

NO.1444

毎月1日・10日・20日発行

7 | 1

平成26年(2014)

北区ニュース

世帯と人口

(26.6.1現在)	前月比
世帯数	182,238 231増
人口	336,765 321増
日本人人口	321,617 197増
男	159,920 89増
女	161,697 108増
外国人人口	15,148 124増
男	7,164 86増
女	7,984 38増

年齢別	14歳以下...	33,462(9.9%)
人口*	15歳~64歳...	218,548(64.9%)
(構成比)	65歳以上...	84,755(25.2%)

*外国人人口を含む

各国のクラシック音楽がいっぱい♪ 北とぴあ国際音楽祭 2014♪

【会期】10月22日(水)~11月9日(日)

【会場】北とぴあ内、旧古河庭園洋館

☎北区文化振興財団 ☎(5390)1221

※入場年齢の表記のない公演は未就学児の入場は不可

北区の秋を彩る風物詩としてリピーター続々！フランス・バロックオペラの傑作から、アイルランド、インドネシア、韓国、日本の雅楽、邦楽など、さまざまな国の音楽をお手頃価格で楽しめる3週間。あなたにぴったりの感動のステージがきっと見つかります。

仏・バロックオペラで芸術の秋を満喫

管弦楽・合唱：レ・ボレアード (オリジナル楽器使用)

ラモー作曲 歌劇《プラテ》

【セミ・ステージ形式/フランス語上演/日本語字幕】

音楽祭の目玉は自主制作オペラ!毎年制作するユニークな公演は「佐川吉男音楽賞」「三菱UFJ信託音楽賞奨励賞」と優れたオペラ公演等に贈られる栄えある賞を受賞するなど、全国的に注目を集めています。

今年はフランスのトップ歌手が演じるカエルが主役の抱腹絶倒オペラです。聴きどころはカエルの鳴き声を真似たフランス版おしゃべり「カエルの合唱」。オペラの堅苦しいイメージが吹き飛びますよ!

【あらすじ】

神様の世界の話。浮気者とやきもち焼きの夫婦がいた。「今度はあのプラテにぞっこんらしい。」実はいたずらで仕掛けられたウワサに過ぎないのに、プラテはすっかり有頂天。彼女はちょっと自意識過剰なカエルの女王。しかし噂は嫉妬深い妻の耳にも入り、もはや嵐の予感!!プラテを待ち受ける運命は...!?



指揮: 寺神戸 亮



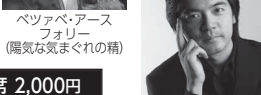
フルヴィオ・ベッティニ
ジュピテル (全能の神、浮気者)



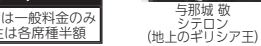
マティアス・ヴィアル
プラテ (カエルの世界に君臨する活地の精)



小野和歌子
ジュノン (ジュピテルの妻)



ベツァベ・アース
フォリー (陽気な気まぐれの精)



与那城 歌子
シテロン (地上のギリシア王)

全席指定	7/8(火)発売	11/7(金) 午後7時開演	さくらホール
		11/9(日) 午後2時開演	
一般	SS席 7,500円	S席 5,500円	A席 2,000円
区民割引	SS席 6,500円	S席 4,500円	A席 1,500円

※A席は一般料金のみ ※学生は各席種半額

これぞ吹奏楽の王道!

須川展也 指揮

シエナ・ウインド・オーケストラ

テレビ「題名のない音楽会」でおなじみの「シエナ」が3年ぶりに北とぴあに!「ボレロ」や人気の作曲家リード、ヴァンデルローストなどの楽曲を大編成プラスで演奏。実力派サクソフオン奏者・須川展也による指揮、ソロも見どころです。

※学生は各席種半額

10/22(水)	さくらホール	全席指定	7/10(木)発売
午後6時30分開演		一般	S席 4,000円 A席 3,000円
		区民割引	S席 3,500円 A席 2,500円

0歳から入場できるクラシック

芸大とあそぼう in 北とぴあ 「さすらいのギョウ太郎、また旅日記」

オーケストラの迫力ある演奏に、歌や芝居が楽しめる、3世代に人気のシリーズ9作目。今年はグリーグ作曲「ペール・ギュント」組曲を基にした音楽劇。時は江戸末期、ギョウ太郎と小鞠は、いろんなことから未来の科学者と出逢います。ドキドキワクワクの冒険物語。音楽にのって時空を超える旅に出発しよう!昨年発売の人気公演につき、チケットのお求めは早めにおねがい!

10/25(日)	さくらホール	※各回内容は同一 ※公演時間は約60分(休憩無)	全席指定	7/2(水)発売
午前11時開演			一般	1階席 2,000円 2階席 1,500円
午後2時開演			区民割引	1階席 1,500円 2階席 1,000円

癒しのひととき

11/1(日) 現地で生活しながら習得した本場アイルランド音楽の演奏に加え、軽妙なトークも楽しみのひとつ!

【出演】守安 功(アイリッシュ・フルートほか)、守安 雅子(アイリッシュ・ハーブほか)、上沼健二(パウロン/2ndのみ)

1st STAGE	午前11時開演	14階スカイホール	
2nd STAGE	午後4時開演	つつじホール	
小さなアイリッシュ・コンサート		アイルランドの風	
【曲目】	ダニー・ボーイ、妖精の岩の回りで ほか	【曲目】	ブルーニー城への巡礼者たち、アメージング・グレイス ほか
全席自由	500円	全席自由	1,500円

ロビーコンサート

無料 ※直接会場にお越しください。 ※10歳から観覧可

9/28(日)	10/22(水)	10/26(日)	11/9(日)
午後3時開演	午後5時開演	午後3時開演	午後0時30分開演
名島啓太指揮 北区民混声合唱団と パイプオルガンの演奏	上野学園大学 サクソフオンアンサンブルの演奏	パイプオルガン ソロコンサート	上野学園大学 古楽アンサンブルの演奏

ジャワのガムランと舞踊のコンサート

世界最大規模の青銅楽器のアンサンブル「ガムラン」-ジャワから当代最高の演奏家と舞踊家を迎えての共演
【出演】カルティカ&クスマ、サブノ、ワシ・パントロ ほか
10/23(水) 午後7時開演 一般 4,000円(当日4,200円) 区民割引 3,600円

京都府家安倍家の伝承シリーズ 幻の雅楽

明治維新で消えたはずの(幻の雅楽) 京都府安倍家の伝承が今、北とぴあに蘇る
【出演】安倍孝昌、三田徳明 ほか
10/24(金) 午後6時30分開演 つつじホール 8/6(水)発売 全席自由 3,500円(当日4,000円)

日韓交流音楽会

日本と韓国、横笛はともに切々と謳う! 音楽文化の融合を発信する
【曲目】日韓の伝統音楽-散調、能管、舞踊による「舞・MAI」、パワ・ピッコオ作曲「Olive」ほか
10/29(水) 午後7時開演 つつじホール 7/10(木)発売 全席自由 2,000円

會田瑞樹ヴィブラフォン

ソロリサイタル Vol.3 一未来志向の現在形-
数々詰められた金属の音板から生み出す幻想的な響き、今を生きる作曲家が生み出す多彩な音世界
【出演】會田瑞樹(ヴィブラフォン) 金井 勇指揮 弦楽オーケストラ
10/31(金) 午後7時開演 つつじホール 全席自由 7/11(金)発売 一般 2,000円 学生 1,000円(当日 一般2,500円 学生1,500円)

豊穡なるスカンジナビア

フォルテピアノが奏でる北欧の秘宝
知られざるスカンジナビアのノスタルジックな響きを1830年代の歴史的ピアノで聴く
【曲目】グリーグ/ホルベアの時代から作品401、バルムグレン/24の前奏曲作品171ほか
11/2(日) 午後3時開演 つつじホール 全席自由 8/11(月)発売 3,000円(当日3,500円)

一噌幸弘 笛コンサート

「速流笛破-秋の宴」
古今東西・オリジナル曲の秋の宴!
【出演】一噌幸弘(能管・リコーダーほか)、高木清一(オウゴン)、吉野弘志(ウツトベス)、山田路子(笛)
【曲目】能楽古典、テリマン(トリオンナ) 三徳調、リッパ(無伴奏フルート) ためしのリッパ、一噌幸弘「速流笛破」ほか
11/5(水) 午後2時開演 旧古河庭園洋館 全席自由 8/4(月)発売 3,500円(当日4,000円)

薔薇物語

~中世フランスの文学と音楽
薔薇の花咲く庭園を眺めながら中世フランス宮廷の恋愛物語を聴く
【出演】花井尚美(歌)、佐藤ヴェスイエール(声楽(朗読)、常味裕司(ワード)、矢野雅(ハーブ)ほか
11/6(木) 午前11時開演 午後2時開演 旧古河庭園洋館 全席自由 7/18(金)発売 一般 3,500円(当日4,000円) ペア 6,000円

北区民割引がとってもお得!

1枚あたり最大1,000円割引※
※オペラ公演購入の場合
区民割引の表示がある公演は、一人4枚まで割引価格で購入できます。北とぴあ1階チケット売場のみで販売。北区在住が確認できるものをご提示ください。

お知らせ

◆区民住宅(あき家)入居者募集

区民住宅は、中堅所得者層の家族世帯に良質な住宅を提供することを目的とした住宅です。

応募した方は、現在のあき家及び今後新たに発生するあき家への入居候補者となります。

【名称及び所在地】志茂 二丁目区民住宅(志茂2-34-13)、滝野川六丁目区民住宅(滝野川6-10-11)、王子一丁目区民住宅(王子1-14-12)、王子二丁目第二区民住宅(王子1-28-12)

※現在の空き家数、使用料などは申込の案内でご確認ください。なお、一年以上空き家の住宅は、使用料の3万円助成制度があります。

【入居資格】次の①～⑥のすべてに該当する方 ①区内在住、在勤であるまたは区内居住の一親等の親族(姻族を含む)がいる ②現に同居し、または同居しようとする親族がいる ③現に自ら居住するための住宅を必要としている

④所得(同居親族に所得がある場合は合算)が定められた基準以上

【申込の案内】申込期間及び場所 7月7日(月)～14日(月) 区管・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番、区民事務所及び地域振興室は配布部数に限りがあります)

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

かつ基準内である(左表のとおり) ⑤住民税を滞納していない ⑥申込者及び同居親族が暴力団員ではない ※王子一丁目区民住宅については、入居資格の特例として、同居親族のいない方、所得基準にあてはまらない方、居住する住宅の建替・改修のため一時的に住居を必要とする方も入居できる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月7日(月)～14日(月) 区管・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番、区民事務所及び地域振興室は配布部数に限りがあります)

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

【申込の案内】申込期間及び場所 7月17日(木)までに区管・区民住宅受付担当に届いたもの限り受け付けます。

◆北区基本計画2010及び北区経営改革新5か年プランの改定のための検討会答申が提出されました

北区の行政運営の指針である「北区基本計画2010」及び低成長経済下における持続可能な財政運営システムへの改革を目指す「北区経営改革新5か年プラン」の改定にあたって、北区の現状と課題や社会情勢の変化を踏まえた施策の方向性を検討してきた「北区基本計画2010」及び「北区経営改革新5か年プラン」の改定のための検討会(会長・文教大学名誉教授 平沢 茂氏)は、昨年11月からの検討の結果をまとめ、区長に答申しました。

今後は答申を踏まえ、北区基本計画2010及び北区経営改革新5か年プランの改定を行います。

【開覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページをご覧ください。

【開覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページをご覧ください。

【開覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページをご覧ください。

【開覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページをご覧ください。

【開覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページをご覧ください。

◆献血にご協力ください

7月1日(火)から31日(木)までの間、日本赤十字社では夏季における輸血用血液の安定供給を図るために「愛の血液助け合い運動」を実施しています。

皆さんの献血へのご理解と温かい善意によるご協力をお願いします。

【献血時間】午前9時30分～午後4時

【献血場所】区役所第一庁舎中庭 ※本人を確認できるもの(健康保険証など)を持参してください。

【献血場所】区役所第一庁舎中庭 ※本人を確認できるもの(健康保険証など)を持参してください。

【献血場所】区役所第一庁舎中庭 ※本人を確認できるもの(健康保険証など)を持参してください。

【献血場所】区役所第一庁舎中庭 ※本人を確認できるもの(健康保険証など)を持参してください。

◆後期高齢者医療

◆後期高齢者医療制度の平成26年度の保険料が7月に決定します

被保険者の方に7月中旬に保険料の決定通知書と納付書を発送いたします。

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

※特別徴収対象年金には優先順位があり、必ずしも多く支給されている年金が特別徴収の対象ではありません。

※25年度に特別徴収の方は、原則として26年4月以降も特別徴収に なっています(表中①)。

※25年度の保険料額に変更があった方は、26年10月から特別徴収となります(表中②)。

※特別徴収の方は、納付方法を口座振替に変更できます。ご希望の方は、お問い合わせください。

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

【特別徴収】特別徴収の対象年金支給額が年額18万円以上の方 ②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が特別徴収対象年金支給額の2分の1を超えない方

◆普通徴収 特別徴収の対象にならない方が、納付書や口座振替で26年7月から27年3月までの間に納付してください(表中③)。

※納付書が届いた方で、口座振替を希望する場合は、通知書に同封されている口座振替依頼書に必要事項を記入し、返信用封筒で返送してください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

【普通徴収】納付書や口座振替で納めます。 ※納付書で納める方には、今回の通知に、7月期分から9月期分の納付書を同封します。納期限までにお近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納めてください。

北区掲示板への 広告掲載を募集します!

地域の方々が目にする北区の掲示板に、お店や会社のPR広告を載せませんか。

【広告の大きさ】Aタイプ…縦230mm×横1,305mm Bタイプ…縦230mm×横1,205mm

【広告掲載位置】イメージ図のとおり

【掲載期間】広告掲載日(12月1日を予定)から1年間(更新可)

【募集掲示板】区が指定する北区掲示板からお選びください。

※下表のほかにも多数あります。詳しくはお問い合わせください。

【掲載できないもの】公共性及び品位を損なう恐れのあるもの、政治・宗教活動に関わるものなど

【掲載の決定】内容審査のうえ掲載の可否をお知らせします。

※掲載決定後、申込者の負担で版下原稿を作成していただきます。

【費】1基につき年額3万円

※設置初年度は、広告プレート作成・設置料として、3万2,400円を別途負担していただきます。

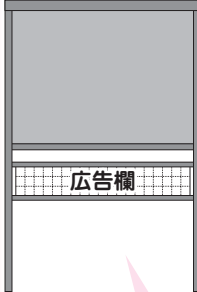
【用】所定の申込用紙(広報課(区役所第一庁舎3階1番)にあります。北区ホームページからもダウンロードできます)を郵送、ファクスまたは持参で、8月1日(金)(必着)まで

先 〒114-8508(住所不要)広報課

☎(3908)1102 FAX(3905)3422

☎(5390)0092

掲示板のイメージ図



広告募集掲示板一覧

Table with columns: ID, 地区, 設置場所, タイプ. Lists various locations like 王子, 赤羽, 滝野川.

地域の皆さんが目にする区の掲示板に、お店や会社のPR広告を載せませんか。



◆北区商店街等販売促進 事業申請者募集

地域経済を盛り上げるイベントを応援します。 対区内に所在する小売業、飲食業、サービス業など10店舗以上集まった団体 ※そのほか条件があります。

◆介護保険料納入通知書をお送りします

65歳以上の方(第1号被保険者)の平成26年度の介護保険料納入通知書を7月4日(金)に発送します。

◆特別徴収

年金が年額18万円以上の方は年金からあらかじめ差し引かれます。ただし、65歳になったとき、転入したとき、保険料の所得段階が変更になったときなどは、一時的に納付書で納めていただきます。

平成26年度納付方法

納付方法表: 納付月(4月-3月) vs 特別徴収(①②) vs 普通徴収(③)

◎年金から差し引き ★金融機関で納付または口座振替



第31回ふるさと北区 区民まつり参加者募集!

あなたの参加で区民まつりがさらに輝きます!

問先 ☎ 114-8503 (住所不要)
地域振興課内区民まつり実行委員会事務局(北とびあ10階)
☎ (5390) 0094
HP 北区区民まつりホームページ
<http://curia.city.kita.tokyo.jp/maturi/31/index.html>

日 10月4日(土) 午前11時~午後4時(S-GATEは午後5時30分から) 5日(日) 午前10時~午後4時
王子・赤羽・滝野川 個性豊かに秋を彩る3会場: 王子会場(飛鳥山公園) 赤羽会場(赤羽公園ほか) 滝野川会場(滝野川公園・滝野川体育館)

●アトラクション

場 王子会場…飛鳥山公園内特設ステージ
滝野川会場…滝野川公園内特設ステージ
※赤羽会場は、赤羽会館の耐震補強工事に伴い中止
内 ステージ上での歌、踊り、楽器演奏など。ヒップホップやストリートダンス、ポップス・ロックバンドも大歓迎です。
費 1グループ3,000円

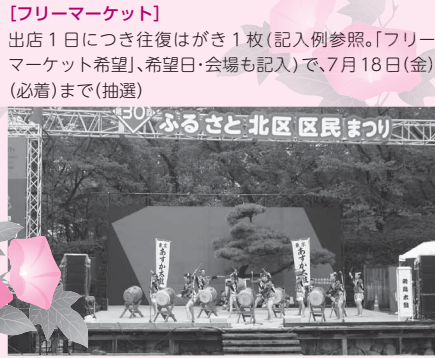
●展示コーナー

場 滝野川体育館
※赤羽会場は、赤羽会館の耐震補強工事に伴い中止
内 グループ・団体・個人による作品展示、実演、生活に役立つ相談など

●フリーマーケット

場 王子会場…飛鳥山公園内
赤羽会場…赤羽公園内
滝野川会場…滝野川公園内(5日(日)のみ)
費 両日ともに1日1,000円(1出店につき)
=以下、共通(S-GATEを除く)=
対 区内在住、在勤、在学の方(プロは不可)
用 [アトラクション・展示コーナー]

地域振興課(北とびあ10階)、各地域振興室、赤羽会館事務室(旧赤羽中学校(志茂1-19-14))及び滝野川会館にある申込書に記入し、郵送または持参で、7月18日(金)(必着)まで(抽選)
※1団体、1会場の申込のみ。アトラクションは両日申込不可。S-GATEとの重複申込は不可
[フリーマーケット]
出店1日につき往復はがき1枚(記入例参照。「フリーマーケット希望」、希望日・会場も記入)で、7月18日(金)(必着)まで(抽選)



●S-GATE(区民まつり夜の部)



場 王子会場…飛鳥山公園内特設ステージ(4日(土)のみ)
内 音楽・ダンスなどのショー。企画運営ボランティアスタッフも募集します。楽しいイベントをつくりませんか。
※区民まつりアトラクションとの重複申込は不可
※太鼓・エレキギター・ドラム不可
※詳しくはホームページをご覧ください。
HP <http://curia.city.kita.tokyo.jp/maturi/31/smaigate/index.html>

記事の見方

対象

日

時

場

会

場

内

容

師

講

定

費

用

(記

載

の

場

合

は

無

料

で

す)

申

込

方

法

問

い

合

わ

せ

先

申

込

先

HP

ホ

ム

ペ

ー

ジ

EM

E

メ

イ

ル

◆5回北区観光写真コンテスト

鉄道部門がスタートします!
北区の魅力を見直し、区内外に広く伝えるため写真コンテストを開催します。今回より新たに「鉄道部門」を設け、「観光部門」とあわせて作品を募集します。これまで大きく部門で募集してきた作品は、観光部門で受け付けします。奮って応募ください。
対 プロ・アマ問わず撮影マナーを守っていただけの方
[募集期間] 7月7日(月)~8月25日(日)
[募集部門] 鉄道部門: 北区で出合った鉄道風景(都電を含む)
観光部門: 北区で出合った素敵な景色(イベントも含む)
※合わせて3点まで応募可
※平成25年4月以降に撮影した未発表のもの
[応募写真] カラープリント写真はサイズは6切り(ワイド6切りは除く)またはA4サイズ
※そのほかの注意点はチラシ・ポスターで必ずご確認ください。チラシは北とびあなど配布するほか、北区観光ホームページからもダウンロードできます。
※受賞作品は1月下旬に決定する予定です。鉄道部門は、JR東日本東京支社長賞・東京都交通局長賞1点ずつ、入選5点以内。観光部門は、区長賞・議長賞1点ずつ、入選5点以内。賞状と副賞(区内共通商品券や商品など)を贈呈します。
申 チラシ、北区観光ホームページの応募票を応募写真の裏面に貼付して、郵送または持参
問先 ☎ 114-8503 (住所不要) 産業振興課観光振興担当(北とびあ11階)
HP <http://www.kankou.city.kita.tokyo.jp/>



問先 北区防災センター(西ヶ原2-1-16) (月曜休館)
☎ (3940) 1811

申 直接窓口または電話申込(随時)
問先 北区防災センター(西ヶ原2-1-16) (月曜休館)
☎ (3940) 1811

対 区内在住、在勤、在学の16歳以上で、ボランティアとしての活動が可能な方
内 講習会などに参加し「防災ボランティア」として登録します。※現在150名の方が登録しています。また、毎月第3日曜に防災センターで定例会を開催しています。
問先 ☎ 114-8503 (住所不要) 産業振興課商工係
HP <http://www.kankou.city.kita.tokyo.jp/>

申 産業振興課商工係(北とびあ11階)にある申請書(北区ホームページ)からダウンロードでき、記入し、郵送または持参で、7月14日(月)から8月29日(金)(当日消印有効)まで
問先 ☎ 114-8503 (住所不要) 産業振興課商工係
HP <http://www.kankou.city.kita.tokyo.jp/>

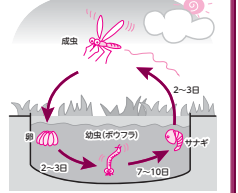
◆北区防災ボランティアの募集
災害時に全国から集まる多数のボランティア受け入れや調整をする(仮称)災害時ボランティア本部の活動などに協力いただき、北区防災ボランティアを募集します。
対 区内在住、在勤、在学の16歳以上で、ボランティアとしての活動が可能な方
内 講習会などに参加し「防災ボランティア」として登録します。※現在150名の方が登録しています。また、毎月第3日曜に防災センターで定例会を開催しています。
問先 ☎ 114-8503 (住所不要) 産業振興課商工係
HP <http://www.kankou.city.kita.tokyo.jp/>

◆赤羽エコー広場館の再開
JR高架橋耐震工事完了のため、7月10日(木)から赤羽エコー広場館を再開します。
生活係
問先 ☎ (3908) 8538

◆北区きらりと光るものづくり顕彰募集
北区の優れたものづくり企業や技能者を顕彰します。自薦・他薦は問いません。
対 区内に本社及び主たる事業所を有し、1年以上継続して製造業などを営む中小企業または事業に従事する方
[対象部門及び件数] 下表のとおり
[顕彰] 平成27年2月9日(月)の顕彰式で賞状、副賞及び記念品を贈呈。北区ホームページなどで広く顕彰内容を周知します。また、企業部門では融資制度の優遇や見本市等の出展経費補助などが受けられます。
申 産業振興課商工係(北とびあ11階)にある申請書(北区ホームページ)からダウンロードでき、記入し、郵送または持参で、7月14日(月)から8月29日(金)(当日消印有効)まで
問先 ☎ 114-8503 (住所不要) 産業振興課商工係
HP <http://www.kankou.city.kita.tokyo.jp/>

夏にかゆい蚊の被害にあわないために

これからの季節、蚊に刺されてかゆい思いをした経験は誰にでもあると思います。
蚊はかゆみを起こすばかりでなく、感染症を媒介することがあります。日本では公衆衛生の向上により感染症は少なくなりましたが、海外では蚊が媒介する感染症が流行しており、毎年多くの感染者が報告されています。
[海外で流行している主な感染症]
デング熱、日本脳炎、マラリア、チクングニヤ熱、ウエストナイル熱など
これらの感染症を国内にまん延させないために、日頃から家のまわりでの対策を心がけましょう。



●蚊の発生を防ぐには(幼虫対策)
蚊は、水面に産みつけられた卵がふ化し、水中で成長します。夏場は条件がよければ卵から1~2週間で成虫になります(図参照)。そのため、週に一度、水たまりをなくすることで、蚊の発生を防ぐことができます。不要な水たまりをなくし、なくせない水たまりは、定期的に清掃や水の交換を行いましょう。
例: 植木鉢の受け皿、空き缶・空き瓶、パケツ・ジョウロ、古タイヤ、雨どい

●蚊に刺されないために(成虫対策)
1. 窓には網戸を取り付け、破れがないか点検する
2. ドアや窓の開閉は素早く行う
3. 草むらやぶを定期的に刈り取り、風通しをよくする
4. 蚊の多い野外に行くときは、肌の露出を少なくする(長袖、長ズボンを身につけ、素足でのサンダル履きは避けましょう)
5. 虫よけスプレーを使用する(説明書の注意書きに沿って使いましょう)
殺虫剤を使った成虫駆除の効果は一時的で長続きしません。また、使い過ぎは健康や環境に影響を与えます。むやみに散布することは避け、蚊が発生しにくい環境づくりを心がけましょう。
問 北区保健所生活衛生課環境衛生 ☎ (3919) 0720

北区きらりと光るものづくり顕彰募集

部門	対象部門	件数
きらめき企業部門	健全な経営基盤を有し、優れた製品・技術を持つ、次の①~⑤いずれかに努めている企業 ①技術承継などの人材育成 ②販路開拓などの積極的なマーケティング ③品質管理・納期対応などの生産性向上 ④環境配慮などの幅広い分野での地域貢献 ⑤そのほか経営革新などの取り組み	5件程度
きらめきの技人部門	平成26年4月1日現在、25年以上の実務経験があること。 優れた技能・技術を有し、今後もその技能・技術を維持・発展でき、後進の育成を行っている方	5名程度 ※うち若手部門2名程度
きらめきの技人部門(若手部門)	平成26年4月1日現在、40歳以下で5年以上の実務経験があること。 優れた技能・技術を有し、今後もその技能・技術を発展できる方	

お知らせ

パブリックコメント 東京都北区新型インフル エンザ等対策行動計画案

●区行動計画(案)策定の趣旨
平成25年4月の新型インフルエンザ等対策特別措置法(以下特措法)の施行に伴い、政府行動計画、東京都行動計画が作成されました。このことを踏まえ、特措法第8条に基づき「東京都北区新型インフルエンザ等対策行動計画(案)」を作成しました。

●区行動計画(案)の概要
区における新型インフルエンザ等対策に関する基本方針及び区が実施する措置等を示すとともに、さまざまな状況に対応できるように対策の選択肢を示しています。

●ご意見をお寄せください
広く区民の皆さんのご意見を伺うため、パブリックコメント(区民意見公募手続)を実施します。寄せられた意見は充分検討し、区行動計画の参考とさせていただきます。なお、公表する場合は、氏名など個人を特定できる情報は公開しません。

【案件名】東京都北区新型インフルエンザ等対策行動計画(案)
【開催場所】北区保健所(東十条2-1-713) 区政資料室(区役所第一庁舎1階、区立図書館、地域振興室及び北区ホームページ)
【意見提出期間】7月1日(火)~31日(木)(必着)

●ご意見をお寄せください
広く区民の皆さんのご意見を伺うため、パブリックコメント(区民意見公募手続)を実施します。寄せられた意見は充分検討し、区行動計画の参考とさせていただきます。なお、公表する場合は、氏名など個人を特定できる情報は公開しません。

●ご意見をお寄せください
広く区民の皆さんのご意見を伺うため、パブリックコメント(区民意見公募手続)を実施します。寄せられた意見は充分検討し、区行動計画の参考とさせていただきます。なお、公表する場合は、氏名など個人を特定できる情報は公開しません。

【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、氏名、住所をご記入ください。
【意見提出先】〒114-0001 東十条2-1-713 北区保健所生活衛生課生活衛生係
FAX(3919) 0431
HP <http://www.city.kita.tokyo.jp/menu/pubcome/>

都市計画の原案への 公述申出と公聴会

【対象計画案】①都市再開発の方針
②住宅街地の開発整備の方針
【縦覧期間】7月1日(火)~15日(火)
【計画案の縦覧及び申出書の配布場所】東京都都市整備局都市計画課及び関係区市町村(北区は都市計画課(区役所第一庁舎3階14番))

●公聴会
【日時】8月22日(金) 午後7時から
都庁都民ホール 8月28日(木) 午後1時から及び7時から(都庁第一ホール)
【当日、直接会場へ】
【東京都市計画課】
〒100-8508 3225
HP <http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp>

年金・労働・雇用無料相談会

【日時】7月15日(火) 午後1時30分~4時30分
【会場】区役所第一庁舎1階ロビー
【当日、直接会場へ】
【東京社会保険労務士会 北支部】
〒3908 0248
FAX(3908) 1141

年金の内容や受取額についての疑問、サービス残業やパワハラなどのトラブル、人事・労務管理などのお悩みに、社会保険労務士が無料で相談に応じます。
【日時】7月15日(火) 午後1時30分~4時30分
【会場】区役所第一庁舎1階ロビー
【当日、直接会場へ】
【東京社会保険労務士会 北支部】
〒3908 0248
FAX(3908) 1141

「北区さくら体操」指導員(第14期)募集

「北区さくら体操」の普及に協力していただける指導員を募集します。養成講習を受け、人前での指導技術を習得後、イベントや普及活動に携わっていただきます(原則としてボランティア活動)。区内在住、在勤で「北区さくら体操」の動きをすでに習得している方。【日時】8月1日~29日(15日を除く) 毎週金曜 計4回
【対区内在住、在勤で「北区さくら体操」の動きをすでに習得している方】
【8月1日~29日(15日を除く) 毎週金曜 計4回 午後2時~4時 場北とびあ地下1階多目的ルーム】
【例10名(抽選) 申はがき(記入参照) 応募動機も記入)で、7月18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) 8548

◆商談会参加企業募集〜5区合同ビジネスネット〜
主催 板橋産業振興公社、練馬区産業振興公社、文京区、東区中小企業振興公社
製造業の企業を対象とした、販路開拓・情報交換のための個別商談会を開催します。あらかじめ受発注の組み合わせを調整する事前マッチング型の商談会で、発注企業は公募のほか招致も行います。
【日時】10月22日(木) 午後1時~5時(予定) 場北とびあ13階飛鳥ホール(予定) 事前マッチング型の個別商談会。定70社程度
【費用】社2千円(発注企業は無料)
【参加申込書】(北区ホームページからダウンロードできます)をファクスまたはEメールで、7月31日(木)(必着)まで
【申込】申込後、企業PRシートを記入いただきます。記入した内容は参加予定企業・機関などに提示するとともに、当日会場で配布します。
【問先】産業振興課商工係
〒3908 1235
FAX(3908) 1141
E-mail kougyounsinkou@city.kita.tokyo.jp

第3章 対策の基本項目

第1章 基本の方針

第2章 国、都、区等の役割

第3章 対策の基本項目

第4章 各段階における対策

第5章 未発生期、海外発生期、国内発生早期、都内発生早期、都内感染期的な対策を7つの項目に分けて示しています。

第6章 各段階における対策

育てよう!!

青少年の豊かな心、大きな夢

充実した夏休みになるよう、普段なかなか参加することができない地域の行事やボランティア活動に家族そろって参加してみませんか。

●あなたの地域には青少年地区委員会があります
次代を担う青少年が、年齢の違う子どもや大人とのふれあいの場を通じて、地域でいきいきと活動し、自立した社会人へ育つことを目指して、地域振興室ごとに青少年地区委員会が活動しています。

●青少年地区委員会の重点目標
北区青少年問題協議会の活動基本方針に基づき、各地域の実情にあった活動を展開しています。

1 安全・安心で健全な地域環境づくりの推進
青少年の育成にとって、地域の環境はとても大切です。地域ぐるみで青少年が安全に、安心して生活できる環境づくりに努めましょう。

2 心がふれあう明るい家庭づくりの推進
家庭は青少年にとって豊かで安定した人間関係を作りだし、安らぎを与え、社会性を養い、自立を促進させるものです。各青少年地区委員会では毎月第3土・日曜の「家族ふれあいの日」を基本に、家族そろって参加できる事業を行っています。

3 青少年の社会参加活動の推進
青少年がさまざまな社会活動に参加して多くの人々と交流する中で、社会性を身につけ、自立心や協調性、優しさや思いやりの心を培うことは大切です。青少年地区委員会でも地域の児童館などと連携し、積極的に社会参加できる場や機会の提供に努めています。

●7月は内閣府主催「青少年の非行・被害防止全国強調月間」です
青少年の非行・被害防止や健全育成、社会環境の浄化への取り組みなど、もう一度考えてみましょう。

【子育て支援課次世代育成係】 ☎(3908)8143

青少年地区委員会	事業名	開催日	問い合わせ(地域振興室)
十条台	デイキャンプ	7月20日(日)	十条台 ☎(3908)3521
王子	ラジオ体操会	7月21日(祝)~31日(木)	王子 ☎(3912)1521
豊島	夜間パトロール 第30回	7月22日(火)~8月29日(金)	豊島 ☎(3912)1532
十条	早起きラジオ体操会	7月21日(祝)~30日(水)	十条 ☎(3908)3532
神谷	少年の主張	9月20日(土)	神谷 ☎(3901)3505
赤羽西	野外活動のつどい	7月19日(土)	赤羽西 ☎(3900)0049
志茂	ラジオ体操	7月21日(祝)~30日(水)	志茂 ☎(3901)3178
赤羽	野外活動	9月7日(日)	赤羽 ☎(3901)1412
赤羽北	デイキャンプ	7月27日(日)	赤羽北 ☎(3907)1800
滝野川西	納涼と防災のタベ	7月16日(水)	滝野川西 ☎(3916)2246
滝野川東	ラジオ体操	7月20日(日)~30日(水)	滝野川東 ☎(3910)0131
西ヶ原東	ラジオ体操	7月21日(祝)~30日(水)	西ヶ原東 ☎(3910)0142
昭和町	盆踊り大会	7月19日(土)	昭和町 ☎(3893)5417
浮間	防災訓練・うきまごどもなまつり	8月31日(日)	浮間 ☎(3960)0047
桐ヶ丘	親子ふれあい体験	7月23日(水)	桐ヶ丘 ☎(3907)2427
田端	ラジオ体操会	7月21日(祝)~30日(水)	田端 ☎(3828)5560
東十条	夏休みの集い	7月19日(土)	東十条 ☎(3912)8992
堀船	堀船サマーフェスティバル	8月9日(土)	堀船 ☎(3912)3531
東田端	夏休み夜間パトロール	7月22日(火)~8月29日(金)	東田端 ☎(3800)6772

※参加対象者・会場・時間などは、各地区委員会により異なりますので、あらかじめ地区委員会事務局(各地域振興室)へお問い合わせください。
※各地区委員会では年間を通して事業などを実施していますので、詳しくは地域振興室へお問い合わせください。



▲昨年の様子



催し

フリーマーケット

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。

●滝野川公園フリーマーケット

7月20日(日) 午前10時～午後2時(雨天中止) 出店予定数 30店(申込順) 出店料 1千円(2m×2.5m) 申込電話 申込(月)

●きつね夏まつりフリーマーケット

7月26日(土) 午後3時～7時(雨天中止) 場いなり通りシヨッピンゲロード 北区豊島1-2丁目 出店予定数 20店(抽選) 出店料 無料(2.4m×1.5m)

●きつね夏まつりフリーマーケット

7月13日(日) (必着) まで

●きつね夏まつりフリーマーケット

8月2日(土) 8月9日(土)

午後4時～7時30分(雨天中止) 場きつね塚商店会通り(滝野川6丁目) 出店予定数 約35店(申込順) 出店料 無料(1m×2m) 申込電話 申込

●フリーマーケット

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。

●滝野川公園フリーマーケット

7月20日(日) 午前10時～午後2時(雨天中止) 出店予定数 30店(申込順) 出店料 1千円(2m×2.5m) 申込電話 申込(月)

●きつね夏まつりフリーマーケット

7月26日(土) 午後3時～7時(雨天中止) 場いなり通りシヨッピンゲロード 北区豊島1-2丁目 出店予定数 20店(抽選) 出店料 無料(2.4m×1.5m)

●きつね夏まつりフリーマーケット

7月13日(日) (必着) まで

●きつね夏まつりフリーマーケット

8月2日(土) 8月9日(土)

講座・講演会

男女共同参画センター「スペースゆづり」

ママ業プラスアルファ 私らしく生きる★座談会

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

対子育て中の女性 7月25日(日) 午前10時～11時30分

赤羽文化センター講座

①区民講座 私のみで国際交流

区内の実でエコな洗濯(7/1)

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 8月7日(木) 午前10時～午後0時30分

星美学園短期大学公開講座

特別支援教育の実践と協働1支

援の見方、考え方・つながり方

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

8月8日(金) 午前10時40分～午後0時10分

北管ネット夏季マニションセミナー

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

7月20日(日) 午後2時～4時

大陽がん検診

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

区内在住の35歳以上の方(昭和54年12月31日以前に生まれた方)

くらしのトラブル注意報

大学生に借金をさせて高額な投資用DVDを購入させるトラブルが急増しています。

- 勧誘者は友人や先輩。勧誘目的であることを明かさず喫茶店に呼び出され、その場で投資用DVDを購入するように勧誘を受けています。

消費者へのアドバイス

- 1. 友人や先輩から勧誘されても安易に契約しないでください。断りにくい状況になったとしても、内容が十分に理解できなければはっきりと断りましょう。

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

多重債務相談は消費生活センターへ (5390) 1239

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

星美学園短期大学日伊総合研究所公開講座2014

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

北管ネット夏季マニションセミナー

スポーツ

◆弓道初心者教室

後援 北区体育協会

区内在住、在勤、在学で18歳以上(高校生を除く)の方... 7月25日～8月26日... 毎月火・金曜 計10回... 午後6時30分～9時... 滝野川体育館弓道場(西ケ原2-1-6)...

◆長期テニス教室

後援 北区体育協会

区内在住、在勤の方... 9月2日～11月25日... 毎週火曜... ②初中級者... 9月2日～11月26日... 毎週水曜... ③初心者... 9月4日～11月27日... 毎週木曜... 午前10時～正午(10月から午前9時～11時)...



健康いき情報

◆健康増進センター(へるしあKITA)

①男性食育体験講座 ~イクメン目指してうどん作りに挑戦~... 区内在住、在勤の男性(3歳以上の幼児1名のみ同伴可。保育なし)... 8月2日(土) 午前10時～午後1時... 簡単にできる手打ちうどんとデザートを作ります...

◆元気づらぎの教室

小学生以上の方(1・2年生は保護者同伴) 日内 7月24日～8月21日(8月14日を除く) 毎週木曜 計4回 ①午後1時～2時30分... ②午後3時～4時30分... 手芸教室(毛糸を使った小物作り) 定各15名(抽選) 費4,000円(材料費込み)...

◆自然教室「生きもの探険隊② 真夏のナイトウォッチング」

セミの羽化やコウモリ、カエルなど夜活動する生きものを観察します。 区内在住、在勤、在学の5歳以上の方 8月2日(土) 午後6時30分～8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、7月23日(水)(必着)まで 間場先 〒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

◆16ミリフィルムアニメ上映会の開催

小学3年生以上の方 日7月6日(日) 午後1時30分～3時 内アニメ「長靴をはいた猫」上映 【企画・運営】北区図書館活動区民の会 定50名(先着順) 申当日、直接会場へ 間場 中央図書館事業係(十条台1-2-5) ☎(5993)1125



文化センター 夏休み子ども講座

～中央公園・赤羽・滝野川文化センター～

対日場師定費間先【締切】下表のとおり

申往復はがき(記入例参照。希望コース、学校名・学年、保護者の緊急連絡先も記入、C-1・A-1・T-2・T-4・T-5は1組1通で保護者の氏名も記入、C-2、C-3、C-4、C-5、A-2は同伴する場合の保護者の氏名も記入)で各文化センターに申込 ※申込は1コースにつき1人1通

Table with columns: コース, 講座名, 日程, 対象, 講師, 定員(抽選), 費用(全回分), 締切(必着), 会場(問い合わせ先申し込み先). Rows include activities like '親子で作ろう! 和紙のオリジナルらんぶシェード', 'おやつについて 楽しく学ぼう!', 'ママさん気象予報士から学ぶ世界一わかりやすいお天気講座', etc.

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

子育てするなら北区が一番

● パパになるための半日コース

☑ 区内在住で妊娠 24 週以降の方と配偶者
 日 8月23日(土) ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分(いずれも30分前から受付)
 場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)
 内 先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験実習(赤ちゃんのお風呂入れ、おむつ交換など) ※①②とも内容は同じです。定 20組(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。出産予定日①②の別(どちらでも参加できる場合は希望順位)も記入)で、7月20日(日)(当日消印有効)まで ※車でのお来所はご遠慮ください。
 問 先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課王子健康相談係
 ☎ (3908) 9087

● 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 7月29日(火) 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 7月4日(金)午前8時30分から電話申込
 問 先 健康いきがい課王子健康相談係
 ☎ (3908) 9087

● ぱくぱく子どもごはん講習会 ～幼児食へのステップアップ～

☑ 区内在住で10カ月～1歳2カ月の子の保護者(保育なし) 日 7月31日(木) 午後1時30分～3時 場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3) 内 離乳食から幼児食への移行のポイント、簡単メニューの紹介(お話と試食) 定 24名(申込順)
 申 7月7日(月)午前8時30分から電話申込
 問 先 健康いきがい課王子健康相談係
 ☎ (3908) 9087

● ペアレントトレーニングを実施します

ペアレントトレーニングとは、子どもへのかわり方に悩んでいるお父さん、お母さんが、子どもへの具体的に効果的な接し方を学ぶプログラムです。一緒に子育てのちょっとした工夫を学びませんか。
 ☑ 区内在住で、全回参加できる4歳から小学4年生までのお子さんの保護者
 日 10月22日、11月5日・19日、12月3日・17日、平成27年1月14日・28日、2月4日・18日、3月4日 各水曜 計10回 午前10時～11時30分 ※プログラムの積み重ねが大切です。
 師 大正大学カウンセリング研究所臨床心理士 井瀧知美氏、西牧陽子氏
 定 10名(申込順)
 申 7月15日(火)から電話申込 ※参加希望の方には、事前に面接を行い、どのようなことにお困りかお話をうかがいます。事前面接は、7月30日(水)、8月20日(水)のいずれかでを行います。
 問 場 先 北区子ども家庭支援センター(育ち愛ほっと館)(王子2-7-34)
 ☎ (3914) 9565

● 障害者福祉センター子ども体験教室～夏休みの自由研究に～

子どもたちにセンターを知ってもらい、交流を深めることを目的に陶芸体験・押し花体験を開催します。
 ①自分だけのマグカップを作ってみよう！(陶芸体験)
 日 7月22日(火) 午後1時30分～3時 師 遠藤富美子氏
 ②おしゃれなうちわを作ってみよう！(押し花体験)
 日 7月24日(木) 午後1時30分～3時30分 師 森本千賀子氏
 =以下、①②共通=
 ☑ 区内在住の小学生(3年生以上)
 定 15名(抽選) 申 往復はがきまたはファクス(記入例参照。①②どちらの教室も希望の場合は、優先順位も記入)で、7月14日(月)(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

● 「子ども1日図書館員」参加者募集!

夏休みに1日図書館員になってみませんか。図書館の仕事を体験して、本と友達になりましょう。
 ☑ 小学4年生～6年生 日 7月25日(金) ※実施時間は希望する図書館に直接お問い合わせください(午前または午後各2時間程度)。 場 区内13図書館(分室含む) ※赤羽・田端図書館は休館のため除く
 内 図書館のいろいろな仕事を体験
 定 各図書館3～8名程度(先着順)
 申 図書館にある申込書に必要な事項を記入(保護者印を押し)して、7月13日(日)までに希望する図書館へお持ちください。
 問 中央図書館児童担当
 ☎ (5993) 1125



● KITAKUスーパーサイエンススクール「ホバークラフトを作ろう!～摩擦のしくみを学ぶ～」

☑ 区内在住、在学の小学生(ただし昨年度同じタイトルの講座への参加者は除く)
 日 8月7日(木) ①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時
 場 北とびあ15階ベガサスホール
 内 浮いてスライ走れるホバークラフトを作り、空気のかつについて学びます。
 師 東京工業大学サイエンステクノスタッフ 定 各30名(抽選) 費 400円程度(材料費・保険料) 申 往復はがき(記入例参照。学校名・学年・希望の時間を記入(どちらでもよい場合はその旨を記入))で、7月24日(木)(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

● 夏休み子ども文学講座 80年前のアニメを見てみよう! 「のらくろ」上映会&ミニ散歩

☑ 小学3年生以上の方(保護者同伴可)
 日 8月3日(日) 午前10時～11時30分
 内 昭和初期に作られた「のらくろ」映画を鑑賞し、その作者・田河水泡、さらに野口雨情、サトウハチローなど、田端の児童文化に携わった人々についてお話しします。また、文士村の町歩き(約30分)も行います。
 師 同館研究員 定 40名(抽選)
 申 往復はがき(記入例参照。学年(年齢)、保護者名、保護者参加の有無も記入)で、7月14日(月)(必着)まで ※はがき1通で3名(きょうだい)まで ※専用駐車場・駐輪場はありません。
 問 場 先 〒114-0014 田端6-1-2 田端文士村記念館
 ☎ (5685) 5171

● 古民家工作教室「昔なつかしいからくり玩具・パタパタ作り」

☑ 区内在住、在学の小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)
 日 8月5日(火) 午前10時～正午
 内 江戸時代の不思議なからくり玩具を作ります。五連の板が回転しながら落ちると絵柄が変わるかわり屏風です。からくりを理解するため画用紙でミニチュアのかわり屏風を作ります。 定 20名(抽選)
 費 200円 申 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・年齢(学生は学年)も記入)で、7月22日(火)(必着)まで
 問 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



● ～夏を描こう～ 第26回夏休み親子写生大会

楽しく夏をスケッチしてみませんか。北区美術会の先生がアドバイスします。
 ☑ 区内在住、在学の小学生と保護者
 日 7月31日(木) 午前9時15分～正午(雨天の場合は8月1日(金)に順延。以後は中止) 場 飛鳥山公園(王子1-1-3) [持ち物] 水彩絵の具、パステルクレヨンなど ※画用紙(38cm×27cm)は用意します。 ※参加児童全員に記念品を差し上げます。 定 100組(抽選)
 申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名・学年、Eメールアドレスも記入)で、7月17日(木)(必着)まで ※1通で1家族 ※作品は、8月19日(火)～31日(日)まで王子カルチャーロード・ギャラリー(JR王子駅北口側)に展示します。なお、作品は原則として返却しません。返却希望の方は、提出時にその旨をお知らせください。
 問 先 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団親子写生大会係
 ☎ (5390) 1222

● 夏休み親子おもしろ科学体験

夏休みに保健所へ遊びに来ませんか。保健所では今年も親子を対象に食品衛生教室を開催します。
 ☑ 区内在住の小学4年生～6年生と保護者
 日 第1回…7月26日(土) 午後2時～4時 第2回…7月28日(月) 午後2時～4時
 内 手洗い教室…食中毒の予防に大切な正しい手の洗い方を学びます。手を洗う前と洗った後で手についている汚れの量がどう変わったか検査機を使って調べること、きちんと手が洗えたかどうかわかります。
 食品実験…食べ物に関する実験をします。今年はマヨネーズを作ります。
 ほかに、食中毒予防や食べ物不思議など夏休み自由研究のヒントが盛りだくさん。なお、北区ホームページで昨年の様子をご覧ください。
 定 各回10組(申込順) 申 7月1日(火)から18日(金)までに電話申込
 問 場 先 北区保健所生活衛生課食品衛生担当(東十条2-7-3)
 ☎ (3919) 0726



● 夏休み親子実験教室 「マイナス18℃に挑戦しよう」

☑ 区内在住の小学3年生～6年生と保護者(2名1組) 日 7月24日(木) 午後1時30分～3時30分 内 冷凍食品を作るときの基準となっているマイナス18℃を身近にあるもので作れるか実験します。またマイナス18℃の状況で食品がどうやって凍っていくのかをアイス作りを通して学びます(試食あり)。
 ※アレルギーの方はご注意ください。
 師 生活科学ボランティア 定 10組(抽選)
 申 往復はがき(記入例参照)で、7月14日(月)(必着)まで
 問 場 先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「夏休み親子実験教室」係(北とびあ11階)
 ☎ (5390) 1239

● 歌って・踊って・ゲームin 滝野川 小学生親子大会!

後援 北区教育委員会・北区文化振興財団
 ☑ 北区在住、在勤、在学の方
 日 7月31日(木) 1回目…午後1時50分開演(1時30分開場) 2回目…午後3時30分開演(3時10分開場)
 場 滝野川会館大ホール(西ヶ原1-23-3)
 内 プロのクラシック歌手とピアノ伴奏によるミニコンサートや会場全体での大合唱、ピアノ伴奏に合わせたリズム遊びやゲームで楽しませよう!
 [ソプラノ] 乾 薫子 [テノール] 宮原 健一郎 [ピアノ] 鳥羽山 沙紀
 定 各500名(抽選) 費 大人1,000円、小学生500円 申 往復はがき(記入例参照。希望回、人数も記入)で、7月22日(火)(必着)まで
 問 先 〒114-0002 王子1-6-15-202 NPO東京ASUKA音楽事務所 篠埜
 ☎ 090(6487)6017

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

外食をおいしく食べて健康に!

『健康づくり推進店』を活用しましょう!

区民の方が外食やお弁当・惣菜などを利用するときに、栄養に関する適切な情報を得て、食事を楽しみながら健康的な生活が送れるように、食を通じた健康づくりを推進しています。

●健康づくり推進店とは

お店の代表的なメニューの栄養成分表示や健康に配慮したメニューの提供をしている区内の飲食店などです。登録店の店頭には、登録証が掲げてあります(図1)。



図1

区では、健康づくり推進店において、栄養バランスのよい「ヘルシーメニュー」や「シニア元気メニュー」の登録を推進しています。

●ヘルシーメニューで健康的な食生活を

メタボリックシンドロームや糖尿病などの生活習慣病予防のためには、バランスの良い食事が大切です。



図2

「ヘルシーメニュー」は定食・弁当など1食に、主食・主菜・副菜がバランスよくそろっていて、エネルギーが800kcal以下、塩分4g未満、野菜が100g以上と基準を定めています。ヘルシーメニューのあるお店にはステッカー(図2)を店頭に表示しています(現在42店舗)。

●シニア元気メニューを食べて元気いきいき!

高齢期を元気でいきいきと過ごすには、多様性に富んだ食品を摂り、低栄養を予防することが大切です。



図3

「シニア元気メニュー」は主食・主菜・副菜がそろっていて、動物性食品・油脂類・緑黄色野菜を含む5食品群以上の食品があるもので、エネルギーが700kcal以下、塩分4g未満と基準を定めています。シニア元気メニューのあるお店にはステッカー(図3)を店頭に表示しています(現在22店舗)。

●栄養成分や野菜の量を紹介しています
お店の代表的なメニューのエネルギー、たんぱく質、脂質、食塩などの栄養成分や野菜量を表示しています。



図4

また、「ヘルシーメニュー」「シニア元気メニュー」「野菜たっぷり」「カルシウムたっぷり」「塩分控えめ」「低脂肪」「カロリー控えめ」これら健康に配慮したメニューには、シールを貼って表示しています(図5)。



図5

●現在106店舗が登録しています

そば、寿司、和食、レストラン、食堂、カフェ、喫茶店、中華料理、鉄板焼き、居酒屋、弁当、惣菜店などです(店舗名などは北区ホームページに掲載しています)。

食生活は、健康づくりの基本です。「健康づくり推進店」を上手に利用し、自分にあった食事の組み合わせ方を見つけ、おいしく食べて健康づくりに役立てましょう。

●区民の普及サポーターと共に

健康づくり推進店普及サポーター(無報酬)の協力を得て普及活動を行っています。

ヘルシーメニュー、シニア元気メニュー登録店募集中

お店の持ち味を活かしたヘルシーメニュー、シニア元気メニュー作りを応援します。

対 区内の飲食店や弁当・惣菜店など 費 メニュー相談、表示物作成無料

申 電話申込(平日午前9時～午後5時)

※申込店には、保健所栄養士が訪問しますので、まず保健所にお電話ください。

問先 北区保健所保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104

健康情報

◆耳の健診を送付しました

受診券が届いていない方はお問い合わせください。

対 区内在住で65歳以上の奇数年齢の方(平成27年3月31日現在)

日 7月1日(火)～9月30日(火)

※事前に医療機関への健診予約が必要です。なお、予約満了となり次第受付終了となる場合がありますので、予約状況は各医療機関にご確認ください。

場 「健診会場」のポスターの掲示してある実施医療機関

内 問診、視診、標準純音聴力検査

問 健康いきがい課コールセンター

☎(3908)9034

健康いきがい課健康増進係

☎(3908)9016

◆平成26年度女性支援のがん検診推進事業が始まります

がん検診の受診促進を図るため、対象者には、乳がん検診を無料で受診できるクーポン券を郵送しました(40歳で女性特有のがん検診(子宮がん検診)が未受診の方には子宮頸がん検診を無料で受診できるクーポン券も併せて郵送しました)。

対 平成26年4月1日現在40歳の女性、または平成21～24年度女性特有のがん検診(乳がん検診)対象年度に未受診で昭和28年4月2日以降に生まれた方

日 7月1日(火)～平成27年1月31日(土)

※休診日を除く 場 指定医療機関

内 問診、視診、触診、マンモグラフィ(乳房エックス線検査)

なお、平成26年4月1日現在20歳の女性、または平成21～24年度女性特有のがん検診(子宮がん検診)対象年度に未受診で昭和48年4月2日以降に生まれた方には子宮頸がん検診を無料で受診できるクーポン券を8月下旬に郵送します。子宮頸がん検診の検診期間は9月1日(月)～平成27年1月31日(土)です。
問 健康いきがい課コールセンター
☎(3908)9034
健康いきがい課健康増進係
☎(3908)9016

◆女性の健康支援事業～女性の健康相談～

思春期、妊娠・出産、更年期など女性特有の健康問題について、次の相談が受けられます。

①女性の医師による健康相談

定 8名(申込順)

②骨粗しょう症相談(骨の測定を含む)

対 20歳～70歳で過去1年以内に骨粗しょう症検診を受けていない方

定 40名(申込順)

③乳がん自己触診法体験

定 40名(申込順)

=以下、①～③共通=

日 7月18日(金) 午後2時～4時30分

申 電話申込

※赤羽健康相談係では栄養相談も随時実施しています。詳しくはお問い合わせください。

問 場先 健康いきがい課赤羽健康相談係(東十条2-7-3北区保健所1階)

☎(6903)0122

長生きするなら 北区が一番



家族介護者教室

夏、折り返し!水分の摂り方や脱水、熱中症予防について
日 7月23日(水) 午後2時～3時
内 水分の内容及び摂り方、正しい方法をみながら学びましょう。
師(株)大塚製薬工場 近田幸雄氏
定 30名(申込順)
申 7月3日(木)午前10時から電話申込
問 場先 十条高齢者あんしんセンター(上十条3-1-1 25帝京大学4号館1階)
☎(5948)9981

健康増進センター(へるしあKITA)

①骨盤エクササイズ

対 区内在住、在勤の40歳以上の女性
日 7月26日(土) 午後2時～3時30分
内 骨盤まわりの筋肉をほぐし強化する運動
定 30名(抽選。初めての方優先)
申 往復はがき(記入例参照)で、7月15日(火)(必着)まで

②シニア体力測定

対 区内在住、在勤の65歳以上で、医師から運動制限の指示を受けていない全同参加できる方
内 8月1日(金):体調チェックと測定(柔軟性、敏しように性、持久力、筋力など) 8日(金):結果説明と体力アップ運動 計2回 午前9時～11時30分
定 24名(抽選。初めての方優先)
申 往復はがき(記入例参照)で、7月17日(火)(必着)まで

③トータルエクササイズ

対 区内在住、在勤の40歳以上の方
日 8月2日、3日、毎週土曜 計5回 午前10時～11時30分
内 ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動・バランス運動体験
定 30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、7月18日(金)(必着)まで
④ロコモ(運動器症候群)って何? 対 区内在住、在勤の65歳以上の方
日 8月2日(土) 午後2時～3時30分
内 ロコモ体操が必要なる理由と運動の実際
定 30名(抽選。初めての方優先)
申 往復はがき(記入例参照)で、7月18日(金)(必着)まで

認知症介護者(男性)懇談会

男性スタッフでお迎えます。1人で抱えきれない苦勞やコツなど話してみませんか。
対 認知症の方を介護している男性
日 7月22日(火) 午後1時30分～3時30分
場 滝野川会館3階303集会所 西ケ原1-23-3 師 臨床心理士 稲富正治氏 申 当日、直接会場へ
問 王子高齢者あんしんセンター ☎(3908)9083
※または、お近くの高齢者あんしんセンターへ

第19回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYO参加者募集

対 都内在住で昭和31年4月1日以前に生まれた方
日 9月27日(土)～11月27日(木) ※会場、日程は各種目により異なります。
内 ラージボール卓球・テニス・ソフトテニス・ソフトボール・ゲートボール・バドミントン・弓道・剣道・サッカーの10種目 費 1千円
申 申込用紙(健康いきがい課(区役所第四庁舎2階2番、社会福祉協議会(岸町1-6-17)にあり)を郵送で、7月31日(木)(当日消印有効)まで

問先 〒150-8050 渋谷区神南1-1-1 1岸記念体育館3階 東京都体育協会事業部生涯スポーツ課 ☎(6804)8122

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は目的以外には使用しません