

北にゅす

twitter 
北区公式ツイッター運用中
問 広報課 ☎(3908)1102
北区ホームページからご覧になれます。
[アカウント] kitaku_tokyo
HP http://twitter.com/#!/kitaku_tokyo

年末年始窓口業務

年末年始は区役所の窓口や業務が休みになります。施設によって休みが異なりますのでご注意ください。

| 窓口・施設名 | 27日(金) | 28日(土) | 29日(日)~1月3日(金) | 4日(土) | 5日(日) | 6日(月) |
|--|--------|--------|----------------|-------|-------|-------|
| 区役所、区民事務所分室、区民事務所(滝野川) | × | × | | × | × | |
| 区民事務所(王子・赤羽) ※1月12日(日)は休館 | × | × | | × | × | |
| 区民相談室 | × | × | | × | × | |
| 北区保健所・各福祉保健センター | × | × | | × | × | |
| 高齢者あんしんセンター(王子光照苑・豊島・浮間さくら荘・桐ヶ丘やまぶき荘・西が丘園・清水坂あじさい荘・みずべの苑・赤羽・滝野川西・飛鳥晴山苑・上中里つつじ荘・滝野川はくちょう・新町光陽苑) | | | | × | | |
| 高齢者あんしんセンター(王子) | × | | | × | × | |
| 高齢者在宅サービスセンター(浮間さくら荘・上中里つつじ荘・田端・滝野川西・清水坂あじさい荘・堀船・桐ヶ丘やまぶき荘) | | | | × | | |
| 社会福祉協議会 | × | × | | × | × | |
| デイホーム(桐ヶ丘・滝野川東) | × | × | | × | × | |
| 障害者福祉センター | | | | | × | × |
| 健康増進センター | | | | | × | × |
| 老人いこいの家(名主の滝・滝野川・志茂) ※12月28日は午後3時まで(入浴は2時30分まで) | | | ※ | × | | |
| 障害者口腔保健センター | × | × | | × | × | |
| 北区防災センター | × | × | | × | × | |
| 児童館・児童室・志茂子ども交流館 ※十条台・豊島東・赤羽西五丁目・袋・八幡山・滝野川東・西ヶ原東児童館は、1月6日開館 | | | | | × | ※ |
| 育ち愛ほっと館 | | | | × | × | |
| 北区教育未来館 | × | × | | × | × | |
| 教育相談所 ※12月28日、1月4日は電話相談のみ対応 | | | ※ | ※ | × | |
| 文化センター(赤羽・滝野川) | × | × | | × | × | |
| 図書館・図書館分室 ※12月28日は、全館午前9時から午後5時まで開館 | | | ※ | × | | |
| 北区飛鳥山博物館 ※1月5日は文化財業務未対応。6日は文化財業務のみ対応 | × | × | | × | ※ | ※ |
| エコ広場館(富士見橋・滝野川西・赤羽) | × | × | | × | × | |
| 自然ふれあい情報館 | × | × | | × | × | |
| みどりと環境の情報館(エコベルデ) | | | | | × | |
| 荒川知水資料館 | × | × | | × | × | × |
| 北とびあ(テナントはお問い合わせください) 総合案内 ☎(5390)1100 | | | × | | | |

年末年始のためお休みします

| 窓口・施設名 | 27日(金) | 28日(土) | 29日(日)~1月3日(金) | 4日(土) | 5日(日) | 6日(月) |
|---|--------|--------|----------------|-------|-------|-------|
| 産業振興課(経営相談・融資あっせん等) | × | × | | × | × | |
| 消費生活センター | × | × | | × | × | |
| 東京城北勤労者サービスセンター 北区営業所 | × | × | | × | × | |
| 北区文化振興財団 | × | × | | × | × | |
| 赤羽しごとコーナー | × | × | | × | × | |
| ネスト赤羽 | × | × | | × | × | |
| 地域振興室 | × | × | | × | × | |
| ふれあい館 | | | | | | |
| 滝野川会館・赤羽会館 ※12月28日及び1月4日は受付のみ午後4時まで | | ×※ | | | | ×※ |
| 上中里コミュニティ会館 | | | | | | |
| 田端文士村記念館 | | | | | | × |
| 元氣ぶらざ ※12月28日は午後5時まで | | ※ | | | | |
| 北区NPO・ボランティアぶらざ | | | | | | |
| 新町コミュニティアリーナ・豊島北コミュニティアリーナ | | | | | | |
| 男女共同参画推進課・男女共同参画センター「スペースゆう」 | × | | | × | | × |
| 自転車移送場所(赤羽北・赤羽南口・姥ヶ橋・東十条・堀船・中里) | | | | | | |
| 名主の滝公園 | | | | | × | × |
| 浮間つり堀公園 | × | × | | × | × | |
| 飛鳥山公園モノレール(あすかパークレール) | | | | | | |
| 駐車場(飛鳥山公園・中央公園) | | | | | | |
| 駐車場(荒川赤羽緑地・荒川若淵開緑地) | × | × | | | | × |
| 北区まちづくり公社 | | × | | × | × | |
| 豊島北スポーツ多目的広場 | | | | | | |
| 体育館(桐ヶ丘・滝野川・神谷)、テニスコート(中央公園・桐ヶ丘体育館・滝野川体育館・新河岸川)、野球場(新荒川大橋・岩淵水門)、新荒川大橋サッカー場、浮間子どもスポーツ広場、谷端プール多目的広場、北ノ台スポーツ多目的広場、中央公園サイクリングロード、赤羽スポーツの森公園競技場、施設予約システムホームページ | | | × | | | |
| 北運動場、パノラマプール十条台 | × | × | | | | × |

年末年始のためお休みします

北区清掃事務所は12月31日(火)~1月3日(金)までお休みとなります。北区セレモニーホールは1月1日(祝)・2日(木)がお休みとなります。中央公園野球場は3月31日(月)までお休みとなります。

×…お休みの日

記事の見方

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

◆戸籍の届出

戸籍窓口事務は、12月28日(土)から平成26年1月5日(日)までお休みですが、戸籍の届出は、区役所の監視室(区役所第一庁舎地下1階)で受け付けています。

問 戸籍住民課 戸籍係

☎(3908)87709

休日電話番号(監視室)

☎(3908)1133

◆年末年始のごみ収集 資源回収

●可燃ごみ
年末の可燃ごみ収集は12月30日(月)までです。新年は1月4日(土)から平常どおり収集します。また、1月5日(日)に火・金属地区の可燃ごみの収集を行います。

●不燃ごみ

年末の不燃ごみ収集は12月28日(土)までです。新年は1月4日(土)から収集します。ただし、1月8日(水)・9日(木)・10日(金)は月の「第2」ですが、「第1・第3」の地区も含めて、該当する曜日の地区の不燃ごみを収集します。

●古紙

年末の古紙回収は12月30日(月)までです。新年は1月4日(土)から回収します。

問 北区清掃事務所

☎(3913)3141

●びん・缶・ペットボトル(ステーション回収)

年末のステーション回収は12月30日(月)までです。新年は1月4日(土)から回収します。

問 サイクル清掃課計画事業係

☎(3908)8539

◆粗大ごみ受付センターの受付業務

粗大ごみの電話受付及びインターネットによる受付は12月28日(土)までです。新年は1月4日(土)から受付を開始します。なお、年末の収集日は予約が早く埋まり、ご希望に添えない場合もありますので、問先を粗大ごみ受付センター(受付時間月~土曜 午前8時~午後7時)へお問い合わせください。

問 粗大ごみ受付センター

☎(5296)7000

HP <http://sodai.kyokankyo.or.jp/>



北区長 花川 典徳

先月17日の赤羽北二丁目で発見された不発弾の処理にあたり、警戒区域内の約7千人の方々に避難していただくなど、町会・自治会をはじめ区民の皆さんにご理解・ご協力をいただきました。誠にありがとうございました。警察、消防、自衛隊、JR東日本などの関係機関のご協力をいただき無事処理を完了いたしました。今後とも、皆さんの安全・安心のために全力で取り組んでまいります。▼「浮き渡る青空に飛鳥山公園の冬桜がほんのりとした薄紅色に映え、石神井川にユリカモメが訪れる季節となりました」▼さくらの町でキミが咲け!「弦哲也」北区の演歌デュオ「10」新人歌手発掘オーディションで大賞を受賞した工藤あやのさんがデビュー曲「さくらんぼ恋しんぼ」で来年1月29日にデビューすることが発表されました。大変喜ばしいことです。今後の活躍を大いに期待しています。▼来年も明るく元気な北区にしたいと思っております。皆さん、どうぞ良い年をお迎えください。いそがしく時計の動く師走哉 子規

北区100円市を開催します

日12月21日(土) 午前11時～午後6時 ※商店街により異なる場合があります。場下表のとおり
問北区商店街連合会 ☎(5390)1200
産業振興課工係 ☎(5390)1235

| 商店街名 | 所在地 |
|---------------|----------------|
| 御代の台仲通り商店会 | 滝野川6丁目付近 |
| 田端銀座商店街振興組合 | 田端3・4丁目付近 |
| 霜降銀座栄会 | 西ヶ原1丁目付近 |
| 西ヶ原銀座商栄会 | 西ヶ原3・4丁目付近 |
| 梶原銀座商店街振興組合 | 堀船3丁目付近 |
| 東十条銀座商店街協同組合 | 神谷1丁目、東十条3丁目付近 |
| 滝野川馬場商店会 | 滝野川2丁目付近 |
| 豊島中央通り商店街振興組合 | 北区豊島3・4・7丁目付近 |
| 東豊名店街 | 北区豊島5丁目付近 |

お知らせ

◆北区男女共同参画に関する意識・意向調査の結果がまとまりました

【**閲覧場所**】男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5・6階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、各地域振興室、区立図書館及び北区ホームページ
【**問**】男女共同参画推進課
☎(3913)0161

◆平成24年度北区アゼリアプラン事業実績報告書を公開します

【**閲覧場所**】男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5・6階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、各地域振興室、区立図書館及び北区ホームページ
【**問**】男女共同参画推進課
☎(3913)0161

◆大学生インターンシップ事業

【**対**】区内在住の大学1・2年生 【**日**】平成26年2月～3月 【**場**】区内企業 【**内**】将来の就活を視野に業界研究や職域の拡大を目指す、区内企業に2日～5日程度のインターンシップを実施します。【**定**】15名程度
【**申**】郵送、ファクス、Eメール(記入例参照。大学名も記入)または直接窓口で、12月27日(金)(必着)まで ※1月に説明会を予定
【**問**】〒114-8503(住所不要)産業振興課就労支援担当(北とびあ11階)
☎(5390)1230
FAX(5390)1141
E: kikutau-job@city.kita.lg.jp

◆北区地域づくり応援団事業の募集

新しい担い手の裾野を広げることを目的に、北区のまちづくりのための事業を募集します。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団体・事業
【**団体要件**】①区内に主たる事務所または区内での活動実績がある ②3人以上で構成されている 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 ④宗教活動または政治活動を目的とした団体でない ⑤暴力団またはその構成員の統制下でない 【**事業要件**】①北区の地域づくりを目的とした事業である ②NPOまたはボランティア団体などが主体となつて実施する事業である ③区民福祉の向上に寄与する事業である ④同一事業について、ほかの制度による助成を受けていない

【**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 ※事業規模にあわせて上限額以下の少額での申請も可能
【**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
【**助成金交付申請書**に所定の書類を添えて、直接窓口で申込 【**募集期間**】平成26年1月7日(火)～2月7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12月17日(火)から地域振興課(北とびあ10階)、各地域振興室及び北区NPO・ボランティアがらざ(北とびあ4階)で配布します。北区ホームページからもダウンロードできます。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6日(月) ②7日(火) 午後2時から1時間程度 ③1月8日(水) 午後7時から1時間程度 【**場**】①③赤羽会館3階第2集会室 ②北とびあ9階901会議室
【**申**】当日、直接会場へ
=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
☎(5390)0093

◆第91回東京都北区都市計画審議会

【**日**】12月20日(金) 午後1時30分から
【**場**】第1委員会室(区役所第一庁舎4階)
【**予定議題**】①東京都市計画地区計画の決定(赤羽台周辺地区地区計画) ②東京都市計画公園の変更(赤羽台のもり公園) ③東京都市計画用途地域の変更(赤羽台周辺地区地区計画関連)ほか2案件
【**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。なお、開会後に視察を行い、その後審査を行います。傍聴は視察終了後からとなります。
【**問**】都市計画課
☎(3908)9152

◆司法書士による無料相談会

後援 北区
【**登記・法律・借金問題等相談会**】
【**日**】12月17日(火) 午後6時～9時
【**場**】赤羽会館4階第4集会室 【**内**】相続・贈与・財産分与などの不動産登記、会社の登記、遺言、成年後見、少額の裁判、借金問題など
【**申**】原則、前日までの電話申込(当日、午後8時までの会場受付も可能)
【**問**】先 東京司法書士会 北・荒川支部 原田
☎(3901)9381
※借金問題電話相談ダイヤルについてもお問い合わせください。

北区立小・中学校改築改修計画(案)を策定しました

北区立小・中学校改築改修計画(案)をまとめましたので、概要をお知らせします。

計画策定の目的と計画期間

安全・安心で快適な教育環境の実現を目的に、目標使用年数の65年を迎えるまでに、計画的に改築を実施します。

◆当面、改築時期を迎えない学校は施設の長寿命化と教育環境の充実を図るために、大規模な改修工事(リフレッシュ改修)を実施します。

計画の概要

●改築とリフレッシュ改修の推進

◆老朽施設の更新と教育環境の整備を図るために、目標使用年数の65年を迎えるまでに、計画的に改築を実施します。

◆当面、改築時期を迎えない学校は施設の長寿命化と教育環境の充実を図るために、大規模な改修工事(リフレッシュ改修)を実施します。

●改築校選定の基本的な考え方

◆区立学校で学ぶすべての児童・生徒が小・中学校のいずれかで改築校で授業を受けられるように、改築未着手の中学校6校の改築を優先し、本計画期間内にすべての中学校の改築事業に着手します。

◆昭和30年代に建築された14校については工事を施工するうえでの課題などを総合的に判断して、順次改築を実施します。

◆北区基本計画の3地域7地区の区分を意識し、バランスよく改築校を選定する

とともに実施順にも配慮します。

◆小中一貫教育を推進するため、施設面からの環境整備として近接する小・中学校は合築を検討します。

◆「北区立学校適正配置計画」で適正配置の協議対象の小学校は、協議終了後に学校規模や統合校の建築年次などを勘案して事業化を検討します。

ご意見をお寄せください

区民の皆さんのご意見をパブリックコメント(区民意見公募手続き)として募集します。

ご意見を公表する場合は氏名など個人が特定できる情報は公開しません。

【**案件名**】北区立小・中学校改築改修計画(案) 【**閲覧場所**】区政資料室(区役所第一庁舎1階)、地域振興室、区立図書館及び北区ホームページ 【**意見提出期間**】12月11日(水)～平成26年1月24日(金)(必着) 【**意見提出方法**】郵送、ファクス、持参または北区ホームページからお寄せください。※提出の際は必ず、案件名、住所、氏名をご記入ください。

【**意見提出先**】〒114-8508(住所不要)学校改築施設管理課改築事業係
☎(3908)9277
FAX(3905)3424
HP <http://www.city.kita.tokyo.jp/menu/pubcome/>

年末年始の休日診療など

12月29日(日)～平成26年1月4日(土)

受診の際は、健康保険証、医療証等を忘れずにお持ちください。

内科・小児科

●北区休日診療所
北区医師会館内(王子2-16-11)
☎(5390)3011
【**診療時間**】午前10時～午後10時(受付は午後9時30分まで)

歯科

●休日歯科応急診療所
北歯科医師会館内(中十条2-11-4)
☎(3900)5009
滝野川西区民センター内(滝野川6-21-25)
☎(5567)2055
【**診療時間**】いずれも午前9時～午後5時(受付は午後4時30分まで)

その他

※そのほかの診療科及び夜間診療などは下記にお問い合わせください。

●東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎(5272)0303
(24時間自動応答サービス)
インターネットの利用もできます。

HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>
聴覚障害者の方等専用ファクシミリ案内
FAX(5285)8080

●東京消防庁テレフォンサービス
☎(3212)2323

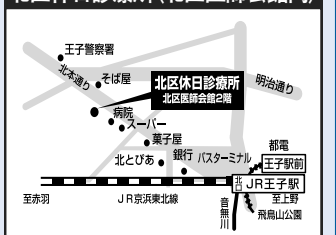
●小児救急電話相談(東京都)

午前9時～午後5時
☎#8000(プッシュ回線、携帯電話)
☎(5285)8898

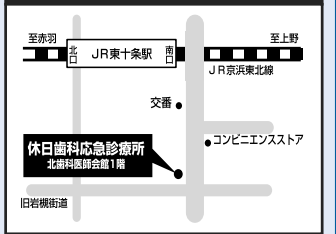
北区子ども夜間救急事業

12月29日(日)～平成26年1月3日(金)はお休みです。この期間は、左記の北区休日診療所をご利用ください。

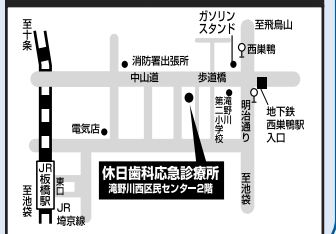
北区休日診療所(北区医師会館内)



休日歯科応急診療所(北歯科医師会館内)



休日歯科応急診療所(滝野川西区民センター内)



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4面をご覧ください

北区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の別も希望順位に記入)またはホームページで、12月25日(水)(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-taiyo.or.jp

Table with 7 columns: 教室名, 対象, 日程(平成26年), 時間, 場所, 講師, 定員(抽選), 費用. Rows include ジュニアスイミング教室, 初心者フラダンス教室, シニアシェイプピクス教室, ヨガ&ピラティス女性教室.

講座・講演会

◆北区飛鳥山博物館講座 常設展示の宝物たち「平塚縁起絵巻の巻」

日 12月21日(土) 午後1時30分~2時30分 内 常設展示室で展示中の「平塚縁起絵巻」を中心に、中世武士団・豊島氏の動向について分かりやすく解説します。
師 同館学芸員 定 20名(先着順) 費 一般300円、65歳以上150円、小中高生100円(観覧料) ※ぐるっとパス・いっくも使用できます。
申 当日、午後1時から会場で整理券を配布。観覧券購入後、常設展示室入口に集合
問先 北区飛鳥山博物館(王子1-1-3)(月曜休館)
☎(3916)1133

◆赤羽文化センター特別講座

①違う自分を演じてみよう ~PU-PU-JUICEの演劇ワークショップ~
対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(未成年は保護者の同意が必要) 日 平成26年1月18日~3月22日 毎週土曜 計10回 午後6時30分~8時30分
内 演劇の基礎を学び、最終日に公演を行います。師 劇団PU-PU-JUICE劇団員
定 20名(抽選) 費 学生4,000円、大人8,000円(保険料含む) 申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、1月9日(木)(必着)まで
②新春初笑い 第13回さくせん一寄席
対 小学生以上 日 平成26年1月25日(土) 午後2時~4時 内 三遊亭金八師匠の落語と寄席の踊り、劇団四季出身の三遊亭亜郎の落語と百面相をお届けします。
※入場料の10%を震災の義援金として寄

付します。定 100名(抽選) 費 1,000円 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、1月15日(水)(必着)まで
=以下、①②共通=
問先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
☎(3906)3911
FAX(3906)3915

◆障害者福祉センター趣味の講座 パソコン講座(視覚障害者対象)

対 区内在住の視覚障害がある方で、身体障害者手帳をお持ちの方(家族の方の同伴も可) 日 平成26年1月20日~3月17日(1月27日を除く) 毎週月曜 計8回 午前9時30分~11時30分 内 パソコンの初歩から始め、キーボード入力の練習を中心に行い、インターネットやメール活用を目指します(音声ソフトを使用)。
師 賀須井貴子氏 定 4名(抽選) 申 電話、往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、1月9日(木)(必着)まで
問先 〒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

◆北区青少年団体指導者講習会(第II期)

主催 北区青少年委員会
ステップアップ! レクリエーション
対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方 日 平成26年1月15日(水) 午後6時45分~9時、②1月22日(水) 午後7時~9時、③1月26日(日) 午前10時~午後3時、④1月29日(水) 午後7時~9時、⑤2月5日(水) 午後7時~9時
場 ①②④⑤北とびあ15階ベガサスホール、③赤羽自然観察公園(赤羽西5-2-34)・

スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27) 内 ①~③ゲーム・グループワークと野遊び ④⑤コミュニケーション力を高めよう~すてきな大人になるために~ 師 ①~③ELFIN 体験共育くらぶ代表 北澤伸之氏 ④⑤ひの社会教育センター館長 中能孝則氏
定 30名(抽選) 費 1,000円(保険料・教材費含む) 申 往復はがき(記入例参照)。青少年団体などに所属している方は団体名も記入)で、12月25日(水)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係
☎(3908)9323

◆星美学園短期大学公開講座

後援 北区教育委員会
小児期の予防接種~なぜ予防接種が必要なのか?~
日 平成26年1月17日(金) 午前10時40分~午後0時10分 師 東京北社会保険病院小児科部長 清原鋼二氏
定 80名(抽選) ※保育なし、子ども同伴不可 費 2,000円 申 はがき、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接窓口で、12月20日(金)(必着)まで
問先 〒115-8524(住所不要)星美学園短期大学公開講座センター
☎(3906)0056
FAX(5993)1600
E c_koza@seibi.ac.jp

作ります。定 20名(抽選) 申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、1月9日(木)(必着)まで
問先 〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館(月曜休館(祝日のときは翌日))
☎(3908)0804
FAX(3908)8856

◆認知症サポーター交流会 全体会

対 認知症サポーター養成講座を受講した方 日 平成26年1月10日(金) 午前10時~11時30分 場 北とびあ7階第1研修室 内 地区交流会の発表・意見交換
定 70名(申込順) 申 12月12日(木) 午前9時から電話申込
問先 高齢福祉課王子高齢相談係
☎(3908)9083

◆赤羽公園フリーマーケット

後援 北区
出店者を募集します。販売は家庭で出た不用品に限ります。
日 平成26年1月26日(日) 午前10時~午後3時(雨天中止) [出店予定数] 50店(先着順) [出店料] 1,500円(3m×2m)
申 往復はがき(記入例参照)。搬入時の車使用の有無も記入)で、1月15日(水)(当日消印有効)まで
問先 〒205-0014 羽村市羽東3-1-17 リサイクル運動友の会
☎090(3222)5060

◆日本舞踊から学ぶ和の心IV

共催 北区文化振興財団
対 区内在住、在勤、在学の方 日 平成26年1月19日(日) 午後2時~4時
場 北とびあ15階ベガサスホール
内 伝統芸能である日本舞踊と落語により江戸時代の人々の暮らしが喜びや喜怒哀楽を表現します。[出演者] 北区日本舞踊連盟 役員 [ゲスト] 落語家 古今亭志ん陽
定 100名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、12月26日(木)(当日消印有効)まで
問先 〒114-0024 西ヶ原1-20-6 北区日本舞踊連盟事務局 松島金昇
☎(3910)8858



長生きするなら 北区が二番
介護予防講演会
「高齢期のこころの健康の保ち方」を毎日ポジテイブに過ごすためのこころ
対 区内在住の65歳以上の方 日 平成26年1月17日(金) 午後2時~4時(1時30分開場) 場 北とびあ14階スカイホール 内 高齢期は、死別や身体機能低下などの課題に直面し、うつ状態になりやすくなっています。ハッピープログラムで心の介護予防をはじめましょう。毎日ポジティブに過ごすためのこころ、脳の活性化に役立つことを学びます。師 医学博士 齋今氏 定 64名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、12月24日(火)(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

対 区内在住の参加者全員が70歳以上の方 日 平成26年1月21日(火)・22日(水) いずれも午後1時~3時30分
場 篠原演芸場(中十条2-17-16)
内 元氣な高齢者を対象に篠原演芸場で大衆演劇を鑑賞します。※畳に座って見ていただきます(イス席はありません)。定 各回100名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)。希望日参加者全員(2名まで)の氏名・年齢も記入)で、12月20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

70代のための水中運動教室
くびぎに優しい運動で、笑顔をとりにこころ!!
対 区内在住、在勤の70代の方で、膝関節症などでひざに痛みがあり、日常の運動を制限される方 ※一人で受講が可能な方 日 平成26年1月15日(水) 午後2時~4時 水に親しむ健康づくりの講義と実技 22日・29日:午後2時30分~4時 水中ウォーキングの実技 毎週水曜 計3回
定 30名(抽選。初めの方優先)
申 往復はがき(記入例参照)で、12月24日(火)(必着)まで
問先 〒115-0042 志茂1-2-22 元氣ぶらざ
☎(5249)2214

毎日利用できる方 日 月~金曜 午前9時~午後4時30分
[募集人員] 5名 申 電話申込後、面談 ※利用開始日など、詳しくはお問い合わせください。
問先 王子授産場(王子2-19-1)
☎(3912)9172

元氣な高齢者のための芝居をみる会

対 区内在住の60歳以上で月々金曜に授産場は簡易な加工作業を行う高齢者の作業施設です。作業量に応じて工賃を支払います。
問先 〒114-8508(住所不要)高齢福祉課介護予防担当
☎(3908)9017

区立王子授産場利用者募集
授産場は簡易な加工作業を行う高齢者の作業施設です。作業量に応じて工賃を支払います。
問先 〒114-8508(住所不要)高齢福祉課介護予防担当
☎(3908)9017

授産場は簡易な加工作業を行う高齢者の作業施設です。作業量に応じて工賃を支払います。
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

記事の見方 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 Eメール

子育てするなら北区が一番

知的書評戦ヒプリオバトル in 赤レンガ図書館

日平成26年1月11日(土) 午後1時30分から(1時開場) 今回のテーマは「新しい」です。※ヒプリオバトルは発表者がおすすめ本を一人5分間で書評した後、参加者全員で一番読みたくなった本「チャンプ本」を決定する、ゲーム感覚を取り入れた書評戦です。終了後、同会場で読書会(課題本:みどりのゆび)も開催します。

定発表者…5名(抽選) 観戦者…50名(先着順) 日発表者…電話または直接窓口で、12月24日(火)までに申込 観戦者…当日、直接会場へ

日場先〒114-0032 十条台1-2-5) ☎(5993)1125

古民家年中行事 「藪玉団子の飾り付け」

日区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方 日平成26年1月11日(土) 午

前10時30分～午後0時30分 日3色の藪玉団子を作り、柳の枝にキンカンと一緒につけます。また、参加者の藪玉飾りも作ります。日20名(抽選) 日往復はがき(記入例参照。参加者全員(2名まで)の氏名・住所・年齢(学生は学年)も記入)で、12月21日(必着)まで

日場先〒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

小学生向けワークショップ「親子で謎解き!中央図書館ナイトツアー」

日区内在住の小学生と保護者(保護者同伴) 日平成26年1月12日(日) 午後4時45分～7時 日誰にもなくなった夜の図書館を大冒険。普段は何気なく利用しているこの場所は、実は…。親子で謎を解きながら歴史の核心に迫る。日20組(抽選) 日往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、12月24日(火)(必着)まで ※ファクス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。

日場先〒114-0033 十条台1-2-5中央図書館事業係 ☎(5993)1125 FAX(5993)1044

離乳食講習会 ～みんなで食育・楽しく食育～

日区内在住で乳児(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) 日離乳食初期から後期のすすめ方(お話と試食) 日12月16日(月)から電話申込

日王子 日平成26年1月15日(水) 午後1時30分～3時 日北区保健所栄養室(東十条2-7-3) 日定24名(申込順)

日場先健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

日赤羽 日平成26年1月17日(金) 午後1時30分～3時 日場赤羽会館7階702ホール 日定32名(申込順)

日場先健康いきがい課赤羽健康相談係 ☎(3903)6481

ふれあい湯とびあゆ湯まつり

日区内の各公衆浴場で、昔から冬至の日に年中行事であるゆづ湯を実施し、区内の子どもたちに無料開放します。当日は、先着150名の方に乳酸飲料を差し上げます。

日区内在住の幼児、小・中学生 日12月

22日(日) ※浴場により定休日などで開催日を変更する場合があります。店頭でご確認ください。日場公衆浴場組合加盟の各浴場(ふれあい湯とびあゆのポスター・掲旗を掲示しています) 日当日、直接会場へ

日最寄りの公衆浴場組合加盟浴場及び東京都公衆浴場商業協同組合北支部長 原 ☎(3910)6426

難聴児への補聴器購入費を助成します

日次の①～③すべての要件を満たしている方 ①区内に住所を有している18歳未満の児童 ②身体障害者手帳(聴覚障害)交付の対象とならない ③両耳の聴力が30デシベル以上 ※詳しくは購入前にお問い合わせください。

日障害福祉課王子障害相談係 ☎(3908)9081 FAX(3908)5344 赤羽障害相談係 ☎(3903)4161 FAX(3903)0991 滝野川障害相談係 ☎(3915)10134 FAX(3915)4119



パノラマプール十条台 水泳教室

日対日内定 右表のとおり 日費6,500円 日往復はがき(記入例参照)で、12月27日(金)(必着)まで

日場先〒114-0032 中十条1-5-6パノラマプール十条台 ☎(5993)8337

| | 教室名 | 対象 | 日程 | 時間 | 内容 | 定員(抽選) |
|---|----------------------------|--------------------|-------------------------------------|------------------|---|--------|
| ① | 小学生水泳教室1 火曜コース(小学1年生～3年生) | 区内在住、在学の小学生 | 平成26年1月21日～3月18日(2月11日を除く) 毎週火曜 計8回 | 午後4時～4時50分 | 水慣れ、クロール、平泳ぎの基本 ※泳ぎこみ、上級者、タイムを縮めたいなどには対応していません。 | 各25名 |
| ② | 小学生水泳教室2 火曜コース(小学3年生～6年生) | | | 午後5時～5時50分 | | |
| ③ | 小学生水泳教室1 木曜コース(小学1年生～3年生) | | | 午後4時～4時50分 | | |
| ④ | 小学生水泳教室2 木曜コース(小学3年生～6年生) | | | 午後5時～5時50分 | | |
| ⑤ | 水中機能訓練士 小西薫のアクアサイズウォーキング教室 | 区内在住、在勤、在学の20歳以上の方 | 1月22日～3月12日 毎週水曜 計8回 | 午前10時45分～午後0時15分 | 講習と実技(水中での効果的な運動) | 20名 |
| ⑥ | 成人水泳教室 初・中級コース | | | 午後1時15分～2時15分 | 泳力ごとにクラスに分かれ、基本から指導 | 35名 |

※泳力のある3年生は①、③に申込を頂いてもそれぞれ②、④の受講をお願いする場合があります。

講座・講演会

日男女共同参画センター「スペースゆう」講座「女性の視点で避難所生活を考える」

日大災害時における避難所生活で必要なこと、避難所運営について、女性の視点から一緒に考えてみましょう。

日平成26年1月18日(土) 午後2時～4時30分 日内講義…北区防災対策の現状ワークショップ…女性の視点で避難所運営を考える 日防災課 日定30名(先着順) 日12月11日(水)午前9時から電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で申込 ※保育(1歳以上～就学前。定員あり)希望の方は、講座申込時にお子さんの氏名・年齢・性別をご連絡ください。

日場先男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあゆ5・6階)(月曜、祝日休館) ☎(3913)0161 FAX(3913)0081 EMaildanjo-c@city.kita.lg.jp

※来場者には、本展覧会の招待券(1人1枚)を差し上げます。

日場先〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団文化講演会係 ☎(5390)1222

家族介護者教室

日「親父のたまり場」～親父の簡単料理教室～ 日平成26年1月23日(木) 午後2時30分～4時 日場ウエルガーデン西が丘園地下1階食堂(西が丘3-16-27) 日内電子レンジなどで手軽にできる簡単料理を作ります。[持ち物]エプロン、タオル 日施設内管理栄養士 後藤詩織氏 日定15名(申込順) 日12月17日(火)午前9時30分から電話申込

日場先西が丘園高齢者あんしんセンター ☎(5924)7715

中央公園文化センター企画(区民協働講座)『スポーツ吹矢で無理なく楽しく腹式呼吸を鍛えよう!』

日区内在住、在勤、在学の方 日平成26年1月10日～31日 毎週金曜 計4回 午後1時30分～3時30分 日場十条台ふれあい館第1ホール(中十条1-2-18)

日師西田京子氏 [協力]スポーツ吹矢中央公園同好会 日定15名(抽選) 日費3,240円(吹矢レンタル代・保険料) 日往復はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、12月25日(水)(必着)まで

日場先〒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

スポーツ

北区民のためのボウリング教室

日後援 北区体育協会 日区内在住、在勤の方 日①平成26年1月14日～2月18日 毎週火曜 ②1月16日～2月20日 毎週木曜 いずれも計6回 午後3時～4時30分 日定各30名(先着順) 日費6,000円 日電話またはファクス(記入例参照。①②の別も記入)で、12月12日(木)午前11時から各教室開始2日前までに申込

日場先三恵ボウル赤羽(赤羽南2-4-15)

健康情報

健康増進センター

①チェアエクササイズ 日区内在住、在勤の20歳以上の方 日平成26年1月7日(火) 午前10時～11時30分 日内イスに座ってできる筋力トレーニングとストレッチ 日定30名(抽選)

②ロコモ体操 日区内在住、在勤のおおむね60歳以上の方 日平成26年1月7日(火) 午後2時～3時30分 日内ロ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 日定20名(抽選。初めての方優先)

③シニアのための基礎トレーニング

日区内在住、在勤の60歳以上の方 日平成26年1月10日～31日 毎週金曜 計4回 午前10時～11時30分 日内有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチなどの基礎運動 日定30名(抽選。初めての方優先) =以下、①～③共通=

日往復はがき(記入例参照)で、12月25日(水)(必着)まで

日場先〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(5390)2220

専門医による呼吸器健康相談

日区内在住のせき、たんまたは息切れなど呼吸器でお悩みの20歳以上の方 日平成26年1月16日(木) 午後1時30分～4時 日場北とびあゆ8階802会議室 日師昭和大学富士吉田教育学部教授 田中一正氏 日定7名(申込順) 日12月16日(月)から電話申込

日場先障害福祉課公害保健係 ☎(3908)9019

希望講座名(希望日・コース)

日郵便番号・住所※

日氏名(ふりがな)

日年齢

日電話番号(ファクス番号)

申込記入例

※在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年も明記

日記入不備無効 日申込は原則1名1通

日本人以外やお子さん連れの受講はできません

日記入いただいた個人情報は目的以外には使用しません

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