

# 北区ニュース

主な内容

- 新型コロナウイルスワクチン情報…2面
- 第11回北区観光写真コンテスト  
“とりにキタ。”……………3面
- 北区のウォーキングアプリ「あるきた」  
の特典カード協力店を募集します…4面
- 令和4年4月期保育園の入園案内…5面

## ～きずなづくりは人づくり～

# 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、毎年10月を「北区きずなづくり月間」と定めています。そこで区の地域のきずなづくりにつながる取り組みの一部をご紹介します。

新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度は一部中止になる事業もございます。実施する事業については、十分な感染予防対策を講じます。

### 地域円卓会議

地域円卓会議では、町会・自治会、青少年地区委員会、赤十字奉仕団、民生・児童委員、小学校・中学校PTA、商店街・企業など、地域のさまざまな活動団体同士がお互いに活動内容を理解し、情報交換を行っています。現在は開催を見合わせていますが、地域の連携を深めるきっかけづくりの場として、引き続き開催を検討してまいります。



☎地域振興課地域振興係  
☎(5390)0092

### 災害時に備えた「地域のきずなづくり」

地域の防災力が一層高まるよう、自主防災組織を束ねる地区防災会議が中心となり、学校、事業所、PTA、警察、消防などと連携した「地区防災運営協議会」を設置し、災害時における対応の検討や各種防災訓練を行っています。



☎地域防災担当課  
☎(3908)8194

### 区民参加の区内最大級のイベント!

毎年10月の第1週の土・日曜に開催される「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作りのお祭りです。大変残念ですが、昨年に引き続き今年も中止となりましたが、地域の「つながり」「支えあい」といった『地域のきずなづくり』には欠かせないイベントです。



☎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

### 地域の中での見守り・支えあい

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、「おたがいさまネットワーク」では高齢者あんしんセンターを中心に、民生委員、町会・自治会、医療機関や店舗などとも連携を図り、見守り・支えあい活動を行っています。



☎高齢福祉課高齢相談係  
☎(3908)9083  
長寿支援課  
☎(3908)9017

### 育てよう!青少年の豊かな心

各地域振興室にある青少年地区委員会では、あいさつ運動、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。



☎生涯学習・学校地域連携課  
☎(3908)9323

### 重度心身障がい児・者親子の会 スマイリーサン

重度心身障がい児・者とその家族が、心の奥底から笑顔になり充実した時間を過ごせるようになるための活動です。

区との政策提案協働事業において、普通食が食べられない人でも外食を楽しめる街づくりに取り組んでいます。

☎NPO法人重度心身障がい児・者  
親子の会スマイリーサン  
☎<http://smiley-sun.org/>  
☎[smileysunall@gmail.com](mailto:smileysunall@gmail.com)  
地域振興課地域振興係  
☎(5390)0093



(令和3年9月21日現在の情報です)

新型コロナウイルスワクチン接種担当課

# 新型コロナウイルスワクチン情報



## ワクチン接種に関する正しい理解について

### 感染症予防効果

国の新型コロナウイルス感染症対策本部によると、新型コロナウイルスワクチンについては、発症予防効果や発症後の重症化を予防する効果が確認されています。

海外での薬事承認前の臨床試験において、短期的には、ファイザー社ワクチンでは約95%、武田/モデルナ社ワクチンでは約94%の発症予防効果が確認されました。また、発症後の重症化を予防する効果も確認され、ワクチン接種後の感染を予防する効果も一定程度示されています。

感染防止対策は、国内外におけるワクチン接種の進展状況や科学的な根拠を踏まえ、今後も引き続き検討されます。今後とも北区や厚生労働省から発信される情報を踏まえ、適切な感染防止対策をお願いします。

### 接種はご本人の意思に基づき受けていただくものです

国内外の数万人のデータから、発症予防効果などのメリットが、副反応などのデメリットよりも大きいことを確認し、ワクチン接種をお勧めしています。

しかし、接種は強制ではなく、ご本人の意思に基づき接種を受けていただくものです。職場や周りの方などに接種を強制したり、接種を受けていない方に差別的な扱いをすることのないよう、皆さんにお願いしています。

## ワクチン接種後のQ&A

ワクチン接種後について、よくあるお問い合わせ内容を、以下のとおりお知らせします。詳しくは首相官邸や厚生労働省のホームページで公表しています。

### Q. ワクチン接種後、生活上で注意することはありますか。

A. ワクチンを接種した後は、接種部位の痛みが出たり、倦怠感、発熱、頭痛や関節痛などが生じることがあります。できるだけ接種当日・翌日に無理をしないですむように予定を立てておくことを推奨します。

### Q. ワクチンを接種した後も、マスクは必要ですか。

A. ワクチンを接種することで、接種した方の発症を予防する効果だけでなく、感染を予防する効果も示唆するデータが報告されています。しかしながら、その効果は100%ではないため、引き続きマスク着用・手指の消毒などの感染予防対策を継続していただくようお願いいたします。

(厚生労働省HPより) <https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

### 北区のワクチン情報

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をご確認ください。

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



詳しくはこちら

## 自衛隊 東京大規模接種センター(東京センター)

北区での接種のほか、自衛隊が実施している下記の会場でも、区が発行した接種券で予約状況により対象の方は受付できます。詳しくは「防衛省・自衛隊ホームページ」をご確認ください。

### 接種会場

自衛隊 東京大規模接種センター(東京センター) 大手町合同庁舎3号館(千代田区大手町1-3-3)

### アクセス

- ・東京メトロ竹橋駅4番出口、2番出口より徒歩2分
- ・東京メトロ・都営地下鉄大手町駅C2b出口より徒歩3分
- ・JR東京駅丸の内南口・はとバス乗り場より無料送迎シャトルバスあり

### 接種対象者

接種券をお持ちの18歳以上の方で、今回が1回目のワクチン接種の方(対象変更の場合あり)  
※2回目のみ接種の方は受付できません。

### 予約方法

WEBサイト予約・LINE予約・電話予約(必ず事前にご予約ください)

予約方法の詳細は「防衛省・自衛隊ホームページ」をご確認ください。

※1回目の接種を東京センターで予約した場合、2回目の接種も同会場での接種です。

2回目の接種日時は、1回目の接種時にお知らせします。なお、北区でのワクチン接種の予約と重複して予約することはできません。東京センターで接種された方が区の予約システムに残っている場合、確認が取れた段階で取り消します。ご自身での予約の取り消しにご協力ください。

※ワクチン接種後のクーポン券は接種済証となりますので、大切に保管いただくようお願いいたします。

### 当日持ち物

接種券(原本)、本人確認書類、お持ちの方は予診票

※接種券や本人確認書類を忘れた場合、ワクチン接種はできないためご注意ください。

接種ワクチン モデルナ製ワクチン(1回目接種後の2回目の接種間隔は4週間後となります)

### 自衛隊 東京大規模接種センター専用お問い合わせ・予約窓口

☎ 0570(056)730 (毎日 午前7時~午後9時)

防衛省・自衛隊ホームページ

HP [https://www.mod.go.jp/j/approach/defense/saigai/2020/covid/covid\\_intokyo.html](https://www.mod.go.jp/j/approach/defense/saigai/2020/covid/covid_intokyo.html)

### 【北区のワクチン接種に関するお問い合わせ】

北区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎ 0120(801)222

【受付時間】平日:午前9時~午後7時

土・日曜、祝日:午前9時~午後5時

※英語・中国語・韓国語など10カ国語に対応

## 日曜、平日夜間における赤羽区民事務所の転出入などの受付窓口

日内 下表のとおり

問 場 赤羽区民事務所(赤羽1-1-38赤羽駅南口高架下)

☎ (5948)9541



	日時	主な取扱業務
日曜	月1回、日曜に受付窓口を開設します。 【開設日】 10月24日(日)、11月28日(日)、 12月26日(日) 【開設時間】午前9時~午後4時	①転出・転入・転居の受付 ②転出入に伴う国民健康保険加入・喪失、印鑑登録申請 ③証明書交付(戸籍の証明書を除く) ④収納(納付書持参の場合のみ) ※日曜の③④については午後5時まで受付します。
	月1回、原則第3火曜の受付時間を延長します。 【延長日】 10月19日(火)、11月16日(火)、 12月21日(火) 【延長時間】午後5時~7時	※大変混雑しますので、お時間に余裕を持ってお越しください。 ※詳しい取扱業務については、北区ホームページをご覧ください。 ※ほかの区市町村または関係機関に確認が必要な場合は受付できません。詳しくはお問い合わせください。

※日曜、平日夜間のマイナンバーカードの交付は、予約制で区役所第二庁舎4階個人番号カード交付係でのみ行っています。詳しくは、交付通知書に同封のご案内をご確認ください。

問 個人番号カード交付係 ☎(3908)1356

※令和4年1月以降の日程については、改めてお知らせします。

### 区民事務所・戸籍係の混雑・待合情報サービス

窓口でのおおよその混雑・待合情報が携帯電話やパソコンから確認できるサービスを実施しています。



混雑・待合情報サービス

## 安全・安心 快速コーナー STOP特殊詐欺!

特殊詐欺の始まりのほとんどは、固定電話機にかかってくる一本の電話です。電話をかけてくるのは詐欺のプロで、名前や住所、家族構成などを把握している場合があります。手法や手口も巧妙化しており、「自分はだまされない」と思っている人ほど注意が必要です。

被害に遭わないための対策として、防犯機能を備えた電話機を活用し、日頃から留守番機能を設定しておき、電話の相手を確認してから電話に出るなど、できるだけ犯人と話す機会をつくらないようにしましょう。また、家族で離れて暮らしている場合、家族の合言葉を決めておきましょう。万が一電話に出てしまった場合でも、おかしいと思ったら、すぐに電話をきりましょう。

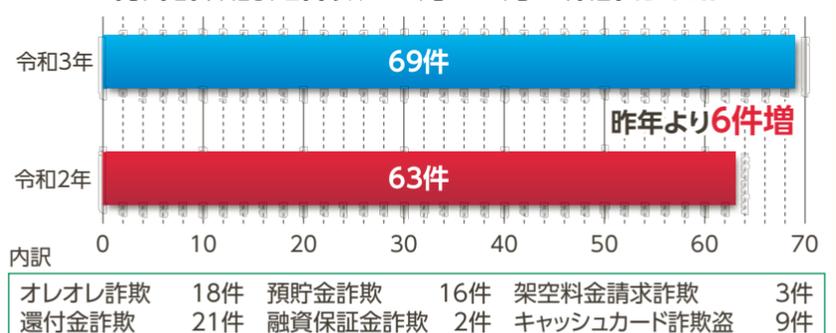


ストップ君

毎月20日は「北区安全・安心の日」!

問 生活安全担当課 ☎(3908)1121

### 特殊詐欺認知件数 1月~7月の累計(手集計)



## 国保・後期高齢者医療

### 新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給

新型コロナウイルス感染症に感染した場合などで、その療養のため仕事に行くことができなかった期間において、給与の一部を補てんするため国民健康保険等から傷病手当金を支給(給与収入のある被用者に限る)します。

**対**以下の①②の両方に該当する方

- ①北区国民健康保険または東京都後期高齢者医療制度の加入者
  - ②新型コロナウイルス感染症に感染した場合は発熱等の症状があり感染が疑われ、療養のため仕事に行くことができなかった方
- ※この手当金は事業主の休業補償ではなく、雇われている方が対象です。また、支給は一定の要件を満たした場合に限ります。

**[支給対象日数]** 仕事に行くことができなくなった日から起算して3日を経過した日から、仕事に行くことができない期間のうち仕事に行くことを予定していた日

**[支給額]** 直近の継続した3カ月間の給与収入合計額÷その間の就労日数×3分の2×支給対象日数(給与の全部または一部を受けることができる場合は、支給額が調整されたり、支給されない場合あり)

**[適用期間]** 令和2年1月1日(祝)から令和3年12月31日(金)の間で療養のため労務に服することができない期間(ただし入院が継続する場合等は最長1年6カ月まで)

**申** 郵送申請

**[必要書類]** 医師(医療機関を受診した場合)や事業主の証明書

※お問い合わせは電話で、申請は郵送にて受付。詳しくは北区ホームページをご覧ください。

**問先** 国保年金課国保給付係 ☎(3908)1132

**[後期高齢者医療制度に加入の方]**

東京都後期高齢者医療広域連合「お問合せセンター」

☎0570(086)519 (月～金曜(祝日を除く) 午前9時～午後5時)

## 国民年金

### 新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難な方へ 令和元・2・3年度分の国民年金保険料の免除申請が可能です

今般の新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売上の減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除申請が可能です。

**対**以下のいずれにも該当する方

- ①新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少  
令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により業務が失われるなど収入が減少したこと。
- ②所得が相当程度まで下がった場合

令和2年2月以降の任意のひと月を基準に計算した所得見込額が、国民年金保険料免除基準相当になることが見込まれる方(令和2年2月～令和3年6月の免除対象期間は令和2年2月～令和3年7月までの任意のひと月を基準とする)

**[申請の対象となる期間]**

(令和元年度分) 令和2年2月から令和2年6月まで

(令和2年度分) 令和2年7月から令和3年6月まで

(令和3年度分) 令和3年7月から令和4年6月まで

**[申請方法]** 申請用紙にご記入の上、提出してください。

※新型コロナウイルス感染防止の観点から、郵送での提出をご活用ください。申請用紙は日本年金機構のホームページからダウンロードするか、ご連絡いただければ郵送します。

**[郵送先]** 〒114-8567(住所不要) 北年金事務所

**問** 北年金事務所 ☎(3905)1011

国保年金課国民年金係 ☎(3908)1140

## 10月は食品ロス削減月間です。家庭でも「おいしく楽しく食べきろう!」

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。区は10月30日の「食品ロス削減の日」を含む10月を食品ロス削減月間としています。一人ひとりが「もったいない」を意識し、工夫をすることで、家庭の食品ロスを減らしていきましょう。

**問** リサイクル清掃課 ☎(3908)8538

### ①消費期限と賞味期限を正しく理解する

消費期限とは、「食べても安全な期限」であり、賞味期限とは、「おいしく食べることができる期限」です。賞味期限切れの食品はすぐに捨てずに、自分で食べられるかどうかの判断をすることが大切です。

### ②買い物は必要に応じて

買い物前に冷蔵庫をチェックし、必要な食品のみを買うことが大切です。また、購入後すぐに食べる食品は、商品棚の手前にある賞味期限が迫ったものを積極的に選ぶ「てまえどり」を意識しましょう。

### ③残さず使い切る

区ホームページでは、東京家政大学との連携事業で作成した「生ごみ削減レシピ」を公開しています。ぜひご活用ください。

### ④フードドライブの活用

区では家庭の未利用食品を回収し、区内子ども食堂等に提供するフードドライブを実施しています。まだ食べられる食品をぜひお持ちください。

### [対象食品]

賞味期限まで2カ月以上あり、未開封で常温保存が可能なもの

### [受付窓口]

富士見橋エコー広場館(田端5-16-1)

午前10時～午後3時(水曜、祝日・年末年始を除く)

北区清掃事務所(北区豊島8-4-3)

午前8時～午後4時(日曜、年末年始を除く)



生ごみ削減レシピ



フードドライブ

## 「北区ひきこもり相談会」のご案内

～あなたの悩みを安心へ～

**対** 区内在住でひきこもりにより自立等に困難を抱えている18歳以上の方、またはその家族

**日** 11月4日(木) 午前10時～午後4時(1件45分程度)

**場** 岸町ふれあい館3階第5集会室(岸町1-6-17)

**内** 複数の相談員がチームになり、困りごとにお答えします。

**申** 10月7日(木) 午前9時から電話で申込

**問先** 健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

### 「ひきこもり」とはどのような状態でしょうか?

内閣府は平成27年に満15～39歳を対象に、平成30年に満40～65歳を対象に全国調査を実施しています。その際にひきこもりの程度を「狭義」・「準」・「広義」のひきこもりに分類して調査しました。詳しい調査結果は右表のとおりです。

ひきこもりの程度		満15～39歳	満40～65歳
		全国推計数(万人)	
狭義のひきこもり	家から出ない	5.5	9.1
	近所のコンビニ等には出かけるが、普段は家にいる	12.1	27.4
準ひきこもり	趣味に関する用事の時だけ外出するが、普段は家にいる	36.5	24.8
広義の引きこもり	狭義のひきこもり+準ひきこもり	54.1	61.3

内閣府 平成27年 若者の生活に関する調査(満15～39歳)全国調査  
内閣府 平成30年 生活状況に関する調査(満40～65歳)全国調査 より

### ほとんどの方やその家族が相談にたどりついていません

～はじめの一歩 踏み出ませんか～

「ひきこもりは当事者の努力不足や甘えである」という偏見が、当事者や家族を相談から遠ざけています。ひきこもりの要因はそれぞれ違います。またいくつかの要因が絡まっている場合もあります。当事者の状況はさまざまです。しかし当事者もその家族も望んでいることがあり、尊厳を守ってほしいという気持ちも強く持っています。

何か流れを変え、問題解決の糸口を見つけるには、相談することが手助けになります。家族の立場であれば家族会に参加し、ほかの方の話を聞く、そして自分の話をすることで、考えが整理できることもあります。ぜひ、各種相談窓口や家族会を活用してみてください。

## 第11回 北区観光写真コンテスト

# “とりにきり。”

区の歴史・文化・自然などの魅力を再発見し、まちを好きになってもらうことを目的とした写真コンテストを開催します。

**申** Instagramで@instaprkitaをフォローし、必要事項を記載のうえ、投稿

**[募集期間]** 10月1日(金)～11月30日(火)

**[募集部門]** 観光部門…北区で出会った素敵な景色(イベントを含む)

鉄道部門…北区で出会った鉄道風景(東京さくらトラム(都電荒川線)を含む)

※令和3年1月以降に撮影した未発表の写真合計3点まで応募可

※注意点はチラシ・ポスターで必ずご確認ください。チラシは北とぴあなどで配布するほか、北区観光ホームページからダウンロードできます。

※入賞作品は令和4年1月～2月頃に決定する予定。観光部門は、区長賞・区議会議長賞1点ずつ、観光協会賞5点以内。鉄道部門は、JR東日本東京支社長賞1点、観光協会賞5点以内。賞品(区内共通商品券や名品等)を贈呈

※新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を行ったうえで写真撮影をお願いします。

**問** 北区観光写真コンテスト事務局(東京北区観光協会内)(月～金曜 午前9時～午後5時) ☎(5390)1166

産業振興課観光振興担当 ☎(5390)1234

HP <http://www.kanko.city.kita.tokyo.jp/torikita2021>



第10回北区観光写真コンテスト  
区長賞 「二人の世界」



詳しくはこちら

# 北区のウォーキングアプリ「あるきた」の特典カード協力店を募集します



「あるきた」は、健康づくりにおすすめの北区ウォーキングアプリです。ポイント獲得期間中には、歩数や健康の記録等によってポイントが貯まり、1口1,000ポイントで抽選景品に応募できます。

令和4年6月からは、300ポイントに達したアプリ利用者へ「あるきた特典カード」を配信予定です。

そのため、10月1日(金)から「あるきた特典カード」の特典提供にご協力いただける店舗を募集します。健康づくりの応援とともに、店舗のPRをしませんか。

## あるきた特典カード協力店としてのメリット

- ①健康づくりを応援する店舗としてイメージアップが図れます。
- ②地図機能付きのアプリ内の検索フォームに店舗情報を掲載し、店舗をPRできます。
- ③新規顧客の来店が期待できます。



特典カード協力店募集について詳しくはこちら

## 特典内容は各店舗にて自由に設定できます

例えば「商品〇%割引」、「来店者に粗品を提供」など各店舗にてご負担可能な範囲でお願いします。 ※特典内容の見直し可

申10月1日(金)から、北区ホームページよりダウンロード可能な申込書に必要事項を記入し、郵送、ファクスまたはEメールで申込 ※アプリ等に掲載する店舗写真データは、店舗名を添えて下記メールアドレスへ送信ください。

先〒105-0003 港区西新橋3-2-1 Daiwa西新橋ビル8階  
あるきた運営事務局

FAX (6452)8801 EMkita\_kenkopoint@felicapocketmk.co.jp

※当事業は健康推進課から、フェリカポケットマーケティング㈱に委託し、実施しています。

## ステッカー・卓上POPをお送りします

あるきた特典カード協力店にご登録いただいた店舗には、ステッカー・卓上POPをお送りします。



## あるきた景品協賛事業者も募集しています

「あるきた」で実施の景品抽選において、協賛景品を提供いただける景品協賛事業者も募集しています。

詳しくは北区ホームページの景品協賛事業者募集ページをご覧ください。



景品協賛事業者募集について詳しくはこちら

## あるきたでポイント倍増キャンペーンを実施中

10月1日(金)から10月31日(日)までに「あるきた」で「あるきたコースチャレンジ」のうち対象コース1コースを制覇すると、制覇ポイントに加えて50ポイントをプレゼントします(期間中各コース1回)。

- [対象コース]
- ①都電コース
  - ②鉄道コース
  - ③北区景観10選コース
  - ④北・水辺ウォークコース
  - ⑤桜ウォークコース

アプリの説明や利用方法は、右記コードから確認できます。



「あるきた」について詳しくはこちら

## 問「あるきた」特典カード協力店・景品協賛事業者の募集・ポイント倍増キャンペーンに関するお問い合わせ

あるきた運営事務局 ☎0570(077)122

(受付時間:月~金曜(祝日を除く) 午前9時~午後6時)

健康推進課健康づくり推進係 ☎(3908)9068



# 「健康フェスティバル」及び「北・水辺ウォーク」開催中止のお知らせ

毎年開催している上記のイベントは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度の開催を中止します。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

## 健康づくり紹介紙「無理なく自分らしく!健康づくりを楽しもう!」を発行します

コロナ禍でも安全に取り組み始める健康づくり事業を紹介するため、健康づくり紹介紙を発行します。区内公共施設や駅の広報スタンド等で配布しています。ぜひご覧ください。以下、健康づくり紹介紙で掲載の、事業の一部を紹介します。

### ①和歌山健康セミナー~梅パワーの秘密~

対区内在住、在勤、在学の方

日10月20日(水) 午後2時~3時30分(1時30分受付開始)

場赤羽会館1階講堂(赤羽南1-13-1) 師和歌山県立医科大学准教授 宇都宮洋才氏

定65名(抽選)

申往復はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照。全員の氏名(1通2名まで)、住所、年齢、電話番号、手話通訳利用有無も記入)で、10月4日(月)(必着)まで

### ②ロコモ予防講座~ロコモ体操で動ける身体を保つ~

対区内在住、在勤の60歳以上で、全回参加できる方

日11月2日・9日 各火曜 計2回 午後2時~4時 場北とびあ15階ペガサスホール

内「ロコモティブシンドローム」を予防し、「動ける身体」を保つために、簡単な筋力アップ運動、脳活性トレーニング等を紹介、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不可の場合あり

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)

申往復はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、10月15日(金)(必着)まで

=以下、①②共通=

問先〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係

☎(3908)9068 FAX(3905)6500

EMkenko-suishin@city.kita.lg.jp

### ③東京整体学院いろは学舎主催講座 らくらくセルフケア講座各種(首・腰・肩)

対区内在住、在勤の方

日【首】10月31日(日) 午前10時30分~午後0時30分

【腰】11月29日(月) 午前10時30分~午後0時30分

【肩】11月30日(火) 午後1時30分~3時30分

問先東京整体学院いろは学舎教務部 ※申込方法等詳しくはお問い合わせください。

☎070(5592)0168 EMkyoumu@iroha-seitai.com

## 北区の魅力を再発見!

# ぶらり散歩道

今年度は、北区に息づく渋沢翁の足跡や関連施設についてご紹介します。

問シティブロモーション推進担当課 ☎(3908)1364

## 洋紙発祥の地碑と熊谷源左衛門君碑

ノートや封筒、コピー用紙など、私たちの生活に欠かすことのできない洋紙。この洋紙の発祥の地が王子であることをご存じでしょうか。

新聞・雑誌を印刷する洋紙の国産化が必要だと考えた渋沢栄一は、明治6年に抄紙会社を設立。明治8年、王子に工場を建設しました。

この地が工場用地に選定された背景には、工場用水として水が清く豊富、運搬等の水運の便が良い、洋紙の原材料であるボロが調達しやすい等の条件を満たしていたことに加え、寂れていく村の立て直しに奮闘した熊谷源左衛門の活躍もありました。

当時の王子村は農村でしたが、寒村で、農業のみで生計を立てることは困難な状況でした。そんな中、村の組頭役であった熊谷は、工場誘致のために用水や用地の調停に奔走するなど、積極的に働きかけました。こうして、企業誘致による地域振興の手法を国内でいち早く取り入れ、新規雇用を創出するなど村の活性化を図りました。

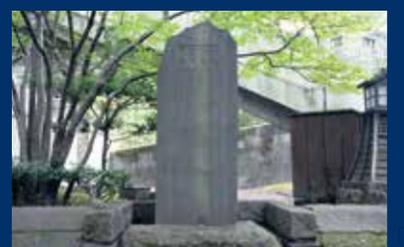
王子を訪れた際には二つの碑に立ち寄り、時代を切り開く先見性を持った人物たちの奮闘を感じてみてはいかがでしょうか。

場洋紙発祥の地碑(王子1-4-1)

熊谷源左衛門君碑(王子1-1先 ※音無橋下)



洋紙発祥の地碑



熊谷源左衛門君碑

## 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

### 外国籍のお子さんの入学案内

区内在住の外国籍のお子さんで、令和4年4月から区立小・中学校へ入学希望の方は手続きが必要です。

**対小学1年生**…平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの方 **中学1年生**…現在小学6年生で、令和4年3月卒業予定の方

**【手続方法】**保護者とお子さん両方の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(金)～令和4年3月31日(木)

※小学校入学希望の方は10月中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。

**問先**学校支援課学事係(滝野川分庁舎1階5番) ☎(3908)1541

### ひとり親医療証「現況届」の提出

現況届を提出することにより、令和4年1月1日からの新医療証を受けることができます。郵送された書類に必要事項を記入・押印し、親と児童の健康保険証のコピーを同封して10月29日(金)(必着)までに提出してください。現況届確認後、受給資格がある方には、新しい医療証を12月下旬に郵送します。

※古い医療証は、子ども未来課・区民事務所・地域振興室へ返却してください。

**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

### 令和4年度北区奨学生の募集

**申**10月8日(金)から11月9日(火)までに、申込用紙(区立中学校及び教育政策課窓口(滝野川分庁舎2階11番)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、在学中の区立中学校または教育政策課へ提出

**【内定時期】**令和4年1月上旬  
※申込資格、貸付金額など詳しくは北区ホームページをご覧ください。

**問先**教育政策課 ☎(3908)9279

### 「ゲーム・スマホ・ネット依存から子どもを守る」講演会ほか参加者募集

令和3年度北区地域づくり応援団事業

**(1)講演会・シンポジウム(無料)**

国立病院機構久里浜病院院長樋口進先生の講演・シンポジウム(大学教授ほか)

**日**11月7日(日) 午後1時30分～4時45分

**場**北とびあ13階飛鳥ホール

**(2)ワークショップ体験型講座(全4回)(有料)**

子どもの自尊心を高めるライフスキル教育を学びます。①聞き上手 ②誘いを断る ③より良い意思決定 ④広告分析(全4回参加された方には修了証をお渡しします)

**日**①11月13日(土) 午後1時30分～4時45分 ②11月20日(土) 午後1時30分～4時45分 ③12月4日(土) 午前9時30分～11時45分 ④12月11日(土) 午前9時30分～11時45分

**場**①②…赤羽会館(赤羽南1-13-1)

③④…滝野川会館(西ヶ原1-23-3)

**費**3,000円(計4回分)

=以下、(1)(2)共通=

**対**子育て中の保護者、子ども力の育成や思春期教育に関わる方

**申**往復はがきまたはEメール(記入例参照、

職名も記入)で10月25日(月)(必着)まで  
**問先**〒115-0052 赤羽北2-31-16-901

NPO法人青少年健康力サポートラボ・ジャパン 並木 ☎090(2231)3678

**HP**<https://www.jyhl.org>

**EM**info@jyhl.org

### 養育家庭相談

**対**区内在住で、養育家庭や里親に興味、関心のある方 **日**10月12日～令和4年3月8日 毎月第2火曜 午前10時～正午

**場**子ども家庭支援センター(王子6-7-3)

**内**北児童相談所の養育家庭担当者が養育家庭(里親)についてのご案内や、ご相談を承ります。また、養育家庭の方のご相談もお受けします。

**申**各実施日、3日前までに電話予約

**【申込受付時間】**午前9時30分～午後5時

**問先**子ども家庭支援センター

☎(3914)9565

### 養育家庭の里親体験発表会「あたたかい家庭で暮らしたい～みんなで守ろう こどものいのち～」

**対**養育家庭(里親)や福祉に関心のある方

**日**11月6日(土) 午後2時～4時

**場**北とびあ15階ペガサスホール

**内**養育家庭制度説明、講演、里親による体験発表会、パネルディスカッション

**師**東洋大学教授 南野奈津子氏

**定**50名(申込順)

**申**10月6日(水)午前9時30分から、ファクス

(記入例参照)または電話で申込

※保育(申込順5名・1歳から就学前まで)、手話通訳をご希望の方はお申し出ください。

**問先**子ども家庭支援センター(午前9時30分～午後5時) ☎(3914)9565

FAX(6903)0519

### 駿台ジュニア天文教室(対面とオンライン)「天の川のはなし」

後援 北区教育委員会

**対**区内在住、在勤、在学の小学3年生～6年生と保護者及び中学生

**日**10月16日(土) 午後3時～4時

**師**一橋大学名誉教授 中嶋浩一氏

**定**対面…10名(抽選)

オンライン…10名(申込順)

**申**対面…往復はがき(記入例参照)で、10月11日(祝)(必着)まで

オンライン…10月13日(水)までにホームページまたはフォーム

(<https://forms.gle/9sfdirtwZiZzAqx6>)から申込

**問場先**〒114-0002 王子6-1-10

駿台学園中学高等学校天文台 布施・篠原

☎(3913)5735

**HP**<http://www.sundaigakuen.ac.jp>

## 令和4年4月期 保育園の入園案内

区立・私立認可保育園、小規模保育事業、事業所内保育事業(地域枠)、家庭的保育事業、区立・私立認定こども園(保育部分)の利用申請受付は、保育課入園相談係で行います(郵送可)。

※詳しくは、保育利用案内(保育課入園相談係及び区内認可保育園などにあります)をご覧ください。

※申請関係書類の様式が変更となりました。

※保育利用案内・申請関係書類は北区ホームページからダウンロードできます。

※令和3年8月1日以降に申請した方で内容に変更がない場合、改めて申請する必要はありません。

※各歳児別入園可能数など

については、詳しくは北区ホームページをご覧ください。

10月20日(水)に公開予定 詳しくはこちら



10月20日(水)に公開予定

詳しくはこちら

受付期間

**【第一次利用調整締切(希望園変更を含む)】**

12月10日(金) ※土・日曜、祝日を除く

※令和4年4月入園より、「申請の締切日」と「希望園変更の締切日」が同日となります。

**【休日受付】**

12月5日(日) 午前9時～午後4時

**【第一次利用調整集中受付期間】**

10月21日(木)～12月10日(金)

※令和4年4月入園の産休明け、3カ月以上保育実施園への申請については、分娩予定日(帝王切開による出産を含む)がそれぞれ次のおりのお子さんに関しては、出産前申請を受け付けます。申請に必要な書類と、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。

**【産休明け】**

11月26日(金)～令和4年2月3日(木)

**【3カ月以上】**

11月26日(金)～令和4年1月1日(祝)

**【第二次利用調整受付期間】**

12月13日(月)～令和4年2月22日(火)

※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。

**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】**

令和4年2月16日(水)(予定)

**【第二次】**

令和4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、入園が正式に決定となります。小規模保育事業、事業所内保育事業(地域枠)、家庭的保育事業、私立認定こども園(保育部分)については、事業者との契約手続きが必要です。

**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月入園申請】**

締切…11月25日(木)

**内定者発表**…12月3日(金)(予定)

**【2月入園申請】**

締切…12月10日(金)

**内定者発表**…令和4年1月11日(火)(予定)

※3月入園は行っていません。

**問先**〒114-8508(住所不要)保育課入園相談係(区役所第一庁舎2階1番)

☎(3908)9129

## くらしのトラブル注意報

**問**消費生活センター ☎(5390)1142(相談専用)

**【相談日時】**月～金曜(祝日、年末年始を除く) 午前9時30分～午後4時

### 10月10日は「転倒予防の日」

高齢者の転倒事故に注意しましょう。転倒事故の約半数が住み慣れた自宅が発生しています。

**【転倒する原因】**病気や身体機能・体力などの要因と、転びやすい環境などの要因があります。病気などの要因は、歩く能力・バランスをとる能力の低下や、白内障・緑内障などで視力・視野が低下し足元が正確に見えていない場合、多くの種類の薬を服用しているために、からだがかたくなることもあります。転びやすい環境は、浴室や脱衣所など滑りやすい場所、ベッド・布団など、つまずきやすく、バランスを崩しやすい場所、玄関・階段などです。

### アドバイス

加齢に伴い、日常生活の中にも転倒事故のきっかけとなる危険性が発生してきます。住み慣れた自宅であっても、転倒予防のために以下のような点に注意しましょう。

1. 個人に合った適度な運動を続け、体の機能の低下を防ぎましょう。
2. 浴室や脱衣所には、滑り止めマットを敷きましょう。
3. 寝起きや夜間のトイレなどで、ベッドから起き上がる時や体勢を変えるときは慎重にしましょう。
4. 段差のあるところや階段、玄関には、手すりや滑り止めを設置しましょう。
5. 電源コードが通り道にこないように、電気製品を置きましょう。

## ネズミ防除の方法



ネズミは食べ物がある場所や、整理整頓されていない場所を好みます。次のポイントに気を付けて、ネズミが好まない環境にすることがネズミ防除に最も有効です。

### ①エサをなくす

食べ物は金属製のふた付き容器や冷蔵庫に入れておきましょう。花や石けんなど、エサとなり得るものは可能な限りなくしましょう。

### ②侵入路をなくす

換気扇や通気口、排水管の貫通部分のすき間など、ネズミが侵入できる場所をふさぎます。金属板や金網、金たわしなどすき間の形に変形させやすく、ネズミがかじれないものを使用しましょう。

### ③寝床をなくす

紙類や布製品、ビニール袋など、家庭で使用する身近なものが巣の材料です。不要物は処分し、整理整頓して隠れ場所をなくしましょう。

すでに侵入してしまったネズミには、粘着板や殺そ剤を活用できます。ただし、あくまでも補助的な対策です。ネズミが好まない家にするために、日ごろから環境改善を心がけましょう。

**問**北区保健所生活衛生課環境衛生 ☎(3919)0720





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。区の事業・イベントに参加される際は、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。

はがき等の記入例

◆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

- 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

◆東京都最低賃金改正

10月1日(金)から東京都最低賃金(地域別最低賃金)は時間額1,041円に改正されました。東京都内で働くすべての労働者に適用されます。
問 東京労働局労働基準部賃金課
☎(3512)1614
東京働き方改革推進支援センター
☎0120(232)865

◆行政相談週間 10月18日(月)~24日(日)

道路、社会福祉、医療保険、郵便など国の行政全般について要望や苦情を受け付けます。
●特設相談 ※予約不要
日 ①10月18日(月)~22日(金) 午後1時~3時 ②10月24日(日) 午後1時~3時
場 ①区役所第一庁舎1階ロビー ②JR王子駅構内
※上記日程以外にも、以下の相談窓口を設けていますので、ご利用ください。
●区民相談室(区役所第一庁舎3階2番) 毎月第2木曜に行政相談委員による「行政相談」を実施しています。
●「行政苦情110番」(総務省行政相談センターきくみみ東京)
☎(0570)090110
FAX(5331)1761
[IP電話などを利用の場合]
☎(3363)1100
問 広報課区民相談室 ☎(3908)1101

◆北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会「起業の際に知っておきたい契約書の基本」

対 区内事業主または起業をお考えの方
日 10月20日(水) 午前10時~正午
内 デジタル社会到来に備えた電子契約・署名の基礎知識
師 行政書士 田口正太郎氏
定 12名(申込順)
申 10月1日(金)からファクス(記入例参照)または電話で申込
※ネスト赤羽では10月20日(水)午後2時~4時に、融資に関する個別相談会を開催(予約制)。詳しくはお問い合わせください。
問 場先 ネスト赤羽(赤羽1-59-9)
☎(3598)0571 FAX(3901)7789
HP http://www.nest-akabane.com/

◆北とぴあ・赤羽会館・滝野川会館 3館連携企画「北区の魅力再発見!×SDGs」

対 高校生以上
日 10月31日(日)、11月23日(祝) 計2回 午前10時~11時30分
場 北とぴあ7階第1研修室
内 北区の名所などを撮影し、自分用の「地球にやさしいカレンダー(2カ月分・静電吸着シート使用)」を制作。区の新たな魅力を再発見します。講座終了後は3館のロビー等で展示予定
師 新栄プロセス社常務 有井 学氏
定 30名(抽選)
申 往復はがきまたはEメール(記入例参照。1通2名まで)で、10月19日(火)(必着)まで ※結果は10月22日(金)までに通知
問 先 〒114-8503(住所不要)北とぴあ北区の魅力再発見係 ☎(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

◆女性の活躍推進応援塾 キャリアアップセミナー ~わたしを「創る」働き方をめざして~

対 ①②のいずれかに該当する方(休職中の方も可) ①北区在住かつ区内外問わず就業中の方 ②北区内にて就業中の方(居住地不問)
日 11月7日(日) 午前10時~正午
内 管理職に就いている女性、これから管理職をめざす女性にむけた、今までとこれからの働き方を考えるためのセミナーです。多様なライフイベントを経ながら、自分らしいキャリアを築くための一歩を踏み出しましょう。
師 (株)日経BP 日経×woman編集委員 羽生祥子氏
定 30名(申込順)
申 10月1日(金)午前9時からファクス、Eメール(記入例参照。保育希望有無、手話通訳希望有無も記入)、電話または直接窓口で申込
※保育(1歳以上未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、10月8日(金)までに申込。抽選結果は、10月10日(日)以降にお知らせします。
※手話通訳希望の方は、10月10日(日)までに申込
※詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問 場先 スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とぴあ5階)
☎(3913)0161 FAX(3913)0081
EM danjo-c@city.kita.lg.jp



お知らせ

◆第1回北区基本構想審議会
日 10月22日(金) 午後6時30分から
場 北とぴあ15階ペガサスホール
内 「北区基本構想」策定方針及び審議会の運営について
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問 企画課 ☎(3908)1104

◆第1回王子駅周辺まちづくりガイドライン策定検討会
日 10月20日(水) 午後3時~5時
場 北とぴあ地下1階展示ホール
内 王子駅周辺まちづくりガイドライン策定について
定 15名(先着順)
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ
問 王子まちづくり担当課
☎(3908)7186

◆第234回東京都都市計画審議会
日 10月26日(火) 午後1時30分から
場 都庁内会議室(新宿区西新宿2-8-1)
定 15名(定員を超えた場合、10月14日(木)公開抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、10月7日(木)(当日消印有効)まで
※プライバシーに関わる案件などで、会議が一部非公開となることがあります。
問 先 〒163-8001(住所不要)東京都都市整備局都市計画課 ☎(5388)3225

◆Jアラートの試験放送を行います
防災行政無線(屋外スピーカー)を使い、区内全域でJアラートの試験放送を行います。Jアラートは国からの緊急地震速報などの情報を自動的に防災無線で伝えるシステムです。
日 10月6日(水) 午前11時頃
内 チャイム→「これはJアラートのテストです」を3回繰り返して「こちらは防災北区です」→チャイム ※北区以外の地域でもさまざまな手段を用いて行われる予定です。
問 防災・危機管理課 ☎(3908)8184

◆麻薬・覚醒剤乱用防止運動
私たちの周りには、麻薬や覚醒剤、大麻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、心と体をボロボ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。
日 10月1日(金)~11月30日(火)
問 北区保健所生活衛生課医薬衛生
☎(3919)0727

◆違反建築防止週間 10月15日(金)~21日(木)
「建築のルールを守って、安全で住みよい北区」
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、建築確認が必要です。正しい手続きで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が、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。
問 建築課監察担当 ☎(3908)9196

◆赤羽台周辺地区地区計画の変更に伴う都市計画(案)の縦覧
本地区では、周辺地域を取り巻く環境の変化や、地域が抱えるまちづくりの課題に柔軟に対応し、より魅力あるまちづくりを誘導するため、都市計画を変更します。
[区が定める都市計画]地区計画の変更、高度地区の変更

[都が定める都市計画]用途地域の変更
[主な対象区域]赤羽台一丁目(全域)及び赤羽台二丁目(2番を除く全域)
[縦覧及び意見書の提出]
都市計画の案を次の場所でご覧になれます。なお、区内にお住まいの方または利害関係のある方は、次の期間中に北区長(用途地域の変更案に対する意見は東京都知事)に意見書の提出ができます。
[縦覧期間及び意見書の提出期間]
10月13日(水)~27日(水) 午前8時30分~午後5時(土・日曜、祝日を除く)
[意見書の提出方法]住所、氏名を記入し、持参または郵送(必着)
[縦覧場所及び意見書の提出先]
〒114-8508(住所不要)まちづくり推進課(区役所第一庁舎7階5番) ※都市計画の案は、北区ホームページでもご覧になれます。
[用途地域の変更案の縦覧場所及び意見書の提出先]〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1東京都庁第二本庁舎12階北側東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課
※受付時間は午前9時~午後5時(土・日曜、祝日を除く)
※縦覧期間中は東京都都市整備局のホームページでも図書を公開します。

◆全国都市交通特性調査にご協力を
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、北区をはじめ全国70都市と協力して、人の動きに関する交通実態調査を実施します。調査にあたり無作為に抽出した世帯に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。
[調査対象]区内約450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企画部広域計画課
問 調査実施本部
☎0120(013)875

講座・催し

◆北区WEBセミナー③(ZOOM開催)「一から解説、まるっと分かる! ネットショップ開設講座」
対 中小企業経営者(区内事業者優先、起業前の方は具体的なプランのある方)
日 11月2日(火) 午後1時30分~4時
師 北区IT・IoT相談員 依田 忠氏
定 100名(申込順)
申 ファクス、Eメール(記入例参照)、電話または北区ホームページで、10月27日(水)まで
問 先 産業振興課経営支援係
☎(5390)1237 FAX(5390)1141
EM shien@city.kita.lg.jp

◆起業家育成プロジェクト ~渋沢栄一翁の志を受け継ぐ~ 豊島区・北区・荒川区 起業家交流会2021(オンライン開催)
対 起業に関心がある方、または起業しておおむね5年以内の方(個人・法人問わず)
日 11月11日(木) 午後6時~9時
内 「新型コロナウイルス感染症の影響で事業はどのように変わったか」
第1部...トークセッション 第2部...交流会
定 第2部のみ30名(申込順)
※第1部のみ参加も可
申 ファクス、Eメール(記入例参照)、電話または申込フォームで、11月4日(木)まで
※詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問 先 産業振興課経営支援係
☎(5390)1237 FAX(5390)1141
EM shien@city.kita.lg.jp



◆顕微鏡講座

対区内在住、在勤の方(親子歓迎)
日10月24日(日) 午前10時~正午(環境学習支援者講習会参加の方は午前9時~正午)
場みどり環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1)
内顕微鏡のエキスパートを招いて楽しい顕微鏡講座を開催します。
師(株)島津理化 岸川洋保氏
定30名(申込順)
申Eメール(記入例参照)または電話で、10月17日(日)(必着)まで
問先東京都北区環境教育を進める会 広報渡辺 ☎090(7262)7723
EMnabecyanmiko@yahoo.co.jp

◆ネイチャーガイドのおもしろ自然講座「奥多摩むかし道散策~江戸時代の旧道を訪ねてウォーキング~」

対区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)
日10月30日(土) 午前9時30分~午後3時
場JR青梅線・奥多摩駅集合、解散
師森林インストラクター 須藤正男氏ほか3名
定30名(抽選)
費高校生以上...2,000円
小・中学生...1,000円(ガイド料・保険料を含む。交通費別)
申往復はがき(記入例参照)で、10月15日(金)(当日消印有効)まで
問先〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 ☎(3940)1801

◆北区環境リーダー養成講座(スタンダードコース) はじめよう、子どもの導き

対区内在住、在勤、在学の18歳以上で、終日参加できる方
日11月7日(日) 午前10時30分~午後4時
内子ども向け環境学習講座をサポートするために必要な知識やスキルを身に付けます。
師東京家政大学環境教育学科教員など
定8名(抽選)
申Eメール(記入例参照。氏名・ふりがなも記入)で10月27日(水)(必着)まで
問場先〒173-8602 板橋区加賀1-18-1 東京家政大学環境教育学科 宮本研究室
EMkouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

◆北区環境大学 家族で体験学習!「くさのいっしょう」

対区内在住の4歳~就学前のお子さんと保護者(2名1組) ※兄弟姉妹の同席不可
日10月31日(日) 午前9時30分~10時30分
午前11時~正午 ※②①同一内容
内身近な植物を題材に、植物の生き方の仕組みについて、実際の観察を通して学びます。内容をまとめた「マイ絵本」も作ります。
師東京家政大学環境教育学科教員など
定各回8組(抽選)
申Eメール(記入例参照。②①の別と希望順位、全員の氏名・ふりがなも記入)で10月20日(水)(必着)まで
問場先〒173-8602 板橋区加賀1-18-1 東京家政大学環境教育学科 宮本研究室
EMkouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

◆赤羽文化センター講座

①区民協働講座「女流能楽師による仕舞入門~型の基礎を学ぶ~」
対区内在住、在勤、在学の方
日11月5日~12月10日 毎週金曜 計6回
午後6時15分~7時45分
内伝統芸能としての能の舞踊の型を「鶴亀」など初歩的な曲で学びます。

師シテ方宝生流能楽師 土屋周子氏
[協力] 稲徑会 定10名(抽選)
②PC特別講座V期「Excel2013[中級]~関数・ワークシート操作編~」
対PCの基本操作と文字入力ができる方
日11月10日~12月1日 毎週水曜 計4回
午後6時30分~8時30分
内関数の利用・表作成の活用・ワークシートの操作ほか
師堀 愛弓氏 定12名(抽選)
費7,200円(テキスト代金を含む)
=以下、①②共通=
申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、①10月23日(土) ②10月29日(金)(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

◆中央公園文化センター講座

①区民協働講座「ヨガを知ろう!~自分と向き合い、なりたい自分へ~」
対区内在住、在勤、在学の20歳以上の方
日11月7日~12月5日(11月14日を除く)
毎週日曜 計4回 午前10時15分~11時30分
内呼吸に意識を向け、心や身体から生み出される気づきを感じ一体感を味わいます。
師ヨガインストラクター 鈴木香織氏
[協力] ここヨガ
定8名(抽選) 費40円(保険料)
②区民協働講座「着物を楽しく!初めての着付け」
対区内在住、在勤、在学の女性
日11月10日~24日 毎週水曜 計3回
午前10時~正午
内下着の着方からかわいらしい手結びでの帯の結び方まで楽しく学びます。
師着物教室彩の会主宰 本多麻素子氏
[協力] 秋櫻会 定15名(抽選)
③歴史講座「渋沢栄一ゆかりの飛鳥山歴史探訪」
日11月6日・13日 各土曜 計2回 午後2時~4時
内渋沢栄一が愛した飛鳥山とその周辺(飛鳥山公園・洋紙発祥の地・熊谷源左衛門君碑・音無橋・醸造試験所第一工場ほか)の歴史についてスライドとお話
師國學院大学文学部兼任講師 黒川徳男氏
定25名(抽選) 費3,000円(2回分)
=以下、①~③共通=
申はがき、ファクス(記入例参照)、電話または直接窓口で、①10月29日(金) ②11月2日(火) ③10月27日(水)(必着)まで
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

◆赤羽文化ひろば10月のプログラム「写真展示」

主催 赤羽文化センター利用団体連絡協議会
日10月24日(日)~30日(土) 午前10時~午後4時
内プロ写真家のご指導で撮影会、及び日頃撮影している写真の中から、これぞと思う作品を展示します。
[参加団体] サンアートフォトクラブ
定混雑状況により入場を制限する場合があります。
申当日、直接会場へ
問場赤羽文化センター 赤羽西1-6-1-301 ☎(3906)3911



◆消費者カレベルアップ講座 コロナで急増のネットトラブル! 悪質サイトにだまされないための契約のきほん

対区内在住、在勤、在学の方
日11月9日(火) 午後2時~3時30分
場北とびあ9階902会議室
内広告表示や定期購入などにまつわるトラブル事例を紹介し、注意すべきポイントについてお話しします。 定20名(申込順)
師(一財)日本消費者協会派遣講師 鎌田伊津子氏
申10月6日(水) 午前9時からファクス、Eメール(記入例参照。手話通訳希望有無、オンライン受講(Zoom)希望の方は、「オンライン希望」も記入)、電話または消費生活センターウェブサイトから申込
※オンライン受講希望の方は、当日のオンライン接続環境については、参加者ご自身で準備してください。手話希望の方は10月20日(水)までに申込
問先消費生活センター
☎(5390)1239 FAX(5390)1143
EMshouhi@city.kita.lg.jp



詳細・申込フォームはこちらから



(消費者庁イラスト集より)

◆将棋大会参加者募集

日11月14日(日) 午前10時から
場北とびあ13階飛鳥ホール
内名人クラス(2段以上)、Aクラス(初段~2級)、Bクラス(3級~6級)、入門クラス(7級以下)
費一般...600円
小・中学生、障害のある方、女性の方...300円
申往復はがき(記入例参照。希望クラスも記入)で、11月1日(月)(当日消印有効)まで
問日本将棋連盟北支部 清水
先〒114-0003 北区豊島5-3-13 北区文化振興財団「将棋」係
☎(3917)0576

◆駿台天文講座(対面とオンライン)「VERAが作った銀河系地図」

後援 北区教育委員会
対区内在住、在勤、在学の方
日10月16日(土) 午後5時~6時
師国立天文台教授 本間希樹氏
定対面...10名(抽選)
オンライン...20名(申込順)
申対面...往復はがき(記入例参照)で、10月11日(月)(必着)まで
オンライン...10月13日(水)までにホームページまたはフォーム
(https://forms.gle/VAKZBC57WYWhPcQ4A)から申込
問場先〒114-0002 王子6-1-10 駿台学園中学高等学校天文台 布施・篠原
☎(3913)5735
HPhttp://www.sundaigakuen.ac.jp

◆木造住宅、ブロック塀耐震診断、がけ・擁壁改修無料相談会

後援 北区
対区内に木造住宅、ブロック塀、がけ・擁壁をお持ちの方
日10月13日(水) 午後2時~4時
場区役所第一庁舎1階ロビー
申当日、直接会場へ
問北区建築設計事務所協会
☎(3910)7758

スポーツ

◆エアロビクスと筋力トレーニング

対区内在住、在勤、在学で医師から運動制限を受けていない75歳までの方
日10月29日~12月17日 毎週金曜 計8回
①午後1時~1時45分 ②午後2時~2時45分
場北ノ台スポーツ多目的広場体育館(上十条5-14-4)
師セントラルウェルネスクラブ専属インストラクター 定各29名(抽選)
費3,200円
申往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)または右記コードで、10月13日(水)(必着)まで
問先〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 ☎(3902)5639



詳しくはこちら

◆区民体育大会卓球競技

主催 北区・北区体育協会
対区内在住、在勤、在学の方及び北区卓球連盟登録者
日10月31日(日)
場赤羽体育館(志茂3-46-16)
申ファクスまたは郵送(記入例参照)で、10月7日(木)(必着)まで
※詳しくはお問い合わせください。
問先〒115-0044 赤羽南2-8-11-1001 北区卓球連盟事務局 日浦
☎090(4391)7800
FAX(3903)4226

◆社交ダンス入門教室

主催 北区ダンススポーツ連盟
後援 北区体育協会
対区内在住、在勤、在学で18歳以上の方
日10月10日~31日 毎週日曜 計4回
午後1時~2時
場滝野川西ふれあい館(滝野川6-21-25)
師JDSF公認指導員 定10名(申込順)
費2,000円(初日集金)
申Eメール(記入例参照。メールアドレスも記入)または電話で、10月9日(土)まで
問先北区ダンススポーツ連盟 吉村
☎090(8179)8676
EMdancesports3719@yahoo.co.jp

◆スポーツウエルネス吹矢初心者教室

後援 北区体育協会
対区内在住、在勤の30歳以上の方
日11月11日~12月9日 毎週木曜 計5回
午後0時30分~2時30分
場赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16) 定15名(申込順)
費1,600円(初日に集金)
申Eメール(記入例参照)または電話で、11月1日(月)(必着)まで
問先北区スポーツウエルネス吹矢協会 坪山
☎090(2722)9727
EMtsubo-ss@eco.ocn.ne.jp

# スポーツ

## ◆ゴルフコース練習会

後援 北区体育協会  
**対**区内在住、在勤、在学の方及び北区ゴルフ連盟会員 **日**11月9日(火) 午前7時44分開始 **場** 穴戸ヒルズカントリークラブ東コース(茨城県笠間市南小泉1340)  
**定**60名(申込順) ※組合せ希望可  
**申**はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、10月31日(日)(必着)まで ※申込方法等詳しくはホームページをご覧ください。  
**問先**〒114-0002 王子1-4-1サンスクエア内北区ゴルフ連盟事務局 片平・平田  
**☎**090(6474)5562  
 (非通知電話不可) **FAX**(3914)1241  
**HP**<https://kita-golf-federation.jimdofree.com/>  
**EM**genichi-hirata@npd.co.jp

# 健康いきいき情報

## ◆障害者福祉センター高次脳機能障害訓練利用者(1月)募集

**対**区内在住の40歳~64歳の高次脳機能障害の方で、病院での訓練終了後も継続して訓練することが望ましい方、または軽度の若年性認知症の方 ※医療機関のリハビリと併用不可 **日**令和4年1月5日(水)から ※水・木曜で実施(利用生のご希望等に応じて曜日・時間は決定)  
**申**事前見学(予約制)をして、直接窓口で11月2日(火)まで  
**問場先**障害者福祉センター事業係機能訓練室(中十条1-2-18)(月~金曜 午前9時~午後5時) **☎**(3905)7121

## ◆口腔ケアサポートセミナー「口腔の健康が全身の健康を左右する?」~オーラルフレイルを予防しよう~

共催 北区  
**対**区内在住及び介護関係職の方  
**日**10月20日(水) 午後7時~9時  
**場**北とびあ7階第2研修室  
**師**小原由紀氏  
**定**50名(先着順)  
**申**当日、直接会場へ ※来場記念品あり  
**問**東京都滝野川歯科医師会事務局  
**☎**(3918)8060

## 長生きするなら北区が一番

### 介護保険料納付書をお送りします

令和3年度10月期から翌年3月期までの納付書を10月15日(金)に発送します。各納期限までにお納めください。すでに年間の保険料を納付済みの方や口座振替の方、年金から差し引かれる方にはお送りしません。  
**問**介護保険課介護保険料係 **☎**(3908)1285

### 中央公園文化センター特別講座「人生100年時代の健康づくり~秋の筋トレ・ウォーキングで活動力をアップ!~」

**対**60歳以上の方  
**日**11月9日・16日 各火曜 計2回 午前10時~11時  
**内**筋力トレーニング・ストレッチ・ウォーキング姿勢の指導など  
**師**健康運動指導士 **定**14名(抽選)  
**費**2,000円(2回分・保険料を含む)  
**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(木)(必着)まで  
**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

## 東京都シルバーパスのお知らせ 10月~翌年3月・新規購入者用

都では、満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「東京都シルバーパス」を発行します。有効期限は令和4年9月30日までです。

**対**都内に住所登録されている満70歳以上の方(寝たきりの方を除く)  
 ※満70歳になる月の初日から申し込みます。必要書類をご用意の上、最寄りのバス営業所・都営地下鉄定期券発売所等のシルバーパス発行窓口にお申し込みください。

**費**下表のとおり

対象者	費用
①令和3年度の住民税が「課税」の方	2万510円
②令和3年度の住民税が「非課税」の方	各1,000円
③令和3年度の住民税は「課税」であるが、令和2年の合計所得金額(※)が135万円以下の方	

※不動産売却に係る特別控除額(令和2年分)がある場合は、下記の必要書類と異なる場合がありますので、お問い合わせください。

### 【必要書類】

- 住所・氏名・生年月日が確認できる「本人確認書類」(保険証又は運転免許証)
- 1,000円で発行を受ける方は、ほかに所得などが確認できる書類として以下のいずれかが必要です。

ア 令和3年度介護保険料納入(決定)通知書の所得段階区分欄に「1」~「6」のいずれかの記載があるもの

イ 令和3年度住民税/課税非課税証明書

ウ 生活保護受給者証明書(生活扶助)

※詳しくはお問い合わせください。

**問先**東京バス協会シルバーパス **☎**(5308)6950

(土・日曜、祝日を除く 午前9時~午後5時)

### 長生きするなら北区が一番

## 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。

### 40歳からは2年に1回検診を

11人に1人が乳がんにかかると言われて日本人の女性が最もかかりやすいがんです。乳がんの発生率が高くなる40歳からは、セルフチェックのほかに、2年に1回乳がん検診を受診しましょう。マンモグラフィ検査は、自分では見落としがちな小さながんの発見も可能です。

**問**健診コールセンター **☎**(3908)9034

**問**健康推進課王子健康支援センター **☎**(3919)7588

赤羽健康支援センター **☎**(3903)6481 滝野川健康支援センター **☎**(3915)0184

### 乳がんのリスク要因とは?

女性ホルモンの一種であるエストロゲンの分泌ががんの発生に関係しているといわれています。

- ・初経年齢が早い、閉経年齢が遅い
- ・出産歴や授乳歴がない ・初産年齢が遅い
- ・閉経後の肥満 ・血縁者に乳がんになった人がいる
- ・良性乳腺疾患の既往歴がある

あてはまる人が必ず乳がんになるわけではありません。当てはまらない人でも乳がんになる可能性はありますので定期的に検診を受けましょう。各支援センターでは乳がんに関するパンフレットやポケットティッシュを配布しております。近くにお越しの際はぜひお寄りください。

## 「帝京けんこうひろば」のご案内

**対日場内師定申** 下表のとおり

### ●健康相談

内容	日時	会場・申込
① シニアの生活・健康に関する相談	11月1日(月) 午後1時30分~3時	
② がん・生活習慣病に関する相談	11月11日(木) 午前10時30分~正午 12月22日(水) 午後1時30分~3時	<b>場</b> 帝京大学4号館1階「帝京けんこうひろば」相談室(上十条3-1-25) ※十条高齢者あんしんセンター隣 <b>申</b> Eメール(記入例参照)で、相談日前日の正午(前日)まで
③ 介護または看護の方法に関する相談	10月21日(木) 午前10時~11時30分 11月22日(月) 午前10時~11時30分 12月23日(木) 午前10時~11時30分	※メール件名を「〇月〇日相談希望」としてください。 <b>EM</b> kenkouhiroba@med.teikyo-u.ac.jp
④ 流産・死産を経験された女性やご家族の相談	12月21日(火) 午前10時~11時30分	
⑤ こころの悩み事に関する相談(予約不要)	12月20日(月) 午前10時30分~正午	

※体調不良時の来室は、ご遠慮ください。 ※マスクの着用をお願いします。

**問** 帝京大学医療技術学部看護学科 帝京けんこうひろばプロジェクト(板橋キャンパス教務課) **☎**(3964)7051 **HP**<https://www.teikyo-u.ac.jp/event>

### ●健康講座

内容・講師	日時	対象・定員・申込
⑥ <b>内</b> 会話と体操で筋力アップ~一緒にしゃべり・体操しませんか~ ※オンライン(Zoom) <b>師</b> 帝京大学医療技術学部看護学科助教 生日目禎子氏	12月15日(水) 午前10時~11時	<b>申</b> Eメール(記入例参照。Zoomユーザー名も記入)で、相談日前日の正午(前日)が土・日曜、祝日の場合はその前日)まで ※メール件名を「〇月〇日講座希望」としてください。 ※メール受付後1週間以内に返信 <b>EM</b> kenkouhiroba@med.teikyo-u.ac.jp
⑦ <b>内</b> 親のがんを知らされた子どもの心に寄り添うコアラカフェ® <b>師</b> 帝京大学医療技術学部看護学科教授 南川雅子氏ほか6名	10月17日(日) 午後1時30分~4時 11月14日(日) 午後1時30分~4時 12月19日(日) 午後1時30分~4時	<b>対</b> 親のがん治療している(していた)ことを知っている小学生とその保護者 <b>定</b> 5~6組(申込順) <b>申</b> Eメール(記入例参照)で申込 ※メール件名を「コアラカフェ®参加希望」としてください。 <b>EM</b> koala@med.teikyo-u.ac.jp ※会場など詳しくは、コアラカフェ®ホームページまたはFacebookをご覧ください。 <b>HP</b> <a href="https://www1.med.teikyo-u.ac.jp/koalacafe/">https://www1.med.teikyo-u.ac.jp/koalacafe/</a> <b>FB</b> <a href="https://www.facebook.com/koalacafe.teikyo/">https://www.facebook.com/koalacafe.teikyo/</a>



項目	(令和3年9月1日現在)	前月比	日本人口	増減
世帯数	199,316	29減	330,431	109減
総人口	351,953	137減	男	163,901 34減
			女	166,530 75減
年齢別人口*	14歳以下… 36,758 (10.4%)		外国人人口	21,522 28減
	15歳~64歳… 228,350 (64.9%)		男	10,761 18減
(構成比)	65歳以上… 86,845 (24.7%)		女	10,761 10減

\*外国人人口を含む