

北区ニュース

(27.9.1現在)	前月比
世帯数	185,788 1増
総人口	340,428 96増
日本人人口	323,302 65増
男	160,852 90増
女	162,450 25減
外国人人口	17,126 31増
男	8,360 16増
女	8,766 15増
年齢別人口*	14歳以下… 34,155(10.0%)
(構成比)	15歳～64歳… 219,508(64.5%)
	65歳以上… 86,765(25.5%)

*外国人人口を含む

～つながる!ひろがる!地域のきずな～

10月は「北区きずなづくり月間」です

区では、地域の「つながり」「支えあい」の大切さを見つめ直す機会として、本年度より毎年10月を「北区きずなづくり月間」と決めました。そこで、区の地域のきずなづくりにつながる取組みの一部を紹介いたします。

北区地域のきずなづくりロゴマークを制定しました

さまざまな交流やつながりなどを表した「北区コミュニケーションマーク」を活用しています。今後、地域のきずなづくりにつながる事業に使用していく予定です。



☎地域振興課地域振興係
☎(5390)0094

区民参加の区内最大級のイベント!

毎年10月第1週の土・日曜に開催する「ふるさと北区区民まつり」。町会・自治会、青少年地区委員会が主催し、多くのボランティアの方により運営される手づくりのお祭りです。例年大盛況です。

☎ふるさと北区区民まつり実行委員会事務局(地域振興課内)
☎(5390)0094



地域のきずなを育む防災訓練

各地域では、自主防災組織が主体となり、地域住民、学校、病院、企業、消防、警察などが連携し、いざというときのために地域に合った防災訓練を行っています。

☎防災課防災普及係
☎(3908)8194



育てよう!青少年の豊かな心

地域振興室ごとに設置している青少年地区委員会では、あいつつ運動、スポーツ大会、ハイキング、デイキャンプなどを通じて、青少年が世代を超えたふれあいの中で、自立した社会人に育つことを目指して活動しています。

☎子育て支援課次世代育成係
☎(3908)8143



地域の中での支えあい

高齢者が地域で長く安心して生活できるように、おたがいさまネットワーク事業として民生委員や声かけサポーター(民生委員から推薦を受けたボランティア)が、月2回程度の声かけサービスを行っています。また、町会・自治会が中心となり、食事会やサロン、声かけ活動などを行うことで、地域の交流促進や見守り・支えあい活動につながっています。

☎高齢福祉課王子高齢相談係
☎(3908)9083



民間事業者の皆さんもマイナンバーを取り扱います

平成28年1月以降、税や社会保障の手続きで民間事業者の皆さんも、従業員などのマイナンバーを記載する必要があります。

マイナンバー利用にあたっての注意点を確認しましょう

- マイナンバーの取得は、法令で定められた場合だけ!
- 利用目的をきちんと明示して取得する必要があります
- 従業員の方のマイナンバーを取得する際には、あらかじめ「源泉徴収票に記載して提出します」などと明示をして、周知してください。
- マイナンバー取得の際には「番号確認」と「身元確認」が必要です

番号確認には、10月以降送付される通知カードまたは申請をすることで1月以降に交付される個人番号カードが必要です。

本人確認には、個人番号カードをお持ちの方はカード1枚で可能ですが、通知カードを利用する場合には、運転免許証などの本人確認書類が必要です。

事業者は税や社会保障に関する手続書類に従業員などのマイナンバーなどを記載して区役所に提出!

税関関係	源泉徴収票、給与支払報告書、支払調書 など
雇用保険関係	雇用保険被保険者資格取得(喪失)届 など
健康保険・厚生年金関係	健康保険・厚生年金保険被保険者資格取得(喪失)届 など

マイナンバーが記載された書類の保管は必要がある場合だけ!
従業員などから取得したマイナンバーは、来年度以降も継続的に雇用契約がある場合や所管法令によって一定期間保存

が義務付けられている場合などに、引き続き保管することができます。

不要になったら、できるだけ速やかに廃棄・削除しなければなりません。年度ごとにファイリングするなど、廃棄や削除に前提に保管体制の確認をお願いします。

マイナンバーの安全管理を徹底させましょう

マイナンバー制度の導入に向けて、あらかじめ準備を進めてください。マイナンバーを含む個人情報の漏えい・紛失を防ぐために、事業内容や規模に合わせた対応をしましょう。

すでに情報漏えい対策を実行している事業主の方も多いと思いますが、マイナンバーの取扱は、個人情報保護法よりも厳格な保護措置が設けられています。いま一度、対策の見直しとそれを踏まえた準備をお願いします。

- 担当者の明確化
- 適切な教育
- 廃棄・保管の準備
- 体系的な対応や配置の工夫

詳しくはホームページをご覧ください

マイナンバー制度の導入に伴い、さまざまな税務関係書類などの様式も変わります。詳しくは、各ホームページをご覧ください。

- ☎ 社会保障・税番号制度担当 ☎(3908)1104
- HP 北区ホームページ <http://www.city.kita.tokyo.jp/mynumber/>
- HP 国税庁ホームページ <https://www.nta.go.jp/mynumberinfo/>
- HP 厚生労働省ホームページ「マイナンバー 厚生労働省」で検索

平成28年1月以降、マイナンバーはこのような利用されます。



マイナンバー制度の開始に伴い、住民基本台帳カードの交付が終了します

住民基本台帳カードの交付を終了します

- 「住民基本台帳カード」の交付は、平成27年12月28日(月)で終了します。交付を希望する方は、即日交付できない場合がありますので、お早めに手続きをしてください。
- それまでに交付された「住民基本台帳カード」は、「住民基本

台帳カード」に記載されている有効期間まで利用できます。
●平成28年1月から、「個人番号カード」の交付が始まります。「個人番号カード」は、申請から交付まで日数がかかりますのでご注意ください(即日交付はできません)。

※「住民基本台帳カード」は北区で作成していましたが、「個人番号カード」は、地方公共団体情報システム機構(J-LIS)で作成された後、北区役所に送付されます。

住民基本台帳カード向け電子証明書発行業務を終了します

- 住民基本台帳カード向け電子証明書発行業務は、平成27年12月22日(火)で終了します。この日以降、電子証明書を「住民基本台帳カード」に格納することはできなくなります(電子証明書の発行も更新もできません)。平成28年1月以降は、「個人番号カード」を作成し、「個人番号カード」に電子証明書を格納する必要があります。「個人番号カード」は、申

請から交付まで日数がかかりますのでご注意ください(即日交付はできません)。

- 平成27年12月22日(火)までに発行された電子証明書は、内容に変更がなければ電子証明書の有効期間まで利用できます。
- ※平成28年1月以降、「個人番号カード」の交付が始まります

が、制度の開始後は、多くの申請が予想されるため、通常の期間よりお渡しできるまで日数がかかってしまうおそれがあります。

☎戸籍住民課王子区民事務所
☎(3908)8745

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 HP ホームページ EM Eメール

平成28年 4月期 保育園の入園案内

保育園は、働いている方・働く予定の方や病気・障害などで、お子さんを家庭で保育できない方に代わって保育をする児童福祉施設です。

来年4月からの区立・私立認可保育園、小規模保育事業所、認定こども園(保育部分)の入園申込受付は、保育課入園相談係で行います(郵送での申込はできません)。各歳児別入園可能数と0歳児の入園月齢、延長保育実施園などについては、北区ニュース11月20日号に掲載する予定です。

※詳しくは、10月下旬発行予定の保育利用案内(保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階2番)及び区立・私立認可保育園、小規模保育事業所、認定こども園)にあります。また、保育利用案内・申込関係書類は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。平成27年9月1日以降に申込をした方で内容に変更がない場合、改めて申込の必要はありません。なお、8月中に申し込みをした方で、第二次利用調整を希望する場合には、再度申込が必要です。

【第一次利用調整締切】12月24日(木)

※受付は、土・日曜、祝日を除く
【休日受付】12月13日(日) 午前9時～午後4時
【関係】保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階2番)
☎(3908)9129
※子育て施設及びサービス全般に係るお問い合わせは保育課 ☎(3908)1333

受付期間

【第一次利用調整受付期間】

10月20日(火)～12月24日(木)
※産休明け保育実施園への申込については、分娩予定日(帝王切開による出産含む)が平成28年2月4日(木)までの子については、出産前申込を受け付けます。申込に必要な書類及び、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ご提出ください。

【第二次利用調整受付期間】

12月25日(金)～平成28年2月26日(金)
※土・日曜、祝日、年末年始を除く
※第二次の入園可能数は、第一次入園内定後の残数です。

【申込に必要な書類】

1. 支給認定申請書・保育所等利用申請書・家庭状況調査書・確認票・同意書
2. 保育を必要とすることを証明する書類(勤務(予定)証明書、診断書など)

※証明書などは、発行から3カ月以内のものをご提出ください。
※病気・ケガ・心身に障害のある方は、保育を必要とすることが明記された診断書・障害者手帳など
※看護・介護をしている方は、保育の利用基準表(保育利用案内または北区ホームページに記載)の状況が明記された診断書
3. 保育料を決めるための書類
平成27年1月1日に北区外に住んでいた方は、その区市町村発行の「平成27年度住民税課税(非課税)証明書」
※父母それぞれについて必要です。場合によっては、同居の親族の分も必要になることがあります。

内定者発表

内定者は、次の日程以降、内定した保育園から連絡があります。
【第一次】平成28年2月15日(月)(予定)
【第二次】平成28年3月10日(木)(予定)
【内定後の手続き】園の指定する期日に、面接及び健康診断を受けていただきます。集団保育が可能と判断された後、入園が正式決定となります。小規模保育事業所、認定こども園(保育部分)については、事業者との契約手続が必要です。

開園時間と保育時間

保育園の開園時間は、午前7時15分から午後6時15分(ちいばく・十条及び赤羽こども園は、午前7時30分から午後6時30分)の11時間ですが、利用時間については、午前8時30分からおむね8時間を基本に、保護者の保育できない状況に応じて開園時間の範囲内で決定します。また、入園当初は慣れ保育を行います。お子さんの負担を軽減するため、利用時間よりも短い時間で保育を行い、徐々に長くしていきます。慣れ保育の期間は、お子さんにより個人差があります。
※お子さんの心身の発達の状態により、保育時間の制限を行う場合があります。

月ごめ延長保育

一部の保育園で延長保育を行っています。
【対】保護者の勤務・通勤時間の都合で週3日または月12日以上、午後6時15分(ちいばく・十条は午後6時30分)までにお迎えに来ることができない家庭の1歳以上のお子さん
【費】通常の保育料のほかに延長保育料が必要です。
【申】入園とは別の申込が必要で、各実施園と定員があります。
※実施園については、保育利用案内または北区ホームページをご覧ください。
※延長保育実施園では、1日単位の延長保育(スポット利用)も行っていません。

区外の保育園への申込

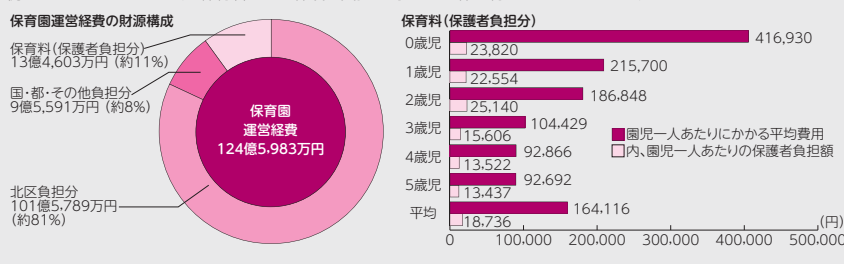
北区外の保育園への入園を希望する方は、保育園情報・必要書類・申込締切日などについて、各区市町村へ早めにお問い合わせください。申込窓口は北区役所保育課入園相談係です。

1月・2月入園を希望する方へ

ほかの月の締切日と日程が異なりますのでご注意ください。
●1月入園申込
締切…12月1日(火)
内定者発表…12月9日(月)(予定)
●2月入園申込
締切…12月24日(木)
内定者発表…平成28年1月7日(木)(予定)
※3月入園は行っていません。

保育園の運営経費と保育料

保育園では、お子さんをお預かりするにあたり、健康と安全を守り、充実した保育を行うため、給食費や人件費など多くの経費がかかっています。保育園の運営経費(下表は平成26年度)は、保護者にご負担いただく保育料と国・都の負担金や区民税などでまかなっています。保育料による保護者負担の割合は、全体の11%となっています。



◆「行政相談週間」10月19日(月)～25日(日)

この週間は、行政相談(委員)制度について周知し、この制度を利用していただくために設けているものです。区でも行政相談委員が次のとおり行政相談所を開設します。国の仕事などについて、「説明に納得ができない」「処理が間違っている」などの苦情や要望を受け付けますので、ご利用ください。

●特設相談 ※予約不要
【日場】10月19日(月)～23日(金) …区役所第一庁舎1階ロビー 24日(土) …JR王子駅構内 いずれも午後1時～3時

【行政相談委員】
山下陽枝(上十条) ☎(3900)4126
藤宮滋雄(田端) ☎(3827)8043
堀内俊宏(西ヶ原) ☎(3915)1131
清水恒明(浮間) ☎(3960)6254
佐藤 昇(北区豊島) ☎(3919)0836
常任 豊(赤羽西) ☎(3905)6981
●「行政苦情110番」(総務省東京行政評価事務所) ※土・日曜を除く
☎(0570)090110
PHS、IP電話など ☎(3363)1100
FAX(5331)1761
※毎月第2木曜日に区民相談室(区役所第一庁舎3階2番)で行政相談の窓口を設けているほか、電話でも随時相談に応じています。
【関係】広報課区民相談室 ☎(3908)1101

◆区内23区一斉無料法律相談会

主催 第一東京弁護士会・第二東京弁護士会
後援 日本弁護士連合会・北区
【日】10月10日(土) 午前10時～午後1時(事前予約制) 場 滝野川文化センター第1学習室(西ヶ原1-23-3) 内 弁護士による無料法律相談 【申】10月9日(金)午前10時から午後4時までに電話申込
【予約専用電話】(3597)0811
【関係】東京弁護士会法律相談課 ☎(3581)2206

◆座談会「語り継ぐ北区の水害」参加者募集

北区政策提案協働事業
【対】区内での水害体験や情報をお持ちの方
【日】11月29日(日) 午後1時30分～4時
【場】赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) 内 水害に強いまちづくりの推進のため、水害体験をお持ちの方に、座談会で当時の状況を語っていただき、映像記録を作成します。【申】ファクスまたはEメール(記入例参照。提供する話題の内容も記入)で、10月31日(土)必着まで
【関係】NPO法人あらかわ学会 ☎(5284)7885
FAX(5284)7995
Einfo@arakawa-gakkai.jp

◆群馬県中之条町による群馬県プレミアム宿泊券の販売

群馬県では、5,000円の宿泊券を2,500円で購入できるお得な「群馬プレミアム宿泊券」を発売します。四方温泉や沢渡温泉など泉質豊かな中之条町の温泉へお得に旅行することができます。
【日】10月13日(火) 午前10時～午後2時
【場】北とびあ1階ロビー
【費】1枚2,500円(額面5,000円) ※1人10枚まで ※平成28年2月1日まで群馬県内の宿泊券取り扱い宿泊施設で利用できます。1泊につき1人5枚まで使用可
【関係】群馬県中之条町観光協会 ☎0279(75)8814

◆全国都市交通特性調査にご協力ください

全国の都市交通の特性や経年変化を把握するため、国土交通省では北区をはじめとする全国70都市60町村と協力して、10月～11月にかけて、人の動きに関する交通実態調査を実施します。ご協力をお願いします。
【調査対象】区内から無作為に抽出した約460世帯
【調査内容】平日・休日のある1日に、「どんな目的でどこに移動したか」など
【調査主体】国土交通省関東地方整備局広域

計画課 調査実施本部 (株)サーベイリサーチセンター ☎0120(161)316

◆東京都「街頭労働相談」

【日】10月17日(土) 正午～午後4時・18日(日) 午前10時～午後4時
【場】第44回板橋区民まつり会場内(板橋区栄町36-1 グリーンホール1階)
【内】臨時の労働相談コーナーを設置して東京都の相談員が丁寧にご相談に応じます。
【関係】東京都労働相談センター池袋事務所 ☎(5954)6501

国勢調査の調査票は届きましたか

10月1日(木)までに、国勢調査員が調査票をお届けしました。調査票には、10月1日現在の状況を鉛筆またはシャープペンシルで漏れなく記入してください。記入済みの調査票は、調査票と一緒に配布した郵送提出用封筒に入れ、10月7日(水)までにポストに投函してください。また、インターネットでも回答できます。操作ガイドを参考にしてください。調査票が届いていない方やご不明な点がある場合は、お問い合わせください。
【関係】北区国勢調査コールセンター ☎0120(399)321

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5面をご覧ください

安全・安心快適コーナー

【危機管理課 ☎(3908)1121

●「防犯出前講座」を実施しています

区内での犯罪認知件数は近年低い水準で推移している一方、高齢者を狙った振り込み詐欺など特殊詐欺被害は件数、被害額ともに増加しています。区ではこうした状況を受け、今年度から高齢者が集まる機会や場所を利用して、区職員による防犯出前講座を実施しています。防犯出前講座では高齢者の集まる食事会や誕生会、各種会合などに区職員が出向いて、振り込み詐欺対策などをわかりやすく説明します。

主な実施内容

- ・振り込み詐欺などの特殊詐欺などの被害防止対策(オレオレ詐欺・還付金詐欺など)
- ・悪質商法の被害防止対策
- ・身近な犯罪の被害防止対策(ひったくり・空き巣対策など)

- ①高齢者ふれあい食事会 ②北区シニアクラブの各会合や食事会 ③老人いこいの家 ④そのほか、ご要望のある団体やグループなど
- 希望日の2週間前までに、申込書(北区ホームページからダウンロードできます)をファクスまたは電話で申込

●北区区民情報メール<安全・安心情報>登録のご案内

区では子どもへの声掛けなどに関する「不審者情報」やひったくり事件や振り込み詐欺事件などに関する「防犯情報」をメール登録者に配信しています。地域の犯罪発生情報を正確に把握し、子どもの安全対策を講じるためにも、ぜひご登録ください。

【登録方法】下記メールアドレスまたはQRコードを利用して、空メールを送信し返信されたメールに記載されている手順に従って登録してください。

■t-kita@sg-m.jp



●地域で防犯パトロール活動をする団体にパトロールグッズを提供します

平成27年8月現在、区内では63団体1,181名の防犯パトロールボランティアの皆さんが地域の安全・安心のため、日々防犯パトロール活動を実施しています。区では、5名以上で防犯パトロール活動を実施する団体などに対し、防犯パトロールベストや防犯笛、青色合図灯、腕章などの防犯パトロールグッズの提供を行っています。

パトロール活動の実施に関心のある方は、お問い合わせください。

■申請書(北区ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入し、ファクス、郵送または直接窓口で申込

=以下、共通=

【開発】〒114-8508(住所不要)危機管理課(区役所第一庁舎2階16番)

☎(3908)1121 FAX(3908)8169

★北産産業遺産めぐりスタンプラリー

区では、平成19年に5つの製紙関連施設が「近代化産業遺産群」として経済産業省に認定されました。これらの優れた価値や魅力を多くの方々を知っていただくため、見学が可能な4つの施設をめぐるスタンプラリーを実施します。スタンプ対象施設のうち2つ以上のスタンプを集めて応募すると、抽選で各施設提供の紙にちなんだ素敵な賞品が当たります。

【10月1日(木)~11月18日(水)】

※各施設で開館日・時間が異なります。 ※東書文庫の所蔵物見学には予約が必要です。

【場】渋沢史料館(西ヶ原2-16-1)、紙の博物館(王子1-1-3)、お札と切手の博物館(王子1-6-1)、東書文庫(栄町48-23)

【参加方法】専用台紙(対象施設、産業振興課(北とびあ11階)にあります。北区観光ホームページからもダウンロードできます)にスタンプを2つ以上集め、対象施設または産業振興課に設置している応募箱に投函または産業振興課に郵送

【開発】〒114-8503(住所不要)産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234

※現在の空き戸数、使用料などは申込の案内でご確認ください。

- 【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) 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)が定められた基準内である(別表のとおり) 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

区民住宅所得基準表

家族数	所得金額(千円)
2人	2,780~7,592
3人	3,160~7,972
4人	3,540~8,352
5人	3,920~8,732
6人	4,300~9,112

※申込期間にかかわらず、直接窓口申込できる先着順募集の住宅があります。使用料の3万円助成制度が適用されます。

※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。

【申込の案内の配布期間・場所】10月5日(月)~19日(月) 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階3番)、各区民事務所及び各地域振興室(各開庁時間内)

※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。 ※北区ホームページからもダウンロードできます。

【直接窓口または郵送で、10月22日(木)(必着)まで

【開発】〒114-8508(住所不要)区営・区民住宅受付担当 ☎(3908)1523

◆平成27年度北区育児休業代替任期付職員(保育士)採用選考

【募集人員】5名程度

【主な受験資格】①国籍を問わず、平成8年4月1日までに生まれた方 ②保育士となる資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方(平成28年3月31日までに取得・登録見込みを含む)

【勤務場所】保育園、児童館など

【選考日】11月15日(日)

【選考場所】区内施設

【選考方法】作文または論文及び面接など

【採用時期】平成28年4月1日以降

【受験手続】指定の申込書に必要事項を記入し、直接窓口または簡易書留による郵送(当日消印有効)で、10月20日(火)まで

※募集案内及び申込書は、職員課(区役所第一庁舎3階8番)、各区民事務所、中央図書館にあります。また、北区ホームページからもダウンロードできます。

※申込書の郵送を希望する方は、「申込書請

求(任期付保育士)」と朱書きした封筒に、120円切手を貼った返信用封筒(角型2号)を向封し、職員課人事係へ郵送してください。

【開発】〒114-8508(住所不要)職員課人事係 ☎(3908)8039

◆第95回東京都北区都市計画審議会

【10月15日(木) 午後1時30分から 第2委員会室(区役所第一庁舎4階)】

- 【予定議題】①東京都市計画防災街区整備地区計画の決定(志茂地区防災街区整備地区計画) ②東京都市計画用途地域の変更(志茂地区防災街区整備地区計画関連、赤羽西地区) ③東京都市計画特別工業地区の変更(志茂地区防災街区整備地区計画関連) ④東京都市計画高度地区の変更(志茂地区防災街区整備地区計画関連、赤羽西地区) ⑤東京都市計画防火地域及び準防火地域の変更(志茂地区防災街区整備地区計画関連、赤羽西地区)ほか2件

※開会後に視察を行い、視察終了後に審議を行います。

【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。

※傍聴は視察終了後からになります。 【開】都市計画課 ☎(3908)9152

◆「北区景観づくり計画」を策定しました

区では、これまで以上に区の魅力を活かし、より実行性のある景観まちづくりを進めていくため、平成27年4月1日に景観法に基づく景観行政団体となり、「北区景観づくり計画」を策定しました。10月1日(木)から運用を開始します。

【開覧場所】都市計画課(区役所第一庁舎3階13番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、各地域振興室、各区立図書館または北区ホームページ

●景観の届出方法が変わります

一定規模以上の建築行為などについて、北区景観づくり計画に基づく景観届出が必要となります。また、景観届出に先立ち、事前協議を行うこととなります。詳しくは、お問い合わせください。

【開】都市計画課開発調整担当 ☎(3908)9152

◆違反建築防止週間 10月15日(木)~21日(水)

建築のルールを守って、安全で住みよい北区

区内では、建物の新築や改築だけでなく、わずかな増築をする場合でも、建築確認が必要となります。正しい手続きにより適法な建物を建てることは、地域の防災性や居住環境の向上につながります。違反建築のない安全で住みよいまちづくりをみんなで進めていきましょう。

区では、違反建築防止のため、随時パト

ロールを行っています。特に違反建築防止週間中はパトロールを強化しています。

【開】建築課監察担当 ☎(3908)9196

◆麻薬・覚醒剤乱用防止運動 10月1日(木)~11月30日(月)

私たちの周りには、麻薬や覚醒剤、危険ドラッグなどの薬物に関するさまざまな情報があふれています。薬物をインターネットで入手したり、遊び仲間から誘われたりするなど、薬物乱用のきっかけは身近にあります。薬物を使用することは、心と体をポロポロにするだけでなく、家族や友人を巻き込み、大切な人生を台無しにしてしまいます。違法な薬物の危険から身を守るために、正しい知識を身につけ、誘われても「ダメ。ゼッタイ。」と断る勇気を持ちましょう。

【開】北区保健所生活衛生課医薬衛生担当 ☎(3919)0727

◆第6回北区観光写真コンテスト一般投票

第6回北区観光写真コンテスト応募作品のうち、第一次審査を通過した40作品(鉄道部門・観光部門の各20作品)の一般投票を行います。一般投票の結果を元に二次審査を行い、入賞作品を決定します。

【開場】10月3日(土)・4日(日) …ふるさと北区民まつり観光振興担当ブース(王子会場(王子1-1-3飛鳥山公園内)) 10月28日(水)~11月11日(水) …北とびあ1階区民プラザ 【参加方法】当日、会場にある投票用紙に記入して投票してください。

【開】産業振興課観光振興担当 ☎(5390)1234

◆平成27年度 新製品・新技術開発支援事業助成対象事業の決定

区内には、優れた製品や技術を持つ中小ものづくり企業が多く立地しています。区でも、新製品や新技術を開発する場合に、研究開発に要する経費の一部を助成しています。今年度の助成対象事業は下表のとおりです。

開発テーマ	事業所名
タンクローリーの底に設置する四方バルブの開発	宮崎バルブ工業株式会社(田端新町1丁目)
炭素繊維・ガラス繊維・ナイロン樹脂を配合した高機能複合樹脂による高強度で密着性の高い埋めゴーンの開発	有限会社丸幸レジン(若淵町)
既存の製品を改良し性能を更に向上させ、建設現場の工期短縮・コスト削減に貢献する	株式会社北斗金属工業(東田端2丁目)
視認性と操作性を重視した操作部と、タイヤの回転を確実に止めるストッパーを兼ね備えている、医療用ナースカートや床頭台などに使用する、ストッパーキャスターの開発	株式会社日乃本錠前(西ヶ原1丁目)

※順不同・敬称略 【開】産業振興課商工係 ☎(5390)1235

記事の見方 対象 日 日 時 場 会 場 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 込 方 方 法 法 問 問 合 合 せ せ 先 先 申 申 込 込 先 先 HP ホームページ EM Eメール

◆北区飛鳥山博物館サロン講座 北区モノ語り「墨書土器からわかること」

日 10月17日(土) 午後2時～3時
内 常設展示室内の展示資料「墨書土器」から奈良・平安時代の文字について解説します。
師 同館学芸員 定 20名(抽選)
費 一般300円、高齢者(65歳以上)150円、中小中高生100円(観覧料)
申 往復はがき(記入例参照)で、10月9日(金)(必着)まで
問 場 先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館(月曜休館)
☎(3916)1133

◆ものづくり夜間大学校

主催 北区・板橋区産業振興公社
自然・生物に学ぶものづくりセミナー バイオミミクリー(生物模倣)最新線
北区・板橋区と大学が連携して、中小ものづくり企業の事業主や従業員を対象にしたセミナーを実施します。
日 ①10月16日(金) ②10月30日(金)
いずれも午後6時30分～8時
場 ①北とぴあ14階スカイホール ②北とぴあ15階パegasusホール
内 生物の機能や構造を模倣し、新たな技術・製品に活かすバイオミミクリーが注目されています。①講義「バイオミミクリー“生物模倣”は世界を救う」②講義「バイオミミクリーによる性能向上とエコの両立」
師 東洋大学理工学部教授 望月 修氏
申 10月13日(火)までに電話申込
問 先 産業振興課商工係
☎(5390)1235

◆駿台学園天文講座「宇宙線の天文学」

後援 北区教育委員会
対 区内在住、在勤の小学高学年以上の方
日 10月17日(土) 午後5時～6時
内 宇宙から地球に飛来する宇宙線
師 東京大学宇宙線研究所教授 福島正己氏 定 30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、10月13日(火)(必着)まで
問 場 先 〒114-0002 王子6-1-10 駿台学園中学高等学校天文台 篠原
☎(3913)5735

◆“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
サイクルアドベンチャー
～65歳ヨーロッパ大陸自転車単独横断～
日 10月17日(土) 午後2時～4時
場 王子小学校王子ホール 師 元小学校教師 中里清志氏 定 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

◆交通安全運転講習会

日 10月11日(日) 午後1時～4時
場 東京都障害者総合スポーツセンター2階集会室(十条台1-2-2)
申 当日、直接会場へ
問 北区身体障害者自動車会 大久保
☎(3919)4087

催し

◆知的書評対戦ピリオパトル in 赤レンガ図書館

今回のテーマは「旅」。ピリオパトルは発表者がおすすめ本を一人5分間で書評した後、参加者全員で一番読みたくなった本

「チャンプ本」を決定する、ゲーム感覚を取り入れた書評対戦です。
※終了後、同会場で読書会も開催します。
日 11月7日(土) 午後1時30分から(1時間開場) 定 5名(抽選) 申 電話または直接窓口で、10月30日(金)まで ※観戦のみ希望の方(先着50名)は、当日、直接会場へ
問 場 先 中央図書館事業係(十条台1-2-5)
☎(5993)1125

◆第38回北区シニア作品展

区内のシニアクラブの会員の方が、日ごろの創作活動の成果を発表します。
日 10月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後4時30分(18日は午後4時まで)
場 北とぴあ地下1階展示ホール
内 書道、絵画、写真、手芸などの展示。100円の喫茶コーナーもあります。
申 当日、直接会場へ
問 健康いきがい課健康いきがい係
☎(3908)9068

◆赤羽西地区文化祭

●第21回赤西工房まつり
日 10月24日(土) 午前10時～午後3時
内 工房利用者主催の文化祭。ステンシル体験、ゲーム、喫茶、陶芸・ステンシル・自主生産品販売など
問 場 赤羽西福祉工房(赤羽西5-7-1)
☎(3908)4111
●第35回赤西祭
日 10月24日(土) 午前10時～午後3時
内 作業の紹介、バザー、模擬店(焼きそば・フランクフルトほか)など
問 場 赤羽西福祉作業所(赤羽西5-7-5)
☎(3907)5801
●わがば祭
日 10月24日(土) 午前10時～午後2時30分
内 作品販売、バザーなど
問 場 若葉福祉園(赤羽西6-9-2)
☎(5993)5556

◆滝野川西エコー広場館「キャロット祭り」

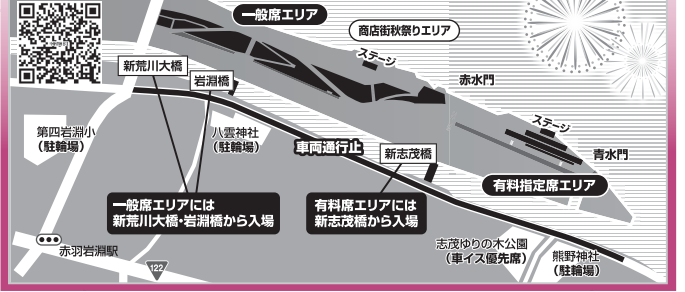
日 10月24日(土) 午前10時～午後4時・25日(日) 午前10時～午後2時
内 作品展示・販売、不用品活用市、再生品販売、お楽しみ作品くじ、おしるこ、豚汁など
※24日(土) 午前10時30分～正午…やさしい折り紙いろいろ、25日(日) 午前11時～午後2時…歯みがきのお話&歯みがき相談(東京都歯科衛生士会)
問 場 滝野川西エコー広場館(滝野川16-21-25)(午前10時～午後4時 水曜、祝日休館)
☎(5567)3196

◆東京文化財ウィーク2015 東京9区文化財古民家めぐり

①来て見て発見!!はじめてよう文化財古民家めぐり
指定文化財の古民家が所在する都内9区が合同で、パネルや古民家模型などを用いて各区の古民家を紹介いたします。
日 10月7日(水)～29日(木) 午前9時～午後8時30分(土曜は午後5時まで。日曜、祝日休館) 場 東京区政会館1階エントランスホール(千代田区飯田橋3-5-1)
②古民家見比べ、聴き比べ
～北区・世田谷区古民家解説会～
北区と世田谷区の文化財指定された古民家の解説会を行います。
※どちらかみの参加可
●北区 旧松澤家住宅見学会
日 10月12日(祝) 午前10時30分・午後1時30分 ※各回同一内容
場 北区ふるさと農家体験館(赤羽西5-2-34赤羽自然観察公園内)

2015 北区花火会 心が秋の夜空の花火を忘れない

後援 北区・北区教育委員会
約5,000発の花火が赤水門の上空を飾ります。今年も盛り沢山の企画を予定しています。有料指定席エリアでは、毎年好評の迫力ある音楽花火と、ステージイベント・出店などでにぎわいます。
日 10月10日(土) 正午～午後8時30分(花火打上は6時30分～7時30分)
※小雨決行・荒天の場合は中止
場 荒川河川敷・岩淵水門周辺
申 [有料指定席]グループシート4人席・8人席・バーソナル1人席
花火会事務局で販売しています。詳しくは、お問い合わせください。
【注意事項】
●新志茂橋は午後3時30分から有料席チケットをお持ちの方のみ通行できます。ご注意ください。
●ゴミの分別はボランティアスタッフによる手作業で行っています。ゴミの持ち帰りにご協力ください。ゴミになるものは会場内に持ち込まないようにお願いします。



●世田谷区 旧城田家住宅他見学会
日 10月18日(日) 午後1時30分
場 次大塚公園民家園(世田谷区喜多見5-27-14)
=以下、①②共通=
申 当日、直接会場へ
問 北区飛鳥山博物館事業係(月曜休館)
☎(3916)1133

◆第31回赤羽文化センターまつり

主催 北区教育委員会・赤羽文化センター利用団体連絡協議会
日 10月10日(土) 午前10時～午後5時30分・11日(日) 午前9時30分～午後4時
【作品展示の部】ちぎり絵、パステル画、フラワーアレンジメント、布絵、ぬいぐるみ、工芸、ラッピング、クラフト、木目込み人形、染色、マフラム編み、水彩画、油絵、墨画、書道、篆刻、彫刻、和裁、洋裁、パッチワーク、写真、そのほか学習成果の発表・学習紹介など
【実演の部】カラオケ、コーラス、フラダンス、日本舞踊、新舞踊、着付舞、琉球舞踊、フォークダンス、ウクレレ、マンドリン、大正琴、尺八、詩吟、ビデオ上映など
【そのほか】お茶席(一席400円)
問 場 赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301)
☎(3906)3911

◆第30回北区小・中学生アイデア工夫展

共催 北区・北区教育委員会
日 10月10日(土)・11日(日) 午前10時～午後6時(11日は午後5時まで)
場 北とぴあ地下1階展示ホール
内 区立小・中学生のユニークでアイデアや創意工夫にあふれた意欲的な作品を多数展示します。 申 当日、直接会場へ
問 生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係
☎(3908)9323

◆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。販売は家庭で出た不用品に限ります。
日 10月18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] 1,000円(2m×2.5m) 申 電話申込(月～金曜 午前10時～午後5時)
問 先 リサイクル運動友の会
☎090(3222)5060

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の場合の記入例は5面をご覧ください

健康情報

◆口腔ケアサポートセミナー

共催 北区多職種協働で進める在宅医療～地域を医療の場とする「新しい医療形態」～

対 区内在住または介護に関わる職種の方
日 10月21日(水) 午後7時から
場 北とびあ7階第2研修室
師 全国在宅療養支援歯科診療所連絡会事務局長 大石善也氏 定 120名(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 東京都北歯科医師会事務局
☎(3900)5009

スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室

初心者のためのヨガ教室

対 区内在住、在勤の20歳以上の方
日 11月5日～12月17日 毎週木曜 計7回
①午後6時30分～7時40分 ②午後7時50分～9時 場 北とびあ地下1階多目的ルーム 師 狩野道子氏 定 各25名(抽選) 費 5,450円(傷害保険料を含む)
申 往復はがき(記入例参照)①②とも希望順位で記入)またはホームページで、10月15日(木) (必着)まで ※携帯電話からは不可
問 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北区体育協会
☎(3940)1848
HP <http://www.kita-city-taikyo.or.jp>

◆知的障害者サッカー教室

赤スポでサッカーをやろう!

対 知的障害者(児)と家族または知的障害者サッカーに興味のある方
日 11月8日(日) 午前10時～正午(9時30分から受付) ※小雨決行 場 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27)
師 東京都知的障がい者サッカー連盟 定 60名(抽選) 申 申込書(北区ホームページからダウンロードできます)に記入し、郵送、ファクス、Eメールまたは直接窓口で、10月26日(月)(当日消印有効)まで
問 先 〒114-8546(住所不要)東京オリンピック・パラリンピック担当課
☎(3908)9328 FAX(3908)1274
E oripara@city.kita.lg.jp

くらしのトラブル注意報

「ワンクリック請求を解決する」という事業者に交渉を依頼した! ～「相談無料」に飛びつかないで! 落ち着いて対応しましょう～

被害を救済するという事業者に注意して! 消費者トラブルの解決をうたう事業者のネット広告を見て、契約してしまったという相談も多く寄せられています。行政書士や探偵業者が被害者に代わって事業者と交渉することはできません。

インターネット検索サイトには、広告が上位に表示されたり、公的機関を推測させるような名称の事業者が表示されたりする場合があります。

ワンクリック事業者と連絡しないでください! 消費者に会員登録や契約をしたと思わせて、高額な料金を請求する手口です。「年齢確認」や「サンプル視聴」などといった表示をクリックやタップさせることが多いようですが、「ワンクリック請求」では契約は成

◆れっど★しゃっふるクラブフェスタ2015

共催 北区教育委員会

日 10月24日(土) 場 下表のとおり
費 バドミントン教室のみの有料(500円)
申 電話またはEメールで、10月2日(金)から申込
問 れっど★しゃっふる事務局 村上
☎080(1338)0297
E murakami@red-s.net

事業名	時間	会場
ピラティス	①午後2時から ②午後3時から	
バレエストレッチ	①午後1時30分から ②午後2時30分から	元氣ぷらざ(志茂1-2-22)
脳トレ囲碁塾	午後1時～ 午後4時30分	
キンボールで遊ぼう	午前11時～ 午後1時	旧赤羽中学校体育館(志茂1-19-14)
バドミントン教室	午後4時～ 午後5時30分	

◆健康ハイキング(御岳山)

山ガール&山ボーイデビューしませんか。みんなで気楽に楽しめるハイキング

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 日 11月22日(日) 午前10時 JR青梅線御嶽駅集合 ※午後5時頃現地解散 内 御嶽駅からバスで滝本駅～武蔵御嶽神社～ロックガーデン～リフト、ケーブルカー、バスで御嶽駅 ※雨天時内容を変更する場合があります
定 50名(抽選)
費 小学生以下…1,000円 中学生以上…1,500円(バス代、リフト代、ケーブルカー代及び保険代を含む) ※当日集金
申 往復はがき(記入例参照。性別も記入)で、10月26日(月)(必着)まで
問 先 〒114-8546(住所不要)スポーツ施策推進担当課 ☎(3908)9328

◆中央公園文化センター講座

①区民講座「旧古河庭園の庭師に学ぶ!バラづくりの基本知識と鑑賞」

対 区内在住、在勤、在学の方
日 11月4日(水)、平成28年1月27日(水) 計2回 午後1時30分～3時30分
※雨天の場合は順延(2月3日(水)予定)
場 旧古河庭園(西ヶ原1-27-39)
師 旧古河庭園サービスセンター農園芸技術職員 定 15名(抽選) 費 大人320円、65歳以上160円(入園料、保険料)

申 往復はがき(記入例参照)で、10月21日(水)(必着)まで
②区民協働講座
「健康と護身のためにゆっくりりぶが太極拳」
対 区内在住、在勤、在学の中学生以上の方
日 11月1日～29日(15日を除く)毎週日曜 計4回 午後1時30分～3時30分
場 中央公園文化センター 師 江口 博氏
【協力】太極拳気功練習会
定 20名(抽選) 費 400円(保険料)
申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月22日(木)(必着)まで
=以下、①②共通=
問 先 〒114-0033 十条台1-2-1
中央公園文化センター(月曜、祝日休館)
☎(3907)5661 FAX(3907)5666

◆赤羽文化センター講座

①区民協働講座「家に眠っている着物を着てみよう～(基礎)足袋から帯まで～」

対 区内在住、在勤、在学の中学生以上で着物一式を持参可能な女性 日 11月7日～28日 毎週土曜 計4回 午後1時30分～4時 師 着付教授幸富付師 北村節子氏
【協力】卓月会 定 10名(抽選)
申 はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、10月28日(水)(必着)まで
②PC特別講座「みんなのパソコンひろば」
対 区内在住、在勤、在学の方でWindowsの基本操作と文字入力ができる方
日 11月4日(水) 午後6時～8時30分
内 パソコン相談、ミニセミナー「Excel2013のデータベース機能を使って住所録の管理」
師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選) 費 1,540円
申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、10月23日(金)(必着)まで
=以下、①②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>

◆滝野川文化センター区民講座

身も心もあたたまる!冬の洋食薬膳講座

対 区内在住、在勤、在学の方
日 11月12日(木)・26日(木) 計2回 午前10時30分～午後1時30分
内 薬膳の考え方、季節に合わせた食材の性質や組み合わせ方を学び、調理実習を行います。【メニュー】鶏肉のポワレ、人参のポタージュ、海老と栗入りリゾットほか
師 国際薬膳師 加地喜代子氏
定 24名(抽選)
費 2,000円程度(材料費、傷害保険料)
申 往復はがき(記入例参照)で、10月24

(土)(必着)まで
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)1230

◆歌声ふれあいサロン

対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月27日(火) 午前10時～正午
内 カラオケを使用して参加者全員で懐かしの曲などを合奏します。
定 40名程度(申込順) 費 300円
申 10月3日(土)から電話または直接窓口で申込 ※午前10時～午後7時
問 場 先 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281

◆学校公開講座「茶道をはじめませんか」

対 区内在住、在勤、在学の茶道初心者の方
日 10月28日～11月25日 毎週水曜 計5回 午前9時30分～正午 師 表千家教授 毛利万里子氏 定 15名程度(抽選) 費 1回500円(菓子代) 申 ファクスまたは直接窓口で、10月16日(金)(必着)まで
問 場 先 赤羽若淵中学校 副校長
☎(5249)4071 FAX(3901)4456

◆北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会

フェイスブック経由で仕事を紹介してもらう方法

対 区内事業主の方または起業をお考えの方
日 10月21日(水) 午後2時～4時
内 SNSを使った売上に繋がる集客方法
師 公認会計士 李 顕史氏
定 18名(先着順) 申 10月1日(木)から電話またはファクス(記入例参照)で申込
※同日の午後2時～4時に「制度融資&金融機関との取引開始の相談会」「融資に関する個別相談会」も行います(予約制)。詳しくは、ホームページをご覧ください。
問 場 先 ネスト赤羽(赤羽1-59-9)
☎(3598)0571 FAX(3901)7789
HP <http://www.nest-akabane.com/>

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)

※記入にははがきか返信用の住所氏名を記入する

※在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年も明記
●記入不備無効 ●申込は原則1名1通
●本人以外やお子さん連れの受講はできません
●記入いただいた個人情報(目的以外)には使用しません

ストップ! ネズミ被害

ネズミは感染症を媒介するだけでなく、食料や住宅、設備機器にまで被害を及ぼします。残念ながら簡単に被害を食い止める方法はなく、ネズミとの知恵比べ、根気が必要です。日常管理の基本3原則を徹底し、ネズミが住みにくい環境をつくり、補助的に粘着板や殺鼠剤を使って駆除します。

原則1「えさを無くす」
食糧物は、戸棚や密閉できる容器に入れ、生ごみはふた付きの容器に入れます。ペットフードや石けん、お供えや生花までもネズミのえさになるので、要注意です。

原則2「進入路を断つ」
ネズミは1cm程度のすき間があれば侵入可能です。床下通風口、エアコンや水道管などの配管回り、換気口、基礎のすき間など、普段目につかない場所にすき間がないかよく点検し、進入路を塞ぎます。小さなすき間なら金属たわしや金網を丸めたもので

埋めることができます。
原則3「巣を作らせない」
人の手の届かないところや押し入れ、タンスの裏、断熱材の中などが巣として利用されます。巣の材料になる新聞やティッシュペーパー、古布、ビニール類などは運ばれないように整理整頓を心がけましょう。

ネズミ防除講習会「ネズミの撃退法教えます」
ネズミの生態、穴ふさぎのポイントや殺鼠剤の有効な使用方法など、ネズミ撃退のコツをお伝えします。
対 区内在住、在勤の方 日 11月27日(金) 午後2時～3時30分 場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3) 定 60名(先着順)
申 10月5日(月)午前9時から電話申込
問 先 北区保健所生活衛生課環境衛生担当 ☎(3919)0720

記事の見方 対象者 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

長生きするなら 北区が一番



東京シルバーパス(新規購入者)

都では、70歳以上の都民の方に申込により都営交通(日暮里・舎人ライナーを含む)・都内民営バスなどが利用できる「東京シルバーパス」を発行しています。有効期間は発行日から平成28年9月30日までです。

対都内に住民登録している70歳以上の方(寝たきりの方は除く)
費①27年度の住民税が課税で③以外の方:2万50円 ②27年度の住民税が非課税の方:1千円 ③27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:1千円

申70歳になる月の初日か申し込めます。費用と必要書類を用意して、最寄りのシルバーパス取扱バス営業所・都営地下鉄定期券発売所などで申込

必要書類住所・氏名・生年月日が確認できる本人確認書類(保険証または運転免許証) ②③の方は、それ以外に所得などが確認できる書類(27年度介護保険料納入(決定) 通知書、27年度住民税非課税(課税) 証明書 など)の提示が必要です。

※詳しくは、お問い合わせください。
問東京バス協会シルバーパス(土・日曜、祝日を除く午前9時~午後5時) ☎(3908) 69500

元気な高齢者のための芝居をみる会
対区内在住の申込者全員が70歳以上の方
日11月12日(木)・13日(金) 午後1時~3時30分

場篠原演芸場(中十条2-17-16)
内元氣な高齢者を対象に篠原演芸場で大衆演劇を鑑賞します。
※量に座って見ていただきます(イス

席はありません。定各100名(抽選)

申往復はがき(記入例参照。希望日、参加者全員(2名まで)の氏名・年齢も記入で、10月13日(火)(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

70歳からのスマートウォーキング

かっこよく歩いて元気アップ!
対区内在住の70歳以上で全回参加できる方

日11月6日・20日 毎週金曜 計3回 午後2時~4時
場豊島北コミュニティアリーナ(北区豊島5-13-13)

内11月6日:ウォーキングの基礎
13日:栄養のお話と前回の復習
20日:まち歩きウォーキング

※当日の血圧測定結果によっては、参加できない場合があります。
定20名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、10月15日(木)(必着)まで

問先〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「スマートウォーキング」担当 ☎(3908) 9068

血液さらさら健康体操教室

年別別に鍛えるバランスアップ体操
対区内在住、在勤の40代~70代の全回参加できる方

日11月5日・19日 毎週木曜 計3回
①70代:午前10時~正午
②40代~60代:午後2時~4時

場北とびあ地下1階多目的ルーム
内バランスステイックを使ったトータルバランス運動で血行促進、代謝を高め、血液さらさらを目指します。

※当日の血圧測定結果によっては、参加できない場合があります。
師早稲田大学スポーツ科学学術院非常勤講師 渡辺久美氏 定25名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)①②の別

も記入で、10月15日(木)(必着)まで
問〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「バランスアップ体操」担当 ☎(3908) 9068

シニア元氣塾 魅力アップセミナー

華も実もあるセカンドライフ〜キレイにステキに健康長寿大作戦!!
対区内在住の50代~60代の全回参加できる方

日11月6日・12月4日(11月13日を除く)毎週金曜 計4回 午前9時45分~11時45分

場北とびあ9階902会議室(11月6日は北とびあ7階701会議室)
内30秒笑顔レッスン、脳トレ、ダイエット&入浴法、華も実もあるセカンドライフほか
師秋子塾代表 藤原秋子氏 定26名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)で、10月14日(水)(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

も記入で、10月15日(木)(必着)まで

問〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「バランスアップ体操」担当 ☎(3908) 9068

シニア元氣塾 魅力アップセミナー

華も実もあるセカンドライフ〜キレイにステキに健康長寿大作戦!!
対区内在住の50代~60代の全回参加できる方

日11月6日・12月4日(11月13日を除く)毎週金曜 計4回 午前9時45分~11時45分

場北とびあ9階902会議室(11月6日は北とびあ7階701会議室)

内30秒笑顔レッスン、脳トレ、ダイエット&入浴法、華も実もあるセカンドライフほか

師秋子塾代表 藤原秋子氏 定26名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)で、10月14日(水)(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

シニア元氣塾 「健康づくりグループ講座」

のびのびマンチェイジング体操
対区内在住、在勤の50歳以上の方

日11月5日・26日 毎週木曜 計4回 午前10時15分~11時45分

場浮間ふれあい館 浮間2-10-12
内音楽に合わせて体を動かしながら、弾力のある筋肉をつくりましょう。

師健康美クス 定15名(抽選)
申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、10月15日(木)(必着)まで

※1人1通
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(3905) 6500

健康増進センター (へるしあKITA)

①ミニボールエクササイズ
日11月7日(土) 午前10時~11時30分

内ミニボールを使った筋トレやストレッチなど

②ダンベルエクササイズ
日11月7日(土) 午後2時~3時30分

以下、①②共通
対区内在住、在勤の40歳以上の方

定30名(抽選)
申往復はがき(記入例参照)で、10月23日(金)(必着)まで

問先〒114-0002 王子5-1-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(3908) 2220

家族介護者教室

●認知症とのつきあいかた
日10月21日(水) 午後1時~3時

場新町コミュニティアリーナ(田端新町2-27-17)

内認知症の基礎的な知識と認知症の人の思い
師オレンジほっとクリニック 中塚智子氏

定30名(申込順) 申10月2日(金)午前9時から電話申込

問先新町光陽苑高齢者あんしんセンター ☎(5855) 1219

●薬のあれこれ:教えて薬剤師さん
日10月22日(木) 午後2時~3時30分

内薬についての疑問にお答えします。最新情報もあります。

師黎明薬局薬剤師 小野沢 岳氏 定20名(申込順) 申10月5日(月)午前10時から電話申込

問先〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908) 2712

場先〒114-8508(住所不要) 王子5-1-2-5-101 ☎(6903) 2712

健康づくりは足元から 今すぐできるフットケア

対区内在住の60歳以上の方
日10月27日(火) 午後2時~4時

場北とびあ14階スカイホール
内シニア世代に多い足元の悩み、血行促進とからだのバランスに注目した運動とフットケアを学びます。

※動きやすい服装でご参加下さい。
師スポーツシムトレナー 定50名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)で、10月16日(金)(必着)まで

問先北区シルバー人材センター ☎(3908) 8400

文化庁伝統文化親子教室「茶道・華道」

後援 北区教育委員会
対区内在住、在学の小・中学生及び幼児(保護者同伴)

日10月12日(祝)~平成28年1月31日(日) 原則日曜 計10回 午前9時30分~11時

場北とびあ内 内基本からの実技指導。北とびあ文化祭に参加します。

※詳しくは、お問い合わせください。 定30名(抽選) 費1回600円 申往復はがき

問11月1日(日) 午前10時30分~正午
場北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内)
内滝野川にんじん、滝野川ごぼうなどを題材に、実際の観察を通して、気候と植物との関わりなどについて学びます。

師東京家政大学環境教育学科教員ほか 定15組(抽選) 申往復はがきまたはEメール(記入例参照。全員の氏名も記入)で、10月22日(木)(必着)まで

問〒173-8602(住所不要)東京家政大学環境教育学科宮本研究室 ☎(3961)4696

問kitaku-kankyodaigaku@tokyo-kasei.ac.jp

家庭教育学級 小学生親子コースI「国際化社会の子育て」

対区内在住、在勤の小学生の保護者で原則全回参加できる方[保育あり(6カ月以上の未就学児・若干名)]
日11月12日...コミュニケーション力の育て方 19日...語学力の育て方 26日...人間力の育て方

毎週木曜 計3回 午前9時50分~11時50分
場北とびあ14階カナリアホール
師NPO法人EBS協会代表 ロング朋子氏 定20名(抽選) 申往復はがき(記入例参照。保育希望の方はお子さんの氏名・ふりがな・年齢(2歳未満は月齢も)を記入)で、10月28日(水)(必着)まで

問先〒114-8546(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

北区環境大学 暮らしの中の環境講座!~気候と植物のかんけい~

主催 北区
対区内在住で平成28年に小学校入学の子どもと保護者(2名1組)

日11月15日(日)午前9時30分から受付。随時スタート ※午後1時終了予定 [受付場所]小山酒造(株)若淵町26-10) 定60チーム(1チーム3名~5名)(先着順) 申はがきまたはファクス(記入例参照)で、10月16日(金)(必着)まで

長生きするなら北区が一番

(記入例参照)で、10月8日(木)(必着)まで
問先〒114-0034 上十条5-37-5 松風会 上田 ☎090(2173)0716

親子租税教室 「きたつくすウォーク2015」
後援 北区教育委員会・王子税務署ほか
荒川知水資料館から岩淵赤水門・防災ステーションなどのチェックポイントでクイズイベントをクリアしてスタンプをゲット。ゴールは浮間公園でお弁当をゲット。
対小学生及び家族またはグループ ※小学生のみは不可
日11月15日(日)午前9時30分から受付。随時スタート ※午後1時終了予定 [受付場所]小山酒造(株)若淵町26-10) 定60チーム(1チーム3名~5名)(先着順) 申はがきまたはファクス(記入例参照)で、10月16日(金)(必着)まで
問先〒114-8790(住所不要)王子法人会 ☎(5390)1112 FAX(5390)1115

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

平成28年4月に小学校へ入学 するお子さんがいる皆さんへ

平成21年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた区内在住のお子さんを対象に就学時健康診断を行います。通知書は、保護者あてに10月中旬に発送する予定です。通知書に指定された学校で受診してください

地区	学校名	実施日	受付時間	終了予定	電話番号
王子	王子小学校	10月22日(木)	午後0時50分～1時10分	午後4時	(5902)3358
	王子第一小学校	10月29日(木)	午後0時30分～1時	午後4時	(3919)9174
	王子第二小学校	11月10日(火)	午後1時30分～1時45分	午後4時	(3908)2460
	王子第三小学校	11月12日(木)	午後1時～1時15分	午後3時30分	(3907)2355
	王子第五小学校	11月27日(金)	午後1時30分～1時45分	午後3時45分	(3907)2381
	荒川小学校	10月29日(木)	午後1時30分～1時45分	午後3時30分	(3908)3949
	豊川小学校	11月13日(金)	午後1時15分～1時30分	午後3時40分	(3913)4111
	堀船小学校	10月29日(木)	午後1時30分～1時45分	午後4時	(3912)2868
	柳田小学校	11月4日(水)	午後1時30分～1時50分	午後3時30分	(3911)5409
	東十条小学校	10月30日(金)	午後1時20分～1時30分	午後3時40分	(3913)6648
	十条台小学校	10月29日(木)	午後1時15分～1時30分	午後3時30分	(3908)3300
	としま若葉小学校	11月13日(金)	午後1時～1時15分	午後4時	(3912)1458
赤羽	清水小学校	10月29日(木)	午後1時30分～1時45分	午後4時	(3900)8866
	第三岩淵小学校※	10月29日(木)	午後1時30分～1時45分	午後4時	(3900)0101
	赤羽小学校	11月20日(金)	午後1時15分～1時30分	午後3時30分	(3901)8510
	岩淵小学校	11月11日(水)	午後1時15分～1時30分	午後4時	(3901)2950
	なでしこ小学校	11月19日(木)	午後1時15分～1時25分	午後4時	(3901)2134
	第四岩淵小学校	11月5日(木)	午後1時30分～1時45分	午後3時	(3901)2501
	梅木小学校	11月6日(金)	午後1時20分～1時35分	午後4時30分	(3900)3393
	神谷小学校	10月27日(火)	午後1時20分～1時40分	午後4時	(3901)2724
	稲田小学校	11月6日(金)	午後1時15分～1時30分	午後4時	(3902)2944
	桐ヶ丘小学校	10月27日(火)	午後1時～1時15分	午後4時	(3907)0878
	袋小学校	11月26日(木)	午後1時15分～1時30分	午後3時45分	(3907)7483
	八幡小学校	11月4日(水)	午後1時～1時15分	午後3時30分	(3900)8855
	浮間小学校	11月12日(水)	午後0時40分～1時10分	午後4時	(3969)0491
滝野	西浮間小学校	10月22日(木)	午後1時10分～1時30分	午後4時	(5915)0133
	赤羽台西小学校	10月22日(木)	午後1時～1時20分	午後3時40分	(3907)2475
	滝野川小学校	11月6日(金)	午後1時15分～1時45分	午後4時15分	(3910)3703
	滝野川第二小学校	11月5日(木)	午後1時～1時15分	午後3時30分	(3916)3278
	滝野川第三小学校	11月12日(木)	午後1時30分～1時45分	午後3時40分	(3910)2502
	滝野川第四小学校	10月22日(木)	午後1時30分～1時45分	午後3時45分	(3893)0041
	滝野川第五小学校	10月29日(木)	午後1時30分～1時45分	午後3時30分	(3893)1200
	滝野川第六小学校	10月22日(木)	午後1時20分～1時35分	午後3時30分	(3916)0939
	川西ヶ原小学校	10月27日(火)	午後1時15分～1時30分	午後3時30分	(3910)5204
	谷端小学校	11月16日(月)	午後1時10分～1時25分	午後4時	(3916)1155
	紅葉小学校	10月23日(金)	午後1時15分～1時30分	午後3時30分	(3949)5267
	田端小学校	11月27日(金)	午後1時15分～1時30分	午後3時45分	(3823)0014

※第三岩淵小学校の就学時健康診断の会場は、現清水小学校となります(清水小学校と第三岩淵小学校が統合新校として平成28年4月に西が丘小学校となるため)。

外国籍のお子さんの 区立小学校・中学校への入学

北区に在住の外国籍のお子さんで、来年4月から入学を希望する方は手続きが必要です。

- ①小学1年生…2009年4月2日～2010年4月1日生まれの方
 - ②小学2年生…現在小学6年生で、平成28年3月卒業予定の方
- 【申請方法】**保護者及びお子さんの①在留カード ②特別永住者証明書 ③外国人登録証明書のいずれかを持参して申請
- 【受付期間】**10月1日(木)～平成28年3月31日(木) ※小学校入学希望の方は10月下旬から健康診断がありますので、早めに申請してください。 ※1年生以外の就学についてもご相談ください。
- 【問い合わせ先】**学校支援課学事係(滝野川分庁舎1階) ☎(3908)1541

平成28年度 北区奨学生募集

学習する意欲はありながら、学資金が不足し修学が困難な方を対象に奨学資金を貸付けます。

【申込資格】次の①～③のすべてに該当する方
①平成27年10月1日以前から北区に居住し、今後引き続き居住する予定の方
②平成28年4月から高等学校など(通信制を除く)に入学を予定している方

い。なお、指定日に受診できない場合はほかの学校で受診できますので、通知書で指定された学校にご連絡ください。

また、次の①②に該当する場合は、学校支援課にお問い合わせください。

- ①就学時健康診断通知書が10月21日(水)までに届かないとき
 - ②10月1日(木)以降北区に転入届を提出し、前住所地で就学時健康診断を受けていない方
- 【目録】**下表のとおり
【問い合わせ先】学校支援課保健給食係 ☎(3908)9295

庁舎2階17番)に返送していただくか、各区民事務所または各地域振興室へ返却してください。

【お問い合わせ先】〒114-8508(住所不要)子育て支援課子育て給付係 ☎(3908)9096

パパになるための半日コース

※各区内在住で妊娠24週以降の方と配偶者
【申込先】〒114-8508(住所不要)健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

歯っぴいファミリー講習会

【申込先】〒114-8508(住所不要)健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087

歯っぴいファミリー講習会

家族の健口生活を応援します!
※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

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
※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

野菜をおいしく食べよう! 幼児親子クッキング教室

バターを作ろう!
～手作りバターを使ってパンケーキに挑戦～
※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

赤ちゃんと一緒にオペラ♪

子育てがーデン
※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

カナダ生まれの親支援プログラム 「ノバディズ・パーフェクト・プログラム」

※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

日程(いずれも計6回)	実施場所(申込先)	電話・FAX番号
10月16日～11月20日 毎週金曜	赤羽西児童館(赤羽西4-4-2-9) 東十条東児童館(東十条3-10-1)	(3906)3642 (3912)3078
10月21日～11月25日 毎週水曜	西が丘児童館(西が丘2-4-1)	(3907)7394
10月28日～12月2日 毎週水曜	滝野川西児童館(滝野川16-21-25)	(3916)3224
11月10日～12月15日 毎週火曜	袋児童館(赤羽北3-7-2-101)	(3908)8561
11月13日～12月18日 毎週金曜	赤羽児童館(赤羽南1-16-1-101)	(3901)1208

【時間】午前10時～正午
②パパのための親子サポート講座(父親限定)
※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

古民家年中行事「干し柿作り」

※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

33万人健康づくり大作戦 元気で輪っしょい!

健康フェスティバル北区2015

～みんなの力をあわせて健康づくり～

10月1日(木)
11月30日(月)

1 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)9068

元気でいきいきと暮らすには、日頃から健康づくりの取組みが大切です。皆さんも健康づくりの講座やイベントに参加して、ご自身やご家族の健康づくりに取り組んでみませんか。
「健康フェスティバル」は医師会・薬剤師会・柔道接骨師会・鍼灸師会・健康づくりグループなど多くの方の協力で開催しています。

1 ウォーキング大会 「2015北・水辺ウォーク(第14回)」

日 10月25日(日) 午前9時30分～午後1時30分(小雨決行)
【受付】JR赤羽駅東口で午前9時から10時30分まで
【コース】赤羽駅東口→若淵町交差点→若淵橋→(土手)→新岩淵水門→鹿浜橋→足立区都市農業公園→鹿浜橋→新岩淵水門付近河川敷広場(約8km2時間(途中折り返し可))
※歩きやすい服装・靴で、飲み物をお持ちください。
申 当日、直接会場受付へ ※午後1時30分までにゴールした方に記念バッジを差し上げます。
問 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)9068

2 ことぶき大学公開講座 「食育力～100歳越えのために!～」

日 10月27日(火) 午後2時～4時(1時30分前から受付開始)
場 赤羽会館1階講堂 師 師部学園理事長 服部幸應氏
定 100名(先着順) 申 当日、直接会場へ
問 生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

7 他団体主催事業

- ① 葉草鑑賞会
日 10月18日(日) 午前10時～正午
場 国立科学博物館附属自然教育園(港区白金台5-21-5)
師 東京薬科大学名誉教授 指田 豊氏
- ② テクテクウォーキング
日 11月1日(日) 午前10時～午後1時
場 神田～六本木1丁目 定 50名(申込順)
=以下、①②共通=
申 電話申込 ※当日保険に加入するため、住所・氏名・電話番号をお伝えください。
問 先 北区薬剤師会 ☎(3914)5171
- ③ 東京整体学院いろは学舎公開講座
第4弾 驚くほど頭がスッキリ「ヘッドマッサー」講座
日 10月21日(水) 午後2時～3時

3 ベーシックエアロ

対 区内在住、在勤の方 日 10月29日(木) 午後7時～8時30分
場 北とびあ13階飛鳥ホール
内 エアロピクスの基本的なステップを組み合わせ動きませす。
師 健康増進センター運動指導員 定 50名(抽選)
申 往復はがきまたはファクス(記入例参照。参加者全員(2名まで)の氏名も記入)で、10月15日(木) (必着)まで
問 先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)9068 FAX(3905)6500



4 森川由加里とグランドアイチ ～簡単呼吸法!からだを心をしなやかに～

対 区内在住、在勤の方 日 10月30日(金) 午後7時～8時30分
場 北とびあ13階飛鳥ホール 内 いつでもどこでもできる簡単な「呼吸体操」です。心身ともにリラックスしていきます。
師 森川由加里氏、松本桂江氏 定 50名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照。参加者全員(2名まで)の氏名も記入)で、10月15日(木) (必着)まで
問 先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)9068

- 師 相澤れいこ氏
第5弾 生活にアロマを取り入れる「アロマセラピー講座」
日 10月23日(金) 午後3時20分～5時30分
師 平野ともこ氏
第6弾 ハワイの文化を楽しむ「フラ(ハワイアンダンス)ワークショップ」
日 10月29日(木) 午前10時～正午
師 入江あけみ氏
=以下、③共通=
対 区内在住、在勤の方 場 東京整体学院いろは学舎赤羽教室(赤羽2-10-3 ザ・アペニュー21ビル3階) 定 20名(先着順) 申 電話またはEメール(記入例参照)で申込
問 東京整体学院いろは学舎教務部 ☎0120(957)6488 E|kyoumu@iroha-seitai.com
※第1弾～第3弾は9月20日号に掲載されています。

5 家族で楽しもう「バターづくり&お菓子づくり体験教室」～福島県鮫川村から「笑顔」をお届け～

対 区内在住の小学生と保護者 日 11月1日(日) 午後1時30分～3時 場 「ココキタ」キッチンスタジオ(北区豊島5-3-13)
師 福島県鮫川村の皆さん、栄養グループ食彩
定 10組20名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照。親子の氏名、お子さんの年齢・学年も記入)で、10月15日(木) (必着)まで ※材料に乳を使用します。
問 先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)9068
【同時開催】まるごとみんなで鮫川村一日体験
日 11月1日(日) 午前10時～午後4時
内 鮫川の「郷土食」コーナー…村の食材を使った郷土食を提供(午前11時～午後2時) ※先着50食限定
鮫川の「四季・歴史文化」紹介コーナー…村を彩る四季や歴史文化を紹介。鮫川の「特産品」販売・農家民宿紹介コーナーも。
申 当日、直接会場へ

6 笑い与健康講演会 ～病は気から 元気は笑いから～

日 11月27日(金) 午後2時～3時30分(1時30分開場)
場 北とびあ14階カナリアホール
内 笑い与健康についてのお話と笑い気功の体験
師 笑い気功協会代表 ジェイ神原氏 定 100名(申込順)
申 10月6日(火) 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 ☎(3919)2815

④第14回区民健康公開講座

対 区内在住、在勤の方または区内医療機関に通院している方 ※未就学児の入場不可 日 11月14日(土) 午後2時～4時(1時30分開場) 場 北とびあつつじホール
内 第一部アトラクション公演「北区民混声合唱団」
指揮…名島啓太氏 第二部講演「長野に負けるな北区、健康長寿社会をめざして」 定 400名(先着順)
申 参加申込はがき(北区医師会館、各医療機関、健康いきがい課(区役所第四庁舎2階2番)、各区民事務所、各福祉保健センター)にあります。またははがき(記入例参照。性別、職業も記入)で、10月30日(金) (必着)まで ※1通1名
※申込はがき付リフレットは10月上旬から設置予定
問 先 〒114-8575 王子2-16-11 東京都北区医師会「区民健康公開講座」係 ☎(5390)3511



ピンクリボンキャンペーン ～乳がんの早期発見を心がけましょう～

- ピンクリボンとは?
乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。
- 乳がんにかかりやすいのは40代
近年、乳がんにかかる人が増加していて、日本人女性の12人に1人といわれています。発症年齢は30代から40代にかけて急増し、ピークは40代後半です。東京都は死亡率が全国で最も高い状況です。
- 早期発見のために
早期発見で90%以上が治癒します。そのためには、日ごろから自分の乳房に関心を持ち、月1回の自己チェックが大切です。「いつもと違うかな?」と感じたら、外科(乳腺外科)を受診しましょう。

- 40歳からは検診を
乳がんの発生率が高くなる40歳を過ぎたら、自己チェックのほかに、乳がん検診を受けましょう。マンモグラフィー検査は、自分では見落としがちな小さながんの発見も可能です。区の乳がん検診では、毎年10人～20人前後の方に「がん」が見つかっています。2年に1度、定期的を受診しましょう。
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



10月は乳がん予防月間です 「プレストケアクラブ」を差し上げます

プレストケアクラブは、乳がん自己触診の補助用具です。早期発見のためセルフチェックを始めましょう。10月中、各健康相談係の窓口・キャンペーン協力店舗(北区ホームページをご覧ください)にてプレストケアクラブを配布します。
※このキャンペーンは、東京家政大学と協力しています。

問 健康いきがい課
王子健康相談係 ☎(3908)9087
赤羽健康相談係 ☎(3903)6481
滝野川健康相談係 ☎(3919)2815



◆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) ※受診間隔が1年未満の方は除く
日 場 問 申 宛 右表のとおり
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(代理可)。
定 各日110名(先着順)

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	11月18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】 10月13日(火)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します。各係検診の1週間前に締切となります(代理可)。
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	11月27日(金) 午前9時～11時	赤羽会館7階	【はがき・ファクスの場合】 10月13日(火)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 〒114-0001 東十条2-7-3 北区保健所1階 ☎(3919)2815 FAX(3919)3308	11月11日(水) 午前9時～11時	北区保健所1階(東十条2-7-3)	

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