毎月1日・10日・20日発行

平成25年(2013)

#### 赤羽北1丁目22番地先で 不発弾が発見されました

陸上自衛隊の処置により当面の安全 性が保たれています。

処理日程等は関係機関と協議し、今 後お知らせしていきます。

問危機管理課 ☎(3908)1121

### 平和祈念週間

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6日から8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考えています。多くの方のご来場をお待ちしています。

#### の

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るようお願いします。

島平和記念日 8月6日 午前8時15分

ながさき平和の日

の 8月15日 正午



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 こ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 昭和61年3月15日 東京都北区 都市であることを宣言します。



#### 北区平和祈念週間イベント紹介

8月6日(火) 午後1時から 北とぴあ つつじホール

#### 「戦没者追悼の集い」

北区遺族連合会の主催による戦没者を追悼する式典です。 ご遺族、区民の皆さんのご参加をお待ちしています。

8月6日(火) 午後1時30分から 赤羽会館 講堂(1階)

#### 中国残留邦人等支援事業 平和祈念映画会 「嗚呼 満蒙開拓団」

満蒙開拓団の悲劇を描いたドキュメンタリー映画。戦争の悲惨さ 平和の大切さを考えましょう。

※事前申込が必要です。 これから申込を希望する方はお問い合わ せください。

閰生活福祉課生活支援係 ☎(3908)9004

8月7日(水) 赤羽会館 小ホール (4階)

#### 平和祈念映画「はだしのゲン 2」

①午前10時30分から ②午後2時から

※事前申込が必要です。これから申込を希望する方はお問い合わせください。

問総務課総務係 ☎(3908)8623

8月7日(水) 午後6時30分から 北とぴあ つつじホール

#### 東日本大震災復興支援 「金藤のぶひこ平和祈念チャリティコンサート」

共催 東京あすかロータリークラブ

※事前申込が必要です。これから申込を希望する方はお問い合わせください。 問産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234

8月8日(木) 赤羽会館 講堂(1階)

#### 北区児童館合同児童劇「地べたっこさまやぁーい」 ①午前10時15分から ②午後2時から

※申込は締切ました。

赤羽会館

#### 平和展〔8月6日(火)~8日(木) 午前10時~午後7時、ただし、8日(木)は午後4時まで〕

- ●平和祈念展~語り継ぐ平和の願い ●恒久の世界平和のために(ビデオ上映)
- ●国際交流の輪をひろげよう~日本伝統文化体験コー
  - ●第21回野生生物写真展 ●国際化推進事業の紹介

●原爆と人間展

(4階) 小ホール

#### ●平和への祈りをこめて~子どもたちの共同作品展(出展:赤羽児童館、桐ケ丘児童館、中里児童館)

平和・国際交流[8月8日(木) 午後2時から] 異文化交流の一環として、内モンゴルの紹介(舞踊と馬頭琴の演奏)を行います。皆さんのご参加をお待ちしています。

区民プラザ 北とぴあ (1階)

大ホール

平和祈念モニュメント[8月6日(火)~15日(木)まで]

区民の皆さんのご協力で創られるモニュメントです。ご来場の際は、平和を願い、鶴を折ってください。折り鶴の一部を、広島・長崎へ贈ります。

平和図書コーナー(7月26日(金)~8月31日(土) ※休館日を除く) 図書館 (中央・滝野川・赤羽)

戦争や平和に関する図書を集めた「平和図書コーナー」を設けるほか、全館に「子どもむけ平和図書コーナー」を設けます。 戦争を知らない大人や子どもたちが、平和について考えるきっかけとしていただきたいと考えています。

#### ●納涼盆踊り

北区ニュースは、7月1

日号からユー

Û

D フ

ォントを使用してい

ます。

FONT

8月6日(火) 午後5時30分から

北とぴあ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 業が参加する盆踊りです。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6日(火) 正午から 赤羽会館4階ロビー

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。今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)。

#### ●あおぞらバザー

8月6日(火)・7日(水) 午前10時~午後4時 赤羽会館4階第7集会室

区民、NPO、区が連携して取り組んでいる「東南アジア 保育支援」を行うためのチャリティーバザーです。

#### ●国際交流サロン

8月8日(木) 午前10時~午後4時

赤羽会館4階第7集会室

カンボジアへ贈る布製ボールの布を型紙通りに切る「布

チョッキン」という楽しいボランティアが体験できます。

#### ●ふれあい喫茶

8月7日(水) 午前10時30分~午後2時30分 赤羽会館4階ロビー

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~自然農法野菜販売

8月8日(木) 午前10時30分~午後3時

#### 赤羽会館4階ロビー

就労移行支援事業所「あかばね就労開拓校」の皆さんが 無農薬農法で作られた野菜を販売します。地球にも人にも 優しい野菜作りは、生き物を思いやる平和な心を育みま す。みんながいきいきと暮らせる平和な社会を祈って美味 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

赤羽会館4階大ホール

異文化交流の一環としてさまざまな事業を実施します。 日本の伝統文化に触れてみましょう。

#### ①お茶会(協力:渡辺宗賀社中)

■8月6日(火)~8日(木) 午前10時~午後3時

②和紙人形作り

■8月6日(火)~8日(木) 午前10時~正午、午後1時~ 師遠西詳子氏、加藤美智子氏、秋元文子氏

#### ●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 目的に、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17日(土) 午前9時~正午(雨天決行)※往復はマイクロバスを利用 定15名(抽選) 申往復はがき(記入例参照。全員の住所 氏名・電話番号も記入。最大4名まで申込可)で、8月2日 (金)(必着)まで

間先〒114-8508(住所不要)総務課総務係

#### **25** (3908)8623

#### ●北区平和バスツアー

■9月21日(土)、10月18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。

#### 間総務課総務係

**5** (3908)8623





表1 特別障害者于当·障害児福祉手当 所得制限限度額表 						
扶養 親族数	本 人	配偶者• 扶養義務者				
0人	3,604千円	6,287千円				
1人	3,984千円	6,536千円				
2人	4,364千円	6,749千円				
3人	4,744千円	6,962千円				
4人	5,124千円	7,175千円				
5人	5,504千円	7,388千円				

**[支給方法**]4・8・12月末に受

(3915) 0134

件を遵守できること

給者本人の口座に振込

所得制限限度額表					
扶養 親族数	本 人	配偶者• 扶養義務者			
0人	3,604千円	6,287千円			
1人	3,984千円	6,536千円			
2人	4,364千円	6,749千円			
3人	4,744千円	6,962千円			
4人	5,124千円	7,175千円			
5人	5,504千円	7,388千円			

	[支給方法] 特別障害者手当と同	[ <b>支給月額</b> ] 1万4千28円	合は支給が停止されます。	が、表1の限度額を超えている場	または配偶者・扶養義務者の所得	ている児童は該当しません。本人	害を理由とする公的年金を受給し	※施設に入所している児童や、障	※ 認定に審査により決定します
)	上	育	(T)	るそ	<b>※</b>	クナ	67	すっ	を

当	じ
者・ 誘者	
7千円	
5千円	
千円	
2千円	
5千円	
3千円	

	障害者: 制限限原	児福祉手当
<b>養</b>	本	 配偶者

	※認定は審査により決定します。 態にある疾病の児童 ②愛の手帳がおおむね1度の 童 ②愛の手帳がおおむね1度の
<b>対心身に障害があり、次の①~●心身障害者福祉手当(区の制度)</b> 座に振込	③のいずれかに該当する方 ①身て常時介護を必要とする次の①~

[支給月額] 1万4千28円			または配偶者・扶養義務者の所得 ※				※認定は審査により決定します。 を	
育成手当を受給中の方の	(ア施設に入所している方	る方は対象となりません。	※次のア〜圧のいずれかに	の方 ⑥愛の手帳4度の方	いる方) ⑤身体障害者手!	する方(難病医療費助成を	を受けている方 ④特殊疾	まひまたは進行性筋萎縮症

	扶養義務者	适
3,604千円	6,287千円	特 1
3,984千円	6,536千円	別 万 障 4
4,364千円	6,749千円	
4,744千円	6,962千円	害者 者 手 当
5,124千円	7,175千円	当
5,504千円	7,388千円	Tと同
(D) (T) (E) (E) (E) (E) (E) (E) (E) (E) (E) (E	疾方はる日の	年新手齢規当

**常時特別な介護を必要とし、特に |支給方法|| 2・5・8・11月に** いる方は支給が停止されます。 こに3カ月を超えて入院している (施設に入所している方や病院な )障害児福祉手当(国の制度) 所得が、表1の限度額を超えて 認定は審査により決定します。 本人または配偶者・扶養義務者 害、内部障害が重複している方 い肢体不自由、知的障害、精神 特別障害者手当(国の制度) 20歳以上で日常生活において 障害のある方への福祉 日常生舌こお 当する方は対象となりません。 ※認定は、都の判定により決定し 上の方 ます。次の分~年のいずれかに該 と重度の身体障害が重複している 状を有する方 ②重度の知的障害 表2の限度額を超える方 偶者または扶養義務者)の所得が 等に3カ月を超えて入院している (が施設に入所している方 欠新規申請時に65歳以上の方 つ座っていることが困難な程度以 肢及び両下肢の機能が失われ、か な配慮を必要とする著しい精神症 って、日常生活について常時複雑 のある方 ①重度の知的障害であ 対次の①~③のいずれかの障害 支給月額」6万円 ③重度の肢体不自由で、 (ウ) 病院

[**支給方法**] 毎月、都から指定口 |心身障害者福祉手当 (区の制度)

受給者本人の口座に振込

支給月額] 2万6千20円

いまたは進行性筋萎縮症の診断 |愛の手帳1~3度の方|| ③脳性 )身体障害者手帳1・2級の方 )のいずれかに該当する方 のアーエのいずれかに該当す 方(難病医療費助成を受けて けている方 ④特殊疾病を有 ⑥愛の手帳4度の方 ⑤身体障害者手帳3級

設に入所している方 **⑤・⑥の方**…1万円 前日までに申請できな の理由により、65歳に 申請する方(障害とな 受給中の方 ①~④の方…1万5千 方は、年齢制限はあり 対象となります。また 65歳未満の方で、施設 額を超える方 たは養育者) の所得が (ウ) 65歳以 (イ) 児童 8月1日現在、東京都重度心身

●重度心身障害者手当(都の制度)

重度心身障害者手当(都) 心身障害者福祉手当(区) 所得制限限度額表 所得額 3,604千円 0人 3,984千円 2人 4,364千円 3人 4,744千円 5,124千円

要です。各手当の対象者に該当す ※手当を受けるためには申請が必

相談係にお問い合わせください。 は届け出が必要です。詳しくは各 により受給要件に変更があった方 ※手当を受給中の方で施設入所等 る方は、重複して受給できます。 6 障害福祉課王子障害相談係

万は該当しません。

**2** (3908) 9081

滝野川障害相談係 (3903) 4161

(3915) 0134

現況届の提出・福祉手当制度(国・都)

ださい。8月上旬に現況届と案内 度現況届」を提出してください。 をお送りします。 ることがありますので、ご注意く 中・支給停止中の方は「平成25年 福祉手当・経過的福祉手当を受給 提出がないと手当の支給が遅れ 現在、特別障害者手当・障害児

### ●都の制度

所得)提出のお知らせをします。 障害者手当を受給中の方に、「平 (3903) 4161 **2** (3908) 9081 手当が支給されませんので、ご注 成25年度所得状況届」(24年分の **赤羽障害相談係 じ**障害福祉課王子障害相談係 提出がないと平成25年10月から 野川障害相談係

## 5,504千円

.,	
	分。
)7 谐)	電気料金
!2m²	は各白
00円	1 負 担
00円	

ト赤羽募集部屋・使用料金など						
号	102 (1階)	206 (2階)	207 (2階)			
Ī	15.38㎡	15.31㎡	15.22m²			
料 (i)	30,700円	30,600円	30,400円			
費 (i)	10,300円	10,200円	10,100円			

の

使用登録許可後に前納払) うえ使用登録を3回まで更新可) 月までの6カ月間(その後審査の

京メトロ南北線赤羽岩淵駅徒歩約 所の確保が必要と認められる方 ネージャーによる支援、専門相談 室ほか、インキュベーションマ 料)・交流ラウンジ・受付・商談 環境・メールボックス・会議室(有 3分) **設備**…インターネット接続 られます。 [応募条件] 現に事務 (創業・経営・税務など)が受け **[施設概要] 所在地**…赤羽1—59 -9(JR赤羽駅徒歩約7分、東

# ▼北区創業支援施設

## ①オフィス使用者

査後決定) [使用期間] 10月から 平成28年9月までの3年間 [募 年以内の方 [募集数] 3室 (審 対創業間近の方または創業後3

集部屋・使用料金など」左表のと おり ※保証金は使用料の2カ月

207 (2階)	電気彩金
5.22㎡	一は名自
0,400円	1年担
0,100円	
•	

ト赤羽募集部屋・使用料金など						
号	102 (1階)	206 (2階)	207 (2階)			
į	15.38㎡	15.31㎡	15.22m²			
料 <b>頁</b> )	30,700円	30,600円	30,400円			
費 頁)	10,300円	10,200円	10,100円			

### 室番 面積 使用:

## 対1年以内に創業予定の方 |募集数||4ブース(審査後決定)

·**使用料**] 4万2千円(6カ月分。 .使用期間』10月から平成26年3

間終了後も区内で引き続き事業を る事業を行うこと ②施設利用期 で、①地域産業の活性化に寄与す

# ネスト赤羽使用者募集

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 ムページからもダウンロードでき **締切** 8月19日(月

## 問先ネスト赤羽

## 新しい国民健康保険高齢受給者 証をお送りします

高齢受給者証は毎年8月に更

たは「2割(平成26年3月31日ま 対70歳~74歳の方 か、お問い合わせください。 同封するしおりをご覧いただく では1割)」です。※詳しくは します。負担割合は、「3割」ま 住民税課税標準額に基づいて判定 らの負担割合は、国保に加入して いる70歳~74歳の方の平成25年度 医療機関窓口での8月1日休か

# ◆後期高齢者医療被保険者証の更

3908) 1131

15 国保年金課国保資格係

[発送方法] 世帯主宛て普通郵便

[**発送時期**] 7月下旬

りします。 割合が変更になる方のみ、7月下 旬に本人宛て簡易書留郵便でお送 使いの方で、8月1日休から負担 等の窓口で支払う負担割合(1 平成25年8月からの、医療機関 後期高齢者医療被保険者証をお

または7月13日新聞折り込みの 「東京いきいき通信」をご覧くだ 「後期高齢者医療制度のしくみ」 詳しくは、同封のパンフレット

行う意志を有すること 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 これまでお使いの保険証は8月

ネスト赤羽にある募集要項(ホー  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 7面 をご覧ください

# 

## 用·標準負担額減額 「限度額適用認定証」

れるようになります。 険適用の窓口負担が年齢・所得に で、1カ月、1医療機関ごとの保 医療機関等窓口に提示すること 度額適用認定証」または「限度額 医療制度の加入者が入院または高 応じた自己負担限度額にとどめら 適用・標準負担額減額認定証」を 額な外来診療を受ける場合、「限 北区国民健康保険・ 後期高齢者

# ●北区国民健康保険の被保険者の

の方は申請不要です。 分が「現役並み所得」また ※70歳以上75歳未満の ください。 申被保険者証及び印料 つけるもの)を持参し たは「一般」 万で所得区 て申請して 5年(朱肉を

※詳しくは「国保のしおり」をご ※今年75歳の誕生日を迎える方は 則、この制度を利用することがで ※保険料の滞納がある場合は、原 覧いただくか、お問い合わせくだ 誕生日の前日まで利用できます。 きません。

### 役所第一庁舎2階22番) 問 先 国保年金課国保 (3908) 1132 給付係(区

税標準額に基づいて判定していま または3割)は、25年度住民税課

# ●後期高齢者医療制度の被保険者

負担額減額認定証」を発 から7月下旬に有効期間 年7月31日の 東京都後期高齢者医 「限度額法 適用・標準 限が平成26 療広域連合 送します。

さい。 務所・分室の窓口に返却してくだ 第一庁舎2階25番)また 日休以降、高齢医療! たは区民事 係 (区役所

は、現在の保険証をその なお、負担割合が変わらない方 いただけます。 のままお使

ことがあり、かつ、今回該当の方

負担額減額認定証が交付された

高齢者医療制度の限度額適用・標

いる区分ⅠまたはⅡの方

対①住民税非課税世帯に属して

問 国保年金課高齢医療 係

**5** (3908) 9069

※詳しくは「後期高齢者医療制度 を持参して申請してください。 者証及び印鑑(朱肉をつけるもの) ※新規交付を希望する方は被保険

のしくみ」をご覧いただくか、お

問い合わせください。

# 認定証」の 「限度額適

役所第一庁舎2階25番)

(3908) 9069

問 先 国保年金課高齢医療係 (区

すか 若年者納付猶予は30歳未満

# ◆若年者納付猶予制度をご存知で

生を除く)で、本人及び配偶者の かかります)。 経過後は保険料に一定の加算金が 険料を猶予された月から10年以内 年金額に反映させるためには、保 ときの受給資格期間に算入されま 帯主の所得にかかわらず、申請し 所得が一定以下の場合、同居の世 て承認を受ければ国民年金保険料 、が、<br />
年金額には<br />
反映されません。 納付する必要があります (2年 承認期間は将来年金を受け取る 納付が猶予される制度です。 

な方には免除制度が、学生の方に なる前月までが対象です。 の間に30歳を迎える方は、30歳に から26年6月までが対象です。こ そのほか、保険料の納付が困難 平成25年度分は、平成25年7月

のままにせず、早めにご相談くだ は学生納付特例制度があります。 保険料の納付が困難なときはそ

**3** (3908) 1139·40 15 国保年金課年金係

なりません。 🖪 10月から開始 ス)を利用している方は対象には リハビリや通所介護(デイサービ

各個人に合った訓練内容を提供し

| 申事前に見学 (予約制) 所定の申請書で、

●北運動場

10月1日火~12月3日火

記号の見方

<u>対</u> 対 象

日日時 場会場

内内容師講師

申申込方法

問

合わせ

先申込先

HP

ホームページ

E メール

|四理学・作業・言語療法的訓練。

ますので、気軽にお越しください。

18月5日月・6日火

午後5

て継続して調査しています。 の影響や施設の安全性などにつ

◆行政書士会無料相談会

**2** (3908) 9330

況に合わせて相談をお受けしてい する相談を行います。お困りの状

ごみを焼却処理した場合の環境へ

一十三区清掃一部事務組合では、

FAX (3905) 711216

北清掃工場を運営管理する東京

18

・北清掃工場の排ガス定期

日金までに窓口で申込

測定結果を報告します

業係機能訓練室(中十条1-2-

問場先障害者福祉センター事

特別区民税・都民税の納税に関

窓口を開設します 夜間に納税相談・納付

時~7時30分

**2** (3908) 1129

厅舎2階7番)

問 場 収納推進課(区役所第

協定値を下回りました(左表のと

測定結果はすべて法規制値及び

掃工場にお問い合わせください。 おり)。詳しい測定結果は、北清

#### PM2.5の測定状況をお知らせしています

区では、大気環境調査の項目のひとつとして、微小粒子状 物質(PM2.5)の常時測定を行っています。

PM2.5の測定結果は、1時間ごとの数値(速報値)がホ ムページでご覧になれます。

図区内在住の40歳~64歳の方で

間環境課環境規制調査係 ☎(3908)8611

⊞http://www.ei-vision.jp/kita/day-k.php

も継続して訓練することが望まし どを発症し、病院での訓練終了後 脳出血や脳梗塞、クモ膜下出血な

い方 ※介護保険サービスの通所

庁舎2階16番 覧ください。 ※詳しくは北区ホームページをご 問先危機管理課(区役所第 (3 9 0 8)

キシン類は平成24年12月25日、そのほかの項目は 平成25年3月12日測定の値です。

北とぴあ

8月11日(1)

館内には入れ

ません。 し 北とぴあ1階フロント 全館消毒のため、

西エコー広場館・赤羽エコー広場 (5390) 1100 ●富士見橋エコー広場館・滝野川

|| 富士見橋エコー広場館 18月13日火

(3824) 3196

障害者福祉センタ

第16期機能訓練生 (10月生) 募集

①8月11日(日) (3908) 3196 赤羽エコー広場館 ●赤羽文化センター ② 20 日火

(5567) 3196 滝野川西エコー広場館

できません。 施設の利用及び利用申込の受付は 設保守点検・定期清掃日のため、 ①システム停止日のため、②施

(3906) 3911 **尚** 赤羽文化センター

#### 障害者福祉のしおり(平成25年度版)を 配布しています 障害のある方向け福祉サービスの内容と利用

方法などをまとめたしおりを無料配布していま す。なお、音訳版を希望する方は、事前にご ください。

[配布場所]障害福祉課王子障害相談係(区役所 第一庁舎1階1番)

赤羽障害相談係(赤羽会館6階)

滝野川障害相談係(西ケ原1-19-12滝野川福 祉保健センター1階)

障害福祉係(区役所第一庁舎1階5番)

**間障害福祉課** 

FAX (3908) 3905) 3410

 $\bar{2}$ 

王子障害相談係 **5** (3908)9081

**2** (3903)4161

滝野川障害相談係 ☎(3915)0134

**23** (3908) 9085

所刀人(准大かりの折刀人) 側に和未						
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/mN	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	38	
塩化水素 ppm		430	-	15	不検出	
ダイオキシン類	ng-TEQ/mlN	1	-	-	0.000016	
<u>×ダイオナミご</u>	※ダイオナミン・猫け平成24年12日25日 そのほかの頂日け					

休

**5** (5963) 7437

経費」防犯カメラなどの新設また

貸共同住宅の所有者

[補助対象

対分譲マンション管理組合、

賃

の会場受付も可)

申 原則、電話申込(当日 場区役所第一庁舎1階ロ

持ち運び可能なもの(衣類は不可)

[提供品] 未使用の家庭用品で、

問 先 東京都行政書士会北支部

経費を一部補助します

共同住宅に防犯カメラ

**3** (3598) 5341

リサイクル清掃課計画事業係

18月6日火 午後1時30分

な法務相談に応じます。

許認可、外国人在留許可など身近 不動産·近隣問題、内容証明、事業·

▼東南アジア保育支援事業

あおぞらバザーにご協力

ください

言・相続・遺産分割協議書、

後援 北区

催

(3908) 8539

などを設置する場合の

費の2分の1の額(上限5万円) は増設に係る経費 [補助額] 経

.申請期間] 8月1日休~3日金

後4時 赤羽会館4階第7集会室 6日火・7日水 午前10時~午 物を直接お持ちください。 出 ~ 5日月 午前10時~午後4 保育支援の会事務局) ₿ 総務課国際担当(東南アジア [バザー開催日程及び場所] 「搬入の日時及び場所」8月3日 赤羽会館4階第7集会室に品 8月

**2** (3908) 9308



着順。3歳以下入場不可) ①午後1時30分 ら入場券を販売 申当日、会場で各開演30分前か人50円、子ども(15歳以下)20円看順。3歳以下入場不可)費大 ウムホール (各15分前開場) 8月4日(1)・ ②午後3時30分 30分 定各140名(先

(5390) 1224 問場北とぴあ6階プラネタリ

# ◆北清掃工場の個人見学会

北区ニュースの

公告

お問い合わせは各企業・団:この欄は北区の事業ではありま

体せ

へん

募集

問場 先北清掃工場 (志茂1-8月10日出 定 50 名 (申込順) 午後1時30分

更となる場合があります。

※天候などにより、工事期間が変

グランド改修整備工事のため休

**2** (3598) 5341

や会社のメッセージを に配布する広報紙です

区

民

北区ニュースは区式

全

9

お声帯

### プラネタリウム8月の で一番面白い星 番組「タイタン~太陽系

り上げます。 タイタンという不思議な天体を取 陸地には川が流れていたりするの 成の空気があり、海や陸地があり ました。「タイタン」。土星の衛星 系の姿が次第に明らかになってき ではないかという、不思議な天体 です。最新の観測情報をもとに、 であるこの天体は、地球に似た組 科学技術の進歩によって、

1号広告…3枠 2号広告 ドできます)に記入し、 報課窓口にあります。 クスまたは広報課(区役 の原稿案を添えて8月 1枠 用所定の申込 (必着) までに、郵送、フ 掲載できないもの 庁舎3階1番)へ直 ムページからもダウ っ、 フロン フロム フロー ファ(用)告 用 接 ルロー 北区ホ (広 所

そのほか、 告、個人的宣伝にかか 活動にかかわるもの<sup>°</sup> それのあるもの。政 公共性及び品位を 掲載が妥当 治・宗教 るもの。 意見広 るも 一でな

関載の決定

た場合は、申込者の負 を決定します。掲載 下データを作成して 数の場合は、抽選に ます(広報課ではデー 広報課広告担当 問 先 114 8508 成を行いません)。 否をお知らせします 内容審査のうえ、掲 住 不 要

#### 赤羽法律事務 **产** 赤羽駅 徒歩 1分

地域の方々のための法律事務所です 法律相談30分5250円(お困りの方は無料相談可)



弁護士 氏家義博 弁護士 金沢裕幸

いずれも経験年数12年以上の弁護士が、2名で対応します。離婚、相続、交通事故、労働問題、借金問題、その 他、まずは気軽にご相談下さい。

相談予約 03(5939)71 http://www.akabane-law.com

あなたのテレビを 新登場! 未来のテレビに。 **JC小**スマートテレビ

皆さんに発信しませんか。 「広告掲載号」第2期として 月20日号、平成26年1月20日号、11月20日号、平成26年1月20日号、20日号、11月20日号、248m×8 cm 3万5千円 では、8 cm 3万5円 では、8 cm 375円 では、8

株式会社 J C N 北ケーブル (旧:北ケーブルネットワーク株式会社) 株式会社 J C N 北ケーブル (細:北ケーブルネットワーク株式会社) 〒114-0002 東京都北区王子 1-13-14 朝日生命王子ピル5 F

らは

生徒募集 ウクレレ教室:日曜午前 2013 秋新規開校 初心者王子駅前クラス:木曜夜 フラスタジオ ナネアイコウナ

JR 板橋駅すぐ 詳細は HP または下記まで 090-7251-9678 カワノ 所在地:北区滝野川 7-11-8 各種クラス 一般、子供、学生、 ママ、親子、初心限定、ウクレレ

王子駅前**サンスクエア ボウル 合** 0120-300-863 夏林み子供 スピードくじ実施中! ☆夏休み!親子パック☆ ☆ **25 年 8 月末まで実施中!**☆ **( し**しよう Ī 検索 サンスクエア

北区が

番

長生

冟

す

るな

ま 月

北区ホーム

22 日 (月)



祉課王子高齢相談係 (区役所第一

各高齢者あんしんセンター

69 03

申請書配布窓口及び

高

発豊島高齢者でに電話申る

6-2-33-10)

んセン

長生きするなら北区が一番

方を除く)

認定されている方(入院治療が必要な

困難 常時

で、

申請時点で要介護1以上と

介護を必要とし、

[受付期間] (必着)

自

(木)

月30日(月)

#### 赤羽文化センター特別講座

親子料理教室~手作りめんつゆでトッピン グそうめんをつるつるっ!~

対3歳~小学6年生と保護者 18月18日 (日) 午前10時30分~午後1時30分 内本 格的な「だし」を取り、いろいろな具のトッピン グでそうめんを味わいます。 面食育指導士 伊藤由紀子氏 定16組(抽選) 費1組 2,400円(材料費含む) 申はがき、ファクス (記入例参照。保護者の氏名・年齢も記入)ま たは直接窓口で、8月9日(金)(必着)まで

間場先〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター

**2** (3906)3911 FAX (3906)3915

#### 北区明るい選挙啓発ポスター

コンクール作品募集

対区内在住、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6日(金)(必着) [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。

**問先**〒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)

**2** (3908)9054

#### 産業技術高専オープンカレッジ

後援 北区教育委員会

①空気の流れをみてみよう

対小・中学生 ■8月31日(土) 午後1時 ~3時 内実験装置を使って飛行機が浮く 原理や身近な現象を解説します。

費1,900円(材料費含む)

②自走ロボットの製作

**对**中学2·3年生 **1**9月7日(土) 午後1 時~5時 費1,500円(材料費含む)

=以下、①②共通=

**定**各20名(抽選) **師**都立産業技術高専教 申はがき、ファクス(記入例参照。①② の別も記入)またはホームページ(申込 フォーム)で、①8月15日(木)、②8月22日 (木)(いずれも必着)まで

間場先〒116-8523 (住所不要)都立産 業技術高等専門学校荒川キャンパス

**2** (3801)0145

FAX (3801)9898

**I**Phttp://www.metro-cit.ac.jp

#### 第10回北区家族ハゼ等釣大会

共催 北区教育委員会

対区内在住、在学の子どもと保護者 ■8月4日(日)(小雨決行) 場荒川(岩淵水 門周辺)※午前8時30分に荒川知水資料館 (志茂5-41-1)前集合 定100名(先着 順) **申**電話またはEメール(記入例参照。参 加人数も記入)で、7月26日(金)まで ※竿は1人2本まで、1本につき針2本まで

※暑さ対策のため、帽子は必ず着用 間先 北区釣魚連合会理事長 山田

2090(4122)4466

会長 生田目

**☎**090(4701)3108

Mabc-wada@s2.dion.ne.jp

#### 離乳食講習会 ~みんなで食育・楽しく食育~

対区内在住で乳児(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(お話と

#### ●王子健康相談係

■8月7日(水) 午後1時30分~3時

場北区保健所栄養室(東十条2-7-3)

定24名(申込順) 申7月25日(木)から電 話申込

問先健康いきがい課王子健康相談係

**2** (3908)9087

#### ●赤羽健康相談係

■8月9日(金) 午後1時30分~3時 定32名(申込順) 申7月25日(木)から電

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

#### 講座·講演会

#### ◆実践!起業アイデア発想法セミナー &起業セミナー(入門編)

#### ①実践!起業アイデア発想法セミナー

対区内在住、在勤で起業に関心がある方 ■8月24日(土) 午後1時30分~4時30 内起業すべき最適なビジネスモデル・ タイプを見極める 師一社シェア・ブレイン・ ビジネス・スクール代表理事 中山 匡氏

#### ②起業セミナー(入門編)

対区内在住、在勤で起業に関心があり、原則 全回参加できる方 ■9月7日~10月5日 毎週土曜 計5回 午後1時30分~4時30 内9月7日…先輩起業家体験談から起 業に向けて心構えを知ろう **14日**…起業に 必要な知識を学び、ビジネスビジョンを作成 しよう 21日…ビジネスビジョン発表会! マーケティングを理解しよう 28日…資金 計画や労務手続きについて知ろう 10月5 日…税金・経費、開業届・法人設立について 知ろう 師エキスパート・リンク(株) コン サルタント 大原律子氏ほか

=以下、①②共通=

場北とぴあ9階901会議室 定各20名(先 着順) 申電話、ファクスまたはEメール(記 入例参照)で、7月22日(月)から①8月16日 (金)、②8月30日(金)まで

問先產業振興課経営支援係

**☎** (5390)1237

FAX (5390)1141

■shien@city.kita.lg.jp

#### ◆就職に役立つ資格取得支援講座

対区内在住の求職中の方 目右表のとお 定各20名(抽 場北とぴあ内会議室 費5,000円程度(テキスト代) 申持

#### ◆滝野川会館プチコンサート

📘 7月22日(月) 正午~午後1時 内ヴァイオリンコンサート ヴァイオリン… 宮本 恵 ピアノ…新垣 隆 1月当日、直接会場へ

間場滝野川会館1階ホワイエ(西ケ原1-23-3) **5** (3910)1651

開始します 区外8施設)の ホーム (区内 内 10 特別 の 後期受付を 施 養護老人

**7** 

## もの忘れ相談

対身体、

著し

居宅での介護

祉課王子高齢相談係特養担当 (処方箋、お薬手帳のコピーなど) ンロ (3 9 0 8) ードできます なもの] 服薬の詳細がわかる書類 9 0 8 3 介護! 保険被保険

から各窓口で ムページからもダー窓口で配布しま ◆不登校・フリースクール生の自主 制作映画『不登校なう~居場所を

求める私たち~』連続上映会 in 北

■ ①8月7日(水) 午後7時~8時30分(6

時40分開場) ②8月22日(木) 午後2時

~3時30分(1時40分開場) 場①東京

シューレ(岸町1-9-19) ②滝野川会館3

内シューレの子ども・若者たちが、自らの不

登校・いじめ体験をもとに、「学校のあり方」

「いじめ」「理由がわからない」「居場所との出

会い」をテーマに子どもの気持ちがリアルに

伝わる4本のオムニバス劇画(30分)を制

作。保護者、教員、相談員、地域の皆さんにぜ ひご覧いただきたい作品です。上映後、不登

定各40名(先着順) 申7月20日(土)から

電話またはEメール(記入例参照。①②の別

校体験シンポジウムも同時開催します。

階301・302集会室(西ケ原1-23-3)

北区地域づくり応援団事業

区 第1弾、第2弾

参、郵送またはファクス(記入例参照。希望 コースも記入)で、8月15日(木)(必着)まで ※証明書類(ハローワークカード・雇用保険受 給資格者証のコピー)を添付してください。

間 <del>第</del> 〒114-8503 (住所不要) 産業振興課 就労支援担当(北とぴあ11階)

**2** (5390)1234 FAX (5390)1141

コース	日 程
秘書検定2級	9月2日(月)・11日(水)・25日(水)・30日(月)、 10月7日(月)・21日(月)・28日(月) 計7回 午後2時~4時30分
簿記検定3級 (午前コース)	9月3日(火)・6日(金)・13日(金)・ 20日(金)・27日(金)、 10月1日(火)・4日(金)・11日(金)・ 18日(金)・22日(火)・29日(火) 計11回 午前9時30分~正午
簿記検定3級 (午後コース)	9月2日(月)・12日(木)・23日(祝)・26日(木)・30日(月)、 10月3日(木)・7日(月)・10日(木)・21日(月)・24日(木)・28日(月) 計11回 午後2時~4時30分

◆赤羽文化ひろば8月のプログラム

#### 主催 北区教育委員会・

**2** (5993)3135

Minfo@shure.or.jp

も記入)で申込

赤羽文化センター利用団体連絡協議会

#### 夏休み子ども絵画教室作品展

問先NPO法人東京シューレ

■8月24日(土)~28日(水) 午前9時~ 午後9時 内夏休み子ども絵画教室に参加 した子どもたちの作品を展示します。

問場赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) 🕿 (3906)3911

#### 滝野川会館講座

対日内定費下表のとおり

問場架〒114-8534(住所不要) 滝野川会館 ☎ (3910) 1651

□ 20034(庄州小安/冲封川云皓 A (3910)1031					
講座名	対 象	日 程	内 容	定員 (抽選)	費用
パワーヨガ 〜基礎代謝を上げて スタイルアップ〜	18歳以上の女性	8月22日~10月10日 毎週木曜 計8回 午後8時~9時	からだのラインや脂肪が気になる方におすすめです。呼吸をしっかりと使った流れる動きで基礎代謝を 上げ、脂肪燃焼をしていきます。きちんとポーズをと ることでスタイルアップも期待できます。	24名	8,000円
美顔率「マッサージ &トレーニング」	20歳以上の方	9月7日~21日 毎週土曜 計3回 午後7時~9時	マスコミで話題の美顔率。マッサージとトレーニン グでたるみをひきしめ、10歳若返りを目指します。	20名	4,200円
シャンソンを歌おう♪	40歳以上の方	9月12日~11月28日 毎月第2·4木曜 計6回 午後2時30分~4時	フランスのエスプリを感じながら歌うことを楽しみ、 声をだすことによってからだの凝りをほぐします。	14名	9,000円





#### 自分でつくる朝ごはんレシピ コンテスト

対区内在住、在学の小学3年生~6年生 [応募用紙配布場所]生涯学習・スポーツ振 興課(区役所第二庁舎3階) ※北区ホーム ページからもダウンロードできます。

申応募用紙に必要事項を記入し、料理の完 成写真を貼り付けて郵送または持参で、9月 13日(金)(必着)まで

※応募作品は返却しません。

※詳しくは北区ホームページをご覧くださ

間 先 〒114-8508 (住所不要) 生涯学習・ スポーツ振興課生涯学習係

**2** (3908)9323

#### 早寝早起き朝ごはんプロジェクト 「自分でつくろう!!あさごはん」

対 小学3年生~6年生までの親子(きょうだ いでの参加は該当年齢の子に限り可)

■8月27日(火) 午前11時~午後2時30 分 場赤羽文化センター料理室(赤羽西1 -6-1-301) 内ふわふわパンケーキ、サ ラダ、スープ、デザートなど面フードアナ リスト 梅津由美子氏 〒16組(抽選)

費1組1,300円程度(材料費·保険料)

11往復はがき(記入例参照。参加者全員の 氏名・学校名・学年も記入)で、8月9日(金) (必着)まで

間 先 〒114-8508 (住所不要) 生涯学習・ スポーツ振興課生涯学習係

**5** (3908)9323

#### 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 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。

#### 平成25年度児童扶養手当所得限度額表

扶養	本 人		孤児等の養		
親族数	全部 支給	一部 支給	育者·配偶者· 扶養義務者		
0人	27万円	200万円	244万円		
1人	65万円	238万円	282万円		
2人	103万円	276万円	320万円		
3人	141万円	314万円	358万円		
4人	179万円	352万円	396万円		
(注)所得類は平成25年度(平成24年1年間分					

#### ●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30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12日(月)~9月10日(火)

※平成25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

間先子育て支援課子育て給付係 (区役所第一庁舎2階17番)

**2** (3908)9096

平成25年度特別児童扶養手当所得限度額表

扶 養 親族数	本 人	配偶者• 扶養義務者
0人	467万6千円	636万7千円
1人	505万6千円	661万6千円
2人	543万6千円	682万9千円
3人	581万6千円	704万2千円
4人	619万6千円	725万5千円

(注)所得額は平成25年度(平成24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25年8月分から26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80,000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。

#### 野菜をおいしく食べようよ! 幼児親子クッキング教室

対区内在住の4歳~6歳の幼児と保護者(2) 名1組) 18月23日(金) 午後1時30分~ 3時30分 場健康増進センター(王子5-2 −5−101) **内調理**…トマトDEゼリー& シャーベット、じゃがいものガレット(材料に乳 を使用します) 食育講座…やさい だいい す・き~野菜の大切さ~ 師北区楽しい食 の推進員 定12組(抽選。初めての方優 先) 費 1組500円 申往復はがき〔記入例 参照。親子の氏名(ふりがな)・年齢も記入] で、8月5日(月)(必着)まで

間 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」担当

**2** (3908)9068

#### 食育体験教室 理科で食育 withお茶の水女子大学

和食の力第2弾 かまぼこに迫る~ぷりぷり 感の決め手はコレ!〜

対 ①区内在住の小学5年生~中学生と保護 者(子どものみの参加可) ②区内在住の小 学1年生~4年生と保護者 ※①②とも未就 学児は参加不可 108月24日(土) 28 月25日(日) いずれも午後1時~3時 場赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-

301) 内かまぼこはどうやって作るの。かま ぼこ作りを通して、変身する様子やコツに迫 ります。師お茶の水女子大学講師

**定**各24名(抽選) **申**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13日(火)(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 理科で食育担当

**2** (3908)8548

#### 古民家工作教室 「オリジナルの万華鏡を作ろう」

対区内在住、在学の小学生

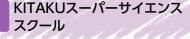
■8月23日(金) 午前10時~正午

内ミラーペーパーを使ってオリジナルのき れいな万華鏡を作ります。 定 20名(抽選) 申往復はがき(記入例参照。希望人数も記 入)で、8月2日(金)(必着)まで ※1通で2 名まで

**間場先**〒115-0055 赤羽西5-2-34 赤羽自然観察公園内 北区ふるさと農家体 験館

雷託番品

**☎** (5993)8361



#### ●ホバークラフトを作ろう!

~摩擦のしくみを学ぶ~

対区内在住、在学の小学生 18月20日 (火) ①午前10時~正午 ②午後2時~4 時 場北とぴあ15階ペガサスホール

内浮いてスイスイ走れるホバークラフトを 作り、空気の力について学びます。間東京 工業大学サイエンステクノ スタッフ

定各30名(抽選) 費350円程度(材料費· 保険料) 申往復はがき〔記入例参照。①② の別(どちらでもよい場合はその旨を記入)、 学校名・学年も記入〕で、8月6日(火)(必着)

#### ●体験!化学実験

~はずむスライム、シュワシュワ入浴剤、チタン 板アクセサリーを作ろう~

対区内在住、在学の小学3年生~6年生 ※昨年度の同名講座への参加者を除く ■8月30日(金) ①午前10時~11時30 分 ②午後1時~2時30分 ③午後3時~4 時30分 場北とぴあ13階飛鳥ホール 内化学の不思議を体験します。 師首都大 学東京 化学実験ボランティア部 (TMU-SFC) **定**各60名(抽選) **費**500円程度 (材料費・保険料) 申往復はがき〔記入例参 照。①~③の別(どの回でもよい場合はその 旨を記入)、学校名・学年も記入]で、8月12 日(月)(必着)まで

#### =以下、共通=

間先〒114-8508 (住所不要) 生涯学習・ スポーツ振興課生涯学習係

**2** (3908)9323

#### 知的書評合戦ビブリオバトル in 赤レンガ図書館

「10代、読むなら今でしょ!」(ヤングアダ ルトおすすめ本)をテーマに「ビブリオバト ル」を開催します。本好きな人も、読書感想 文の宿題に悩んでいる人もぜひどうぞ。 ※ビブリオバトルとは発表者がおすすめ本

を5分の持ち時間で書評した後、発表者と観 客が一番読みたくなった本 「チャンプ本」を 決定する、ゲーム感覚を取り入れた新しいス タイルの書評合戦です。詳しくは、お問い合 わせいただくかホームページをご覧くださ い。

■8月3日(土) 午後1時30分から(1時開 場) 宛発表者…10名(抽選。区内在住、在 学の10代の学生優先) 観戦者…50名(先 着順) 目発表者…電話または直接窓口で、 7月26日(金)までに申込 観戦者…当日、 直接会場へ

間場先中央図書館事業係(十条台1-2-

**☎**(5993)1125

**Ⅲ**http://www.bibliobattle.jp/

#### 子育てガーデン 「癒されます♪オカリナ演奏」

対の歳児と保護者 ■9月8日(日) 午前 10時50分~11時40分 内赤ちゃんのい る家庭をおはなしと音楽の世界へご招待

[企画・運営]北区図書館活動区民の会

定40組(抽選。区内在住、初めての方優先) **用**往復はがき(記入例参照。お子さんの氏 名・月齢も記入)で、8月20日(火)(必着)ま

間場先〒114-0033 十条台1-2-5 中央図書館事業係

**☎** (5993)1125

* 5/25	<b>PERON</b>		
図書館		<del>!</del>	<b>電託来</b> 旦

図書館	日程		電話番号
中央	8月の毎週土曜	午前11時	(5993) 1125
	8月3日(土)・17日(土)・31日(土)	午後2時30分	(3993) 1123
分室	8月11日(日)	午前11時15分	(3912)8566
   滝野川	8月2日(金)	午前11時	(3910)9092
/电封/川	8月16日(金)	午後3時30分	(3910) 9092
	8月10日(土)	午前11時	
浮間	8月の毎週火曜(13日を除く)	午前11時	(3965)6531
	8月の毎週金曜	午後3時30分	
昭和町	8月21日(水)	午後3時30分	(3893) 5418
上十条	8月7日(水)	午後3時50分	(3905) 3533
赤羽北	8月8日(木)	午後3時30分	(3907)6412
W4411	8月23日(金)	午前11時	(3907)0412
東十条	8月2日(金)・9日(金)・16日(金)	午前10時30分	(5390)6680
X   X	8月23日(金)	午後3時30分	(3390)0000

	U 1±		电四田勺
中央	8月12日(月)·26日(月) 8月24日(土)	午前11時 午前10時	(5993)1125
分室	8月11日(日)	午前10時50分	(3912)8566
滝野川	8月16日(金)	午前11時	(3910)9092
赤羽	8月20日(火)	午前11時	(3901) 1992
昭和町	8月6日(火)	午前11時	(3893)5418
田端	8月9日(金)・23日(金)	午前11時	(3828) 5569
上十条	8月7日(水)	午前11時	(3905) 3533
神谷	8月6日(火)	午前11時	(5249) 1200
滝野川西	8月20日(火)	午前11時	(3576)8800
東十条	8月の毎週水曜	午前11時	(5390)6680
●小学生(	のためのおはなし会		
中央	8月3日(土)·17日(土)·31日(土)	午後3時	(5993)1125
●紙芝居			
中央	8月10日(土)	午後2時30分	(5993)1125
●夏のこと	<u> </u>		
赤羽	8月23日(金)	午前10時30分	(3901) 1992
浮間	8月28日(水)	午後3時	(3965)6531
上十条	8月21日(水)	午後3時15分	(3905) 3533
東田端	8月2日(金)	午後3時	(3810)4341
豊島	8月21日(水)	午後3時30分	(3927)3421

●赤ちゃんのためのおはなし会



#### 第51回

## スポーツ祭典

後援 北区教育委員会

対区内在住、在勤の方 日場内定費右表のとおり

申 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。テニスの各大会のドローは大 会の1週間前に発表

※開催時間など、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

**5** (3914)9536 (平日午後7時~9時)

FAX (3914)9530

	種		日 程	会 場	競技方法	費		定員(申込順)
	水泳初心都	<b>当教室</b>	7月25日~8月22日 毎週木曜 午後6時30分~8時15分	王子プール(王子3-24-1 王子3丁目児童遊園内)	初心者・自由遊泳・ドル平泳法	中学生以上 小学生以下		各日50名
	バレーボー	<b>-</b> /// L	8月24日(土) 9月14日(土)	滝野川体育館(西ケ原2-1-6)   桐ケ丘体育館(赤羽台3-17-57)	男子・女子リーグトーナメント	1チーム	7,000円	男女 各20チーム
	太極拳初心	心者教室	9月2日~11月25日 毎週月曜 計13回 午後6時30分~8時	王子小体育館	超入門武術太極拳「陳式老架」講習会	1名	6,000円	10名
	硬式テニス	ス(ダブルス)	9月8日(日) 9月22日(日)	新河岸川庭球場(岩淵町41)	女子ダブルストーナメント(一般・50歳以上) 男子ダブルストーナメント(一般・50歳以上)	1ペア	2,600円	男女 各40ペア
	ソフトボ-	ール大会	9月22日(日)	中央公園野球場(十条台1-2-1)	男子・混合トーナメント	1チーム	4,000円	10チーム
	硬式テニス	ス(団体戦)	10月6日(日)	新河岸川庭球場	女子団体戦(3ダブルス)	1チーム	6,000円	20チーム
	卓 球(3:	ダブルス大会)	10月6日(日)	十条台小体育館	一般男子·女子	1チーム	3,600円	50チーム
	=	予選1部	10月6日(日)	西浮間小体育館·堀船小体育館				
	ック	予選2部	10月20日(日)	西浮間小体育館・十条台小体育館(予定)				
	ミックスバ	1部・2部決勝	12月7日(土)			1- 1		·
	Ÿ	予選3部	11月3日(祝)	西浮間小体育館・堀船小体育館(予定)	<sup>-</sup> 男女ミックスリーグトーナメント	1チーム	7,000円	各24チーム
_	#	予選4部	11月17日(日)	西浮間小体育館・堀船小体育館(予定)				
_	ル 3部・4部決勝		12月21日(土)	 - 桐ケ丘体育館(3部・4部決勝)		1		
	マラソン	大会	10月27日(日)	荒川土手コース	小·中·一般·40代·壮年·女子2·5·10km	1名	1,000円	300名
	<i>\mathcal{m}</i> <b>7</b> <i>\mathcal{m}</i> 1		11月16日(土)		田フ ナフレ エンハ	1チーム 7,000円		男女
	バスケット	トルール	12月1日(日)	十条台小体育館(予定)	男子・女子トーナメント		各10チーム	
	ハイキング	ブ	11月3日(祝)	場所未定	初心者向きコース(歩行時間4時間程度)	1人	500円	30名
=	硬式テニス	ス(団体戦)	11月4日(休)	桐ケ丘体育館庭球場	男子団体戦(3ダブルス)	1チーム	6,000円	20チーム
)	小学生バレ	ノーボール大会	11月3日(祝)	十条台小体育館(予定)	男子・女子リーグトーナメント	1チーム	2,000円	男女各6チーム
)ľ	硬式テニス	ス (混合ダブルス)	11月10日(日)	桐ケ丘体育館庭球場	一般・シニア(合計100歳以上)混合ダブルストーナメント	1ペア	2,600円	60ペア
$\overline{}$	ボウリング	ブ	11月24日(日)	三恵ボウル(赤羽南2-4-15)	団体戦(2名1組、2組4名で1チーム、3ゲーム)	1ペア	4,000円	10チーム
	卓 球(ペ	(アマッチ)	11月25日(月)	<b>滝野川体育館</b>	一般女子ペアマッチ	1ペア	2,000円	120ペア
ב כ	硬式テニス	ス初心者大会	12月7日(土)	桐ケ丘体育館庭球場(A・B面)	男子・女子ダブルストーナメント	1ペア	2,000円	男女各15ペア
	硬式テニス	ス(シングルス)	12月8日(日)	桐ケ丘体育館庭球場	男子・女子シングルストーナメント	1人	2,600円	40名
			12月22日(日)	桐ケ丘体育館	男子・女子リーグトーナメント	1チーム	7,000円	男女各10チーム
	バドミン		12月23日(祝)	桐ケ丘体育館	男子・女子ダブルストーナメント	1ペア	2,600円	男女各50ペア
		ノーボール	平成26年1月25日(土)	桐ケ丘体育館	シニアリーグトーナメント	1チーム	7,000円	20チーム
		グルス団体戦)		桐ケ丘体育館	一般男子・女子、ジュニア男子・女子(3名・シングルの団体戦)	1チーム	4,500円	未定
					男子・女子シングルス	1名	1,700円	
	ハトミント	トノ局仪生人会	3月27日(木)・28日(金)	滝野川体育館	男子・女子ダブルストーナメント	1ペア	2,600円	未定

別も記入)で、8月13日火(必着)加者全員の住所・氏名・年齢・性 回名(抽選) 置 80円(飲み物)山本祥二氏、峰崎松根氏 往復はがき(記入例参照。

もいない海」や世界各地を巡るご

むの木の子守歌」「赤とんぼ」「誰

当地ソングなど約30曲をピアノ伴

奏に合わせて合唱します。

です。「われは海の子」「山の歌」「ね

内テーマは「晩夏から初秋」

8月30日金

午後2時~4時

3 9 0

6) 3915

(3906) 3911

赤羽文化センター

場 先 7 115 0055

赤羽西

以下、①~⑤共通

歌を歌おう 対区内在住、 (第17回) 〜晩夏から 在学の方

で、7月29日別(必着)まで ン初級者でマウス操作ができる方 -ツイッターで情報発信と情報収 ■ 8月7日/m 午後6時~8時30 内パソコン相談、ミニセミナー 師パソコン講師 往復はがき(記入例参照) 「歌声喫茶~懐かしの 

対区内在住、在勤、在学のパソコ 「みんなのパソコンひろば

または直接窓口で、8月28日水 申はがき、ファクス(記入例参照) 費 2千400円 生活協同組合王子生協病院内科医 ・変わっていくお葬式とお墓 第1·2·4回…NPO法 第3回…東京ほくと医 (資料代を含む) 定 30名 (抽選)

返り (大切なものを残し伝える) 22日 各火曜 第2回…もしものときに備える (緊 9月10日・ |医を持つ(終末期医療)第4 内第1回…人生の振り 在勤、在学の方 計 4 回 24日、10月8日 午前10

例参照)または直接窓口で、7月

めくくり方(終活)講座」 対区内在住、

の淹れ方を学び、お茶とお菓子を

10時~午後0時30分

内冷茶

18月7日(水

囲んで各国の留学生と日本語で交

ハンドタオル 師日本茶インスト

[持ち物] ふきん2枚、

東京外語学園日本語学校学生

竹内ひさ代氏ほか「協

とぴあ国際音楽祭2013」の 照)で、8月23日凎(必着)まで 演に先駆けて、 作曲家モーツァル (抽選) 申 往復はがき(記入例 じ、見どころを学びます。

もう!~モーツァルト 名

①区民講座「私のまちで国際交流

◆赤羽文化センター講座

~真夏の日本茶カフェ&トーク

**●もえぎの会 王子教室 日講習会 ■**7月25日(木) ~3時場北とぴあ置500円 [PR] 絵手紙 で暑中見舞いを描いてみませんか

区民の伝言

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 にご留意ください。区は関知しません。

※費用の記載がない場合は無料です。

問広報課(区役所第一庁舎3階1番) 🗸 🎜

#### 問字佐見☎(3909)0890

[略号](入)…入会金

**525** (3908) 1102

[PR]…各サークルのPR文

**●カラオケ・北斗 ■**毎月第1・3火曜 午前9時30分~11時30分場北とぴあ 置1カ月5,000円 [PR] プロの作曲家が 歌の指導をします。初心者歓迎

#### 問髙山☎(3915)5698

●話し方さくらの会 図大学生、社会 人■毎月第2・4土曜 午後1時30分~3 時50分場赤羽文化センター費テキスト 代1,000円、1カ月2,000円 [PR] 話し方 を通してよい対人関係をつくる実習です

#### 問鈴木☎090(4063)7594

**●伝統文化いけばな さくら会 図** 幼稚園以上圓毎月1回土曜 午前9時 30分~11時場北とぴあ費(入)1,000 円、1カ月1,5000円(中学生以下750 円)、花代1,000円[PR] 年代を問わず 楽しめる「いけばな」基本から学びましょ う 間萩原☎(3940)5709

●赤羽てんこく(篆刻)会 午前9時~正午場赤羽文化 センター置(入)1,000円、1カ月3,000 円[PR]文字を学び、篆刻し、赤羽セン ター祭に出品します

まで

#### 問鈴木☎(3912)8717

●楽々・暮らしの小筆と書道教室 毎月2回水曜 午後1時30分 分場北とぴあ置(入)1,000円、1カ月 4,000円 [PR] 気軽に楽しく、身近な祝儀 袋から本格書道まで学べます

#### 問青木☎(3910)3040

●吟詠愛好会 🗉毎月第2・3火曜ほか 午前9時45分~11時45分陽志茂東ふ れあい館置(入)1,000円、1カ月3,100 円[PR]健康に良い腹式呼吸。大きな声 で詩を口ずさみませんか

#### 過小林☎(3902)8247

●和光会 書道 ■毎月3回木曜 午前 10時~正午場神谷区民センター置(入) 1,000円、1カ月4,000円 [PR] 基礎から やさしく指導が受けられます。初心者大 歓迎 問岩渕☎(3912)1489

●ファイティング キックボクシングエ クササイズ対女性国毎週火曜 10時30分~11時30分場十条台ふれあ い館ほか置1カ月3,500円[PR]ストレス 解消!脂肪ノックダウン!美の体を作りま 過椎橋☎090(4388)7365

都内・近郊散策と親睦 ●飛鳥友の会 対中高年目奇数月第2土曜 ~8時ほか場北とぴあ費(入)1.000円、 1カ月500円 [PR] ハガキで入会申込。要 電話記入。北区豊島5-6-10-522

#### 過渡辺☎090(8344)9142

●カラオケサークル歌優会 図60歳 以上■毎月第2・4月曜 午前9時30分 ~正午場赤羽文化センター費(入) 1,000円、1カ月3,000円[PR]大声は心 の良薬!ストレス発散!健康を手に入れま しょう 間横山☎(3908)5903

●あこや会合唱団 1 毎月3回土曜 午後6時~9時陽赤羽文化センター費1 カ月2.000円 [PR] 年に1回演奏会を開 催しています

週門倉☎(3901)8485

●カラオケ同好会「あざみ」 午後1時30分~5時場赤羽文化 センター置(入)1,000円、1カ月3,500 円[PR]講師の指導有。歌えない方健康 の為楽しく練習しましょう

#### 闘鈴木☎090(8774)6228

●田端カラオケサークル ■毎月第 午後1時30分~ 1・3水曜 東田端ふれあい館置(入)1,000円、1回 1,000円 [PR] プロのボイストレーニング と個人指導のレッスンあり

#### **過伊藤☎090(2334)2438**

●琉球舞踊かりゆし会浜ゆう ■毎月 3回月曜 午後1時30分~3時30分場 赤羽文化センター置(入)2,000円、1カ 月3,000円[PR] 琉球舞踊に興味のある 方が集まって楽しく踊っています

**週春日☎(3902)2684**(午後8時~9時) ●レインボー レクダンス ■毎週火曜 午前9時30分~11時30分場堀船ふれ あい館費1カ月1,500円[PR] 若さと健 🔁 康のため、リズムに合わせて楽しく踊って います 問小嶋☎(3911)2704

分

区

対対象

日時

場会場

<mark>大</mark> 内容

師講師

定定員

申申込方法

問

問い合わせ

先申込先

||ホームページ

EN Eメール

エイズ抗体検査(即日検査)

エイズ抗体検査(通常検査)

性感染症検査(梅毒・クラミジア

ウイルス肝炎検査(予)

8月の健康に関する事業のお知らせ (予)とある事業は予約制です。

象

対

一般(個人)

一般(個人)

一般(個人)

一般(個人)

### 計6回 午前10時~正午 ❷ 初めての方でも描くことができ 滝野川文化センター区 民協働講座学びの広場

日(10月5日を除く)毎週土曜 以上の方 **国**8月31日~10月12 **対**区内在住、在勤、在学の20歳 彩・水彩まで 初心者のためのデッサンから淡

障害者福祉センター

¥ エコベルデ

~多肉植物で遊へルデ みどりの

院理学系研究科天文学専攻助教

目)、3千円 (2種目)

高校生以

午 前 10

時~正午

9日金 (必着) まで

問 先 114 8503

在学の

方

選)申往復はがき ケーション支援機構

受付は、毎週火曜、9:00~正午、13:00~15:00です。 細菌検査 ※エイズ抗体検査(即日検査)の受付は先着50名です。なお、判定保留の場合は、翌週の結果説明となることがあります。

12日(月)

19日(月)

**23** (3919) 3101

実 施 B FAX (3919) 5163

受付時間

13:00~13:45

13:00~13:45

結果説明日は 13:30~14:00

結果説明日

※12日(月)

26日(月)

		(				
王子健康相	談係 🏗	(3908)9087 FAX $(3$	908) 9086			
※事業実施場所は北区保健	《事業実施場所は北区保健所(東十条2-7-3)です。					
区分	対 象	実 施 日	時 間			
パンダのハート	心臓病をもつ乳 幼児と保護者	1日(木)	10:00~11:30			
育児相談・子育てトーク	乳児と保護者	29日(木)	10:00~11:30			
リフレッシュタイム ~子育て中のあなたへ~	子育て中の母親	20日(火)	13:30~15:00			
妊婦歯科健康診査(予)	妊 婦	21日(水) 電話予約	13:30~15:00			
歯科相談・検診(予)	4歳未満の乳幼児	9日(金) 電話予約	13:30~15:00			
個別栄養相談(予)	— 般	電話予約				

赤羽健康相	談係 🏗	<sup>-</sup> (3903)6481     FAX (3	903) 6486
区分	対 象	実 施 日	時 間
ママ・パパ学級	妊婦と配偶者	2日(金)・9日(金)・16日(金)	9:30~12:00
リフレッシュタイム ~子育て中のあなたへ~	6カ月までの子 どもと家族	29日(木)	10:00~12:00
妊婦歯科健康診査(予)	妊 婦	2日(金) 電話予約	13:30~15:00
歯科相談・検診(予)	4歳未満の乳幼児	7日(水) 電話予約	13:30~15:00
個別栄養相談(予)	一 般	電話予約	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		

<b>滝野川健康</b>	相談係 🛣	<u>(3915)0186                                    </u>	915) 4119
区分	対 象	実 施 日	時 間
ママ・パパ学級	妊婦と配偶者	5日(月)・12日(月)・19日(月)	13:30~15:30
育児相談・子育てトーク	7カ月までの乳 児と保護者	22日(木)	10:00~11:30
ツインズ・イン・滝野川	双子以上の子ど もと家族	20日(火)	10:00~11:30
リフレッシュタイム ~子育て中のあなたへ	子育て中の母親	27日(火)	10:00~11:30
妊婦歯科健康診査(予)	妊 婦	29日(木) 電話予約	13:30~15:00
歯科相談·検診(予)	4歳未満の乳幼児	30日(金) 電話予約	13:30~15:00
個別栄養相談(予)	— 般	電話予約	
	-		

	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	天 旭 口	n) lei	
	心の不調・うつ・不眠 などの相談をしたい方	王子 75	3(水)	
精神保健相談(予)		赤羽 16E	13:30~16:00	
	みとり作品をついてい	滝野川 2E	3(金)	
王子障害相談係のみ				
アルコール・薬物専門	アルコール・薬物依存などの相談をしたい方	個別相談 21日	(水) 13:30~16:00	
相談(予)		家族教室・ミーティング ※実施日はお問い合わせください。		
パーキンソン病患者会	パーキンソン病患者 及び家族	28日(水) 13:30~15		

王子高齢相	1談係	☎(3908)9083 FAX(	3908) 1229	
区分	対 象	実 施 日	時 間	
		北とぴあ8階 804会議室 13日(火)		
認知症介護者懇談会	家族及び関係者	豊島高齢者 あんしんセンター 21日(水)	13:30~15:30	
		みずべの苑高齢者 24日(土) あんしんセンター 24日(土)		

健康増進セ	ンター 🕿	(5390) 2220 FAX (5	390) 2233
区分	対 象	実 施 日	時 間
健康度測定(予) 有料	20歳以上の方	測定 24日(土) 結果説明 31日(土)	13:15~16:30 13:30~16:30
ゆったリズム (健康づくりの話と体操)	中高年	8月はお休みします	

※運動講座は、運動できる服装(更衣室あり)・室内用運動靴・水をお持ちください。

		8	月の電	<b>電話相談</b>			
						2⊟	眼科
	5日 婦人科		7日	内科		9⊟	耳鼻咽喉科
月	12日 休み	水	14⊟	休み	金	16⊟	休み
	19日 休み		21⊟	休み		23⊟	休み
	26日 整形外科		28⊟	皮膚科		30⊟	小児科

**7** .時間]午後1時20分~2時50分 (5390)313

医療電話相談

**2** (5394) 1230 滝野川文化センター 間場先〒11-853 (住所不要) 8月13日(火) (必着) まで (月曜、祝日

問 場 先 〒

中十条

申 往復はがき (記入例参照)

で、

で購入できます。

師北区美術会副会長

伊勢正史

[協力] 北彩クラブ

※お持ちでない方は一式5千円程度

るように、水彩の基礎から着色ま

でを楽しく学びます。

持ち物」水彩絵具セット

案内します。

師東京大学大学

除く) 毎週ヲ雇 十二十 日・3日、10月4日、11月4日を 9時30分~11時30分 手話通訳が付きます) の手帳 (3・4度対象) をお持ち 月9日金(必着) たはファクス(記入例参照) 初めての方優先)甲往復はがきま ネットの活用を目指します。 を習得し、電子メール及びインター ■ 9月2日~11月18日(9月16 い者同伴を希望の方は応相談 未経験者(聴覚障害のある方には の一人での受講が可能なパソコン 不自由・聴覚障害対象)または愛 師下澤恵子氏 | パソコンの基本操作と文字入力 対区内在住の15歳以上で、身体 趣味の講座 パソコン講座 (内部機能障害・肢体 まで 定8名(抽選。 ※付き添 で、 8 **日** 8月10日出 耐えられる植物です。暑い夏、多 館(エコベルデ)(月・火曜、祝日休館) 照)で、7月29日月(必着)まで 肉植物の寄せ植えを楽しみましょ 問 場 先 〒 教 室 ぼう!~ (3913) 8340 **車** 往復はがき(記入例参 定30名(抽選)<mark>費</mark>80円(材

みどりと環境の情報

-003 北区豊島

**2** (5390) 1222

講演会」係

### とその先の宇宙 プラネタリウム講演会 銀河鉄道の夜」の宇宙

ていなかった天の川の奥深くの世界 対小学4年生以上の方 宇宙と宮沢賢治の時代には知られ びあ6階プラネタリウムホール 24日出 午後2時開演 内「銀河鉄道の夜」に描かれた **場日** 北8 と月

録済の方 以上)は組手競技のみ 競技、組手競技 ケ原2― 9時から の今年度全日本空手道連盟会員登 **置幼児~中学生**…2千円 対区内在住、在勤で4歳~70 場滝野川体育館(西 6 19月16日 **※**団体 [競技種目] 形 (祝) (小学生 (1 種 午前

**5**(5948) 9281 競技場 (赤羽西5-2-27) (午 8日休までに電話申込 前9時~午後7時) 問場 先赤羽スポーツの森公園

区文化振興財団「プラネタリウム 年齢・電話番号も記入〕で、8月 全員(2名まで)の住所・氏名・ 松永典之氏 [協力] 学術コミュニ (住所不要) 北 [記入例参照。 定140名 (抽 **3**080 (3460) 4934 8月10日生 (必着) まで kobayashi.shin@mbj.nifty.com 照。性別、競技種目も記入)で、 申 電話またはEメール 問 先 北区空手道連盟大会委員 上…2千円 (1種目) シュサロン

## ◆リラックス&リフレッ 〜ピラティス教室〜

対区内在住、 ササイズで、ココロとカラダをリフ 得られる効果があるピラティスエク レッシュします。 なやかな筋肉と美しい姿勢を 在勤、在学の方

線市ケ谷駅下車2分)

空手道競技会

主催 北区・北区教育委員会

北区体育協会

東京都予防医学協会か ※当選した方には、8 8月5日/月午後5時 生年月日・電話番号を記入して、 ファクスに「子宮がん検 初めての方優先)申は 内問診・視診・細胞な 健康いきがい課からは、 希望日、住所・氏名・ 関)申込」、第3希望 定各日8 (必着) まで れた方には、 までの検診 診・コルポス 診(検診機 ら封書で発 名 (抽) きで通知し 月20日頃、 ふりがな・ がきまたは 選

**費** 500 円 飲み物

**定**30名 (申込順)

**[持ち物]動きやすい服装、タオル、** 

■ 8月9日金 午後7時~8時

#### 申込 住所・氏名を記入表面には申し込む方の往復はがきの返信用の 希望講座名 (希望日・コース) 記 ●郵便番号·住所※ ●氏名(ふりがな) ●年齢 ●電話番号(ファクス番号) 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は目的以外には使用しません

(記入例参

## 子宮がん検診

ゲ谷駅下車5分、東京メトロ南北場東京都予防医学協会(JR市 い方(受診間隔2年に1 年度子宮がん検診を受 12月31日以前に生まれ 方を除く | 下表のと 人科に通院中または経 日現在20歳以上の女性 一区内在住で、平成 受診していなれた方)で24 に(平成5年 過観察中の おり 回 年12月31 ※ 婦  $\mathcal{O}$ 

子宮がん検診(9月)			
曜日	実 施 日		
月	2⊟-9⊟-30⊟		
火	3⊟-10⊟-17⊟-24⊟		
水	4⊟•11⊟•18⊟•25⊟		
木	5⊟•12⊟•19⊟•26⊟		

### (検診機関方式 またい

情報 **7** 問 (3 9 0 8) |健康いきがい課コールセンター 9 0 3 4

要

健

### お祭りでの食中毒に ご注意ください

いよいよ夏がやってきました。夏になると花火大会やお祭りなどの楽しいイベン トが目白押しです。お祭りでの楽しみの一つに屋台や模擬店がありますが、模擬店 などでの食品の衛生的な取り扱いが不十分で、食中毒事件が起きてしまうことが あります。過去にも夏祭りで提供されたカレーライスやおにぎりが原因で食中毒 事件が起こりました。楽しいイベントで事故が起こらないように、気をつけて調理 をしましょう。

#### ●しっかり火を通す

肉や魚、卵などの食品には食中毒の原因となる細菌が付着している可能性があ ります。これらの食品を使って調理を行う際は、特に注意してしっかり加熱しましょ う。また、肉汁などがはねて加熱済み食品を汚染してしまうと、それが原因で食中 毒を起こす可能性がありますので特に注意しましょう。

#### ●当日調理し、その日のうちに食べる

調理した食品を長時間放置すると、細菌が増殖して食中毒の原因となってしま います。当日調理したものを提供し、なるべくその場ですぐに食べてもらいましょ う。持ち帰って、次の日食べることは厳禁です。また、食品を常温で置いておくこと は特に危険ですので、保管する場合は冷蔵庫を使い、きちんと温度管理をしましょ う。

#### ●しっかり手洗い

手洗いが不十分な状態で調理を行うと、手指から食品が汚染されてしまい、食 中毒を起こしてしまうおそれがあります。調理の前にはきち んと手洗いをしましょう。また、盛り付けや、加熱済みの食品 の取り扱いは響やトング、使い捨ての手袋などを使用し、手 で直接食品に触れないようにしましょう。

保健所では、手洗いや消毒の方法など、食中毒の予防に関 するパンフレットを用意しています。また、お祭りなどの行事で食品を取り扱う際 は、届出が必要な場合がありますので、保健所にご相談ください。

間北区保健所生活衛生課食品衛生

#### **2** (3919)0726

#### 夏休みに入ります。子どもの生活習慣が乱れないようにしましょう。

子どもの基本的な生活習慣と言え ば、「早寝・早起き・朝ごはん」が挙げら れます。ただし、生活習慣をつかむ順番 としては、「早起き・早寝」となります。朝 日をたっぷりと浴びると睡眠ホルモンで あるメラトニンの分泌が抑制され、代わ りに脳の覚せいを促すセロトニンという 物質の分泌が活性化されます。このセ ロトニンには穏やかな感情を与える作 用があり、またやる気や集中力の向上 作用もあります。メラトニンは太陽の光 を浴びて14~15時間後になると分泌 が開始されます。日中はからだを十分に 使って元気に遊び学び、疲れて睡眠をと り、また翌朝朝日を浴びて体内時計がリ セットされる、ということが1日の流れと

11月22日(金) 午後6時30分開演

11月24日(日) 午後2時開演

Pコード 200-498

なり、基本的な生活習慣が作られます。 食事については朝食の大切さが言わ

れています。朝食を抜くと、前日の夕食 から昼食まで何も食べていない状態と なり、成長期の子どもにとっては大きな 負担となります。からだは寝ている間も 新陳代謝を行っています。朝食により就 寝中に使われているエネルギーと午前 中に使うエネルギーの補給をすること ができます。

子どもの生活習慣は家庭での影響を 受けやすく、子ども一人が意識すること で可能になることではありません。ぜ ひ、ご家族で楽しい夏休みをお過ごしく

健康いきがい課

Ш 反応検査 (抽選。

対区内在住、

在勤で20歳以

上の (火)

(5390) 2220

のある方

8月20日

一十四式太極拳

検診が実施できないと判断される線間接撮影(検診車) ※安全に 場合はご遠慮いただくことがあり 定①②合計

|胃がん検診…問診 ・胃エックス

健

康増進センタ

(羽会館) ずれも午前9時~正午 ) :: 9月12 112 112 112 112 112 112 112 日(木)

**応) 先** 〒14―588(住所) 9 0 1 9 0 3 4 (住所 不

…9月13日金・

王子会

区

娠中の方を

課で日程を決定します。

健

課コールセンタ

望日 い課から通

の記

記載がない!

場合は、健

知します)。

③週末エアロ

27場

赤 保健

羽会場

要 健

対区内在住、在勤! 11 (土) 時 30 31 分 日 定 30 名 上級者向けのエアロビクス 問 5 | 場 <sup>101</sup>先 |往復はがき 76日火 以下、 (土) ₹ 内 走る動: 1 健康増進センター-14-0∞ 王子5-計 2 回 (記入例参照) 着)まで 王子5-24 上 日の

1年未満の方、胃・日現在35歳以上の方 自覚症状のある方、妊娠中の方を病治療中または手術を受けた方、 ②胃と大腸がん検 胃がん検診の 区内在住で、 検診車方式 胃・十一 平 方 成 (受診間) 指 年 湯の疾 12

月 31

きがい課からそれぞれ通知します

(抽選にもれた方には、

健康いきが

定

初めての方優先

大腸がん検診 一会から、 大腸がん検診は健康い

生年月日・性別・電話番号を記入 甲はがきまたはファクスに検 胃がん検診は東京都予防医 8月5日月午後5時 ※当選した方には8月20 住所・氏名・ふりがな・

| ダンベルを持って行う筋力アップ 分日 (火) E 8 月 21 内在と -後2時 正 エクササイズ ?~3時 日(水) 在勤で20歳以 定 20 名 午 .忽雷架第五代 .後2時~3時 日 (抽選

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 花\*みどり やすらぎコー

在勤で20

#### 葉っぱは緑色

\*\*

草木の緑がさらに濃くなる夏。なぜ、 植物の葉は緑色に見えるのでしょうか。

動物は、物に反射し た光を眼で受けます。 太陽光は青、緑、赤な どの色(波長)の光に 分けられます。反対に 言うと、太陽光はさま ざまな色の光が集まっ たものなのです。

葉は、緑色の光を反

射します。それが眼に飛び込んでくると、 「葉は緑色だ」となるのです。葉の細胞の 中にある葉緑体に含まれる色素は緑色

で、青や赤の光を反射せずに、それらを 使って葉緑体では養分が作られます(光 合成)。青や赤を使い、主に緑色光を反

射するから葉 は緑色に見え るのですね。物 の色の意味を 考えてみるの も楽しいです

間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]

**5** (5902)3886 



11月3日(祝)

● = 託児サービスあり 16 = 数字はその年齢以上からま示で

北とぴあ つつじホール

5 =車イス席あり チーミーのウキウキッズライブ

8月25日(日)1st·午後1時開演 🕙 🔟 9月14日(土) 午後1時開演

で、夏休みの予 定は決まり!

※ I S t残少

2nd·午後3時30分開演 🔠 主

【曲目】「ボロボロロケット」「フレ!フレ!大丈夫!」 ほか

大人 2,500円·中学生以下 1,000円

-2歳児は保護者膝上鑑賞に限り無料

主=主催 共=共催 第24回

ツァルトの名作! 古楽オケの演奏で作品本来の

法力を堪能しませんか

【指揮】寺神戸 亮 【管弦楽】レ・ボレアード

芸大とあそぼう in 北とぴあ

「サンタクロースのお菓子な冒険」

音色で、チャイコフスキーの組曲

《くるみ割り人形》をお届けしま

2階席 1,000円 北区財 Pコード

500円 500円もお得 203-84

午前の部 11時開演 全席指定

: K.エク | 【ロ頃】 1.L

発売中

S席 7,000円 A席 5,000円

北区民割引 S席 6,000円 A席 4,000円

11月16日(土) 午後の部 2 時開演 発売中

1階席 1,500円

区民割引 1階席 1,000円

北とぴあ さくらホール ォーケストラが奏でるすてきな

北とぴあ国際音楽祭2013

【曲目】チャイコフスキー:

全席指定 口短調 作品23 ほか

**(4)** 

と主

北区民は

1,000円も

北とぴあ ③ 13 11月13日(水) 午後7時開演さくらホール 3 11月13日(水) 午後7時開演

P⊐−ド

パイプオルガン演奏会

北とぴあ1階 区民プラザ

干後3時 無料 (当日、直接会場へ

8月25日(日)

演奏: 佐藤雅枝

【予定曲】

さくらホール 全席指定 🚨主

チケット完成を チケット完成至の超人 気指揮者・西本智実(写真) が登場!ロシア発のロマン ティックな名曲を届けま す。若手ピアニスト・外山 啓介との共演も楽しみ! 【ピアノ】外山 啓介

200-507

旧古河庭園 洋館 全席自由 西山まりえ 中世ゴシック・ハーフ

中世貴婦人たちの恋模様

1st·午前11時開演 🚨 16

美しい庭園を眺めつつ、中世貴婦人たちのサロン ヘタイムスリップ! 【曲目】ギョーム・ド・マショー: 「あらゆる花々のうち」「薔薇、百合、春」ほか

一般 S席 6,800円 A席 5,800円 北区民割引 S席 5,800円 A席 4,800円 学生割引 S席 3,400円 A席 2,900円 前売券 4,000円 当日券 4,500円 ペア券 7,000円 (庭園入園料込) 発売中 ■北とぴあ1階チケット売場 (午前10時 ~午後7時)来店専用

■チケットぴあ (P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 ■発売初日は、午前10時からの発売です ■区民割引、学生割引、上記以外のプレイガイ ドについてはお問い合わせください。 ●託児サービス(2歳以上の未就学児・有

料)は、各公演1週間前までに下記問い合わせ先へ要申込(土・日、祝を除く)。 ●車イス席は、下記問い合わせ先にて要 予約(数に限りあり)。 ●チケットは売切れの場合もありますの

トリイ・ハルシンイ・リー・イル・タンイ・リー・イル・タン できる。 古典タンゴの名世がらピアソラ・で優雅に情熱的に演奏! に演奏! トリオ・リベルタ 石田泰尚(Vn) 中岡太志(P.Vo)、松原孝政(Sax) 「リベルタンゴ」「アディオス・ノニー ラバンの到着」「風のささやき」ほか 北区文化振興財団 ☎ (5390) 1221 http://www.kitabunka.or.jp 3,500円 発売中

北とぴあ さくらホール

【ゲスト】昔昔亭桃太郎

北とぴあ つつじホール

司会·米粒写経 今年の北とぴあ大賞を 競う若手は、 春風亭べん橋 昔昔亭桃之助、 笑福亭羽光、三遊亭 司、

古今亭駒次の6人 前年度優勝者 三遊亭歌太郎

若手落語家の熱演を審査して、ゲスト の熟練の芸をお楽しみください!

トリオ・リベルタ・ライブ 2013 【タンゴ×ピアソラ】 週末よしもと 爆笑まつりスペシャルin北とぴあ 10月11日(金) 午後7時開演 | 10月6日(日) | 北とぴあ さくらホール |共 昼の部・午後3時開演 夜の部・午後6時開演 全席指定 3,800円 北区民割引 3,300円 トリオ・リベルタ

8月2日(金)発売 と共 【出演】昼の部:FUJIWARA、はんにゃ、 オリエンタルラジオ ほか 夜の部:ロバート、インパルス、ハリセンボンほか



演奏 / 【予定曲】 【予定曲】 D. ブクステフー デ:プレルーディ ニ 長 調 F.メンデルス ゾーン:ソナタ 第 す。リクエスト曲から《赤鼻のトナ カイ》《あわてんぼうのサンタク 2番 ほか ロース》などのクリスマスソング を演奏。みんなの好きな曲を豪華 ほか でご了承ください。 な伴奏で一緒に歌おう! 「2012芸大とあそぼう」の様子

7月28日(日)

電子申請サービスは、北区公式ホームページの「便利なメニュー」からご利用いただけます。

ホームページアドレス http://www.city.kita.tokyo.jp/

定 定員 費用(記載のない場合は無料です) 围 方法 問 問い合わせ

対 対

目 日時

内容

師

\*

\*

\*

\*

16

申込先

HP