

# 北区ニュース

(26.1.1現在)	前月比
世帯数	180,230 92減
総人口	334,723 135減
日本人人口	320,165 103減
男	159,254 41減
女	160,911 62減
外国人人口	14,558 32減
男	6,757 1減
女	7,801 31減
年齢別	14歳以下... 33,202 (9.9%)
人口*	15歳~64歳... 217,608 (65.0%)
構成比	65歳以上... 83,913 (25.1%)

\*外国人人口を含む

世帯と人口

## 平成26~27年度

# 区政モニター募集



●区政モニターとは  
区の主な課題について、会議形式で意見・要望をお聞きするものです。  
昭和46年から実施して、今年で44年目を迎えます。これまでに1,000名を超える方々に活躍いただきました。

## ●あなたも区政モニターになりませんか

平成26年度から2年間の区政モニターを募集します。

①20歳以上で、区内に引き続き1年以上居住し、住民基本台帳に記載されている方  
②都及び都内区市町村の公務員でない方  
③北区区政モニターの実験者でない方

【活動内容】年3回程度実施する区政モニター会議で、区の施策や現状について説明の後、グループで自由に意見交換・発表していただきます。このほかにもアンケート調査への回答、区内施設の見学などにも参加いただけます。

【任期】6月~平成28年3月(約2年間) ※会議は原則土曜または日曜で3時間以内

【募集人数】19名  
【謝礼】年額1万2,000円以内(会議の出席状況により異なります)

【応募方法】区政への意見または応募動機(200字程度)のほか、住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・職業、電話番号を記入して、郵送、ファクスまたはEメールで、3月7日(金)(必着)まで

【選考方法】応募理由などを参考に地域、年齢、性別などを考慮して選考します。結果は4月中に通知する予定です。

【問い合わせ】〒114-8508(住所不要)広報課広報担当  
☎(3908)1102  
FAX(3905)3422  
E:kocho@city.kita.lg.jp

記事の見方

対象

日時

会場

内容

講師

定員

費用(記載のない場合は無料です)

申込み方法

問い合わせ

先申込み

HP

ホームページ

Eメール

EM

## お知らせ

### ◆第1回北区子ども・子育て会議 就学前教育・保育部会

北区の就学前教育・保育の量の見込み・提供体制の確保などについて審議する会議を開催します。

日 2月14日(金) 午後6時30分から  
場 北とびあ9階901会議室 〇傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。  
問 子育て支援課次世代育成係  
☎(3908)9095

### ◆第4回「北区基本計画2010」及び「北区経営改革新5か年プラン」の改定のための検討会

日 2月17日(月) 午後7時から 場 北とびあ13階飛鳥ホール 〇産業振興、地域振興、文化振興、教育、国際化、男女共同参画などに関すること 〇傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。  
問 企画課 ☎(3908)1104

### ◆北区飛鳥山博物館非常勤学芸員の募集

【応募資格】大学または大学院で考古学・歴史学・民俗学のいずれかを専攻し、卒業・修了した者で学芸員資格を有する方(いずれも見込みを含む) 【職務内容】展示、講座、子ども向け事業、学校対応事業などの企画・実施のほか資料収集・整理、広報活動 【募集人員】1名 【勤務場所】北区飛鳥山博物館 【勤務日数】月16日(土・日曜、祝日勤務あり) 【勤務時間】午前8時30分~午後5時15分 【雇用期間】4月1日~平成27年3月31日(4回まで更新制度あり) 【報酬】月額24万4,800円、交通費支給(上限あり)、社会保険加入 【選考方法】書類審査及び面接 ※書類審査の結果は書面で通知。面接は3月9日(日)実施予定

①履歴書(専門分野、職歴を詳しく記入)  
②最終学校の卒業(見込み)証明書  
③学芸員資格取得(見込み)を証明できるもの  
④業績目録(論文、調査実績、講座講師経験など)  
⑤課題文「これからの地域博物館に求められる活動と学芸員の役割」(原稿

用紙に自筆で1,200字程度)を2月21日(金)(必着)までに郵送または持参 ※応募書類は返却しません。  
問 〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館非常勤学芸員採用担当(月曜休館)  
☎(3916)1133

### ◆北区飛鳥山博物館運営協議会委員の募集 ~あなたの声を博物館へ~

北区飛鳥山博物館の運営・事業実施などについて、ほかの学識経験者や教育関係者の委員とともに協議していただけます。  
【応募資格】区内在住の18歳以上で、年2回程度の運営協議会に出席できる方  
【募集人数】2名 【任期】4月1日~平成28年3月31日(2年間) 【応募方法】任意の用紙に、応募動機(800字程度)、住所・氏名・電話番号、職業を記入し、2月25日(火)(必着)までに郵送または持参 ※結果は3月中旬までに応募者全員に通知します。  
問 〒114-0002 王子1-1-3 北区飛鳥山博物館(月曜休館)  
☎(3916)1133

### ◆第20回荒川クリエーション美術展 作品募集

共催 北区  
【募集作品】川に対する思いをテーマにした油絵、日本画、水墨画、水彩画 【規格】10号~50号 費1点...3,000円 2点...4,000円 ※1人2点まで 〇応募用紙、費用及び作品を展示会場へ持参(郵送不可) 【提出日時】3月2日(日) 午前10時~午後2時 〇北とびあ地下1階展示ホール 【美術展日程】3月3日(月)~9日(日) ※詳しくはファクスでお問い合わせください。  
問 クリエーション美術協会 森岡  
FAX(3901)3737

### ◆障害者福祉センター生活訓練室臨時職員募集

【応募職種】①看護師 ②身体障害者の食事準備及び食事介助  
【応募資格】①有資格者 ②ヘルパー資格者(無資格でも可)

【勤務場所】障害者福祉センター生活訓練室(中十条1-2-18)

【募集人員】各若干名  
【勤務条件】①時給1,490円(6時間勤務、週2~3日) ②時給1,000円(有資格者。無資格者は920円。2時間勤務、週2~3日) ※勤務日は相談に応じます。

申 電話申込(随時) ※面接は随時

問 障害者福祉センター支援係

☎(3905)7113

### ◆区指定自転車置場利用登録の受付

●JR4駅(赤羽・十条・駒込・上中里)、東京メトロ南北線2駅(赤羽岩淵・志茂)、北谷端公園、赤羽公園

〇通勤、通学で駅を利用し、次の①~④のいずれかに該当する方  
①住居または通勤、通学先が駅からおおむね800m以上離れている方(申請件数により距離の変更あり)  
②65歳以上の方  
③身体に歩行困難を伴う障害のある方  
④通勤時に保育送迎をする方

【利用期間】4月1日~平成27年3月31日(1年間)

【申請書の配布及び申請期間】2月7日(金)~18日(火)

【申請書の配布場所】駅改札口脇の申請書スタンド、交通担当課駐輪対策担当(区役所第一庁舎3階11番)、区民事務所及び指定自転車置場近隣の地域振興室(いずれも開庁時間内のみ)

〇申請書に必要事項を記入し、郵送または電子申請で、2月18日(火)(当日消印有効)まで

【登録手数料】区内在住の方...4,000円 区外在住の方...8,000円

※現在登録している方でも、今回申請しないと利用できなくなります。

※自転車の盗難が頻発しています。置場内での盗難の責任は負いません。カギを二重にかけるなどの対策をお願いします。

※西ヶ原駅周辺指定自転車置場は、3月31日(月)で廃止となり、4月から西ヶ原駅前自転車駐車がオープンします。定期・当日ともに利用可能です。詳細については、決定次第別途お知らせします。

問 〒114-8508(住所不要)交通担当課駐輪対策担当  
☎(3908)9218

### ◆都営住宅入居者の募集

●ポイント方式による募集(家族向けのみ)  
①ひとり親世帯 ②高齢者世帯 ③心身障害者世帯 ④多子世帯 ⑤特に所得の低い一般世帯 ⑥車イス使用者世帯

●抽選方式による募集  
⑦単身者向け住宅 ⑧単身者用車イス使用者向け住宅 ⑨シルバークリア住宅 ⑩事業再建者向け定期使用住宅

=以下、共通=  
【入居資格】①~⑩の募集区分ごとに定められています。詳しくは募集案内をご覧ください。

【申込書・募集案内の配布期間・場所】2月3日(月)~13日(木) 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) ※⑩については、区営・区民住宅受付担当及び区民事務所のみで配布します。 ※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。 〇郵送で2月17日(月)(必着)までに、ポイント方式及び⑩は東京都住宅供給公社、抽選方式は渋谷郵便局に届いた申込書に限り受け付けます。 ※申込ができるのは上記の①~⑩のうち1つのみです。

問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター  
☎0570(010)810(配布期間中のみ。⑩を除く)  
☎(3498)8894(期間外及び⑩について)

問 区営・区民住宅受付担当  
☎(3908)1523

※いずれも土・日曜、祝日を除く

### ◆2月7日は北方領土の日です

考えよう みんなで解決 北方領土

国後島 択捉島 色丹島 歯舞群島 根室半島

内閣府

◆第6回北区医師会認知症講演会  
「認知症医療の黎明期と今～認知症の方を地域で支える～」

共催 北区  
対区内在住、在勤、在学の方 日2月22日(土) 午後2時～3時30分 場北とびあ7階第2研修室 内①認知症専門医による講演 ②北区医師会による地域医療連携についての案内 浴浴風会認知症介護研究・研修東京センター名誉センター長 長谷川和夫氏 定120名(先着順)  
申当日、直接会場へ  
問北区医師会  
☎(5390)3511

◆ブラジルの家庭料理講習会

対区内在住、在勤の小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 日2月23日(日) 午前10時～午後2時 場赤羽文化センター料理室(赤羽西1-6-1-301) 定30名(抽選) 費1人500円(材料費) 申往復はがき(記入例参照)で、2月14日(金)(必着)まで  
問先〒114-8508(住所不要) 総務課総務係 国際担当(東南アジア保育支援の会)  
☎(3908)9308

◆滝野川文化センター区民講座

作って話して国際交流! 房総太巻き祭りずしで花を咲かそう  
対区内在住、在勤、在学の国際交流に関心のある15歳以上の日本人の方 日3月1日(土) 午前10時30分～午後1時30分 内外国人の方と一緒に彩り鮮やかな花模様のお寿司を作り、日本語で交流を楽しみましょう。 師千葉伝統郷土料理研究会講師 鈴木和子氏、間山美佐子氏 定12名(抽選) 費1,000円程度(食材料、保険料) 申はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、2月15日(土)(必着)まで  
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  
FAX(5394)1231

◆中央公園文化センター区民講座

「おもてなしとは…」～自分自身が楽しくなければ本当のおもてなしとは言えない～ 自分なりのおもてなしを見つけよう。  
対区内在住、在勤、在学の方 日3月4日～25日 毎週火曜 計4回 午後7時～8時30分 場北とびあ 定20名(抽選)  
申はがき、ファクス(記入例参照)または直接窓口で、2月21日(金)(必着)まで  
問先〒114-8534(住所不要) 滝野川文化センター(月曜、祝日休館)  
☎(5394)1230  
FAX(5394)1231

北区商店経営塾2014

対区内中小店舗の経営者及び従業員の方 日場内師下表のとおり 定各40名(抽選)  
申往復はがき、ファクス(記入例参照)。希望回も記入)または電話で、2月14日(金)(必着)まで  
問先〒114-8503(住所不要)北区商店街連合会事務局  
☎(5390)1200 FAX(5390)1202  
問産業振興課商工係 ☎(5390)1236

回	日程	内容	講師
1	2月18日(火)	お客さまにもっと来たいと思わせる接客技術	ローズアソシエイツ 代表 金子由美子氏
2	2月25日(火)	決算書の活かし方～決算書を理解して会社を伸ばす～	石島公認会計事務所 石島慎二 郎氏
3	2月27日(木)	フェイスブックなどの実践的な活用	ピーコネクト 代表取締役 荻谷浩司氏
4	3月4日(火)	美文字を活用したお店のイメージアップ(※)	東京販売促進実践研究所 所長 安達昌人氏

[時間] 午後7時～9時 場北とびあ ※第4回は、日頃から使っているボールペンをお持ちください。

◆依存症でも安心生活サポート事業

北区政策提案協働事業  
講演会:依存症と子どもへの影響  
北区依存症なんでも相談会  
アルコール、薬物、買物依存など、依存症はその人によって出方は違って、問題の根本は同じであることが多いです。依存症の問題について家族が知っているべきことは何か、直面するさまざまな場面で家族はどう対処したらよいかの講演会と個別相談会を開催します。  
日2月20日(木) 相談会…午前10時～正午 講演会…午後1時30分～3時30分 場滝野川会館5階小ホール(西ヶ原1-23-3) 師徳永家族問題相談室室長 徳永雅子氏 定90名(先着順。講演会のみ)  
申ファクス、Eメール(記入例参照)または電話で、2月17日(月)(必着)まで(講演会のみ) ※相談会は、当日、直接会場へ  
問先NPO法人ジャパンマック  
☎(5972)4771  
FAX050(3730)0095  
E:jmacmfia@japanmac.or.jp  
問障害福祉課王子障害相談係  
☎(3908)9081

催し

◆障害者福祉センター「ライフワーク展」

日2月17日(月)～21日(金) 午前10時～午後4時 内障害者福祉センター「趣味の講座」受講者や講座終了後も自主的に活動しているグループの方々の作品展示及び活動紹介をします。 申当日、直接会場へ  
問場障害者福祉センター事業係(中十条1-2-18)  
☎(3905)7121  
FAX(3905)7116

◆300人で歌おう! 歌声 in 北とびあ～春～

後援 北区教育委員会・北区文化振興財団  
対区内在住、在勤、在学の方 日3月19日(水) 午後2時開演(1時30分開場) 場北とびあつじホール 内素晴らしい歌とピアノ演奏や和太鼓を堪能し、「ふるさと」「おぼろ月夜」「花」「さくら」など約30曲を皆で一緒に歌いましょう! ソプラノ…乾 董子 テノール…宮原健一郎 ピアノ…山田正成 和太鼓…川原徹也 定300名(抽選) 費1,000円 申往復はがき(記入例参照)。希望人数も記入)で、2月28日(金)(必着)まで  
問先〒114-0002 王子1-6-15-202 NPO法人東京ASUKA音楽事務所 篠笠  
☎090(6487)6017

◆映像でよみがえる昭和の北区  
第2回上映会「時間の旅 昭和30年代から現在へ」

北区政策提案協働事業  
日3月1日(土) 午後2時～4時 場北区飛鳥山博物館講堂(王子1-1-3)  
内オリンピックに湧く半世紀前の日本に、ニュース映像や家電の実物展示でタイムスリップ。北区で撮られた街並みや暮らしの映像の昔と今を対比する時間旅行を体験。  
師駒澤大学非常勤講師 高橋克三氏、同館学芸員 定80名(抽選。初めての方便先) 申往復はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、2月15日(土)(必着)まで ※昔の北区が映っている8ミリフィルムをお持ちの方は、その旨お書きください。DVD化の相談も受付 ※詳しくは下記ホームページをご覧ください。  
問先〒115-0045 赤羽1-7-9赤羽Metsビル7階 街づくり・フロンティア21[第2回上映会]係  
☎(3903)1171 FAX(6369)4604  
HP<http://www.frontier21.jp.net/>  
E:info@frontier21.jp.net

◆北区指定無形民俗文化財

●稲付の餅唄  
正月や祝いの餅を搗く際に唄われた「稲付の餅唄」を、初午の日に開催します。  
日2月4日(火) 午前11時～正午頃 場道観山稲荷社(赤羽西2-14-20)  
●熊野神社の白酒祭(オビジャ行事)  
五穀豊穡を祈り鬼の文字が書かれた的を弓矢で射る行事です。  
日2月7日(金) 午前11時～正午頃 場熊野神社(志茂4-19-1)  
=以下、共通=  
申当日、直接会場へ  
問北区飛鳥山博物館事業係  
☎(3916)1133

◆第16回トロンボーンフェスティバル

対区内在住、在勤、在学の方(未就学児を除く) 日3月8日(土)・9日(日) 計2回 午前10時開演 場滝野川会館(西ヶ原1-23-3) 内T-1バトル、コンクール入賞者コンサート、フェスティバルステージほか 定40名(抽選) 申往復はがき(記入例参照)。希望人数(2名まで)も記入)で、2月21日(金)(必着)まで  
問先〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団「トロンボーンフェスティバル」係  
☎(5390)1222

◆北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会

ネスト卒業生に聞く、起業の実態とは?  
区内内事業主の方または起業をお考えの方 日2月19日(水) 午後6時30分～8時30分 師ネスト赤羽元入居者(区内で起業した4名予定) 定18名(先着順)  
申2月3日(月)から電話またはファクス(記入例参照)で申込  
※ネスト赤羽では、2月19日(水)午後2時～4時に「制度融資＆金融機関との取引開始の相談会」と「融資に関する個別相談会」を行います(予約制)。詳しくはホームページをご覧ください。  
問場先ネスト赤羽(赤羽1-59-9)  
☎(3598)0571 FAX(3901)7789  
HP<http://www.nest-akabane.com/>

◆「尾久機関区と蒸気機関車C62」16ミリフィルム上映&座談会

日2月23日(日) 午後2時～4時 内「ある機関助手」(昭和37年頃製作)上映とゲスト(地域史研究者)による座談会  
企画・運営)北区図書館活動区民の会 定50名(先着順) 申当日、直接会場へ  
問場中央図書館事業係(十条台1-2-5)  
☎(5993)1125

◆わかもの就職支援セミナー

対おおむね35歳までの求職中の方 日①2月13日(木) ②20日(木) 午後2時～3時30分 内①再就職のポイント! ②就活に役立つビジネスマナー 定各40名(先着順) 申2月3日(月)から電話または直接窓口で申込  
問場先ハローワーク王子赤羽しごとコーナー(赤羽1-1-38赤羽エコー広場館内)  
☎(3908)0161

◆多様な働き方セミナー  
「パートで働く時に知っておきたいこと」

共催 北区  
対パートで働く・就業を希望の方、テーマに関心のある方 日2月21日(金) 午後2時～4時 場北とびあ7階第2研修室 内労働保険や社会保険、税金についての基礎知識を分かりやすく解説します。 師特定社会保険労務士 林 智子氏 定80名(先着順) 申電話またはファクス(記入例参照)で、2月20日(木)(必着)まで  
問先東京都労働相談情報センター池袋事務所セミナー担当  
☎(5954)6505 FAX(5954)6502

小学校通学区域の一部変更

4月1日(火)から、次のとおり小学校の通学区域が一部変更になります。  
※4月1日(火)に滝野川第一小学校と滝野川第七小学校が統合し、田端小学校となります。 ※小・中学校の通学区域は北区ホームページに掲載しています。  
問学校支援課学事係 ☎(3908)1541

住所	指定校	
	現行(3月31日(月)まで)	変更後(4月1日(火)から)
堀船1丁目	1番	柳田小学校
田端1・2丁目		堀船小学校
田端3丁目	1番～5番、6番1号～7号、6番14号～20号、7番～25番	滝野川第一小学校
田端4丁目	18番4号～18号、19番～21番	
田端5・6丁目		
田端3丁目	6番8号～13号	
田端4丁目	1番～17番、18番1号～3号、18番19号～26号	田端小学校
中里1丁目		
中里2丁目	1番～17番、18番1号～3号、18番9号～12号、19番1号～3号、19番10号～14号、20番1号～4号、20番12号～17号、21番～28番	滝野川第七小学校
中里3丁目		

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込む場合の記入例は4面をご覧ください

### 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

### Ⅲ期体験! 親子リズム&ダンス教室

区内在住の2・3歳の幼児と保護者  
日 2月25日～3月18日 毎週火曜 計4回  
午前11時～正午 定 15組(抽選)  
費 1,200円(初回に集金) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月10日(月)(当日消印有効)まで  
問 場 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 ☎(3940)1801

### ぱくぱ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10カ月～1歳2カ月の子ども  
の保護者(保育なし) 日 2月18日(火)  
午後1時30分～3時 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 2月6日(木)から電話申込  
問 場 先 健康いきがい課赤羽健康相談係(赤羽会館6・7階)  
☎(3903)6481

### プレ幼稚園母子分離トレーニングコースお楽しみ会

北区地域づくり応援事業  
区内在住で4月に公立幼稚園へ入園予定の親子 日 2月18日(火) 午前10時30分～正午(予定) 場 都電荒川線王子駅前集合 内 都電を貸し切り運行し、親子でリミックなど音楽に触れ交流を持つ。  
定 20組(先着順) 費 1家族500円 申 Eメール(記入例参照。参加人数も記入)で、2月3日(月)から14日(金)(必着)まで  
問 場 先 スマイル・ままの会(子育てママ応援室) ☎(6326)5903  
E smile\_mama1@yahoo.co.jp

### 健康情報

#### ◆血液さらさら健康体操教室「40代～60代のためのバランスアップ体操」

区内在住、在勤の40代～60代で全回参加できる方 日 3月6日～20日 毎週木曜 計3回 午前9時45分～11時45分  
場 北とびあ地下1階多目的ルーム  
申 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 25名(抽選)  
申 往復はがき(記入例参照)で、2月12日(水)(必着)まで ※当日教室開始前の血圧測定結果によっては、参加を見合わせていただく場合があります。  
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

#### ◆大腸がん検診

区内在住の35歳以上の方(昭和53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  
日 場 申 問 場 先 下表のとおり

問い合わせ及び申込先(採便セット配布場所)	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	3月18日(火) 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】 2月10日(月)午前8時30分から各健康相談係で採便セットを直接お渡しします。各係検診の1週間前に締切となります(代埋可)。 【はがき・ファックスの場合】 2月10日(月)から各健康相談係へ、はがきまたはファックスに検診名、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(ファッ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。※後日採便セットを郵送します。
健康いきがい課 赤羽健康相談係 〒114-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館6階 ☎(3903)6481 FAX(3903)6486	3月14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	3月19日(水) 午前9時～11時	左記の場所	

### 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 3月15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話会、妊婦体験、育児体験(赤ちゃんのおふろ、おむつ交換など) 定 各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、2月20日(木)(当日消印有効)まで  
問 場 先 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館6・7階 健康いきがい課赤羽健康相談係 ☎(3903)6481

### 赤羽文化センター講座

親子のひろば 室内遊びと運動でリラックス&リフレッシュ!  
区内在住の未就学児(2歳以上)と保護者  
日 2月28日(金)、3月7日(金) 計2回 午前10時～11時30分 【持ち物】タオル、飲み物 師 ジュニアスポーツ指導員 大城ますみ氏 定 20組(抽選) 申 はがき、ファックス(記入例参照。お子さんの氏名・ふりがな・性別・年齢も記入)、電話または直接窓口で、2月19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

### ◆公開講座 アレルギー性鼻炎 「スギ花粉症の話」

後援 北区  
日 2月15日(土) 午前10時～11時30分(9時30分開場) 場 滝野川会館大ホール(西ヶ原1-23-3) 師 日本医科大学付属病院耳鼻咽喉科部長 大久保裕裕氏  
申 電話申込  
問 場 先 花と森の東京病院 ☎(5907)5131(平日午前9時～午後5時)

### ◆赤羽地区健康づくり自主グループ交流会

山崎先生を囲んでみんなで大合唱～心と体の健康づくり～  
区内在住の方 日 2月23日(日) 午後2時～3時30分(1時受付開始) 場 赤羽会館4階大ホール 師 音楽家 山崎 浩氏 定 300名(先着順) 申 当日、直接会場へ  
問 場 先 健康いきがい課赤羽健康相談係 ☎(3903)6481

### 滝野川文化センター区民講座

もっとわが子が好きになる! 親と子の誕生学®とタッチのケア  
日 日 内 下表のとおり 師 誕生学協会認定パースコーディネーター 長谷部しのぶ氏ほか 定 各15組(抽選) 費 ①1組130円、②～④1人10円程度(教材費、傷害保険料) 申 はがき、ファックス(記入例参照。希望コース、参加者全員の氏名・年齢(月齢)も記入)または直接窓口で、2月20日(木)(必着)まで  
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 FAX(5394)1231

コース	対象	日程
①赤ちゃんコース パパも一緒にわが子へ贈るありがとうとベビータッチングケア	首座り～ハイハイまでの赤ちゃんとお父様・お母様(3名1組)	3月9日(日) 午後1時30分～3時
②ヨチヨチ歩きコース イライラをココニコに誕生学®とタッピングタッチ	つかまり立ち～2歳未満のお子さんと保護者(2名1組)	3月9日(日) 午前10時～11時30分
③未入園児コース イライラをココニコに誕生学®とタッピングタッチ	2歳～3歳(未入園児)のお子さんと保護者(2名1組)	3月16日(日) 午前10時～11時30分
④未就学児コース 親子でまなぶ誕生学®とキッズのタッチ	年少～年長相当(未就学児)のお子さんとお保護者(保護者1名につき該当年齢のお子さん2名まで可)	3月16日(日) 午後1時30分～3時

### 離乳食講習会 ～みんなで食育・楽しく食育～

区内在住で乳児(3～4カ月)健診後、生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし)  
内 離乳食初期から後期のすすめ方  
●王子  
日 2月19日(水) 午後1時30分～3時  
場 北区保健所1階栄養室(東十条2-7-3)  
定 24名(申込順) 申 2月5日(水)から電話申込  
問 場 先 健康いきがい課王子健康相談係 ☎(3908)9087  
●滝野川  
日 2月25日(火) 午後1時30分～3時  
場 滝野川福祉保健センター講堂(西ヶ原1-19-12) 定 20名(申込順) 申 2月6日(木)から電話申込  
問 場 先 健康いきがい課滝野川健康相談係 ☎(3915)0186

区内在住、在学の中・高校生と保護者(2名1組) 日 3月2日(日) 午前11時～午後2時 場 女子栄養大学内「松柏軒」(豊島区駒込3-24-3) 定 10組(抽選) 費 1組4,000円 申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名、お子さんの学年も記入)で、2月17日(月)(必着)まで  
問 場 先 〒114-8508(住所不要) 健康いきがい課健康いきがい係「テーブルマナー」担当 ☎(3908)9068

### 食育体験教室「親子でテーブルマナー」～本格的なフランス料理を気軽に楽しむ～

区内在住で10カ月～1歳2カ月の子どもの保護者(保育なし) 日 2月18日(火) 午後1時30分～3時 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 2月6日(木)から電話申込  
問 場 先 健康いきがい課赤羽健康相談係(赤羽会館6・7階)  
☎(3903)6481

### スポーツ

#### ◆長期テニス教室

後援 北区体育協会  
区内在住、在勤の方 日 火曜コース(初中級者向け)…4月1日～6月24日 水曜コース(初心者及び初級者向け)…4月2日～6月25日 木曜コース(中級者向け)…4月3日～6月26日 いずれも計10回(祝日を除く) 午前10時～正午 ※いずれも1日～3日の予備日あり 場 滝野川体育館テニスコート(西ヶ原2-1-6) 定 各10名(抽選) 費 8,000円(傷害保険を含む) 申 往復はがき(記入例参照。第2希望まで記入)で、2月15日(土)(当日消印有効)まで  
問 場 先 〒115-0043 神谷3-10-8-115 北区テニス連盟 豊田 實 ☎090(6135)4090

### 講座・講演会

#### ◆赤羽文化センター講座

PC特別講座「みんなのパソコンひろば」  
区内在住、在勤、在学のパソコン初級者の方(文字入力のできる方) 日 3月5日(水) 午後6時～8時30分 内 パソコン相談、ミニセミナー「Word2013で写真を加工してアルバム作成」 ※写真加工機能が充実したWord2013で写真挿入、トリミング、背景削除など 師 堀 愛弓氏 定 16名(抽選) 費 1,500円 申 往復はがき(記入例参照)で、2月21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

#### ◆北区地域精神保健福祉講座 2013年度

共催 北区・北区社会福祉協議会  
「ネット等依存について」～情報化社会でのインターネットの使い方～  
日 2月8日(土) 午後1時30分～4時  
場 赤羽文化センター視聴覚室(赤羽西1-6-1-301) 内 師 ①講演…「ネット及びゲーム依存の背景と要因について」 岩崎メンタルクリニック精神科医 岩崎正人氏 ②体験談…「ネット依存からのサバイバーへ」 ネットゲーム依存症の会 前田氏 ③パネルディスカッション  
定 100名(申込順) 申 2月7日(金)までに電話申込  
問 場 先 北区精神障害者支援施設連絡会 リポーププロジェクト ☎(5963)6888

#### ◆初心者社交ダンス教室

後援 北区体育協会  
区内在住、在勤の方 日 2月18日～3月18日 毎週火曜 計5回 午後6時10分～7時30分 場 赤羽北ふれあい館(赤羽北2-25-8-201) 師 JDSF公認指導員 定 10名(先着順) 費 4,000円(初回に集金) 申 2月2日(日)から16日(日)までに電話申込  
問 場 先 北区ダンススポーツ連盟事務局 吉村(午後8時～11時) ☎090(8179)8676

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

長生きするなら北区が一番



都営住宅地元割当65歳以上の単身者向けシルバークリア(あき家)の入居者募集

健康をつくる水中ウォーキングのレッスン

シニア元氣塾「健康づくりグループ講座」

豊島高齢者あんしんセンター

も忘れ相談

さわやか排尿相談

シニア元氣塾「地域に活かすいきいき講座Part4」

介護予防で元氣はつらつサロン

シニア望健講座「元氣なうちから健康づくり、介護予防」

健康情報

健康増進センター

①知って活かそう! 高血圧予防教室

②コアトレーニング

③体験!シニア体力測定

④トータルエクササイズ

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

「入居資格」申込者が区内に引き続き3年以上居住している65歳以上の単身者であることなど。詳しくは募集案内をご覧ください。募集する住宅及び戸数:浮間三丁目第5アパート(1戸) [申込書・募集案内の配布期間・場所] 2月24日(月)~3月3日(月) 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) 申郵送で、3月4日(火)までの消印があり、6日(木)までに区営・区民住宅受付担当へ届いたものに限り受け付けます。

●豊島高齢者あんしんセンター 2月19日(水) 午後2時~4時 介助 ペットから車イスへの乗り移りの療法士 加島 守氏 定20名(申込順) 申 2月3日(月)午前9時から電話申込

●健康をつくる水中ウォーキングのレッスン 3月1日(土) 午前10時~正午 師 アクアウォーキング研究会アクアフレンドズ 定20名(抽選) 費100円(資料代)、プール入場料

●も忘れ相談 65歳以上で北区豊島全域、王子6丁目在住の方 日 2月25日(火) 午後2時30分~4時 定2名(抽選) 申 2月3日(月)午前9時から15日(土)午後5時まで電話申込

●さわやか排尿相談 区内在住の65歳以上の方 日 3月4日(火) 午後2時~4時 場 健康増進センター(王子5-2-5101) 内 専門医による相談、尿失禁予防体操など生活指導 定8名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、2月12日(水) 必着 まで