

NO.1457

毎月1日・10日・20日発行

11 | 10

平成26年(2014)

北区ニュース

北区全域 歩きタバコ禁止
自転車等乗車中の喫煙禁止



環境課 ☎(3908)8610

ともに生きる地域社会を目指して 12月3日～9日は障害者週間です

「障害者週間」は、障害者の福祉への関心と理解を深めるとともに、障害のある方があらゆる分野の活動に参加する意欲を高めることを目的としています。

第32回北区障害者作品展 「つなげよう！明るい未来へ」

区内の障害者団体・施設が、手作りの個性豊かな作品を展示・販売します。パザー、模擬店、福祉体験コーナーもあります。

日 12月6日(土)・7日(日) 午前10時～午後4時(7日は午後3時まで) **内** 右表のとおり

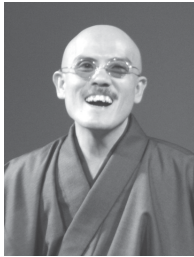
間場 障害者福祉センター(中十条1-2-18)

☎(3905)7121 FAX(3905)7116

「障害者週間」記念講演会

落語家 桂 福点「大笑いゼーションでノーマライゼーション」

「笑顔は心の光」
胸に響く優しい笑いを皆さんにお届けします。



プロフィール

視力を失いながらも、好きだった落語や音楽に取り組み、手話落語を実践していた桂 福団治入門。落語家の活動以外にも音楽療法士としても活動中。

日 12月7日(日) 午後1時～2時30分

場 障害者福祉センター第1ホール(中十条1-2-18)

定 130名(先着順)

※車イス専用席8席、聴覚障害者専用席(手話通訳付き)8席があります。 **申** 当日、直接会場へ

間 障害者福祉センター事業係

☎(3905)7121 FAX(3905)7116

6 7 日 間 場	●作品展示・販売、活動紹介	手話通訳付き
	●車イス試乗体験 車イスに実際に乗って体験しよう。 ●手話体験 手話を使ってのコミュニケーションに挑戦してみよう！ ●点字・アイマスク・ガイドヘルプ体験 点字を体験してみよう！ アイマスクで「見えない世界」を体験したり、目が見えない方のガイドに挑戦したりしてみよう！	
6 日 出	●陶芸体験 6日:午前の部(午前10時30分～11時受付)・午後の部(午後1時～1時30分受付) 7日:午前のみ(午前10時～11時受付) 定 各回8名(先着順)	手話通訳付き
	●模擬店 いなり寿司、豚汁、おもち、パン、おでん、飲み物など(有料) ●館内一周キーワードラリー(景品交換 6日・午前11時～午後4時・7日・午前11時～午後2時45分) 館内のイベントを回ってキーワードを集めよう!! 各日先着100名に景品があります。	
6 日 出	●オープニングセレモニー(午前10時から事務室前) 鷺宮高校ボランティアによる和太鼓の演奏 ●障害者団体連合会による努力功績賞表彰式	手話通訳付き
	●みんなのひろば ○楽器演奏(午前10時50分～11時5分) ○ボランティアによる和太鼓の演奏(午前11時10分～11時30分) ○読み聞かせ(午前11時35分～11時50分) ○児童によるダンス・マジックショー(午前11時50分～午後0時15分) ○キーボード演奏(午後1時20分～1時40分) ○オカリナ演奏(午後1時50分～2時30分)	
7 日 出	●ネイルアート(午前10時30分受付開始) 定 40名(先着順。障害者手帳をお持ちの方優先)	手話通訳付き
	●ゲームコーナー「みんなおいでよ! レッツ☆チャレンジ!!」 誰でも参加できる楽しいゲームコーナー ●喫茶コーナー「おひさまかふえ」(有料)	
7 日 出	●ピエス細工教室 障害者手帳をお持ちの方:無料 定 20名(先着順) 手帳のない方:有料 定 10名(先着順)	手話通訳付き
	●みんなのひろば ○アニメ上映会(午前10時～11時20分) ※字幕有り ●障害者週間 記念講演会(午後1時～2時30分) 「大笑いゼーションでノーマライゼーション」 日 落語家 桂 福点 ※手話通訳付き	
7 日 出	●パザー	手話通訳付き
	●しおり・ポチ袋作り(午前10時受付開始) 定 100名(先着順)	
7 日 出	●楽しいヨガ(午前11時～正午) 定 20名(先着順)	手話通訳付き
	●押し花教室(午後1時～3時) 定 15名(先着順)(有料)	
7 日 出	●マッサージ体験 午前の部(午前10時～正午)・午後の部(午後1時～2時) 1回10分程度	手話通訳付き

※時間指定のないものについては、午前10時から午後4時まで実施します(7日は午後3時まで)。

知ってください「ヘルプカード」

●「ヘルプカード」とは

障害のある方が困ったときに、必要な支援や配慮を周囲の人に伝えるためのカードです。緊急連絡先や必要な支援内容などを記載することができ、障害のある方が普段から身につけておくことで、緊急時や災害時での活用が期待できます。

●「ヘルプカード」を持っている人を見かけたら

ヘルプカードで想定される支援は誰でも行えるものです。まずは「何か困っていることはありますか」などと積極的な声をかけるように心がけてください。ちょっとした手助けが安心につながります。

●「ヘルプカード」を配布しています

身体障害者、知的障害者、精神障害者、難病患者 ※手帳の所持は問いません。

【配布場所】王子障害相談係(区役所第一庁舎1階1番)、赤羽障害相談係(志茂1-19-14旧赤羽中学校)、滝野川障害相談係(西ヶ原1-19-12滝野川福祉保健センター)

間 障害福祉課障害福祉係

☎(3908)9085

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102

☎(3908)1102



ヘルプカード普及促進キャラクター「すけだちくん」

11月の番組 手話つき
北区広報番組
「SSR&たむ」
11月11日(木)放送中
●11月の番組 手話つき
北区河川物産、川面から見る風景(再放送)
【放送日時】毎日午前8時、午後3時・7時・10時30分の4回
※放送時間は約15分です。ひと月ごとに内容を変更します。DVDでの貸出もしています。
間 広報課
☎(3908)1102

ご利用ください 喫茶室と小物の販売

●障害者福祉センター喫茶「ふれあい」

場 障害者福祉センター2階(中十条1-2-18)

【営業時間】午前10時30分～午後4時15分(オーダーは午後4時まで) **【定休日】**土・日曜、祝日 ※12月6日(土)・7日(日)は営業します。

●特別養護老人ホーム清水坂あじさい荘喫茶室「あい」

場 清水坂あじさい荘内(中十条4-16-32)

【営業時間】午前11時～午後3時30分

【定休日】水・日曜、祝日

●特別養護老人ホーム桐ヶ丘やまぶき荘喫茶「やまぶき」

場 桐ヶ丘やまぶき荘内(桐ヶ丘1-16-26)

【営業時間】午前10時～午後4時

【定休日】金・日曜、祝日

●男女共同参画センタースペースゆう

【作品展示販売コーナー】

区内の福祉作業所などに通所する障害のある方の作品を展示販売しています。ブローチ、財布、印鑑ケース、藍染め作品、キーホルダーなどオリジナルの作品を手頃な値段でお求めいただけます。

社会福祉法人「ドリーム・ヴィ」の利用者の皆さんが販売しています。

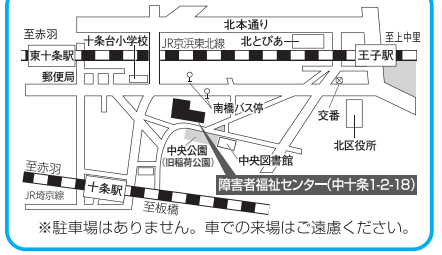
場 北とびあ5階

【営業時間】午前11時～午後4時 **【定休日】**月曜、祝日

=以下、共通=
間 北区障害者団体連合会

☎(3905)7140

障害者福祉センター周辺地図



※駐車場はありません。車の来場はご遠慮ください。

第4回 北区議会定例会
11月内
25日(火) 本会議
26日(水) 本会議
28日(金) 本会議
12月1日(月) 健康福祉委員会
2日(火) 文教委員会
4日(木) 企画総務委員会
5日(金) 議会運営委員会
すべの会議を公開しています。
傍聴希望の方は、当日、区議会事務局に申し出てお申し込みください。
11月26日(水)の本会議は開会しない場合があります。傍聴希望の方は、当日、区議会事務局までお問い合わせください。
本会議は、午前10時開会の予定です。
間 区議会事務局議事調査係
☎(3908)9948

おしえて！介護予防・介護サービス きたく介護あんしんフェア2014

日11月24日(木) 午前10時～午後4時(9時30分開場)

場北とぴあ **内**下表のとおり **申**当日、直接会場へ

問介護保険課給付調整係 ☎(3908)1286 高齢福祉課王子高齢相談係 ☎(3908)9083 介護医療連携推進・介護予防担当課 ☎(3908)9017

	時間	内容
3階 つっじホール	午前10時～11時30分	講演「食べることを意味を問直す」 師新田クリニック院長 新田國夫氏
	午後1時～3時	記念講演 「隣の晩ごはん」に見る家族の絆、近所の絆 師ヨネスケ ※事前申込み(申込期間は終了)
	午後3時15分～3時45分	紙芝居「梅子さんとケアマネジャーパート2」ほか
地下1階 展示ホール	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) 【認知症コーナー】 認知症の情報コーナーです。相談や情報交換もできます。
	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ゅ21」体験(受付は1時まで)
		・PRとミニ相談コーナーや測定(かむ力・骨密度・認知症気づきチェックなど)・車イスのまま階段昇り降りできる階段昇降機などの福祉用具体験
		・歌謡曲体操(①午前11時30分から、②午後3時から)・介護予防体操(午後0時10分から)・認知症のお話(①午後1時10分から、②2時30分から)

「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2014」を開催します。この機会に皆さんで「介護」について一緒に考えてみませんか。



ヨネスケ

来場者先着800名に記念品あり

◆「飼い主のいないネコ」の不妊去勢手術費助成を行っています

対区内在住で飼い主のいないネコの不妊去勢手術を予定している方

【助成額】費用の2分の1(メスネコは1万円、オスネコは5,000円が上限)

※手術前の手続きが必要です。
※予算に限りがあるため手術後は申請を速やかに行ってください。

※詳しくはお問い合わせください。

問先北区保健所生活衛生課生活衛生係(東十条2-7-3)

☎(3919)0431

女性に対する暴力をなくすための特集展示を行います。

日11月30日(日)(月曜、25日を除く)まで

●**パブリックシンボルマーク**

マークを車体にラッピングした北区コミュニティバスが11月12日(水)から運行します。

＝以下、共通＝

問場先男女共同参画センター「スペースゆう」(北とぴあ5・6階)

☎(3913)0161



◆保育士有資格者のための就職支援研修・保育園就職相談会

対基本的に保育士有資格者または資格取得見込みの方など

日12月8日(月) **就職支援研修**…午前10時～午後2時30分、**就職相談会**…午後2時30分～4時 **場**シアター1010(足立区千住3-92千住ミルディス1番館10階)

内 **就職支援研修**…最近の保育事情と改定保育所保育指針などの講義

就職相談会…認可保育園(私立・公設民営)、認証保育所の就職について個別相談

申電話申込

問先東京都福祉人材センター

☎(5211)2860

◆司法書士による無料相談会

後援 北区

日11月20日(木) 午後6時～9時

場北とぴあ8階804A会議室

内相続・贈与・財産分与などの不動産登記、

◆11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間です

配偶者や交際相手などからの暴力やセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するもので、決して許されるものではありません。

国連は11月25日を「女性に対する暴力撤廃国際日」と定めており、区でも女性に対する暴力の防止や被害者支援に取り組んでいます。

●「こころと生き方・DV相談」【法律相談】

「スペースゆう」では、女性の専門相談員による「こころと生き方・DV相談」【法律相談】を行っています(事前予約制)。相談日時については、お問い合わせください。

●男女共同参画センター「ギャラリー遊」展示

◆都市計画公園の都市計画案の縦覧及び説明会

●区が定める都市計画

【計画の内容】都市計画公園の変更

【変更の対象となる公園】稲付公園(赤羽西3丁目付近)、袋町公園(赤羽台4丁目付近)、飛鳥山公園(王子1丁目付近)

●説明会

日場内下表のとおり

申当日、直接会場へ

●縦覧及び意見書の提出

都市計画案を次の場所でご覧になれます。なお、区内在住の方または利害関係のある方は期間中に区長あてに意見書の提出が可能です。

説明会

日程	場所	内容
11月27日(木) 30日(日)	午後7時～8時30分 午後2時～3時30分	赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)
11月28日(金) 30日(日)	午後7時～8時30分 午前10時～11時30分	飛鳥山公園に関すること

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。

◆11月は労働保険適用促進強化期間です

労働保険の加入手続きはお済みですか？

労働保険とは労災保険と雇用保険の総称です。まだ加入手続きがお済みでない事業主の方は、加入手続きを行ってください。

問先ハローワーク王子雇用保険課(王子6-1-17)

☎(5390)8612

◆消費税の「任意の中間申告制度」が創設されました

税制改正により、計画的に消費税の納付を行っていたり、確定申告を待たずに自主的に消費税を中間申告・納付できる「任意の中間申告制度」が創設されました。

平成26年4月1日以降に開始する課税

ムシできない?!住まいの虫たち

皆さんはもう冬支度を終えましたか。洋服を入れ替えていたら虫に喰われていた。そんな経験はありませんか。住まいの虫の対策を、事例をもとに紹介します。

●事例

衣替えを終え、お気に入りのセーターを着ようと思ったら小さな虫がついていた。虫は取って潰したが心配になり、ほかの服を確かめたら虫に喰われたような穴が開いていた。家中を確認すると、乾物にも同じ虫が発生していた。保健所に相談したところ、カツオブシムシだと言われた。

●対策

①衣類は早めに洗濯しましょう

衣類害虫は汚れた衣類を好むので、なるべく早く洗濯するようにしましょう。

②取り込む際にも注意が必要です

虫がついていないか確認し、取り込む前によく払うようにしましょう。

③しまう前の一時間が暗闇を分けませ

タンスや押入れの中に蒸散性の家庭用衣類防虫剤や防虫シートを敷くことに

期間から、前年の確定消費税額(地方消費税額を含まない年税額)が48万円以下の中間申告義務のない方であっても、「任意の中間申告書」を提出する旨の届出書を納税地の所轄税務署長に提出した場合には、当該届出書を提出した日以後にその末日が最初に到来する6カ月中間申告対象期間から、自主的に中間申告・納付できることとされました。

●税務署での面接相談は事前予約をお願いします

王子税務署では、関係書類を確認しながらの面接相談が必要な場合は事前予約をお願いします。

面接相談を事前予約する際は、王子税務署の代表番号へ電話をし、自動音声案内に従って「2」番(税務署)を選択してください。予約の際には、氏名・住所、相談内容などを伺います。なお、税金の納付相談などで税務署へお越しの際には事前予約の必要はありません。

※国税に関する一般的な相談につきましては、「1」番を選択し、電話相談センターを利用してください。

＝以下、共通＝

問先王子税務署(王子3-22-15)

☎(3913)6211

よって、母虫の侵入や産卵、幼虫の食害を予防することができます。

④衣類や食品に虫が発生していたら…

可能なならば廃棄処分しましょう。衣類については卵はブラッシングが有効です。エサとなりやすい乾燥食品は密閉保存などし、発生源をなくします。大量に発生した場合は、市販のくん煙剤(ピレスロイド系)が効果的です。発生源を特定し、除去することが最も有効な対策です。

問北区保健所生活衛生課環境衛生担当

☎(3919)0720



ハラジロカツオブシムシ(幼虫)

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4回をご覧ください

食中毒を防ごう!

～ひろげない
ノロウイルスを
おどなりに～

ノロウイルスは、冬に多発する感染性胃腸炎・食中毒の原因になるウイルスです。感染力がとても強く、少量のウイルスでも口から入ると感染します。

★どんな症状?

おう吐・下痢・発熱

一度かかっても何度も感染します。通常1～2日で回復しますが、幼児や高齢者では重症化することもありますので、医療機関を受診してください。また症状がなくなっても2週間程度ウイルスが便に排出されます。

★予防方法は?

①手洗い

なぜ? ウイルスは人の手を介して感染が拡大します。自分が発症してなくても手にウイルスが付いていることがあるからです。

●トイレの後、調理や食事の前、トイレ掃除の後には石けんでよく洗い、流水でさっぱりすぎましょう。二度洗いが効果的です。

②内部まで加熱

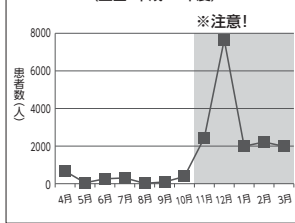
なぜ? カキなどの二枚貝の内臓にノロウイルスが取り込まれていたり、食品にノロウイルスがついていることがあるからです。

●中心温度85℃～90℃で90秒間以上加熱すればウイルスは死滅します。この時期は特に、しっかり中まで火を通して調理しましょう。

③家の中で拡げない

なぜ? 感染した人の便やおう吐物には多量のノロウイルスが含まれており、そこから人に感染

ノロウイルスによる食中毒患者数 (全国・平成24年度)



する可能性があるからです。下痢などの症状がなくても、便にウイルスが含まれていることもあります。

●おう吐した際に適切に処理することはもちろん、トイレの周りを中心として、ドアノブなどの手で触れるところは定期的に消毒しましょう。

●消毒には次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)を使いましょう。アルコールや逆性石けんはあまり効果がありません。

●タオルの共用は避けましょう。ペーパータオルの使用が効果的です。

保健所では手洗いの方法や食中毒予防に関するパンフレットを用意しています。また、北区ホームページではノロウイルス対策のマニュアルがご覧になります。ぜひご利用ください。

☎ 北区保健所生活衛生課食品衛生担当 ☎(3919)0726

催し

◆第16回北区民オーケストラメンバーによる室内楽コンサート

今年是小編成のオーケストラを取り上げます。

日 12月7日(日) 午後2時30分開演(2時間開場) 場 滝野川会館大ホール(西ケ原1-23-3) 内 第1部…「アナと雪の女王」より～ありのまま(Let it Go)～、楽器紹介ほか 第2部…モーツァルト:弦楽のためのセレナーデ KV525「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」ほか 定500名(先着順) 申 当日、直接会場へ ※車イス席希望の方は12月5日(金)までに電話申込

問先 北区文化振興財団(平日 午前9時～午後5時) ☎(5390)1222

◆北区滝野川会館2014クリスマスコンサート

対 第1部…小学生以上 第2部…どなたでも(未就学児を含む) 日 内 12月6日(土)

第1部…午後2時から・クラシック主体 第2部…午後3時20分から・ファミリー向け 申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名・年齢、第1部・第2部の別も記入)で、11月20日(木)(必着)まで ※第1部は1通で2名まで、第2部は1通で5名まで

問先 〒114-8534(住所不要)滝野川会館 ☎(3910)1651

◆フリーマーケット

後援 北区 出店者を募集します。各会場とも、販売は家庭で出た不用品に限ります。

●北ノ台フリーマーケット 日 12月14日(日) 午前10時～午後2時

(雨天中止) [出店予定数] 50店(抽選)

[出店料] 1,000円(2m×3m) 申 電話または往復はがき(記入例参照)で、12月7日(日)(必着)まで ※電話は随時受付 問先 〒114-0034 上十条5-14-4 北ノ台エコー広場館「フリマ12月」係(水曜、祝日休館) ☎(3907)3196

●赤羽エコー広場館フリーマーケット 日 12月14日(日) 午前10時～午後2時(雨天決行) [出店予定数] ワゴン10店・床面10店(申込順) [出店料] ワゴン・床面共に500円(ワゴンは幅1.2m×奥行0.7m×高さ0.8m・床面は1.2m×0.7m) 申 電話申込(午前10時～午後5時)

問先 赤羽エコー広場館「フリマ」係(赤羽1-1-38)(水曜、祝日休館) ☎(3908)3196

●富士見橋フリーマーケット 日 12月21日(日) 午前10時～午後1時(雨天中止) [出店予定数] 30店(申込順) [出店料] 500円(1.8m×1.8m) 申 電話申込(随時受付)

問先 富士見橋エコー広場館「フリマ」係(田端5-16-1)(水曜、祝日休館) ☎(3824)3196

●赤羽公園フリーマーケット 日 12月21日(日) 午前9時～午後3時(雨天の場合は、12月23日(祝)に順延) [出店予定数] 70店(抽選) [出店料] 1,500円(2m×3m) 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、11月30日(日)(当日消印有効)まで

問先 〒169-0073 新宿区百人町4-6-12-404 スマイル ☎(5330)0208

■甘菜町の有機野菜の販売 各エコー広場館(富士見橋、北ノ台、滝野川西、赤羽)では、毎月第2日曜に甘菜町の有機野菜を販売します(雨天決行)。

※レジ袋削減のため、マイバッグをお持ちください。

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～

☎ 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 12月4日(木) 午後1時30分～3時 場 滝野川福祉保健センター2階講堂(西ケ原1-19-12)

内 離乳食初期から後期のすすめ方(お話と試食) 定20名(申込順)

申 11月14日(金)午前9時から電話申込 問先 健康いきがい課滝野川健康相談係 ☎(3915)0186

自然分娩講習会

後援 北区 日 11月28日(金) 午後1時30分～3時30分(1時受付開始) 場 北とびあ5階「スペースゆう」多目的室A・B 内 安産のための呼吸法・リラクセス婦体操 [持ち物] 母子健康手帳、スラックス、バスタオル

定30名(先着順) 費500円 申 当日、直接会場へ 問先 北区助産師会 村上 ☎090(6504)4047

◆北区コレクション「高田力蔵・西洋名画模写作品展」第3期・「奥山峰石展」の作品入れ替え

ギャラリー第1室では高田力蔵作「モナリザ」など誰もが知る名画の模写を、第2室では人間国宝・奥山峰石作「枝垂れ桜」などの金属工芸作品を、装い新たに展示します。

日 11月21日(金)～平成27年5月24日(日) 午前10時～午後5時 ※月曜、年末年始休館 場 北区飛鳥山博物館3階「飛鳥山アートギャラリー」(王子1-1-3)

問先 北区文化振興財団 ☎(5390)1222



枝垂れ桜

◆第11回ファーマーズクラブ市(ほっと緑市)開催

北区政策提案協働事業 育児中の母親が、子どもを連れながら(おんぶしながら)活躍できる場を目指し、マーケットを開催します。

日 11月30日(日) 午前10時～午後3時 ※少雨決行 場 赤羽公園(赤羽南1-14-17) 内 10時から…産直野菜や手作り品販売などのマーケット 11時30分から…歌や踊りのパフォーマンス

問 ぽっと村れんげまま ☎070(6553)5671

お知らせ

◆高齢者住宅(シルバーピア)の生活協力員(ワーデン)

[応募資格] 次の①～④すべてに該当する方 ①20歳～60歳で住み込み可能 ②夫婦で

笑顔にあえる笑顔になれるクリスマスローズフェスタ14th

日 12月13日(土) 午後1時30分～4時30分(1時開場) 場 滝野川会館大ホール(西ケ原1-23-3) 内 ダンス、劇、手品、乳幼児ダンス、コーラス、ハンドベルなどを親子で楽しめます。 [出演] A&Mダンシングマーケット、ママジャズ、ジャスパン、滝野川小学校児童・PTA、児童館クラブ

申 11月17日(月)から西ケ原東児童館(西ケ原1-41-3)で入場券を配布します。

問 西ケ原東児童館 ☎(3949)1481

産後かふえ「はあとほっと」始めました

北区地域づくり応援団事業 助産師と地域子育てボランティアが生後2～6カ月の赤ちゃんとのママのデイケアを行います。

日 毎月第2・4火曜 午前10時30分～午後4時 場 助産院SANBAさんぽ(岸町1-6-19-401青葉ビル) [持ち物] 母子健康手帳、赤ちゃんの着替え、おくるみ、ガーゼのハンカチ、ママの休息用着替えなど 定3組(先着順) 費6,000円(平成27年3月までの利用は3,000円)

申 Eメール(記入例参照。Eメールアドレスも記入)で申込

問先 はあとほっと(産後デイケア) EM hearthotmama@gmail.com

同居できる ③世帯全員が健康である ④常時在宅が可能 [業務日程] 月～金曜(祝日を除く)午前8時～午後5時 [住宅所在地・間取り] 上十条4丁目・3DK、浮間3丁目・2DK [主な業務内容] 入居者の緊急時の対応や日常生活相談、共用部分の清掃など [募集人員] 各1名 [入居予定時期] 平成27年4月末 申 申込書(住宅課(区役所第一庁舎7階2番)で11月11日(火)から17日(月)(土・日曜を除く)まで配布します)を郵送または持参で、11月18日(火)(必着)まで [選考方法] 書類選考及び面接 ※業務内容、報酬など詳しくは申込のしおりをご覧ください。

問先 住宅課住宅管理係 ☎(3908)9203

◆気管支ぜんそくで通院中の方や緑色の(都)医療券をお持ちの方へ

平成27年4月1日(水)から東京都大気汚染医療費助成制度が変わります。

●18歳以上(誕生日が平成9年4月1日以前)の方

・新規申請は、4月1日以降できません。3月31日(火)で受付終了となります。

・医療券の有効期限が切れたなどすでに受給資格を失った方で、もう一度、申請したい方は、新規申請となるため、3月31日で受付終了となります。

・すでに認定された方は、経過措置として、平成27年度から3年間は全額助成を行い、30年度からは月額6,000円まで自己負担となります。

・4月1日以降は、すでに認定された方も一度、受給資格を失うと再度の申請はできなくなります。

●18歳未満(誕生日が平成9年4月2日以降)の方

・新規申請は4月1日以降も受け付けます。ただし、18歳到達の月で終了となります。

・18歳到達の月まで(または現在お持ちの医療券の期間満了まで)全額助成されます。詳しくはお問い合わせください。

問 障害福祉課公保係 ☎(3908)9019

催し

◆西が丘ふれあい館まつり

日 11月16日(日) 午前10時～午後4時
内 利用グループによるカラオケなどの実演や作品などの発表会
申 当日、直接会場へ
問 場 西が丘ふれあい館(西が丘1-47-15)
☎(5993)3491

講座・講演会

◆考古学講座(中級編)考古学を学ぶー土器の話ー

日 内 12月7日(日)「縄文土器の話」
14日(日)「弥生土器の話」 21日(日)
「古墳時代の土器の話」計3回 午後2時～4時
師 北区飛鳥山博物館学芸員
定 80名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、11月21日(金)(必着)まで
問 場 先 〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館
☎(3916)1133

◆消費生活センター消費者講座 ～知っておきたいクリーニングの基礎知識～

対 区内在住、在勤、在学の方 日 12月12日(金) 午前10時～正午
場 北とびあ7階第1研修室
内 衣類を扱うとき、着るとき、クリーニングに出すとき(受け取りを含む)の注意点、家庭でできる簡単なシミ抜き方法やアイロンのかけ方などをクリーニングのプロに学びます。
師 東京都クリーニング生活衛生同業組合役員
定 50名(先着順) 申 ファクス、Eメール(記入例参照)または電話で、11月17日(月)か12月5日(金)(必着)まで
問 先 消費生活センター(消費者講座)係
☎(5390)1239
FAX(5390)1143
EM shouhi@city.kita.lg.jp

◆赤羽文化センター区民講座

23区で唯一の蔵元「小山酒造」へ行こう!
対 区内在住、在勤、在学の20歳以上の方
日 12月11日(木) 午後2時～4時30分
場 小山酒造(株)(岩淵町26-10)
内 伝統ある、また23区で唯一残っている小山酒造へ行き、お酒の歴史やラベルの見方、美味しい飲み方などの話を聞きます。また新酒の試飲もできます。
師 小山酒造(株) 小山久理氏
定 20名(抽選) 費 10円(保険料)
申 往復はがき(記入例参照)で、11月30日(日)(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

11月27日(水) (必着)まで
以下、①②共通
問 場 先 〒114-0002 王子5-1-2-1 健康増進センター(月曜、祝日休館)
☎(5390)2220

長生きするなら北区が一番

◆産業技術高専オープンカレッジ

後援 北区教育委員会
生活支援工学(応用編)-生活支援工学を取り巻く環境と今後の展望-
日 12月13日(土) 午後1時～4時
内 高齢者・障害者を助ける技術を取り巻く環境、今後の展望、必要とされる「もの」について解説します。
師 同校教員1名
定 10名(抽選) 費 1,400円
申 はがき、ファクス(記入例参照)またはホームページで、11月27日(木)(必着)まで
問 場 先 〒116-8523(住所不要)都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス
☎(3801)0145 FAX(3801)9898
HP http://www.metro-cit.ac.jp

◆“現代の寺子屋”楽しい北区雑学大学

後援 北区文化振興財団
日 内 師 ①11月22日(土)「身近な茶道の歴史と今」 茶道家 益田恵美子氏
②12月13日(土)「日本人・フランス人との間の言葉やふるまいの差異を中心に」 早稲田大学名誉教授 会津 洋氏 いずれも午後2時～4時
場 田端文士村記念館(田端6-1-2)
定 各日100名(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 北区明るい社会づくりの会 佐藤
☎(3905)8056

スポーツ

◆北区テニスフェスティバル

障害のある人もない人もプロ選手に教わり、テニスを楽しもう。
日 12月21日(日) 午前10時～午後4時
場 浮間舟渡テニスコート(浮間4-27-1)
内 ①レッスン(初心者、中・上級者、車イス初心者、車イス中・上級者)②交流テニス大会 ③イベント
定 ①各レベル20名、②8チーム(いずれも抽選) ※チーム結成(1チーム4～8名)のうえ、代表者が応募してください。
申 往復はがき(記入例参照)①②の別、①はレベル、②は参加全員の氏名も記入)で、11月28日(金)(必着)まで
問 先 〒114-8508(住所不要)東京オリンピック・パラリンピック担当課
☎(3908)9328

◆2014年度バドミントンビギナーズスクールⅡ

後援 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 12月3日～平成27年2月25日(12月17日・31日・2月18日を除く)毎週水曜
計10回 午後6時45分～9時15分 ※初回は6時40分から受付開始
場 十条台小学校体育館
師 藤本ホセマリ氏
定 24名(抽選)

費8,000円 申 往復はがきまたはEメール(記入例参照)で、11月26日(水)(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
EM jimukyoku@web-spark.com
HP http://www.web-spark.com/

◆ハートスポーツフェスタ

主催 NHK・NHK厚生文化事業団
共催 北区教育委員会
日 12月7日(日) 午前10時～午後3時30分
場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)
内 バドミントン・卓球交流会、車いすフェンシング、車いすバスケットボール、ブラインドサッカーなど
【持ち物】動きやすい服装、室内シューズ ※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
問 東京都障害者総合スポーツセンター
☎(3907)5631
HP http://tokyo-mscd.com

◆水泳水曜Ⅱ教室

後援 北区体育協会
対 区内在住、在勤で70歳までの2種目(自由形・平泳ぎ)を50m続けて4～5本泳げる方
日 11月26日から毎週水曜(休館日を除く)通年 午前11時～午後0時30分
場 パノラマプール十条台(中十条1-5-6)
師 水泳連盟公認指導員
定 10名(申込順)
費 月謝4,000円、入会金1,000円、傷害保険料年間500円
申 開催日前日までに電話申込
問 先 北区水泳連盟 黒田帽子
☎090(1439)8275

健康情報

◆食からチェンジ!いきいき健康教室～シリーズ高血圧予防③～

血圧と病気の関係、おいしく減塩する方法をお伝えします。
対 区内在住で次の①～③すべてにあてはまる方
①40歳～64歳の方
②BMI25未満
③血圧が高め(収縮期130mmHg以上、拡張期85mmHg以上)
日 12月8日(月) 午前10時～正午
場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)
内 高血圧予防につながる生活習慣のポイントと食事について(試食あり)
師 医師、管理栄養士
定 30名(申込順)
申 11月17日(月)から電話申込
問 先 健康いきいきが課赤羽健康相談係
☎(6903)0122

◆思春期・青年期のこころの相談事業

ひきこもりの問題を抱えるご家族の懇談会
対 6カ月以上家にひきこもっており社会

とのつながりを持っていない方の家族
日 11月26日(水) 午前10時～11時30分
場 十条台地域振興室会議室(中十条1-2-18)
内 同じ体験や悩みを皆さんで分かちあいます。秘密は厳守します。
定 15名(申込順)
申 開催日前日までに電話申込
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

◆リウマチ講演会

わかりやすいリウマチ治療薬のはなし～最新治療から副作用まで～
対 リウマチ患者・家族及びリウマチに関心のある方
日 12月1日(月) 午後2時～4時
場 北とびあ14階スカイホール
内 リウマチの治療薬と副作用についてわかりやすくお話しします。
師 慶應義塾大学病院リウマチ内科医師 金子祐子氏
定 80名(申込順)
申 11月10日(日)から電話申込
問 先 障害福祉課王子障害相談係
☎(3908)9081

◆いきいき健康サロン

～自分の足で元気に歩こう～
対 区内在住、在勤、在学の方
日 11月16日(日) 午前10時～正午
内 いつまでも自分の足で歩くための筋力アップや歩き方の講座です。ヨガマットを使用します。
【持ち物】上履き、タオル、飲料水など
師 わかかさ整形外科院長 奥成浩浩氏
定 30名程度(申込順) 費 510円
申 11月11日(火)から電話申込
問 場 先 赤羽スポーツの森公園競技場イベント係(赤羽西5-2-27)(午前10時～午後7時)
☎(5948)9281

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)
※記入した個人情報は目的以外には使用しません

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
次の催し物を表示の料金(正規料金)
おのよ(半額)でご利用になれます。
高嶋ちさ子(ウイオリオン)北とびあクラシックホール.11
対 区内在住で60歳以上の方
日 平成27年2月28日(日) 午後3時開演
場 北とびあさくらホール
定 30名(抽選) 費 2千500円(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)車イス利用の方はその旨を朱色で記入)で、11月20日(木)(必着)まで
※1人1席のみ申込可
※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)健康いきいきが課健康相談係
☎(3908)9068

健康増進センター(へるしあKITA)
①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回参加できる方
日 12月9日(火) : 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)
16日(火) : 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、11月26日(水)(必着)まで
②週末エプロ
対 区内在住、在勤の40歳以上の方
日 12月13日(土) 午後2時～3時30分
内 走る動作も入ったきつめの有酸素運動
定 30名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、11月27日(水)(必着)まで

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