

北区ニュース

北区アンバサダー
倍賞千恵子氏が
夏の飛鳥山公園をPR

あすかパークレール「アスカルゴ」車内で、倍賞氏のアナウンスが流れます。

【期間】7月19日(土)～8月31日(日)(予定)

☎広報課 ☎(3908)1102



平和祈念週間

8月5日(火)～7日(木) 問 総務課総務係 ☎(3908)8623

区では、昭和61年に制定した「平和都市宣言」を記念し、8月5日から7日までを平和祈念週間として、平和を願うさまざまな催しを実施します。この事業を通じて、あらためて区民の皆さんに「平和都市宣言」の趣旨をご理解いただくとともに、「平和」について祈り、考え、行動する契機にしていただきたいと思います。多くの方のご来場をお待ちしています。

祈りの日

原爆と戦争の犠牲者のごめい福を祈り、世界の恒久平和の実現を祈念するため、ご家庭や地域で1分間の黙とうをささげようお願いします。

広島平和記念日	ながさき平和の日	終戦の日
8月6日	8月9日	8月15日
午前8時15分	午前11時2分	正午

平和都市宣言

真の平和と安全を実現することは、私たちの願いであるとともに、人類共通の悲願であります。

私たちは、日本国憲法に掲げられた恒久平和の理念に基づき、平和で自由な共同社会の実現に向けて努力しています。

人間のぬくもりを感じるふるさと、美しい自然をこれから生れ育つ子ども達に伝えることは、私たちに課せられた大きな責務であります。

私たちは、わが国が非核三原則を堅持することを求めるとともに、心から世界の恒久平和と永遠の繁栄を願いつつ、ここに北区が平和都市であることを宣言します。



「平和祈念像」北村西望作(北とびあ前)

昭和61年3月15日 東京都北区

北区平和祈念週間イベント紹介

会場	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)
北とびあ	さくらホール(2階) つつじホール(3階)	つつじホール	さくらホール
あ	区民プラザ(1階)	つつじホール	つつじホール
あ	展示ホール(地下1階)	つつじホール	つつじホール
あ	図書館(赤羽・田端図書館は休館中)	図書館	図書館
あ	北区飛鳥山博物館(王子1-1-3)	北区飛鳥山博物館	北区飛鳥山博物館

- 納涼盆踊り
8月5日(火) 午後5時30分から
北とびあ13階飛鳥ホール
地元町会自治会の方々を中心に、区内の各種団体や企業の参加によるものです。ふるさと北区の夏祭りをお楽しみください。
- すいとんの試食会
8月5日(火) 正午から
北とびあ地下1階展示ホール
区内商店の女性グループ「北区おかみさん元気クラブ」による手作りのすいとんです。平和だからこそ食べられるおいしいすいとん。一緒に食べながら「平和の尊さ、手作りのあたたかさ」について考えてみましょう(無料配布。先着300食)。
- ふれあい喫茶
8月6日(水) 午前10時30分～午後2時30分
北とびあ地下1階展示ホール
就労継続支援B型事業所「第二ワークインあすか」の皆さんの手作りお菓子とコーヒーで、ひと休みしてください(有料。数に限りがあります)。

- 平和への祈りを込めて
～無農薬農法の野菜や小物、焼き菓子などの販売～
8月7日(木) 午前10時30分～午後3時
北とびあ地下1階展示ホール
就労移行支援事業所「あかばね就労開拓校」の利用者の皆さんが無農薬農法で作られた野菜や手作りの小物を販売します。また、就労継続支援A型事業所「わくわく配食サービス」で製造した焼き菓子なども販売します。みんながいきいきと暮らせる平和な社会を祈って、地球に優しい美味しい野菜を味わってください(有料。数に限りがあります)。
- 異文化交流事業
北とびあ地下1階展示ホール
異文化交流の一環としてさまざまな事業を実施します。
- ①お茶会(協力:渡辺宗賢社中)
8月5日(火)～7日(木) 午前10時～午後3時
- ②和紙人形作り
8月5日(火)～7日(木) 午前10時～正午、午後1時～3時 師 遠西祥子氏、加藤美智子氏、秋元文子氏
- ③書画教室
8月5日(火)・6日(水) 午後1時～4時 師 高 雲龍氏

- ④みんなで布チョコキン
8月7日(木) 午前10時30分～午後2時
【協力】東南アジア保育支援の会
- 夏休み子ども平和バスツアー
戦争の記録と記憶を未来の世代に語り継いでいくことを目的として、千代田区にある昭和館を見学します。
- 対 区内在住、在学の小学生と保護者
8月23日(土) 午前9時30分～正午(雨天決行)
※往復はマイクロバスを利用 定員15名(抽選)
- 申 往復はがき(記入例参照。全員(4名まで)の住所・氏名・電話番号も記入)で、8月8日(金)(必着)まで
問 先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623
- 北区平和バスツアー
9月20日(土)、10月17日(金) いずれも午前9時から 内 戦時の面影を残す区内の戦跡や平和に関する史跡をマイクロバスで巡り、解説を交えながら散策します(各回定員15名。原則として、過去に参加した方は参加できません)。
※詳しくは今後の北区ニュースでお知らせします。
- 問 総務課総務係 ☎(3908)8623

記号の見方
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

お知らせ

障害のある方への福祉手当制度

特別障害者手当(国の制度)

20歳以上で日常生活において常時特別な介護を必要とし、特に重い肢体不自由、知的障害、精神障害、内部障害が重複している方

重度心身障害者手当(都・区)

次の①～③のいずれかの障害のある方 ①重度の知的障害であって、日常生活において常時複雑な配慮を必要とする著しい精神症状を有する方

心身障害者福祉手当(区)の制度

①心身に障害があり、次の①～⑥のいずれかに該当する方 ①身体障害者手帳1・2級の方

福祉手当(都・区)の現況届の提出

現在、特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当を受給中・支給停止中の方は「平成26年度現況届」を提出してください

解体改修工事を実施する方へ

大気汚染防止法が改正され、6月1日から建築物・工作物の解体工事に伴う石綿(アスベスト)飛散防止対策が強化されました

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

年金

若年者納付猶予制度をご存知ですか

若年者納付猶予は30歳未満の学生を除く、本人及び配偶者の所得が一定以下の場合、同居の世帯主の所得にかかわらず、申請して承認を受ければ国民年金保険料の納付が猶予される制度です

第7回北区子ども子育て会議

区の子ども・子育て支援に関する各種計画の策定、実施などを審議する会議を開催します

国保・後期高齢者医療

平成26年度分は、平成26年7月から27年6月までが対象です

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

特定保健指導の対象者

Table with 2 columns: 追加リスク (腹囲, ①血糖, ②脂質, ③血圧, ④喫煙歴) and 対象 (40歳~64歳, 65歳~74歳)

追加リスク ①血糖...空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c(NGSP値) 5.6%以上

特別障害者手当(国の制度)

20歳以上で日常生活において常時特別な介護を必要とし、特に重い肢体不自由、知的障害、精神障害、内部障害が重複している方

重度心身障害者手当(都・区)

次の①～③のいずれかの障害のある方 ①重度の知的障害であって、日常生活において常時複雑な配慮を必要とする著しい精神症状を有する方

心身障害者福祉手当(区)の制度

①心身に障害があり、次の①～⑥のいずれかに該当する方 ①身体障害者手帳1・2級の方

福祉手当(都・区)の現況届の提出

現在、特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当を受給中・支給停止中の方は「平成26年度現況届」を提出してください

解体改修工事を実施する方へ

大気汚染防止法が改正され、6月1日から建築物・工作物の解体工事に伴う石綿(アスベスト)飛散防止対策が強化されました

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

年金

若年者納付猶予制度をご存知ですか

若年者納付猶予は30歳未満の学生を除く、本人及び配偶者の所得が一定以下の場合、同居の世帯主の所得にかかわらず、申請して承認を受ければ国民年金保険料の納付が猶予される制度です

第7回北区子ども子育て会議

区の子ども・子育て支援に関する各種計画の策定、実施などを審議する会議を開催します

国保・後期高齢者医療

平成26年度分は、平成26年7月から27年6月までが対象です

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

特定保健指導の対象者

Table with 2 columns: 追加リスク (腹囲, ①血糖, ②脂質, ③血圧, ④喫煙歴) and 対象 (40歳~64歳, 65歳~74歳)

追加リスク ①血糖...空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c(NGSP値) 5.6%以上

年金

若年者納付猶予制度をご存知ですか

若年者納付猶予は30歳未満の学生を除く、本人及び配偶者の所得が一定以下の場合、同居の世帯主の所得にかかわらず、申請して承認を受ければ国民年金保険料の納付が猶予される制度です

第7回北区子ども子育て会議

区の子ども・子育て支援に関する各種計画の策定、実施などを審議する会議を開催します

国保・後期高齢者医療

平成26年度分は、平成26年7月から27年6月までが対象です

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

特定保健指導の対象者

Table with 2 columns: 追加リスク (腹囲, ①血糖, ②脂質, ③血圧, ④喫煙歴) and 対象 (40歳~64歳, 65歳~74歳)

追加リスク ①血糖...空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c(NGSP値) 5.6%以上

年金

若年者納付猶予制度をご存知ですか

若年者納付猶予は30歳未満の学生を除く、本人及び配偶者の所得が一定以下の場合、同居の世帯主の所得にかかわらず、申請して承認を受ければ国民年金保険料の納付が猶予される制度です

第7回北区子ども子育て会議

区の子ども・子育て支援に関する各種計画の策定、実施などを審議する会議を開催します

国保・後期高齢者医療

平成26年度分は、平成26年7月から27年6月までが対象です

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

特定保健指導の対象者

Table with 2 columns: 追加リスク (腹囲, ①血糖, ②脂質, ③血圧, ④喫煙歴) and 対象 (40歳~64歳, 65歳~74歳)

追加リスク ①血糖...空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c(NGSP値) 5.6%以上

年金

若年者納付猶予制度をご存知ですか

若年者納付猶予は30歳未満の学生を除く、本人及び配偶者の所得が一定以下の場合、同居の世帯主の所得にかかわらず、申請して承認を受ければ国民年金保険料の納付が猶予される制度です

第7回北区子ども子育て会議

区の子ども・子育て支援に関する各種計画の策定、実施などを審議する会議を開催します

国保・後期高齢者医療

平成26年度分は、平成26年7月から27年6月までが対象です

新しい後期高齢者医療被保険者証をお送りします

8月1日(金)からお使いいただく新しい保険証を7月下旬に簡易書留郵便で送ります

平成26年度特定保健指導がはじまりました!

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査の結果により、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導を実施します

特定保健指導の対象者

Table with 2 columns: 追加リスク (腹囲, ①血糖, ②脂質, ③血圧, ④喫煙歴) and 対象 (40歳~64歳, 65歳~74歳)

追加リスク ①血糖...空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c(NGSP値) 5.6%以上

排ガス (煙突からの排ガス) 測定結果

測定項目	単位	法基準値	都条例基準値	協定値	測定値
ばいじん	g/m ³ N	0.08	0.08	0.02	不検出
硫黄酸化物	ppm	60	60	20	不検出
窒素酸化物	ppm	250	80	70	41
塩化水素	ppm	430	-	15	不検出
ダイオキシン類	ng-TEQ/m ³ N	1	-	-	0.0000020

*ダイオキシン類は平成25年12月6日、そのほかの項目は平成26年3月19日測定の数値です。

北清掃工場を運営管理する東京二十三区清掃一部事務組合では、ごみを焼却処理した場合の環境への影響や施設の安全性などについて継続して調査しています。

測定結果はすべて法規制値及び協定値を下回りました(左表のとおり)。詳しい測定結果は、北清掃工場にお問い合わせください。

北清掃工場
☎(3908) 5341
リサイクル清掃課計画事業係
☎(3908) 8539

◆北清掃工場の排ガス定期測定結果を報告します

特別区民税・都民税の納税に関する相談を行います。お困りの状況に合わせて相談をお受けいたしますので、お気軽にお越しください。

☎ 8月4日(月)・5日(火) 午後5時~7時30分
問 場 取 納 推 進 課 (区役所第一庁舎2階7番)
☎(3908) 1129

◆夜間に納税相談・納付窓口を開設します

◆北区創業支援施設

ネスト赤羽募集部屋・使用料など

室番号	103 (1階)	208 (2階)
面積	14.38㎡	15.22㎡
使用料(月額)	28,700円	30,400円
共益費(月額)	9,600円	10,100円

HP <http://www.nest-akabane.com>
☎(3908) 0571

【募集要項】創業後3年以内の方
【使用期間】10月から平成29年9月までの3年間
【募集部屋・使用料など】左表のとおり
※保証金は使用料の2カ月分。電気料金は各自負担
【施設概要】所在地：赤羽1-59-9 (JR赤羽駅下車徒歩約7分、東京メトロ南北線赤羽岩淵駅下車徒歩約3分) 設備：インターネット接続環境・メールボックス・会議室(有料)・交流ラウンジ・受付・相談室ほか、インキュベーション・マネージャーによる支援、専門相談(創業・経営・税務など)が受けられます。
【応募条件】現に事務所の確保が必要と認められる方で、①地域産業の活性化に寄与する事業を行うこと ②施設利用期間終了後も区内で引き続き事業を行う意思をおもちのこと ③個人または法人にかかる税金を滞納していないこと ④別に定める使用条件を遵守できること ※詳しくはネスト赤羽にある募集要項(ホームページからもダウンロードできます)をご覧ください。

【応募方法】募集要項を取り寄せ、直接申込
【締切】8月18日(月)
問 先 ネスト赤羽
☎(3908) 0571

【改正次世代法】「改正パートタイム労働法」が公布されました

4月23日に「改正次世代法」(改正パートタイム労働法)が公布されました。

●改正次世代法
①次世代法の有効期限が平成37年3月31日まで10年間延長 ②新たな認定(特別認定)制度の創設 ③特別認定を受けた企業について一般事業主行動計画の策定・届出に代えた実施状況公表の義務化 ④4月23日施行 ⑤平成27年4月1日施行 ⑥有効期限の延長により、従業員10人以上の企業は平成37年3月31日まで行動計画の策定・届出の義務が生じます。一般事業主行動計画期間の終期が近づいている企業は、早めの次期行動計画策定・届出をお願いします。

●改正パートタイム労働法
①正社員と差別的取扱いが禁止されるパートタイム労働者の対象拡大 ②短時間労働者の待遇の原則の新設 ③パートタイム労働

者雇用入れたときの事業主による説明義務の新設 ④パートタイム労働者からの相談に対応するための事業主による体制整備の義務の新設(施行日は、公布日から起算して1年を超えない範囲内で政令で定める日) ※関係省令等については、改正法を踏まえ、今後検討を行う予定です。

以下、共通
問 東 京 労 働 局 雇 用 均 等 室
次 世 代 法 関 係
☎(6893) 1100
パ ー ト 法 関 係
☎(3512) 1611

◆障害者福祉センター 第120期機能訓練生(10月生)募集

区内在住の40歳~64歳の方で脳出血や脳梗塞、クモ膜下出血などを発症し、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 ※介護保険サービスの通所リハビリや通所介護(デイサービス)を利用している方は対象にはなりません。10月から開始
【施設概要】所在地：赤羽1-59-9 (JR赤羽駅下車徒歩約7分、東京メトロ南北線赤羽岩淵駅下車徒歩約3分) 設備：インターネット接続環境・メールボックス・会議室(有料)・交流ラウンジ・受付・相談室ほか、インキュベーション・マネージャーによる支援、専門相談(創業・経営・税務など)が受けられます。
【応募条件】現に事務所の確保が必要と認められる方で、①地域産業の活性化に寄与する事業を行うこと ②施設利用期間終了後も区内で引き続き事業を行う意思をおもちのこと ③個人または法人にかかる税金を滞納していないこと ④別に定める使用条件を遵守できること ※詳しくはネスト赤羽にある募集要項(ホームページからもダウンロードできます)をご覧ください。

【応募方法】募集要項を取り寄せ、直接申込
【締切】8月18日(月)
問 先 ネスト赤羽
☎(3908) 0571

【都立東部地区学園特別支援学校(仮称)高等学校 就業技術科】説明会

対主に都区内在住の中学3年生と保護者
日 8月5日(火)、9月20日(土) いずれも午前の部：午前10時~11時30分 午後の部：午後1時30分~3時
場 東 部 特 別 支 援 学 校 (葛飾区西亀場2-58-1) 定 各60名(先着順) 申 申 込 用 紙 (ホームページからダウンロードできます) に記入して、各回の5日前までにファクスで申込 ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 先 都 立 東 部 地 区 学 園 特 別 支 援 学 校 (仮 称) 開 設 準 備 室 副 校 長 深 谷、主 幹 教 諭 阿 出 川
☎(5699) 0141
FAX(3600) 1252
HP <http://www.toubugaku-ni.metro.tokyo.jp>

◆行政書士会無料相談会

遺言・相続・遺産分割協議書、不動産・近隣問題、内容証明、事業・許認可、外国人在留許可など身近な法律相談に応じます。

日 8月5日(火) 午後1時~4時
場 区 役 所 第 一 庁 舎 1 階 ロビ ー
申 原 則、電 話 申 込 (当 日 の 会 場 受 付 可 也)
問 先 東 京 都 行 政 書 士 会 北 支 部
☎(5963) 7437

◆北区二ノ木の有料広告を募集します

北区二ノ木は区内全世帯に配布する広報紙です。お店や会社のメッセージを区民の皆さんに発信しませんか?

【広告掲載費】第2期として10月20日号、11月20日号、12月20日号、平成27年1月20日号掲載分の受付を行います。

【規格及び掲載料】1号広告：4.8cm×8.0cm 3万5千円
2号広告：1.0cm×24.0cm 1万2千円 【色数】2色(北区ニュース20日号本体と同色)
【広告掲載位置】3ページ目の最下段(1段分)とその下の余白部 【募集枠数】各月1号広告：3枠 2号広告：1枠 申 所 定 の 申 込 用 紙 (広報課(区役所第一庁舎3階1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。広告の原稿案を添えて8月5日(火)(必着)までに、郵送、ファクスまたは広報課へ直接持参

●掲載できないもの
公共性及び品位を損なうおそれのあるもの。政治・宗教活動にかかわるもの。意見広告、個人的宣伝にかかわるもの。その他、掲載が妥当でないものなど

●掲載の決定
内容審査のうえ、掲載の可否をお知らせします。申込多数の場合は、抽選により順位を決定します。掲載が決定した場合は、申込者の負担で版下データを作成していただきます(広報課ではデータの作成を行いません)。

問 先 〒114-8508 (住所不要) 広報課広告担当
☎(3908) 1102
FAX(3905) 3422

◆市民のための無料税務相談

東京税理士会王子支部会員の税理士が無料相談を実施しています。

日 月・金曜 午後1時~3時
場 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部 (北と池袋12階) 申 事 前 に 電 話 申 込
問 先 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部
☎(5390) 1213

◆都立東部地区学園特別支援学校(仮称)高等学校 就業技術科説明会

対主に都区内在住の中学3年生と保護者
日 8月5日(火)、9月20日(土) いずれも午前の部：午前10時~11時30分 午後の部：午後1時30分~3時
場 東 部 特 別 支 援 学 校 (葛飾区西亀場2-58-1) 定 各60名(先着順) 申 申 込 用 紙 (ホームページからダウンロードできます) に記入して、各回の5日前までにファクスで申込 ※詳しくはホームページをご覧ください。

問 先 都 立 東 部 地 区 学 園 特 別 支 援 学 校 (仮 称) 開 設 準 備 室 副 校 長 深 谷、主 幹 教 諭 阿 出 川
☎(5699) 0141
FAX(3600) 1252
HP <http://www.toubugaku-ni.metro.tokyo.jp>

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆市民のための無料税務相談

東京税理士会王子支部会員の税理士が無料相談を実施しています。

日 月・金曜 午後1時~3時
場 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部 (北と池袋12階) 申 事 前 に 電 話 申 込
問 先 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部
☎(5390) 1213

◆都立東部地区学園特別支援学校(仮称)高等学校 就業技術科説明会

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆市民のための無料税務相談

東京税理士会王子支部会員の税理士が無料相談を実施しています。

日 月・金曜 午後1時~3時
場 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部 (北と池袋12階) 申 事 前 に 電 話 申 込
問 先 東 京 税 理 士 会 王 子 支 部
☎(5390) 1213

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

8月10日(日)
全館清掃・保守点検のため、館内には入れません。
問 北 区 二 ノ 木 一 階 フ ロ ン ト
☎(5360) 1100
●富士見橋エコー広場館・北台エコー広場館・滝野川西エコー広場館・赤羽エコー広場館
日 8月14日(木)
問 富 士 見 橋 エ コ ー 広 場 館
☎(3824) 3196
北 台 エ コ ー 広 場 館
☎(3907) 3196
滝 野 川 西 エ コ ー 広 場 館
☎(5567) 3196
赤 羽 エ コ ー 広 場 館
☎(3608) 3196

◆北とびと

王子駅前 **サンスクエアボウリング** ☎0120-300-863

夏休みは親子で **ボウリング!**
夏休み子供スピードく実施中!
平成26年7月19日(土)~8月31日(日)迄

サンスクエア 検索

B型肝炎で悩まれている皆様へ
B型肝炎給付金制度 無料個別相談会のご案内

7月27日・8月3日・8月10日
午後@TKP 西新宿

事前予約制です。電話またはメールでご予約下さい。
0120-003-897 info@ascope.net

法律事務所 ASCOPE (アスコブ)
第二東京弁護士会 森永真人 〒106-0032 港区六本木6-11-18

ASCOPE Law Office

J:COM は J:COM に。

2014年6月、JCNグループケーブルテレビ局はJ:COMになりました。

おトクなキャンペーン実施中! 詳しくはお問い合わせください!
AM9:00-PM5:30 (日曜・祝日を除く)
☎0120-372279

全国仲人連合会
親御様からのご相談も歓迎

食育体験教室 理科で食育 withお茶の水女子大学

和食と味覚 ～第2弾 ぶるぶるかたまる 寒天のふしぎ～

※①区内在住の小学5年生～中学生と保護者(子どものみの申込み可) ②区内在住の小学1年生～4年生と保護者 ※①②いずれも未就学児の参加不可

日①8月23日(土) ②8月24日(日) いずれも午後1時～3時30分

場 滝野川文化センター(西ケ原1-23-3)

内容 日本で昔から食べられている寒天は何からできているの。どうしてかたまるの。寒天ゼリーづくりを通してそのふしぎを解き明かします。 講師 お茶の水女子大学講師 定各24名(抽選。保護者1名、子ども2名まで)

申込 往復はがき(記入例参照。①②の別、親子の氏名、お子さんの学年も記入)で、8月5日(火)必着まで

申込先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康いきがい係理科で食育担当

☎(3908)8548

野菜をおいしく食べよう! 親子クッキング教室

幼児親子クッキング教室

※区内在住の4歳～6歳の幼児と保護者(2名1組) 日①8月27日(水) ②8月30日(土) いずれも午後1時～4時

場 健康増進センター(王子5-2-5-101) 内容調理…親子で挑戦! 郷土料理を一緒に作ろう～もちもちごはん「五平もち」(中部地方)&うま味たっぷり「こづゆ」(福島県会津若松) (材料に小麦、乳を使用します)

食育講座…郷土料理ってなに? 講師 北区楽しい食の推進員 定各12組(抽選) 費1組500円 申込 往復はがき(記入例参照。①②の別、全員の名前(ふりがな)、お子さんの年齢・学年も記入)で、8月14日(木)必着まで

申込先 〒114-8508(住所不要)健康いきがい課健康いきがい係「親子クッキング教室」担当

☎(3908)9068

イクメン講演会

Work(仕事)×Life(子育て)×Social(地域)で家族の幸せ倍増計画

※区内在住、在勤で小学校就学前までのお子さんを持つ父親、夫婦及びこれから父親、母親になる予定の方

日8月24日(日) 午前10時30分から

場 北とびあ6階プラネタリウムホール

内容 講演会…父親が仕事・子育て・地域の3つに関わることで生まれるシアワセ効果の秘訣を講師とともに一緒に見つけます。

講師 コデカラ・ニッポン代表理事 川島高之氏 定100名(先着順) ※保育(1歳以上の未就学児。30名(先着順))あり。0歳は同伴入場可

【募集案内配布場所】児童館、育ち愛ほっと館(王子2-7-34)、さくらんぼ園(北区豊島4-16-38)、保育園、幼稚園、スペースゆう(北とびあ5・6階) ※北区ホームページからもダウンロードできます。

申込用紙(募集案内裏面)に記入して、7月23日(水)からファクスまたはEメールで申込

申込先 男女共同参画推進課

☎(3913)0161

FAX(3913)0081

E danjo-c@city.kita.lg.jp

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か月)健診後、生後8カ月未満の乳児の保護者(保育なし)

日8月20日(水) 午後1時30分～3時

場 滝野川福祉保健センター2階講堂(西ケ原1-19-12) 内容 離乳食初期から後期のすすめ方(お話と試食)

定20名(申込順) 日7月24日(木)午前8時30分から電話申込

申込先 健康いきがい課滝野川健康相談係

☎(3915)0186

北区明るい選挙啓発ポスターコンクール作品募集

※区内在住、在学の小・中・高校生

【テーマ】選挙への関心を持つよう訴えるもの、明るい選挙の実現を呼びかけるもの

【描画材料】自由 【大きさ】画用紙の四つ切、八つ切またはこれに準じる大きさ

【提出方法】個人…持参または郵送 学校…学校でまとめて提出 ※作品の裏面右下に学校名・学年・氏名(ふりがな)を必ず記入

【締切】9月5日(金) 【審査】小・中・高各部門ごとに入選作品を選定

【賞】入選作品は賞状及び記念品。参加者全員に参加賞。入選作品の中で特に優秀な作品については、東京都ポスターコンクールに出品します。

申込先 〒114-8508(住所不要)選挙管理委員会事務局(区役所第二庁舎3階)

☎(3908)9054

北区環境大学 家族で参加!! ホタル環境講座

「ホタルを北区に呼び戻そう」を合い言葉に、ホタルを家庭で1年間飼ひ、その生息環境から地域環境まで学習し、生物の棲む環境を総合的に理解します。その成果を子どもたちが日本動物学会で発表します。

※小学3年生～中学生と保護者

日8月30日(土)、9月7日(日)、10月から平成27年7月の毎月第2日曜(10月、11月は第3日曜) 計14回(予定) 午前10時～正午(野外実習の場合は変更あり)

場 赤羽エコー広場館(赤羽1-1-38)、ホタルの生息地など

講師 お茶の水女子大学教員ほか

定20組(抽選。区内在住、在学の方優先)

費 見学・実習地までの交通費は各自負担

申込 往復はがき、ファクス(記入例参照)またはホームページで、8月6日(水)必着まで

申込先 〒114-0003 北区豊島5-6-1 みどりと環境の情報館(エコベルデ)内

北区環境大学事務局(月・火曜、祝日休館)

☎(5902)3886

FAX(5902)3887

HP <http://sec-kankyo.cf.ocha.ac.jp/family.html>

講座・講演会

◆障害者福祉センター趣味の講座 「パソコン講座ステップアップ編 ～活用してみよう～」

※区内在住の15歳以上の身体障害者手帳(内部機能障害・肢体不自由・聴覚障害対象)または愛の手帳(3・4度対象)をお持ちの、お一人での受講が可能な方で、初心者向けの講座を修了している方または基本操作及び文字入力可能な方(聴覚障害のある方には手話通訳が付きます) ※付き添い者同伴を希望の方はご相談ください。

※平成27年1月頃に視覚障害者を対象としたパソコン講習会を予定 日9月8日～11月17日(9月15日、10月13日、11月3日を除く) 毎週月曜 計8回 午前9時30分～11時30分

内容 年賀状の作成、写真加工、エクセルの紹介など 講師 下澤恵子氏 定8名(抽選)

申込 往復はがきまたはファクス(記入例参照)で、8月15日(金)必着まで

申込先 〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係

☎(3905)7121 FAX(3905)7116

◆就職に役立つ資格取得支援講座

①秘書検定2級

日9月1日～10月27日(9月8日・29日を除く)毎週月曜 計7回 午前9時30分～正午

場 北とびあ8階808会議室

②簿記検定3級夜間コース

日9月2日～10月31日(除外日あり)毎週火・金曜 計11回 午後6時30分～9時

場 北とびあ8階807会議室

※以下、共通=

※区内在住の求職中の方 定各20名(抽選) 費5,000円程度(テキスト代)

申込 郵送、ファクス(記入例参照。①②の別も記入)または持参で、8月14日(木)必着まで

申込先 〒114-8503(住所不要)産業振興課就労支援担当(北とびあ11階)

☎(5390)1230 FAX(5390)1141



◆赤羽文化ひろば8月のプログラム

主催 北区教育委員会・赤羽文化センター利用団体連絡協議会

①アート文字ののし袋・壁飾り 日8月6日(水)～12日(火) 午前10時

***** 花*みどり やすらぎコーナー *****

※ヘイケボタルは水生ホタル

※夏を迎えヘイケボタルが飛び季節になりました。春先まで水中にいた幼虫は初夏に上陸して土中で蛹になり、羽化して成虫になります。幼虫時代は水中で暮らすものを水生ホタルと言います。

※ホタルは世界に約2,000種、国内に約50種いますが、水生ホタルは世界でも約10種のみ。そのうち3種(ゲンジボタル、クメジマボタル、ヘイケボタル)が国内にいます。

※世界的には珍しい「水生」のヘイケボタル。幼虫の飼育、実験や観察を通してその生態や生息環境・地球環境を学ぶ「ホタル環境講座」を北区環境大学で開講しています。ご興味のあるお子さんと保護者の方は、ぜひ、ご参加ください(左記で募集中)。

※北区環境大学事務局(みどりと環境の情報館(エコベルデ)内)

☎(5902)3886

外国人の方を雇用する事業者の方へ

※全国には、約7万人もの不法滞在者が存在し、約7割は不法就労を目的とした入国であると言われています。

●不法就労とは ①不法残留・不法入国者等の外国人が働くこと ②働けない外国人が、資格外活動許可なしに働くこと ③働ける外国人が、認められた範囲を超えて仕事をする

●在留カードの確認義務 外国人の方を雇用する際には在留カードの原本を確認してください。不法就労者と知らなくても、在留カードを確認していないなどの過失がある場合は、「不法就労助長罪」の対象となり罰せられます。

●適正に雇用可能かどうか確認するには 在留カードの就労制限の有無欄を確認してください。

就労制限のない在留資格 例…永住者、日本人の配偶者等、永住者の配偶者等、定住者

就労制限のある在留資格 例…外交、公用、教授、芸術、宗教、投資・経営、法律・会計業務など

原則就労不可の在留資格 例…短期滞在、文化活動、家族滞在、研修、留学

●外国人の方の雇用に関する相談 東京都ろうどう110番 ☎(0570)006110

新宿外国人雇用支援・指導センター ☎(3204)8609

東京外国人雇用サービスセンター ☎(3588)8639

王子警察署刑事組織犯罪対策課 ☎(3911)0110



このマークは主に乳幼児を対象とした催しです

星美学園短期大学公開講座

後援 北区教育委員会

発達障がい児への保育と支援-個別支援の視点から知る保育のヒント-

8月22日(金) 午前10時40分~午後0時10分 講師 同短期大学講師 遠藤 愛氏

50名(抽選) ※保育なし。子ども同伴不可

2,000円 申し込みはがき、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接窓口で、8月8日(金)(必着)まで

会場 〒115-8524(住所不要)星美学園短期大学公開講座センター ☎(3906)0056

夏休み子ども向け講座

下記のエコー広場館では、夏休みの期間に子ども向けにさまざまな講座を実施しています。 ※費用、定員、持ち物など、詳しくはそれぞれのエコー広場館へお問い合わせください。

会場 富士見橋エコー広場館(田端5-16-1)(水曜、祝日休館) ☎(3824)3196

北ノ台エコー広場館(上十条5-14-4)(水曜、祝日休館) ☎(3907)3196

赤羽エコー広場館(赤羽1-1-38)(水曜、祝日休館) ☎(3908)3196

※赤羽エコー広場館には、リサイクル資料室(通称エコデン)があります。環境やリサイクルに関する図書がそろっていますのでご利用ください。

●富士見橋エコー広場館

教室名 日程 時間

親子で布ぞうりづくり 8月17日(日) 午前10時~午後3時

ワンポイント刺しゅう 8月18日(月) 午前10時~正午 午後1時~3時

名札づくり 8月22日(金) 午前10時~正午 午後1時~3時

さき布織りづくり 8月23日(土) 午前10時~正午 午後1時~3時

アートプリント 8月24日(日) 午前10時~正午

石鹸づくり 8月26日(火) 午前10時~正午

リサイクル手芸 8月26日(火) 午前10時~正午 午後1時~3時

●北ノ台エコー広場館

教室名 日程 時間

折り紙教室 7月26日(土) 午前10時~正午 午後1時~3時

自然のふしぎ 7月26日(土)、8月23日(土) 午前10時~正午 午後1時~3時

和紙細工教室 7月28日(月) 午前10時~正午 午後1時~3時

手芸教室 7月28日(月) 午前10時~正午 午後1時~3時

ちぎり絵教室 8月19日(火) 午前10時~正午 午後1時~3時

布ぞうり作り教室 8月21日(木) 午前10時~正午 午後1時~3時

友禅染め教室 8月22日(金) 午前10時~正午 午後1時~3時

工作教室 8月28日(木) 午前10時~正午 午後1時~3時

さき布織り教室 8月29日(金) 午前10時~正午 午後1時~3時

お茶教室 毎週土曜 午後1時~3時

●赤羽エコー広場館

教室名 日程 時間

はがき作り 7月26日(土) 午前10時~正午

ロープの結び方教室 7月29日(火) 午前10時~正午

家庭教育学級(幼児コース)

「親子でふれあう時間を楽しもう!」

区内在住、在勤で参加当日1歳6カ月~3歳の子どもと保護者(2名1組) 8月27日(水)・28日(木) いずれも午前10時~正午

会場 星美学園短期大学(赤羽台4-2-14) 内師 8月27日~28日 講師 同短期大学幼児保育学科専任講師 打越みゆき氏

28日 絵本を通して 同学科准教授 田中直美氏

各15組(抽選) ※保育は参加予定の幼児のみ 50円程度(保険料) 申し込みはがき(記入例参照。希望日、お子さんの氏名・ふりがな・年齢(月齢)も記入)で、8月13日(水)(必着)まで

会場 〒114-8508(住所不要)生涯学習・スポーツ振興課生涯学習係 ☎(3908)9323

平成26年度ジュニア育成地域推進事業 第9回水泳ジュニア選手権大会

主催 北区体育協会・東京都・東京都体育協会

区内在住、在学の小・中学生

9月21日(日) 午前9時~午後2時(8時20分受付・アップ開始)

種目 右表のとおり ※出場種目はリレーを除き1人2種目まで

1種目400円。リレーは1チーム800円

専用申込用紙に必要事項を記入し、出場料を添えて、8月23日(土)・24日(日)いずれも午前10時から午後2時までに申込

※団体でまとめて申込可

【申込用紙配布場所】パノラマプール十条台(中十条1-5-6)、生涯学習・スポーツ振興課(区役所第二庁舎3階)、滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)

会場 パノラマプール十条台

北区水泳連盟 黒田 ☎090(1439)8275 高山 ☎090(1439)7617

児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」の提出

現在、児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方または支給が停止されている方は「現況届」の提出が必要です。「現況届」の提出がないと、8月分以降の手当が受けられませんのでご注意ください。

「現況届」と同封の各種届出用紙に必要な事項を記入押印し、手当証書(支給中の方のみ)を添付して、期限までに必ず提出してください。

なお、住所・氏名・家族構成などに変更があった場合には、子育て給付係にお届けください。

●児童扶養手当(国の制度) 8月初旬に「現況届」の案内と各種届出用紙を郵送します。

【提出期限】8月29日(金)(必着)

●特別児童扶養手当(国の制度) 8月中旬に「現況届」の案内と各種届出用紙を郵送します。

【提出期間】8月11日(月)~9月10日(水)(必着)

※平成26年度児童扶養手当・特別児童扶養手当の所得限度額は下表のとおりです。

会場 子育て支援課子育て給付係(区役所第一庁舎2階17番) ☎(3908)9096

平成26年度児童扶養手当所得限度額表

Table with columns: 扶養親族数, 本人, 一部支給, 孤児等の養育者・配偶者・扶養義務者, 所得額

平成26年度特別児童扶養手当所得限度額表

Table with columns: 扶養親族数, 本人, 配偶者・扶養義務者, 所得額

(注)所得額は平成26年度(平成25年1年間分)の所得です。扶養親族数は税法上の扶養親族数です。扶養義務者は、本人(請求者)と同居している直系血族及び兄弟姉妹です。この限度額は、平成26年8月分から27年7月分までの手当に適用されます。限度額には社会保険料相当額8万円を加算してあります。所得から控除できる一定の項目があります。

子どものためのおはなし会

Table with columns: 図書館, 日程, 電話番号



Table with columns: 図書館, 日程, 電話番号

Table with columns: 子ども会, 日程, 電話番号

北区プレーパーク「夏休み連続開催!」

●中央公園拡張部(旧いなり公園/十条台1-2)

8月4日(月)

●中央公園文化センター裏(十条台1-2-1)

8月24日(日)~28日(木)

●袋町公園(赤羽北3-11)

8月3日(日)

=以下、共通=

【時間】午前10時30分~午後5時

※8月4日は午前10時30分~午後3時

※4日は、午前11時頃から絵本ライブ、午後1時頃から紙芝居を行います。

※当日、直接会場へ

会場 北区で子どもの遊ぶ場をつくる会 ☎090(6519)8382

HP http://www.kita-asobo.com

子育て支援課次世代育成係 ☎(3908)9097

記者の見た 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) 申込方法 問い合わせ先 申込先 HP ホームページ EMメール

長生きするなう
北区が一番



平成26年度特別養護老人ホーム
区内10施設、区外7施設の
後期受付を開始します

【受付期間】8月1日(金)～9月30日(火)
(必着) ※郵送可
【申請書配布窓口及び申請先】高齢福祉課王子高齢相談係(区役所第一庁舎1階2番、各高齢者あんしんセンター)
※7月22日(火)から各窓口で配布します。また、北区ホームページからもダウンロードできます

【申請に必要なもの】介護保険被保険者証、印鑑、服薬の詳細がわかる書類(処方箋、お薬手帳のコピーなど)
【問先】〒114-8508(住所不要) 高齢福祉課王子高齢相談係担当
☎(3908) 9083

健康増進センター
(ハルシエKITA)
はじめての太極拳
区内在住、在勤の40歳以上の方
【日程】8月19日(火)・26日(火) 計2回
午前10時～11時30分
【場所】内 初心者のため
の二十四式太極拳 師 正統陳式忽雷
架第五代传人 廖 峰氏
【定員】30名(抽選)
【申込】往復はがき(記入例参照)で、8月5日(火)(必着)まで

【問先】〒114-0002 王子5-1-2-101 健康増進センター(月曜、祝日休館)
☎(3908) 2220

長生きするなう北区が一番



第52回
北区
スポーツ祭典

後援 北区教育委員会

区内在住、在勤の方
【会場】内定費 右表のとおり
【申込】電話またはファクスで申込
※種目により申込方法が異なるため、詳しくはお問い合わせください。
※卓球の各大会は、別途申込用紙が必要。テニスの各大会の組み合わせは大会日の1週間前に発表
※開催日時など、詳しくはお問い合わせください。
【問先】新日本スポーツ連盟北区
☎(3914) 9536
(平日午後7時～9時)
FAX(3914) 9530

Table with 6 columns: 種目, 日程, 会場, 競技方法, 費用, 定員(先着順). Lists various sports events like water polo, volleyball, tennis, and swimming with their respective dates, venues, and costs.

区民の伝言板

この欄は、区の事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。入会等、申込の際は十分にご注意ください。区は関知しません。
【略号】(入)…入会金
【PR】…各サークルのPR文
※費用の記載がない場合は無料です。
【広報課】(区役所第一庁舎3階1番) ☎(3908)1102

- ヨガ健康会 毎週水曜 午後1時20分～3時 中央公園文化センター 1ヵ月3,500円 [PR] 年に1度中央公園文化センター祭に出場します 問 倉田☎(3908)5647
- 碁遊会 囲碁 15歳以上 毎週月曜 午後6時～9時 滝野川文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月1,000円 [PR] 囲碁のお相手と、お勤め帰りに心身リフレッシュで 問 太田☎(3909)3840
- アミーゴ 硬式テニス 経験者 毎週月曜 午後4時～5時 新河岸川庭球場 費1ヵ月2,000円 [PR] 楽しくゲームができるサークルです 問 本沢☎090(5783)3577
- 中国語サロン 毎週火曜 午前9時～10時 北とびあ 費1ヵ月4,000円 [PR] 継続的に学びながらレベルアップしましょう。初心者歓迎 問 水野☎080(3384)8486

- 実用かな書道舟の会 毎月1回金曜 午前10時～午後5時 滝野川文化センター 費(入)1,000円、1回2,500円 [PR] 暮しの中にあるのし袋・芳名録・礼状・年賀状の手ほどき 問 池田☎(3900)4537
- アゼリア女声コーラス 女性 毎月3回水曜 午後2時～4時 滝野川文化センター ほか 費(入)1,000円、1ヵ月5,000円 [PR] 年1回北区合唱祭に参加します 問 磯野☎(3907)4156
- パール会 社交ダンス 初心者以上 毎月3回日曜 午後2時～4時30分 場 上十条ふれあい館 費(入)1,000円、1ヵ月3,000円 [PR] 楽しくダンスを踊りましょう 問 丹治☎(3908)6017(午後)
- モキハナ フラダンス 女性 毎週土曜 午前10時～11時30分 滝野川東ふれあい館 費1ヵ月3,000円 [PR] 優雅に穏やかに美しく、初めての方大歓迎。他クラス有 問 森☎080(1068)6445
- 王子書道サークル 20歳以上 毎月第2・4金曜 午後1時10分～4時30分 場 北とびあ 費1ヵ月3,000円 [PR] 基礎から練習でき、初心者からベテランまで学んでます 問 武田☎(3927)0735
- 東京労音合唱団 毎週月曜 午後6時30分～9時 滝野川文化センター ほか 費1ヵ月5,000円 [PR] 皆と一緒に歌う素晴らしさ、楽しさを味わってませんか 問 石井☎(3960)9734

- フラ・エカラ フラダンス 20歳～60歳代 毎月3回水曜 午前9時30分～10時30分 場 北とびあ 費(入)3,000円、1ヵ月3,500円 [PR] 楽しくフラをして、健康維持しましょう。初心者大歓迎 問 小泉☎090(4751)6506
- カ・レイアロハ フラ&タヒチアンダンス 毎月3回 午後7時～8時30分 場 王子区民センター 費1ヵ月6,000円 [PR] アットホームなフラ教室です。見学自由・無料体験あり 問 中村☎090(2632)9362
- 赤羽スピッチクラブ 社会人 毎月第2・4木曜 午後6時30分～8時50分 場 滝野川文化センター 費1ヵ月2,000円、テキスト代8回で1,000円 [PR] PTA、自治会、職場等でスピッチやプレゼンをする方 問 鈴木☎090(8109)8302
- 西ヶ丘クラブ パレーボール 区内在住の既婚女性 毎週月曜 午前9時～正午 場 桐ヶ丘体育館 費(入)1,500円、1ヵ月2,000円 [PR] 幅広い年齢層で、コーチの指導の下、汗を流しています 問 和田☎090(1738)9781
- 城北囲碁クラブ 区内在住、在勤の方 毎週日曜 午後1時～4時30分 場 滝野川文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月500円 [PR] 高段者から初級者まで多数、講師による指導もあります 問 野中☎(3919)5259

- 木踊会 リズム体操 健康な20歳以上の女性 毎週木曜 午前10時～11時30分 場 滝野川体育館 ほか 費(入)1,000円、1ヵ月3,500円 [PR] バランス能力を高め筋力の衰えを防ぎ、美しい姿勢を作る 問 堀江☎(3910)3742
- ホープアマナリリー フラダンス 毎月3回水曜 午後1時30分～3時 場 王子ふれあい館 費(入)1,000円、1ヵ月3,500円 [PR] 一緒にフラダンスを始めませんか。少人数で楽しんでます 問 川島☎(3913)8331
- 七宝の会エマーユ 七宝焼 毎月第2・4水曜 午後1時～5時 場 滝野川文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月4,000円 [PR] 講師の指導あり。自分だけの作品を作ってみませんか 問 古谷☎(3907)0991
- 飛鳥合気道 小学生以上 毎週日曜 午前9時30分～11時30分 場 桐ヶ丘体育館 費(入)2,000円、1ヵ月2,000円 [PR] 日曜の朝を有効活用！頑張れば級・段の取得可能 問 古本☎090(1666)1693
- フランス語・トワ・エ・モアの会 20歳以上の既習者 毎月第1・3・4木曜 午前9時40分～午後1時20分 場 北とびあ 費1ヵ月5,000円 [PR] フランス語と共にフランスの文化・歴史も勉強します 問 根本☎090(4423)8847

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8面をご覧ください

8月の健康に関する事業のお知らせ (予)とあるのは予約制です。

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163
Table with 5 columns: 区分, 対象, 実施日, 結果説明日, 受付時間

王子健康相談係 ☎(3908)9087 FAX(3908)9086
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

赤羽健康相談係 ☎(6903)0122 FAX(3919)3308
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

滝野川健康相談係 ☎(3915)0186 FAX(3915)4119
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

王子障害相談係 ☎(3908)9081 赤羽障害相談係 ☎(3903)4161 滝野川障害相談係 ☎(3915)0134
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

王子障害相談係のみ
Table with 3 columns: 区分, 対象, 実施日

王子高齢相談係 ☎(3908)9083 FAX(3908)1229
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

健康増進センター ☎(5390)2220 FAX(5390)2233
Table with 4 columns: 区分, 対象, 実施日, 時間

8月の電話相談
Table with 4 columns: 月, 日, 時間, 内容

健康情報

◆健康増進センター(へるしあKITA)

ヒップホップ～運動体験講座～

対 区内在住、在勤の20歳以上の方 日8月22日(金)・29日(金) 計2回 午前10時～11時30分 内 ステップを楽しく振り付けダンスでからだを動かします。 師 フィットネスインストラクター 毛利恭子氏 定30名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、8月6日(水)(必着)まで 問 場先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター(月曜、祝日休館) ☎(5390)2220

◆胃・大腸がん検診(検診車方式)

①胃がん検診のみ ②胃と大腸がん検診 対 区内在住で、平成26年12月31日現在35歳以上の方(胃・十二指腸の疾病治療中または手術を受けた方、自覚症状のある方、妊娠中の方を除く、受診間隔同一年度に1回。また、前回受診からおおむね1年経過していること) 日 10月3日(金)・16日(木)・23日(木)・24日(金) いずれも午前9時～正午 場 北区保健所(東十条2-7-3) 内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影(検診車) ※安全に検診が実施できないと判断される場合はご遠慮いただくことがあります。 大腸がん検診…問診・便潜血反応検査 定 ①②合計1日45名(先着順) 申 はがきまたはファクスに検診名(①②の別)、検診希望日(複数可)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別・電話番号を記入して申込 [申込期間]8月1日(金)～9月1日(月)午後5時(必着) ※検診日は、通知で連絡します。検診日の2週間前頃に、胃がん検診は東京都予防医学協会から、大腸がん検診は健康いきがい課からそれぞれ通知します。満員などで受診ができない場合は、健康いきがい課から通知します。 ※検診希望日の記載がない場合は健康いきがい課で日程を決定します。 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

◆胃・子宮・大腸がん検診(検診機関方式)

②胃がん検診のみ ④子宮がん検診のみ ⑥胃・子宮がん検診 ⑧胃・大腸がん検診 ⑩子宮・大腸がん検診 ⑫胃・子宮・大腸がん検診 対 胃がん検診、大腸がん検診…区内在住で、平成26年12月31日現在35歳以上の方(胃・十二指腸の疾病治療中または手術を受けた方、自覚症状のある方、妊娠中の方を除く。受診間隔同一年度に1回。また、前回受診からおおむね1年経過していること) 子宮がん検診…区内在住の平成26年12月31日現在20歳以上の女性で25年度子宮がん検診を受診していない方 ※婦人科に通院中または経過観察中の方を除く 日 右表のとおり 場 東京都予防医学協会(JR市ヶ谷駅下車5分、東京メトロ南北線市ヶ谷駅下車2分) 内 胃がん検診…問診・胃エックス線間接撮影 ※安全に検診が実施できないと判断される場合はご遠慮いただくことがあります。 大腸がん検診…問診・便潜血反応検査 子宮頸がん検診…問診・視診・細胞診・コルポスコピー診 ※医師が必要と認めた場合は子宮体がん検診を実施します。 定 胃がん…20名 大腸がん…20名 子宮がん検診…120名(いずれも先着順)

申 はがきまたはファクスに検診名(㉞～㉠の別)、検診希望日(3つまで)、住所・氏名・ふりがな・生年月日・性別・電話番号を記入して申込 [申込期間]8月1日(金)～9月1日(月)午後5時(必着) ※検診日は、通知で連絡します。検診日の2週間前頃に、東京都予防医学協会から通知します。胃・大腸がん検診の受診票と子宮がん検診の受診票は別々に送ります。満員などで受診ができない場合は健康いきがい課から通知します。 ※検診希望日の記載がない場合は健康いきがい課で日程を決定します。

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

胃・子宮・大腸がん検診(10月) 東京都予防医学協会(市ヶ谷)実施

Table with 2 columns: 曜日, 実施日

講座・講演会

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「オペラをもっと楽しもう!～ラモー作曲 歌劇<プラテ>～」 日 9月6日～27日 毎週土曜 計4回 午後2時～4時 内 フランス・バロック音楽の大家ラモー没後250年を記念し、今秋の北とびあ国際音楽祭2014で演奏される傑作オペラ「プラテ」を取り上げ、その楽しみ方に迫ります。 師 桐朋学園大学准教授 安田和信氏 定 50名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、8月22日(金)(必着)まで ②区民協働講座「なつかしの昭和歌謡曲!!」 日 8月30日(土) 午後2時～3時30分 内 「りんごの唄」「下町の太陽」「高原列車は行く」など昭和の歌謡曲をみんなで歌います。 師 音楽家 松田百合子氏 [協力]みんなで歌おう会 定 40名(抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、8月18日(月)(必着)まで =以下、①②共通= 対 区内在住、在勤、在学の方 問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター ☎(3906)3911

◆滝野川会館講座「今話題の「睡眠のプロ」に学ぶ健康枕の作り方」

対 20歳以上の方 日 9月9日(火) 午前10時～11時30分 内 自宅で今日から始められる枕の作り方を学び、日常生活ですぐにできる首枕の体験を行います。 定 20名(抽選) 費 1,000円 申 往復はがき(記入例参照)で、8月11日(月)(必着)まで 問 場 先 〒114-8534(住所不要)滝野川会館 ☎(3910)1651

◆エコベルデ みどりの教室

半日陰が好きな植物で寄せ植えづくり 対 区内在住、在勤、在学の方 日 8月9日(土) 午前10時～正午 内 暑い夏、半日陰を好む植物で“涼”を楽しむ寄せ植えを作ってみませんか。 定 30名(抽選) 費 800円(材料費) 申 往復はがき(記入例参照)で、7月29日(火)(必着)まで 問 場 先 〒114-0003 北区豊島5-6-1 みどりと環境の情報館(エコベルデ)(月・火曜、祝日休館) ☎(3913)8340

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 申込方法 問い合わせ 先申込先 HP ホームページ Eメール

北区医師会 診療電話相談 ☎(5390)3131 時間:午後1時20分～2時50分

テニスクリニック

対テニス初心者～上級者 日内8月6日～9月24日 毎週水曜 ①初・中級クラス…午前10時10分～11時40分 6ショットのコントロールを覚えゲームの流れを学びます。②ゲーム上達クラス…午後0時10分～1時40分 ゲームに必要な応用ショットと戦術を学びます。場 浮間舟渡テニスコート(浮間4-27-1) 師 NPO法人日本スポーツ振興連盟 三五氏 定 各コース8名(申込順) 料 1回2,000円(1回から参加可) 申 7月22日(火)から開催日までに電話申込(午前10時～午後7時) 問先 赤羽スポーツの森公園競技場(赤羽西5-2-27) ☎(5948)9281

健康ひとくちメモ

夏バテを防ぐ食事ポイント

夏を元気に過ごすために、夏バテを防ぐ食事ポイントを3つ紹介します。
ビタミンB1で疲労回復!
 ビタミンB1は、からだでエネルギーが作られるときに必要なビタミンです。豚肉や豆類、玄米などに含まれます。
香辛料やかんきつ類で食欲アップ!
 香りや酸味の爽やかさが、暑さで落ちた食欲をアップさせてくれます。
夏こそ温かいものをとろう!
 冷たいものとりすぎは、胃の動きを弱めてしまいます。温かいスープなどをとりいれて、冷え対策をしましょう。



健康いきがい課

第62回 区民体育大会水泳競技

主催 北区・北区教育委員会・北区体育協会
 対 区内在住、在勤、在学で高校生以上の方 日 9月21日(日) 午後2時から(1時20分受付・アップ開始予定) 種目 右表のとおり ※出場種目はリレーを除き1人2種目まで 料 1種目500円。リレーは1チーム1,000円 申 専用申込用紙に必要事項を記入し、出場料を添えて、8月23日(土)・24日(日)いずれも午前10時から午後2時までに直接窓口で申込 ※団体でまとめて申込可 [申込用紙配布場所] パノラマプール十条台(中十条1-5-6)、生涯学習・スポーツ振興課(区役所第二庁舎3階)、滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)
 場先 パノラマプール十条台
 問 北区水泳連盟
 黒田 ☎090(1439)8275
 高山 ☎090(1439)7617

競技順序	区分	種目
1	高校	100m 自由形
2	一般	
3	一般A～E	
4	一般	25m 自由形 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ
5	一般	
6	一般	
7	高校	50m 自由形
8	一般A～E	
9	高校	
10	一般A～E	50m 平泳ぎ
11	高校	
12	一般A～E	
13	高校	50m 背泳ぎ
14	一般A～E	
15	一般	
15	合計200歳以上	100m リレー
16	高校	200m リレー
17	一般	

年齢区分 A:18歳～39歳 B:40代 C:50代 D:60代 E:70歳以上
 ※100m自由形・200mリレーは、年齢区分はありません。
 ※スイミングクラブ・スポーツクラブの水着や帽の着用を禁止します。

2014「帝京けんこうひろば」

●看護学科教員による健康相談
 日内下表のとおり 場 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) 定 各日8名(先着順)
 ※混雑状況に応じてお待ちいただく場合があります。

日程	内容
8月27日(水)・9月24日(水)	午前10時～11時30分
8月4日(月)・9月26日(金)・12月19日(金)	午後1時30分～3時30分
8月1日(金)・9月11日(木)・10月28日(火)	午後1時30分～3時30分
10月8日(水)	午前10時～11時30分
8月25日(月)・9月29日(月)・10月6日(月)・11月10日(月)・12月22日(月)	午前10時30分～正午
8月5日(火)・11月12日(水)・19日(水)・12月1日(月)・18日(木)	午後1時～3時

内容: がん・生活習慣病に関する相談、高齢者の介護・看護に関する相談、メンタルヘルスに関する相談、妊娠・出産・性に関する相談

[受付開始] 15分前から ※開催日以外は受付していません。

健康講座

日内師定 下表のとおり 場 帝京大学学棟講義室(板橋区加賀2-11-1)

日程	内容	講師	定員(先着順)
8月8日(金) 午前10時～11時30分	子どもの事故防止～子どもが見ている世界～	医療技術学部看護学科講師 岸川亜矢氏	30名
12月17日(水) 午後2時～3時30分	いつまでも健康でいられるための住まい方、暮らし方、片付け方	医療技術学部看護学科准教授 麻生保子氏	50名

=以下、共通=
 申 当日、直接会場へ
 問 帝京大学医療技術学部看護学科帝京けんこうひろば(教務課) ☎(3964)7051

北区体育協会スポーツ教室

対日場師定費 下表のとおり 申 往復はがき(記入例参照。性別も記入)またはホームページで、8月3日(日)(必着)まで ※携帯電話からは不可
 問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6滝野川体育館内 北区体育協会 ☎(3940)1848 HP http://www.kita-city-taikyo.or.jp

教室名	対象	日程	時間	場所	講師	定員(抽選)	費用
初心者ヨガ	区内在住、在勤で20歳以上の方	9月4日～10月16日 毎週水曜 計7回	午後1時30分～2時40分 午後3時10分～4時10分	北とびあ地下1階 多目的ルーム	狩野道子氏 友添千恵子氏	25名 30名	5,450円
初心・初級者エアロビクス	区内在住、在勤で18歳～65歳の方	9月3日～11月5日 毎週水曜 計10回	午後6時45分～8時15分	滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)	坪山優士氏	15名	5,000円

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)

申込記入例

※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(目的以外)には使用しません

北区文化振興財団インフォメーション

記号の見方 記(記号)サービースあり 16=数字はその年齢以上からご入場いただける表示です 車イス席あり 主=主催 共=共催

北とびあ国際音楽祭2014

アイランドの風	ラモーン作曲 歌劇《プラテ	シエナ・ウィンド・オーケストラ	0歳から入場OK
11月1日(土) 午後4時開演 北とびあつじホール 1,500円 区民割引 1,000円	11月7日(金) 午後7時開演 北とびあ さくらホール 11月9日(日) 午後2時開演	10月22日(水) 午後6時30分開演 北とびあさくらホール 発売中	10月25日(土) 午前11時開演 午後2時開演 北とびあ さくらホール 全席指定 発売中
現地で生活しながら習得した本場アイランドの音楽をお楽しみください。	【出演】寺神戸亮(指揮) 寺神戸亮(ソプラノ) フォンテーニ(ソプラノ) 小野和歌子(ソプラノ) 【指揮】寺神戸亮 【管弦楽・合唱】レ・ポレアーデ	【シエナ・ウィンド・オーケストラ】が3年ぶりに北とびあに登場! 「ボロロ」やリード、ヴァンデルローストの人気曲を大編成で演奏。サクソフォン奏者・須川展也の指揮、ソロも見どころ。 【曲目】リード:エル・カミーノ・レアル スーザ:星来旗よ永遠なれ ほか	0歳から入場できるクラシックコンサート! オークストラの迫力ある演奏に、歌やお芝居も楽しめる大人気企画! 今年はグループ作曲(ペール・キユント)を基にした音楽劇、おなじみの舞台は、日本の江戸末期、主人公ギョウ太郎は、ほんのこころから未来の科学者と出逢い時空を超え、世界の国々をめぐる。 【予定曲】グループ作曲(ペール・キユント)より(劇)山の魔王の宮殿にて(ほか) (北風小島の魔王(アウ・ニコ)の巻)の上(ほか) ※公演時間60分。各回同内容
小さなアイリッシュ・コンサート 11月1日(土) 午前11時開演 北とびあ 14階スカイホール 500円 ※4歳～小学6年生と保護者(高校生以上)対象の公演です。	第25回 北とびあ若手話芸家競演会 9月15日(祝) 午後1時開演 北とびあつじホール	週末よしもと 北区王子お笑いフェス 9月20日(土) 午後5時開演 北とびあさくらホール 7月25日(金) 発売	チャケットのお求め 北とびあ1階チケット売場(午前10時～午後7時) 来店専用 ●チャケットは(PCコード設定公演で利用可能) 0570-02-9999(自動音声)、セブンイレブン、サークルKサンクス店頭 ●区民割引のチャケットは、北とびあ1階チケット売場で、住所の確認ができる保証証、免許証などを提示して、購入してください。 ●託児サービス(2歳以上の未就学児・有料)は、各公演1週間前までにマザーズ ☎0120-788-222(月～金曜) 午前10時～午後5時(正午～午後1時を除く)へ申込 ●車イス席は、下記問い合わせ先に要予約 ●チャケットは先取りの場合もありますので、あらかじめご了承ください。
ピーターと狼 11月23日(祝) 午後2時開演 全席指定 500円 区民割引 350円	【出演】NON STYLE / ビース / パンクブーブー(夜欠一行) / もうちゅう生 / パンサー / 劇団101	パイプオルガン演奏会 北とびあ1階 区民プラザ 午後3時 無料 (当日、直接会場へ)	【演奏】 内海恵子 堀切麻里子 【予定曲】 J.ライネル:グランドソナタ第17番 口長調 幻想ソナタ op.181 ほか

記号の見方 対対象日日時場会場内容師講師定定員費用(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