

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



問 環境課 ☎(3908)8610

なくそう! 放置自転車! 問 交通担当課駐輪対策担当 ☎(3908)9218 駅周辺放置自転車追放クリーンキャンペーン



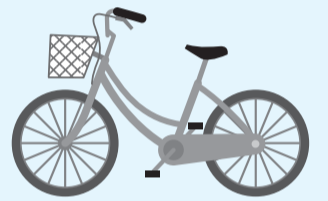
通勤や通学、買い物など、数分から数時間置かれた自転車が「放置自転車(※)」として社会問題になっています。

自転車は、環境に優しく手軽で便利な乗り物ですが、路上に放置されると、歩行者の通行障害となり、特に車イスの方や目の不自由な方などにとっては、わずかな時間でも大変危険なものとなります。また、交通事故の原因や、災害の際に避難、消防活動などの妨げにもなりかねません。

赤羽駅周辺 2月18日(水)～22日(日)

王子駅周辺 2月25日(水)～3月1日(日)

期間中は、自転車駐車場利用の呼びかけを行うとともに、駅周辺の放置自転車撤去作業を強化します。ワイヤー錠などで公共物に固定している場合は、切断して撤去します。切断したものについては責任を負いません。撤去された自転車を引き取る際には移送手数料として5,000円がかかります。



※放置自転車…利用者が離れていてただちに移動できない状態の自転車

■自転車の返還場所 [返還日時] 月曜～土曜…午前10時30分～午後7時 日曜…午前10時30分～午後4時 (祝日、年末年始を除く)

●堀船自転車移送場所(王子駅周辺での移送先)

[所在地] 堀船2-28 ☎(3919)5561



●赤羽南口自転車移送場所(赤羽駅東口・南口周辺の移送先)

[所在地] 東十条6-1-28 ☎(3598)0261



●赤羽西口自転車移送場所(赤羽駅西口周辺での移送先)

[所在地] 赤羽台4-1-3 ☎(3905)5347



**◆北区中期計画(案)
(平成27年度～29年度)
がまとまりました**
この中期計画は、今年3月に策定を予定している「北区基本計画2015」を踏まえ、平成27年度から29年度までの3カ年に区が取り組むべき事業を明らかにした、総合実施計画の案です。計画事業数は116事業を予定しています。
【閲覧期間】2月23日(月)～3月31日(火)
【閲覧場所】企画課(区役所第一庁舎3階15番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)



日内	内容
2月26日(木)	本会議
2月27日(金)	本会議
3月3日(火)	区民生活委員会
4日(水)	文教委員会
4日(水)	健康福祉委員会
5日(木)	建設委員会
5日(木)	企画総務委員会
10日(火)	予算特別委員会①
11日(水)	予算特別委員会②
13日(金)	予算特別委員会③
16日(月)	予算特別委員会④
17日(火)	予算特別委員会⑤
23日(月)	議会運営委員会
24日(火)	本会議

すべて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(区役所第一庁舎4階)へお申し出ください。2月27日(金)の本会議は開会しない場合があります。傍聴希望の方は区議会事務局までお問い合わせください。
※会議はいつでも午前10時開会の予定です。
問 区議会事務局議事調査係 ☎(3908)9948

第1回 北区議会定例会

**◆「55歳から64歳まで」
「55歳から64歳まで」
「55歳から64歳まで」**
【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。
問 広報課 ☎(3908)1102

◆第4回北区介護保険運営協議会
第6期(27年度～29年度)介護保険事業計画の策定やそのほか介護保険事業の運営について審議する会議を開催します。
日 2月18日(水) 午後6時～8時
場 第2委員会室(区役所第一庁舎4階)
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
問 介護保険課給付調整係 ☎(3908)1286

◆パブリックコメントの結果がまとまりました
【案件名】(仮称)東京都北区いじめ防止条例骨子(案)
【閲覧期間】2月20日(金)～3月20日(金)
【閲覧場所】教育指導課(区役所滝野川分庁舎2階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、地域振興室、区立図書館(赤羽・田端図書館を除く)及び北区ホームページ
問 教育指導課指導係 ☎(3908)9287

所第一庁舎1階)、地域振興室、区立図書館(赤羽・田端図書館を除く)及び北区ホームページ
問 企画課 ☎(3908)1104

【総】コーナーは休載します。

3月2日(月)から生活にお困りの方の相談拠点として、「(仮称)北区くらしとしごと相談センター」を開設します



「(仮称)北区くらしとしごと相談センター」では次の相談を受けます。なお、同センターの運営は北区社会福祉協議会などに委託します。

●**自立生活に向けた相談**
仕事探しや生活に困窮しているなど、抱えているさまざまな課題について、相談者の状況に合わせて、相談支援員と一緒に考えます。

●**仕事に就くための相談**
専門のキャリアカウンセラーが就職のお手伝いをします。また、仕事探しのプロが相談者の状況に合わせた求人情報の開拓・仕事の紹介を行います。必要に応じて、就職のためのスキルアップもお手伝いします。

●**家計の見直しに関する相談**
日常生活の家計収支バランスを調えるお手伝いをします。
※現在、生活福祉課で行っている「住宅支援給付」は3月31日(火)で終了となります。4月1日(水)からは新たに「住居確保給付金」として、「(仮称)北区くらしとしごと相談センター」で行います。

対 区内在住の方 **場** 岸町ふれあい館1階(岸町1-6-17)
【開設時間】 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝日、年末年始を除く)
問 2月27日(金)まで…生活福祉課生活支援係 ☎(3908)9046
3月2日(月)から…(仮称)北区くらしとしごと相談センター
☎(6454)3104

北区社会福祉協議会では「生活福祉資金」貸付の相談も受け付けています

- 福祉資金**
低所得世帯などに対する転居費用、療養費、葬祭費などの貸付
 - 教育支援資金**
ほかからの借入が困難な世帯に対する学費の貸付
 - 総合支援資金**
失業などで生計維持が困難な世帯に対する生活再建までの生活費などの貸付
 - 不動産担保型生活資金**
高齢者世帯に対する土地を担保とした生活費の貸付
※いずれも要件や利用条件があります。詳しくはお問い合わせください。
- 問** 北区社会福祉協議会
☎(3907)9494

お知らせ

◆3月2日(月)は固定資産税・都市計画税第4期分の納期限です

23区内に土地・家屋・償却資産をお持ちの方は、お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは都税事務所で、忘れずにお納めください。
納税には、安心・便利な口座振替をご利用ください。
問 北都税事務所
☎(3908)1176

◆高齢者住宅(シルバーピア)の生活協力員(ワーカー)

【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】 4月末

◆「新たな防火規制」の区域に西ヶ原1・3・4丁目(一部)が指定されます

【指定区域】 西ヶ原1丁目46番(一部を除く)、3丁目58～66番、4丁目1～6番
【内】 指定された区域内は、原則、今後建築するすべての建築物は耐火建築物以上とし、延べ面積が500㎡を超える建築物または4階以上の建築物は耐火

◆「税理士記念日」赤羽駅街頭無料相談会

【路線名】 東京都計画道路事業補助線第85号線
【施行者】 東京都「事業地」赤羽台1～3丁目地内
【事業期間】 平成26年12月11日～33年3月31日
問 「関係図書の縦覧場所」都市計画課(区役所第一庁舎3階14番)
☎(3908)9152

◆司法書士による無料相談会

【日】 2月26日(木) 午後6時～9時
【場】 北とびあ8階804A会議室
【内】 相続・贈与・財産分与などの不動産登記、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

◆「税理士記念日」赤羽駅街頭無料相談会

【日】 2月23日(月) 午前9時30分～午後3時
【場】 JR赤羽駅前東口広場
【内】 税に関する無料相談
【申】 当日、直接会場へ
問 東京税理士会王子支部
☎(5390)1213

◆平成27年度定期課税分の自動車税の障害者減免申請の受付を行っています

身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳などをお持ちの方で、一定の要件を満たす場合、自動車税・自動車取得税の減免が受けられる制度があります。
現在、新たに身体障害者手帳などの交付を受けた方、減免申請が

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3面をご覧ください

催し

お済みでない方を対象として、6月1日(月)まで、平成27年度分の減免申請の受付を行っています。詳しくは、お問い合わせください。
なお、自動車を新たに取得した場合の申請期間は、登録の日から1カ月以内です。申請期限を過ぎると、減免は受けられません。また、減免額には上限が設定されています。
問 東京都自動車税コールセンター(午前9時～午後5時(土・日曜、祝日を除く))
☎(3525)4066

◆認知症サポーター交流会全体会
【対】 認知症サポーター養成講座を受講した方
【日】 2月24日(火) 午前10時～11時30分
【場】 北とびあ7階第2研修室
【内】 臨床心理士による講演会「認知症の方とのコミュニケーションや対応のコツ」
【定】 70名(申込順)
【申】 2月10日(火)午前9時から電話申込
問 先高福祉課王子高齢相談係
☎(3908)9083

◆中央図書館バリアフリー映画会
「見る」「聞く」ことのご不便な方が一般の方と一緒に楽しめる映画会です。
【日】 3月8日(日) 午後2時～4時
【上映映画】 「旭山動物園物語 ペンギンが空をとぶ」 出演：西田敏行、中村靖日、前田 愛ほか
【あらすじ】 廃園寸前の危機に追い込まれながら、動物の生態をそのまま見せる「行動展示」で全国有数の入園者数を誇る動物園へと復活させた園長などの苦悩と挑戦を描く、奇跡と動物の物語
【上映方法】 ①映画音声のほか、視覚障害者用音声ガイドを、同時に流します。※2種類の音声は会場内の

皆さんに聞こえます。②聴覚障害者用日本語字幕を表示します。
【企画・運営】 北区図書館活動区民の会
【定】 50名(先着順。障害者(不便)のある方優先)
【申】 電話またはファクス(ファクス用申込書は図書館にあります。北区ホームページからもダウンロードできます。)で、2月10日(火)から3月5日(木)(必着)まで
※会場には手話通訳者がいます。
※日常付き添いが必要としている方は、付添人1人のみ入場可
問 場先 中央図書館事業係(十条台1-2-15)
☎(5993)1125
FAX(5993)1044

◆フリーマーケット
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。
【日】 3月8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】 1千円(2m×3m)
【申】 電話または往復はがき(記入例参照)で、3月1日(日)(必着)まで(電話は随時受付)
※多々来まつり同時開催
問 場先 〒114-0034 上十条5-14-4 北ノ台エコー広場館「フリマ」3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】 3月8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 場先 赤羽エコー広場館「フリマ」係(赤羽1-1-38)(水曜、祝日休館)

◆消費生活センター商品実験教室「炊飯器を使わずにお米を炊いてみよう」
【対】 区内在住、在勤、在学の方
【日】 ①3月5日(木) ②6日(金) 午後1時30分～3時30分 ※各回同一内容
【内】 災害時の対策も含めて炊飯器を使わずにお米を炊きます。さまざまな炊飯方法を知り、炊飯とは米のどのような変化であるかを学びます。
【師】 前北区商品テスト指導員
【定】 各18名(抽選)
【申】 往復はがき(記入例参照) ①②の別も記入)で、2月23日(月)(必着)まで
問 場先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「商品実験教室」係(北とびあ11階)
☎(5390)1239

講座・講演会

◆消費生活センター商品実験教室「炊飯器を使わずにお米を炊いてみよう」
【対】 区内在住、在勤、在学の方
【日】 ①3月5日(木) ②6日(金) 午後1時30分～3時30分 ※各回同一内容
【内】 災害時の対策も含めて炊飯器を使わずにお米を炊きます。さまざまな炊飯方法を知り、炊飯とは米のどのような変化であるかを学びます。
【師】 前北区商品テスト指導員
【定】 各18名(抽選)
【申】 往復はがき(記入例参照) ①②の別も記入)で、2月23日(月)(必着)まで
問 場先 〒114-8503(住所不要)消費生活センター「商品実験教室」係(北とびあ11階)
☎(5390)1239

◆フリーマーケット
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。
【日】 3月8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】 1千円(2m×3m)
【申】 電話または往復はがき(記入例参照)で、3月1日(日)(必着)まで(電話は随時受付)
※多々来まつり同時開催
問 場先 〒114-0034 上十条5-14-4 北ノ台エコー広場館「フリマ」3月係(水曜、祝日休館)
☎(3907)3196

講座・講演会

◆中央公園文化センター講座

①PC特別講座Ⅷ期「3日で攻略!楽々ipad mini対策講座」

対 区内在住、在勤、在学の方でWindowsの基本操作、文字入力ができる方

日 3月17日(火)~19日(木) 計3回 午後2時~4時 内 タブレットやスマートフォンが初めての方のための基礎講座。インターネットの情報を文字や音声で検索、写真や動画の撮影などを体験

師 堀 愛弓氏 定 12名(抽選) 費 6,000円(機材レンタル料金など) 申 往復はがき(記入例参照)で、3月6日(金)(必着)まで

②特別講座「歌声喫茶~懐かしの歌を歌おう(第26回)~春の歌~」

対 区内在住、在勤、在学の方

日 3月14日(土) 午後2時~4時30分 内 テーマは「春の歌」です。「早春賦」「森の水車」「花」「なごり雪」や世界各地を巡るご当地ソングなど約30曲をピアノ伴奏に合わせて合唱します。

師 山本祥二氏、峰崎松根氏 定 100名(抽選) 費 820円(飲物付) 申 往復はがき(記入例参照。参加者全員の住所・氏名・年齢・性別も記入)で、3月3日(火)(必着)まで ※1通で2名まで

=以下、①②共通=
問 場先 〒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

◆赤羽文化センター区民講座

洋風創采鉄板台所「せをりい赤羽」のプロの味をみんなで味わおう!

赤羽中央街商店街で活躍するプロの料理人から人気メニューの調理法を学びます。

対 区内在住、在勤、在学の方 日 3月23日(月) 午後1時30分~4時 内 「ふわふわ玉子のオムライス」と「酒粕ポタージュ」

[持ち物] エプロン、三角巾、ふきん2枚 師 せをりい赤羽 山根洋介氏 [協力] 赤羽中央街商店街振興組合 定 24名(抽選) 費 500円程度(材料費・保険料) 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直

接窓口で、3月5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

◆滝野川文化センター講座

①区民講座「男性専科で始めてみよう!家庭でもできる手打ちうどん」

対 区内在住、在勤、在学の男性 日 ①3月13日(金) ②3月20日(金) いずれも午前10時30分~午後2時

内 うどんの歴史を学び、粉からうどん打ちを体験し、味わいます。 師 吉田貞夫氏 定 各12名(抽選) 費 400円(教材費・傷害保険料)

申 往復はがき(記入例参照。①②の希望も記入)で、2月27日(金)(必着)まで ②特別講座「北区の商店街を歩く~田端駅通り商店街~」

対 区内在住、在勤、在学の方 日 3月13日(金) 午後2時~4時 ※1時45分に田端駅北改札口集合

内 田端文士村記念館を見学、田端駅通り商店街を歩き、まちの魅力と情報を紹介します。 [協力] 田端駅通り商店街振興組合、北区商店街連合会 定 15名(抽選) 費 300円(クイズ参加費) 申 はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、3月3日(火)(必着)まで

=以下、①②共通=
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 FAX(5394)1231

スポーツ

◆都民体育大会予選テニスシングルス大会

主催 北区・北区教育委員会・北区体育協会 対 区内在住、在勤の方(学生を除く) 日 一般男子、45歳~55歳以上女子...4月5日(日) 一般女子、45歳~55歳以上男子...4月12日(日) 本戦...4月19日(日) 予備日...5月10日(日) ※45歳・55歳以上の参加者が4人以下の場合は一般男子・女子と合同になります。 場 桐ヶ丘体育館テニスコート(赤羽台3-17-57) 費 2,500円 申 往復はがき(記入例参照。希望種目、所属

健康づくり推進店普及サポーター募集

健康づくり推進店とは、外食などを利用する区民の方が、おいしく食べて健康づくりができるように、栄養成分など栄養に関する情報を提供しているお店です(右図の登録証を掲げています)。

健康づくり推進店を普及拡充するために、普及サポーター(無報酬)の協力を得て、活動を行っています。この活動は、区民とお店の架け橋となり、よりよい食生活の環境づくりを進めるものです。

対 区内在住在勤の20歳以上で、活動に関心のある方 日 3月6日(金) 午後2時~4時(定例会見学) 場 北区保健所3階A会議室(東十条2-7-3)

内 健康づくり推進店普及サポーター活動についてなど [募集人数] 若干名 申 2月12日(木)から電話申込

●活動内容
○月1回の定例会に参加(毎月第1金曜 午後2時~4時予定)
○毎月の食品衛生登録更新講習会や1月の食育フェアのコーナー参加など、普及広報活動
○健康づくり推進店の巡回や新規登録へ向けての活動など
問 先 北区保健所保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104



クラブ、一般以外の方は生年月日も記入)で、3月1日(日)(当日消印有効)まで ※3月14日(土)午後4時から6時に桐ヶ丘体育館地下会議室で公開抽選 問 先 〒115-0043 神谷2-31-17 北区テニス連盟 太田政和 ☎090(2491)4436

◆なぎなた中高年体験教室

後援 北区体育協会 対 区内在住、在勤で40歳~70歳の方 日 3月7日~28日 毎週土曜 計4回 午後1時~2時 場 滝野川体育館第1武道場(西ヶ原2-1-6) [持ち物] 運動できる服装 定 5名(先着順) 費 2,500円(傷害保険料含む) 申 ファクス(記入例参照)または電話で、2月10日(火)から22日(日)(必着)まで ※用具は連盟で用意します。 問 先 北区なぎなた連盟 坂井 ☎・FAX(3821)8625 ※金曜日午前の教室もあります。詳しくはお問い合わせください。

健康情報

◆パーキンソン病患者会「希望の集い」

対 パーキンソン病患者及び家族 日 2月26日(木)、3月16日(月) 午後1時30分~3時30分 場 北区保健所2階講堂(東十条2-7-3) 内 懇談会・情報交換など 申 当日、直接会場へ 問 障害福祉課王子障害相談係 ☎(3908)9081

◆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 ~明日から始める簡単朝ごはん~ 対 区内在住、在勤の20歳以上の方 日 3月12日(木) 午後2時~3時30分 内 朝ごはん食べていますか。栄養バランスよく、簡単においしく朝ごはんを食べるコツをお伝えします(一口試食あり)。 定 20名(抽選) 費 200円(食材費実費) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月25日(水)(必着)まで 問 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

●健康長寿は、歯と歯ぐきから 日 3月12日(木) 午後2時~3時30分 場 志茂東ふれあい館A Bホール(志茂4-44-1) 内 歯周病と生活習慣病との関係や歯磨き、入歯の仕方など [持ち物] 筆記用具 師 歯科医師 甲斐由紀子氏 定 40名(申込順) 申 2月11日(祝)午前10時から電話申込 問 先 みずべの苑高齢者あんしんセンター ☎(5941)6722

●最終までその人らしく生きて逝くために、家族が知っておきたい基礎知識 対 区内在住で要支援・要介護の方を介護している方または「看取りケア」に関心のある方 日 2月25日(水) 午後2時~3時30分 内 在宅での終末 問 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

家族介護者教室 健康長寿は、歯と歯ぐきから 日 3月12日(木) 午後2時~3時30分 場 志茂東ふれあい館A Bホール(志茂4-44-1) 内 歯周病と生活習慣病との関係や歯磨き、入歯の仕方など [持ち物] 筆記用具 師 歯科医師 甲斐由紀子氏 定 40名(申込順) 申 2月11日(祝)午前10時から電話申込 問 先 みずべの苑高齢者あんしんセンター ☎(5941)6722

第7回北区医師会認知症講演会「介護という時間に意味をみつけていくために」 対 区内在住、在勤、在学の方 日 3月7日(土) 午後3時~4時30分 場 北とぴあ7階第2研修室 内 認知症の人が住みなれた家で暮らすことを難しくするものは何なのかを考えてみましょう。 師 東京都健康長寿医療センター 研究所 自立促進と介護予防研究チーム 研究員・医師 井藤佳恵氏 定 120名(先着順) 申 当日、直接会場へ 問 場先 北区医師会 ☎(5390)3511

健康増進センター(へるしあKITA) やってみよう男性の尿失禁体操 対 区内在住の60歳以上の男性 日 3月17日(火)・24日(火) 計2回 午後2時~4時 場 神谷ふれあい館第1ホール(神谷3-35-17) 内 男性の尿失禁の基礎知識と対策・体操 師 日本コンチネンス協会 山野 裕氏 定 30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月25日(水)(必着)まで 問 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

水中運動教室 くらぐらぐ浮力でしっかり運動 対 区内在住で65歳以上の方 ※1人で受講が可能 日 3月11日 午後2時~4時: 水中運動に関する健康づくりの講義と実技 18日・25日 午後2時30分~4時: 水中ウォーキングを中心とした実技 毎週水曜 計3回 ※当日の血圧測定の結果によっては、参加を見合わせていただく場合があります。 定 30名(抽選。初めての方優先) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月24日(火)(必着)まで 問 場先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぶらさ ☎(5249)2214

長生きするなら北区が一番 健康増進センター(へるしあKITA) やってみよう男性の尿失禁体操 対 区内在住の60歳以上の男性 日 3月17日(火)・24日(火) 計2回 午後2時~4時 場 神谷ふれあい館第1ホール(神谷3-35-17) 内 男性の尿失禁の基礎知識と対策・体操 師 日本コンチネンス協会 山野 裕氏 定 30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月25日(水)(必着)まで 問 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

水中運動教室 くらぐらぐ浮力でしっかり運動 対 区内在住で65歳以上の方 ※1人で受講が可能 日 3月11日 午後2時~4時: 水中運動に関する健康づくりの講義と実技 18日・25日 午後2時30分~4時: 水中ウォーキングを中心とした実技 毎週水曜 計3回 ※当日の血圧測定の結果によっては、参加を見合わせていただく場合があります。 定 30名(抽選。初めての方優先) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月24日(火)(必着)まで 問 場先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぶらさ ☎(5249)2214

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3面をご覧ください