

NO.1795  
毎月1日・10日・20日発行

8/10

令和6年(2024年)

# 北区ニュース

### 主な内容

- 情報の泉……………2～3面
- 子どもの幸せNo.1……………3～4面
- つながる医療・福祉No.1……………4面
- 住めば、北区東京。……………4面

夏本番!

## 食中毒にご注意!



### 安全なお弁当にするポイント

夏は、食中毒細菌が増えやすい時期です。お弁当は完成してから食べるまでの時間があいているので、特に食中毒に注意する必要があります。食中毒を防ぎ、元気に夏を過ごしましょう。

#### つくる前

- ①お弁当箱はすみずみまでしっかり洗い、乾燥させましょう。
- ②おかずを入れるカップは清潔なものを使いましょう。

#### つくるとき

- ①手をよく洗いましょう。
- ②おかずはしっかりと加熱しましょう。



#### つめるとき

- ①ご飯やおかずは冷ましてから入れましょう。
- ②ミニトマトはへたを取り、よく洗って水分を取り除きましょう。
- ③はしや手袋を使ってつめましょう。

#### 食べるまで

- ①持ち歩くときには、保冷剤を使いましょう。
- ②食べる前に手をしっかり洗いましょう。

☎北区保健所生活衛生課食品衛生担当  
(3919)0726



かなこらむ  
～今月の一文字～  
No. 14

今月は

涼

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。

### ～涼を求めて～

“涼”活のススメ!夏休みやお盆休み等で、色々な楽しみも多くなる時期です。猛暑の中での活動には、こまめな水分補給や涼しいところでの休憩など、熱中症対策をお願いします。北区では、区有施設と共に民間事業者のご協力区内41施設に「涼みどころ・クーリングシェルター」を設置しています。今後設置場所を増やしていきます。休憩場所として、ぜひご利用ください。暑い夏、元気に乗り切りましょう!



詳しくはこちら



区長室はこちら

東京都北区長 やまだ 加奈子





はがき等の記入例

- ①講座・催し名
②郵便番号・住所
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

お知らせ

◆第4回北区男女共同参画審議会
日8月27日(火) 午後6時30分から
場北とびあ5階スペースゆう多目的室AB
内(1)第6次アゼリアプラン令和5年度事業実績報告書(案)について
(2)第7次アゼリアプランの骨子について
申傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問多様性社会推進課 ☎(3913)0161

◆第2回北区子ども・子育て会議
日8月27日(火) 午後6時30分から
場北とびあ14階スカイホール
内第3期北区子ども・子育て支援事業計画の策定に関する事など
定7名(申込順) 申傍聴希望の方は、8月20日(火)午後5時までに、Eメール(記入例参照)または電話申込
問先子ども未来課子ども未来係 ☎(3908)9097
EMkosodate-ka@city.kita.lg.jp

◆第2回北区立中学校部活動地域連携検討会議
日8月22日(木) 午後6時30分~8時30分
場北とびあ14階スカイホール
内計画策定の基本的方向等の決定 定15名(先着順)
申傍聴希望の方は、当日、直接会場へ ※詳しくは北区ホームページをご覧ください。詳しくはこちら
問教育政策課 ☎(3908)9279

◆北区飛鳥山博物館運営協議会
日8月30日(金) 午後2時~4時
内北区飛鳥山博物館の事業や運営等について協議します。
申傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問場北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内) ☎(3916)1133

◆アライグマ・ハクビシン対策事業
区では、アライグマやハクビシンによる被害が生じている場合、専門業者による現地調査と箱わなの設置を行っています(鳥獣保護管理法に基づく許可を得て実施)。お困りの場合はご相談ください。

現地調査・箱わな設置条件
①建物の天井裏等に入り込まれている、敷地内の果実等への食害または敷地や屋上・ベランダ等への糞尿被害がある
②箱わなを安全に設置できるスペースがある
③所有(管理)者の同意がある
④所有(管理)者が箱わなの点検を毎日行うことができる、など
※箱わなの設置は、同一場所につき、年度に1回、最長1カ月間 ※庭や道路などで見かけただけの場合は対象外
被害を防ぐために
①アライグマ・ハクビシンは雑食性で、果実・野菜・残飯などを食べます。生ごみやペットのエサなどを屋外に放置しないようにしましょう。敷地内の果実は早めに収穫するか、網などをかけましょう。
②木登りが得意で庭木をつたって天井裏に侵入することがあります。

屋根へ伸びる庭木の枝はこまめに切りましょう。
③小さな隙間があればぐり抜けられます。壁・軒下の穴、通気口など侵入口になりそうな建物の隙間や破損を見つけたらふさぎましょう。
問環境課自然環境みどり係 ☎(3908)8618

◆9月2日(月)は特別区民税・都民税・森林環境税(普通徴収)第2期分の納期限です

送付された納付書で納期限までに、収納推進課(区役所第一庁舎2階19番)、区民事務所(赤羽・滝野川)、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアでお支払いください。
※1枚あたり30万円を超える納付書やバーコードなしの納付書、汚れなどでバーコードが読み取れない納付書は、コンビニエンスストアではお支払いできません。 ※お越しの際は、必ず納付書をご持参ください。

●スマートフォンからのお支払いができます(キャッシュレス決済)
スマートフォンなどのアプリを利用したキャッシュレス決済ができます。詳しくは北区ホームページをご覧ください。詳しくはこちら



●口座振替(自動払込)が便利です
納税通知書に同封の依頼書で申し込みができます。これから申し込む場合は、第3期(10月31日)分以降からとなります。9月10日(火)までにお申し込みください。
[振替日]各納期の末日(金融機関が休業日の場合は翌営業日)
問収納推進課収納係 ☎(3908)1124
●納税に困難な事情がある場合は、お問い合わせください
問収納推進課 ☎(3908)1129

◆はかりの定期検査を実施します

対「はかり」を設置している区内のお店、医院、学校など
日9月5日(木)~10月23日(水)
※土・日曜、祝日を除く
内計量法では、取引証明に使用する「はかり」は、定期検査を受けなければならない、今年が定期検査の年です。東京都計量検定所の検査員がお店等に伺い定期検査を実施します。また、新たに「はかり」を導入したときにはお問い合わせください。
問消費生活センター ☎(5390)1239
東京都計量検定所検査課 ☎(5617)6638

◆全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

日8月21日(水)~27日(火) 午前8時30分~午後7時(土・日曜 午前10時~午後5時)
内いじめ・虐待など子どもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、「こどもの人権110番」及び「LINEじんけん相談」の受付時間を拡大し、人権擁護委員及び法務局職員が相談に応じます。詳しくはこちら
問東京法務局人権擁護部こどもの人権110番 ☎0120(007)110
(全国共通、通話料無料)
HPhttps://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03\_00034.html



◆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8月27日(火) 午後6時~9時
場赤羽会館4階第4集会室 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8月26日(月)までに電話申込
問先東京司法書士会 北・荒川支部 栗原 ☎(5948)5364

募集

◆新聞大好きプロジェクト「第12回比べて読もう新聞コンクール」作品募集

対区内在学の小・中学生
内興味をもったテーマに関する新聞記事を2つ以上比べて、分かったことや、考えたことを書いて応募してください。
[募集期間]9月2日(月)~20日(金)(必着)
[賞]北区長賞(最優秀賞)1点(賞状と副賞)ほか多数賞あり
[表彰式]12月16日(月)(予定)
申応募用紙(教育指導課(区役所滝野川分庁舎2階)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)に必要事項を記入し、郵送で申込 ※1名1点(区立学校は学校へ提出) ※応募作品は返却しません。
問先〒114-8546(住所不要)教育指導課「第12回比べて読もう新聞コンクール」係 ☎(3908)9287

◆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8月18日(日)・25日(日) 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)

日9月23日(休) 午前9時~午後3時 ※雨天の場合は29日(日)に順延 [出店数]50店(抽選) [出店料]1,650円(2.5m×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、9月13日(金)(当日消印有効)まで
問先〒333-0865 埼玉県川口市伊刈850-22 NPO法人フリーマーケット推進ネットワーク事務局 ☎048(268)8711

講座・催し

◆滝野川文化センター区民講座「家でできる美味しい鶏料理の簡単レシピを学びましょう~唐揚げレモンソース、親子丼など~」

対区内在住、在勤、在学の方 日9月19日(木) 午前10時~午後1時15分 師管理栄養士 田口道子氏 [協力]東京都食鳥肉販売業生活衛生同業組合・滝野川料理クラブ 定20名(抽選)
申9月1日(日)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
問場先滝野川文化センター(西ヶ原1-23-3)(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230



◆赤羽文化センター区民講座

①初心者のための秋の和菓子づくり(豆腐団子・みたらし・ずんだあん)
対区内在住、在勤、在学の方 日9月11日(水) 午前10時~正午 師元家庭科教員 高橋みどり氏 定24名(抽選) 費500円程度(材料費・保険料) 申往復はがき(記入例参照)で、9月2日(月)(必着)まで
②一生役立つメンタルセルフケア!~瞑想でストレスに負けない私になろう~
対区内在住、在勤、在学の59歳までの方 日9月12日~26日 毎週木曜 計3回 午後6時30分~7時30分 師ヨガコンサルタント 市川恵理氏 定10名(抽選)
申はがき(記入例参照)、電話または直接窓口で、8月28日(水)(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

◆中央公園文化センター特別講座

①長期金利上昇下の金融リテラシー向上講座
日9月21日(土)…金利の基礎知識(金利上昇による生活への影響)・SNS詐欺情報対策など 28日(土)…将来設計の方法(基本的な考え方とワーク) 計2回
いずれも午前10時~11時30分 師ファイナンシャルプランナー 大久保宣子氏 費500円(2回分)
②知っているようで知らない韓国一現代社会の仕組みを考える
日9月21日(土)…韓国は儒教の国なのか一現代韓国社会における葛藤の実像 28日(土)…社会的格差と分断をもたらすもの一共生社会への課題 計2回
いずれも午後2時~4時 師立教大学兼任講師 石坂浩一氏 費3,500円(2回分)
=以下、①②共通=
定各20名(抽選) 申①9月3日(火)、②4日(水)までに、上記コード、電話または直接窓口で申込
問場先中央公園文化センター(十条台1-2-1)(月曜、祝日休館) ☎(3907)5661



申込はこちら



申込はこちら

◆北区飛鳥山博物館 考古学講座「中級編」『考古学を学ぶ-古墳の埋葬施設の話-』

日9月7日(土) 午後2時~4時
内古墳の埋葬施設にはどんなものがあるのか、どんな違いがあるのかなど詳しくお話しします。 師同館学芸員 定60名(抽選) 費100円(資料代)
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、8月20日(火)(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

◆きらりあマルシェ

日8月24日(土) 午前10時~午後3時
内手作り小物、アクセサリーの販売、野菜販売、桃販売、きらりあカフェ、ネイルコーナー、肌測定・栄養相談、昭和歌謡曲に合わせてのダンス・サックス演奏などを開催します。
問場いきがい活動センターきらりあ北(王子5-2-5-101) ☎(5390)2220
HPhttps://www.foryou.or.jp/corp2/kitakuikigai/



詳しくはこちら

### ◆北区平和バスツアー

対 区内在住、在勤、在学の方  
 日 9月19日(木) 午前9時～正午(雨天決行)  
 区役所第一庁舎正面玄関前集合  
 内 旧東京第一陸軍造兵廠本部事務所(現・中央公園文化センター)や平和祈念像(北とぴあ前)をはじめ、当時の面影を残す区内の史跡や平和に関する史跡をマイクロバスで巡り、解説を交えて散策します。  
 定 10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、電話番号も記入)または右記コードで、8月23日(金)(必着)まで  
 問 先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623



申込はこちら

### ◆「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 9月8日(日) 午後1時30分～3時30分  
 内 [演出]「地獄の花園」広瀬アリス主演のOLお仕事コメディ  
 [企画・運営]北区図書館活動区民の会  
 定 40名(申込順)  
 申 9月1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 ※日常付き添いが必要な方は付添人1名のみ入場可。会場にヒアリング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

### ◆北区日本語教室

対 北区に住んでいる、または仕事や学校で北区に通っている15歳以上の外国人  
 日 ①ひらがなクラス…9月10日・12日・17日・19日 毎週火・木曜日 計4回 午前10時～11時30分  
 ②朝クラス…9月24日～11月26日 毎週火曜日 計10回 午前9時30分～11時30分  
 ③夜クラス…9月26日～11月28日 毎週木曜日 計10回 午後6時15分～8時15分  
 場 北とぴあ会議室  
 内 ①ひらがな・カタカナのよみ書きを勉強します。②③自己紹介やあいさつなどの日本語を勉強します。  
 定 ①10名(抽選) ②30名(抽選) ③15名(抽選)  
 申 8月30日金曜日までに、右のコードで申込  
 問 先 総務課総務係 ☎(3908)9308



申込はこちら

### ◆田端ひととき散歩 「室生犀星と『驢馬』の人々」

日 10月20日(日) 午後1時開演(0時30分開場)  
 内 大正から昭和の初めにかけて、室生犀星が田端を「詩のみやこ」と形容した時期がありました。犀星をキーパーソンとして、詩人たちの青春群像を同館研究員が紹介します。  
 定 80名(抽選)  
 申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名(1通2名まで)も記入)または右記コードで、9月23日(休)(必着)まで  
 問 場 先 〒114-8523 田端6-1-2 田端文士村記念館K係 ☎(5685)5171



室生犀星 写真:国立国会図書館「近代日本人の肖像」



申込はこちら

### ◆赤羽会館のカルチャー企画 ～歌声ひろば～

日 9月20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 110名(抽選) 費 500円(飲物付)  
 申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名(1通2名まで)も記入)で、8月20日(火)(当日消印有効)まで  
 問 場 先 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館カルチャー企画 村田 ☎(3901)8121

### ◆自然教室「秋の鳴く虫をさがそう」

対 区内在住、在勤、在学の5歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)  
 日 9月14日(土) 午後4時～5時30分  
 場 みどりと環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1)  
 内 草むらに隠れているバッタやコオロギの仲間など、秋の鳴く虫を観察します。  
 定 15名(抽選)  
 申 往復はがき(記入例参照。当日連絡のつく電話番号も記入)または「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームで、9月4日(水)(必着)まで 詳しくはこちら  
 問 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(祝日の時は翌日)休館) ☎(3908)0804  
 HP <https://jyohokan.exblog.jp>



詳しくはこちら

### ◆北区担い手みらい塾2024

共催 東京商工会議所北支部  
 ①第5回北区担い手みらい塾2024  
 日 9月18日(水) 午後6時から  
 内 [テーマ]官民のパートナーシップを考える(釜石の復興支援の経験から)  
 師 社会福祉法人東京都共同募金会常務理事 枝見太郎氏 申 傍聴希望の方は、9月6日(金)までに、下記コードで申込  
 ②第6回北区担い手みらい塾2024  
 日 10月16日(水) 午後6時から  
 内 [テーマ]つながりの資本から生まれる新たなビジネス 師 ハバタク㈱代表取締役 丑田俊輔氏 申 傍聴希望の方は、10月4日(金)までに、下記コードで申込  
 =以下、①②共通=  
 対 区内在住、在勤、在学の方  
 場 北とぴあ16階1601会議室  
 定 各20名(申込順) ※テーマは変更する場合があります。  
 問 先 産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234



申込はこちら

### スポーツ

#### ◆北区体育協会スポーツ教室 アクアビクス女性(午前の部)

対 区内在住、在勤、在学の18歳～75歳の方  
 日 9月12日～10月31日(10日を除く) 毎週木曜 計7回 午前9時30分～10時30分  
 場 パノラマプール十条台(中十条1-5-6)  
 師 上屋敦昌子氏 定 40名(抽選)  
 費 6,500円(傷害保険料を含む)  
 申 ホームページまたは往復はがき(記入例参照。希望する時間帯、緊急連絡先も記入)で、8月20日(火)(必着)まで  
 問 先 〒114-0024 西ヶ原 詳しくはこちら  
 ☎(3940)1848  
 HP <https://kitacity-taikyo.jp/>



詳しくはこちら

### ◆元気ぶらざの2期健康運動教室

対 区内在住、在勤、在学の方  
 日 9月18日(水)～12月9日(月)  
 内 大人・シニア向けの運動教室、小学生チアダンスです。費用など詳しくはホームページをご覧ください。  
 申 往復はがき(記入例参照。性別、希望教室名、曜日・時間も記入。子ども対象教室は学年も記入)で、8月23日(金)(必着)まで  
 問 場 先 〒115-0042 志茂1-2-22 元気ぶらざ ☎(5249)2214  
 HP <https://genkiplaza.tokyo.jp>

### ◆区民体育大会 ボウリング競技

主催 北区・北区体育協会  
 対 区内在住、在勤、在学の方、三恵クラブ会員、サンスクエアボウル会員 日 9月8日(日) 午前9時30分集合(10時開始)  
 定 40名(申込順) 費 2,000円(貸靴代別) ※三恵クラブ会員は無料 申 8月19日(月) 午前11時から30日(金)までに、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で申込  
 問 場 先 王子サンスクエアボウル(王子1-4-1) ☎0120(300)863 FAX(3914)4516

### ◆少林寺拳法体験教室

後援 北区体育協会  
 対 区内在住、在勤、在学、在園で5歳～75歳の方(保護者の参加可) 日 9月7日～10月26日 毎週土曜 計8回 午後6時～8時  
 場 滝野川第三小学校体育館 師 少林寺拳法連盟理事長 村上氏 定 30名(申込順)  
 費 3,000円(傷害保険料を含む) 申 9月6日(金)までに、Eメール(記入例参照)または電話申込 ※定員に空きがある場合は、当日参加可  
 問 先 少林寺拳法連盟理事長 村上 ☎090(4624)5630  
 EM [y.murakami1aa1@docomo.ne.jp](mailto:y.murakami1aa1@docomo.ne.jp)

### ◆なぎなた長期教室

後援 北区体育協会  
 対 区内在住、在勤、在学で小学生～69歳の方  
 日 ①9月6日～10月25日(4日を除く) 毎週金曜 計7回 午前9時50分～10時50分  
 ②9月7日～10月26日(5日を除く) 毎週土曜 計7回 午後1時～2時  
 場 滝野川体育館第一武道場(西ヶ原2-1-6)  
 定 各5名(申込順) 費 5,000円(小・中学生3,000円)(傷害保険料を含む)  
 申 8月23日(金)までに、Eメール(記入例参照。①②の別も記入)で申込  
 問 先 北区なぎなた連盟 加藤 EM [wheatcyan@ymail.ne.jp](mailto:wheatcyan@ymail.ne.jp)

### ◆「サッカー観戦特別企画 北区シリーズ」東京ユナイテッドFC公式戦無料ご招待

後援 北区  
 ①北区民観戦ご招待  
 対 区内在住、在勤、在学の方  
 日 8月25日(日) 午後6時30分開場  
 内 関東リーグ13節「東京ユナイテッドFC VS 東京23FC」 申 当日、直接会場へ ※区内在住、在勤、在学が分かる身分証を提示  
 ②エスコートキッズ募集  
 対 区内在住、在学、在園の方(4歳～小学6年生) 日 8月25日(日) 午後6時指定場所に集合(当選者に連絡します)  
 =以下、①②共通=  
 場 味の素フィールド西が丘(西が丘3-15-1) 定 22名(抽選) 申 8月18日(日)午後9時までに右記コードで申込 申込はこちら  
 問 先 東京ユナイテッドフットボールクラブ ☎070(4209)9938



申込はこちら

### 子どもの幸せNo.1

#### 9月から児童手当法改正に伴う児童手当の新規申請(認定請求)等の受付を開始します

児童手当法改正に伴い、10月から児童手当の対象児童を高校生年代まで拡大し、保護者等の所得制限を撤廃するなど抜本的拡充が行われます。同法改正で児童手当の支給対象となる保護者等のうち、住民票で確認ができ、区に対し新規申請(認定請求)が必要な方等には、8月下旬にお知らせをお送りします。  
 ※現在区から児童手当(本則・特例)を受けていて、同一世帯で高校生年代の児童も監護している方については、申請不要で増額手続する予定です。ただし、世帯の構成や事情により、提出書類があります。8月下旬にお送りするお知らせをご確認ください。  
 [申請受付開始] 9月から  
 [申請方法] 郵送申請(新規申請はマイナポータルからの電子申請も可)  
 問 児童手当コールセンター ☎(6629)9017  
 [受付時間] 午前8時30分～午後5時(土・日曜、祝日を除く)

#### 赤羽会館カルチャー企画 「産後ママの骨盤セルフケア」

対 令和6年5月1日から7月31日生まれの赤ちゃんママ  
 日 9月26日、10月10日・24日、11月14日・28日、12月5日 各木曜 計6回 午前10時～11時30分(9時45分受付開始)  
 内 育児で疲れている心と体のメンテナンスをご自身でケア出来る「骨盤セルフケア」の講座です。同じ月齢の赤ちゃんを持つママ達と情報交換や交流の場としても楽しみましょう。  
 師 NPO法人彩結び共同代表 佐野愛子氏 定 10名(申込順)  
 費 1万2,000円(全6回)  
 申 往復はがき(記入例参照)または下記コードで、9月9日(月)(当日消印有効)まで  
 問 場 先 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館カルチャー企画 村田 ☎(3901)8121



過去の様子



申込はこちら

#### 「子どもの発達を考える親の会(後期)」参加者募集

対 区内在住で、発達に遅れ・偏り・特性などのあるお子さんの保護者 ※一世帯1名  
 日 下表のとおり

回	日時	内容
第1回	9月25日(水)	・セミナー「インターネットやゲームとの付き合い方」 ・親の会のグループ活動
第2回	11月27日(水)	・勉強会「睡眠と生活リズム」 ・親の会のグループ活動
第3回	令和7年1月22日(水)	・勉強会「子どもの成長」 ・親の会のグループ活動

[時間] いずれも午前9時45分～11時30分  
 場 王子区民センター3階第1ホール(北区豊島1-14-12)  
 [協力] でこぼこキッズ親の会「グラン・ブーケ」  
 定 各回20名(申込順) ※未就園児の保育は要相談 詳しくはこちら  
 申 8月23日(金)午前9時から電話申込  
 問 先 児童発達支援センター ☎(3913)8841



詳しくはこちら

### 子どもの幸せNo.1

#### 親子で体験できるエコ広場 イベント 夏休みキッズフェス赤羽

日 8月17日(土) 午前10時～午後3時  
場 赤羽文化センター美術室  
(赤羽西1-6-1-301)  
内 ①資源分別ゲーム(先着100名にお菓子プレゼント) ②親子で紙すき体験  
③紙すきで作った紙で風鈴づくり ④ヨーグルトの空きカップでつくるかわいい小物入れ  
⑤ダンボールでつくるおもちゃのピストル 詳しくはこちら  
問 富士見橋エコ広場館(水曜、祝日休館)  
☎(3824)3196



#### Papa+Mama'sスクール 乳幼児の子育てが思春期に 現れるの?子育てに大切な言葉と心

対 生後3カ月～1歳6カ月の乳幼児とその父親、母親及び両親 日 9月28日(土) 午前10時～11時30分  
場 北とぴあ9階第1和室「せきれい」 内 身体と心の発達を踏まえた親子のかかわり方などを学んでみませんか。  
師 NPO法人東京都北区子ども感動コミュニティ機構理事 米本昌子氏  
定 25名(抽選) 費 1組500円  
申 往復はがきまたはEメール(記入例参照。参加人数、全員の氏名・年齢も記入)で、9月6日(金)(必着)まで  
問 先 〒114-8503(住所不要)北とぴあ管理事務所Papa+Mama'sスクール係  
☎(5390)1101  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
HP <https://www.hokutopia.jp/>  
EM [event@hokutopia.jp](mailto:event@hokutopia.jp)

#### 桐ヶ丘体育館 ミライク体育教室体験会

日 8月27日～9月10日 毎週火曜 午後5時～6時  
内 子どもの潜在能力を目覚めさせ、将来の可能性を無限に広げる体育教室です。  
申 開催日前日までに、下記コードで申込  
※券売機で当日券をご購入ください。  
[持ち物] 動きやすい服装、飲み物  
費 500円  
問 場 桐ヶ丘体育館  
(赤羽台3-17-57)  
☎(3908)2316  
HP <https://kita-tai.com/> 申込はこちら



#### 滝野川体育館 8月～11月 幼児・小学生体操教室参加者募集!

対 区内在住、在学、在園の4歳～小学6年生  
日 8月27日～11月5日(9月17日、10月15日を除く) 毎週火曜 計9回 午後3時50分～5時40分(2部制) 定 未就学児60名、小学生60名(いずれも申込順) 費 900円  
※初回レッスンまでに、1階受付横券売機でチケットをご購入ください。  
申 8月26日(月)までに、右記コードまたはホームページで申込  
問 場 先 滝野川体育館 申込はこちら  
(西ヶ原2-1-6) ☎(3940)1801  
HP <https://kita-tai.com/sports-takitai/class/>



#### 北区民ハゼ釣大会

共催 北区  
対 区内在住、在勤、在学の中学生、高校生及び小学生以下のお子さんと保護者  
日 8月25日(日) 午前6時に王子駅前公園(三角公園)集合 ※6時20分に出発 バスで現地に向かいます。 ※雨天決行  
場 木更津市周辺  
内 ハゼ30匹の重量で競います。  
定 70名(申込順)  
費 6,000円(中学生以下3,000円)  
申 8月19日(月)までに、電話申込  
問 先 北区釣魚連合会理事長 戸田 同副会長 和田  
EM [abc-wada@s2.dion.ne.jp](mailto:abc-wada@s2.dion.ne.jp)  
☎070(5584)2853

#### 女子生徒・児童サッカークリニック

主催 (一社)東京都北区サッカー協会  
後援 北区・北区体育協会  
対 区内在住、在学の小学5・6年生女子及び中学生女子  
日 8月24日、9月21日、10月19日、11月9日 各土曜 午後3時15分～6時(3時受付開始) ※雨天中止  
場 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27)  
師 日本サッカー協会JFAコーチ関東女子担当 池田浩子氏  
定 各20～50名程度(申込順)  
申 各開催日の1週間前の正午までに、右記コードで申込  
問 先 小更 申込はこちら  
☎070(5579)9564



#### 産業技術高専オープンカレッジ 「体から出てくる電気を見てみよう!」

後援 北区教育委員会  
対 中学生  
日 9月23日(休) 午前10時～正午  
内 生体電気信号の測定や生体電気信号の特徴を捉えるプログラム作成を行います。  
師 同校教員 定 9名(抽選) 費 600円  
申 9月5日(木)までに、ホームページの申込フォームで申込  
問 場 先 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)  
☎(3801)0145  
HP <https://www.metro-cit.ac.jp>

#### つかる医療・福祉No.1

#### 心身障害者医療費助成制度 受給者証をお持ちの方へ

8月31日に有効期限が切れる「心身障害者医療費助成制度」受給者証をお持ちの方で、9月1日以降も受給資格がある方には、8月下旬に新しい受給者証を発送します。新しい受給者証が届きましたら、9月以降に、古い受給者証を各障害相談係(王子・赤羽)または区民事務所にお返しください。  
また、以前に「心身障害者医療費助成事由消滅通知書」を交付された方で、次の①②のいずれかに該当する方は、9月1日以降再度申請することで受給資格が生じる場合があります。  
①後期高齢者医療制度加入者のうち、令和5年度住民税が課税のため資格が喪失し、令和6年度住民税が非課税になった方

②65歳未満で、一度心身障害者受給対象者になり、所得基準超過で資格を喪失した方  
※詳しくはお問い合わせください。  
問 障害福祉課王子障害相談係(区役所第一庁舎1階2番)  
☎(3908)9081  
赤羽障害相談係(赤羽会館6階)  
☎(3903)4161

#### 女性のための健康相談

①女性の産婦人科医師による個別相談  
内 妊活・月経前緊張症・更年期などの相談が無料でできます。 定 5名(申込順)  
②女性のからだケア体験コーナー  
内 歯列接触癖(歯をつづつづける癖)の自己チェック、乳がん自己チェック、食生活チェック、産後の骨盤底筋体操などの体験ができます。 定 15名(申込順)  
=以下、①②共通=  
対 区内在住の女性(お子さん連れも可)  
日 9月25日(水) 午後2時～4時  
場 赤羽会館7階  
申 8月15日(木)午前9時から電話申込  
問 先 赤羽健康支援センター  
☎(3903)6481

#### 障害のある人の家族が知っておきたい 「成年後見制度のABC」

対 区内在住、在勤、在学の障害のある方の家族、福祉関係者  
日 9月12日(木) 午前10時～11時45分(9時45受付開始)  
場 十条台ふれあい館別館第1ホール(中十条1-2-18)  
師 権利擁護センター「あんしん北」センター長 飯野加代子氏 定 50名(申込順)  
申 9月6日(金)までに、Eメール、ファクス(記入例参照)または電話申込  
問 先 北区障害者基幹相談支援センター(中十条1-2-18)  
☎・FAX(3905)7226  
EM [peernet@peernet.or.jp](mailto:peernet@peernet.or.jp)

#### 介護予防講演会 「あなたの聞こえは大丈夫?～耳の聞こえが及ぼす影響について～」

日 場 師 申 下表のとおり

日程	会場・講師	申込方法
9月19日(木)	場 北とぴあ14階 スカイホール 師 耳鼻咽喉科北嶋医院 院長 北嶋 整氏	8月13日(火)から往復はがき(記入例参照)またはファクスで、8月30日(金)(必着)まで
9月26日(木)	場 滝野川会館5階 小ホール 師 中村耳鼻咽喉科クリニック院長 中村 弦氏	8月13日(火)から往復はがき(記入例参照)またはファクスで、9月6日(金)(必着)まで
10月2日(水)	場 赤羽会館4階 大ホール 師 石山耳鼻咽喉科医院 院長 石山浩一氏	8月13日(火)から往復はがき(記入例参照)またはファクスで、9月13日(金)(必着)まで

[時間] 午前10時～11時30分(9時30分開場)  
=以下、共通=  
対 区内在住の方  
内 聞こえの衰えとフレイルの関係  
定 各回80名(抽選)  
問 先 〒114-8508(住所不要)長寿支援課  
☎(3908)9017  
FAX(3908)9257

#### 介護予防で元気はつつサロン

●健やか、いきいき体操講座  
対 滝野川3～7丁目在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
日 8月30日(金) 午前10時～11時30分  
場 滝野川西区民センター6階会議室(滝野川6-21-25)  
師 ぶらっとほーむ滝野川東介護予防運動指導員 清水幸枝氏  
申 8月12日(休)午前10時から電話申込  
問 先 滝野川西高齢者あんしんセンター  
☎(6903)4015  
●お家でできる簡単体操  
対 田端新町・東田端全域に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
日 9月4日(水) 午前10時～11時30分  
場 新町コミュニティアリーナ第2ホール(田端新町2-27-17)  
師 介護予防運動指導員  
申 8月14日(水)午前10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  
●いつまでも元気に歩くための転倒予防  
対 赤羽北1～2丁目、赤羽北3丁目(3～5、16～26を除く)、赤羽台4丁目2～15、17(9・25～65)、18、19、赤羽3丁目5(1・13～15)、6(10～26)、7～29に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
日 9月10日(火) 午後2時～3時30分  
場 赤羽北区民センター2階第1ホールA(赤羽北2-25-8-201アクトピア北赤羽六番館)  
師 あん摩・マッサージ指圧師 進藤知樹氏  
申 8月14日(水)午前9時から電話申込  
問 先 赤羽北高齢者あんしんセンター  
☎(5948)5940  
=以下、共通=  
[持ち物] 動きやすい服と運動靴、タオル、飲み物、マスク 定 20名(申込順)

#### 家族介護者教室

●知っておきたい老人ホームの種類と特徴  
対 区内在住、在勤の方  
日 9月7日(土) 午前10時～11時30分  
場 赤羽会館4階小ホール  
内 老人ホームや介護施設は入居条件や利用目的によってさまざまな種類があります。いざという時に備え、たくさんある老人ホームの種類や特徴を学びましょう。  
師 ロイヤル介護入居相談室相談員 中込 稔氏  
定 25名(申込順)  
申 8月13日(火)午前10時から電話または右記コードで申込  
問 先 赤羽高齢者あんしんセンター  
☎(3903)4167  
●あれ?これ難聴?それとも認知症?  
対 上十条2～5丁目、十条仲原1～4丁目、十条台2丁目にお住まいの方  
日 9月9日(月) 午前10時～11時  
場 十条高齢者あんしんセンター多目的室(上十条3-1-25帝京大学4号館1階)  
内 聞こえづらさと認知症の関係性などを学びます。  
師 ビコー訪問看護リハビリステーション 言語聴覚士 赤瀬匠弥氏  
定 20名(申込順)  
申 8月15日(木)午前9時から電話申込  
問 先 十条高齢者あんしんセンター  
☎(5948)9981



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

●8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: 簡単に効果絶大!北区近所体操  
正午・午後8時・10時: 祝150周年!いつの時代も愛される飛鳥山公園の魅力に迫る!  
問 シティブランディング戦略課 ☎(3908)1364

