員の審査に付した後、区議会に報告し、区民の皆さんに公表することが義務付けられました。

いずれかの比率が早期健全化基準以上の場合は財政健全化計画を、財政再生基準以上の場合は財政再生計画を定めなければなりません。

平成24年度決算に基づき算定した北区の比率

は、いずれの比率も早期健全化基準を下回っています。(単位:%)













区分	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
北区の比率	-	-	△2.0	-
早期健全化基準	11.25	16.25	25.0	350.0
財政再生基準	20.00	30.00	35.0	

※実質赤字額または連結実質赤字額がない場合及び実質公債費比率または将来負担率が算定されない場合は「-」となります。

※財政健全化判断比率については、10月末に北区ホームページでも公開予定です。

問 財政課  
☎(3908)1105

### 平成24年度北区決算にみる1,000円の使い方

 <b>340円</b> おとしりやからだの不自由な方などのために	 <b>159円</b> 保育園や児童館の運営などに	 <b>56円</b> 公園や道路の整備などまちづくりに	 <b>72円</b> 小学校、中学校、幼稚園などの運営に	 <b>119円</b> 安全・安心、防災対策や区民施設の管理運営などに	 <b>25円</b> 図書館、体育施設の運営などに
 <b>29円</b> 健康づくりや健康診断などに	 <b>62円</b> 特別区債の償還などに	 <b>21円</b> 商工業の振興などに	 <b>7円</b> 区議会の運営に	 <b>72円</b> その他(基金の積立など)	 <b>38円</b> 清掃事業や環境・リサイクル対策などに

◆北区ふるさと農家体験館まつり

日 11月4日(休) 午前10時～午後3時

内 昔懐かしい遊びやおもちゃ作りを体験します。和太鼓実演もあります。

申 当日、直接会場へ

問 場 北区ふるさと農家体験館(赤羽西5-2-34赤羽自然観察公園内)

☎(5993)8361

◆第21回滝野川文化センター祭

主催 北区教育委員会・滝野川文化センター利用団体連絡協議会

日 11月9日(土)・10日(日) 午前10時～午後4時 【作品展示】陶芸、シルバークセサリー、西洋磁器上絵付、七宝焼、和裁、油絵、版画、藤工芸、陶器ペイント、水彩画、絵手紙、パステル画、篆刻、鉛筆画、写真、書道、学習一般 【実演】9日…コーラス、オカリナ、マンドリン&ギター 10日…フラダンス、着付け、箏曲、ゴスペル、マジック

※特別プログラムとして、桜丘中学・高等学校吹奏楽部による演奏も行います。

【そのほか】お茶席(表千家・裏千家・黄檗東本流)、香席(御家流)、お弁当・菓子販売

●公開事業「中高年の方の体力の保持・転倒の予防に!すわって伸びのび」北区さくら体操!

北区の歌に合わせてイスに座ったまま行う健康体操です。

日 11月9日(土) 午前10時30分～11時

館 健康増進センター運動指導員 【協力】さくら体操指導員 定 300名程度(先着順)

=以下、共通=  
申 当日、直接会場へ  
問 場 滝野川文化センター(西ヶ原1-23-3)(月曜、祝日休館)

☎(5394)1230

◆赤羽自然観察公園「自然に親しむ秋まつり・活動展」

主催 赤羽自然観察公園ボランティアの会

日 11月4日(休) 午前10時～午後2時30分 ※小雨決行 場 赤羽自然観察公園(赤羽西5-2-34) 内 自然観察会、活動展示、手づくり輪投げ、藍染め体験、福祉販売

問 道路公園課公園河川係

☎(3908)9275

◆地元中小業者の祭典「北区民商まつり」

後援 北区

日 11月3日(祝) 午前10時～午後3時

場 飛鳥山公園(王子1-1-3) ※雨天の場合は柳田小学校体育館 内 多彩なステージや飲食・フリーマーケットの特設商店街、子ども工作コーナーなど。福引券(1枚200円)を販売し、抽選会も予定しています。

申 当日、直接会場へ

問 北区民主商工会

☎(3913)6632

◆子どもいっぱい夢いっぱい 第13回「ファミリーまつり」

主催 北区青少年赤羽西地区委員会 共催 西が丘児童館・赤羽西児童館

子どもだけでなく、大人も高齢者もハンディキャップのある方も、皆さんでファミリーになって楽しめるまつりです。

日 11月3日(祝) 正午～午後3時(雨天決行) 場 梅木小学校校庭 内 舞台(パト、

◆赤羽文化ひろば11月のプログラム

主催 北区教育委員会・赤羽文化センター利用団体連絡協議会

①OKくらぶ展

日 11月6日(水)～10日(日) 午前11時～午後5時 内 会員の趣味やコレクションである写真や切手を展示します。

【参加団体】OKくらぶ

②日本舞踊発表会

日 11月10日(日) 午後1時30分～3時(1時開場) 内 小学生から大人まで、日本舞踊の発表をします。

【参加団体】日本舞踊クラブ

③愛吼流詩吟発表会

日 11月24日(日) 午後1時～4時(0時30分開場) 内 詩吟の発表と剣舞

【参加団体】愛吼流

④デイサービス合同作品展覧会

日 11月25日(月)～30日(土) 午前10時～午後4時 内 デイサービス利用者が日々作成した作品を展示します。

【参加団体】区内デイサービス10施設

=以下、①～④共通=  
問 場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301)

☎(3906)3911

◆プラネタリウム11月の番組「ほろき星1～アイソン彗星直前情報～」

春に接近したパンスタース彗星に続いて、新たにもうひとつのほろき星、「アイソン彗星」が見られそうです。東京では平成9年のヘルポップ彗星以来、明るく見える彗星になるのではないかと期待されています。話題のほろき星を探してみましょ。

日 11月3日(祝)・17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

◆チャリティ映画会「明日の希望」

後援 北区・北区教育委員会

重度の身体障害がありながらも、強じんな意志と不屈の精神で社会福祉法人北海道光生舎を創った、故高江常男氏の実話に基づいた映画を上映します。

日 11月16日(土) 午前の部…午前10時

～正午 午後の部…午後1時30分～3時30分 場 赤羽会館1階講堂 内 山田火砂子監督の舞台挨拶があります。

定 各600名(先着順) 費 1,000円(前売り)、1,200円(当日)、18歳未満は無料チケットを配布

申 北区社会福祉協議会(岸町1-6-17)でチケットを購入

※当日券は直接会場で購入

※手話通訳、日本語字幕、音声ガイドあり

問 場 北区社会福祉協議会

☎(3906)2352

◆滝野川会館プチコンサート

日 10月28日(月) 正午～午後1時

内 声楽…鈴木美香 ピアノ…横山理奈

申 当日、直接会場へ

問 場 滝野川会館1階ホワイエ(西ヶ原1-23-3)

☎(3910)1651

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 11月14日(木) 午前9時10分～午後2時50分(予定)

【見学施設】みどりと環境の情報館(エコバルド)→中央図書館→防災センター

内 植物の育て方や楽しみ方を学び、日本文学研究者ドナルド・キーン氏からの寄贈書を見学したあと、防災センターで地震対策の学習、地震・煙体験など、いざというときの備えを学びます。

【交通手段】マイクロバス

定 15名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。参加者全員(3名まで)の住所・氏名・年齢・性別・電話番号も記入)で、11月5日(火)(必着)まで

※昼食・飲み物は各自ご用意ください。

※動きやすい服装で参加してください。

問 場 〒114-8508(住所不要)広報課 区民相談室

☎(3908)1101

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10面をご覧ください

講座・講演会

◆古民家工作教室 「木の実のリース作り」

対 区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方
日 11月23日(祝) 午後1時~3時
内 フスのつるにどんぐりや松ぼっくりなどを飾りつけてリースを作ります。
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・年齢(学生は学年)も記入)で、11月9日(土)(必着)まで
間 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

◆エコベルデ みどりの教室

春が楽しみ!球根の植え付け
対 区内在住、在勤、在学の方
日 11月16日(土) 午前10時~正午
内 冬の間も楽しんで、春になったら球根が咲き出す寄せ植えづくり
定 30名(抽選) 費 800円(材料費)
申 往復はがき(記入例参照)で、10月31日(木)(必着)まで
間 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

◆消費生活センター商品テスト教室 「食や水の問題を調べてみよう」

対 区内在住、在勤の方
日 ①11月14日(木) 午後1時30分~3時30分
②15日(金) 午前10時~正午
内 お菓子の着色剤やソーセイジの発色剤などの食品添加物と水の硬度を簡単な実験で検証します。
師 北区商品テスト指導員 定 各18名(抽選)

選) 申 往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、11月1日(金)(必着)まで
間 場 先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「商品テスト教室」係(北とびあ11階)
☎(5390)1239

●開催変更のお知らせ

北区ニュース10月1日号5面の「第41回消費生活展」実習コーナーの「布ぞうりづくり」は10月26日(土)のみとなりました(27日(日)は中止)。
間 場 先 〒114-8534(住所不要)消費生活センター ☎(5390)1239

◆滝野川会館講座 「オススメ1日講座」

2時間であなたもワイン通
今年しか味わえないボージョレーを美味しいおつまみと一緒に一味違う大人のワインの楽しみ方を紹介します。
対 20歳以上の方
日 11月26日(火) 午後7時~9時
定 20名(抽選)
費 2,500円
申 往復はがき(記入例参照)で、11月6日(水)(必着)まで
間 場 先 〒114-8534(住所不要)滝野川会館 ☎(3910)1651

◆輪踊り(ぼん踊り)教室

楽しくからだを動かして踊りませんか。1年を通し講師が指導します。
対 区内在住の方
日 毎月第1・3水曜 午後1時30分~3時30分
申 電話申込(随時受付)
間 場 先 上中里コミュニティ会館(上中里2-31-12大黒湯ビル2階) ☎(3913)9589

◆販路開拓セミナー 強みを活かして挑め!“小出流”ビジネスチャンスのつくりかた

長らく景気低迷、モノが売れない時代に立ち向かうために、自分の会社・お店の「強み」を活かしましょう。
日 11月22日(金) 午後6時~8時
場 北とびあ9階902会議室
内 中小企業者の皆さんが販路開拓、新事業分野への進出を目指すための秘訣
師 富士市産業支援センターfBiz センター長 小出宗昭氏
定 50名(申込順)
申 電話申込
間 先 産業振興課工係 ☎(5390)1235

催し

◆第84回歩こう会(一日コース)

共催 北区教育委員会
船で行く浜離宮恩賜庭園、隅田川を下り美しい庭園を散策しましょう。

日 11月24日(日) 午前8時北とびあ前集合(雨天中止)
【コース】北とびあ前→JR王子駅→東京メトロ銀座線浅草駅→浅草寺→水上バス乗船→浜離宮散策(昼食)→JR新橋駅→王子駅→北とびあ前解散(午後4時予定)
【持ち物】弁当、水筒、おやつ、雨具、敷物
定 100名(申込順)
費 大人1,200円、小学生以下500円(交通費、入園料、保険料)
申 10月24日(木)から電話申込
間 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

◆北清掃工場の個人見学会

日 11月9日(土) 午後1時30分~3時
定 50名(申込順)
申 11月7日(木)までに電話申込
間 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

33万人健康づくり大作戦 健康フェスティバル北区2013

①和歌山健康セミナー第2弾 「食」の持つ驚きの力と魅力~梅・醤油・みかんで健康生活~
対 区内在住、在勤の方
日 11月25日(月) 午後2時~4時
場 北とびあ15階ペガサスホール
内 【食】「健康」をテーマに毎日を美味しく楽しみながら、3年後、10年後も、食を通してイキイキ健康を目指すライフスタイルをアドバイス。食材本来の効能はもちろん、そのよさを最大限に生かす調理方法などを紹介。うるおいのある毎日と食の関係に注目です。
師 和歌山県立医科大学准教授 医学博士 宇都宮洋才氏、食養生士 MICHIKO氏
定 100名(抽選)
申 往復はがきまたはファクス(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・年齢・電話番号も記入)で、11月8日(金)(必着)まで
間 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
②元気!健康!はり・きゅう
日 11月17日(日) 午前9時30分~午後4時30分
場 東十条ふれあい館ABホール(東十条3-2-14)
内 (1)簡単はり・きゅう体験コーナー (2)お子さんの健康相談コーナー (3)自分のからだの歪みを知るコーナー
申 当日、直接会場へ
間 北区鍼灸師会 ☎(3903)9870
③ヨガ&ストレッチ
日 11月20日(水) 午前10時30分~正午
内 からだが硬い方には特におススメです。初心者の方でもできるヨガとストレッチを行います。
④かんたんダンス!
日 11月20日(水) 午後2時~3時30分
内 リズムに合わせて、簡単なステップを覚えてカッコよく踊りましょう。
⑤かんたんヨガ体験教室
日 11月20日(水) 午後6時30分~8時
内 初心者の方でも簡単にできるヨガのポーズを行います。柔軟性と筋持久力、バランス力を鍛えます。
=以下、③~⑤共通=
対 区内在住、在勤の方
場 北とびあ13階飛鳥ホール
師 健康増進センター健康運動指導士 定 各50名(抽選)
申 往復はがきまたはファクス(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・年齢・電話番号、③~⑤の別も記入)で、11月5日(火)(必着)まで
間 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
⑥山崎浩の星空コンサート ~プラネタリウムの星空のもと、音楽でこのころも体もリラックス~
日 11月22日(金) 午後6時30分~8時30分
場 北とびあ6階スペースゆうプラネタリウムホール
師 音楽家 山崎 浩氏
定 150名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・年齢・電話番号も記入)で、11月7日(木)(必着)まで
間 先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)8548

元気で 輪っしょい!

秋の火災予防運動~火災から尊い命を守ろう~ 11月9日(土)~15日(金)

冬にかけて空気が乾燥し、家庭での暖房器具の使用も増え、火災が起こりやすい時期になります。
皆さんに防火防災に関する意識や防災行動力を高めていただくことにより、火災の発生を防ぎ、万一発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い命と貴重な財産を守ることを目的として火災予防運動を実施します。
【火災予防運動行事】下表のとおり
間 防災課防災計画係 ☎(3908)8184

Table with 4 columns: 行事名, 日程, 会場, 問い合わせ. Rows include fire prevention activities like '消防フェスタ2013in王子' and '防火防災のつどい'.

文化財ジャーニー 村の学校をつくる時代. Article about the history of private elementary schools in the area, mentioning '文化財ジャーニー' and '村の学校をつくる時代'.

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

◆ルーシーダットン(タイ式ヨガ)健康教室

後援 北区教育委員会

区内在住で20歳以上の女性 11月11日(月) 午前10時~11時 場所 赤羽北ふれあい館第1和室(赤羽北2-25-8-201) 内容 ストレッチ、マッサージ、筋力トレーニングを融合させたエクササイズ 講師 市原めぐみ氏 定員 10名(抽選) 費用 500円 申込 往復はがき(記入例参照)で、11月4日(休)(必着)まで 問先 〒114-0002 王子2-26-2 4階 王子フィットネス&ジム 近藤一隆 ☎(3912)9275

◆依存症でも安心生活サポート事業 依存症を学んで安心家族教室

北区政策提案協働事業

本人が依存症からの回復の道を歩いているには、本人の努力だけでなく家族の協力も大切です。依存症からの回復に役立つ病気に関する知識などを学んで、依存症者が安心して回復の道を歩いていけるように、依存症に関わる専門家と一緒に学んでみませんか。対象 依存症問題を持つ家族の方 11月コース…11月2日~30日(11月23日を除く) 12月コース…12月7日~28日 いずれも毎週土曜 計4回 午前10時~11時30分 定員各10名(先着順) 費用 テキスト代1,000円 申込 ファクスまたはEメール(記入例参照。希望月も記入)で、10月24日(木)から申込 問先 NPO法人ジャパンマック(滝野川6-76-9エスポワール・オチャイ1階) ☎(5972)4771 FAX050(3730)0095 EJMjmacfa@japanmac.or.jp

◆依存症でも安心生活サポート事業 講演会~依存症者の家族の出来ること・その3 家族を薬物依存症から救うには~

北区政策提案協働事業

薬物依存症の問題について家族が知っているべきことは何か、直面するさまざまな場面で家族はどう対処したらいいかを具体的にのお話しします。対象 依存症問題を持つ家族の方 11月27日(水) 午後2時~4時 場所 赤羽会館4階小ホール 講師 NPO法人セルフサポート研究所代表 加藤 力氏 定員 70名(抽選) 申込 ファクスまたはEメール(記入例参照)で、11月22日(金)(必着)まで 問先 NPO法人ジャパンマック ☎(5972)4771 FAX050(3730)0095 EJMjmacfa@japanmac.or.jp

◆元氣ぷらざの教室「アロマワーク ショップ ハンドクリーム作り講座」

区内在住、在勤、在学の15歳(中学生を除く)以上の方 11月19日(火) 午前10時~11時30分 内容 お好みの香りや目的に合わせてハンドクリームを作ります。定員 10名(抽選) 費用 2,000円 申込 往復はがき(記入例参照)で、11月5日(火)(必着)まで 問先 〒115-0042 志茂1-2-22 元氣ぷらざ ☎(5249)2214

◆産業技術高専オープンカレッジ

後援 北区教育委員会

①生活支援工学~高齢者・障がい者を助ける技術~ 対象 社会人 11月20日~12月4日 毎週水曜 計3回 午後7時10分~8時30分 定員 30名(抽選) 費用 1,200円 ②生体計測と電子回路~電子心拍計~ 対象 中学生 11月30日(土) 午後2時~6時 定員 20名(抽選) 費用 1,000円 =以下、①②共通= 講師 都立産業技術高専教員 申込 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で、①10月31日(木) ②11月14日(木)(いずれも必着)まで 問先 〒116-8523(住所不要) 都立産業技術高専専門学校荒川キャンパス ☎(3801)0145 FAX(3801)9898 HP http://www.metro-cit.ac.jp

◆家事家計講習会

後援 北区教育委員会

区内在住、在勤の方 11月7日(木) 午前10時~正午 場所 赤羽文化センター第1学習室A(赤羽西1-6-1-301) 内容 教育費、バランスよい食卓、すっきり玄関収納について一緒に考えます。 講師 友の会会員 定員 40名(抽選) ※保育(1歳以上就学前まで)あり。要予約 費用 300円(資料代) ※保育料は別途200円 申込 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・年齢も記入)で、11月5日(火)まで 問先 東京第一友の会 ☎(3902)2986(大江) FAX(6666)5234(天野) EJMjohokuhoumen@gmail.com

講座・講演会

◆中央公園文化センター(企画) 特別講座

歌声喫茶~懐かしの歌を歌おう(第19回)~冬の歌~ 区内在住、在勤、在学の方 12月7日(土) 午後2時~4時30分 場所 北とびあ14階カナリアホール 内容 「冬景色」「雪の降るまちを」「冬の星座」「たきび」「シクラメンのかほり」や世界各地を巡るご当地ソングなど約30曲をピアノ伴奏に合わせて合唱します。 講師 山本祥二氏、峰崎松根氏 定員 100名(抽選) 費用 800円(飲み物付) 申込 往復はがき(記入例参照。参加者全員(2名まで)の住所・氏名・年齢・性別も記入)で、11月19日(火)(必着)まで 問先 〒114-8534(住所不要) 滝野川文化センター(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230

◆赤羽文化センターパソコン講座

手軽でかんたん iPadをさわってみよう! 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方 11月25日~12月16日 毎週月曜 計4回 午後6時30分~8時30分 内容 基本操作、インターネットの利用など、タッチパネルで操作ができるiPadの楽しみ方を学びます。 講師 地域生涯学習支援「おとなの小学校」パソコン&iPad講師 山城純子氏 定員 12名(抽選) 申込 往復はがき(記入例参照)で、11月13日(水)(必着)まで 問先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター ☎(3906)3911

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。 問先 広報課(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102

- 大正琴 なでしこ会 毎月第1・3水曜 午後1時~3時 場所 赤羽文化センター 費用 1ヵ月3,000円【PR】基礎から身につけ、童謡・演歌等、楽しく演奏しましょう 問先 野澤 ☎(3902)0914
- カラオケ愛好家の会 毎月第1・3金曜 午後6時30分~8時30分 場所 赤羽文化センター 費用 (入)1,000円、1ヵ月4,000円【PR】プロの作曲家によるピアノレッスンとカラオケ歌唱 問先 有井 ☎090(6486)8935

- 初心者将棋クラブ歩みの会 毎週水曜 午前9時~11時45分 場所 赤羽文化センター 費用 1ヵ月1,000円【PR】会員で将棋を楽しみ親睦を図る 問先 内田 ☎(3910)2501(夜間)
- 社交ダンスサークル 木曜会 毎月3回木曜 午後6時30分~8時30分 場所 滝野川体育館 費用 (入)1,000円、1ヵ月4,500円【PR】A級の先生と一緒に楽しくレッスンします。見学大歓迎 問先 田中 ☎(3901)9426(午前9時~午後6時)
- 楽しい英会話 60歳以上 毎週水曜 午前10時~11時 場所 北とびあ 費用 1ヵ月4,000円【PR】初心者のトラベル英会話教室 問先 眞武 ☎080(3201)9400
- 北区ライオンズ野球クラブ 50歳以上 毎月2回日曜 新荒川大橋野球場ほか 費用 1年14,000円【PR】50歳以上の野球大好きな人、募集中です 問先 光村 ☎(3919)8685

- 手編み倶楽部 棒針、かぎ針 20歳以上 毎月第1・3水曜 午後2時~4時 場所 滝野川文化センター 費用 1ヵ月3,000円【PR】初心者大歓迎。わきあいあいと楽しい仲間達です 問先 鈴木 ☎(3919)8003
- モキハナ フラダンス 女性 毎週土曜 午前10時~11時30分 場所 滝野川東ふれあい館 費用 1ヵ月2,500円【PR】楽しい時間を一緒に!心と体に優しいフラです 問先 森 ☎080(1068)6445
- 建武会 剣道 60歳以上 毎週日・水・金曜 午後7時20分~8時20分 場所 荒川小学校 費用 1ヵ月1,000円【PR】はい!と大きな声で返事をします。伝統の建武会 問先 佐藤 ☎(3906)6109
- サークルYY 社交ダンス 毎週月曜 午後2時~4時 場所 東十条ふれあい館 費用 1ヵ月2,000円【PR】基本を中心にお教えます。仲良く明るいサークルです 問先 馬淵 ☎090(2550)5779

- スイングトップテニスクラブ 区内在住、在勤の30歳以上の初中級者 毎週土・日曜、祝日 午前10時~午後4時 場所 新河原川庭球場 費用 (入)2,000円、1ヵ月2,000円(半年分払)【PR】いつでも、どこでも、だれでも、硬式テニスを! 問先 森 ☎090(6485)6695
- ロケラニ フラダンス 毎月3回土曜 午後6時~7時40分 場所 滝野川東ふれあい館 費用 (入)3,000円、1ヵ月5,000円【PR】1年で4曲をゆっくり練習します。初心者の方大歓迎です 問先 松村 ☎090(9233)3415
- 北区バードカービングクラブ 木彫りの鳥の制作 毎週第1・3土曜 午前9時30分~11時30分 場所 自然ふれあい情報館 費用 (入)1,000円、1ヵ月2,000円(2ヵ月分入金)【PR】柔らかな木を彫刻刀で彫り鳥の形にし、彩色。初心者指導 問先 鷹野 ☎090(6313)8826

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は10面をご覧ください



11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 columns: 区分, 対象, 実施日, 結果説明日, 受付時間. Includes items like エイズ抗体検査, エイズ抗体検査(通常検査), 性感染症検査, ウイルス肝炎検査, 細菌検査.

\*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る場合があります。

王子健康相談 ☎(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 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like ツインズ・イン・北区, 育児相談・子育てトーク, リフレッシュタイム, 妊婦歯科健康診査, 歯科相談・検診, 個別栄養相談.

赤羽健康相談 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like ママ・パパ学級, 育児相談・子育てトーク, リフレッシュタイム, 妊婦歯科健康診査, 歯科相談・検診, 個別栄養相談.

滝野川健康相談 ☎(3915)0186 FAX(3915)4119

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like ママ・パパ学級, 育児相談・子育てトーク, 出張育児相談, リフレッシュタイム, 妊婦歯科健康診査, 歯科相談・検診, 個別栄養相談.

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

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like 精神保健相談, ひきこもりの問題を抱える家族の懇談会.

王子障害相談係のみ

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like アルコール・薬物専門相談, パーキンソン病患者会.

王子高齢相談 ☎(3908)9083 FAX(3908)1229

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like 認知症介護者懇談会.

健康増進センター ☎(5390)2220 FAX(5390)2233

Table with columns: 区分, 対象, 実施日, 時間. Includes items like 健康度測定, ゆったりリズム(健康づくりの話と体操).

\*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。

11月の電話相談

Table with columns: 月, 日, 時間, 内容. Lists phone consultation topics for November, such as 4日 休み, 11日 婦人科, 18日 外科, 25日 内科, etc.

健康情報

◆子宮がん検診(検診機方式)

対区内在住で、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

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(12月)

Table with columns: 曜日, 実施日. Lists dates for cervical cancer screening: 2日・9日・16日, 3日・10日・17日・24日, 4日・11日・18日・25日, 5日・12日・19日・26日.

◆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、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)

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

健康ひとくちみそ

お口の病気とからだの健康

歯みがきが充分にできていないと、食べカスに細菌が付着し歯垢や歯石が歯と歯ぐきの境目に残ってしまいます。歯垢の中には、1mgあたり1億個もの細菌が含まれ、その細菌が作り出す毒素によって歯周病にかかってしまいます。

◆統合失調症家族教室 ~回復を促すための家族の接し方~

対 統合失調症の方の家族 日 11月29日(金)、12月13日(金) 計2回 午後2時~4時

場 北とびあ7階第1研修室 内 11月29日...講演「統合失調症についての理解を深める」

12月13日...講演「回復を促すための家族の役割」、家族体会験談、グループワーク

師 東洋大学ライフデザイン学部生活支援学教授 白石弘巳氏ほか 定 50名(申込順)

申 10月25日(金)から電話申込

問 先 障害福祉課王子障害相談係 ☎(3908)9081

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

◆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 11月15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(申込順) 申 10月25日(金)から電話申込

問 先 健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

◆水中ウォーキング教室 ~らくらく浮力でしっかり運動~

対 区内在住、在勤の20歳以上の方 日 内 11月20日...午後2時~4時

水に親しみ健康づくりの講義と実技 27日、12月4日...午後2時30分~4時

水中ウォーキングを中心とした実技 毎週水曜 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、11月1日(金)(必着)まで

問 場 先 ☎115-0042 志茂1-2-22 元氣ぷらざ ☎(5249)2214

◆健康山登り(千葉県鋸山)

主催 北区スポーツ推進委員協議会

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方 ※小学生以下は保護者同伴 日 11月23日(祝)

午前7時JR王子駅南口ロータリー集合 ※貸切バス 内 鋸山に登り、日本寺を散策(雨天時は内容を変更する場合あり) 定 40名(抽選)

費 小学生...2,500円 中学生以上...3,000円(保険料及び拝観料含む) ※当日、集金

申 往復はがき(記入例参照、性別も記入)で、11月1日(金)(必着)まで

問 先 ☎114-8508 (住所不要) スポーツ施策推進担当課 ☎(3908)9328

◆バドミントンピギナーズスクールII

共催 北区体育協会

対 区内在住、在勤、在学の中学生以上の方(中学生は親の承諾が必要) 日 11月27日~平成26年2月12日(12月25日、1月1日を除く)

毎週水曜 計10回 午後6時30分~9時 ※初回は6時20分から受付開始 場 十条台小学校体育館

師 バドミントントップアスリート 定 24名(先着順) 費 8,000円(事前振込) [振込先]「城北信用金庫王子営業部(普)5316500地域ス(ネットすばんく)」

申 往復はがきまたはEメール(記入例参照)で、11月18日(月)(必着)まで ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 先 ☎114-0022 王子本町2-5-4鈴木方すばんく事務局

☎090(7738)9534

EV jimukyoku@web-spank.com HP http://www.web-spank.com/

記号の見方 対対象 日日時 場合会場 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

北区医師会 医療電話相談 ☎(5390)3131

子育てするなら北区が一番

(木) いずれも計2回 午前9時50分～11時50分 場北とびあ9階901会議室
※12月9日は7階701会議室 因我が子にあたかみのある布で「くじら」や「おさかな」を作っておげませんか。
講師 百田昭子氏 定各20名(抽選)
※保育(6カ月以上の未就学児)あり
印 往復はがき(記入例参照)①②の別、どちらでもよい場合はその旨、保育希望の方は、お子さんの氏名(ふりがな)・年齢(2歳未満は月齢)も記入)で、11月18日(月)(必着)まで
開場 〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係
☎(3908)9323

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです
北区環境大学 「家族で参加! 暮らしの中の環境講座」
主催 北区
身近な植物を題材に、植物の生き方の工夫や、草と木の違いなどについてお話します。
区内在住の4歳以上の未就学児と保護者
日11月24日(日) 午前10時～11時30分
定20組(抽選)
印 往復はがきまたはEメール(記入例参照)で、11月14日(木)(必着)まで
開場 〒173-8602(住所不要)東京家政大学 宮本研究室
☎(3961)4696
E-mail kitaku-kankyoudaigaku@tokyo-kasei.ac.jp

家庭教育学級 乳幼児コース「布であそぼう!」
区内在住、在勤の6カ月～未就学児の保護者(原則全回参加できる方)
日①12月2日(月)・9日(月) ②12月5日(木)・12日

第16回遊びにおいてよ!子育てフェスティバル「保育園がまるごと赤羽会館にやってくるよ!」

未就学児と保護者 日11月14日(木) 午前10時～午後4時 場赤羽会館4階全フロア
区内子どもに大切な「遊び」「食事」「健康」がすべて揃っています。
・遊んで遊べる遊びコーナー
・踊って見て楽しい劇場コーナー
・栄養の知識が身に付く給食・栄養コーナー
・育児の悩み解決保健コーナー
・保育園の情報満載展示コーナー
保育課保育係
☎(3908)9127

平成25年度幼児・小学生体操教室(Ⅳ期)

区内在住、在園の幼児(4歳～6歳。教室開始日4歳以上)及び小学生
日11月19日～平成26年1月21日(12月31日、1月7日を除く) 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
(株)総合体育研究所指導員
定各100名(抽選)
費800円(初回に券売機で購入後受付)
印 往復はがき(記入例参照。性別、園名・学校名・学年も記入)で、11月3日(祝)(当日消印有効)まで
開場 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館
☎(3940)1801

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11月8日(金) 午後1時30分～3時
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)
印10月25日(金)から電話申込
開場 健康いきがい課赤羽健康相談係(赤羽会館6・7階)
☎(3903)6481

ほっと館まつり ゆっくりと紡ぎあいたい…この街で

育ち愛ほっと館と地域の方で行う「笑顔」のおまつりです。
乳幼児と保護者及び興味のある方
日11月2日(土) 午前10時30分～午後2時(雨天決行)
因ほっとステージ、展示、工作、軽食コーナー、お茶席など
※駐車場はありません。
開場 育ち愛ほっと館(王子2-7-34)
☎(3914)9565

健康いき情報

健康増進センター
①ココモ体操
区内在住、在勤のおおむね60歳以上の方
日11月12日(火) 午後2時～3時30分
ココモティブシンドローム(運動器症候群)予防のための運動
定30名(抽選)
印 往復はがき(記入例参照)で、10月31日(木)(必着)まで
②桜おたっしランチ～簡単あったか料理～
区内在住の65歳以上の方
日11月27日(水) 午前10時～午後0時30分
旬の食材を使ったからだがあたたまる料理の紹介とランチ試食(実習なし)
定20名(抽選) 費400円(食材費実費)
印 往復はがき(記入例参照)で、11月8日(金)(必着)まで
-以下、①②共通-
開場 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館)
☎(5390)2220

子どものためのおはなし会

Table with columns: 図書館, 日, 程, 電話番号. Lists story times at various libraries like 中央, 中央分室, 滝野川, etc.

Table with columns: 図書館, 日, 程, 電話番号. Lists story times at libraries like 中央, 中央分室, 滝野川, etc.

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

Grid of event information including: ゴダイゴ コンサート 2014, アニソンBIG3 with I, フレッシュ名曲コンサート 北区第九演奏会, ナカハチ・ライブ#17, ノース・ジャズ North Jazz Vol.2, シットキングス THIS SHOW IS s\*\*t, デビュー50周年記念 大月みやこコンサート, パイプオルガン演奏会, チェットのあそび.

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