

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ります。
[アカウント] kitaku_tokyo
HP http://twitter.com/#!/kitaku_tokyo

4月1日(火)に十条高齢者あんしんセンターを新設し、 高齢者あんしんセンターは15カ所になります

問 高齢福祉課王子高齢相談係 ☎(3908)9083

●十条高齢者あんしんセンター

【利用時間】午前9時～午後6時(日曜、年末年始を除く) 問 上十条3-1-25帝京大学4号館1階 **【担当地域】**中十条1～3丁目、上十条1～4丁目、十条仲原1・2丁目

☎(5948)9981(4月1日から)

●王子高齢者あんしんセンターの担当地域を一部変更します

【変更後担当地域】王子本町・岸町・十条台全域、滝野川4丁目

●高齢者あんしんセンターってどんなところ？

高齢者あんしんセンターは、地域で暮らす高齢者の皆さんを、福祉・介護・健康・医療などさまざまな面から総合的に支えるための機関です。保健師、看護師、社会福祉士または主任ケアマネジャーが中心となって支援を行っています。

1.お気軽にご相談ください

高齢者と家族の、福祉・介護・健康・医療や生活に関することなどについて、相談に応じています。

2.自立して生活できるよう支援します

介護が必要になる状態を予防し、もし支援や介

護が必要となっても悪化を防ぎ、いつまでも皆さんが自立した生活を送れるよう「介護予防」に取り組んでいます。

3.さまざまな方面から皆さんを支えます

皆さんを支える地域のケアマネジャーの支援やさまざまな機関とのネットワークづくりに取り組み、皆さんが継続的にサービスを受けられるよう支援しています。

4.皆さんの権利を守ります

高齢者の皆さんの権利を守る成年後見制度の紹介や、虐待の防止・早期発見などに対応しています。

お知らせ

◆パブリックコメントの結果がまとまりました

【案件名】 北区震災復興マニュアル「地域協働復興編(案)」
【閲覧場所】 防災課(区役所第一庁舎2階14番、北区防災センター(西ヶ原2-1-16)、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
【閲覧期間】 3月10日(月)～5月9日(金)
【防災課地域防災計画担当】 ☎(3908)8184

◆北区防災会議

日 3月25日(火) 午後3時30分から1時間程度
場 第2委員会室(区役所第一庁舎4階)
内 防災関係機関相互の調整会議
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 防災課防災計画係 ☎(3908)8184

◆4月1日(火)に王子・赤羽・西ヶ原駅に自転車駐車がオープンします

場 王子駅明治通り自転車駐車場(王子1-6-22・23先)、赤羽駅南口第三自転車駐車場(赤羽南2-1-9・43・45先、西ヶ原駅前自転車駐車場(西ヶ原2-3-1)※王子、赤羽はコイン式で、1日1回100円で利用できます。西ヶ原は当日利用に加え、定期利用も可能です。
※西ヶ原駅周辺指定自転車置場は、3月31日(月)で廃止となります。
問 先指定管理者(株)ソリン ☎(5856)4665
交通担当課駐輪対策担当 ☎(3908)9218

◆第5回北区男女共同参画審議会

男女共同参画を推進するため、行動計画の策定や変更などについて調査審議を行います。
日 3月18日(火) 午後6時30分から
場 男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ6階)
内 第五次アゼリアプランのための提案について 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 男女共同参画推進課 ☎(3913)0161

◆古布回収の拠点を3カ所増やします

日 4月1日(火)から「追加拠点」浮間地域振興室(浮間2-10-12)、東十条地域振興室(東十条3-1-14)、北区清掃事務所(北区豊島8-4-13) ※持ち込みは各施設の利用時間内に限ります。
【古布の出し方】 洗濯した物をポタン、チャックなどは外さず、ポリ袋に入れて出してください。布団や毛布、皮、ビニール・ゴム製品は出せません。
※まだ着られる物はリユースします。着られない物は手芸の材料や工業用拭取布にリサイクルします。※一度出していた古布は返却できません。
問 リサイクル清掃課リサイクル生活係 ☎(3908)8538

◆赤羽台周辺地区に係る都市計画の決定

本地区では赤羽台団地の建替えに合わせ、道路・公園などの再配置を行い、地区の防災性の向上及びゆとりある住環境と緑豊かなまちの形成を目指し、次の都市計画を定めました。
【対象区域】 赤羽台1～3丁目、赤羽西1丁目各区域内

【告示日】3月7日(金)

内 ①地区計画の決定、②都市計画公園の変更
※今後、建替えなどを行う場合は、決定・変更した都市計画の内容に適合させる必要があります。また、地区計画の届出対象区域内で建築行為や土地の区画形質の変更などを行う場合は、工事に着手する30日前までに北区長に届出が必要になります。詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問 関係図書室の縦覧場所①：まちづくり推進課(区役所第一庁舎7階5番) ☎(3908)9154
②：都市計画課(区役所第一庁舎3階14番) ☎(3908)9152

◆司法書士による無料相談会

日 3月26日(水) 午後6時～9時
場 赤羽会館4階第5集会所
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。

人間国宝・奥山峰石作品展の展示をリニューアルします

北区飛鳥山博物館3階アートギャラリー第2室の「奥山峰石作品展」は、展示をリニューアルし再開します。鍛金家・奥山峰石氏が削り上げた美しい曲線美と優雅な光沢を放つ至極の作品を、室内から見える飛鳥山の桜と共に楽しみなさい。
日 3月11日(火)から ※月曜休館
問 北区文化振興財団 ☎(5390)1222



北区長 花川典徳

先月8日・9日と14日・15日は、国内の広い範囲で大雪となり、東京都心で積雪27cmを観測し、45年ぶりの記録的な大雪となりました。首都圏をはじめ各地に、交通機関の乱れや雪による事故など大きな被害をもたらしました。災害に強い街は、そこに住む誰にとっても切実な願いです。引き続き、災害から市民の皆様を守り、安心安全を図るために全力で取り組んでいきます。▼さまざまなドラマと感動を残し、ソチ冬季オリンピックが終了しました。自らの力の極限までに挑む選手の姿は本当に素晴らしいものでした。7日からパリンピックが始まりました。代表選手の活躍を皆さんとともに応援していきたいと思えます。▼いよいよ北区の春がやってきます。今月29日・30日は「さくらSA*KASO祭り」、来月6日には「桜ウォーク2014」。間もなく飛鳥山の桜も見ごろを迎えます。開花期中の北区アンバサダー「P.R.大使 倍賞千恵子さん」によるアスカパークレール・アスカルゴの車内アナウンスもお楽しみください。

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

北区区政功労者が決まりました

総務課総務係 ☎(3908)8623

「北区区政功労者表彰制度」は、多年にわたり区政に貢献し区民生活と文化の向上に功労のあった方及び徳行のあった方を表彰する制度です。

今回の表彰式は、3月15日(土)に北とびあで行い、219名の方々が表彰されます(敬称略・50音順)。

※氏名の字体は、一部常用漢字などを使用しています。また、ご本人の希望により氏名を掲載していない方がいます。

■自治振興功労

相澤 彰宏 足立 健次
阿部 良子 荒井 紀子
飯田 良子 五十嵐 光雄
石井 昭洋 石井 利雄
牛木 孝次 浦野 秀樹
遠藤 和子 遠藤 安次
大島 真次 小川 明雄
奥田 豊樹 尾棹 眞佐美
柏原 歳幸 角 和子
鎌田 知子 川口 和雄
河北村 謙 菊下 淳子
河川 雷次 木下 一夫
久保田 勝久 小池 弘
小坂 克美 小竹 了
小原 利夫 駒崎 洋二
齋藤 範行 鷺 淑子
塩崎 一男 鹿間 慶尚
清水 由起子 十 亀 彬

■社会生活功労

相星 正人 阿部 勇
飯田 宗一郎 市川 満智子
稲葉 正行 薄井 哲夫
遠藤 勝子 金澤 和夫
木田 和明 黒川 正子
小林 弘志 小山 正子
白石 多見郎 高橋 侃也
高橋 信治 田中 隆光
玉川 匡彦 中村 良裕
野上 栄一 野中 俊彦
野呂 田成昭 花澤 健二
林 景一 平野 三郎
藤滝 登 松 下 昭市
丸山 高幸 横田 喜浩
吉村 春雄 米 山

■保健衛生功労

池野 久恵 小川 薫
白井 信光 関口 和幸
竹腰 里子 中村 綾子
松永 みゆき 三宅 康弘

■社会福祉功労

青木 富佐枝 五十嵐 せつ子
石丸 寛 印南 美和子
大塚 晴久 大畑 弘子
尾崎 眞一 加生 加生
片桐 静江 紙屋 邦子
亀滝 廣之 栗 山

■産業経済功労

栗野 政晴 安 英王
安藤 澄子 石村 忠悦
伊藤 伍朗 植野 晃
大沼 敏春 小高 健吉
鈴木 吉明 高橋 一男
照井 利子 徳山 義行
名取 修平 生江 芳郎
丸山 孝次 三雲 敏達
武藤 一郎 八木 敏光
山口 均 尹 徳市
吉田 留三 吉田 正比都
吉野 エクコ

■教育文化功労

東 聖子 石畑 美佐子
井上 一真 碓井 亘明
片瀬 みな子 河村 雅明
小泉 健一 酒井 克昌
櫻井 衛 佐藤 善三郎
椎名 里江 穴戸 幸修
下山 豊 進 健隆
新畑 純子 多家 広隆
田口 孟則 仲本 治
水野 美彦

■特別区政功労

浅香 俊夫 榎本 義彦
大野 昭臣 北澤 好
齋藤 邦彦 中島 昭子

■徳行者

阿部 憲二郎 雨宮 由季
稲垣 年治 上原 節子
小口 鑑太郎 角野 光昭
加藤 博 菅野 岩男
桐生 ヨキ 工藤 とよ子
熊本 恵子 鈴木 充
高澤 房子 高橋 安子
田名網喜美代 田村 キミ
沼澤 利幸 平山 美智子
山本 久男

◆第9回ファーマーズコロバ市(ほっと緑市)

北区政策提案協働事業

①ハンドメイド広場

手芸やお料理好きの方、広場へ遊びにきませんか。ほっと緑市に出展する作品の作り手を募集しています。手作り品をお持ちの方は持参してください。当日はヘアゴム作り体験もできます(有料)。 ※お子さん連れでもお気軽にお越しください。

日 3月28日(金) 午前11時～午後3時(出入り自由)

場 赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)

申 当日、直接会場へ

②参加者説明会

5月25日(日)に赤羽公園で開催するファーマーズコロバ市(ほっと緑市)の参加者説明会です。

◆星美学園短期大学公開講座「イタリア語講座」

後援 北区教育委員会

日 4月12日～平成27年2月28日の土曜のうち 計26回

申 定 下表のとおり 費 各4万9,000円

師 はがき、ファクス、Eメール(記入例参照)。

講座名	講師	時間	定員(抽選)
入門 イタリア語をはじめよう	アントニオ・マイツァ氏	午後1時10分～2時30分	20名
初級Ⅰ イタリア語を楽しもう	佐藤エリナ氏		各15名
初級Ⅱ イタリア語を楽しもう	アントニオ・マイツァ氏	午前11時～午後0時20分	
中級Ⅰ イタリア語を磨こう	佐藤エリナ氏	午後9時30分～10時50分	
中級Ⅱ イタリア語を磨こう	アントニオ・マイツァ氏		
会話(中級) イタリア語会話を磨こう	佐藤エリナ氏		

北区100円市を開催します

日 3月15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 右表のとおり

問 北区商店街連合会

☎(5390)1200

産業振興課商工係

☎(5390)1235

商店街名	所在地
御代の台仲通り商店会	滝野川16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
十条銀座商店街振興組合	十条仲原1丁目・上十条2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12丁目付近
豊島中央通り商店街振興組合	北区豊島3丁目付近
東豊島店街	北区豊島5丁目付近

対 出展を希望する個人、事業者及びパフォーマー ※個人による食品の出展も募集します。

日 3月28日(金) 午後7時～8時 場 赤羽文化センター第1学習室A

申 ファクスまたはEメール(記入例参照。出展・パフォーマンス内容も記入)で、3月26日(水)午後4時(必着)まで =以下、①②共通=

定 50名(先着順)

問 先 ほっと村 れんげまま

☎070(6553)5671

FAX(6732)3258

EM hotkyodo@gmail.com

◆特別相談「若者のトラブル110番」を開設します

利用した覚えのない請求・出会い系サイト利用料、キャッチセールス・マルチ商法

希望講座名も記入)または直接窓口で、3月25日(火)(必着)まで

問 場 〒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

EM c_koza@seibi.ac.jp

など、若者の間に悪質商法の被害が増えています。契約トラブルは、一人で悩まず、早めに相談しましょう。相談は無料です。

日 3月17日(月)・18日(火) 午前9時30分～午後4時

【相談方法】電話または当日、直接会場へ

問 場 消費生活センター(北とびあ11階)

☎(5390)1142

◆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 4月20日(日) 午前9時～午後3時(雨天の場合は、4月29日(祝)に順延)

【出店予定数】70店(抽選)

【出店料】1,500円(2.5m×2.5m)

【往復はがき(記入例参照。搬入時の車使用の有無も記入)で、4月10日(木)(当日消

印有効)まで

問 場 〒333-0865 川口市伊刈850-22 NPO法人フリーマーケット推進ネットワーク

☎048(268)8711

お知らせ

◆平成26年度法人事業税・法人住民税の出張受付

日 6月2日、12月1日、平成27年3月2日 いずれも月曜 午前9時30分～午後4時30分(正午～午後1時を除く)

場 王子税務署(王子3-22-15)

問 荒川都税事務所

☎(3802)8111

耐震補強工事施行に伴い、赤羽会館内事務室は移転する予定です

詳しくは、各事務室までお問い合わせください。

●赤羽会館管理事務所(受付窓口)

【赤羽会館での業務】4月25日(金)まで

【旧赤羽中学校(志茂1-19-14)での業務】5月7日(水)から

※窓口休止日…4月26日(土)～5月6日(休)

※赤羽会館集会所は、4月1日(火)から平成27年4月30日(木)まで休館です。

問 赤羽会館管理事務所 ☎(3901)8121

●赤羽地域振興室、障害福祉課赤羽障害相談係、赤羽高齢者あんしんセンター

【赤羽会館での業務】4月25日(金)まで 【旧赤羽中学校での業務】4月28日(月)から

問 赤羽地域振興室 ☎(3901)1412

障害福祉課赤羽障害相談係 ☎(3903)4161

赤羽高齢者あんしんセンター ☎(3903)4167

※赤羽高齢者あんしんセンターは4月26日(土)、窓口を休止します。

●赤羽図書館

【赤羽図書館での予約図書貸出・返却業務】4月1日(火)～4月20日(日)

※3月30日(日)までは通常業務

【旧赤羽中学校での予約図書貸出・返却業務】5月7日(水)から

※窓口休止日…4月21日(月)～5月6日(休)

問 赤羽図書館 ☎(3901)1922

●健康いきがい課赤羽健康相談係

【赤羽会館での業務】3月28日(金)まで

【北区保健所での業務】4月1日(火)から ※窓口休止日…3月31日(月)

問 健康いきがい課赤羽健康相談係 ☎(3903)6481(3月28日(金)まで)

☎(6903)0122(4月1日(火)から)

※工事後の移転については、今後、北区ニュースなどでお知らせします。

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4面をご覧ください

国保・後期高齢者医療

国保

◆国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

国民健康保険・後期高齢者医療制度の健全な運営のために、保険料の納付にご協力ををお願いします。なお、納付書を紛失した方には再度お送りしますのでご連絡ください。納付が困難な方は、そのまにせずお早めにご連絡ください。納付がない状態が続くと財産の差押えなどの処分をすることがあります。

●国民健康保険料・後期高齢者医療保険料 休日納付相談

日 3月16日(日)・23日(日) 午前9時～午後4時

場 区役所第一庁舎2階24番・25番

【国民健康保険料について】

国保年金課国保保険料係

☎(3908)1159

【後期高齢者医療保険料について】

国保年金課高齢医療係

☎(3908)9069

◆国民健康保険加入・喪失の届出は「14日以内」に

●勤務先などの健康保険をやめたとき 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、喪失日から14日以内に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などが確認できる書類

※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。

※4月1日(火)は、受付窓口が非常に混雑することが予想されます。4月1日付で国民健康保険に加入予定の場合、事前上記の必要書類をお預かりし、4月1日に保険証を作成し郵送することもできます(国保資格係でのみ対応)。詳しくはお問い合わせください。

【社会保険の任意継続制度】 退職すると社会保険等健康保険の被保険者の資格を失いますが、被保険者期間がある一定の期間以上あった場合には、引き続き個人で社会保険の被保険者になることが出来る制度です。申請は退職日の翌日から20日以内です。詳しくは、今までの健康保険組合などにお問い合わせください。

●勤務先などの健康保険に入ったとき 就職して会社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。勤務先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】 保険証、在学証明書、転出先での住民票 ※卒業後、引き続きほかの区市町村に住

ある一定の期間以上あった場合には、引き続き個人で社会保険の被保険者になることが出来る制度です。申請は退職日の翌日から20日以内です。詳しくは、今までの健康保険組合などにお問い合わせください。

●勤務先などの健康保険に入ったとき

就職して会社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。勤務先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】 保険証、在学証明書、転出先での住民票 ※卒業後、引き続きほかの区市町村に住

●学修のため転出する方 学修のため、ほかの区市町村に転出する場合は、引き続き北区の被保険者となるため届出が必要です。

【必要書類】 保険証、在学証明書、転出先での住民票 ※卒業後、引き続きほかの区市町村に住

登録のある方及び勤務先などの健康保険に加入した方は、北区の国民健康保険をやめる手続きをしてください。

◆高齢受給者証の自己負担割合が見直されます

4月から、特例措置の見直しにより、誕生日が昭和19年4月2日以降の方の負担割合は2割となります。誕生日が昭和19年4月1日以前で75歳未満の方の負担割合は引き続き1割となります(ただし現役並み所得のある方は現行どおり3割です)。

●高齢受給者証をお送りします

現在、負担割合が「2割(平成26年3月31日までは1割)」となっている方に、4月以降も1割負担でお使いいただく高齢受給者証を、3月18日(火)に普通郵便で世帯主あてにお送りします。 ※負担割合が3割の方は、有効期限までそのままお使いください。

=以下、共通= 国保年金課国保資格係 ☎(3908)1131

◆障害者福祉センター手話講習会

手話を通じて聴覚障害者の福祉について考え、ボランティアや手話通訳者として活躍したいと思っている熱意のある方、この機会に手話を学んでみませんか。

【対目内定】下表のとおり ※中途失職・難聴者の方は対象外 【師】北区聴覚障害者協会・北区登録手話通訳者会 【費】ボランティア育成講座3,500円程度、手話通訳者養成講座5,000円程度(いずれもDVD付テキスト代など)

【申】往復はがき(記入例参照。希望するコース・クラス(初級・中級のみ)、志望理由、手話経歴も記入)で、3月28日(金)(必着)まで

※必要がある場合、申込内容について確認をさせていただくことがあります。

【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

Table with columns: 講座名, コース, クラス, 対象, 日程(除外日あり), 時間, 内容, 定員. Includes details for 'ボランティヤ育成講座' and '手話通訳者養成講座'.

*1 基礎コースは4月13日(日)午後1時30分から、応用コースは4月13日(日)午前10時から選考試験を実施
*2 内訳 初回受講...10名 再受講...5名

◆シルバー人材センター「パソコン教室」

【対】区内在住、在勤の方 【日費】下表のとおり ※費用はいずれも教材費含む

【定】各10名(抽選) 【申】往復はがき(記入例参照。希望のコース番号も記入)で、3月19日(水)(必着)まで ※Windows7・マイクロソフトOffice2010を使用

【問】場先 〒115-0045 赤羽1-1-38赤羽エコー広場館内 北区シルバー人材センター ☎(3908)8400

Table with columns: レベル, 講座名, 日程, 番号, 時間, 費用. Lists computer courses for different levels.

講座・講演会

◆環境リーダー養成講座 「自然観察入門コース」

身近な植物、昆虫、野鳥などの自然を観察し、北区の自然の魅力を発見します

【対】区内在住、在勤、在学の18歳以上の方

【日】4月12日～5月31日(4月19日、5月31日を除く)毎週土曜 計5回 午前10時～17時 定20名(抽選)

【申】往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月2日(水)(必着)まで

【問】場先 〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館(月曜休館(祝日のときは翌日)) ☎(3908)0804 FAX(3908)8856

◆入門・初級の中国語講座

共催 北区

●入門(初めての方) 【日】4月16日～6月25日(5月28日を除く)毎週水曜 計10回 午後7時10分～9時

【定】30名(抽選) 【費】1万2,000円(教材費含む)

●初級(学習経験が1年程度以下の方) 【日】4月15日～7月1日(4月29日、5月6日を除く)毎週火曜 計10回 午後7時10分～9時

【定】20名(抽選) 【費】1万5,000円(教材費含む)

=以下、共通=

【対】区内在住、在勤、在学の方 【場】北とびあ会議室 内講義、質疑応答形式 【師】長年教育現場で教えている経験豊富な中国人の女性 【申】往復はがき(記入例参照)で、3月27日(木)(必着)まで

※締切後も空きがあれば随時受付。詳しくはお問い合わせください。

【問】場先 〒114-0002 王子2-14-17丸山事務所内 北区日中友好協会事務局 ☎(3912)2381

◆彫刻(彫塑)教室(初級コース)

日展・日彫展へ多数出展者を輩出している本格的な彫刻(彫塑)教室です。修了後は、熟練度により中級コースへ進級できます。材料を加えて盛り付ける技法、当教室では粘土で原型を作ります。

【対】区内在住、在勤、在学の彫刻家を目指す方

【日】4月20日～平成27年3月 原則毎

週日曜 計40回 午後1時30分～4時30分

【場】(仮称)彫刻アトリエ館(西ケ原1-16-7) 【師】日本彫刻会会員 清家 悟氏ほか

【定】10名程度(抽選) 【費】1万5,000円(材料費含む) ※石膏取りは希望者のみ各自負担

【申】往復はがき(記入例参照。経験の有無も記入)で、3月28日(金)(必着)まで

【問】場先 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団彫刻教室係 ☎(5390)1222

催し

◆田端文士村記念館 田端ひととき散歩

田端の坂ものがたり～文士芸術家と坂にまつわるエピソード～

【日】3月15日(土) 午後1時～3時(0時30分開場)

【内】田端の坂にまつわる芥川龍之介らのエピソードについて説明の後、ゆかりの場所を案内します。【師】同館研究員

【定】80名(先着順) 【申】当日、直接会場へ

【問】場先 田端文士村記念館(田端6-1-2) ☎(5685)5171 ※専用駐車場・駐輪場はありません。

◆江戸のヒットメーカー山田桜校を聴く 「亀山香能 箏曲リサイタル」

【対】区内在住、在勤、在学の方

【日】7月20日(日) 午後2時開演 【場】北とびあさくらホール

【内】山田流箏曲の祖・山田桜校の4大作品。日本舞踊に花柳琴等。特別ゲスト(朗読)に女優の竹下景子を迎えて

【定】500名(抽選) 【申】往復はがき(記入例参照。希望人数1(通で2名まで)、車イス席希望はその旨も記入)で、4月7日(月)(必着)まで

【問】場先 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団「箏曲」係 ☎(5390)1221

◆6周年記念エキエコ祭り

【日】3月23日(日) 午前10時～午後2時

【内】アトラクション(コーラス、フルート演奏・長生きサンパ、稲付餅つき唄)、模擬店(餅、豚汁、砂肝、クッキーなど)、不用品活用市、体験コーナー、さき布織り、茶席

【問】場先 赤羽エコー広場館(赤羽1-1-38)(水曜、祝日休館) ☎(3908)3196

記号の見方 対象 日日時 会場 内容 師 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

滝野川体育館 春のスポーツ教室

対日定費下表のとおり 申復はがき(記入例参照)で、3月28日(金)(必着)まで ※⑥⑩⑪⑫⑬は当日参加不可。そのほかは定員に空きがある場合は当日参加可。詳しくはお問い合わせください。

問場先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館

☎(3940)1801

※はがきは1講座につき1枚 ※振込み手数料は各自負担

種目	対象	日程	時間	定員(抽選)	費用
① フランス式ペリネエクササイズ	区内在住、在勤の16歳以上の方	4月18日～6月27日 毎週金曜 計11回	午後8時15分～9時	各30名	8,470円
② ドラゴンボートエクササイズ			午後7時～8時		
③ ビューティー骨盤エクササイズ		4月17日～6月26日 毎週木曜 計11回	午前9時25分～10時10分	20名	
④ ストレッチ&ウエストすっぴりシェイプエクササイズ			午前10時20分～11時5分		
⑤ 誰でも簡単ピラティス			午前11時15分～正午		
⑥ にこにこ50体操教室	区内在住、在勤の50歳以上の健康な方	4月16日～6月25日 毎週水曜 計11回	午前9時30分～10時30分	各30名	7,700円
⑦ ヨガでリラックス	区内在住、在勤の16歳以上の方	4月19日～6月28日 (5月3日を除く) 毎週土曜 計10回	午前11時～正午		
⑧ 柔術(古武道)教室			午前9時15分～10時30分		
⑨ ヨガ&ピラティス			午前11時～正午		
⑩ 健康づくり体操教室	区内在住の65歳以上の健康な方	4月18日～6月27日 毎週金曜 計11回	午前9時30分～10時30分	15組	8,470円
⑪ 親子リズム体操教室	区内在住の2歳～3歳の幼児と保護者	4月14日～6月30日 (4月21日、5月5日、19日、6月16日を除く) 毎週月曜 計8回	午前11時～正午		
⑫ 初心者ヨガ	区内在住、在勤の16歳以上の方		午前9時45分～10時45分	各30名	6,160円
⑬ 初心者ピラティス			午前11時～正午		
⑭ リトミック水曜教室(1部)	区内在住の2歳～3歳の幼児と保護者	4月16日～6月25日 (4月30日を除く) 毎週水曜 計10回	午前10時～10時45分	各10組	1万3000円
⑮ リトミック水曜教室(2部)			午前11時5分～11時50分		
⑯ キッズフットサル	区内在住の年中・年長の幼児	4月14日～6月30日 (4月21日、5月5日、19日、6月16日を除く) 毎週月曜 計8回	午後3時40分～4時40分	20名	8,240円

スポーツ

◆初級ダンススポーツ教室

後援 北区体育協会

対 区内在住、在勤の方 日 4月5日～26日
毎週土曜 計4回 午後1時15分～2時45分
場 元氣ぶらざ(志茂1-2-22)

内 フワツ・ルンバほか 師 JDSF公認指導員 定 10名(申込順) 費 4,000円(初回に集金) 申 3月30日(日)までに電話申込

問先 北区ダンススポーツ連盟事務局 吉村(午後8時～11時)
☎090(8179)8676

◆北区体育協会スポーツ教室

●ヨガ&ピラティス女性

対 区内在住、在勤で20歳以上の女性
日 4月14日～6月2日(5月12日を除く) 毎週月曜 計7回 ①午後6時30分～7時40分 ②午後7時50分～9時 場 北とびあ地下1階多目的ルーム 師 湯浅恵子氏 定 各30名(抽選)

●チューブエクサ&ストレッチ

対 区内在住、在勤で40歳以上の方
日 4月16日～5月28日 毎週水曜 計7回 午後1時30分～2時50分 場 滝野川体育館第2武道場(西ヶ原2-1-6) 師 永井美和子氏 定 30名(抽選)

＝以下、共通＝

費 5,450円 申復はがき(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、3月25日(火)(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>

健康情報

◆健康増進センター

①イチから覚えるさくら体操講座

対 区内在住、在勤の20歳以上の方
日 4月4日(金) 午前10時～11時30分
内 北区さくら体操の効果説明と正しい動きの指導
申復はがき(記入例参照)で、3月25日(火)(必着)まで

②週末エクササイズ

対 区内在住、在勤の40歳以上の方
日 4月5日(土) 午後2時～3時30分
内 運動不足解消のための筋力トレーニングと有酸素運動
申復はがき(記入例参照)で、3月25日(火)(必着)まで

③ウォーキングエクササイズ

対 区内在住、在勤の40歳以上の方
日 4月11日(金)・18日(金) 計2回 午前10時～11時30分 内 正しい歩き方と体力増進のためのウォーキング法
申復はがき(記入例参照)で、3月26日(水)(必着)まで

＝以下、①～③共通＝
定 30名(抽選)
問場先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館)
☎(5390)2220

申込記入例

希望講座名
(希望日・コース)

●郵便番号・住所※
●氏名(ふりがな)
●年齢
●電話番号(ファクス番号)

※在勤・在学の方は勤務先・学校名、学年も明記
●記入不備無効 ●申込は原則1名1通
●本人以外やお子さん連れの受講はできません
●記入いただいた個人情報(目的以外)には使用しません
※4月1日(火)から初手料金が変更となるのでご注意ください。詳しくは申込先にお問い合わせください。

子育てするなら北区が一番

離乳食講習会
～みんなで食育・楽しく食育～

対 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 4月4日(金) 午後1時30分～3時
場 北区保健所栄養室(東十条2-7-3)
内 離乳食初期から後期のすすめ方(お話と試食) 定 28名(申込順)
申 3月17日(月)から電話申込
問先 健康いきがい課赤羽健康相談係
☎(3903)6481 ※3月28日(金)まで
☎(6903)0122 ※4月1日(火)から

長生きするなら北区が一番

シニア割引券でご鑑賞ください

シニア元気塾
「地域に活かすいきいき講座
Party」

特技や経験を活かした区民講師とともに講座を楽しみましょう。

●紅型で染める兜のタペストリー
日 4月7日、21日 毎週月曜 計3回 午後1時30分～4時
場 赤羽文化センター美術室(赤羽西1-0-301)

●健康気功
日 4月10日、24日 毎週木曜 計3回 午後2時～4時
場 北とびあ地下1階多目的ルーム
内 立ち方や音楽に合わせた動きなど、やさしい動きの気功や、座った姿勢での気功を行います。

師 高木シゲ子氏 定 20名(抽選)
＝以下、共通＝
対 区内在住、在勤の50歳以上の全回参加できる方
申復はがき(記入例参照)で、3月20日(木)(必着)まで ※はがき1通につき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

読み・楽器・そろばんで長生きサロン説明会

日 4月16日(水) 午後2時～4時
場 東十条ふれあい館第1ホール(東十条3-2-14)
内 4月から開始する「ふれあい交流サロン」(毎月第2・第4水曜開催予定)の説明会、読み：健康長寿医療センターの協力による絵本読み聞かせ講座説明、楽器：トーンチャイムの紹介、そろばん：そろばん塾経営者による講演「そろばんの効用」、民生委員OB会とボランティア団体によるサロンの紹介
問 当日、直接会場へ
問 王子光昭苑高齢者あんしんセンター
☎(3927)8899

長生きするなら北区が一番

次の催し物を表示の料金(正規料金のおよそ半額)でご利用になれます。

●松竹大歌舞伎・中村吉右衛門三代目 中村又五郎襲名披露
対 区内在住で60歳以上の方
日 7月15日(火) 昼の部：午後0時30分開演 夜の部：午後5時開演
場 北とびあくらホール
出演 中村吉右衛門ほか
定 各回100名(抽選)
費 3千250円(SS席)
申復はがき(記入例参照)。昼夜の別、申込む方全員の名・年齢・住所・電話番号も記入。車イス利用の方はその旨を朱書きで、3月20日(木)(必着)まで
※はがき1枚で2名まで
※すべて指定席ですが、席を選ぶことはできません。
※チケットの引き換えは、事前に北とびあで行います。
問先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係
☎(3908)8548

●血液さらさら健康体操教室
70代のためのバランスアップ体操
対 区内在住、在勤の70代で全回参加できる方
日 4月10日、24日 毎週木曜 計3回 午前9時45分～11時45分
場 北とびあ地下1階多目的ルーム
内 バランスアップエクササイズを使用したウォーキング運動で、血行促進、代謝を高め、血液さらさらを目指します。 ※当日、教室開始前の血圧測定結果によっては、参加を見合わせていただく場合があります。
師 早稲田大学スポーツ科学学術院非常勤講師 荒木邦子氏
定 25名(抽選)
申復はがき(記入例参照)で、3月20日(木)(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「バランスアップ体操」担当
☎(3908)8548

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