

# 北区ニュース

### 主な内容

- 高齢者向けスマートフォン講座を開催します!.....2面
- つながる医療・福祉No.1.....2面
- 情報の泉.....3~4面
- 子どもの幸せNo.1.....4面

5月12日は  
民生委員・  
児童委員の日

## 地域の身近な相談相手 「民生委員・児童委員」「主任児童委員」



民生委員・児童委員の皆さん

### 民生委員・児童委員、主任児童委員とは

厚生労働大臣の委嘱を受け、同じ地域に暮らすご近所さんとして生活の身近な相談に応じるボランティアです。北区では291名が活躍しています(4月1日現在)。

民生委員は児童委員も兼ねており、子育ての不安に関する相談・支援も行っています。

主任児童委員は18歳未満の子どもの支援を専門としていて、虐待をはじめとするさまざまな問題の解決に向けて活動しています。

お住まいの地域の民生・児童委員についてはお問い合わせください。

### 区の窓口・サービスにつなぐ「パイプ役」

相談内容に応じて区の窓口や関係機関を紹介し、適切な支援やサービスへとつなぐ「パイプ役」を担います。

区役所、高齢者あんしんセンター、児童相談所、学校などと連携し、相談者が必要とするサービスを利用できるように努めています。

### こんな心配事ありませんか?



### 秘密は厳守!

法律で守秘義務が課せられ、相談内容を他人に話すことは禁じられています。安心してご相談ください。

問地域福祉課地域福祉係 ☎(3908)9041

かなこらむ  
~今月の一字~  
No. 11

今月は

添

私の想いを漢字一文字に込めて区民の皆様へお伝えしていきます。

### ~人に寄り添って~

5月12日は「民生委員・児童委員の日」!地域の身近な相談相手として、生活の困りごとや、悩みに寄り添う民生委員・児童委員は、相談者と行政や関係機関をつなぐ心強い存在です。

寄り添い、支え合える地域の仕組みづくり「つながる福祉No.1」の北区へ



区長室はこちら

東京都北区長 やまだ 加奈子



北区飛鳥山  
博物館講座

「考古楽講座〈初級編〉  
考古学をはじめよう」

日6月15日～29日 毎週土曜 計3回  
午後2時～4時

内 考古学の基本についてお話をします。

師 同館学芸員

定 60名(抽選)

費 各回100円(資料代)

申 往復はがき(記入例参照)または電子申請で、5月24日(金)(必着)まで

※電子申請は午後4時まで

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



申込はこちら

赤羽会館のカルチャー企画

～歌声ひろば～

日6月21日(金) 午後1時30分～3時15分

内 カラオケ機器を使い、司会者の話を交え、童謡、唱歌、歌謡曲、フォークソングなどさまざまな曲を合唱します。

定 100名(抽選)

費 500円(飲物付)

申 往復はがき(記入例参照。1枚で2名まで)

申込可)で、5月23日(木)(当日消印有効)まで

問 場先 〒115-0044 赤羽南1-13-1

赤羽会館

☎(3901)8121



過去の様子

北区西が丘  
限定!

「リヴェルン」の  
マンホールカードを配布しています

配布場所 赤羽スポーツの森公園競技場受付(赤羽西5-2-27)

午前9時～午後6時

(第3火曜(祝日の場合は翌営業日)、年末年始休場)

- ・無料配布(ただし、1名1枚まで)
- ・カードの取り置き、郵送での発送はできません。
- ・ロット番号の指定はできません。
- ・予告なく配布を休止する場合があります。

※マンホールカードとは…下水道事業をPRするため、下水道広報プラットフォーム(GKP)が企画監修のもと、日本各地のマンホールの蓋の図柄とその由来を紹介するコレクションカードです。

問 シティブランディング戦略課

☎(3908)1364



詳しくはこちら



老人いこいの家の利用証を更新します  
利用曜日も変更になります

6月から新しい利用証に切り替わります。引き続き利用を希望される方は、主に利用する老人いこいの家または各ふれあい館で手続きをしてください。  
※初めて利用される方は、老人いこいの家で随時受け付けています。

対 60歳以上で区内在住の一人で通える方

受付開始 5月10日(金)から

申 現在お持ちの利用証、健康保険証などの住所・氏名・年齢が確認できるもの、緊急連絡先を用意して、直接窓口で申込

問 場先 志茂老人いこいの家(志茂1-2-22)

☎(3902)5608

滝野川老人いこいの家(滝野川1-46-7)

☎(3915)5545

名主の滝老人いこいの家(岸町1-15-25)

☎(3909)3083

つなぐ医療・福祉No.1

「見る」、「聞く」ことのご不便な方も  
一緒に楽しめるバリアフリー  
映画会(手話通訳あり)

対 障害(ご不便)のある方優先。  
一般の方も可

日6月16日(日) 午後1時30分～3時

[演目]「梅切らぬバカ」

[企画・運営]北区図書館活動区民の会

定 40名(申込順)

申 6月9日(日)午後5時までに電話または申込書(図書館にあります。図書館ホームページからもダウンロードできます)に記入し、

ファクスで申込 ※日付付き添いを必要としている方は付添人1名のみ入場可。会場にヒ

アリングループがあります。

問 場先 中央図書館図書係

(十条台1-2-5)

☎(5993)1125

FAX(5993)1044

講演会「地震から命を守るために」

対 区内在住の60歳以上の方

日6月5日(水) 午前10時30分～11時30分

師 市民防災研究所 高坂 康氏

定 20名(抽選)

申 5月23日(木)までにファクス、Eメール(記入例参照)、電話または直接窓口で申込

※抽選結果は5月24日(金)以降当選者のみに連絡

問 場先 滝野川老人いこいの家

(滝野川1-46-7)

☎(3915)5545

FAX(3915)5615

EM takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp

家族介護者教室  
「カラダに大切な食を手軽に」

対 区内在住の方

日6月7日(金) 午前10時～11時30分

場 志茂ふれあい館ABホール

(志茂1-34-17)

内 食事の工夫と栄養の取り方や配食サービスの使い方を紹介します。試食もあります。

師 ベネッセスタイルケア栄養士 小林雄大氏

定 15名(申込順)

申 5月13日(月)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

プレ就労カフェ「きらりあカフェ」  
第6期生募集

対 区内在住の55歳以上で、働く意欲のある方、働きたいけれどブランクのある方

日6月6日(木)～7月4日(木) 各火・木曜

及び6月22日(土) 計10回

火曜…午前9時30分～午後0時30分、

木曜…午後2時30分～5時、

土曜…午後0時30分～3時30分

内 働きたいけれどブランクがある、働くことへ少し不安がある方のためのプレ就労、研修プログラムです。カフェ業務体験、仕事探し講座により、1カ月研修終了後の就労を目指します(一部有償費支給あり)。

定 4名(選考)

申 5月10日(金)から6月1日(土)までに、Eメール(記入例参照)、電話または直接窓口で申込

詳しくはこちら

問 場先 いきがい活動センターきらりあ北

(王子5-2-5-101)

☎(5390)2220

EM kitaku-ikigai@foryou.or.jp



詳しくはこちら

長寿支援課

高齢者向けスマートフォン講座を開催します!

対 スマートフォンをお持ちの区内在住の65歳以上の方

内 [初級コース] 生活に役立つ基本機能を中心に学びます。例:スマートフォンの基本操作、二次元バーコードの使い方、北区公式LINEアカウントの機能説明など

[中級コース] インターネットやSNSを中心に学びます。メールが使える方は中級コースがおすすです。例:YouTube、LINEの使い方など

定 各10名(申込順) 日 場 下表のとおり

申 電話申込(申込期間内にお申し込みください)

日程	内容	会場	申込期間
6月3日(月)・4日(火)	初級コース 中級コース	赤羽会館第6集会室	5月21日(火)～ 31日(金)
6月5日(水)・6日(木)	初級コース 中級コース	滝野川東ふれあい館第1ホールA (滝野川1-46-7)	5月22日(水)～ 6月4日(火)
6月10日(月)・11日(火)	初級コース 中級コース	赤羽北ふれあい館第2ホール (赤羽北2-25-8-201 アクトピア北赤羽六番館)	5月28日(火)～ 6月7日(金)
6月13日(木)・14日(金)	初級コース 中級コース	浮間ふれあい館第1ホール (浮間2-10-2)	5月30日(木)～ 6月12日(水)
6月18日(火)・19日(水)	初級コース 中級コース	十条台ふれあい館第2ホール (中十条1-2-18)	6月4日(火)～ 17日(月)
6月25日(火)・26日(水)	初級コース 中級コース	東田端ふれあい館ABホール (東田端2-20-51)	6月11日(火)～ 24日(月)

[時間] 初級コース…午前9時30分～11時30分

中級コース…午後1時30分～3時30分

※2日間で完結する講座です。 ※日程の追加や変更などの情報は北区ホームページでお知らせします。 ※会場の所在地など詳しくはお問い合わせください。

問 先 北区高齢者デジタルデバインド対策スマートフォン講座等事務局

☎0120(503)615

[受付時間] 月～金曜(祝日を除く)午前10時～午後6時

※電話が混み合う場合があります。あらかじめご了承ください。



# お知らせ

**◆区内55地点の地価公示価格**

**【閲覧場所】**都市計画課(区役所第一庁舎3階12番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区民事務所及び図書館

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

**問**都市計画課 **☎**(3908)9152  詳しくはこちら

## ◆北区くらしとしごと相談センターにご相談ください

**対**区内在住の方

●総合的な相談…家計の見直しや必要なサービス・制度等への橋渡しなど、自身で生活の立て直しを図るお手伝いをします。

●仕事に就くための相談

●住居確保給付金の申請・受付

※住居確保給付金は収入や資産などの支給要件があります。詳しくは北区社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

**問**北区くらしとしごと相談センター **☎**(6454)3104(予約優先)

## ◆北区政策提案協働事業・地域づくり応援団事業報告会の実施(令和5年度分)

**日**6月15日(土) 午後1時から

**場**北とぴあ14階スカイホール

**内**地域のさまざまな課題をNPOやボランティア団体等と区が協働して解決していく「北区政策提案協働事業」及びNPOやボランティア団体等が主体となって行う北区のまちづくりを応援する「北区地域づくり応援団事業」の事業報告会を行います。

**定**15名程度(先着順)

**申**当日、直接会場へ

**問**地域振興課地域振興係協働推進担当 **☎**(5390)0093

## ◆司法書士による無料相談会

後援 北区

●相続・登記・法律問題等相談会

**日**5月20日(月) 午後6時～9時

**場**北とぴあ8階804A、804B、805A、805B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、空き家問題など。東京税理士会王子支部の協力により税理士1名も参加します。

**申**5月19日(日)までに電話申込

**問**先東京司法書士会 北・荒川支部 佐野 **☎**(6903)0709

**はがき等の記入例**

①講座・催し名  
②郵便番号・住所(在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年を記入)  
③氏名(ふりがな)  
④年齢  
⑤電話番号(FAX番号)  
⑥その他必要事項

◆往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入  
◆申込は原則1名1通

## ◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区

**日**5月14日(火) 午後1時30分～4時

**場**区役所第一庁舎1階ロビー

**内**年金の疑問や職場のお困りごとはありませんか。あなたのまちの社会保険労務士が相談に応じます。

**申**当日、直接会場へ

**問**東京都社会保険労務士会北支部支部長 高木博之 **☎**(6915)4633

# 募集

## ◆フリーマーケット出店者募集

販売はご家庭で出た不用品に限ります。

●富士見橋エコー広場館

**日**5月19日(日)・26日(日) いずれも午前10時～正午 ※雨天中止

**【出店数】**15店(申込順)

**【出店料】**500円(1.8m×1.8m)

**申**電話申込(随時受付)

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

●赤羽公園(赤羽南1-14-17)

後援 北区

**日**6月16日(日) 午前10時～午後3時

※雨天中止

**【出店数】**40店(抽選)

**【出店料】**1,000円(2m×2.5m)

**申**往復はがき(記入例参照。搬入時の車使用の有無、携帯電話をお持ちの方は番号も記入)で、6月6日(木)(必着)まで

**問**先〒205-0014 羽村市羽東3-1-17 リサイクル運動友の会 **☎**090(3222)5060

# 講座・催し

## ◆宿根草を上手に取り入れて楽しむ! ガーデンデザイン実践講座

**対**区内在住、在勤、在学の18歳以上で、原則、全3回参加できる方

**日**①6月21日、②7月5日・③19日 各金曜計3回 いずれも午前10時～正午

**場**エコベルデ(北区豊島5-6-1)及び音無親水公園内花壇(王子本町1丁目)

**内**庭の花壇やプランターでも応用できる園芸の基礎から、宿根草を含む環境に適した花選び、花壇の配置デザインなどが学べる講座です。エコベルデの花壇や音無親水公園内花壇を実習地に、継続的なお手入れ方法も実習します(北区環境リーダー養成講座フォローアップコース)。

**師**造園家 佐々木知幸氏

**定**25名(抽選)

**申**往復はがき、ファクス(記入例参照)または「エコベルデブログ」内にある申込フォームで、6月11日(火)(必着)まで

**問**先〒114-0003 北区豊島5-6-1 みどり環境の情報館(エコベルデ)(月・火曜休館) **☎**(3913)8340 **FAX**(5902)3887 **HP**<https://ecoverde.exblog.jp>

## ◆板橋区・北区ものづくり企業商談会

**対**ものづくり企業 ※板橋区、北区以外の企業も可

**日**10月17日(木)

**場**北とぴあ13階飛鳥ホール

**内**板橋区、北区の製造業を中心とした個別商談会です。あらかじめ商談組み合わせを調整して行う事前マッチング型の商談会です。発注企業は公募に加えて招致を行います。

**費**板橋区、北区以外の受注企業に限り、1社2,000円

**申**6月21日(金)までに北区ホームページで申込

**問**産業振興課商工係 **☎**(5390)1235  申込はこちら

## ◆赤羽文化センター区民講座「iPadでバーチャル旅行気分! アプリで旅行計画を作ろう～生活に役立つデジタル活用入門～」

**対**区内在住、在勤、在学の方

**日**6月12日～26日 毎週水曜 計3回 午後1時30分～3時30分

**内**旅行計画作りを通して地図や交通手段の検索方法などの基本を学びます。

**師**大人の小学校代表 山城純子氏

**定**10名(抽選)

**費**1,500円(iPad使用料)

**申**はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、5月28日(火)(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

## ◆滝野川文化センター講座

①区民講座「はじめての川柳づくりでストレス発散!～ユーモア川柳入門～」

**対**区内在住、在勤、在学の方

**日**6月13日・20日、7月4日 各木曜 計3回 午後1時30分～3時30分

**師**ユーモア川柳作家 藤井敬三氏

**定**15名(抽選)

**申**5月28日(火)までに右記コード、電話または直接窓口で申込  申込はこちら

## ②区民協働講座「ゆかたを着てみましょう」

**対**区内在住、在勤、在学の18歳以上の女性

**日**6月15日～7月20日 毎週土曜 計6回 午前9時30分～11時30分

**師**着付師 原田ひろ子氏

**【協力】**はなやぎ会

**【持ち物】**浴衣、肌襦袢、裾よけ、腰ひも、タオル(2本)、半幅帯

**定**20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、5月29日(水)(必着)まで



過去の様子

## ③PC特別講座Ⅲ期「Wordのステップアップ～効率の良い書式設定とページレイアウト設定～」

**日**6月23日・30日 各日曜 計2回 午前10時～正午

**内**複数の書式をまとめたスタイル機能、セクション区切り、ページ設定機能などを学びます。

**師**堀 愛弓氏

**定**12名(抽選)

**費**4,000円(テキスト代金を含む)

**申**6月11日(火)までに右記コード、電話または直接窓口で申込

=以下、①～③共通=

**問**場先〒114-0024 西ヶ原1-23-3 滝野川文化センター(月曜、祝日休館) **☎**(5394)1230 **FAX**(5394)1231

## ◆中央公園文化センター講座

①区民協働講座「楽しく漢詩にふれて吟じてみましょう!」

**対**区内在住、在勤、在学の方

**日**6月7日～28日 毎週金曜 計4回 午前10時～正午

**内**正しい姿勢と腹式呼吸を意識しながらなつかしい漢詩を楽しく吟じます。

**師**龍省吟道会師範 田中麗子氏

**【協力】**さわやか詩吟の会 **定**5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、5月28日(火)(必着)まで

## ②区民協働講座「太極拳で護身術講座!」

**対**区内在住、在勤、在学の方

**日**6月9日～30日 毎週日曜 計4回 午後1時～2時30分

**内**護身術を会得しながら、伝統武術の型を学びます。

**師**太極拳伝人 江口 博氏  申込はこちら

**【協力】**太極拳気功練習会

**定**20名(抽選)

**費**40円(保険料)

**申**5月28日(火)までに右記コード、電話または直接窓口で申込

## ③特別講座「第34回さくせんた一寄席～春風亭朝之助・林家あんこ～」

**日**6月16日(日) 午後1時30分～3時30分

**内**落語各2席をお楽しみいただきます。

**定**70名(抽選)

**費**大人1,000円、小中高生500円

**申**6月4日(火)までに右記コード、電話または直接窓口で申込 ※未就学児不可  申込はこちら



春風亭朝之助

林家あんこ

=以下、①～③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 **FAX**(3907)5666

## ◆歩こう会「荒川知水資料館等散策(半日コース)」

共催 北区教育委員会

**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、未就学児も参加可)

**日**6月9日(日) 午前9時北とぴあ前集合 ※小雨決行

**【行程】**王子駅～赤羽岩淵駅～荒川知水資料館(ガイドあり)見学終了後現地解散

**【歩行距離】**約2km **定**50名(抽選)

**費**大人200円、小学生100円(交通費・保険代)

**申**5月10日(金)から16日(木)までに右記コード、Eメール(記入例参照)または電話で申込  申込はこちら

**問**先北区青少年団体連合会 山越 **☎**080(1385)5729 **EM**kitaku.seidanren@gmail.com

## ◆北区ヤマベ・カワムツ釣大会

共催 北区

**対**区内在住、在勤、在学の方

**日**5月26日(日) 午前6時に王子駅前公園集合(6時20分出發) ※雨天決行

**場**栃木県真岡市の五行川

**内**ヤマベ、カワムツ30匹の総重量で競います。

**定**45名(申込順)

**費**6,000円(中学生以下1,000円)

**申**5月22日(水)までに電話申込

**問**先北区釣魚連合会理事長 戸田 **☎**070(5584)2853

# スポーツ

### ◆体力測定会

**対**区内在住、在勤で20歳～79歳の方(4月1日時点の年齢)  
**日**6月8日(土) 午前9時～正午  
**定**30名(抽選)  
**申**ホームページまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、5月20日(月)(必着)まで 申込はこちら

**問**場先〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北区体育協会  
 ☎(3940)1848  
 HP<https://kitacity-taikyo.jp/>

### ◆北区体育協会スポーツ教室 シニアフラメンコ体操

**対**40歳～85歳の方  
**日**6月11日～7月30日(7月16日を除く) 毎週火曜 計7回 午前10時～11時  
**場**赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16)  
**師**甲斐みよこ氏  
**定**25名(抽選) 費6,500円  
**申**ホームページまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、5月20日(月)(必着)まで 申込はこちら

**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<https://kitacity-taikyo.jp/>

### ◆ネイチャーウォーキング 初夏の自然豊かな天覧山から多峯主山のハイキング

**対**小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)  
**日**6月8日(土) 午前9時30分～午後3時(予定)  
**場**西武池袋線飯能駅改札口集合・解散  
**師**そよご倶楽部 須藤正男氏ほか  
**定**40名(抽選) 費高校生以上2,000円、小・中学生1,000円  
**申**ホームページまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、5月20日(月)(必着)まで 申込はこちら

**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<https://kitacity-taikyo.jp/>

### ◆第1回知的障害者サッカー教室

**対**知的障害者(児)と家族、知的障害者サッカーに興味のある方  
**日**6月9日(日) 午前10時～正午(9時30分受付開始)  
**場**滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)  
**師**東京都知的障がい者サッカー連盟  
**定**50名(抽選)  
**申**申込書(スポーツ推進課(北とびあ10階)、区内スポーツ施設にあります。北区ホームページからもダウンロードできます)に記入し、ファクス、Eメール、郵送または直接持参で、5月24日(金)(必着)まで 申込はこちら

※右記コードからも申込可

※サポートが必要な方は同伴者の参加をお願いします。  
**問**先〒114-8503(住所不要)スポーツ推進課スポーツ推進係(北とびあ10階)  
 ☎(5390)1134  
 FAX(5390)1137  
 EM[spo-suishin@city.kita.lg.jp](mailto:spo-suishin@city.kita.lg.jp)

### ◆手軽にできる瞑想でスッキリ!

後援 北区

**対**区内在住、在学の方  
**日**6月1日・8日 各土曜 計2回 午後1時～2時  
**場**赤羽体育館(志茂3-46-16)  
**内**呼吸法や姿勢を学びます。  
**定**15名(抽選)  
**費**2,500円(2回分)  
**申**5月25日(土)までにEメール(記入例参照)で申込  
**問**NPO法人れっど★しゃっふる  
 ☎080(1338)0297  
 EM[murakami@red-s.net](mailto:murakami@red-s.net)

### ◆ノルディックウォーキング体験会

後援 北区

**対**小学生以上で日常的な歩行に支障のない方  
**日**6月8日～7月27日 第2・4土曜 いずれも午後1時30分～3時  
**場**滝野川体育館前集合(西ヶ原2-1-6)  
**費**会員1回300円(一般500円)  
 ※保険料を含む  
**申**当日、直接会場へ  
**問**総合型地域スポーツクラブコムスタきのがわ  
 ☎080(1185)6796

### 子どもの幸せNo.1

中央図書館で図書館利用のための一時保育を実施します

**対**3歳以下のお子さん  
**場**中央図書館2階子育て情報支援室(十条台1-2-5)  
**内**毎月2回(8月を除く)、中央図書館を利用している間、1時間までお子さんをお預かりします(中央図書館のみ)。  
 実施日時など詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

**定**4名程度(先着順)  
**申**当日、直接会場へ  
**問**中央図書館事業係  
 ☎(5993)1125 詳しくはこちら

### 桐ヶ丘体育館 6月親子ヨガ体験会

**対**首が座った幼児(1歳6カ月まで)と保護者  
**日**6月10日(月) 午前10時～11時  
**内**親子で一緒にヨガをすることでココロとカラダのコミュニケーションを楽しめます。  
**[持ち物]**動きやすい服装と飲み物  
**費**500円  
**申**当日、直接会場へ  
 ※当日券売機でチケットを購入してください。  
**問**場桐ヶ丘体育館(赤羽台3-17-57)  
 ☎(3908)2316  
 HP<https://kita-tai.com/>

### 離乳食講習会(6月)～みんなで食育・楽しく食育～

**対**区内在住で令和5年10月～令和6年2月生まれの乳児(第1子優先)の保護者(保育なし) **内**離乳食の始め方とすすめ方のポイント(お話と試食)  
**申**電話申込 **日**場定問先 下表のとおり

日程	会場	定員(申込順)	申込・問い合わせ先
6日(木) 午後1時30分～3時	滝野川健康支援センター2階講堂(西ヶ原1-19-12)	16名	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
14日(金) 午後1時30分～3時	赤羽会館7階	24名	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
25日(火) 午後1時30分～3時	北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)	20名	王子健康支援センター ☎(3919)7588

※お住まいの地域に関わらず、お申し込みください。

### 子どもの歯みがき教室(個別相談)

**対**区内在住の上下の前歯が生えている1歳前後のお子さんと保護者  
**内**初めての仕上げみがきについて歯科衛生士がアドバイスします(20分程度)。  
**申**電話申込  
**日**場問先 下表のとおり 詳しくはこちら

日程	会場	申込・問い合わせ先
6月13日(木) 午前10時から	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
6月25日(火) 午前10時から	滝野川健康支援センター1階(西ヶ原1-19-12)	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
6月26日(水) 午前10時から	北区保健所1階(東十条2-7-3)	王子健康支援センター ☎(3919)7588

※お住まいの地域に関わらず、お申し込みください。

### 親子クッキング教室

**①幼児**  
**対**区内在住の4歳～6歳(5月19日時点の年齢)の未就学児と保護者(2名1組)  
**日**6月1日(土) 午前11時30分～午後1時30分  
**定**16組(抽選) 費1組800円

**②小学生**  
**対**区内在住の小学生と保護者(対象年齢の兄弟姉妹2名と保護者1名可)  
**日**6月2日(日) 午前11時～午後1時  
**定**14～16組(抽選)  
**費**800円(2名1組)、1,200円(3名1組)  
 =以下、①②共通=  
**場**赤羽文化センター料理室(赤羽西1-6-1-301)  
**内**メニュー…折りたたみキンパ、わかめスープ  
 ※食品の持ち帰り不可  
**食育講座**…韓国の食文化にふれてみよう  
**師**北区楽しい食の推進員会  
**申**5月19日(日)までに下記コードで申込  
**問**健康政策課健康増進係  
 ☎(3908)9068

### 子育てセミナー 「子は親の鏡」～改めて考えよう 挨拶 返事 後始末～

後援 北区教育委員会

**対**区内在住の子育て中の保護者(お子さん連れ可、保育なし)  
**日**5月26日(日) 午前10時～11時30分  
**場**北とびあ9階和室  
**内**子育てに役立つとおきのコツをお伝えします。  
**師**倫理研究所講師 姫野久美子氏  
**定**20名(申込順)  
**費**300円  
**申**電話申込(ショートメッセージ可)  
**問**家庭倫理の会北区  
 木村 安食 ☎070(1346)1130  
 ☎080(1078)5658

### 児童手当の再申請はお済みですか

児童手当について、主たる生計維持者の所得が所得上限限度額以上となり、申請却下・資格消滅となった方で、令和5年中の所得が所得上限限度額未満となった場合、令和6年6月分以降の児童手当を受け取るためには申請が必要です。 詳しくはこちら

**問**先〒114-8508(住所不要)子ども未来課子育て給付係(区役所第一庁舎2階6番)  
 ☎(3908)9096

住めば、北区。 北区HP X(旧ツイッター)

北区広報番組 **住めば、北区東京。** J:COMチャンネル東京北(Ch.11)で放映中

●5月の番組(手話つき)  
**[放送日時]** 毎日:午前9時・正午・午後8時・10時の各15分  
**午前9時:** 簡単で効果絶大!北区ご近所体操  
**正午・午後8時・10時:** 北区ゆかりの人々を訪ねて  
**問**シティブランディング戦略課 ☎(3908)1364