

NO.1458

毎月1日・10日・20日発行

11|20

平成26年(2014)

北区ニュース

明るい選挙啓発ポスター
コンクール作品の展示会

平成26年度明るい選挙啓発ポスターコンクールの北区優秀賞及び入賞作品を展示します。

日程①王子カルチャーロードギャラリー…12月2日(火)～11日(木) ②滝野川会館1階ロビー(西ヶ原1-23-3)…平成27年1月8日(木)～18日(日)
☎選挙管理委員会事務局 (3908)9054

みんなで築こう 人権の世紀

～考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心～

第66回人権週間 12月4日(木)～10日(水)

総務課総務係 ☎(3908)8623

「世界人権宣言」は、基本的人権及び自由を遵守し確保するために、世界のすべての人々と、すべての国々が達成すべき共通の目標として、1948年(昭和23年)12月10日の第3回国際連合総会において採択されました。

これを記念して、採択日の12月10日を「人権デー(Human Rights Day)」と定めました。わが国では「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」とし、世界人権宣言の意義を訴えています。

この機会に、家庭や地域、学校や職場などで人権について改めて考えてみましょう。

区内小・中学校の取り組み

毎年、東京都人権擁護委員連合会と東京法務局では、区内の小・中学校に「人権啓発活動」をお願いしています。今年度の活動の一部を紹介します。

●小学生の「人権メッセージ」● 荒川小学校

9月13日になかのZEROホール(中野区)で「人権メッセージ発表会」が開催されました。都内の小学生が体験を通して、「人権について」を発表しました。

荒川小学校の児童の発表に会場から熱い拍手が送られました。



自分との向き合い方
(前略)私は日本で生まれましたが、お父さんとお母さんは中国人です。だから私は中国人ということになります。でも心の中では私は「日本人だ」と思っています。なぜなら日本に長く住んで愛着があるのと、自分の家のぬくもりや、学校に行くと友達に会うのがとても楽しいからです。このように私の立場は日本人と中国人の二つあるということが言えます。4年生の時道徳の授業で「中略」中国人が子どもを置き去りにした」というニュースを聞きました。(中略)友達が「あれは人間としておかしい」「中略」と言っているのを聞いたとき、心がぐさぐさナイフでさされるかのように痛くなって、思わず涙を流してしまいました。(中略)それはわたしは日本人なのに…中国の悪いことを言われると、心がすくしくつけられたからだということ。(中略)これからどう向き合っていくか?と最近よく考えます。(中略)自分の国の悪いことを言われ傷ついた人は巨万といえるでしょう。その中で私はいつも明るい元氣な心を心がけていきます。(後略)

●小学生の「人権の花」●

- 王子第五小学校
- 神谷小学校
- 滝野川小学校

子どもたちは、ふうせんかざり・ミニひまわりの種まきや水やりなど心を込めて栽培しました。体験を通して「命あるものを大切にしよう」という優しい心が育ちました。



王子第五小学校



神谷小学校



滝野川小学校

●中学生の「人権作文」● 十条富士見中学校・桐ヶ丘中学校・神谷中学校・飛鳥中学校・私立星美学園中学校

人権について日頃感じていることなど体験を通して作文にしました。5校合わせて962名の生徒が参加し、人権問題について深く考える機会となりました。その中から3作品を紹介します。いずれも2,000字の大作です。紙面の都合上、主張部分を一部抜粋して紹介します。

過去のいじめと現在の私
十条富士見中学校 三年 川崎藍依
中学一年生の頃、私はある一部の人たちから嫌がらせを受けていました。(中略)私が嫌がらせを受けていることを知っている人は結構いるはずなんです。なのに、皆は見えて見ぬふり。聞いているのに聞こえていないふりをする。(中略)今では、いじめもおさまりました。(中略)一部の人たちも、おさまった。聞いていない人がいる。見て見ぬふりをする友達がいる。そんなのおかしいです。(中略)でも今の友達は違います。少し気分屋だけど、人に流されず私が周りの人から悪口を言われていてもずっとそばにいてくれます。(中略)いまの友達に出会えて本当によかったです。その子のおかげで私は強くなることができました。(中略)過去にいじめられていた人、何故かじめにたえている人がいる、自分が強くなったと感じている人がいる、と思えます。それは自分が何よりも辛いことにたえ、打ち勝ったからです。これからの人生でも、強くなれたことはすく大切なことだと思います。(後略)

日本にいる外国人
飛鳥中学校 三年 町野珠莉香
日本にいる外国人の多くは差別されることが多い。(中略)日本に来たばかりで日本語もままならなかったお父さんは、カタコトでありながらも、仕事をするために仕事の内容を仲間たちに話しかけた。でも誰一人答えてくれなかった。(中略)今は仕事仲間からの差別はなくなった。(中略)また外国人差別は、仕事場だけではない。(中略)私も自分もお父さんについてからかわれた。(中略)肌の色や、お父さんの名前や私のミドルネーム、日本語がカタコトなどたくさんあった。相手は冗談やおもしろ半分で言うのだから、言われた私は泣きそうなくらいのやな思いをし、(中略)肌や目や髪の色が違つて、宗教や宗族や、一人一人人間なのだから差別する必要はないと思う。(中略)これは障がいのある人に対する接し方でも言える。(中略)私たち日本人が相手のことをよく知り、皆平等に接していくことで差別のない、平和な社会になると思う。(後略)

幸せな選択
神谷中学校 二年 畔高貴晶
大好きな祖母がいました。(中略)そんな祖母が体の不調を訴え始め(中略)病院で検査を受けたところ、がんに侵されているという事がわかりました。(中略)告知された時の祖母はどんな気持ちだったのでしょうか。自分に死の可能性があると知った時、そんなり受け入れられませんでした。(中略)それから、様々な治療をしても効果もなく、抗がん剤の投与が始まりました。(中略)祖母は日に日に衰弱していき、これからは自然に任せるつもりだと言いつつ、抗がん剤を止めてしまおうと決めてしまいました。(中略)抗がん剤を止めてしまおうと決めてしまった。祖母は自然に任せるつもりだと言いつつ、抗がん剤を止めてしまおうと決めてしまいました。(中略)抗がん剤をやめて半年で祖母は他界しました。(中略)僕は、この経験から、人権とは自分の人生を選択する権利ではないかと思いはじめました。(中略)自分自身はもちろんだが、他人の人生の選択も大切にする。この事を忘れなければいじめ、貧困など様々な問題に対して自分がすべきことは何か分かるような気がしました。(後略)

人権問題でお困りの方は

区では、日常生活の人権に関する問題でお困りの方の相談をお受けしているほか、人権擁護委員の自宅などでも電話相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

●区民相談室

【相談日時】毎月第4火曜 午後1時～4時(予約制)

【場所】広報課区民相談室(区役所第一庁舎3階2番)

☎(3908)1101

●人権擁護委員

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、日頃から区民の皆さんの人権が侵害されることがないように見守る一方、人権啓発のためのさまざまな活動を行っています(右表のとおり)。

人権擁護委員名簿

氏名	住所	電話番号
太田淑江	中里1丁目在住	(3822)4982
乙川博士	上十条3丁目在住	(5993)6070
海藤由紀夫	滝野川7丁目在住	(3940)0628
北尾雅迪	堀船3丁目在住	(3914)2356
菅野利彦	浮間2丁目在住	(3343)6901
鈴木範子	西ヶ原4丁目在住	(3503)1771
関 晴美	赤羽西4丁目在住	(3900)8221
高橋信子	赤羽西4丁目在住	(3909)7214
照井史生	北区豊島7丁目在住	(3239)1697
道本周作	西が丘1丁目在住	(3234)5900

※この記事は、人権擁護委員乙川博士氏の監修によります。

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 先先申込先 HPホームページ EM Eメール

お知らせ

◆平成27年度児童館等非常勤職員募集

●児童館・学童クラブ

対次の①～③のいずれかに該当する方
 ①保育士の資格を有する方
 ②幼稚園・小学校・中学校教諭普通免許状を有する方
 ③児童指導員任用資格を有する方(いずれも取得見込みを含む)
 「勤務場所」区立児童館・学童クラブ
 「勤務日数」月20日(1日6時間45分を10日、1日4時間55分を10日)
 「報酬」月額18万6千700円(26年度実績)「募集人員」10名程度
 ●子ども家庭支援センター

●子ども家庭支援センター

対次の①～④のいずれかに該当する方
 ①社会福祉士の資格を有する方
 ②保健師の資格を有する方
 ③臨床心理士など心理学を専攻した方
 ④そのほか①～③に準ずる資格を有する方
 「勤務場所」育ち愛ほっと館(王子2-17-34)「勤務日数」月16日(1日7時間45分勤務)「報酬」月額20万4千800円(26年度実績)
 「募集人員」若干名
 ●ファミリーサポート・センター

対子どもと家庭に関し、知識、経験及び熱意を有する方
 「勤務場所」育ち愛ほっと館
 「勤務日数」月16日(1日7時間45分勤務)「報酬」月額16万6千400円(26年度実績)「募集人員」若干名
 以下、共通

「勤務期間」平成27年4月1日(水)～28年3月31日(木)
 「採用方法」書類審査及び面接
 「子育て支援課(区役所第一庁舎2階20番)で配布している募集案内(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。

「締切」12月18日(木)(必着)
 「問先」〒114-8508(住所不要)子育て支援課次世代育成係
 ☎(3908)9097

「締切」12月18日(木)(必着)
 「問先」〒114-8508(住所不要)子育て支援課次世代育成係
 ☎(3908)9127

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金の申請は、12月31日(水)(当日消印有効)までです

お手元に給付金の申請書があり、まだ申請をしていない方は、お早めに申請の手続きをお願いします。詳しくは申請書や北区ホームページをご覧ください。
 (1)12月31日(水)までに申請がない場合は、受給を辞退したものとみなします。
 (2)申請書の不備などで給付決定や振り込みができず、区が確認を行っても平成27年1月30日(金)までに必要な修正ができなかった場合は、申請が取り下げられたものとみなします。

臨時福祉給付金の対象者(平成26年度住民税が非課税で、かつ課税者に扶養などされていない)で、まだ申請書が届かない場合、ご連絡ください。
 問①臨時福祉給付金コールセンター
 ☎0120(60)7992
 ②子育て世帯臨時特例給付金担当(子育て給付係)
 ☎(3908)9096
 =以下、①②共通=
 [時間]午前9時～午後5時(土・日曜、祝日を除く)
 [期間]平成27年1月30日(金)まで
 ●振り込み詐欺にご注意ください
 給付金に関して、自宅や職場などに北区や厚生労働省の職員など官公庁をかたった電話がかかってきたら、最寄りの警察または警察相談専用電話(#9110)へ連絡してください。

◆平成27年度保育園非常勤職員(保育従事者)募集

対次の①②のいずれかに該当する方
 ①保育士資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方
 ②幼稚園教諭普通免許状を有し、保育園での勤務経験(アルバイトなどを含む)がある方(いずれも取得見込みを含む)
 「勤務場所」区立保育園
 「勤務期間」平成27年4月1日(水)～28年3月31日(木)
 「勤務日数」月18日(1日6時間45分を14日、1日7時間45分を4日)「報酬」月額20万850円(26年度実績)「募集人員」30名程度
 「採用方法」書類審査及び面接
 ※面接は平成27年1月26日(月)予定
 3番で配布している募集案内(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、82円切手を貼った返信用封筒を同封し送付してください。

◆第93回東京都北区都市計画審議会

日12月10日(水) 午前10時から午後4時
 場第2委員会室(区役所第一庁舎4階)
 予定議題①都市再開発の方針の都市計画変更 ②住宅街地の開発整備の方針の都市計画変更 ③公園の都市計画変更(稲付公園・袋町公園・飛鳥山公園) ④景観計画の策定について ⑤その他
 定30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。
 問都市計画課
 ☎(3908)9152

◆高齢者・障害者のための成年後見制度相談会

対区内在住、在勤の方
 日12月13日(土) 午前10時～午後4時
 場北及びあ9階9会議室
 内容成年後見制度に関することや、相続・遺言、悪質商法被害、多重債務問題などの悩み事
 ※1人60分まで
 定30名(申込順)
 申12月12日(金)午後5時までに電話申込
 問先リールサポート東京支部
 北・荒川地区リーダー 金子
 ☎(6454)4035

◆行政書士会無料相談会

遺言・相続・遺産分割協議書
 不動産・近隣問題、内容証明、事業許可、外国人在留許可など
 身近な法律相談に応じます。
 日12月2日(火) 午後1時～4時
 場区役所第一庁舎1階ロビー
 申原則、電話申込(当日の会場受付も可)
 問先東京都行政書士会北支部
 ☎(5963)7437

催し

◆北清掃工場個人見学会

定50名(申込順)
 日12月11日(木)までに電話申込月曜の午前9時～午後5時
 問場先北清掃工場(志茂1-2-36)
 ☎(5908)5341

◆区指定無形民俗文化財「稲付の餅搗き唄」の実演と体験

日11月29日(土) 午前10時30分～正午(予定)(少雨決行)
 場北区ふるさと農家体験館(赤羽西5-1-2-34赤羽自然観察公園内) 内 稲付餅搗き唄保存会と清水小学校の子どもたちによる「稲付の餅搗き唄」の実演を見た後、餅搗き唄を唄い、餅を搗いで試食します。
 申当日、直接会場へ
 問北区飛鳥山博物館
 ☎(3916)1133

◆赤羽文化ひろば12月のプログラム

主催 北教育委員会・赤羽文化センター
 利用団体連絡協議会
 ①新大正琴ミニコンサート
 日12月6日(土) 午後2時～3時30分(1時30分開場)
 内大正琴とギターの演奏で全18曲演奏します。
 ②能面作品展
 日12月13日(土)～17日(水)(16日を除く) 午前9時30分～午後6時
 内自分たちで制作した能面(小面、若女、翁など)を展示します。
 「参加団体」北区能面彫刻の会
 以下、①②共通
 問場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-30)
 ☎(3906)3911



北区飛鳥山博物館で実施された「稲付の餅搗き唄」の実演と体験の様子。

明るい選挙啓発標語(キャッチコピー)の募集

対区内在住、在勤、在学の方
 「募集要項」20字以内。1人1作品とし、自作・未発表のもの
 ※審査のうえ、中学生・一般の部、小学生の部からそれぞれ優秀賞1点(副賞5,000円相当の図書カード)、入賞数点(副賞1,000円相当の図書カード)を決定します。優秀作品は、選挙の啓発活動に使用します。
 日12月15日(木)必着まで
 ※Eメールの場合、件名は「標語応募」としてください。
 ※募集チラシ(ホームページからもダウンロードできます)での申込み可
 問先 〒114-8546(住所不要)選挙管理委員会事務局
 ☎(3908)9054 FAX(3908)9064
 E-mail senkan@city.kita.lg.jp

休館

●赤羽文化センター
 日12月7日(日) ②16日(水)
 ①子どもひろば開催のため、②施設保守点検・定期清掃日のため、施設の利用及び利用申込の受付はできません。

年金

◆社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発行されます
 国民年金保険料は所得税及び住民税の申告で社会保険料控除の対象となります。対象となるのは、平成26年1月～12月に納めた保険料全額です(過去の年度分や追納保険料なども含みます)。また、家族の国民年金保険料を納付した場合も、本人の社会保険料控除に加えて申告することができます。
 この社会保険料控除を受けるには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。
 9月30日までの間に納付した方には、社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が11月上旬に日本年金機構本部から送付されます。また、10月1日以降に初めて保険料を納付した方は、平成27年2月上旬に送付されます。詳しくはお問い合わせください。

「参加団体」北区能面彫刻の会
 以下、①②共通
 問場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-30)
 ☎(3906)3911
 北年金事務所
 ☎(3905)1011

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み場合の記入例は8面をご覧ください

年末ワンストップ納付相談

税・保険料・保育料などの臨時的納付相談窓口を開設します

平日に、特別区税や国民健康保険料などの納付の相談に来ることができない方のために、12月の第1・2日曜日に臨時的相談窓口を開設します。ぜひご利用ください。

特別区民税・都民税、軽自動車税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、学童クラブ育成料、保育料の納付が困難な方(納付が困難な事情がわかる資料などを持参してください)

12月7日(日)・14日(日) 午前9時～午後4時 場 区役所第一庁舎2階

- 【特別区民税・都民税、軽自動車税】
収納推進課 ☎(3908)1129
【国民健康保険料】
国民年金課国民保険料係 ☎(3908)1159
【後期高齢者医療保険料】
国民年金課高齢医療係 ☎(3908)9069
【介護保険料】
介護保険課介護保険料係 ☎(3908)1285
【学童クラブ育成料】
子育て支援課次世代育成係 ☎(3908)9097
【保育料】
保育課入園相談係 ☎(3908)9129



◆障害者週間
作業所自主製品合同販売会
区内の知的障害のある方や精神障害のある方が通う作業所が集結し、自主製品(ケーキ、焼き菓子、ジャム、ビーズ製品、小物など)の合同販売を行います。
12月3日(水)～5日(金) 午前10時～午後4時
場 区役所第一庁舎正面玄関ロビー
申 当日、直接会場へ
問 障害福祉課障害福祉係 ☎(3908)9085

◆エコプロダクツ2014
「東京eecoの森」に出展します
12月11日(木)・13日(土) 午前10時～午後6時 最終日は5時まで
場 東京ビッグサイト東展示場6ホール6-011(江東区有明3-11-1)
内 オール東京62市区町村共同事業及び各自自治体展示、ワークショップ、日替わりステージショー、スタンプリーなど
申 当日、直接会場へ
※詳しくは、ホームページまたはチラシ(環境課(区役所第四庁舎1階)にあります)をご覧ください
問 特別区協議会事業推進課 ☎(5210)9067
HP <http://a162.jp/>
北区内展示内容(5/1) 環境課自然環境みどり係 ☎(3908)8618

◆おしゃべりサロン
開催中
くらしのこと、最近うれしかったこと、気になったこと、子育てのこと、何かお話ししたいことがある方、おしゃべりサロンに遊びにきませんか。
12月～平成27年3月までの毎月第1水曜(1月7日を除く)・第2木曜(いずれも午前10時～正午) 区内で活動する傾聴ボランティアの皆さんがあなただけのお話を伺います(秘密厳守)
申 当日、直接会場へ
問 場 北区NPO・ボランティアぶらぶら(北とびあ4階) ☎(5390)1771

平成二十七年 北区内 成人の日 記念式典

対区内在住の平成26年4月2日～27年4月1日に生まれた方
12月27日(日) 午前11時30分～正午(10時30分開場)
場 北とびあさくらホール
※12月上旬に案内状を送付します。年内に案内状が届かない場合は、ご連絡ください。
問 生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

◆就職支援セミナー「わが子の就活」
対 大学生・短大生・専門学校生
の家族の方 12月9日(火) 午後6時30分～8時30分
場 北とびあ14階スカイホール
内 平成28年卒業の採用現場に異変あり。親だからこそできるサポート方法
定 30名程度(先着順)
申 郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、12月8日(月)必着まで
問 先 114-8503(住所不要) 産業振興課就労支援担当 ☎(5390)1230
FAX(5390)1141
EM kitaiku-job@city.kita.jp

◆「わが子の就活」
対 大学生・短大生・専門学校生
の家族の方 12月9日(火) 午後6時30分～8時30分
場 北とびあ14階スカイホール
内 平成28年卒業の採用現場に異変あり。親だからこそできるサポート方法
定 30名程度(先着順)
申 郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、12月8日(月)必着まで
問 先 114-8503(住所不要) 産業振興課就労支援担当 ☎(5390)1230
FAX(5390)1141
EM kitaiku-job@city.kita.jp

◆エコベルデ みどりの教室
庭がなくともできます!果樹栽培
対区内在住、在勤、在学の方
12月13日(日) 午前10時～正午
内 ほんの少しでも収穫できたら、その喜びひとしおです。鉢植えで果樹を育ててみませんか。
定 30名(抽選) 費 800円
申 往復はがき(記入例参照)で、12月2日(火)必着まで
問 場 先 114-0003 北区豊島5-16-11 みどりと環境の情報館(エコベルデ)月・火曜、祝日休館 ☎(3913)8340

◆就職支援セミナー「わが子の就活」
対 大学生・短大生・専門学校生
の家族の方 12月9日(火) 午後6時30分～8時30分
場 北とびあ14階スカイホール
内 平成28年卒業の採用現場に異変あり。親だからこそできるサポート方法
定 30名程度(先着順)
申 郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、12月8日(月)必着まで
問 先 114-8503(住所不要) 産業振興課就労支援担当 ☎(5390)1230
FAX(5390)1141
EM kitaiku-job@city.kita.jp

◆「わが子の就活」
対 大学生・短大生・専門学校生
の家族の方 12月9日(火) 午後6時30分～8時30分
場 北とびあ14階スカイホール
内 平成28年卒業の採用現場に異変あり。親だからこそできるサポート方法
定 30名程度(先着順)
申 郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、12月8日(月)必着まで
問 先 114-8503(住所不要) 産業振興課就労支援担当 ☎(5390)1230
FAX(5390)1141
EM kitaiku-job@city.kita.jp

◆「わが子の就活」
対 大学生・短大生・専門学校生
の家族の方 12月9日(火) 午後6時30分～8時30分
場 北とびあ14階スカイホール
内 平成28年卒業の採用現場に異変あり。親だからこそできるサポート方法
定 30名程度(先着順)
申 郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、12月8日(月)必着まで
問 先 114-8503(住所不要) 産業振興課就労支援担当 ☎(5390)1230
FAX(5390)1141
EM kitaiku-job@city.kita.jp

講座名	対象	日程	時間	内容	定員(抽選)	費用
ニック先生の英会話教室 フリートーキング Early Class ①水曜コース Late Class ②水曜コース ③木曜コース	18歳以上の方	①②…平成27年1月7日～3月25日(2月11日、3月11日を除く) 毎週水曜 計10回 ③④…平成27年1月8日～3月26日(2月12日、3月12日を除く) 毎週水曜 計10回	Early Class①④ 午後6時～7時30分 Late Class②③ 午後7時45分～9時15分	ネイティブと話せる英会話を楽しむ講座です。テキストは使わずその日のトピックを(聞いて、質問する。また聞く)を繰り返してフリートークで会話を上進させます。簡単な英語を使って会話ができる方に適しています。今期は世界の歴史や文化、観光などのトピックを取り上げていきます。	各10名	1万5,400円
ニック先生の英会話教室 フリートーキングビギナー Early Class ④木曜コース	18歳以上の方	平成27年1月17日～31日 毎週土曜 計3回	午後2時～4時	フリートーキング、ビギナーの方のコースです。基本的な文法の学習を含めて簡単な英単語で思ったことをスムーズに言うように学習します。	20名	4,300円
美顔率 「マッサージ&トレーニング」	20歳以上の方	平成27年1月17日～31日 毎週土曜 計3回	午後2時～4時	マスコミで話題の美顔率。マッサージとトレーニングでたるみをひきしめ、10歳若返りを目指します。	20名	4,300円

◆掲載の決定
内容審査をして、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成していただきます。(広報課ではデータの作成を行います。)

問 先 114-8508(住所不要)
広報課広報担当 ☎(3908)1102
FAX(3905)3422

◆掲載の決定
内容審査をして、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成していただきます。(広報課ではデータの作成を行います。)

問 先 114-8508(住所不要)
広報課広報担当 ☎(3908)1102
FAX(3905)3422

◆掲載の決定
内容審査をして、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成していただきます。(広報課ではデータの作成を行います。)

問 先 114-8508(住所不要)
広報課広報担当 ☎(3908)1102
FAX(3905)3422

◆掲載の決定
内容審査をして、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成していただきます。(広報課ではデータの作成を行います。)

問 先 114-8508(住所不要)
広報課広報担当 ☎(3908)1102
FAX(3905)3422

介護職員初任者研修 受講生募集 (定員12名)

【年3回(1月・5月・9月)開講予定】

分かりやすく、確実に技術を身に付け介護職・家族介護に役立つ内容を実践的に学びます。
受講料: 69,800円(テキスト代・税込)
会場: 神谷教室 北区神谷1-21-10
(株)ケアネットトキ 2F教室
お問い合わせ:(株)ケアネットトキ <http:///toki-group.co.jp>
TEL 03-3914-5548 FAX 03-3911-4548

弁護士による無料法律相談会

【日時】12月8日(月)15時～21時
【会場】北とびあ・807会議室(北区王子1-11-1)
《JR「王子駅」北口徒歩2分・南北線「王子駅」5番出口直結》

相続・遺言、交通事故、借金、不動産、会社、離婚・親族、その他、分野は問いません。
お気軽にご相談下さい。相談時間は30分です。
事前にお電話でご予約下さい。担当: 弁護士 濱田将成(東京弁護士会所属)
☎03(405)7491 平日10時～19時
上記日程のご都合の付かない方につきましては、個別の無料相談も随時お受けいたしますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
主催: 都民無料法律相談会(東京弁護士会所属の弁護士の団体)

雑貨店 セミプレコ

ステーションリー・ヘアアクセサリー・食器類・バッグ・靴・傘・ガーデニングポットなど、かわいらしい雑貨をたくさんご用意しています。

北区コミュニティバスのバス停「春日古河産園」の目の前です。
日曜・祝日限定SALE、「ウキウキマーケット」を開催しています!

〒114-0024 東京都北区西ヶ丘1-25-6 第2ビル1F
TEL 03-5760-7007 <http://www.semipreco.com>

飛鳥山マンドリンクラブ部員募集

年1回の定期演奏会 練習 毎月第2・4(土) 13:00～16:30 滝野川東区民センター 会費 毎月2,000円 見学可
主宰 関 隆次(明治大学マンドリン倶楽部OB) ☎03-3940-0202・090-8110-3210 初心者用に教室あり

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 問い合わせ先 申込先 HP ホームページ Eメール

〈広告〉この欄は北区の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

平成 27 年 4 月 保育園等の利用案内

【入園可能数】右表のとおり ※11月1日現在の在籍児童数から算出していますので、その後の入退園の状況で変動することがあります。 ※入園可能数が0名でも、退園・転園などで空きが出る場合があります。希望園の数に制限はありません。希望する園はすべてご記入ください。

【利用申請受付期間】一次申請締切…12月25日(木)

※産休明け保育実施園への申込は、分娩予定日(帝王切開による出産含む)が平成27年2月3日までのお子さんに関しては出産前申請を受け付けます。申請に必要な書類と、母子手帳や入院計画書など、出産予定日が確認できるものを提出してください。

二次申請受付期間…12月26日(金)～平成27年2月25日(水) ※一次利用調整終了後、空きのある園は二次利用調整を行います。

※詳しくは北区ニュース10月1日号をご覧ください。

【0歳児保育】0歳児保育実施園では、対象となるお子さんの月齢が各園で異なります。

【延長保育】延長保育は一部の園のみ実施しています。延長時間は園により異なります。

【問】保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階2番)

☎(3908)9129

・★印は平成27年4月開設の保育園です。

・「産休明け」は生まれた日を含めて58日目を過ぎた翌月1日(58日目)が月の1日の場合は、その月)からお預かりできます。

【保育園の見学をされる方へ】

・保育園の見学は、各園にお問い合わせください。

・平成27年4月開設の保育園は現在工事のため見学はできません。

※クラス年齢はその年度の4月1日時点の満年齢で決定します。(例)平成26年4月2日生まれの方は、平成27年度は0歳クラスです。

Table with columns: 保育園名, 所在地, 電話番号, 定員(名), 0歳児, 延長, 入園可能数(名) (0歳, 1歳, 2歳, 3歳, 4歳, 5歳). Lists various childcare facilities and their capacities.

※1 赤羽保育園と赤羽台つぼみ保育園は、平成27年度中に新園舎に移転し(仮称)新赤羽保育園として28年度から指定管理者による運営を予定しています。
※2 平成27年4月から上十条保育園は定員110名に変更する予定です。また、赤羽台つぼみ・神谷つぼみ・中里保育園つぼみ分園は、4月から3歳クラスを新設する予定です。
・桜田保育園(0歳及1歳)は、0歳または1歳のお子さん分園で保育しています。
・東十条保育園・西ヶ原東保育園・東田端保育園では休日保育を実施しています。年末年始を除く日、祝日(振替休日を含む)に実施。ほかの保育園などに在籍しているお子さんも利用できます。

東京都認証保育所・定期利用保育施設・家庭福祉員で園児を募集しています(随時)

東京都認証保育所・定期利用保育施設・家庭福祉員では、生まれた日を含めて58日目(さくらキッズは90日目)から2歳児までのお子さん(家庭福祉員は区内在住(北区に住民登録のある方))をお預かりしています。

※東京都認証保育所・定期利用保育施設・家庭福祉員とは都や区の基準を満たしている施設で、区と保育に関する契約を結んでいます。空き人数は変動しますので、入園希望の方は、各施設へ直接お問い合わせください。

【保育課保育係

☎(3908)9127

東京都認証保育所

Table with columns: 園名, 所在地, 電話番号, 定員. Lists certified childcare facilities and their details.

※一時預かり保育を行っています。

定期利用保育施設

Table with columns: 園名, 所在地, 電話番号, 定員. Lists regular utilization childcare facilities.

家庭福祉員(保育ママ)

Table with columns: 氏名, 住所, 電話番号, 定員. Lists family welfare workers (nannies) and their details.

※大塚区子家庭福祉員は、平成27年3月31日(火)で終了します。

Table with columns: 保育園名, 所在地, 電話番号, 定員(名), 0歳児, 延長, 入園可能数(名) (0歳, 1歳, 2歳, 3歳, 4歳, 5歳). Lists private childcare facilities.

★(仮称)アスク浮間舟渡・(仮称)グローバルキッズコトニア赤羽園は、平成27年4月開設予定です。お問い合わせは(仮称)アスク浮間舟渡☎(5332)7890(株)日本保育サービス、(仮称)グローバルキッズコトニア赤羽園は☎(3292)8833(株)グローバルキッズにご連絡ください(27年3月31日(火)まで)。
・キッズタウンうきま夜間保育園の開園時間は午前11時～午後10時まで。朝型延長保育を午前9時～11時まで、夜型延長保育を午後10時～11時まで実施しています。
夜間保育は就労などにより午後6時以降も保育を必要とするお子さんが対象です。
・キッズタウン東十条保育園は、朝型延長保育を午前7時～7時15分まで、夜型延長保育を午後6時15分～10時まで実施しています(朝夜合計で4時間)。
・キッズタウンうきま保育園・キッズタウンうきま夜間保育園・つちっこ保育園では、休日保育を実施しています。年末年始を除く日、祝日(振替休日を含む)に実施。ほかの保育園などに在籍しているお子さんも利用できます。

【地域型保育事業(小規模保育所)・認定こども園(保育部分)】
平成27年4月から子ども・子育て支援新制度へ移行します。このため4月入園からの申請窓口は、保育課入園相談係となり、認可保育園と同じ申請手続きが必要です。

Table with columns: 保育園名, 所在地, 電話番号, 定員(名), 0歳児, 延長, 入園可能数(名) (0歳, 1歳, 2歳, 2歳クラスまでの保育園です). Lists regional childcare facilities.

※開園時間は午前7時30分～午後6時30分までです。延長保育は午後6時30分～8時までとなります。

Table with columns: 施設名, 所在地, 電話番号, 定員(名), 0歳児, 延長, 入園可能数(名) (3歳児からの保育園です). Lists designated childcare facilities.

※開園時間は午前7時30分～午後6時30分までです。 ※休園日は日曜、祝日、第2・4土曜、年末年始となります。

赤羽郵便局・王子郵便局・区内ファミリーマート・マルエツ田端店・マルエツ王子上中里店に置いてありますので、ご利用ください。

催し・講座など往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合は8面をご覧ください



第24回ジュニアゴルフ教室

主催 北区体育協会・東京都体育協会
区内在住、在学の小・中学生
12月25日(木)～30日(火) (27日・28日を除く) 計4回 午後3時～4時
師 北区ゴルフ連盟認定講師
定 20名(抽選)
費 4,000円(初日に集金)
住 往復はき(記入例参照。右利き左利きの別、クラブの有無も記入)で、12月10日(水)(必着)まで
※ゴルフクラブのない方には無料で貸し出します。
会場先 〒114-0002 王子1-4-1サンスウエアゴルフ内 北区ゴルフ連盟事務局 ☎090(6474)5562
※非通知電話はつながりません。

北区プレーパーク「12月は落ち葉遊び♪」

●中央公園拡張部(旧いなり公園/十条台1-2)
12月1日～15日 毎週月曜、14日(日)・21日(日)
●桐ヶ丘中央公園北側(桐ヶ丘2-7)
12月7日(日)
＝以下、共通＝
[時間]月曜…午前10時30分～午後3時
日曜…午前10時30分～午後5時
※1日・15日は、午前11時頃から絵本ライブ、午後1時頃から紙芝居を行います。
申当日、直接会場へ
問 北区で子どもの遊ぶ場をつくる会 ☎090(6519)8382
HP http://www.kita-asobo.com
子育て支援課次世代育成係 ☎(3908)9097

障害のあるお子さんの手当

●特別児童扶養手当(国の制度)
20歳未満で心身に障害があり、次の①

～③のいずれかに該当する児童を養育している方
①身体障害者手帳1～3級程度の児童(4級の一部を含む)
②愛の手帳1～3度程度の児童
③精神障害・内部障害・発達障害などで常時介護を必要とする児童
※本人または扶養義務者の所得が右表の限度額を超えている方は受給できません。
[支給月額]重度…4万9,900円
中度…3万3,230円(いずれも1人あたり)
[支給方法]4・8・11月に受給者の口座に振り込みます。
●児童育成手当(障害手当)(都の制度)
20歳未満で心身に障害があり、次の①～③のいずれかに該当する児童を養育している方
①身体障害者手帳1～2級の児童
②愛の手帳1～3度の児童
③脳性麻痺・進行性筋萎縮症などの児童
※本人の所得が右表の限度額を超えている方は受給できません。
[支給月額]1人あたり1万5,500円
[支給方法]2・6・10月に受給者の口座に振り込みます。
※詳しくはお問い合わせください。
＝以下、共通＝
問 子育て支援課子育て給付係 ☎(3908)9096

平成26年度特別児童扶養手当所得限度額表

Table with 3 columns: 扶養親族数, 本人, 配偶者・扶養義務者. Rows for 0, 1, 2, 3, 4 people.

(注)所得額は平成25年中の1年間分の所得です。
・扶養親族数は税法上の扶養親族数です。
・扶養義務者とは、本人(請求者)と生計を同一にしている直系血族及び兄弟姉妹をいいます。
・この限度額は、平成26年8月分から27年8月までの手当てに適用されます。
・社会保険料相当額8万円を加算してあります。
・所得には一定の控除できる項目があります。

平成26年度児童育成手当所得限度額表

Table with 2 columns: 扶養親族数, 本人. Rows for 0, 1, 2, 3, 4 people.

(注)所得額は平成25年中の1年間分の所得です。
・扶養親族数は税法上の扶養親族数です。
・この限度額は、平成26年6月分から27年5月分までの手当てに適用されます。
・社会保険料相当額8万円を加算してあります。
・所得には一定の控除できる項目があります。

年末特別保育 年末に保護者の方が就労するため保育を必要とする児童を、区・私立保育園で保育します

区立保育園
[保育期間]12月29日(月)～31日(水)
表1の「対象者」に該当し、年末に保育を必要とする、健康で集団保育の可能な児童
[実施保育園・実施時間]表1のとおり
※実施園の開園時間のうち、保育を必要とする時間(保護者の勤務時間+通勤時間)
定 各園30名(申込順)
費 基本保育料…1日あたり2,000円
※午後6時15分を超えて利用の場合は1時間500円加算 食費…1食500円
※食物アレルギーのあるお子さんは各園にお問い合わせください。
[保育料及び食費の納入]12月10日(水)までに金融機関で払い込み
※払い込んだ保育料及び食費は、事前のキャンセル及び当日の体調不良などで保育できない場合も返金できません。
[提出書類]年末特別保育申込書、健康保険証各種医療証のコピー、年末特別保育

用勤務証明書(自営の方は各自で作成)、年末特別保育児童票 ※申込関係書類は保育課(区役所第一庁舎2階3番)及び各保育園にあります。必ず必要書類を揃えて申し込みください。
※認可保育園に在園していない児童は、申込受付当日にお連れください。保育園長が面接を行います。受付日に面接できない場合は、後日、希望園での面接が必要です。また、健康診断が必要になる場合があります。
12月1日(月)～3日(水)(午前9時～午後5時)に、提出書類を持参して各園で申込 ※申込順に受け付けます。
※電話予約及び保育課窓口での申込は受け付けません。
[実施園の変更]利用希望が少ない場合は、利用承諾後であってもほかの実施園に変更して保育する場合があります。
問 保育課保育係 ☎(3908)9127
表1のとおり

私立保育園
[保育期間]12月29日(月)・30日(火)
表2の「対象者」に該当し、年末に保育を必要とする、健康で集団保育の可能な児童(各園で一部異なることもあります)
[実施保育園・実施時間]表2のとおり
費 基本保育料…1日あたり2,000円(午後6時15分以降の延長保育料…1時間500円) 食費…1食500円

※食物アレルギーのあるお子さんは各園にお問い合わせください。
[保育料及び食費の納入]各園へお支払いください。
12月1日(月)～3日(水)の開園時間内に直接各園で申込
※提出書類などは各園で異なります。詳しくは、お問い合わせください。
問 各私立保育園(表2のとおり)

Table 2: Private Nurseries. Columns: 保育園名, 対象者, 開園時間, 午後6時15分以降, 定員(申込順), 問い合わせ及び申込先.

Table 1: District Nurseries. Columns: 保育園名, 対象者(当該保育園に園児及び下記の方), 開園時間, 申込先.

子どものためのおはなし会

Table with 4 columns: 図書館, 日 程, 電話番号. Lists story time events at various libraries.

●赤ちゃんのためのおはなし会

Table with 4 columns: 図書館, 日 程, 電話番号. Lists story time events for babies.

●小学生のためのおはなし会

Table with 4 columns: 図書館, 日 程, 電話番号. Lists story time events for elementary school children.

長生きするなら
北区が一番



健康増進センター
(へるしあ K-I-T-A)

スロートレーニング&ストレッチ

区内在住、在勤の40歳以上の方
日12月27日(土) 午前10時~11時30分
内これから運動を始める方や久しぶりに運動する方向けの体験教室です。
師 日本フィットネス協会認定インストラクター 高田朝美氏

定30名(抽選)
申往復はがき(記入例参照)で、12月11日(木)(必着)まで

問先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター1月曜 祝日休館 ☎(5390) 2220

介護予防で元氣はつらつサロン
ヨガで心もからだもリラックス!

対 上十条1~4丁目、中十条1~3丁目、十条仲原1・2丁目在住で65歳以上の要介護・要支援認定を受けていない方
日12月3日(水) 午前10時~11時30分
内無理なく楽しくできるヨガ体操で健康への第一歩を踏み出しましょう。
持ち物 タオル、飲み物、運動しやすい服と靴
師 リハビリデザイナー snageo mi 赤羽店職員

定20名(申込順)
申11月21日(金)午前10時から電話申込

問先 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

認知症介護者(男性)懇談会

男性スタッフでお迎えます。1人で抱えきれない介護の苦労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11月25日(火) 午後1時30分~3時
場 滝野川会館3階303集会所(西ヶ原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

認知症サポーター養成講座

認知症の人や家族を温かく見守る応援者認知症サポーターになってみませんか。受講者にはオレンジリングをお渡しします。
対 区内在住の方
日12月16日(火) 午後2時~3時30分
定30名(申込順)
申11月25日(火)から電話申込

問先 浮間さくら荘高齢者あんしんセンター(浮間3-11-26) ☎(3558) 3689

家族介護者教室

上手に食べて元氣に長生き低栄養を予防しよう!!
対 区内在住、在勤の介護に携わっている方及び関心のある方
日12月4日(水) 午後2時~3時
師 (株)明治管理栄養士 中澤直美氏

定20名(申込順)
申11月21日(金)午前9時から電話申込

問先 上中里つじ荘高齢者あんしんセンター(上中里2-1-2) ☎(5390) 6009



おいでよ! わくわく体験ひろばへ
赤羽文化センター子どもひろば

見たり、聞いたり、作ったり、遊んだり。ボランティアといっしょにいろいろなプログラムを体験しよう。
対 区内在住、在学の幼児~中学生
日12月7日(日) 午前10時~午後3時 ※プログラムによって時間が異なります。詳しくはお問い合わせください。
内 クリスマスカードづくり、みんなで楽しく歌おう、一輪のお花いけて楽しもう、笑いヨガであそぼう、南京玉すだれ、ハンドトリートメントを覚えよう、あたまをつかうスポーツゲーム「カーレット」、カラフルゴムで作るプレスレット、茶道体験など
申 当日、直接会場へ
問先 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) ☎(3906) 3911

トップアスリートのまち・北区

●障害者週間記念講演会
日12月6日(土) 午前10時~11時30分(9時30分開場) 場 北とびあ13階 飛鳥ホール 師 車イスバスケットボール元日本代表選手 京谷和幸氏 定300名(先着順) 申 当日、直接会場へ
●オリンピック直伝! 「スケート教室」
対 区内在住、在学の小学生
日 平成27年1月18日(日) 午前8時~午後6時
場 富士急ハイランドスケートリンク(山梨県富士吉田市新西原5-6-1)
師 大菅小百合氏、北区スポーツコンダクター 石野枝里子ほか
定60名(抽選) 費1,800円
申 往復はがき(記入例参照、学校名・学年も記入)で、12月10日(水)(必着)まで
=以下、共通=
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

話し方すずらん会

日 毎月第2・4土曜 午前9時45分~正午 場 赤羽文化センター 費 テキスト代1,000円(8回)、1カ月2,000円 [PR] あがらないスピーチ力と傾聴力を高めます
問 山本 ☎090(8700)0008
●智能気功愛好会 日 毎週火曜 午前10時~正午 場 中央公園文化センター 費 (入)1,000円、1カ月3,000円 [PR] 気軽に気功を楽しめます。明るい仲間と健康な毎日を 問 神永 ☎(3911)0415
●琉球舞踊かりゆし会「浜ゆう」 日 毎週月曜 午後1時30分~3時30分 場 赤羽文化センター 費 (入)2,000円、1カ月3,500円 [PR] 琉球舞踊に興味のある方が集まって楽しく踊っています
問 中島 ☎(3907)7446
●水曜会・テニスサークル 対 ゲームを楽しめる方 日 毎週水曜 午前10時~午後2時 場 新河岸川庭球場 費 (入)2,000円、1カ月2,000円 [PR] プレゼントする時の素敵なラッピング方法を学びませんか
問 田辺 ☎(3908)7204

KITAKUスーパーサイエンススクール
第14回中学生ロボットコンテスト

対 区内在住、在学の中学1・2年生
日 製作...12月21日(日)・23日(祝)・26日(金)、平成27年1月6日(火)・11日(日)・18日(日) 計6回 午前9時30分~午後4時 北区大会...平成27年3月1日(日) 荒川大会...3月15日(日)
場 製作...都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス(荒川区南千住8-17-1) 北区大会...北とびあ13階飛鳥ホール 荒川大会...荒川総合スポーツセンター(荒川区南千住6-45-5) 内 チームを組み、皆で力を合わせてオリジナルのロボットを製作、ほかの組のロボットと対戦します。 師 産業技術高等専門学校ロボット研究同好会 定20名(抽選) 費1,000円
申 はがき(記入例参照、学校名・学年も記入)で、12月5日(金)(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

障害者を虐待から
守りましょう

●虐待に気づいたらすみやかに通報を
障害のある方への虐待は、虐待をされている人が虐待と認識できずに、自分から被害を訴えられない場合があります。そのため、地域全体が小さな兆候を見逃さずに早期に発見することが大切です。虐待に気づいた人には通報が義務付けられています。地域ぐるみの早めの対応や支援が、虐待されている障害のある方だけでなく、虐待している家族などが抱える問題の解決にもつながります。

●講演会「げやくたいをみみださない支援のために~私たちに求められること~」
対 福祉サービス事業者など
日12月15日(月) 午後2時~4時
場 北とびあ7階第1研修室
内 障害者虐待の事例から、私たちができることを学びます。 師 白梅学園大学教授 堀江まゆみ氏 定80名(先着順)
申11月20日(木)からファクス(記入例参照)または電話で申込
問先 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)0134 FAX(3915)4119

区民の伝言版

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 広報課(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102

●北区赤羽民謡同好会 対60歳以上
日 毎月3回木曜 午後1時~3時 場 赤羽ふれあい館 費11月1,500円 [PR] 三味線講師の親切な指導で楽しくやっている民謡会です
問 北田 ☎(3902)8203
●ジョイフル ラッピング会 日 毎月第1木曜 午後1時30分~5時 場 赤羽文化センター 費(入)2,000円、1カ月2,000円 [PR] プレゼントする時の素敵なラッピング方法を学びませんか
問 田辺 ☎(3908)7204

●スイングトップテニスクラブ 対 区内在住、在勤の初中級者以上
日 毎週土・日曜、祭日 午前10時~午後4時 場 新河岸川庭球場 費(入)2,000円、1カ月2,000円(半年前払) [PR] いつでも、どこでも、だれでも、硬式テニスを!
問 森 ☎090(6485)6695
●アサヒ 散歩会 日 毎月3回日曜 費1年6,000円 [PR] 東京23区、西東京、関東東地区を散歩で健康作り
問 原田 ☎(3901)2541
●かたつむり会 洋裁 日 毎月第1・3火曜 午後1時~3時 場 滝野川文化センター 費3カ月1万円 [PR] 体型に合った洋服、着物や洋服のリフォーム、その他小物 問 鈴木 ☎(5249)2046
●詩吟サークル 日 毎月第1・3木曜 午後1時30分~4時 場 十条ふれあい館ほか 費(入)1,000円、1カ月1,500円 [PR] 教本に沿ってやさしいお稽古。少人数制。初心者歓迎
問 春日 ☎(3906)2072

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

12 月の健康に関する事業のお知らせ (予)とあるのは予約制です。

北区保健所 ☎ (3919) 3101 FAX (3919) 5163
Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 結果説明日, 受付時間

王子健康相談係 ☎ (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 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

赤羽健康相談係 ☎ (6903) 0122 FAX (3919) 3308

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

滝野川健康相談係 ☎ (3915) 0186 FAX (3915) 4119

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

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

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

王子障害相談係のみ
Table with 2 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

王子高齢相談係 ☎ (3908) 9083 FAX (3908) 1229

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

健康増進センター ☎ (5390) 2220 FAX (5390) 2233

Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

12月の電話相談
Table with 3 columns: 日, 時間, 担当

健康情報

健康増進センター(へるしあKITA)

ちょっとためになる栄養講座
～「冷え」に負けないからだを作ろう～
対 区内在住、在勤の20歳以上の方
日 12月16日(火) 午後2時～3時
内 からだを温める食材や食べ方の紹介(一口試食あり) 定30名(抽選)
費 50円(食材費実費) 申 往復はがき(記入例参照)で、11月27日(木)(必着)まで
間 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

スポーツ

区民スキー教室

①スキー教室
日 12月31日(水)～平成27年1月3日(土)
※31日午前6時に北とびあ前集合 場 長野県志賀高原スキー場 ※往復とも貸切バス利用
定 40名(申込順) 費 5万5,000円
問 先 北区スキー連盟事務局 増田
☎ 090(1463)2273
②平日スキーツアー
日 平成27年2月25日(水)～27日(金)
※25日午前8時にJR大宮駅集合 場 山形県天元台高原スキー場 ※往復とも新幹線利用
定 20名(申込順) 費 4万円
問 先 北区スキー連盟事務局 福田
☎ 090(3221)0358
③八方尾根
日 平成27年2月6日(金)～8日(日)
※6日午前6時にJR大宮駅集合 場 長野県八方尾根スキー場 ※往復新幹線・路線バス利用
定 20名(申込順) 費 4万円
問 先 北区スキー連盟事務局 関口
☎ 090(9018)5333

講座・講演会

韓国語広場(ハングルマダン)

北区地域づくり応援団事業
日 11月30日(日) 午後2時～4時30分
場 滝野川文化センター第2学習室(西ヶ原1-23-3) 内 韓国人からのミニトーク後、テーブルごとにフリートークで交流をはかります。
定 30名(先着順) 費 100円
申 エメール(記入例参照)または電話で、11月21日(金)から28日(金)(必着)まで
問 先 NPO法人AsiaCommons 亞洲市民之道 麻生
☎ 080(5412)4914
E: asiacommons@gmail.com

赤羽文化センター区民講座

暮らしに活かすいけばな～池坊～
対 区内在住、在勤、在学の中学生以上の方
日 平成27年1月8日～2月12日 毎週木曜
計6回 午後7時～8時30分 内 いけばなの基本や家庭でもできる花のいけ方を学びます。
[持ち物] 花用はさみ、花包み(新聞紙可)、ハンドタオル、雑巾 師 北区茶華道連盟 菊地秋季氏
定 20名(抽選) 費 6,000円程度(花代)
申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、12月18日(木)(必着)まで
問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
☎ (3906) 3911 FAX (3906) 3915

北区新生活運動合同対話集「食品ロスについて」

近年、生産から消費に至るさまざまな段階で発生する食品ロス。これからの取り組み・必要性についての対話集会を行います。
対 区内在住の方
日 12月10日(水) 午後1時30分～3時30分
場 北とびあ7階第1研修室
師 ㈱ダイエー関東総務部 宮城・環境・ISO推進課 中山大輔氏ほか
定 50名(申込順)
申 11月20日(水)から電話申込
問 先 生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係
☎ (3908) 9323

元氣ぶらざの教室「カルチャー講座」

●はじめてのビーズ
日 12月18日(木) 午後1時～2時30分
内 クリスマスをモチーフにしたアクセサリー作り 費 1,500円
●手芸講座
日 12月4日～25日 毎週木曜 計4回 午後3時30分～5時 内 クリスマスまでに間に合うオープンフィンガーグローブ作り
費 4,000円
=以下、共通=
対 区内在住の18歳以上の方
定 15名(申込順) 申 11月20日(木)午前9時から電話または直接窓口で申込
問 場 先 元氣ぶらざ(志茂1-2-22)
☎ (5249) 2214

水墨画無料講習会

後援 北区文化振興財団
対 区内在住、在勤で全回参加できる方
日 12月9日(火)～11日(木) 計3回 午後1時30分～3時30分
場 北とびあ地下1階展示ホール
内 水墨画の基礎から応用までを習います。また、展覧会の作品を見ながら解説をします。
[持ち物] 書道道具一式、皿、雑巾、半紙
定 40名(申込順) 申 11月20日(木)から12月4日(木)までに電話申込
問 先 遊藝会 根岸嘉一郎
☎ (3895) 7488

健康ひとくちメモ

骨を丈夫に元気に
骨を丈夫にするためには、食事で十分なカルシウムを摂ること、カルシウムの吸収を高めるビタミンDを増やすと日光浴をすること、そして骨に適度な負荷をかける(運動する)ことが大切です。
骨に適度な負荷がかかると、骨を作る細胞が活性化し、カルシウムが骨に沈着しやすくなります。運動の中でも、ウォーキングやジョギングのような重力のかかるものが効果的だと考えられています。
まずは、日光浴もかねて、散歩がおすすめです。
年齢に関係なく運動は骨を丈夫にしてくれますが、無理をしたり、やりすぎは逆効果です。骨折経験や腰痛などの関節痛がある場合は、整形外科医に相談してから運動するようにしましょう。転ばないように靴や服装にも注意し、年齢や体力にあわせて元氣からだを動かしましょう。
健康増進センター

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 申込方法 問 問い合わせ 先 申込先 HP ホームページ Eメール

北区医師会 医療電話相談 ☎ (5390) 3131 時間 午後1時20分～2時50分

健康情報

◆胃・子宮・大腸がん検診(検診機関方式)

①胃がん検診のみ

②子宮がん検診のみ

③胃・子宮がん検診

④胃・大腸がん検診

⑤子宮・大腸がん検診

⑥胃・子宮・大腸がん検診

※大腸がん検診単独での申込はできません。

【胃がん検診、大腸がん検診…区内在住で、平成26年12月31日現在35歳以上の方(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。受診間隔同一年度に1回。また、前回受診からおおむね1年経過していること)】

【子宮がん検診…区内在住の平成26年12月31日現在20歳以上の女性で25年度子宮がん検診を受診していない方 ※婦人科に通院中または経過観察中の方を除く】

【日 右表のとおり 場 東京都予防医学協会(JR市谷駅下車5分、東京メトロ南北線市谷駅下車2分) 内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影 ※安全に検診が実施できないと判断される場合はご遠慮いただくことがあります。大腸がん検診…問診・便潜血反応検査 子宮頸がん検診…問診・視診・細胞診・コルポスコピー診 ※医師が必要と認めた場合は子宮体がん検診を実施します。定 胃がん…20名 大腸がん…20名 子宮がん検診…120名(い

ずれも先着順) 甲 はがきまたはファクスに検診名(①~⑥の別)、検診希望日(3つまで)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別・電話番号を記入して申込

【申込期間】12月1日(月)~平成27年1月5日(月)午後5時(必着) ※検診日は、通知で連絡します。検診日の2週間前頃に、東京都予防医学協会から通知します。胃・大腸がん検診の受診票と子宮がん検診の受診票は別々に送ります。満員などで受診ができない場合は健康いきがい課から通知します。 ※検診希望日の記載がない場合は健康いきがい課で日程を決定します。

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

ファク(3905)6500

Table with 2 columns: 曜日 (曜日), 実施日 (実施日). Rows for 月, 火, 水, 木.

◆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
※大腸がん検診単独での申込はできません。
【区内在住で、平成26年12月31日現在

35歳以上の方(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。受診間隔同一年度に1回。また、前回受診からおおむね1年経過していること)

【日 平成27年2月26日(木)・27日(金) いずれも午前9時~正午】

【場 北区保健所(東十条2-7-3) 内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影(検診車) ※安全に検診が実施できないと判断される場合はご遠慮いただくことがあります。

大腸がん検診…問診・便潜血反応検査
【定 ①②合計1日45名(先着順)
甲 はがきまたはファクスに検診名(①②の別)、検診希望日(複数可)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別・電話番号を記入して申込
【申込期間】12月1日(月)~平成27年1月5日(月)午後5時(必着)
※検診日は、通知で連絡します。検診日の2週間前頃に、胃がん検診は東京都予防医学協会から、大腸がん検診は健康いきがい課からそれぞれ通知します。満員などで受診ができない場合は健康いきがい課から通知します。 ※検診希望日の記載がない場合は健康いきがい課で日程を決定します。

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

ファク(3905)6500

◆専門医による呼吸器健康相談

【対 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 12月15日(月) 午後1時30分~4時
【場 北とびあ8階802会議室 師 昭和大学富士吉田教育部教授 田中一正氏
【定 7名(申込順)
【申 11月25日(火)から電話申込
【問 先 障害福祉課公保係 ☎(3908)9019

◆関節リウマチ患者交流会

【日 12月16日(火) 午後2時~4時
【対 関節リウマチ患者・家族
【場 北とびあ8階807会議室 内 情報交換と懇談会「薬について何でも話そう」
【定 20名(申込順)
【申 11月20日(木)から電話申込
【問 先 障害福祉課王子障害相談係 ☎(3908)9081

申込記入例 box containing fields for 希望講座名, 郵便番号, 住所, 氏名, 年齢, 電話番号, and checkboxes for 記入不能無効, 本人以外, etc.

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 先 申込先 HP ホームページ E メール

インフルエンザの流行に備えましょう. Article with text about flu prevention, symptoms, and vaccination. Includes illustrations of a person coughing and hands being washed.

北区文化振興財団インフォメーション. Advertisement for various events including '高嶋ちさ子 presents', '北区アンバサダー 水森かおり', '第27回 きたくなるまち区民寄席', 'フレッシュ名曲コンサート 北区第九演奏会', 'パイオルガン演奏会', and 'ニューイヤーコンサート 2015 in 北とびあ'.