

(27.3.1 現在)	前月比
世帯数	183,284 59 増
総人口	338,284 5 増
日本人人口	322,111 42 減
男	160,244 3 減
女	161,867 39 増
外国人人口	16,173 47 増
男	7,764 31 増
女	8,409 16 増
年齢別人口*	14歳以下… 34,060(10.1%)
(構成比)	15歳～64歳… 218,104(64.5%)
	65歳以上… 86,120(25.4%)

*外国人人口を含む

北区ニュース

第14回 「北区内田康夫ミステリー文学賞」作品を募集します

応募締切:9月30日(水)(必着) 問 広報課 ☎(3908)1102



●「北区内田康夫ミステリー文学賞」募集要項

【募集作品】ミステリー作品の短編小説で、日本語で書かれた自作未発表の作品に限ります。なお、北区の地名・人物・歴史などを入れ込んだ作品を歓迎します。ただし、このことの有無が選考の基準とはなりません。

【応募資格】年齢・性別・職業・国籍は問いません。

【応募方法】応募原稿の形式及び枚数は次の①または②の2通りのみです。①ワープロ原稿…必ず32字×40行(A4用紙を横置きに縦書き)で12.5枚～25枚 ②手書き原稿…必ず400字詰原稿用紙で40枚～80枚

表紙には次の①～⑥を列記してください(記入例は北区ホームページをご覧ください)。
①題名(「」は特に題名に含む場合は除く)
②枚数(ワープロ原稿の場合は印刷枚数) ③氏名 ④ペンネーム(氏名と同じ場合は「なし」と明記) ⑤応募時点での年齢 ⑥郵便番号・住所 ⑦電話番号 ⑧職業

表紙の次に800字程度のあらすじを付し、次いで本編を添えてから右肩を縫じ、郵送してください。

※本編にはページ番号を振ってください。
※枚数オーバーなど、応募規定に反することのないようご注意ください。

【応募先】〒114-8508(住所不要)広報課内「北区内田康夫ミステリー文学賞」KN係
☎(3908)1102

【選考委員】内田康夫・北区長・北区文化振興財団理事長・ミステリー関連出版社の編集者ほか

【賞】大賞1編…賞金100万円

特別賞1～2編…賞金各10万円

なお、大賞受賞作品及び特別賞受賞作品は、月刊誌「ジェイ・ノベル」(実業の日本社発行)に掲載します。また、大賞受賞作品は舞台化し翌年上演します。

【賞の発表】平成28年3月下旬予定

※大賞受賞作品及び特別賞受賞作品の著作権は北区に帰属します。

※応募原稿は返却しません。必要な方はコピーをお取りください。

※応募原稿や選考に関する問い合わせには応じられません。

※同人雑誌やホームページなどにすでに発表したものや、同じ作品によるほかの文学賞との二重投稿は、認められません。自作未発表でない作品は、入賞後でも入賞を取り消します。

※第三者の権利を侵害した応募作品(ほかの作品を模倣するなど)は無効となり、その場合の権利侵害に係わる問題は、すべて応募者の責任となります。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

【主催】北区 **【共催】**北区文化振興財団

【協力】北区アンバサダー 内田康夫(作家)、浅見光彦倶楽部

【協賛】(株)実業の日本社

北区内田康夫ミステリー文学賞 大賞作品一覧

回数	タイトル	作者
第1回	黒い服の未亡人	汐見 薫
第2回	夢見の囁	清水雅世
第3回	ドリーム・アレイの錬金術師	山下欣宏
第4回	師岡坂・六〇	井水 伶
第5回	天狗のいたずら	田端六六
第6回	金鶏郷に死出虫は囁	やまき美里
第7回	幻の愛妻	若岡光介
第8回	完璧なママ	松田幸緒
第9回	神隠し 異聞「王子路考」	安堂虎夫
第10回	凶首鹿	山下 歩
第11回	最後のヘルパー	高橋正樹
第12回	友情が見つからない	立木十八

内田康夫氏からのメッセージ

本賞の受賞者の中からはこれまでに多くのプロ作家が誕生しています。単なる自治体のイベントという枠を超えて、文芸の世界へ飛翔する、ささやかながら一つの登竜門として位置づけられたことを自負するものです。応募される方はその事実を踏まえて、想いを新たに、創作に取り組んでいただきたい。素晴らしい作品との出会いを楽しみにしています。



大賞受賞作品は舞台化されます
第11回大賞受賞作品「最後のヘルパー」

記事の見方 対象 日 日 時 場 会場 内容 師 講師 定 費用 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 エメール

お知らせ

◆特別区民税・都民税の証明書をお取りになる方へ

特別区民税・都民税の証明書が必要な方は、税務課税務係(区役所第一庁舎2階12番)または区民事務所・分室に次のものを持参してください。
本人が申請するとき本人を確認できる書類(健康保険証・免許証など)、手数料(一通300円)
本人以外の方が申請するとき委任状(左記の見本参照。必ず本人が記入)、代理人自身を確認できる書類、手数料 ※夫婦や家族の間柄でも本人以外の方が申請する場合にも、委任状が必要です。
平成27年度の証明書(平成26年中の所得が載ったもの)
現在発行している証明書は、平成22年度から26年度までです。平成27年度の証明書は、特別徴収の方(住民税が給料から引き落とされる)は5月中旬以降の発行となります。また、普通徴収の方(住民税を自身で納税されている方)、年金特別徴収の方(住民税が年金から引き落とされている方)及び非課税の方は、6月上旬以降の発行となります。
問 税務課税務係
☎(3908)1114

◆北区情報化基本計画 2015を策定しました

区の情報化を総合的、計画的に進める指針となる、北区情報化基本計画2015を策定しました。
【開覧期間・場所】4月1日(水)から
:区民情報課(区役所第三庁舎3階)及び北区ホームページ
4月20日(月)から:区政資料室(区役所第一庁舎1階)及び区立図書館(赤羽・田端図書館を除く)
問 区民情報課
☎(3908)8887

◆東京都北区いじめ防止条例を4月1日から施行します

区では「いじめゼロ」に向けて、さまざまな取り組みを行ってきました。このたび、基本的な理念等を改めて条例化し、より一層の充実を図るため、また、子どもたちをいじめから守るため「東京都北区いじめ防止条例」を制定しました。**概要**いじめ防止条例では、いじめの防止などについての基本理念や区、学校、保護者、区民などの責務、いじめの防止などを進めるための組織など施策の基本となる事項を示しています。

◆いじめ防止基本方針の制定と同時に、いじめ防止等のための対策を総合的かつ効果的に推進するため「東京都北区いじめ防止基本方針」を策定し公表します。

※条例及び基本方針の全文は、北区ホームページをご覧ください。
問 教育指導課指導係
☎(3908)92887

◆電子申請のホームページが変わりました

電子申請の手続き、届出を行うためのホームページが変わりました。今後の手続きは新しいホームページで行ってください。詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問 区民情報課
☎(3908)8887

◆家庭用消火器の詰め替え事業者紹介サービス

家庭用消火器の詰め替えを扱える区内消防設備業者を紹介いたします。家庭用消火器の詰め替えを希望する方は、ご連絡ください。
消防設備業者紹介する消防設備業者は、事前に消防署に登録をしている業者です。
【取り扱う消火器】家庭で使用している消火器
【悪質な訪問販売にご注意を!】区や消防署では消火器の訪問販売を禁止しています。区や消防署の名を語った訪問販売には十分ご注意ください。

◆区では廃消火器の引き取りを行っています

区が紹介する消防設備業者は廃消火器の引き取りも行っています。廃消火器の処分を希望する方は、ご連絡ください。
問 防災課防災普及係
☎(3908)8194

◆行政書士会無料相談会

後援 北区
遺言・相続・遺産分割協議書、不動産・近隣問題、内容証明、事業・許認可、外国人在留許可など身近な法律相談に応じます。
日4月7日(火) 午後1時～4時
場区役所第一庁舎1階ロビー
問電話申込(平日の会場受付も可)
問先東京都行政書士会北支部
☎(03)96337437

第 6 期介護保険事業計画を策定しました

問 介護保険課給付調整係 ☎ (3908) 1286

【計画の期間】平成27年度～29年度

【計画の目的】

介護を必要とする人が、住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、区の高齢者施策のうち、介護保険制度の円滑な実施を図ることを目的として策定するものです。

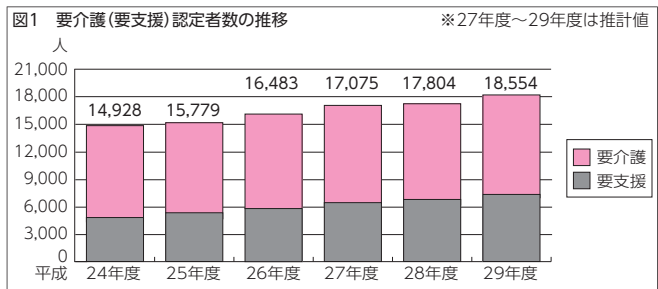
【計画の背景】

北区は、現在、4人に1人以上が高齢者となり、介護や医療などの支援を必要とする高齢者の増加を見据えた取り組みが求められています。

介護サービスの利用者が、在宅サービスを中心に着実に増加している中で、在宅での生活が継続できるよう、医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスが一体的に提供される「地域包括ケアシステム」を着実に構築していくことが求められています。

【認定者数の推移】

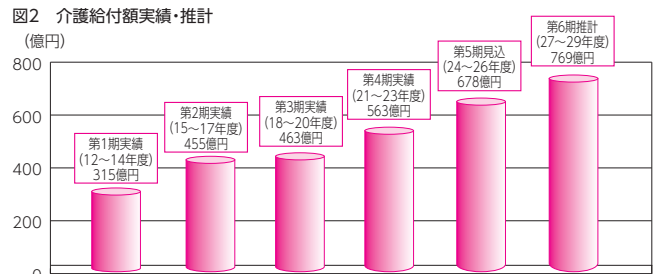
要介護(要支援)認定者数は、平成24年度は、1万4,928人でした。平成29年度には、1万8,554人に増加すると見込んでいます(図1)。



【介護給付額の推移】

高齢化による要介護(要支援)認定者数の増加に伴い、介護サービスの利用も増加すると見込まれます。

第6期(平成27～29年度)の給付見込額は、第5期より91億円増加する見込みです(図2)。



【閲覧場所】介護保険課(区役所第四庁舎2階6番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館(赤羽・田端図書館を除く)、地域振興室、高齢者あんしんセンター及び北区ホームページ

【第1号被保険者の介護保険料】

●介護保険財源の負担割合

介護保険を利用した場合、利用者は費用の1割(平成27年8月からは、一定以上の所得のある方は2割)を負担しますが、残りは介護保険財源によりまかなわれます。

介護保険財源の負担割合は、表1のとおりです。

表1 介護サービス費の負担割合

介護保険料	50.0%	公費	50.0%
1号保険料	22.0%	国	25.0%
(65歳以上の方の保険料)		(施設サービスなどは20.0%)	
2号保険料	28.0%	都	12.5%
(40～65歳の方の保険料)		(施設サービスなどは17.5%)	
		区	12.5%

●保険料の算出方法

- ①要介護(要支援)認定者数の推計
- ②平成27年度～29年度のサービス供給見込量の算定
- ③介護保険給付費準備基金の活用
- ④第1号保険料基準額の算定

上記①～④の方法で算出した第1号被保険者の介護保険料基準額は、月額5,438円(年額6万5,257円)になります。また、所得状況に応じた保険料設定とするため、第5期の10段階(12区分)から14段階に変更しました(表2)。

表2 第1号被保険者の所得段階別保険料額

所得段階 保険料率	第6期(改正後)		第5期	
	対象となる方	保険料 年額	所得段階 保険料率	保険料 年額
第1段階 ×0.5	生活保護受給者及び老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方	32,600円	第1段階 ×0.5	28,400円
第2段階 ×0.66	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の方	43,100円	第2段階 ×0.5	28,400円
第3段階 ×0.72	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が120万円以下の方	47,000円	特別 第3段階 ×0.66	37,400円
第4段階 ×0.86	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人が住民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の方	56,100円	特別 第4段階 ×0.86	48,800円
第5段階 ×1.0	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人が住民税非課税で、第1段階及び第2段階以外の方	65,300円	特別 第4段階 ×1.0	56,700円
第6段階 ×1.2	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、125万円以下の方	78,300円	第5段階 ×1.2	68,100円
第7段階 ×1.35	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、125万円を超えて200万円未満の方	88,100円	第6段階 ×1.35	76,600円
第8段階 ×1.6	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、200万円以上300万円未満の方	104,400円	第7段階 ×1.6	90,800円
第9段階 ×1.7	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、300万円以上500万円未満の方	110,900円	第8段階 ×1.7	96,400円
第10段階 ×2.0	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、500万円以上800万円未満の方	130,500円	第9段階 ×2.0	113,500円
第11段階 ×2.2	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、800万円以上1,100万円未満の方	143,600円	第10段階 ×2.2	124,800円
第12段階 ×2.5	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、1,100万円以上1,500万円未満の方	163,100円		
第13段階 ×2.8	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、1,500万円以上2,000万円未満の方	182,700円		
第14段階 ×3.1	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が、2,000万円以上の方	202,300円		

※保険料年額は、保険料基準額(年額)×保険料率で算定後、100円未満の端数について四捨五入した金額となります。
※第1～3段階は、公費を投入し、段階的に軽減を実施する予定です。(第1段階は平成27年度から、第2・3段階は29年度から)

資料1 平成27年度(4月～翌年3月)の国民健康保険料の計算式

<p>基礎賦課額 (医療分)</p> <p>所得割額 世帯の加入者全員の 27年度算定基礎額※ ×6.45%</p> <p>+</p> <p>均等割額 世帯の加入者数 × 33,900円</p> <p>最高限度額52万円</p>	+	<p>後期高齢者支援金等賦課額 (支援金分)</p> <p>所得割額 世帯の加入者全員の 27年度算定基礎額※ ×1.98%</p> <p>+</p> <p>均等割額 世帯の加入者数 × 10,800円</p> <p>最高限度額17万円</p>	+	<p>介護納付金賦課額 (介護分)</p> <p>所得割額 世帯の加入者のうち 40歳～64歳の方の27年度 算定基礎額※×1.56%</p> <p>+</p> <p>均等割額 世帯の加入者のうち 40歳～64歳の方の人数 × 14,700円</p> <p>最高限度額16万円</p>	=	<p>年間 保 険 料</p>
--	---	--	---	--	---	-----------------------------

※算定基礎額とは、前年の総所得及び株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から基礎控除額33万円を控除した額です。ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません。

◆平成27年度国民健康保険料の計算方法が決定しました

資料1のとおり

◆保険料納入通知書及び納付書は6月中旬に郵送します

◆国保

保険料は前年の所得金額を基礎に算出するため、住民税が確定する6月に保険料が決まります。

※納付方法が口座振替の方及び年金からの差し引きの方には、納入通知書のみお送りします。

問 国保年金課国保資格係 ☎ (3908) 1131

★トップアスリートのまち・北区★

4月1日(水) 赤羽スポーツの森公園競技場に ランニングステーション開設

- 日 通年(休場日を除く) 午前9時～午後9時30分(受付は午前9時から午後8時30分まで)
- 内 更衣室・ロッカー・シャワーの使用ができます。
- 料 1回につき一般…300円 高齢者(65歳以上)…150円 子ども(中学生以下)…100円
- 申 当日、直接会場へ
- 問 場 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281



西が丘ジョギングコースにおける 利用環境の充実

ランニングステーションの開設にあわせて、既存の西が丘ジョギングコースに赤羽スポーツの森公園競技場から、稲永歩道橋までの都道東側部分を加え、「ナショナルトレーニングセンター周辺ジョギングコース」とします。詳しくは、お問い合わせください。ランナーの利用環境向上のため、PR案内板の整備などを行います。

「ROUTE2020(33)トレセン通り」に程近い2軒の銭湯(富士の湯・西が丘1-25-13、十條湯…十条仲原1-14-2)では、銭湯の利用者を対象に、ランナーの荷物を預かるサービスを行っています。

問 東京オリンピック・パラリンピック担当課 ☎(3908)9328

お知らせ

◆都市計画道路の事業期間が延伸されました

- 〔路線名〕都市計画道路王子線
- 〔施行者〕首都高速道路(株)
- 〔事業期間〕変更なし
- 〔事業期間〕平成29年3月31日まで
- 問 関係図書縦覧場所 都市計画課(区役所第一庁舎3階14番) ☎(3908)9152

◆「北市民オーケストラ リハーサル公開」ボランティアの募集

障害のある方を対象にした「北市民オーケストラリハーサル公開」のボランティアを募集します。開16歳以上で、5月9日(土)午後4時(予定)からの事前説明会に参加できる方

日 5月16日(土) 午後4時～9時(予定)

内 場 北とびあさくらホール 来場者受付、会場案内など

催し

◆北区の春の風物詩 「第51回浮間さくら草祭り」

浮間ヶ原桜草園では、ピンクや白の可憐な花を付けるさくら草が約10万株植えられ、浮間ヶ原保存会の方により大切に育てられています。さくら草が見ごろを迎えるこの時期に、約2週間にわたり一般公開します。

日 4月11日(土)・26日(日) 午前9時～午後4時30分(最終日は午後3時まで) 場 浮間ヶ原桜草園(浮間2-30)都立浮間公園内

問 産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234

◆「北区」子どもの水辺「開園10周年水辺の楽校」

日 4月12日(日) 午前10時～正午(小雨決行) 場 赤羽3-29先荒川右岸河川敷(新荒川大橋脇)

内 干潟や水辺の清掃活動、水質調査、魚や植物の観察、ボランティア団体の活動を体験・見学できます

申 当日、直接会場へ ※汚れてもよい服装でお越しください。

問 道路公園課公園河川係内 北区・子どもの水辺協議会事務局 ☎(3908)9275

日 4月18日(土) 午後1時30分～4時 集合場所 J 東十条駅南

◆北区の近代産業遺産を巡る

日 4月18日(土) 午後1時30分～4時 集合場所 J 東十条駅南

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7面をご覧ください

口改札 内 東十条跨線橋や東京砲兵工廠のボイラーなど区内に残る近代産業遺産を歩いて巡ります。

師 北区飛鳥山博物館学芸員

定 30名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照)で、4月10日(金)必着。まで

問 先 114-0503 王子1-1-1-3 北区飛鳥山博物館月曜休館 ☎(3916)1133

◆野草の天ぷらをつくらう

主催 赤羽自然観察公園ボランティアの会

日 4月19日(日) 午前10時～午後1時(小雨決行) 場 赤羽自然観察公園(赤羽西5-2-34)

内 天ぷらにすると案外食べることのできる野草を中心に、公園の植物について勉強します。

定 25名(抽選) 費 400円(保険料)

申 往復はがき(記入例参照)で、4月8日(水)必着。まで

問 先 114-8508(住所不要) 道路公園課公園河川係 ☎(3908)9275

◆滝野川公園フリーマーケット

後援 北区

出店者を募集します。販売品は家庭で出た不用品に限ります。

日 4月19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 電話申込

問 先 リサイクル運動友の会 ☎090(3222)5060

◆茶道入門・表千家

日 5月12日・6月30日 毎週火曜 計8回 午前9時30分～11時45分 内 お茶の頂き方からお手前までの基本的な作法を学びます。

講座・講演会

◆滝野川文化センター区民協働講座

①「持ち物」白ソックス、ふくさと扇子(お持ちの方)

師 表千家教授 前田宗宗氏

協 力 表千家茶道はづき会

定 12名(抽選)

費 3千円(抹茶・お菓子代)

申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月22日(水)必着。まで

②「家族入門」

日 5月15日・6月5日 毎週金曜 計4回 午後6時30分～8時30分 内 初心者向けに、石の材料に文字を彫り、年賀印を制作します。師 読売書法会幹事 大門光熙氏 協 力 篆刻クラブ

定 10名(抽選) 費 5千400円(教材費・傷害保険料を含む)

申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月23日(水)必着。まで

③「以下、①②共通」

対 区内在住、在勤、在学の方

問 場 先 114-8534(住所不要) 滝野川文化センター(月曜、祝日休館)

☎(5394)12330

FAX(5394)12331

◆赤羽文化センター講座

①「区民協働講座」世界に誇る日本の文化「ゼロから始める日本舞踊体験講座」

対 区内在住、在勤、在学の方

日 5月7日・28日 毎週木曜 計4回 午後1時30分～3時

内 江戸時代から続く日本舞踊の所作と和と伝統の心を「舞踊体験」と「春雨」に合わせた初歩から学びます。〔持ち物〕浴衣、帯、白足袋、手ぬぐい、扇子(お持ちの方)

※浴衣、帯のレンタル有(一着につき1千円) 師 花柳園喜輔氏

協 力 日舞友の会 定 15名(抽選)

申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月23日(水)必着。まで

◆傾聴ボランティア講座「ことばとこころ」

「聴き方」の基本を学ぶ必要がコミュニケーション力を身につけ、カウンセリングの基本である傾聴について学びます。

対 講座修了後、区内で傾聴ボランティアとして活動する意志があり、全回参加できる方

日 5月14日・6月25日(6月11日を除く) 毎週木曜 計6回 午後2時～4時 場 北とびあさくらホールほか

内 「聴き方」の基本、ロールプレイングなどの演習ほか

問 先 NPO法人「ことばの道案内事務局」 佐藤 ☎(3916)0300

EM info@kotanavi.jp

◆点字ブロック点検・検証活動参加者募集

対 区内在住、在勤、在学の20歳以上の方

日 4月22日(水)・25日(土) 計2回 午後1時30分～4時30分

場 赤羽文化センター第1学習室A(赤羽西1-6-1-301)

内 王子駅周辺の点字ブロック敷設状況の地図を作成します。

申 Eメール(記入例参照)または電話で申込

問 先 NPO法人「ことばの道案内事務局」 佐藤 ☎(3916)0300

②「区民協働講座」能楽入門「初心者のための謡曲講座」

対 区内在住、在勤、在学の中学生以上の方

日 5月13日・6月17日 毎週水曜 計6回 午後7時～8時30分 内 入門の謡曲を通して、能楽の基本を学びます。

〔持ち物〕白足袋または白ソックス

師 シテ方宝生流能楽師 土屋周子氏

協 力 柳徳会 定 15名(抽選)

費 2千700円(教材費)

申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、4月30日(水)必着。まで

③「PC特別講座」みんなのパソコン(ひらび)

対 区内在住、在勤、在学の方でパソコン初級者の方(マウス操作ができる方)

日 5月13日(水) 午後6時～8時30分 内 ミニセミナー「Word2013で写真を加工してアルバム作成」など

師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選)

費 1千540円 申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、4月24日(金)必着。まで

④「以下、①③共通」

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

HP <http://www.kita-bunka.com/>

◆北区飛鳥山博物館野外講座「近所歴史探検隊! 豊島編」

対 小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴)

日 4月26日(日) 午後1時～3時30分 ※小雨決行

集合場所 J 王子駅中央改札口

内 六阿弥陀道と豊島ドック跡をめぐり地域の歴史を解説します。

師 同館学芸員 定 30名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照)。全員の氏名・年齢も記入で、4月17日(金)必着。まで

問 先 114-0002 王子1-1-1-3 北区飛鳥山博物館月曜休館 ☎(3916)1133

◆北区飛鳥山博物館野外講座「近所歴史探検隊! 豊島編」

対 小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴)

日 4月26日(日) 午後1時～3時30分 ※小雨決行

集合場所 J 王子駅中央改札口

内 六阿弥陀道と豊島ドック跡をめぐり地域の歴史を解説します。

師 同館学芸員 定 30名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照)。全員の氏名・年齢も記入で、4月17日(金)必着。まで

問 先 114-0002 王子1-1-1-3 北区飛鳥山博物館月曜休館 ☎(3916)1133

星美学園短期大学公開講座

後援 北区教育委員会

「源氏物語」の人々―登場人物の生き方を知る―

【日内】下表のとおり

【師】日本女子大学教授 高野晴代氏

【定】80名(抽選) 費1万円

【申】はがき、ファクス、Eメール(記入例参照。講座名も記入)または直接窓口で、4月20日(月)(必着)まで

【問場先】〒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メール c_koza@seibi.ac.jp

回	日 程	テーマ
1	5月8日(金)	葵上
2	6月12日(金)	六条御息所
3	10月2日(金)	末摘花
4	11月6日(金)	朝顔
5	12月4日(金)	玉鬘

【時間】午前10時40分～午後0時10分

障害者福祉センター趣味の講座

【対】区内在住の15歳以上で、身体障害者手帳、愛の手帳(3・4度)または精神保健福祉手帳(3級)をお持ちで、一人での受講が可能の方 ※付き添い者を同伴希望する方はご相談ください。

【日内】下記のとおり

【費】教材費の一部各自負担

【申】往復はがきまたはファクス(記入例参照。第2希望まで記入可)で、4月22日(水)(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

講座名	日 程	内 容	講 師	定員(抽選)
キーボード	5月15日～11月6日(8月21日を除く) 毎月第1・3金曜、5月29日(金) 計12回 午後1時30分～3時30分	片手でも楽しめるキーボードの初歩。楽譜が読めなくても大丈夫です。	瀬戸珠江氏	8名
陶芸	5月19日～平成28年1月19日(11月3日・17日、1月5日を除く) 毎月第1・3火曜、9月29日(火) 計15回 午前9時30分～11時30分	基礎的な技法を学び、茶碗や花器などの作品づくりに取り組みます。	高橋和則氏	15名
ペン習字	5月12日～9月8日(8月11日を除く) 毎月第2・4火曜 計8回 午後1時30分～3時30分	ボールペン、サインペンなど、硬筆を使って現代の日常生活に密着したテーマから学習を開始します。	小澤蒼雲氏	10名
絵手紙	5月19日～9月15日(8月18日を除く) 毎月第1・3火曜 計8回 午後1時30分～3時30分	野菜や花などの身近な題材を描きます(題材は必要に応じて、各自で用意)。	松林公恵氏	12名

2015「帝京けんこうひろば」

●看護学科教員による健康相談

【日内】右表のとおり

【場】帝京大学4号館1階「帝京けんこうひろば」相談室(上十条3-1-25)

【定】各日8名(先着順)

※希望の方に骨密度測定も実施します。

【申】当日、直接会場へ

●助産学専攻科教員による健康講座

「赤ちゃんのお風呂」

【対】初めて出産予定の夫婦

【日】6月27日(土) ①午前10時～11時30分 ②午後2時～3時30分

【場】帝京大学学棟3階助産学専攻科実習室(板橋区加賀2-11-1)

【定】各回3組(申込順)

【申】4月1日(水)から電話申込

=以下、共通=

【問場先】帝京大学医療技術学部看護学科帝京けんこうひろば(教務課)

☎(3964)7051

日 程	内 容
4月7日(火) 午後1時30分～3時	がん・生活習慣病に関する相談
5月22日(金) 午前10時30分～正午	
6月19日(金) 午前10時30分～正午	高齢者の看護・介護に関する相談
4月22日(水) 午後1時30分～3時	
5月20日(水) 午後1時30分～3時	
6月9日(火) 午後1時～3時	メンタルヘルスに関する相談
6月18日(木) 午前10時30分～正午	
4月10日(火) 午後1時30分～3時30分	妊娠・出産・育児・性に関する相談
4月21日(火) 午前10時～正午	
5月14日(木) 午後1時30分～3時30分	
6月4日(木) 午前10時～正午	

【受付開始】15分前から。開催日以外は受付していません。

平成27年度禁煙治療費助成事業

【対】区内在住の禁煙を希望する方(現在治療中の方を除く。年度内一人1回)

【内】禁煙治療(外来・薬局)にかかった自己負担額(上限1万円)を助成します。

【定】80名(申込順)

【申】4月1日(水)から窓口で申込

【問場先】健康いきがい課王子健康相談係(区役所第一庁舎1階7番)

☎(3908)9087

赤羽健康相談係

4月10日(金)まで…東十条2-7-3北区保健所1階 ☎(6903)0122

4月13日(月)から…赤羽会館6階

☎(3903)6481

滝野川健康相談係

6月26日(金)まで…西ヶ原1-19-12

☎(3915)0186

6月29日(月)から平成28年3月末(予定)まで…東十条2-7-3北区保健所1階

☎(3919)2815

●禁煙治療

健康保険などで禁煙治療を受けるためには一定の要件があります。

①TDSニコチン依存度テストで5点以上

②1日の平均喫煙本数×これまでの喫煙年数=200以上

③1カ月以内に禁煙を始めたかと思っている

④禁煙治療を受けることに文書で同意している

※健康保険などで禁煙治療を受けられない医療機関もあります。

●北区の喫煙率

男性27.6%、女性は11.1%です(「健康づくりに関する意識・健康調査」平成25年)。これは平成25年の「国民健康・栄養調査」による日本人男性32.2%、女性8.2%に比べ男性は低くなっていますが、子育て世代の30～40代の喫煙率は22.8%と高く、子どもへの影響が心配されます。

●禁煙にチャレンジしましょう

喫煙はさまざまな病気(がん、心臓病、脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)など)の原因となる生活習慣です。禁煙に失敗した経験のある方、なかなか一歩を踏み出せない方など医師や薬剤師のアドバイスを受けながらこの機会に禁煙にチャレンジしてみませんか。

設問内容	はい1点	いいえ0点
問1 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまっていましたか?		
問2 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか?		
問3 禁煙したり、本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることはありませんでしたか?		
問4 禁煙したり、本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか?(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、胃のむかつき、眠気、脈が速い、手のふるえ、食欲または体重増加)		
問5 問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか?		
問6 重い病気にかかったときに、タバコは良くないとわかっているのに、吸うことがありましたか?		
問7 タバコのために自分の健康問題が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか?		
問8 タバコのために精神的問題(※)が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか?		
問9 自分はタバコに依存していると感じることはありませんでしたか?		
問10 タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか?		

※注 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態

TDSニコチン依存度テストで5点以上の場合、ニコチン依存症の可能性がります。医療機関、各健康相談係へご相談ください。

大腸がん検診

問い合わせ及び申込先(採便セット配布場所)	検診日時	検診会場	申込方法
健康いきがい課 王子健康相談係 〒114-8508(住所不要)区役所第一庁舎1階7番 ☎(3908)9087 FAX(3908)9086	5月27日(水) 午前9時～11時	北区保健所1階 (東十条2-7-3)	【窓口直接配布の場合】4月15日(水)午前8時30分から各健康相談係で採便セットを直接お渡します。各係検診の1週間前に締切となります(採理可)。
健康いきがい課 赤羽健康相談係 〒115-0044 赤羽南1-13-1赤羽会館6階 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486 ※4月10日(金)までの連絡先 ☎(6903)0122 ☎(3919)3308	5月22日(金) 午前9時～11時	赤羽会館7階	【はがき・ファクスの場合】4月15日(水)から各健康相談係へ、はがきまたはファクスに検診名、希望検診日、郵便番号、住所、氏名、ふりがな、生年月日、年齢、性別、電話番号を記入して申込(ファクスの場合は番号を記入)。各係検診日の14日前に締切となります。※後日採便セットを郵送します。
健康いきがい課 滝野川健康相談係 〒114-0024 西ヶ原1-19-12滝野川福祉保健センター ☎(3915)0186 FAX(3915)4119	5月13日(水) 午前9時～11時	左記の場所	

◆大腸がん検診

【対】区内在住の35歳以上の方(昭和55年12月31日以前に生まれた方。ただし、受診間隔が1年未満の方は除く)

【日場】日場 申問先 左表のとおり

【内検便】(便潜血反応検査)

※希望する各健康相談係で事前に採便セットを受け取り、各会場の検診日にお持ちください(各代理可)。

【定】各日110名(先着順)

子育てするなら北区が一番

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです

認証保育所や定期利用保育施設などをご利用の保護者の方に保育料の補助を行います

次の①～③すべての要件を満たしている方

- ①利用者が2歳以下(平成24年4月2日以降生まれ)の児童である
- ②児童と保護者が区内に在住し、同じ世帯である
- ③認証保育所や定期利用保育施設などと160時間以上の月極め契約をしている(認可保育所などの教育・保育施設、小規模保育などの地域型保育事業を行う施設、家庭福祉員及び事業所内保育施設は対象外)

【補助金額】児童1人あたり月額1万5,000円(年4回、3カ月ごとに交付)
 ※申請書は4月1日(水)から保育課(区役所第一庁舎2階3番)、認証保育所、定期利用保育施設で配布します(北区ホームページからもダウンロードできます)
 ※補助金は、年度ごとに申請が必要でます。継続して在園している場合も申請書を提出してください。詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問合せ 保育課係係 ☎(3908)9127

病児・病後児保育(居宅訪問型)利用料金の助成

区内に在住かつ認可保育所、地域型保育施設、認可外保育施設(認証保育所、定期利用保育施設、家庭福祉員など)、認定こども園(保育部分)等保育施設のいずれかに在籍している月齢6カ月から小学校未就学までの児童の保護者で、民間のベビーシッター事業者などが実施する病児・病後児保育(居宅訪問型)サービス利用者

区内サービス利用費用の一部を助成(平成27年4月1日以降利用分から)

【助成額】1時間につき1,000円を助成(上限)

※児童一人の1年間の上限額は4万円です。

※入会金や会費などは助成対象外です。

【助成方法】利用者がサービス利用後、所定の書類を保育課係(区役所第一庁舎2階3番)へ申請してください。書類審査後、指定口座に振り込みます。助成対象となるベビーシッター事業者など詳しくはお問い合わせください。なお、区では事業者との仲介は行いません。

問合せ 保育課係 ☎(3908)9127

離乳食講習会 ～みんなで食育・楽しく食育～

区内に在住で乳児(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30日(木) 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4月6日(月)午前8時30分から電話申込
問健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

パパになるための半日コース

区内に在住で妊娠24週以降の方とその配偶者 **日**5月16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同一内容

【持ち物】母子健康手帳 **定**20組(抽選)

申往復はがき(記入例参照。予定日と希望時間(①②のどちらでも参加できる場合は希望順位も)も記入)で、4月20日(月)(当日消印有効)まで

※車でのお来所はご遠慮ください。

問 ☎114-8508(住所不要)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～

区内に在住の平成26年3月9日生まれ～6月8日生まれのお子さんの保護者(保育なし)

日5月8日(金) 午後1時30分～3時

場滝野川福祉保健センター2階講堂(西ヶ原1-19-12) **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**20名(申込順)

申4月7日(火)午前9時から電話申込

問健康いきがい課滝野川健康相談係 ☎(3915)0186

妊婦さんのための「マタニティクッキング」

区内に在住の妊娠中の方 **日**5月15日(金) 午後1時30分～3時30分

場北区保健所栄養室(東十条2-7-3)

内妊娠中に心がけたい食生活のポイントと簡単な料理づくり・試食 **【持ち物】**エプロン、三角巾(スカーフ可)、ふきん、母子健康手帳 **定**20名(申込順)

申4月8日(水)から電話申込

問健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

古民家体験講座

●古民家年中行事

「端午の節句～かしわ餅を作ろう～」

区内に在住、在学の小学生

日5月5日(祝) 午前10時30分～午後1時30分

内古民家のカマドを使ってかしわ餅を作り、節句のお話を聞きます。

定20名(抽選)

申往復はがき(記入例参照。全員(2名までの)氏名・住所・電話番号・年齢・学年も記入)で、4月21日(火)(必着)まで

※区内に在住、在勤、在学の20歳以上の方の、もちつきボランティアも合わせて3名募集します。

●古民家生活体験講座

「古民家の楽しい春野菜づくり」

区内に在住、在学の小学3年生～6年生と保護者(子どものみでも可)

日①4月26日、②5月24日、③6月14日、④

児童館(室)の乳幼児クラブ会員募集

児童館(室)の乳幼児クラブでは、乳幼児親子の交流や仲間づくりをするため、親子で楽しみながら、体操、工作、リズム遊びなどの活動を行っています。

対主に0歳～3歳の子ども(4月2日現在)及び保護者

日平日の1回または2回、午前中1時間程度(祝日及び小・中学校の春・夏・冬休みの期間を除く) **【実施期間】**4月または5月～翌年3月(児童館(室)によって異なります)

定各クラブにより異なります。

※自由参加の乳幼児クラブや、つどいを実施している児童館(室)もあります。 **申**4月10日(金)から17日(金)までに、直接児童館(室)へお問い合わせください。 **問**場先下表のとおり

施設名	所在地	電話
滝野川東児童館	滝野川1-46-7	(3910)0886
上十条児童館	上十条3-24-8	(3909)0106
赤羽児童館	赤羽南1-16-1-101	(3901)1208
栄町子どもセンター(栄町児童館)	栄町33-3	(3911)5836
赤羽西児童館	赤羽西4-42-9	(3906)3642
赤羽北児童館	赤羽北1-5-5	(3906)1149
豊島児童館	北区豊島7-17-1	(3911)9481
桐ヶ丘児童館	桐ヶ丘1-16-27-102	(3906)7763
田端児童館	田端3-24-14	(3823)2720
東田端児童室	東田端1-12-14	(3800)6770
滝野川北児童館	滝野川3-79-1-201	(3915)6237
中里児童館	中里3-11-18	(3915)5158
滝野川西児童館	滝野川6-21-25	(3916)3224
豊島東児童館	北区豊島5-5-9-120	(3913)8822
王子東児童館	王子6-2-60	(3913)8851
東十条東児童館	東十条3-10-1	(3912)3078
西が丘児童館	西が丘2-4-1	(3907)7394
岩淵児童館	赤羽3-23-7	(3903)4996
赤羽西五丁目児童館	赤羽西5-7-5	(3907)5768
袋児童館	赤羽北3-7-2-101	(3908)8561
浮間子どもセンター(浮間児童館)	浮間1-8-2-101	(3960)5301
十条台児童館	中十条1-2-18	(3905)7120
八幡山児童館	中十条4-15-7	(3905)0713
西ヶ原東児童館	西ヶ原1-41-3	(3949)1481
神谷南児童館	神谷3-35-17	(3902)3306
志茂子ども交流館	志茂5-18-3	(3902)4646

7月12日、⑧8月9日 各日曜 計5回 ①②④は午前10時～正午、③⑤は午前10～午後2時

内古民家の畑で種蒔き・栽培・収穫・調理を体験します。 **定**20名(抽選)

申往復はがき(記入例参照。全員(2名までの)氏名・住所・電話番号・年齢(児童は学年)も記入)で、4月13日(月)(必着)まで

=以下、共通=

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

内親子で草花遊びをして、身近な自然を楽しみます。 **定**10組(抽選)

申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月23日(木)(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

北区ソフトテニス・ジュニア育成講習会

後援 北区体育協会

区内に在住の小・中学生

日5月16日～平成28年3月26日(除外日あり) 毎週土曜(雨天時は中止)計32回

5月～9月…午前8時～10時 **10月～3月**…午前9時～11時 いずれも10分前集合

場桐ヶ丘体育館テニスコート(赤羽台3-17-57) **定**50名(抽選)

費7,000円(傷害保険料含む)

申Eメール(記入例参照。学校名・新学年、(家族の方の)Eメールアドレスも記入)で、4月25日(土)(必着)まで

※折り返し、5月2日(土)までに確認通知を送ります(携帯メールからの場合、機器設定により確認通知が届かないことがあります)。

問先 北区ソフトテニス連盟理事 村上博章(午後6時以降)

☎090(3522)0911

EM:kita.sta@gmail.com

自然教室「生きもの探検隊① 花にくる昆虫～いきものみっけ～」

区内に在住、在勤、在学の5歳以上の方

日4月26日(日) 午前10時～11時30分

内昆虫と花の色や形とのつながりを観察します。 **定**20名(抽選)

申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月16日(木)(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

自然教室「おそと育①草花あそび」

区内に在住で3歳以上の幼児と保護者

日5月3日(祝) 午前10時～11時

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

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)
 申込方法
 問い合わせ
 先申込先
 HP
 ホームページ
 Eメール

高齢者ヘルシー入浴補助券の交付

Table with 3 columns: 対象者 (Target), 期間 (Period), 会場 (Venue). Rows include exchange of vouchers, new regulations, and exchange periods.

入浴補助券1枚につき100円で北区内、150円で荒川区内の指定公衆浴場を利用できます。対区内在住の70歳以上の方... 交付枚数年間1人2枚... 交付期間・場所左表のとおり... 新規対象者や引換証をお持ちでない方は、健康保険証など本人確認ができるものと印鑑をお持ちください。

高齢者ヘルシー入浴補助券の交付

長生きするなら北区が一番 (へるしあKITA) with photo of two elderly people.

健康増進センター (へるしあKITA) ①ダンベル体操 ②リズムエクササイズ ③週末エクササイズ... 5月2日(日)・9日(土) 計2回 午後2時~3時30分

東京都シルバーパス 都では、満70歳以上の方に、申込により都営交通・都内を走行するバスなどが利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。有効期限は発行日から9月30日(木)までです。

必要書類 ① 27年度の住民税が「課税」で、③以外の方 ② 27年度の住民税が「非課税」の方 ③ 27年度の住民税が「課税」で、26年の合計所得金額が125万円以下の方

費用 10,255円 (4月~9月分) 1,000円 1,000円

※イ・オは平成27年度の住民税等の賦課決定が行われるまでの期間は、26年度の書類で代用できます。 ※平成27年9月までは、新規でパスの発行を受ける場合、26年度のア、エの書類でも代用できます。



東京都シルバーパス

Table with 3 columns: 対象者 (Target), 必要書類 (Required Documents), 費用 (Fees). Rows 1-3 describe different tax status categories.

※介護保険制度の改正により、ア・エは26年度と27年度(平成27年7月頃送付)で所得段階区分に変更が生じます。26年度の場合、アは「1~4」のいずれか、エは「5」の記載があるものとなっています。

介護予防リーダー養成講座 (第8期生)

介護予防リーダーは、自主グループ作りや、区や各高齢者あんしんセンターなどで行われている介護予防活動を支援しています。対区内在住で講座終了後、地域で介護予防活動をやりたい方(できるだけ全回参加可能な方) 回内下表のとおり 場北とびあ14階スカイホール(第4回のみ、おたっしや教室担当地区会場) 定50名(先着順) 申はがきまたはファクス(記入例参照)で、4月3日(金)から23日(木)(必着)まで ※5回のみ公開講座を予定しています(30名)(先着順)。希望の方は上記の申込方法でその旨をご記入ください。 問先〒114-8508(住所不要)介護医療連携推進・介護予防担当課 ☎(3908)9017 FAX(3908)9257

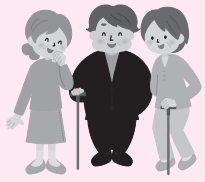


Table with 3 columns: 回 (Session), 日程 (Schedule), 内容 (Content). Rows 1-8 list the course schedule and topics.

【時間】午前10時~11時30分 ※第4回は見学会場による(原則90分間)

からだも脳もまだまだ元気!

いつまでも元気で、そして住み慣れたこのまちで自分らしく暮らしてみたいと思いませんか。そのためには、元気なうちから、要介護状態になることの予防に取り組むことが必要です。

「まだまだ元気!」だからこそ「今から予防!」なのです。 [老化のサイン] 誰にでも平等にやってくる老化が原因で、足腰の筋力低下、低栄養、口腔機能の低下、閉じこもり、認知機能低下、うつ傾向などの症状があります。

●基本チェックリストの活用 65歳以上の方を対象に、基本チェックリストを使って生活機能低下の有無を確認しています(介護予防講演会や、各高齢者あんしんセンターにて実施)。老化のサインを早めにみつけ、健康寿命を延ばしましょう。

●おたっしや教室~生活機能の低下が心配される方に~ 基本チェックリストで、生活機能の低下が心配される方には、「おたっしや事業」をお勧めします。危険な老化現象の進行を未然にくい止め、改善するための事業です。運動習慣を身につけ、介護予防全般(栄養、口腔ケア)について学んだりしながら、仲間づくりを目指します。

「基本チェックリスト」の内容(一部) ① バスや電車一人で外出していますか? ② 転倒に対する不安は大変ですか? ③ 月に1回以上は外出していますか? ④ 今日が月日何日かわからない場合がありますか? など、普段の生活や心身の状態に関する質問に、「はい」「いいえ」でお答えください。

●今後の介護予防教室と講演会 内基本チェックリストの説明会、絵本の読み聞かせ教室、(仮称)こころの元気講演会、栄養講演会、介護予防で元気はつらつサロンなど。今後の北区ニュースなどでお知らせします。詳しくはお問い合わせください。

問介護医療連携推進・介護予防担当課 ☎(3908)9017