

# 北区ニュース

## 主な内容

- 東京都議会議員選挙……………2面
- 元気ぶらざの健康運動教室……………2面
- 情報の泉……………3~4面
- 耳の検診・眼科検診……………4面

### 《新型コロナウイルスワクチン》

(以下は令和3年5月31日現在の情報であり、記載の内容は見直される場合があります)

## ワクチン接種に関わる今後の取り組みについて

新型コロナウイルスワクチン接種担当課

高齢者に次いで優先順位が高い「基礎疾患を有する方」「60歳から64歳の方」は、一般の方より早い時期にワクチンを接種することができます。高齢者接種が概ね終了した後に、優先接種の予約を開始する予定です。

なお、接種券は16歳から64歳の方を対象に、6月25日(金)に発送します。

### 64歳以下の区民の皆さんの接種券「6月25日(金)に一齐発送」

6月	7月	8月	9月
6/28から予約・6/29から接種開始		基礎疾患を有する方	
6/28から予約・6/29から接種開始		60歳から64歳の方	
	7/12から予約・7/13から接種開始	40歳から59歳の方	
	7/26から予約・7/27から接種開始	16歳から39歳の方	

※高齢者施設等の従事者は、施設内で接種するなどにより優先性を確保します

### ◆かかりつけ患者へ接種する医療機関

6月7日(月)から、診療所やクリニック等でワクチンを接種できるようになりました。北区ニュース6月1日号で掲載した医療機関以外にも、下記医療機関の65歳以上のかかりつけ患者は、ワクチン接種ができる場合があります。

詳しくは、かかりつけ医へご相談ください。

令和3年5月31日現在

地域	医療機関	地域	医療機関
王子	いさ内科クリニック	赤羽	赤羽耳鼻咽喉科クリニック
	小湊小児科医院		赤羽整形リウマチクリニック
	高橋医院		赤羽リハビリテーション病院
	中野レディースクリニック		塩谷医院
	峯岸医院		北赤羽内科医院
	吉田医院		桐ヶ丘医院
	青柳診療所		南原内科クリニック
	佐久間医院		志茂 碓井医院
	清野内科医院		浮間 磯部医院
	吉利医院		桐ヶ丘 赤羽台診療所
王子	あすかホームケアクリニック	桐ヶ丘 桐ヶ丘団地診療所	
	石垣医院	西ヶ原東 青木内科クリニック	
	板垣医院	滝野川東 一里塚クリニック	
	岸メディカルクリニック	滝野川西 板橋医院	
	生協北診療所	滝野川西 高橋クリニック	
東十条	中島クリニック	滝野川西 たきのがわ泌尿器科内科	
	渡辺医院	東京メディカルクリニック	
	オレンジほっとクリニック	昭和田 耳鼻咽喉科北嶋医院	
堀船	赤羽在宅クリニック	昭和田 竹内クリニック	
	赤羽南クリニック	田端 小出医院	
赤羽	赤羽もり内科 腎臓内科	田端 こまごめ内科・循環器内科クリニック	
	赤羽在宅クリニック	東田端 高杉医院	
	おりはた乳腺胃腸パラスクリニック		

### 【予約方法】 ※優先接種に該当する方の予約は、まだ受付していません。

#### ◆インターネットで予約

北区の新型コロナウイルスワクチン接種のホームページから予約ページにお進みください。

<https://www.city.kita.tokyo.jp/wakuchin.html>



#### ◆電話で予約

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターへおかけください。予約時に、券番号・氏名・住所・電話番号等をお聞きます。

☎ 0120(801)222

※コールセンターが混み合うと、電話が繋がらないことがあります。しばらく時間を置いてかけ直していただくか、インターネットの専用予約サイトからお申込みください。

### ◆高齢者のワクチン接種予約のお手伝いをします(6月30日(水)まで)

耳が聴こえにくく電話予約が困難、インターネットが使えない、予約を手伝ってくれる人がいない等の高齢者の接種予約を、高齢者あんしんセンター職員等がお手伝いします。地域振興室に設置する臨時窓口へ直接お越しください。平日午前10時~午後4時受付。

### ◆優先接種に該当する方

高齢者接種の次の接種対象者	
基礎疾患を有する方	令和3年度中に65歳に達しないものであって、以下の病気や状態の方で、通院/入院している方
	・慢性の呼吸器の病気
	・慢性の心臓病(高血圧を含む)
	・慢性の腎臓病
	・慢性の肝臓病(肝硬変等)
	・インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
	・血液の病気(ただし、鉄欠乏性貧血を除く)
	・免疫の機能が低下する病気(治療や緩和ケアを受けている悪性腫瘍を含む)
	・ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
	・免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
60~64歳の方	・神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害等)
	・染色体異常
	・重症心身障害(重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態)
	・睡眠時無呼吸症候群
	・重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障害(療育手帳を所持している場合)
	・基準(BMI30以上)を満たす肥満の方
	昭和32年4月2日から昭和37年4月1日生まれの方

### ◆未接種の高齢者(65歳以上)の方へハガキを発送します

区の接種会場は、予約枠に余裕があります。接種がお済みでない方・予約がお済みでない方へ、改めてワクチン接種のご案内ハガキを発送します。

### ◆余剰ワクチン対策について

当日のキャンセル等で、接種の準備が完了している残余ワクチンが発生した際、区は重症化リスクが高い高齢者と日々接し、クラスター対策としても優先度が高い介護従事者へ、残余ワクチンを接種していきます。

### ◆ワクチン接種の予約時刻について

区では、多くの方にワクチンを接種していただくために、予約の指定時刻(15分間隔)の中で、医療機関が対応できる最大限の人数を受け入れています。そのため、予約時刻を過ぎてしまう場合や、会場内でお待ちいただく場合があります。区民の皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。また、夏場にかけて熱中症の恐れもありますので、**指定の時刻にお越しいただくようご協力をお願いいたします。**

## 自衛隊大規模接種センターについて

防衛省・自衛隊は、新型コロナウイルスワクチンの接種に係る自衛隊大規模接種センター(千代田区大手町)を開設し、5月24日から接種を開始しました。

自衛隊大規模接種センターは、北区の接種券で接種することができます。詳しくは、下記インターネットサイト及び「自衛隊東京大規模接種センター専用問い合わせ窓口」へお問い合わせください。

※北区会場と自衛隊接種会場の二重予約はしないでください。重複した場合は、必ずご自身でキャンセルをお願いします。大規模接種センターで接種をされた方のご予約が、区の予約システムに残っている場合には、確認が取れた段階で取り消しますが、ご自身の予約の取り消しにご協力ください。

HP <https://www.mod.go.jp/j/approach/defense/saigai/2020/covid/center.html>

☎ 自衛隊東京大規模接種センター専用 問い合わせ窓口

☎ 0570(056)730 〔受付時間:午前7時~午後9時(土・日曜、祝日も開設)〕

# 東京都議会議員選挙

## 投票日 7月4日(日) 投票時間 午前7時～午後8時

※混雑のため投票までにお時間を要する場合があります。投票所では、マスクの着用等咳エチケットや手指の消毒など新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。

問 選挙管理委員会事務局  
☎(3908)9054 FAX(3908)9064

### 北区で投票できる方

平成15年7月5日までに生まれた日本国民で、令和3年3月24日までに北区に住居登録をしていて、引き続きお住いの方

最近住所を移した方はご注意ください!

#### 【北区に転入した方】

都内から転入し、前住所地の選挙人名簿に登録されている方は、前住所地の区市町村で投票できます。その場合は、原則として、北区長が発行する「選挙用住民票」(無料)が必要です。

#### 【北区から転出した方】

北区の選挙人名簿に登録されていて、令和3年2月26日以降に都内へ転出し、新住所地の選挙人名簿に登録されていない方は、北区で投票できます(※2月26日から3月3日の間に転出された方は、転出日より、投票できる日が制限されます。詳しくはお問い合わせください)。その場合は、原則として、新住所地の区市町村長が発行する「選挙用住民票」(無料)が必要です。 ※都外に転出した方は投票できません。

#### 選挙のお知らせ(投票所入場整理券)

6月25日(金)頃から、1つの封書に世帯全員分をまとめて郵送します。

※「選挙のお知らせ」が届かない場合や紛失した場合でも、北区の選挙人名簿に登録され、選挙の要件を満たしていれば投票できます。投票所で係員にその旨をお申し出ください。

投票所変更のお知らせ ※該当の区域にお住まいの方は、ご注意ください。

投票区	新投票所名(新所在地)	旧投票所名(旧所在地)	区域
第6投票区	防災センター(西ヶ原2-1-6)	飛鳥中学校(西ヶ原3-5-12)	西ヶ原一丁目28~33、35~37、43~46 西ヶ原二丁目(全域) 西ヶ原三丁目1~31、58~66(終)
第24投票区	いきがい活動センターさくらあ北(旧健康増進センター)(王子5-2-5-101)	王子第一小学校(旧桜田小学校)(王子5-2-8)	王子四丁目(全域) 王子五丁目1~4 東十条一丁目(全域)

### 期日前投票所

仕事や旅行、用事などで投票日に投票所に行けない方は、期日前投票をご利用ください。

投票所名(所在地)	期日前投票期間	駐車場
区役所別館2階研修室(王子本町1-11-9)	6月26日(土)~7月3日(土) 午前8時30分~午後8時	あり ※限りあり
赤羽会館1階ロビー(赤羽南1-13-1)		
滝野川会館2階ホワイエ(西ヶ原1-23-3)		
赤羽北区民センター2階活動室(赤羽北2-25-8-201)		
田端文土村記念館1階多目的ホール(田端6-1-2)		なし
東十条区民センター3階地域振興室会議室(東十条3-2-14)		

※区役所別館で投票される方は、区役所第一庁舎の駐車場をご利用ください。

※6月20日(日)から7月3日(土)まで、田端文土村記念館多目的ホール内の常設展示資料の一部をロビーにて展示します。

### お身体の不自由な方などへ

【代理投票】ご自身で投票用紙に記入できない方は、申し出により投票所係員が代筆します。

【点字投票】点字器や点字版氏名等一覧を利用して点字投票をすることができます。

【その他の投票所備え付け物資】コミュニケーションボード、文鎮、ルーペ、老眼鏡、車イス  
※必要場合は、投票所の係員にお申し出ください。

【不在者投票】 ※詳しくはお問い合わせください。

対象者は、「北区で投票できる方」に当てはまる方です。

【滞在地での投票】選挙期間中に仕事や旅行、災害やDV被害等によって避難しているなどで区外に滞在中の方は、あらかじめ、投票用紙を取り寄せて、滞在先の不在者投票場所で投票できます。

【指定施設での投票】病院や老人ホームなどの指定施設に入院・入所中の方は、施設内で投票できます。

【郵便等による投票】介護保険被保険者証で要介護5の認定を受けている方や、身体障害者手帳をお持ちの方で、下表の基準に該当する方が対象です。あらかじめ登録の手続きをして「郵便等投票証明書」の交付を受けることで、郵送による投票ができる場合があります。なお、投票用紙の請求期限は6月30日(水)(必着)です。

障害・要介護を証明するもの		障害などの等級
介護保険の被保険者証		要介護5
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級または3級
	免疫・肝臓	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹	特別項症から第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓	特別項症から第3項症

### 選挙公報の各戸配布

候補者の政見などを記載した選挙公報は6月29日(火)頃から順次各世帯に配布します。また、区内施設や駅の広報スタンドにも備え置きます。

東京都選挙管理委員会ホームページ(<https://www.senkyo.metro.tokyo.lg.jp/>)でもご覧いただけます。

点字版、音声版の選挙公報(概要版)も用意しています。ご希望の場合は、北区選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

### 投票・開票速報

開票は7月4日(日)午後9時から滝野川体育館で即日開票します。また、投票・開票の速報は、投票日当日に北区ホームページでご覧いただけます。

### 投票の呼びかけ

7月4日(日)の午前10時、午後1時、6時5分頃に、防災無線で投票案内を放送します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

記号の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用

費用(記載のない場合は無料です)

申込方法

お問い合わせ

先

HP

ホームページ

EM

メール

## 元気ぶらざの健康運動教室

対区内在住、在勤、在学の18歳以上の方 日内定費下表のとおり

※詳しくはホームページをご覧ください。

申込復はがき(記入例参照。ふりがな・性別・希望教室名も記入)で、6月23日(水)(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/>



教室名	日程	内容	定員(抽選)	費用
ピラティス&ストレッチ	7月7日~9月1日(8月11日を除く) 毎週水曜 計8回 午前9時30分~10時30分	体幹を鍛えるエクササイズを行い、怪我をしにくい身体作りを目指します。	10名	7,200円
太極拳24式	7月7日~9月1日(8月11日を除く) 毎週水曜 計8回 午前11時~正午	身体バランスの強化や健康維持を目的とし、24の動きを順に習得していきます。	10名	7,200円
ヨガ&ルーシーダットン①	7月7日~9月1日(8月11日を除く) 毎週水曜 計8回 午後7時~8時	精神と肉体に効果のある動きの組み合わせで、身体のメンテナンスを行います。	10名	7,200円
骨盤エクササイズ	7月8日~9月2日(7月22日、8月12日を除く) 毎週木曜 計7回 午前9時~10時	骨盤周辺の筋力を鍛え、美しいボディバランスを作ります。 ※運動靴をご用意ください。	10名	7,000円
爽快!リズムトレーニング	7月8日~9月2日(7月22日、8月12日を除く) 毎週木曜 計7回 午前10時10分~11時10分	リズムに合わせた有酸素運動と筋力トレーニングで、脂肪の燃焼を促します。 ※運動靴をご用意ください。	10名	7,000円
ヨガ&ルーシーダットン②	7月8日~9月2日(7月22日、8月12日を除く) 毎週木曜 計7回 午前11時~正午	精神と肉体に効果のある動きの組み合わせで、身体のメンテナンスを行います。	10名	6,300円
【高齢者優遇事業】 らくらくエクササイズ①	7月8日~9月2日(7月22日、8月12日を除く) 毎週木曜 計7回 午後1時30分~2時30分	ストレッチや筋力、体操などを組み合わせ、肩こりや腰痛を予防します。	10名	一般:6,300円 いこいの家利用証提示:4,200円
【高齢者優遇事業】 らくらくエクササイズ②	7月8日~9月2日(7月22日、8月12日を除く) 毎週木曜 計7回 午後3時~4時	ストレッチや筋力、体操などを組み合わせ、肩こりや腰痛を予防します。	10名	一般:6,300円 いこいの家利用証提示:4,200円
【体験教室】 自重で簡単!ストレッチandトレーニング	7月9日~9月3日(7月23日、8月13日を除く) 毎週金曜 計7回 午後1時30分~2時30分	ストレッチや自重トレーニングで姿勢改善や代謝アップを目指します。	10名	500円/1回 【ご応募は電話が窓口】

## がん検診(検診車)

対内下表のとおり

検診種別	検査項目	対象(年齢は令和4年3月31日現在)	自己負担金
胃がん検診	バリウム検査	37歳以上で、前年度胃内視鏡検査を受けていない方	無料
	エックス線検査	40歳以上の方	500円
肺がん検診	喀痰検査	50歳以上で、喫煙指数600以上の方	300円
	(エックス線検査と合わせて受診)	(喫煙指数=1日の喫煙本数×喫煙年数)	
大腸がん検診	便潜血検査	37歳以上の方	300円

※自己負担金は検診会場でお支払いください。生活保護等を受給している方は、自己負担金が免除になります。  
※胃がん検診内視鏡検査は50歳以上の方に区内医療機関で実施しています。詳しくはお問い合わせください。

場 王子健康支援センター(東十条2-7-3 北区保健所)、赤羽健康支援センター(赤羽南1-13-1 赤羽会館)

申 電話、はがきまたはファクス(記入例参照)で申込

【受診方法】区から受診券を受け取った後、東京都予防医学協会に検診日の予約が必要です。

問 先 健診コールセンター ☎(3908)9034 FAX(3905)6500

〒114-8508(住所不要)健康推進課健康係

目 下表のとおり

検診会場	王子健康支援センター			赤羽健康支援センター		
	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診
8月	—	13日(金)	13日(金)	25日(水)	25日(水)	25日(水)
9月	—	24日(金)	24日(金)	29日(水)	29日(水)	29日(水)
10月	15日(金)	—	15日(金)	4日(月)	4日(月)	4日(月)
11月	26日(金)	—	26日(金)	29日(月)	29日(月)	29日(月)

はがきFAX記入例

検診車申込  
○〇検診  
△△検診  
(希望する検診種別を記入)

住 氏 名  
所 氏 名  
生年月日  
電話番号



新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、一部の施設の休館及びサービスの利用の休止や区の事業・イベントを中止・延期等する場合があります。詳しくは、各施設・担当課・実施機関のホームページをご覧ください。

北区ニュースは、視覚に障害のある方のために、声の広報(カセットテープ版・デジ版)及び点字広報(点字版)を発行しています。

ご希望の場合は、広報課 ☎(3908)1102 までお申し込みください。



### 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

今後、新型コロナウイルス感染症の影響により、区の事業・イベントを中止・延期することがあります。最新情報は北区ホームページをご覧ください。それぞれの担当課・実施機関へお問い合わせください。  
区の事業・イベントに参加をされる際は、事前の検温、マスクの着用や咳エチケット、手洗い等の感染症予防対策にご協力をお願いします。

### 北区広報番組 **住めば、北区東京。**

●6月の番組  
旧古河庭園～100年の歩み～(再放送)  
[放送日時] 毎日午前9時(★)、正午、午後8時・11時の4回。  
★午前9時から特別放送枠として、「簡単に効果絶大!北区ご近所体操」を放映しています。  
※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 シティプロモーション 住めば、北区東京。推進担当課  
☎(3908)1364

### お知らせ

#### ◆6月22日は「らい予防法による被害者の名誉回復及び追悼の日」です

ハンセン病は、かつては「らい病」と呼ばれた、極めて感染力の弱い病原菌による感染症です。現在は発病しても有効な治療薬により治癒しますが、かつて患者に対して誤った政策がとられたため、患者やその家族に苦痛を与えたとともに、多くの方がこの病気に対して偏見を持つことになりました。

厚生労働省は平成21年度からハンセン病療養所入所者等に対する補償金の支給等に関する法律の施行日である6月22日を「らい予防法による被害者の名誉回復及び追悼の日」と定めています。また、全国の地方自治体でその前後一週間を「ハンセン病を正しく理解する週間」として正しい知識の普及啓発に取り組んでいます。

6月はハンセン病への差別や偏見を解消するために、正しい知識を理解する機会としましょう。

問 多様性社会推進課 ☎(3913)0161  
HP [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryoku/kenkou/hansen/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/hansen/index.html)

#### ◆休日に納税相談・納付窓口を開設します

特別区民税・都民税の納税に関する相談を行います。平日お勤めされている方や忙しい方のために、次の日程で窓口を開設します。

お困りの状況に合わせてご相談をお受けしていますので、ご利用ください。

日 6月20日(日) 午前9時～午後4時  
問 場 収納推進課(区役所第一庁舎2階19番) ☎(3908)1129

#### ◆6月30日は固定資産税・都市計画税第1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、お手元の納付書裏面に記載されている金融機関、コンビニエンスストア等でお納めください。クレジットカードやスマートフォン決済アプリでも納付できます。安心・便利な口座振替もご利用ください。

問 北都税事務所 ☎(3908)1171

#### ◆令和3年度特別区民税・都民税の納期内納税にご協力ください

令和3年度特別区民税・都民税(普通徴収分)について、6月7日(月)に納税通知を交付しました。

特別区民税・都民税(普通徴収分)は、通常年4回の納期毎に、納税者の皆さんに自主的に納めていただくこととなっています。

6月30日(水)は特別区民税・都民税(普通徴収分)第1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(王子区民事務所を除く)、銀行、信用金庫、信用組合、ゆうちょ銀行、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(モバイルレジ)

モバイルレジとは、納付書に印字されたバーコードをスマートフォンで読み取り、モバイルバンキングを利用してお支払いできるサービスです。詳しくは納付書裏面をご覧ください。

#### ●口座振替(自動払込)が便利です

納税通知書に同封のはがき(依頼書)で申し込みができます。依頼書を記入後、個人情報保護シールを貼り、そのままポストに入れてください。依頼書がない場合はご連絡ください。

これから申し込む場合は、第2期(令和3年8月31日(火))分以降から引き落としとなります。7月9日(金)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) ※振替日前営業日までに預金残高をご確認ください。口座振替済みのご確認は、預貯金通帳をお願いします。

=以下、共通=

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

#### ◆古民家年中行事「浮間の七夕を飾ります」

豊作を祈願して、大きな笹竹に七夕飾りをします。また、笹竹の間に荒川流域で採取した真菰(まごも)を使って、七夕馬(雄と雌の2頭)を作り飾ります。7月2日(金)まで体験館に用意した短冊に願い事を書いて所定の箱に入れていただければ大竹に飾りつけます。

日 7月4日(日)～11日(日)

問 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)  
☎(5993)8361



#### ◆令和3年度東京都介護支援専門員(ケアマネジャー)実務研修受講試験「受験要項」を配布します

[配布期間] 6月30日(水)まで

[資格] 保健・医療・福祉分野で原則として5年以上かつ900日以上の実務経験がある方ほか

[試験日] 10月10日(日)

[受験要項の配布場所]

- ①介護保険課給付調整係 ②高齢福祉課高齢相談係 ③各高齢者あんしんセンター
- ④都庁1階及び2階案内所

[申込受付期間] 6月30日(水)まで

問 東京都福祉保健財団所定の封筒を使用し、必ず簡易書留扱いにしてください。

※「受験要項」を郵送で請求する場合は、250円切手を貼った角2(A4サイズ)の封筒を同封し、〒163-0719 新宿区西新宿2-7-1小田急第一生命ビル19階 東京都福祉保健財団ケアマネ試験担当まで送付してください。また、受験要項希望と封筒に明記してください。

問 介護保険課給付調整係(区役所第一庁舎1階13番) ☎(3908)1119

#### ◆北区「事業とくらしの無料相談会」

共催 北区

日 7月3日(土) 午後1時～4時

場 北とぴあ地下展示ホール

内 法律、税金、不動産、登記、会社経営、労働、行政手続等の身近な諸問題に専門家(弁護士、行政書士など10の士業)が無料でお答えします。

問 6月21日(月)から6月25日(金)までに電話予約(午前10時～正午、午後1時～4時)(完全予約制)

問 先 東京パブリック法律事務所 ☎(5979)2920

#### ◆司法書士による無料相談会

後援 北区

登記・法律・空家問題等相談会

日 6月24日(木) 午後6時～9時

場 赤羽会館4階第4集会室(赤羽南1-13-1)

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、空き家問題、借金問題など

問 前日までに電話申込

問 先 東京司法書士会 北・荒川支部 大島 ☎(5948)4264

### 休館

#### ●北区ふるさと農家体験館

日 6月25日(金) 内 茅葺き屋根の維持・管理のため燻煙作業を行います。当日の施設利用・見学はできません。

問 北区飛鳥山博物館管理運営係(月曜休館) ☎(3916)1133

### 募集

#### ◆シルバー人材センター家事援助就業会員募集

対 区内在住の60歳以上の方

日 7月9日(金) 午後1時～4時

場 北とぴあ7階第一研修室

内 シルバー人材センター入会説明会・家事援助事業(掃除、洗濯、買物、調理など)の説明・入会手続き ※筆記具、住所が確認できるもの(健康保険証、運転免許証など)、印鑑をお持ちください。定20名(申込順)

問 7月5日(月)までに電話申込

問 先 北区シルバー人材センター ☎(3908)8400

#### ◆夏季ごみ収集作業員(会計年度任用職員)募集

対 18歳以上の方(高校生不可)

[勤務内容] 屋外の集積所でごみを清掃車に積込む作業

[勤務期間] 7月～9月

[勤務日数] 4週で16日以内

[勤務時間] 午前7時40分～午後4時25分

[賃金] 日給1万145円(交通費別途支給)

問 6月17日(木)から19日(土)までに電話連絡後、履歴書を持参

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 先 北区清掃事務所(北区豊島8-4-3)

☎(3913)3141



詳しくはこちら

#### ◆北とぴあ演劇祭脚本ワークショップ 受講者募集

初心者でも楽しみながら脚本のイロハが学べます。今年のテーマは「もうイヤ!!」です。また、ワークショップで生まれた作品のいくつかを受講生自らが演劇祭でリーディング発表します(自由参加)。

対 中学生以上の方(当講座の受講が今年で3年目以上の方を除く)

日 8月31日～10月5日 毎週火曜 計6回 午後7時～9時

場 北とぴあ9階902会議室

師 脚本家 吉田貴秀氏

定 15名(申込順。中高生枠は5名)

費 一般6,000円、中高生3,000円

問 6月11日(金)午前9時から電話またはホームページで申込

問 先 北区文化振興財団 北とぴあ演劇祭担当

☎(5390)1221

HP <http://www.hokutopiaengekisai.com/>

### 講座・催し

#### ◆北区飛鳥山博物館講座「第37回 新聞から読む考古学—2021年上半期を振り返る—」

日 ①7月3日(土) ②4日(日) 午後2時～4時 ※両日とも同一内容

場 飛鳥山博物館会議室

内 新聞を賑わす考古学の記事の中から、いくつかの記事をピックアップし、解説します。

師 同館学芸員 定 各24名(抽選)

費 100円(資料代)

問 往復はがき(記入例参照)に希望日を明記し、6月22日(火)(必着)まで

問 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

#### ◆「ロコモ予防講座～ロコモ予防・気づけば手遅れ??動ける今から始める身体ケア～」

対 区内在住、在勤の40代～50代の方

日 7月18日(日) 午後2時～4時

場 北とぴあ15階ベガサスホール

内 いつまでも「動ける身体」を保つために、簡単な筋力アップ運動、バランストレーニング、身体を上手にコントロールするための脳活性トレーニングを紹介、実践します。

※当日教室開始前に血圧測定を行い、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 荒木邦子氏 定20名(抽選)

問 往復はがきまたはEメール(記入例参照。Eメールの場合はメールアドレスも記入)で、6月30日(水)(必着)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068

EM [kenko-suishin@city.kita.lg.jp](mailto:kenko-suishin@city.kita.lg.jp)

講座・催しなどを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込む場合の記入例は左上をご覧ください

# 講座・催し

**◆赤羽文化センター特別講座**  
「きたくあかばね講談会(第3回)～神田紅佳のとにかく夏を楽しむ講談会～」

**日**7月18日(日) 午後1時30分～3時30分  
**内**講談2席、講談体験、カッポレ教室ほか  
**師**講談師 神田紅佳氏、田辺凌天氏  
**定**50名(抽選) ※未就学児は不可  
**費**1,000円(小中高生800円)  
**申**はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、7月7日(水)(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区民協働講座**  
「楽しいドイツ語グーテンターク!」

**対**区内在住、在勤、在学の方  
**日**7月14日・28日 各水曜 計2回 午前10時～正午  
**内**挨拶、数字、カフェでの注文方法など  
**師**篠荻敬子氏 **【協力】**ドイツ語リーベ  
**定**10名(抽選) **申**はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、6月29日(火)(必着)まで  
**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

**◆個店の売上アップ事業**  
「ワクワク系の店づくり実践講座」

**対**区内で店舗・会社等を経営している方、または在勤の方で、全回参加できる方  
**日**①7月8日(木) ②8月19日(木)  
③9月30日(木) ④11月11日(木)  
⑤令和4年1月27日(木) 午後2時～6時  
**場**赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301) **内**全国で業種・規模を問わず1万件以上の成果事例を出している「ワクワク系」の経営手法を学びます。 **師**オラクルひとしくみ研究所代表 小阪裕司氏  
**定**50名(抽選)  
**申**詳しくは北区ホームページをご覧ください。  
**問**産業振興課商工係 **☎**(5390)1235

**◆KITAKUスーパーサイエンススクール**  
「癌やコロナウイルスから私たちを守ってくれる免疫のしくみを学ぼう!」

**対**区内在住、在学の中学生・高校生  
**日**7月27日(火) 午後2時～4時  
**場**Zoomによるオンライン講座  
**内**私たちの健康維持に必須な免疫の仕組みについて、一緒に勉強しましょう。  
**師**(公財)東京都医学総合研究所 生体分子先端研究分野幹細胞プロジェクトリーダー 原 孝彦氏 **定**20名(抽選)  
**申**はがき(記入例参照。学校名・学年も記入)で、7月8日(木)(必着)まで  
**問先**〒114-8546(住所不要)生涯学習・学校地域連携課 **☎**(3908)9323



DNAの写真

## ◆北区日本語教室

**対**北区に住んでいる外国人、北区に仕事や学校で通っている外国人で、あまり日本語を話せない15歳以上のひと  
**日**6月30日～7月21日 毎週水曜 計4回  
午前9時30分～11時30分(予定)  
**場**北とびあ  
**内**簡単な日本語を学べます。  
**定**20名(申込順)  
**申**下記コード、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、6月23日(水)(必着)まで  
※名前・住所・電話番号・国籍を書いてください。  
**問先**総務課総務係 **☎**(3908)9308  
**FAX**(3905)3423 **EM**kokusai-ka@city.kita.lg.jp



申込みはこちら

## ◆ゲーム感覚で歌がうまくなるボイストレーニング教室

**対**区内在住、在学の小中学生以上の方  
**日**6月27日(日) 午後2時～3時  
**場**赤羽岩淵中学校  
**内**詩吟の発声を体験して、ゲーム感覚で腹式発声や気持ち良く声を出す方法を学びます。  
**師**詩吟アーティスト 恵 聖氏  
**定**15名(申込順)  
**費**一般500円、親子(中学生以下のお子さんとその保護者)800円  
**申**6月15日(火)午前10時から電話またはEメール(記入例参照)で申込  
**問先**NPO法人れつど★しゃっふる 村上 **☎**080(1338)0297  
**HP**http://www.red-s.net/  
**EM**murakami@red-s.net

後援 北区

## ◆フリーマーケット

**日**7月25日(日) 午前10時～午後3時(雨天の場合は、7月31日(土)に順延)  
**場**赤羽公園(赤羽南1-14-17)  
**【出店数】**40店(抽選) **【出店料】**1,500円  
**申**往復はがき(記入例参照。搬入時車使用の有無、携帯電話をお持ちの方は携帯番号も記入)で、7月20日(火)(当日消印有効)まで  
**問先**〒154-0012 世田谷区駒沢2-14-1-104 リサイクル推進友の会 **☎**(3412)6857  
(月～金曜 午前10時～午後4時)

後援 北区

## 健康いきいき情報

### ◆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**栄養士による食生活チェック(アドバイスカードのプレゼント付き)ほか、骨盤底筋体操、乳がん自己チェック、歯列接触癖(歯をつくづける癖)のチェック体験ができます。  
**定**15名(申込順)  
=以下、①②共通=  
**日**7月28日(水) 午後2時～4時  
**場**赤羽会館7階(赤羽南1-13-1)  
**申**6月15日(火)午前9時から電話申込  
**問先**健康推進課赤羽健康支援センター **☎**(3903)6481

## 耳の健診・眼科健診

健診期間が1カ月長くなりました。

健診名	対象者 ※区内在住 ※年齢は令和4年3月31日現在	健診期間	受診券の送付	医療機関への予約	自己負担金	健診会場	内容
耳の健診	65歳以上の奇数年齢	7月1日(木)～10月30日(土)	6月中旬に対象者へ送付	必要	500円	区内の指定医療機関	問診、視診、標準純音聴力検査
眼科健診	40、45、50、55、60、65、70、75、80歳	7月1日(木)～11月30日(火)		一部必要			問診、視診、細隙顕微鏡検査、眼底検査、眼圧検査、屈折検査、矯正視力検査、眼底カメラ(必要な場合)

※医療機関によっては、期間内でも予約終了となる場合があります。  
※生活保護等を受給している方は自己負担金免除となります。  
※健診のご予約は各医療機関までお電話ください。

**問**健診コールセンター **☎**(3908)9034

## 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  
**赤羽文化センター区民講座**

### 家庭教育講座①「怒る」と「叱る」の違いを知っていますか?

**日**7月17日(土) 午前10時30分～正午  
**内**適切な叱り方、上手な褒め方、怒りのコントロールについて学びます。 **師**東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科子ども支援学専攻教授 鈴木崇之氏 **定**30名(抽選)  
**家庭教育講座②「知っておきたい家庭でできる性教育～子どもの心と体を守るために～」**  
**日**7月18日(日) 午前10時30分～正午  
**内**お子さんの発達段階や年齢に合わせて行う各家庭での性教育について学びます。  
**師**NPO法人ピルコン理事長 梁矢明日香氏 **定**15名(抽選)

=以下、①②共通=

### 対 区内在住、在勤、在学で小学生のお子さんの保護者またはテーマに関心のある方

**申**はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、①7月2日(金) ②7月5日(月)(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

### こどもアレルギー個別相談

**対**お子さんのぜん息、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎でお悩みの保護者  
**日**7月8日(木) 午後2時30分から  
**場**北とびあ8階808会議室 **師**東京慈恵会医科大学附属第三病院小児科診療部長 勝沼俊雄氏 **定**4名(申込順)

**申**6月14日(月)午前9時30分から電話申込  
**問先**障害福祉課公害保健係 **☎**(3908)9019

### ぱくぱく子どもごはん講習会(個別相談)

**対**区内在住で令和2年4月～令和2年6月生まれのお子さんの保護者(保育なし)  
**日**7月7日(水) 午前10時～午後2時45分(一人あたり30分程度) **場**滝野川健康支援センター2階講堂(西ヶ原1-19-12)  
**内**離乳食から幼児食へのステップアップ方法を一人ひとりに合わせてアドバイスします。  
**定**18名(申込順)  
**申**6月15日(火)午前9時から電話申込  
**問先**健康推進課滝野川健康支援センター **☎**(3915)0184



詳しくはこちら

### 子ども・子育て会議の公募委員募集

**対**区内在住の15歳までのお子さんの保護者、区内で活動している子育て支援従事者または子育てに興味・関心がある方  
**【保育】**会議中の保育あり  
※ただしweb会議の場合は保育なし  
**【任期】**令和3年8月1日～令和5年7月31日  
**【報酬】**会議1回につき9,400円  
**内**子ども・子育て支援に関する各種計画の点検・評価、区の子育て支援施策についての検討  
**定**3名(選考)  
**申**応募用紙(北区ホームページにあります)に「応募理由と今後の子ども・子育て施策に対する考え」(1,000字以内)を記入し、Eメールまたは郵送で、6月30日(水)(必着)まで  
**問先**〒114-8546(住所不要)子ども未来課次世代育成係 **☎**(3908)9097  
**EM**kosodate-ka@city.kita.lg.jp

### 離乳食講習会(7月)～みんなで食育・楽しく食育～

**対**区内在住で令和2年11月～令和3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  
※3センターとも同一内容。一人一回のみ受講可能です。  
**日場定申問先** 下表のとおり

日程	会場	定員(申込順)	申込開始日	申込・問い合わせ先
7月13日(火) ①午前11時から ②午後2時から	北区保健所1階(東十条2-7-3)	各12名	6月15日(火) 午前9時から電話申込	王子健康支援センター <b>☎</b> (3919)7588
7月21日(水) ①午前11時から ②午後2時から	赤羽会館7階(赤羽南1-13-1)	各14名		赤羽健康支援センター <b>☎</b> (3903)6481
7月27日(火) ①午前11時から ②午後2時から	滝野川健康支援センター2階(西ヶ原1-19-12)	各10名	6月17日(木) 午前9時から電話申込	滝野川健康支援センター <b>☎</b> (3915)0184



北区公式LINEから北区ニュースがご覧になれます  
メニュー画面から北区ホームページをご覧になれるほか、防災情報・新型コロナウイルス感染症情報を取得することができます。また、メニュー画面の「広報・シティプロモーション」から「北区ニュース」を読むことができます。ぜひ、ご活用ください。  
※利用にはLINEアプリへの登録が必要です。  
**問**広報課 **☎**(3908)1102