

NO.1436  
毎月1日・10日・20日発行

4 | 10

平成26年(2014)

# 北区ニュース

## 第59回赤羽馬鹿祭り

後援 北区

[前夜祭] 4月26日(土)  
[本祭] 4月27日(日)  
場 JR赤羽駅東口周辺  
問 赤羽馬鹿祭り実行委員会  
☎(3901)8655  
産業振興課商工係  
☎(5390)1235

## トップアスリートのまち・北区

問 東京オリンピック・パラリンピック担当課  
☎(3908)9328

区には、味の素ナショナルトレーニングセンターや東京都障害者総合スポーツセンターなどのオリンピック・パラリンピック関連施設があります。2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催を見据えて、これらの施設を活かし、区民の運動能力や競技力の向上、区のPR、まちづくりなどに積極的に取り組みます。

### ●北区版スポーツアカデミー [スポーツコンダクター制度]

トリノオリンピックスピードスケート出場選手である石野枝里子氏をスポーツコンダクター(非常勤職員)として採用し、地域や学校でスポーツイベントなどを実施します。



石野枝里子氏

### [キッズアスレティックプログラム]

区内小学校を対象とし、国際陸上競技連盟の世界共通プログラム「キッズアスレティクス」を実施します。

### [競技力向上プログラム]

区内のスポーツ施設などで、味の素ナショナル

トレーニングセンターを拠点とする競技団体と連携して、通年の教室を開催します。

### ●トップアスリート交流スポーツ教室

味の素ナショナルトレーニングセンターなどと連携して、小中学生を対象とし、日本を代表する選手・コーチなどによるスポーツ教室を実施します。

●「(仮称)北区西が丘トレセン通り」を通じた北区のPR  
味の素ナショナルトレーニングセンターからJR赤羽駅、JR十条駅を結ぶ約3,200mのルートについて、名称を付けることにより「トップアスリートのまち・北区」をPRします。

●オリンピック・パラリンピックを通じたバリアフリー  
アテネパラリンピック男子フルマラソン(視

覚障害)金メダリストの高橋勇市氏を(仮称)障害者スポーツアドバイザーに委嘱し、障害者のスポーツ参加を促すために、施設及び施設までの経路などの実態を調査研究し、バリアフリー化を推進します。

### ●オリンピック・パラリンピック関連施設のサイン整備

区内の駅前などに味の素ナショナルトレーニングセンターなどのサイン(看板)を設置します。

### ●障害者週間交流スポーツイベントの開催

○東京都障害者総合スポーツセンターと連携して、(仮称)北区テニスフェスティバルなどのイベントを開催します。

○障害者週間に、(仮称)障害者スポーツアドバイザーやパラリンピック選手なども参加する交流会を開催します。

### ●オリンピック・パラリンピックボランティアの育成

外国の歴史文化・食言語などを学ぶ講座を開催し、ボランティアとして活躍できる人材を育成します。

## お知らせ

### ◆第2回北区子ども子育て会議就学前教育・保育部会

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 4月22日(火) 午後6時30分から  
場 北とびあ9階90会議室  
申 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11回稲付中学校サブファミリーブック小学校適正配置検討協議会

日 4月16日(水) 午後7時から  
場 赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)  
内 清水小学校と第三岩淵小学校を統合する際の小学校の位置などについて 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。  
傍聴席に限りがありますので、希望者多数の場合は、傍聴をお断りすることがあります。  
☎(3908)9271

### ◆7月から赤羽岩淵中学校(新校舎)を地区体育館として利用できます

「利用できる団体」「屋内施設」の区内登録をしている団体  
利用種目 バレーボール、バスケットボール、バドミントン、卓球  
※フットサル利用はできません  
利用時間 第1・第3日曜:  
午前9時~正午、正午~午後3時、午後3時~6時 火・木・土曜:  
午後6時30分~9時30分  
※祝日の場合は利用時間が変更になります。  
【使用料】第1・第3日曜:  
2,200円 火・木・土曜:  
2,000円

### 3千900円 7月分の申込方法

4月20日(日)から30日(木)までに、専用ホームページ(期間内消印有効)またはホームページからお申し込みください。  
※8月以降の申込についてはお問い合わせください。

HP <https://yokaku.city.kita.tokyo.jp/shisetsu/reserve/gin/menu>  
☎(3908)9330

### ◆第24回東京都北区都市景観づくり審議会

日 5月7日(水) 午後1時30分から  
場 第2委員会室(区役所第一庁舎4階) 予定議題 ①景観計画素案説明会の報告について  
②景観条例の骨子案について  
③大規模建築物の届出状況について ほか  
申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。  
☎(3908)9152

### ◆都市防災不燃化促進事業で建築物等の解体除却にかかる費用が助成対象となります

区では「燃えないまちづくり」を目指して「補助88号線地区」(平成26年度終了予定)及び「補助83号線南地区」(平成31年度終了予定)において都市防災不燃化促進事業を行っています。  
この事業は、対象となる都市計画道路の境界から両側おおむね30m以内の不燃化促進区域で、一定の要件を満たす耐火建築物を建築する建築主に、建築費などの一部を助成する制度です。  
平成26年度から、建築物の解体除却にかかる費用が新たに助成対象となります。  
【対象】①②のいずれかに該当する建築物などの解体除却 ①耐火

### ◆「表示登記の日」無料相談会

後援 東京法務局・北区  
日 4月25日(金) 午後1時~4時  
場 区役所第一庁舎1階ロビー  
内 土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示登記の相談  
申 当日、直接会場へ  
問 東京土地家屋調査士会北支部(事務所)  
佐藤(事務所)  
☎(3902)3103

### ◆司法書士による無料相談会

後援 北区  
①登記・法律・借金問題等相談会  
日 4月22日(火) 午後6時~9時  
場 北とびあ8階804会議室  
内 相続・贈与・財産分与などの不動産登記、会社の登記、遺言、成年後見、少額の裁判、借金問題など  
申 原則、前日までの電話申込(当日、午後8時までの会場受付も可)  
日 毎週月曜(祝日の場合は翌日) 午後4時~6時  
内 クレジット・サラ金などによる多重債務相談  
☎(3901)9381

### ◆都市再生整備計画「田端駅周辺地区」の事後評価結果を公表します

都市再生整備計画「田端駅周辺地区」が平成25年度で最終年度を迎えたため、これまで実施した事業について事後評価結果を公表します。

【公表期間】 4月10日(木)~平成27年4月9日(木)  
【工事課土木計画係】  
☎(3908)9252



北区長 花川典徳

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

◆チャレンジ! 北区の古文書

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方
日 5月9日～6月13日 毎週金曜 計6回
午前10時～正午 内 北区の古文書を題材に、くずし字の調べ方など初歩の解説を演習形式で行います。
師 近世史研究家 定 25名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月24日(木)(必着)まで
問 場先 〒114-0033 十条台1-2-5 中央図書館事業係 ☎(5993)1125

② 正岡子規～今なお眠る地に遺した歌の心～

日 5月17日(土) 午後1時開演(0時30分開場)
内 正岡子規を中心に、香取秀真など田端ゆかりの文芸芸術家たちと子規との交友について説明した後、子規墓所などを巡ります。
師 向館研究員 定 80名(抽選)
問 往復はがき(記入例参照)で、4月28日(月)(必着)まで ※はがき1通につき1名(同居家族に限り間柄も記入して2名まで可)まで
=以下、①②共通=
問 場先 〒114-0014 田端6-1-2 田端文士村記念館 ☎(5685)5171
※専用駐車場・駐輪場はありません。

催し

◆障害のある方を北区民オーケストラのリハーサルに招待します

対 障害のある方と家族
日 5月17日(土) 午後6時開演(5時30分開場) 場 北とびあさくらホール
内 チャイコフスキー:ヴァイオリン協奏曲、ドヴォルザーク:交響曲第8番ほか
定 100名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)。来場者全員の氏名・年齢、当日必要なサポートや依頼事項、車イスの場合はその旨も記入)で、5月1日(木)(必着)まで ※会場案内などを担当するボランティアスタッフを募集しています。詳しくはお問い合わせください。
問 先 〒114-8503(住所不要)北区文化振興財団「北区民オーケストラリハーサル公開招待」係 ☎(5390)1222

◆赤羽公園フリーマーケット

後援 北区
出店者を募集します。販売は家庭で出た不用品に限ります。
日 5月18日(日) 午前10時～午後3時 [雨天の場合、24日(土)に順延]
[出店予定数] 70店(抽選)
[出店料] 1,500円(2m×3m)
申 往復はがき(記入例参照)。搬入時の車使用の有無も記入)で、5月9日(金)まで
問 先 〒205-0014 羽村市羽東3-1-17 リサイクル運動家の会 ☎090(3222)5060
※レジ袋削減のため、マイバッグをお持ちください。

◆春の荒川散策会～荒川の自然・歴史と野鳥をたずねて～

対 区内在住、在勤、在学の方
日 4月23日(水) 午前10時～午後2時
場 浮間公園入口(板橋区舟渡2-15-1)
定 10名(申込順) 申 4月11日(金)から19日(土)までに電話申込
問 先 北運動場 ☎(3902)5639

お知らせ

◆若者就職支援事業説明会

中小企業を中心に、誠実で就職意欲が高い若者を採用したいという事業所は増えています。
区では、若者の就職と区内中小企業の採用を応援します。
●若者就職支援
対 区内在住で次の①②のいずれかに該当する方
①高等学校、大学、高等専門学校及び専修学校を平成26年3月に卒業し、就職内定を受けていない方
②申込時点で正規雇用として就職していない(現在、離職している)、おおむね28歳以下の方
内 ①ビジネスマナー、パソコン研修などの研修
②紹介予定派遣(※)による就労体験の提供
③研修、就労体験期間中の給与支給
④中小企業で直接採用されるためのサポート
※直接雇用を前提に、一定期間派遣社員として就労体験し、就労者と事業

◆田端文士村記念館田端ひととき散歩

① 文芸芸術家村の草創期～画家・小杉放庵が選んだ田端とは～
日 4月19日(土) 午後1時開演(0時30分開場)
内 田端が農村だった頃から文芸芸術家村に至るまでを中心に説明した後、小杉放庵や板谷波山など初期の芸術家たちの旧居跡を巡ります。
師 向館研究員 定 80名(先着順)
申 当日、直接会場へ

北区あすか教室

対 区内在住、在勤、在学で区内の特別支援学級を卒業した方
日 場内 下表のとおり 申 はがき(記入例参照。性別、卒業中学校名、現在の勤務先または学校名も記入)で、4月17日(木)(必着)まで
問 先 〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

Table with 3 columns: 日程(計14回), 内容, 会場. Rows include dates from 4/20 to 3/8 and activities like '開講式・文化企画(リレーン・ショー)', '特別支援学級合同運動会お手伝い', etc.

女子栄養大学と包括協定を締結しました

平成22年3月に策定した『北区基本計画2010』のなかで、区と大学との連携・協働に関する基本的な協定を締結し、それぞれが持つ人的、知的、物的資源を活用し、教育、文化、産業、健康、環境、まちづくり、防災・防犯などの地域課題の解決をすることにより、豊かな地域社会の創造を目指すこととなっています。
平成22年度～26年度に5校の大学との包括協定を締結する計画に基づき、25年度については3月24日に女子栄養大学と『東京都北区と女子栄養大学との連携協力に関する包括協定』を締結しました。

女子栄養大学とは、すでに食育などで連携をしているなか、今回の包括協定の締結を機に、今後の連携を強めるとともに、大学の特性を活かした事業をはじめ、さまざまな分野において連携を推進していきます。
問 企画課 ☎(3908)1104



主の双方が合意した場合、就労体験先で直接雇用する仕組みです。

●事業説明会
日 4月25日(金) 午前10時～11時、午後2時～3時(各回同一内容)
場 北とびあ14階カナリアホール
申 当日、直接会場へ ※後日面接を行い、参加者を決定します。詳しくはお問い合わせください。
●紹介予定派遣先企業募集
①区内に本社等を有し、未就職卒業者を正社員として採用する意思のある企業を募集しています。
②原則として2.5カ月間、就労体験を受け入れていただきます。その間の紹介予定派遣契約に伴う費用負担はありません。詳しくはお問い合わせください。
=以下、共通=

(金) ※第1回の募集に対して補助件数が3件に満たなかった際は、9月頃に第2回の追加募集を行う場合があります。

【募集件数】3件
申 北区経営アドバイザーによる経営相談[事前予約制。電話申込(募集期間終了の2週間前まで受付)]を受けた後、申請書(北区ホームページからダウンロードできます)に必要書類を添付して、窓口を持参 ※書類審査及び面接後、採否決定し通知します。
問 産 業 振 興 課 就 労 支 援 担 当 ☎(5390)1236

◆明るい選挙啓発標語(キャッチコピー)の審査結果発表

選挙への関心を高めるために選挙啓発標語の募集を行ったところ、1,182点の応募がありました。優秀賞に選ばれた作品は、選挙の啓発活動(選挙の案内や啓発グッズなどに)活用します。

●中学生・一般の部
【優秀賞】「これからの北区は君の一票で!」明桜中学校1年 納 彩華さん
【入賞】「投票は 明るい北区へつなぐ道」明桜中学校1年 田崎友菜さん、「一票が希望の光を この町に」王子桜中学校2年 甲斐 泉さん、「この国の 未来を決める その一票」明桜中学校1年 繁澤 昂生さん、「大切な 暮らしを変える その一票」堀船中学校2年 近藤玲菜さん、「君の手で 変えるこの街 この暮らし」赤羽北在住 義村 彩さん、「投票しよう、豊かな日本にするために。」神谷中学校2年 上村純美玲さん、「投票し、自分の気持ち伝えよう!」成立学園中学校2年 佐久間 楓さん
●小学生の部
【優秀賞】「一票が ぼくらの未来 かえていく」豊川小学校3年 末武諒也さん
【入賞】「もったいない あなたの一票 捨てないで」西ヶ原小学校6年 中川森羅さん、「投票所 未来につながる 分岐点」西ヶ原小学校6年 二木理世さん、「輝いた 未来へ届け その一票」としもぎ葉小学校6年 陶山成美さん、「この町の未来につながるその一票」柳田小学校6年中井優実さん、「未来へと、あなたがつなぐ、その一票」豊川小学校5年 小倉萌愛さん

◆カラスの巣撤去について

カラスによる人への威嚇・攻撃を防ぐため、区ではカラスの巣の撤去を行います。
対 ①カラスから威嚇や攻撃を受けている
②巣を作っている樹木の所有者の承諾がある
※公園・道路(街路樹)・JRの敷地・電柱の巣は当該施設の管理者にご相談ください。
日 繁殖期(4月中旬～7月末頃)
●カラス対策
餌となる生ごみを出すときに防鳥ネットをかける、巣材になる針金製のハンガーを物干しなどに置いたままにしないなど、日頃の取り組みが大切です。
繁殖期には親鳥がヒナを守ろうとします。「巣やヒナに近づく」「人が巣を長時間観察する」などの行為を人からの攻撃と思ひこみ、威嚇や攻撃をすることがあります。繁殖期にはカラスを刺激しないようご注意ください。
問 環境課自然環境みどり係 ☎(3908)8618

◆北区チャレンジショップ支援事業

区内商店街の空き店舗で「自分のお店を持つ」という夢にチャレンジしてみませんか。
対 区内商店街の空き店舗を活用して地域のにぎわい創出と活性化が期待できる事業を行う起業家で、次の①②のいずれかに該当する方
①個人事業の開業届等届出書を提出して1年未満またはこれから提出しようとする個人
②法人設立届出書を提出して1年未満またはこれから提出しようとする個人
※申請日以降平成27年3月末までに開店する方に限ります。
内 店舗の賃貸料の月額2分の1以内で、月額上限5万円、12カ月を限度に補助します。事業決定者には、専門家による無料経営相談、経営指導を行います。
【募集期間】5月1日(木)～6月20日

国保
国民健康保険料休日納付相談
日 4月20日(日)
午前9時～午後4時
問 場 国保年金課国保保険料係(区役所第一庁舎2階24番) ☎(3908)1159

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みの場合の記入例は3面をご覧ください

講座・講演会

◆NPO・ボランティア講座 はじめの一歩

①ボランティア活動入門 (偶数月開催)
日 4月11日(金) 午後7時～9時
内 活動先の探し方や選び方、活動前に確認することなどの説明。個別相談タイムも設けます。

②NPO 法人入門 (奇数月開催)
日 5月17日(土) 午後2時～4時
内 NPO 法人の設立を考えている団体の皆さんに、設立の手順などの基本的な内容を説明します。
=以下、①②共通=
定 10名(先着順) 申 電話申込
※隔月同じ内容です。6月以降の日程についてはお問い合わせください。
会場先 北区NPO・ボランティアがらぎ(北とびあ4階)
☎(5390)1771

◆ハンドメイド教室～知的障害者自立生活プログラム～

区内在住、在勤、在学の「愛の手帳」をお持ちの方で、全回一人で参加できる方
※初回のみ、記入する書類がありますので、保護者の方も一緒にお越しください。所要時間は10分程度です。来室が難しい場合はご相談ください。
日 5月10日・24日、6月7日 各土曜
計3回 午後2時～4時(3回のみ午前10時～午後1時30分)

内 簡単な料理や工作・手芸など
定 6名(抽選)
費 各回300円 [持ち物] エプロン、三角巾、ハンドタオル
申 電話で、4月30日(水)まで
会場先 北区障害者地域自立生活支援室(中十条1-2-18)
☎・FAX(3905)7226

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」
はじめてスマートフォンに触れる方
日 5月16日(金) 午後2時～4時30分
定 30名(抽選)
申 北区太極拳如月会
☎(3908)9017

エアロビクスと筋力トレーニング
「みませんか? キリ・肩軽やか」
区内在住、在勤、在学の70歳までの健康な方
日 5月22日～7月24日
毎週木曜 計10回 ①午後1時～1時45分 ②午後2時～2時45分
会場 神谷体育館(神谷2-33-6)
申 セントラルウエルネスクラブ専属インストラクター
定 各30名(抽選)
費 3千円 申 往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月7日(水)(必着)まで
問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場
☎(3902)5639

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

申込 記入例
往復はがきは申し込み用の表面には申し込む方の住所・氏名を記入
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)

健康太極拳で快適な毎日を過ごす!
日 5月11日(日) 午前10時～11時30分
24日(出) 午後2時～3時30分
計2回 会場 神谷ふれあい館(神谷3-35-17)
内 楊名時太極拳で自律神経の調和を保ち、元気に、快適に過ごせる身体づくりを目指します。
定 8名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、4月25日(金)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要) 介護医療連携推進・介護予防担当課
☎(3908)9017

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～」
日 5月16日(金) 午後2時～4時30分
定 30名(抽選)
申 北区太極拳如月会
☎(3908)9017

エアロビクスと筋力トレーニング
「みませんか? キリ・肩軽やか」
区内在住、在勤、在学の70歳までの健康な方
日 5月22日～7月24日
毎週木曜 計10回 ①午後1時～1時45分 ②午後2時～2時45分
会場 神谷体育館(神谷2-33-6)
申 セントラルウエルネスクラブ専属インストラクター
定 各30名(抽選)
費 3千円 申 往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月7日(水)(必着)まで
問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場
☎(3902)5639

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

シニア元氣塾「健康づくりグループ講座」
健康太極拳で快適な毎日を過ごす!
日 5月11日(日) 午前10時～11時30分
24日(出) 午後2時～3時30分
計2回 会場 神谷ふれあい館(神谷3-35-17)
内 楊名時太極拳で自律神経の調和を保ち、元気に、快適に過ごせる身体づくりを目指します。
定 8名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、4月25日(金)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要) 介護医療連携推進・介護予防担当課
☎(3908)9017

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～」
日 5月16日(金) 午後2時～4時30分
定 30名(抽選)
申 北区太極拳如月会
☎(3908)9017

エアロビクスと筋力トレーニング
「みませんか? キリ・肩軽やか」
区内在住、在勤、在学の70歳までの健康な方
日 5月22日～7月24日
毎週木曜 計10回 ①午後1時～1時45分 ②午後2時～2時45分
会場 神谷体育館(神谷2-33-6)
申 セントラルウエルネスクラブ専属インストラクター
定 各30名(抽選)
費 3千円 申 往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)で、5月7日(水)(必着)まで
問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場
☎(3902)5639

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

介護予防リーダー養成講座 (第7期生)
Table with 3 columns: 回, 日程, テーマ(予定)
1 5月13日(火) (公開講座) 高齢者の健康課題と介護予防の役割～介護予防リーダーが目指すもの～
2 20日(火) ・介護予防の基礎知識 ・実習Ⅰ「グループ討議」
3 27日(火) ・実習Ⅱ「運動機能向上プログラムの実際」～運動機能の測定と運動体験～
4 6月3日(火) (公開講座) 認知症の予防
5 10日(火) ・北区の介護予防事業の制度と仕組み ・実習Ⅲ「基本チェックリストの実習」 ・「介護予防活動の実際」
6 17日(火)
7 24日(火) ・実習Ⅳグループ討議「介護予防を地域で生かしていくことを探ろう」
8 7月1日(火)

さわやか排尿相談
笑ったとき、咳をしたとき、尿もれの経験がありませんか。尿もれやおしっこトラブルについて専門医が相談に応じます。
日 5月15日(水) 午後2時～4時
会場 健康増進センター(王子5-2-15-10) 内 専門医による相談、尿失禁体操など生活指導
定 8名(抽選)
申 往復はがき(記入例参照)で、4月25日(金)(必着)まで
問先 〒114-8508(住所不要) 介護医療連携推進・介護予防担当課
☎(3908)9017

介護予防リーダー養成講座(第7期生)
地域で介護予防を実践するコツ!
自分も仲間も地域も元気にしたいあなたへ
介護予防の知識や実技を学び、地域で何ができるか仲間と一緒に考える講座です。
※第1回と第4回は公開講座です。
区内在住の65歳以上の方で原則全回参加できる方
日 5月27日(火)は上履き
会場 岸町ふれあい館(岸町1-1-6)
☎(3908)9017

脳いきいき教室
認知症予防には食事や運動などの生活改善や脳を鍛えることが有効です。
区内在住の65歳以上の方
日 5月7日(水) 5月9日(金)
2 6月11日(水) 5月30日(金)
3 7月9日(水) 7月4日(金)
4 8月6日(水) 8月8日(金)
5 9月3日(水) 9月12日(金)
内容(予定)
1 知っておきたい! 認知症予防のポイント
2 今から取り組む 認知症を予防する運動
3 脳を知り認知症を予防する脳トレ体験
4 認知症予防と栄養
5 しっかりかんで 認知症予防

記号の見方 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



子育てするなら北区が一番

麻しん(はしか)・風しん予防接種を受けましょう

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回接種になっています。第1期の案内は1歳になる月の前月にお送りします。第2期の案内は3月末に発送しました。案内が届いたら、忘れずに予防接種を受けましょう。

●麻しん・風しん予防接種を2回受けていない方へ

下記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。

【対象】麻しん・風しんにかかったことがなく、次の①②のいずれかに該当する方 ①2歳以上高校3年生相当の年齢までの方で麻しん・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小学校1年生から高校3年生相当の年齢までの方で麻しん・風しん予防接種を2回受けていない方 ※対象の方に予防票を渡しますので、お問い合わせください。

=以下、共通=

【接種方法】予防票と母子健康手帳を持参し、協力医療機関(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。 ※詳しくはお問い合わせください。

【健康いきがい課健康増進係 ☎(3908)9016 王子健康相談係 ☎(3908)9087 赤羽健康相談係 ☎(6903)0122 滝野川健康相談係 ☎(3915)0186

家庭教育学級 小学生親子コース「子どもの成長を支える親子コミュニケーション」

【対象】区内在住、在勤の小学生の保護者で原則全回参加できる方 【会場】①5月22日(木)…北とびあ15階ベガサスホール ②5月29日(木)、③6月5日(木)…北とびあ14階カナリアホール 計3回 午前9時50分～11時50分 【テーマ】①子育てで一番大切なことは?お子さんの心に届くことばで話せていますか? ②「伸びる子」に育てるために、小学校高学年まで

4月1日から定期予防接種の同一ワクチンの接種間隔が変更になりました

●ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ [第1期予防接種の初回接種] 変更前…20日から56日までの間隔を…3回 変更後…20日以上、標準的には56日までの間隔を…3回 ●日本脳炎 [第1期予防接種の初回接種] 変更前…6

日から28日までの間隔を…2回 変更後…6日以上、標準的には28日までの間隔を…2回 [第1期予防接種の追加接種] 変更前…初回接種終了後おおむね1年を経過した時期に1回 変更後…初回接種終了後6カ月以上、標準的にはおおむね1年の間隔を…1回

●ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン 下表のとおり 【健康いきがい課健康増進係 ☎(3908)9016 王子健康相談係 ☎(3908)9087 赤羽健康相談係 ☎(6903)0122 滝野川健康相談係 ☎(3915)0186

ヒブワクチン(接種開始時期が生後12カ月に至った日の翌日以降のものについては変更なし)

Table with 3 columns: 接種開始時期, 接種回数・間隔, 接種時期. It details the timing and intervals for Hib and pneumococcal vaccines.

小児用肺炎球菌ワクチン接種(接種開始時期が生後12カ月に至った日の翌日以降のものについては変更なし)

Table with 3 columns: 接種開始時期, 接種回数・間隔, 接種時期. It details the timing and intervals for pneumococcal vaccines.

でに親がすべきこと ③とらさない、叱らない子育て 【NHK「すくすく子育て」元キャスター 天野ひかり氏 定20名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、5月7日(水)(必着)まで ※保育(6カ月以上就学前まで。若干名(抽選))希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・年齢(2歳未満は月齢)も記入 【関係】〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

や期の子どもに対する接し方は?あまり食べない子どもの食事はどうしたらいい?兄弟、姉妹の育て方は?など、子育てのギモンを解決します。 【東京家政大学ナースリールーム主任 井村裕子氏 定25名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、5月12日(月)(必着)まで ※保育(6カ月以上就学前まで)希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・年齢(2歳未満は月齢)も記入 【関係】〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

【関係】NPO法人れっど★しゃっふる 村上 ☎080(1338)9297 E-mail: murakami@red-s.net

自然教室「子育て中のパードウォッチング」

子育てでシーズン中の野鳥を観察します。 【対象】区内在住、在勤、在学の小学生と家族 【日時】5月18日(日) 午前9時30分～11時 定20名(抽選) 申 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、5月8日(木)(必着)まで 【関係】〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館(月曜休館(祝日のときは翌日)) ☎(3908)0804 FAX(3908)8856

北区ベースボールアカデミー～元プロ野球選手に教わろう～

後援 北区教育委員会 【対象】区内在住の小学生 【日時】4月21日～7月28日 毎週月曜(祝日を除く。雨天の場合は順延) 1・2年クラス…午後4時～5時 3・4年クラス…午後5時10分～6時30分 5・6年クラス…午後6時40分～8時 【会場】中央公園野球場A面(十条台1-2-1) 【講師】元読売ジャイアンツ 屋鋪 要氏 定1・2年クラス…15名 その他…各20名(いずれも先着順) 費1・2年クラス…8,000円 その他…1万円(いずれも4回分) ※4回毎に集金 申 4月10日(木)からEメール(記入例参照)または電話で申込

平成26年度幼児・小学生体操教室(I期)

【対象】区内在住、在園の4歳～6歳の幼児(教室開始日4歳以上)及び小学生 【日時】4月11日～5月30日 毎週金曜 計8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 【講師】総合体育研究所指導員 費各回100円 申 当日、直接会場へ 【会場】桐ヶ丘体育館(赤羽台3-17-57) ☎(3908)2316

家庭教育学級 土曜コース「毎日楽しく子育てしましょう!」

【対象】区内在住、在勤で1歳～未就学児の保護者 【日時】5月24日(土)午後2時～4時 【会場】北とびあ15階ベガサスホール 【内容】子どものほめ方、しかり方は?イライ

スポーツ

◆初級者・初中級者テニス教室

【対象】区内在住、在勤、在学の18歳以上の方(未経験者は不可) 【日時】①初級コース…5月20日～7月22日 毎週火曜 計10回 ②初中級コース…5月23日～7月25日 毎週金曜 計10回 いずれも午前10時～正午 【会場】新河岸川庭球場(岩淵町41) 【講師】北運動場所属テニスコーチ 定各10名(抽選) 費1万円 申 往復はがき(記入例参照。希望コース名も記入)で、5月7日(水)(必着)まで 【関係】〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 ☎(3902)5639

◆初心者空手道教室

後援 北区体育協会 【対象】区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(親子での参加可) 【日時】4月12日～7月12日(5月3日・24日・31日、6月14日・28日を除く) 毎週土曜 ①午後3時30分～4時30分 ②午後4時30分～5時30分 【会場】滝野川体育館第一武道場(西ヶ原2-1-6) 【講師】北区空手道連盟公認指導員 費1回500円(区民は無料) 申 はがき、ファクスまたはEメール(記入例参照。参加者全員の氏名・年齢・連絡先も記入)で申込(随時受付。定員に空きがある場合は当日参加可) 【関係】〒115-0055 赤羽西1-41-4 K&Mビル2階国際旅行通信内 高橋隆二 ☎080(3460)4934 FAX(3909)3788 E-mail: ryuji82takahashi@gmail.com

健康いき情報

◆健康増進センター(へるしあKITA)

①トータルエクササイズ 【対象】区内在住、在勤の40歳以上の方 【日時】5月10日～31日 毎週土曜 計4回 午前10時～11時30分 【内容】ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動、バランス運動などの体験 定30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月24日(木)(必着)まで ②知ってつきあう!「コレステロール改善講座」 【対象】区内在住、在勤の20歳以上で全回参加できる方 【日時】5月10日～24日 毎週土曜 計3回 午後2時～3時45分 【内容】5月10日…コレステロール対策における4つのポイントの話と脂肪を燃やす

有酸素運動 17日…代謝をあげる筋力トレーニングと栄養講座(一口試食あり) 24日…継続できる運動実践法と講座のまとめ 定30名(抽選。初めての方優先) 費200円(食料費実費) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月24日(木)(必着)まで ③ちょっとためになる栄養講座～太りにくい食生活を学ぶ～ 【対象】区内在住、在勤の20歳以上の方 【日時】5月15日(木) 午前10時～11時30分 【内容】食材、調理法、食べ方など(一口試食あり) 定20名(抽選) 費200円(食料費実費) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月30日(水)(必着)まで =以下、①～③共通= 【関係】〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(5390)2220

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みの場合の記入例は3回をご覧ください