

北区ニュース

(27.4.1現在)	前月比
世帯数	184,300 1,016 増
総人口	338,854 570 増
日本人人口	322,612 501 増
男	160,480 236 増
女	162,132 265 増
外国人人口	16,242 69 増
男	7,802 38 増
女	8,440 31 増
年齢別人口*	14歳以下… 33,926(10.0%)
15歳～64歳…	218,673(64.5%)
(構成比)	65歳以上… 86,255(25.5%)

*外国人人口を含む

5月は消費者月間です 消費生活センター ☎(5390)1239 「みんなでつくろう!消費者が主役の社会!!」

消費者月間とは

「消費者基本法」改正前の「消費者保護基本法」が昭和43年5月に施行されたことから、その施行20周年を機に、昭和63年から毎年5月を「消費者月間」としています。

消費生活相談にご相談ください

消費者と事業者との間に生じたトラブルや、悪質商法の被害、商品サービスに関する苦情、食品や製品による事故などの消費生活に関する相談に、消費生活相談員が助言、事業者とのあっせんや情報提供など問題解決に向けての支援をします。不安や疑問があるときは、契約する前の相談もできますのでひとりで悩まずお気軽にご相談ください。

☎月～金曜 午前9時30分～午後4時
消費生活相談室(北とびあ11階)
☎(5390)1142

消費生活相談出張講座で学ぼう!

消費生活相談員が、区内で10名以上の団体・グループが希望する場所へ伺い、「悪質商法の手口」などをお話します。

☎自治会・町内会、PTA、介護事業所、ご近所のお友達グループなど 消費生活相談員
☎希望日の1カ月前までに申込
消費生活センター ☎(5390)1239

気をつけて! 悪質業者は高齢者を狙っています

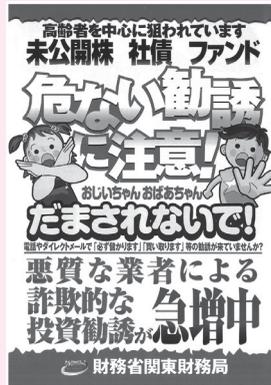
●未公開株や社債、ファンドなどの投資勧誘を受けていませんか?

「必ず儲かります!元本は保証します!高く買います!」を信じてはいけません。高齢者を中心に、悪徳業者による詐欺的な投資被害が多発しています。

おかしいな?と思ったら、お金を払う前に迷わずご相談ください。

●だまされないと! 危ない投資勧誘!

- 消費生活相談室 ☎(5390)1142
- 東京財務事務所 投資詐欺等相談窓口 ☎(5842)7016
- 警視庁総合相談センター ☎#9110または(3501)0110(相談内容に応じて専門の相談窓口などをご案内します)



消費者情報発信中!

最近の消費者トラブルについて、年に4回程度、区内の掲示板に掲示していますので、ぜひご覧ください。

消費生活に関する情報を知ろう!

メールサービスの登録で最新情報をチェックしましょう!

- 消費者リコール情報サイト
製品の不具合などのリコール情報がご覧になります。
<http://www.recall.go.jp/>
 - 見守り新鮮情報(国民生活センター)
「今、どんな手口で勧誘が行われているのか」、「どんな製品事故が発生したのか」などをお知らせします。
<http://www.kokusen.go.jp/mimamori/>
 - 「消費生活情報」メールマガジン
最新の消費者トラブル情報や製品事故、リコール情報などを配信しています。登録方法は、ホームページをご覧ください。
<https://service.sugumail.com/kita/member/>
- 消費生活センター ☎(5390)1239



多重債務相談 ひとりで悩まないで!

万が一、自分の収入で借金を返済できない状況になってしまっても、安易に返済のための借金をしてはいけません。それは、借金が雪だるま式に増える多重債務のはじまりです。ひとりで悩まずに相談しましょう。まずは電話でご予約ください。

○消費生活センター ☎(5390)1239
☎[予約受付時間]月～金曜 午前9時～午後5時
○東京財務事務所 多重債務相談窓口 ☎(5842)7475
☎[相談日]月～金曜 午前9時～正午、午後1時～5時

お知らせ

◆第1回「総合教育会議」を開催します

「地方教育行政の組織及び運営に関する法律の一部を改正する法律」の施行に伴い、区長と教育委員会が、相互の連携をさらに強化するとともに、教育に関する課題やあるべき姿を共有し北区教育行政の推進を図るため、総合教育会議を開催します。

☎5月12日(火) 午前11時から
第2委員会室(区役所第一庁舎4階)

内会議の設置及び教育の課題など
傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。
☎企画課 ☎(3908)1104

◆「仮称」北区まち・ひと・しごと創生総合戦略「策定に向けて公募委員を募集します」

まち・ひと・しごと創生法にもつき、急速な少子高齢化の進展や人口減少に歯止めをかけ、将来にわたって持続可能な北区をめざし、区の実情に応じた今後5カ年の目標や施策の基本的方向、具体的施策をまとめるものです。北区の人口の現状分析と将来展望を提示する人口ビジョンを基礎資料としながら、策定に向けて検討するため、公募委員を募集します。

☎対区内在住の20歳以上50歳未満の方
☎任期 6月～平成28年3月(予定)
☎内 8回程度開催する会議に出席し、意見を述べるなどの活動に参加 3名程度

☎申込 区に準じて支払い
☎申任意の用紙に応募動機(400字程度)、住所・氏名・年齢・性別・電話番号、職業、都内在住年数を記入して郵送、Eメールまたは持

☎申 申込方法 問い合わせ 先申込先 HP ホームページ EM Eメール

◆河川整備計画の意見募集

東京都では、神田川流域及び石神井川の河川整備計画(変更)を作成しました。

「意見については、閲覧場所に設置している意見箱へ投函するか、郵送、ファクスまたはEメールでお寄せください。」

☎[閲覧及び意見受付期間]5月28日(木)まで(各開庁日除く)
☎[閲覧場所]道路公園課(区役所第一庁舎3階16番、東京都建設局河川部 新宿区西新宿2-1-8 1第2本庁舎22階)、東京都第六建設事務所(足立区千住東2-10-10)、東京都建設局ホームページ
☎[問先]〒163-8001(住所不要) 東京都建設局河川部計画課 ☎(5620)5414 ☎(5388)1533
☎E/S0000384@section.metro.tokyo.jp
☎HP <http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp/>

☎平成27年1月1日現在の地価公示価格を都市計画課(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、各区民事務所・分室、図書館(田端図書館は5月12日(火)から)で閲覧できます。)

☎問 都市計画課 ☎(3908)9152



区民相談

Table with 5 columns: No., Name, Day, Time, Staff, Content. Lists various consultation services like administrative, legal, traffic, foreigner, etc.

困りごととはまず区民相談

区では、日常生活上のさまざまな問題を相談できる区民相談室を設けています。相談内容は左表のとおり。費用は無料です。...

外国人相談

▶相談内容 生活一般について、英語・中国語で相談に応じます。▶相談日時 英語 第2火曜(祝日を除く) 中国語 毎週火・木曜(祝日を除く)...

Foreign Resident's Information Service

▶ Consultation Topics Areas of consulting include everyday living, city administration, services and other related matters. ▶ Hours English: TUESDAYS(2nd only) Chinese: TUESDAYS and THURSDAYS...

外国人咨询窓口の通知

咨询内容 向您提供日常生活的信息 咨询日及时间 英語 第2周毎星期二(节假日除外) 汉语 毎星期二、四(节假日除外)...

男女共同参画センター「スペースゆう」総合相談

Table with 4 columns: No., Day, Time, Staff, Content. Lists consultation services at the center, including DV, legal, and general advice.

総合相談

男女共同参画センター「スペースゆう」では、女性のためのところと生き方・DV相談や法律相談をお受けしています。▶相談内容 左表のとおり 申電話申込(随時)...

区民の声

区は「区民とともに」を基本姿勢に、区民の皆さんが主役となる区政運営を目指し、さまざまな機会をとらえご意見・ご要望などをいただいています。皆さんからの声は、担当部署が中心となり実効性や効率性を検討し、施策に反映するように努めています。

●ごみ集積所がカラスなどに荒らされて困っています。何か対策はありますか。

○北区清掃事務所では、ごみ集積所がカラスなどに荒らされてお困りの方に対して防鳥用ネットをお貸ししています。

【下記の手順で申請してください】

防鳥用ネットのご利用を希望される方々で協議し、代表者を決めてください。代表者の方は、集積所の場所、利用者の戸数を確認し、北区清掃事務所 ☎(3913) 3141 または収集職員にご相談ください。

※各戸収集用のネットの貸し出しは行っておりませんのでご了承ください。なお、ネットはお貸しする物ですので、代表者の方はごみの収集が終わったら、ネットを片づけるなど、しっかりと管理してください。そのままにしますと、通行の妨げになったり傷ついたりします。ネットが盗難や損傷、不要になった場合は速やかに北区清掃事務所に連絡してください。

●粗大ごみの出し方がわかりません

○粗大ごみは粗大ごみ受付センターへ事前の申込みにより、有料で収集します。電話またはホームページ(<http://sodai.tokyo.ankyo.or.jp/>)でお申し込みください。粗大ごみ受付センター ☎(5296) 7000

※電話での受け付け時間は年末年始を除く月～土曜 午前8時から午後7時です。※処理料金についてはホームページに掲載しています。不明な場合は、北区清掃事務所 ☎(3913) 3141 にご連絡ください。

※粗大ごみ処理券は、「有料粗大ごみ処理券取扱所」表示のあるお店やコンビニエンスストアなどで、処理料金分の粗大ごみ処理券を購入し、粗大ごみの見えるところに貼ってください。その際、北区の粗大ごみ処理券であることをご確認ください。

※粗大ごみは、指定された収集日の朝8時までに自宅の前又は指定された場所に出してください。※一辺が180cmを超える粗大ごみは収集できません。購入したお店・メーカー、または北区清掃事務所 ☎(3913) 3141 にご相談ください。詳細については、ホームページをご覧ください。

●印鑑登録の方法はどのようにして行えばよいですか

○印鑑登録は証明書など重要なものなので、一般的な登録方法として、申請受理後に照会書を郵送して確認を行います(照会書の郵送による方法)。ただし、本人

確認の書類が官公署発行の写真付き証明書である場合は例外的な登録方法(即日印鑑登録)として即日登録することができます。それぞれの方法の詳細については、ホームページにてご確認ください。か、下記までお問い合わせください。

問先 王子区民事務所 ☎(3908) 8745 赤羽区民事務所 ☎(3901) 2693 滝野川区民事務所 ☎(3910) 0141

●近所にある豊島七丁目南児童遊園、通称「なごう」、子供達の間で呼ばれている公園です。

北区に住んで4年経ちますが、公園の汚さや、園内で酒盛りをする大人、煙草の吸殻や、食べ物のゴミなど美化がなっていないように感じます。周りには小さなお子さんも住んでいらっしゃる、買い物ついでに幼児を遊ばせたい親御さんもおられると思います。しかしながら、全般的に美化がなっておらず、その環境は悪いです。子供達にとっては大事な成長の場だと思いますので、改善をお願いいたします。

○豊島七丁目南児童遊園は、昭和43年11月に開園、平成10年4月にリニューアル整備をしておりますが、一部において老朽化

が見えられたり、植込み地の植物も相当に成長したりしております。当面の間は、植栽を適正に剪定するなど、ゴミを捨てにくい環境を整えてまいります。

一方、園内の美化保持については、他の同規模の公園と同じ程度に清掃を実施しておりますが、ご指摘にもあるとおり、商店街の中にある立地状況も踏まえまして、清掃員配置の増員を検討させていただきます。

ご意見をお寄せください

区へのご意見・ご要望などは、区の窓口や電話でお聴きするほか、「区長へのはがき」でお受けしています。「区長へのはがき」は、区の各施設に備えていますのでご利用ください。またホームページからも、ご意見の入力・送信ができます。

また、区民のみなさんから寄せられたご意見・ご要望などと区の対応を、ホームページで公表しています。

問 広報課 広聴担当(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908) 1102 FAX(3905) 3422

お知らせ

◆軽自動車税の納期限は 6月1日(月)です

5月11日(月)頃にお送りする納税通知書で、銀行、信用金庫、信用組合、郵便局、コンビニエンスストア、モバイルレジ、収納推進課(区役所第一庁舎2階7番)、区民事務所・分室などでお納めください。

●モバイルレジについて

モバイルレジでは領収証書や軽自動車税納税証明書(継続検査用)が発行されません。必要な方は、金融機関の窓口またはコンビニエンスストアでお納めください。

詳しくはホームページ(https://bc-pay.jp/)をご覧ください。

☎(3908)1124

※原動機付自転車など(北区ナンバーの車両)の廃車や住所・所有者の変更などについては、税務課税務係へお問い合わせください。

☎(3908)1114

◆軽自動車税の減免申請

次の①~④のいずれかに該当し、かつ、ほかに減免を受けている車両がないときは、軽自動車税が減免となる場合があります。

- 対①心身に障害のある方が所有する場合
②心身に障害のある方のために、生計を同一にする方が所有する場合
③心身に障害のある方の世帯が所有するもので、その世帯を常時介護する方が運転する場合(1台限り)
④平成27年4月1日現在において、軽自動車を所有する方が生活保護を受給している場合
※減免を受けるためには申請が必要です。ただし、前年度に減免を受けた方で、今年度の賦課期日(平成27年4月1日)現在において申請内容に変更がないと認められた場合には、今年度も継続して減免が適用されます。
申5月12日(火)から25日(月)までに、次の⑦~⑩を用意してお越しください。
⑦身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳(生活保護の方は生活保護受給証明書)
⑧当該車両を運転する方の運転免許証
⑨軽自動車税納税通知書
⑩納税義務者の

印鑑 ※適用となる障害の程度など詳しくは、事前にお問い合わせください。

☎(3908)1114

◆自動車税の納期限は 6月1日(月)です

納税通知書の発送は5月1日(金)です。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などで、お納めください。クレジットカードでの納付については、ホームページをご覧ください。

☎(3525)4066

HPhttp://www.tax.metro.tokyo.jp/

◆区民住宅(あき家)入居者の抽選募集

【募集住宅及び募集戸数】①志茂二丁目区民住宅(志茂2-34-3)…1戸
②王子一丁目区民住宅(王子1-14-12)…2戸
③王子一丁目第二区民住宅(王子1-28-2)…4戸
※入居資格及び使用料などは申込の案内でご確認ください。【申し込みの案内の配布期間・場所】5月18日(月)~29日(金)住宅課区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、地域振興室及び各区民事務所
※北区ホームページからもダウンロードできます。【申込書】に必要事項を記入し、持参または郵送で、6月2日(火)(必着)までに届いたものに限り受け付けます。なお、申込期間にかかわらず直接窓口申込できる先着順募集の住宅があります。詳しくは、お問い合わせください。
☎(3908)1523

◆都営住宅入居者の募集

【募集内容】①一般募集住宅(家族向け、単身者向け)
②定期使用住宅(若年ファミリー向け、多子世帯向け)
③若年ファミリー向け
※入居資格などは、募集案内でご確認ください。【申込書・募集案内の配布期間・場所】5月7日(木)~15日(金)住宅課区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番)、区民事務所及び地域振興室(各開庁時間内)
※区民事務所及び地域振興室は

ミステリーウォーク2015

名探偵★浅見光彦の住む街「軽井沢の輝きを求めて」

後援 北区
北区アンパサダーで、作家の内田康夫氏の人気旅情ミステリーシリーズの主人公「浅見光彦」が住む街、西ヶ原。この街周辺をミステリー手帖を手に、ヒントを探しながら謎を解いていきます。正解にたどり着いた方の中から、抽選(応募が必要)で、すてきな賞品をプレゼントします。
【手帖配布・実施期間】5月8日(金)~24日(日)

【手帖配布場所】
霜降銀座、染井銀座各指定店、北区飛鳥山博物館、滝野川図書館、滝野川会館、防災センター、J R 上中里駅・駒込駅・王子駅、東京メトロ南北線西ヶ原駅・駒込駅・王子駅、区政資料室(区役所第一庁舎1階)及び広報課(区役所第一庁舎3階1番)
☎名探偵★浅見光彦の住む街実行委員会事務局
☎(3917)0321

配布部数に限りがあります。
※配布期間中は東京都住宅供給公社ホームページ(http://www.to-kousya.or.jp/)からもダウンロードできます。
【郵送で、5月19日(火)までに渋谷郵便局に届いた申込書に限り受け付けます。
☎先東京都住宅供給公社都営住宅募集センター
☎0570(010)810(募集期間中のみ)
☎(3498)8894(募集期間外)
☎住宅課区営・区民住宅受付担当
☎(3908)1523
※いずれも土・日曜は除く

☎先道路公園課公園河川係
☎(3908)9275
●雨水貯留槽(タンク)設置助成制度
対区内に住居を所有する方
内建築物の屋根に降った雨水を一時的に貯めるタンクの設置費を予算の範囲内で、①雨水貯留槽設置工事(消費税込)の2分の1の額、②1台につき上限2万5,000円(100円以下切り捨て)、③設置対象台数は2台までを限度に助成します。雨水をためて、樹木の水やりなどに利用できます。
☎先道路公園課工務係
☎(3908)9213
●止水板設置助成制度
対①区内に住居、店舗、事務所などを所有する者
②申請日より1年以上前から北区に住居登録をしている方および店舗または支店などの登記をしている法人
内建築物の出入り口などに設置し、浸水に耐える材質で、取り外しまたは移動が可能なものの設置費を予算の範囲内で、①止水板設置工事(消費税込)の2分の1の額、②1つの建物につき上限50万円(1,000円以下切り捨て)、③1つの建物につき1回までを限度に助成します。
☎先道路公園課工務係
☎(3908)9213

◆共同住宅に防犯カメラなどを設置する場合の経費を一部補助します

【補助概要】補助率2分の1(上限50万円)
【対象団体】分譲マンション管理組合、賃貸共同住宅の所有者
【補助対象】防犯カメラなどの設置に係る経費
【申請期間】6月1日(月)~30日(火)
【補助条件】詳しくは北区ホームページをご覧ください。
☎危機管理課
☎(3908)1121

◆5月は水防月間です

水害から国民の生命と財産を守るため、毎年5月を水防月間としています。水防の重要性や基本的な考え方を、皆さんにご理解をいただくことで、水害の未然防止と軽減を目指しています。
●土のうの無料配布
対区内在住、在勤の方
内区内の指定場所へお届けします。
申配布希望日の3日前までに氏名・住所・電話番号、個数を電話で申込
☎先道路公園課公園河川係
☎(3908)9275
●雨水流出抑制施設の設置助成制度
対区内の個人住宅(500㎡以下)
内屋根や庭などに降った雨を地中に浸透させる施設設置費の40万円を限度に助成します。

◆男女共同参画センター「スペースゆう」北とびあ6階ギャラリー出展者募集

【展示期間】10月から28年3月までのうち、約2週間(1団体・個人あたり)
申所定の応募用紙(男女共同参画センターにあります。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、郵送または持参で、5月1日(金)から31日(日)(必着)まで
※4月から展示方法の一部が変わっています。詳しくはお問い合わせください。
☎先〒114-8503(住所不要)男女共同参画センター「スペースゆう」(北とびあ5階)
☎(3913)0161 FAX(3913)0081
EMdanjo-c@city.kita.lg.jp

北区一般廃棄物処理基本計画2015を策定しました

区では、更なるごみの減量化に向けて環境負荷の低減により効果の高い2R(リデュース・リユース)を推進するため、北区一般廃棄物処理基本計画2015を策定しました。

【計画の概要】

計画期間…平成27年度から平成36年度の10カ年
基本理念…「ごみをつくらない、ごみをださないから始まるごみゼロのまちづくり」
基本方針…①区民・事業者・区の協働による3Rの推進
②更なるごみの減量化
③ごみの適正処理の推進

【ごみ減量目標値】

指標1 ごみ排出量:20%削減(平成25年度比)
88千t(平成25年実績)→70千t(平成36年)
指標2 区民1人1日あたりのごみ排出量:148g減量(平成25年度比)
718g/人日(平成25年実績)→570g(平成36年)

【計画の位置付け】

本計画は、廃棄物の処理及び清掃に関する法律第6条第1項に定める「当該市町村の区域内の一般廃棄物の処理に関する計画」及び東京都北区一般廃棄物の処理及び再利用に関する条例第32条に定める「一般廃棄物の処理に関する計画」です。

【閲覧場所】

リサイクル清掃課(区役所第四庁舎1階)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、区立図書館(区端図書館は5月12日から)及び北区ホームページ

☎リサイクル清掃課 ☎(3908)8539

国保・後期高齢者医療

◆国保保養施設をご利用ください

全国59カ所の「かんぼの宿」が割引引きで利用できます。かんぼの宿の利用に際して、北区の「国民健康保険被保険者証」または「後期高齢者医療被保険者証」を提示することにより本人と同伴の方3名の計4名まで、利用プラン料金から、一人一泊につき500円の割引をします。料金設定、休館日、割引除外日などは各施設で異なりますので、詳しくはホームページをご覧ください。
※施設一覧のチラシは、国保年金課(区役所第一庁舎2階27番)、各区民事務所及び各地域振興室にあります。

対利用日現在、北区の国民健康保険に加入している方または北区から後期高齢者医療被保険者証の交付を受けている方
【予約方法】施設に電話(利用日の6カ月前の月の初日から)またはホームページ(利用日の3カ月前の月の初日から)で予約
※電話での申込みの際は、北区の国保または後期高齢者医療制度の被保険者で割引きの適用を受けることを伝え、利用料金を必ず確認してください。
【利用方法】利用日当日は、被保険者証を必ず持参して、チェックインの際に施設に提示してください。
※利用料金はすべて現地支払いです。
☎国保年金課庶務係 ☎(3908)1130
HPhttp://www.kanponoyado.japanpost.jp/

記号の見方 対象 日 時 場 会 場 内 容 師 講 師 定 定 費 費用(記載のない場合は無料です) 申 申 込 込 方 方 法 法 問 問 合 合 せ 先 先 申 申 込 込 先 先 HP ホームページ EM Eメール

なくそう! 放置自転車!

～春の駅周辺放置自転車追放クリーンキャンペーン～

問 施設管理課自転車対策係 ☎(3908)9218

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、特に車椅子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。

期間中は、自転車駐輪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。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。

※…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のこと

■実施期間

十条駅周辺	5月7日(木)～10日(日)	田端駅周辺	5月13日(水)～17日(日)
赤羽駅周辺	5月20日(水)～24日(日)	王子駅周辺	5月27日(水)～31日(日)

■自転車の返還場所

●姥ヶ橋自転車移送場所(十条駅周辺での移送先)
[所在地] 上十条5-14先 ☎(3906)5788



■自転車の返還日時

月～土曜…午前10時30分～午後7時
日曜…午前10時30分～午後4時



いずれの場合も
祝日を除く

●中里自転車移送場所(田端駅・駒込駅周辺での移送先)
[所在地] 中里3-10-7 ☎(5974)4717



●赤羽南口自転車移送場所(赤羽駅東口・南口周辺での移送先)
[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



●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



◆赤十字の活動にご協力ください

- 赤十字とは
世界189の国と地域に広がり、災害の被災者や紛争犠牲者などに人道的な支援を行っています。
日本赤十字社は、日頃から救急法などの普及、輸血用血液の安全・安定的供給体制の確立などを行っています。国内外の災害に対しても救護活動を行っています。
- 活動資金へのご協力をお願いします
日本赤十字社の活動は、皆さんからお寄せいただく社費(会費)と寄付により支えられています。5月は「赤十字運動月間」です。ご協力をお願いします。ご協力いただいた社費・寄付は、救急法などの普及・ボランティア活動や災害救護・医療・血液・社会福祉事業に使用させていただきます。
- 北区赤十字奉仕団
地域のニーズに応じたボランティア活動を行っています。
[活動内容] 東京都立北療育医療センターでの入浴・裁縫奉仕、献血奉仕、青少年育成事業、赤十字活動の紹介など
問 日本赤十字社東京都支部北区地区(地域振興課地域振興係)
☎(5390)0092

◆消費生活センター消費生活相談員(非常勤職員)の募集

- [応募資格] 消費生活専門相談員、消費生活アドバイザー、消費生活コンサルタントのいずれかの資格を有する方
- [任用期間] 7月1日～平成28年3月31日
- [勤務日数] 月～金曜の週3日、1日6時間
- [勤務場所] 消費生活センター(北とびあ11階)
- [募集人員] 1名
- [選考方法] 書類審査、小論文及び面接
- 用 消費生活センターで配布している募集案内(北区ホームページからもダウンロードできます)で、5月22日(金)(必着)まで
問 ☎114-8503(住所不要)消費生活センター「職員募集」係
☎(5390)1239

◆友愛ホームサービス「友愛サポートスタッフ」募集

- 地域に住む高齢者などの方に対し、日常生活の簡単な手伝いをする住民参加型の福祉サービスです。
- ※ おおむね18歳以上(高校生を除く)の心身ともに健康な方
- [提供するサービス内容] 家事援助、外出・通

- 院などの付き添い、見守り、代筆、話し相手などの支援ほか [報酬] 1時間900円(通学・通学は40分700円)
- 養成研修
対 6月23日～7月21日 毎週火曜 計5回
日 午後1時30分～4時30分
場 岸町ふれあい館(岸町1-6-17)
師 NPO法人東京YWCAヒューマンサービスサポートセンター
定 30名 費 3,000円
用 電話またはファクスで、5月13日(水)から15日(金)までに申込。申込者に指定の応募用紙を送付します。 ※応募用紙提出期限は5月26日(火)(必着)まで ※書類選考者・面接(6月8日・9日・10日あり)
問 先 北区社会福祉協議会 友愛ホームサービス
☎(3907)9492
FAX(3905)4653

◆北区創業支援施設 ネスト赤羽の使用者募集

- 創業間近の方、創業後3年以内の事業者を対象に入居者を募集します。
- [使用施設] ①オフィス(個室) ②eスタートスペース(半個室)

- [募集数] ①2室 ②2ブース
※いずれも審査後に決定します
- 用 5月18日(月)午後5時まで
※詳しくはホームページをご覧ください。
- 問 先 ネスト赤羽
☎(3598)0571
HP <http://www.nest-akabane.com/>

◆社会保険労務士出張相談

- 就業規則の作成・変更、賃金台帳の整備、労働・社会保険の手続きなどでお困りのことはありませんか。社会保険労務士が事業所まで出張して相談をお受けします。
- 対 区内に住所(法人は本店登記)または主たる事業所を有する中小企業者
- [申込期間] 平成28年2月末日まで
※申込多数の場合は早めに終了する場合があります。
- [相談時間] 1回3時間以内(1企業につき3回まで)
- 用 電話申込
- 問 先 産業振興課経営支援係
☎(5390)1237



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8面をご覧ください

講座 講演会

◆滝野川文化センター区民協働講座 学びの広場

①楽しく学ぶ! 中国語入門
日6月3日~24日 毎週水曜 計4回
午前10時30分~正午 内中国語の正しい発音と日常会話を中心に学びます。
師アジア文化交流センター 烏 萍氏
【協力】北区中国語さくら会 定20名(抽選)
費1,404円程度(テキスト代)
申 往復はがき(記入例参照)で、5月20日(水)(必着)まで
②はじめてのパステル画
日6月10日~24日 毎週水曜 計3回
午後1時30分~3時30分 内パステル画の基礎を学び綿を使った手法で二つの作品を仕上げます。
師川崎順子氏
【協力】パステル虹 定20名(抽選)
費2,800円(教材費) 申 往復はがき(記入例参照)で、5月22日(金)(必着)まで
=以下、①②共通=
対区内在住、在勤、在学の方
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

◆“現代の寺子屋”楽しい北区雑学大学

後援 北区文化振興財団
日5月16日(土) 午後2時~4時
場王子小学校
内種とパラダイム~滝野川の種苗商と帝國種苗~
師北区史家 有馬純雄氏
定100名(先着順) 申当日、直接会場へ
問北区明るい社会づくりの会 佐藤
☎(3905)8056

◆依存症でも安心生活サポート事業 依存症者家族のためのセミナー「おとなの事情と子どもの気持ち~身近な人への寄り添い方~」

北区政策提案協働事業
依存症問題は家族に大きな影響をおよぼします。本人との関わりについて、家族の寄り添い方、特に子どもの目線に焦点をあててお話しします。
対 依存症問題を持つ家族の方
日6月2日(火) 午後2時~4時
場赤羽文化センター第2学習室(赤羽西1-6-1-301)
師看護師 細尾ちあき氏、精神保健指定医 北野陽子氏 定60名(申込順)
申 ファクスまたはEメール(記入例参照)で、5月28日(木)(必着)まで
問王子障害相談係 ☎(3908)9081
問先NPO法人ジャパンマック
【申込専用FAX】050(3730)0095
【申込専用EM】jmacmf@japanmac.or.jp

催し

◆北とびあ合唱フェスティバルにご招待

対区内在住、在勤、在学の方(未就学児は除く)
日①6月12日(金) 午後6時30分開演
「オープニングコンサート~地球の声>」
②6月13日(土) 午後6時開演
「歌い継いでいく Vol.4 1960~70年代に生まれた日本の合唱作品を集めて」
③6月14日(日) 午後5時30分開演
「フロージングコンサート~池辺晋一郎~」
④全日通し券
場北とびあさくらホールほか
定①~③各10組、④5組(いずれも抽選)
申 往復はがき(記入例参照。①~④の別、希望人数も記入)で、5月15日(金)(必着)まで

問JCDA日本合唱指揮者協会事務局
☎(3952)7207
先 114-0003 北区豊島5-3-13 コキタ・北区文化振興財団「合唱フェスティバル」係 ☎(6338)5711

◆北区障害者地域活動支援室(支援センターきらきら)地域交流バザー

日5月23日(土) 午前10時~午後4時
申当日、直接会場へ
問場支援センターきらきら(中十条1-2-18 障害者福祉センター2階)
☎(3905)7201・7202

◆田端ひととき散歩「田端文士芸術家村の終焉~戦後70年を迎えて~」

日5月16日(土) 午後1時開演(0時30分開場)
内戦後70年を迎えた今年、田端に集った文士・芸術家たちそれぞれの戦争体験を紹介し、小杉放庵、板谷波山、村上元三、岩田寿太郎など終焉期の田端にゆかりの人々の旧居跡を巡ります。
師田端文士村記念館研究員
定80名(先着順)
申当日、直接会場へ
問場田端文士村記念館(田端6-1-2)
☎(5685)5171

◆滝野川公園フリーマーケット

後援 北区
日5月24日(日) 午前10時~午後2時(雨天中止)
【出店予定数】30店(申込順)
【出店料】1,000円(2m×2.5m)
内出店者を募集します。販売品は家庭で出た不用品に限りです。申電話申込
問先リサイクル運動友の会
☎090(3222)5060

◆三智琴の会20周年記念演奏会

後援 北区教育委員会
日5月23日(土) 午後1時から(0時30分開場)
場赤羽会館1階講堂
内いろいろなジャンルの音楽を大正琴のアンサンブルでお楽しみいただけます。
申当日、直接会場へ
問三智琴の会 岡本
☎(3909)4855

◆都立北特別支援学校 学校公開

日6月5日(金) 午前9時30分~11時50分(9時10分受付開始)
内学校概要の説明、校内見学、懇談会、給食指導見学(希望者のみ)
申前日までに電話で申込
問場先都立北特別支援学校(十条台1-1-1)副校長 中村、担当 堀内
☎(3906)2321

お知らせ

◆オレンジカフェきたい~な(認知症カフェ)が始まりました

認知症の人や家族が地域で安心して生活できるよう、地域の支え合いを進める交流・活動の場が誕生しました。認知症についての正しい情報を案内しているほか、専門スタッフによる相談も受け付けています。
認知症のご心配がある方も無い方もぜひお立ち寄りください。場所などは今後の北区ニュース毎月20号に掲載の予定です。
問介護医療連携推進・介護予防担当課 認知症担当
☎(3908)9083

北区ファミリー・サポート・センター事業 第1回サポート会員養成講座

サポート会員が保護者に代わって子育て世帯の育児を支援するサービスです。この養成講座を修了された方がサポート会員として登録できます。
対区内在住の20歳以上の全参加できる健康な方
日下表のとおり
場第1回~第4回・北とびあ7階701会議室 第5回・育ち愛ほっと館(王子2-7-34)
定40名(抽選) 費2,000円 申往復はがき(記入例参照)で、5月23日(土)(必着)まで
問先 114-0002 王子2-7-34 育ち愛ほっと館(ファミリーサポート)
☎(3912)1909

Table with 4 columns: 回, 日程, 時間, 内容(講師). Rows 1-5 detailing the schedule for the support member training course.

北区青少年団体指導者講習会(第1期) 「ゆくりしっかり外で遊ぶ~野外活動計画入門~」

主催 北区青少年委員会
対区内在住、在勤、在学の18歳以上の方
日場内下表のとおり
師ドゥ・アウトドアライフ研究所代表 伊藤光太郎氏 定30名(抽選) 費6,000円(保険料など)
申往復はがき(記入例参照。青少年団体などに所属している方は団体名も記入)で、5月20日(水)(必着)まで
問先 114-8546(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係
☎(3908)9323

Table with 4 columns: 回, 日時, 場所, テーマ. Rows 1-5 detailing the schedule for the youth group leader training course.

補助金制度「チャレンジするあなたを笑顔に!」

【補助内容など】下表のとおり
申所定の申請書[産業振興課商工係(北とびあ11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])に記入して郵送または持参 ※各制度により条件、手続きなどが異なり、事前に電話予約が必要です。詳しくはホームページをご覧ください。
問先 114-8503(住所不要)産業振興課商工係 ☎(5390)1235

Table with 4 columns: 事業名, 内容, 補助金, 件数. Rows 1-9 detailing various subsidy programs like R&D support, research cooperation, and business expansion.

*①~⑥は、製造業、ソフトウェア業を営んでいる企業が対象となります。
*⑦は製造業を営む中小企業者を含むことが条件となっています。
*⑧のみ申請期間:5月19日(火)~29日(金)[23日(土)~25日(月)を除く]

記事の見方 対象 日日時 場会場 内容 師講師 定員 費用(記載のない場合は無料です) 申 申込方法 問 問い合わせ 先 申込先 HP ホームページ EM Eメール

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

麻しん(はしか)・風しん 予防接種を受けましょう

麻しん(はしか)は感染力が強く、肺炎や脳炎などの合併症を起したり、死亡したりすることもあります。風しんは、妊娠早期にかかると赤ちゃんに心臓病、白内障、聴力障害などの障害を引き起こすことがあります。幼児期(1歳頃)に麻しん風しんの予防接種を受けた方も、長期にわたり発病を予防するのに十分な免疫(抵抗力)を得るには、2回の予防接種が必要です。

麻しん・風しん定期予防接種は、第1期(1歳時)と第2期(小学校入学前の1年間)の2回接種です。第1期のご案内は1歳になる月の前月にお送りします。第2期のご案内は3月末に発送していますので、忘れずに予防接種を受けましょう。

[接種方法] 予診票と母子健康手帳をお持ちになり、協力医療機関(ご案内に添付した一覧表を参照)で受けてください。使用するワクチンは通常、麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)を使用しますが、麻しん単独、風しん単独のワクチンも使用可能ですので、そちらを希望する場合はお問い合わせください。

●麻しん・風しん予防接種を2回受けている方へ

次の①②に該当する場合は麻しん・風しん予防接種を全額公費負担で受けられます。

- ①2歳以上かつ平成9年4月2日以降に生まれた方で麻しん・風しんにかかったことがなく、麻しん・風しん予防接種を未接種の方(定期予防接種の対象者を除きます)
- ②平成9年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方で麻しん・風しんにかかったことがなく、麻しん・風しん予防接種を2回受けていない方

[接種方法] 予診票をお渡しいたしますので、お問い合わせください。予診票と母子健康手帳をお持ちになり、協力医療機関(ご案内に添付した一覧表を参照)で受けてください。ワクチンは通常、麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)を使用しますが、麻しん単独、風しん単独のワクチンも使用可能です。詳しくはお問い合わせください。

＝以下、共通＝

問 健康いきがき課健康増進係
☎(3908)9016
王子健康相談係

☎(3908)9087
赤羽健康相談係
☎(3903)6481
滝野川健康相談係
☎(3915)0186



ママパパ学級 「パパになるための半日コース」

☑区内在住で妊娠24週以降の方と配偶者
日 6月13日(土) ①午前コース(午前9時30分～正午) ②午後コース(午後1時30分～4時) 内 先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験(赤ちゃんのおふる、おもつ交換など)

定 各コース24組(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)①②の別、出産予定日も記入)で、5月20日(水)(当日消印有効)まで
問 場 券 115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館6・7階 健康いきがき課赤羽健康相談係
☎(3903)6481
※車でのご来所はご遠慮ください。

ばくばく子どもごはん講習会 ～幼児食へのステップアップ～

☑区内在住で平成26年4月6日生まれ～平成26年7月5日生まれのお子さんの保護者(保育なし) 日 6月5日(金) 午後1時30分～3時 場 赤羽会館7階701ホール
内 離乳食から幼児食への移行のポイント、簡単メニューの紹介(お話と試食)
定 24名(申込順)
申 5月7日(木)から電話申込
問 先 健康いきがき課赤羽健康相談係
☎(3903)6481

I期体験!親子リズム&ダンス教室

☑区内在住の2歳～3歳の幼児と保護者
日 5月19日～6月9日 毎週火曜 計4回
前日11時～正午 内 お母さんと一緒に音楽に合わせてリズム&ダンス
定 15組(抽選) 費 1,200円
申 往復はがき(記入例参照)で、5月10日(日)(当日消印有効)まで
問 場 券 114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館
☎(3940)1801

③特別講座「第16回きたくせんた一寄席～金原亭馬遊独演会～」

☑小学生以上 日 6月7日(日) 午後1時30分～3時30分 内 金原亭馬遊師匠の落語2席(「猫の皿」ほか) 定 50名(抽選)
費 大人…800円 小中学生…500円
※未就学児の入場不可
申 電話、はがきまたはファクス(記入例参照)で、5月26日(火)(必着)まで
＝以下①～③共通＝
問 場 券 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

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「いけばなで暮らしにゆとりと遊び心～池坊～」
☑区内在住、在勤、在学の中学生以上の方
日 ①6月8日～7月13日 毎週月曜 午後7時～8時30分、6月27日(土) 午前10時30分～正午 計7回

サイエンスラボ(中学生理科実験教室)～北区・お茶の水女子大学連携事業～

☑区内在住の中学生 日 内 下表のとおり
場 日 教育未来館(神谷2-42-4) 師 お茶の水女子大学サイエンス&エデュケーションセンター特任講師ほか 定 各40名(選考) 申 北区立中学校の生徒は学校を通じて申込。それ以外の方(私立中学校などの生徒)は、はがきまたはファクス(記入例参照。参加希望回、学校名・学年も記入)で、5月20日(水)(必着)まで
問 先 〒114-8546(住所不要)教育政策課サイエンスラボ担当
☎(3908)9279 FAX(3908)1265

回	日	程	テーマ/内容
1	6月27日(土)		●地球科学～地震のしくみ～ 地震はどうして起こるのかな?被害が大きいところ、そうでないところがあるのはなぜ?今こそ地震のしくみを実験で学ぼう!
2	7月11日(土)		●DNAと暗号のひみつ 私たちの体を作る情報が暗号のように隠されているDNA。実験では、DNAを取り出し、その暗号のひみつに迫ろう。
3	8月3日(月)		●生物のふしぎに迫る【サイエンスラボ特別編】
4	8月4日(火)		昆虫や植物などの身近な生物を顕微鏡で観察したり、実験したり。生物の形や性質について、いつもと違う角度で探ると新たな発見があるかも!?3日間連続で、実験から発表まで研究の一部を体験しよう。
5	8月5日(水)		●環境～バイオディーゼルの作るろう～ 再生可能な資源から作られるバイオディーゼル燃料。化石燃料と比べ、環境への負担が少ないといわれるのはなぜ?自分で作ってみよう。
7	10月17日(土)		●タンパク質と酵素～ついでに～ 私たちの体を作るタンパク質と酵素の関係は?タンパク質を研究する方法にはどんなものがあるの?身近なタンパク質に科学的に迫ろう。
8	11月21日(土)		●おいしさの科学～ふっくら蒸しパンのひみつ～ 蒸しパンはどうして膨らむの?膨らませ方によってできあがりやにどんな違いがあるのかな?ふっくら蒸しパンに隠されたひみつに迫ろう。
9	12月12日(土)		●ロボット～思い通りに動かしてみよう～ ロボットを思い通りに動かせるかな?黒い線をたどるライトレースなど、いろいろなセンサーを使ったり、プログラムを工夫したり、うまく動くロボットに改造しよう。
10	平成28年1月16日(土)		●低温の世界をのぞいてみよう 液体窒素の世界はなんと-196℃。低温の世界では、いろいろなものの性質が変わる。ふだんは体験できない低温の世界で実験してみよう。

【時間】午後1時30分～4時(第3～5回目は午前9時～午後2時)
※全日程の参加をお勧めしますが希望する回のみでの参加もできます。

◆平成27年度幼児・小学生体操教室(Ⅱ期)

☑区内在住、在園の幼児(4歳～6歳。教室開始日4歳以上)及び小学生 日 6月5日～9月25日(7月17日～8月28日を除く) 毎週金曜 計10回 幼児…午後3時45分～4時35分 小学生…午後4時50分～5時40分
【種目】マット、トランポリンほか
師 総合体育研究所指導員
定 各100名(先着順)
費 1回100円 申 当日、直接会場へ
問 場 券 115-0053 赤羽台3-17-57 桐ヶ丘体育館
☎(3908)2316

◆平成27年度幼児・小学生体操教室(Ⅲ期)

☑区内在住、在園の幼児(4歳～6歳。教室開始日4歳以上)及び小学生 日 6月9日～7月14日、9月1日・8日 各火曜 計8回 幼児…午後3時50分～4時40分 小学生…午後4時50分～5時40分
【種目】マット、跳び箱ほか 師 総合体育研究所指導員 定 各100名(抽選)
費 800円(初回に集金)
申 往復はがき(記入例参照。生年月日・性別、園名・学校名・学年も記入)で、5月14日(木)(当日消印有効)まで
問 場 券 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館
☎(3940)1801

古民家工作教室

「空高く作って飛ばそう竹とんぼ」

☑区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方 日 6月7日(日) 午前10時～正午
内 切り出しナイフを使って竹を削り、よく飛ばす竹とんぼを作ります。
申 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の氏名・住所・年齢(学生は学年)も記入)で、5月23日(土)(必着)まで
問 場 券 〒115-0055 赤羽西2-5-34 赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体験館
☎(5993)8361

◆中央公園文化センター講座

①区民協働講座「楽しい仲間とイキイキ気功～あなたの笑顔を待っています～」

☑区内在住、在勤、在学の方 日 6月2日～23日 毎週火曜 計4回 午前10時～正午 内 気功の健康法や基本的な動きを身につける。師 平澤芳郎氏
【協力】智能気功愛好会 定 20名(抽選)
費 40円(保険料) 申 往復はがき(記入例参照)で、5月20日(水)(必着)まで

②区民協働講座「ポピュラーソングを楽しむ英語歌おう!」

☑区内在住、在勤、在学の方 日 6月5日(金)・19日(金) 計2回 午後2時～4時
内 英語の解説や当時の時代背景を話題にして歌います。【曲目】ユー・アー・マイ・サン・シャイン・テネシーワルツ・ケセラセラ・虹のかなたにほか 師 西沢京子氏
【協力】スターダスト 定 20名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、5月22日(金)(必着)まで

内 いけばなの基本や空きびんなど家庭にある容器を使いたい方を学びます。

※6月13日(土)に池坊会館の見学を行います。師 北区茶華道連 菊地秋季氏
定 20名(抽選) 費 6,000円程度(花代)
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(木)(必着)まで
②区民協働講座「指先使って脳をリフレッシュ!～はじめての三味線講座～」
☑区内在住、在勤、在学の中学生以上の方 日 6月19日～7月10日 毎週金曜 午後7時～8時30分 計4回
内 邦楽の基礎知識を身に付け、鑑賞の楽しみ方や三味線の弾き方を伝統曲「さくら」に合わせて初歩から学びます。師 江戸端唄家元 三味線豊臣氏
【協力】邦楽桐の会 定 30名(抽選)
費 4,000円(教本代、三味線使用料)
申 はがき、ファクス(記入例参照)電話または直接窓口で、6月4日(木)(必着)まで
③PC特別講座「みんなのパソコンひろば」
☑区内在住、在勤、在学の方でパソコン初

級者の方(マウス操作が出来る方)

日 6月3日(水) 午後6時～8時30分
内 ミニセミナー「Word2013の図形機能でシンプルな地図の作成」など 師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選) 費 1,540円
申 往復はがき(記入例参照)またはホームページで、5月22日(金)(必着)まで
④PC特別講座Ⅱ期「ホームページ作成に挑戦! Jimdoで初めてのホームページ作成」
☑区内在住、在勤、在学のWindowsの基本操作と文字入力ができる方 日 6月4日～25日 毎週木曜 計4回 午後6時30分～8時30分 師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選) 費 6,170円
申 往復はがき(記入例参照)で、5月22日(金)(必着)まで
＝以下①～④共通＝
問 場 券 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
☎(3906)3911
FAX(3906)3915
HP <http://www.kita-bunka.com/>

長生きするなら 北区が一番



平成27年度高齢者肺炎球菌予防接種

●定期予防接種

対過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない次の①②いずれかに該当する方 ①北区内に居住している下表の生年月日の方 ②60歳から64歳で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重度の障害がある方

場 北区協力医療機関及び他の22区の協力医療機関

●定期予防接種の対象にならない方で接種を希望する方 下記の対象に該当する方は公費負担のある任意予防接種を受けることができますのでお申し込みください。

過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方は、平成30年度までに定期予防接種の機会が1回あります。任意予防接種を受けた場合、定期予防接種は対象外となります。

対北区内に住所を有する65歳以上の方で、定期予防接種の対象者ではなくかつ過去に北区の公費負担で接種を受けていない方

場 北区協力医療機関

費 4千円 ※生活保護等を受給している世帯の方は接種費用免除

接種回数 1回

接種方法 対象の方に、区からご案内と予診票を送ります。協力医療機関へ予診票と健康保険証などの本人確認書類を持参し接種を受けてください。

対象の方でご案内が届いていない場合はご連絡ください。

問先 健康いきがい課コールセンター ☎(3908)9034

健康いきがい課健康増進係 ☎(3908)9016

定期予防接種の対象になる方の生年月日

Table with 2 columns: Birth date range and corresponding vaccination status.

I期体験！中高年健康体操教室

対区内在住、在勤の65歳以上の健康な方 日5月19日、6月9日 毎週火曜 計4回 午前9時30分～10時30分

定20名(抽選) 費600円 申往復はがき(記入例参照)で、5月10日(当)消印有効)まで

問場先 ☎114-0024 西ヶ原2-1-1 滝野川体育館 ☎(3940)1801

血液さらさら健康体操教室「年代別に鍛えるバランスアップ体操」

対区内在住、在勤の40代、70代の方で全面参加できる方 日6月4日、18日 毎週木曜 計3回

定40代、60代：午後2時～4時 場北とびあ地下1階多目的ルーム 内バランススティックを使ったトータルバランス運動

※当日の血圧測定結果によっては、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 渡辺久美氏

定25名(抽選) 申往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月14日(必着)まで

問先 ☎114-8508 (住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「バランスアップ体操」担当 ☎(3908)8548

70歳からのスマートウォーキング「かっこよく歩いて元氣アップ!」

対区内在住の70歳以上の方で全面参加できる方 日6月3日、17日 毎週水曜 計3回

場 滝野川会館小ホール(西ヶ原1-23-13) 内ウォーキングの基礎、栄養のお話と前回の復習、まち歩きウォーキング ※当日の血圧測定の結果、参加できない場合があります。

定20名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、5月14日(必着)まで

問先 ☎114-8508 (住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「スマートウォーキング」担当 ☎(3908)9068

健康増進センター (へるしあKITA)

トータルエクササイズ 対区内在住、在勤の40歳以上の方 日6月6日、27日 毎週土曜 計4回

定30名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、5月20日(必着)まで

問場先 ☎114-0002 王子5-2-15 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(5390)2220

シニア元氣塾 「健康づくりグループ講座」

①超入門「陳式太極拳・老架式」 日6月1日、6月22日 毎週月曜 計4回 午後6時45分～8時

定15名(抽選) 費50円 ②健康麻將「初級講座」

日6月8日、29日 毎週月曜 計4回 午後1時～4時

場 日本健康麻將「銀嶺」(東田端2-15-14) 師健康麻將同好会 銀嶺 定28名(抽選) 費500円

対区内在住、在勤の50歳以上で全面参加できる方 申往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、5月14日(必着)まで

問先 ☎114-8508 (住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)8548 FAX(3905)6500

シニア元氣塾「地域に活かすいきいき講座Part1」

対区内在住、在勤の50歳以上の全面参加できる方 日6月4日、18日 毎週木曜 計3回

場北とびあ8階803会議室 内インテリアとしての「アート書」を基本から学び、壁に飾る作品を作ります。 師小泉美鈴氏

定15名(抽選) 費1千円 申往復はがき(記入例参照)で、5月14日(必着)まで

問先 ☎114-8508 (住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係 ☎(3908)8548

シニア元氣塾携帯電話教室「ゼロからはじめるスマートフォン」

対区内在住で、50歳以上の方 日場左表のとおり(各回同一内容) ※スマートフォンは用意します。

定各回24名(抽選) 申往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月14日(必着)まで

問先 ☎114-8508 (住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「携帯電話教室担当」 ☎(3908)8548

Table with 4 columns: Course number, Date, Time, and Venue.

長生きするなら北区が一番

講座・講演会

◆認知症サポーター養成講座

認知症の人や家族が地域で安心して生活できるよう、認知症のことを正しく理解し、地域で見守り応援する「認知症サポーター」になります。

接し方について 定80名(先着順) 申5月7日(木)午前9時から電話申込 問先 王子高齢相談係(王子高齢者あんしんセンター) ☎(3908)9083

◆飛鳥山博物館講座 「江戸時代の教科書をよむ①」

日5月31日(日) 午後1時30分～3時30分 内江戸時代の教科書である同館所蔵の往来物を取り上げ概説します。 師同館学芸員 定80名(抽選)

申往復はがき(記入例参照)で、5月21日(木)(必着)まで 問場先 ☎114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館(月曜休館) ☎(3916)1133

◆田端文士村記念館講演会 「戦後文学の果ての果て」

日5月30日(土) 午後2時から(1時30分開場) 師作家 高橋源一郎氏 定100名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)で、5月13日(水)

(必着) ※はがき1通につき1名まで。ただし、同居家族に限り1通に2名まで(はがきにそれぞれの氏名、年齢、「夫婦」「親子」など続柄を記入) ※専用駐車場・駐輪場はありません。 問場先 ☎114-0014 田端6-1-2 田端文士村記念館 ☎(5685)5171

特定健康診査等

●北区国民健康保険に加入している方へ 特定健康診査(40歳～74歳)

対 北区国民健康保険に加入している40歳～74歳の方(昭和15年9月7日～昭和51年3月31日生まれ) ※対象者の方には受診券を5月下旬に送付します。健診開始日までに届かない方はお問い合わせください。 **日** 6月1日(月)～8月31日(月)(土曜午後、日曜、祝日、休日を除く)

内 特定健康診査項目…問診、診察、身体計測(腹囲測定含む)、血圧、血液検査(肝機能・脂質・血糖)、尿検査 **追加項目**…胸部エックス線検査、心電図検査(医師が必要と判断した方)など

【受診方法】 同封の一覧表の医療機関に事前予約をし、受診券と北区国民健康保険被保険者証(健康保険証)を持参して受診してください。 ※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40歳～74歳の方は、上記特定健康診査に準じ、同じ日程で実施します。 ※75歳以上の方及び65歳～74歳で一定の障害があり、すでに後期高齢者医療制度に加入している方の健康診査は9～10月に実施します。詳しくは健診時期に合わせて北区ニュースでお知らせします。 ※「特定健康診査」は医療保険者(保険証発行機関)が実施主体となります。北区国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、ご加入の医

療保険者または勤務先にお問い合わせください。
●北区国民健康保険以外の健康保険の被扶養者の方へ 北区追加健診(40歳～74歳)

次の対象で、ご希望の方は北区の医療機関で特定健康診査を受診する際に、北区の追加健診を同時受診することができます。

対 次の①～③すべての要件を満たす方 ①区内在住の昭和15年9月7日～昭和51年3月31日生まれの方 ②健康保険組合等の被扶養者の方、または国民健康保険組合に加入している方 ③ご加入の健康保険組合等から特定健康診査の受診券が届いている方で、受診券の「契約とりまとめ機関」欄(右図参照)に「集合B」と記載のある方 **日** 6月1日(月)～8月31日(月)(土曜午後、日曜、祝日、休日を除く)

予備日程…11月28日(土)～12月19日(土)
【追加健診項目】 血液一般検査、胸部エックス線検査、心電図検査(医師が必要と判断した方)など

用 電話、はがきまたはファクス(「追加健診申込」、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・性別・電話番号、ご加入の健康保険の名称(必須)を記入)で申込 ※申込後、「追加健診券」を実施期間に合わせて送付します。健診期間内にお早めにお申し込みください。 ※予備日程については受診人数に限りがあります。 ※対象者の要件のうち①②に該当し、③の特定健康診査受診券の「契約とりまとめ機関」欄に「集合B」の記載がない方は、追加健診項目のみ受診することもできますの

で、ご希望の場合は健診期間内にお早めにお申し込みください。

=以下、共通=

場「北区特定健康診査会場」のポスター掲示のある区内実施医療機関

問 健康いきがい課コールセンター

☎(3908) 9034

問先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康増進係

☎(3908) 9016

FAX(3905) 6500

特定健康診査受診券の例(北区国民健康保険以外の方)

特定健康診査受診券	
2015年●月●日交付	
受診券整理番号	123456789 ××
受診者の氏名	キタク タロウ
性別	1 男
生年月日	昭和40年●月●日
有効期限	2015年●月●日
健診内容	・特定健康診査 ・その他()
窓口での自己負担	
特定健診(基本部分)	負担額又は負担率 保険者負担上限額 ×××××円
特定健診(詳細部分)	なし
保険者所在地	〒………●市●町
保険者電話番号	××××-××××
保険者番号・名称	××××××××××
	●健康保険組合
契約とりまとめ機関名	集合B、D/印
支払代行機関番号	××××××
支払代行機関名	社会保険診療報酬支払基金

記号の見方 対対象 日日時 場会場 内内容 師講師 定定員 費費用(記載のない場合は無料です) 申申込方法 問問合わせ 先先申込先 HPホームページ EM Eメール

講座・講演会

◆自然教室 植物画教室①②

身近な植物の姿をスケッチし、透明水彩絵の具で彩色します。
対 区内在住、在勤、在学の全回参加できる18歳以上の方
日 6月7日(日)・14日(日) 計2回
午前9時30分～正午

定 20名(抽選) **費** 200円
申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、5月28日(木)(必着)まで

問場先 〒114-0031 十条仲原4-1-2 清水坂公園内 自然ふれあい情報館(月曜休館(祝日)の時は翌日)

☎(3908) 0804
FAX(3908) 8856

スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室

A 初心者3カ教室
日 6月4日・7月16日 毎週木曜 計7回 **師** 狩野道子氏

B ユガ&リトイス女性教室
日 6月8日・7月27日(7月13日を除く) 毎週月曜 計7回
師 湯浅恵子氏

対 区内在住、在勤で20歳以上の方 **【時間】** ①午後6時30分～7時40分 ②午後7時50分～9時

場 北とびあ地下1階多目的ルーム **定** 各25名(抽選) **費** 5千450円(傷害保険料含む)

申 往復はがき(記入例参照) ①②を希望順位で記入) またはホームページで、5月14日(木)(必着)まで ※携帯電話からは不可

問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-1 滝野川体育館内 北区体育協会

☎(3940) 1848
HP <http://www.kita-city.tkyo.or.jp/>

健康情報

◆平成27年度から胃がんハイリスク検診を実施します

対 区内在住で、下表の年齢に該当する方 **日** 6月1日(月)・8月31日(月)(土曜午後、日曜、祝日、休日を除く) ※医療機関によっては期間内でも予約満了となる場合があります。

場 区内実施医療機関 **内** 問診、血液検査(血清ヘリコバクター！ピロリ抗体検査) **費** 一千元

※生活保護などを受けられている方は、自己負担金が免除されます。 ※対象者には、5月中旬に受診券を送付します。対象の方で受診券がお手元に届かない場合はお問い合わせ

ください。

◆障害者のための健康講座「三カ」

対 区内在住、在勤、在学の障害者の方で、全回参加できる方(車イスのままで行えるプログラムです) **日** 6月1日・22日 毎週月曜 計4回 午後2時～3時30分 **内** 座りできる体操、呼吸法、ストレッチなど

師 健康運動指導士 **定** 15名(抽選。初めての方優先) **申** 電話またはファクス(記入例参照。障害者も記入)で、5月23日(出まで)

問場先 〒114-0032 中十条1-1-18 北区障害者地域自立生活支援室

☎・FAX(3905) 7226

申込記入例

希望講座名(希望日・コース)
●郵便番号・住所※
●氏名(ふりがな)
●年齢
●電話番号(ファクス番号)

※在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年も明記
●記入不備無効 ●申込は原則1名1通
●本人以外やお子さん連れの受講はできません
●記入いただいた個人情報は目的以外には使用しません

問い合わせ及び申込先(探便セット配布場所)	検診日時	検診会場	申込方法
健康いきがい課 王子健康相談係 〒114-8508(住所不要)区役所第一庁舎1階7番 ☎(3908)9087 FAX(3908)9086	6月17日(水) 午前9時～11時	北区保健所1階(東十条2-7-3)	【窓口直接配布の場合】 5月11日(月)午前8時30分から各健康相談係で探便セットを直接お渡します。各係検診の1週間前に締切となります(代理可)。 【はがき・ファクスの場合】 5月11日(月)から各健康相談係へ、はがきまたはファクスに検診名、希望検診日、郵便番号・住所・氏名・ふりがな・生年月日・年齢・性別・電話番号を記入して申込(ファクスの場合は番号を記入)。各係検診日の14日前に締切となります。 ※後日探便セットを郵送します。
健康いきがい課 赤羽健康相談係 〒115-0044 赤羽南1-13-1 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486	6月19日(金) 午前9時～11時	赤羽会館7階	
健康いきがい課 滝野川健康相談係 〒114-0024 西ヶ原1-19-12 滝野川福祉保健センター ☎(3915)0186 FAX(3915)4119	6月3日(水) 午前9時～11時	左記の場所	

◆大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方(昭和55年12月31日以前に生まれた方)ただし、受診間隔が1年未満の方は除く

内 検便(便潜血反応検査) ※希望する各健康相談係で事前に探便セットを受け取り、各会場の検診日にお持ちください(代理可)。

定 各日10名(先着順)

日場問先 先左表のとおり