

北区ニュース

主な内容

- 情報の泉……………2～4面
- 北区公式ホームページを3月10日(月)に全面リニューアルします……………2面
- トップアスリートのまち・北区……………4面
- 4月からコミュニティバス(浮間ルート)の運行ルートとダイヤが変わります…4面

第24回
桜ウォーク
2025

ただ歩くだけじゃない
大切な人と過ごす
かけがえのない時間。

3月23日
午前9時～午後0時30分



■スタート受付

区役所第一庁舎中庭(午前9時～10時)

※小雨決行・荒天中止(中止の場合は、あるきたアプリ、北区ホームページでお知らせします) ※駐輪スペースには限りがありますので、公共の交通機関または徒歩でご来場ください。

■コース

距離…約3.7km コース概要…区役所第一庁舎(スタート)→石神井川遊歩道→醸造試験所跡地公園→飛鳥山公園→区役所第一庁舎(ゴール) ※当日、区役所第一庁舎中庭(スタート地点)に歩きやすい服装でお越しください。

■参加方法

①コースガイドで参加…当日配布するコースガイドを見ながらスタートします。

②あるきたアプリで参加…

アプリ内のコースチャレンジ「王子・飛鳥山コース」を開いてスタートします。

※「王子・飛鳥山コース」はイベントの開催にあわせて配信する新コースです。

■参加特典

ゴールまで歩いた方は、参加記念品(数に限りがあります)のほか、「東京ポイント(500ポイント)」を受け取れます。

東京ポイントは、民間決済事業者のポイントへ変換等ができます。

※東京ポイントの受取には、「東京アプリ」のダウンロードが必要です。

※イベントに関する情報はあるきたアプリ内



あるきた登録はこちら



東京ポイントについてはこちら

でもお知らせします。事前登録をお願いします。

■測定会やポイント付与ブースを用意しています

●明治安田池袋支社によるベジチェック測定会

●東京都による東京ポイント付与

【協力】北区健康づくりグループ、TEAMあるきた、明治安田池袋支社、東京都

健康政策課健康増進係

☎(3908)9068

【東京アプリについて】

東京都公式アプリ運営事務局

☎050(1706)0476

【月～金曜(祝日を除く)午前9時～午後5時】



詳しくはこちら

医療・福祉No.1

3月1日～8日は「女性の健康週間」

見逃さないで からだのサイン

女性のからだは生涯を通じてホルモンの変動の影響を受けるため、月経困難症や更年期障害、骨粗しょう症などが生じやすいです。基本的な生活習慣を整えることがいつまでも健康でいるために必要です。

- ①栄養バランスよく食べましょう
- ②運動を無理なく、楽しく続けましょう
- ③「やせ」も「肥満」も要注意
- ④からだを冷えから守り、免疫力アップ
- ⑤排泄は健康のパロメーター
- ⑥タバコは健康や美容の大敵
- ⑦お酒は控えめに

【問】**【検診について】**健康政策課検診コールセンター ☎(3908)9034

【相談について】王子健康支援センター

☎(3919)7588

赤羽健康支援センター

☎(3903)6481

滝野川健康支援センター

☎(3915)0184



詳しくはこちら

ギター&鍵盤ハーモニカミニコンサート

【対】区内在住の60歳以上の方 ※利用の際には登録をお願いします(健康保険証などの身分証をお持ちください)。

【日】3月20日(祝) 午前10時15分～11時 【定】20名(申込順)

【申】3月1日(土)から、ファクス、Eメール(記入例参照)電話または直接窓口で申込

【問】先 滝野川老人いこいの家

(滝野川1-46-7)

☎(3915)5545 FAX(3915)5615

EM takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp

北区いのち支えるセーフティネット

3月は自殺対策強化月間です。

一人で悩まずに、早めに相談しましょう

自殺は健康問題や生活困窮、過労、人間関係の悩みなど、さまざまな要因が複雑に絡み合い、ひき起こることがわかっています。問題が深刻化し、追い込まれる前に、周囲に助け(相談)を求めることは、自殺の予防につながります。東京都では特別相談も実施します。



気づいてください!
～こころとからだの限界サイン～

- 気分が落ち込んで、やる気がでない
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 不安や緊張が高まって、イライラしたり怒りっぽくなった
- 寝つきが悪くなったり、何度も目が覚めてしまい眠った感じがしない
- からだの調子が悪くなった(痛みや倦怠感など)

上記のような症状が2週間以上続いている場合、うつ病などこころの不調の可能性があります。早めに医師や専門機関へ相談しましょう。

東京都北区いのち支えるセーフティネット協議会を設置しました

区における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、東京都北区いのち支えるセーフティネット協議会を令和6年4月に設置しました。

【問】健康政策課健康増進係

☎(3908)9068



詳しい相談窓口はこちら



詳しくはこちら

介護予防で元気はつらつサロン

●いきいき調整体操

【対】赤羽西1～6丁目(5丁目3～15を除く)、西が丘1～3丁目(在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方)

【日】3月21日(金) 午後1時～2時30分

【場】赤羽スポーツの森公園競技場ふれあいホール(赤羽西5-2-27)

【内】さくら体操を通して一緒にフレイル予防運動を行いましょう。【持ち物】上履き

【師】介護予防運動指導員 石井恵美子氏

【定】30名(申込順)

【申】3月11日(火)午前10時から電話申込

【問】先 西が丘園高齢者あんしんセンター

☎(5924)7715

障害者福祉センター手話講習会

【対】内定費下表のとおり

【日】5月12日～令和8年3月16日(コースにより終了日が異なります) 原則毎週月曜

【昼間】…午後2時～4時(応用は午前10時～正午) 【夜間】…午後6時45分～8時45分

【師】北区聴覚障害者協会・北区登録手話通訳者会 【申】往復はがき(記入例参照。希望

コース、クラスの別、志望理由、手話経歴も記入)で、3月21日(金)(必着)まで

※聞こえに心配がある方は、ご相談ください。

講座名	ボランティア育成講座		手話通訳者養成講座	
	初級 年34回予定	中級 年34回予定	基礎 年35回予定	応用 年40回予定
費用	初級:4,300円程度(テキスト代)(※) 中級:3,300円程度(テキスト代)		5,100円程度(テキスト代)	
対象	区内在住、在勤で15歳以上の方 (1回再受講可)		区内在住、在勤で 20歳以上の方 (再受講不可)	区内在住、在勤または 北区手話サークル所属 で20歳以上の方 (1回再受講可)
定員	初めて手話を 学ぶ方	手話経験1年以上 初級修了程度の方	中級修了程度の方 将来手話通訳者を 目指す方	北区登録手話通訳者 認定試験を受験する方
定員	昼・夜クラス各30名	昼・夜クラス各30名	昼・夜クラス各20名	昼・夜クラス各15名
選考	抽選(初めての方優先)		4月13日(日) 午後1時30分試験	4月13日(日) 午前10時試験

(※)個人学習用として「手話動画視聴システム」にアクセスしていただきます。視聴料(1年間)1,800円程度が別途必要です。

【問】先 〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係

☎(3905)7121 (北区ホームページ:「手話講習会」で検索)



はがき等の記入例

◆往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入 ◆申込は原則1名1通

- ①講座・催し名 ②郵便番号・住所 (在勤・在学の方は勤務先・) (学校名・学年を記入) ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号(FAX番号) ⑥その他必要事項

北区公式ホームページを3月10日(月)に全面リニューアルします

北区ニュース3月1日号に掲載の二次元コードは、3月9日(日)に公開終了するものがあります。ご了承ください。3月10日(月)以降は下記URLまたは右記コードのホームページをご覧ください。

HP https://www.city.kita.lg.jp/



新ホームページはこちら

お知らせ

◆北区防災会議

日 3月25日(火) 午後3時から 場 北とびあ15階ペガサスホール 内 防災施策に関することについて 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ ※手話通訳が必要な方は、3月14日(金)までにご連絡ください。 問 防災・危機管理課 ☎(3908)8184 FAX(3908)4016

◆第249回東京都都市計画審議会

日 5月15日(木) 午後1時30分から 場 都庁会議室(新宿区西新宿2-8-1) 定 15名(定員を超えた場合、4月30日(水)に公開抽選) 申 往復はがき(記入例参照)で、4月23日(水)(当日消印有効)まで ※プライバシーに関する案件などで、会議が一部非公開となることがあります。 問 先 〒163-8001(住所不要)東京都都市整備局都市計画課 ☎(5388)3225

◆土砂災害(特別)警戒区域の新規指定並びに避難経路の変更

土砂災害の恐れがある区域を、東京都が調査し土砂災害警戒区域(イエローゾーン)と土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)として指定しています。調査はおおむね5年に1度行われており、新たに2カ所の急傾斜地が指定されました。新規指定情報を更新した土砂災害ハザードマップは防災ポータルや防災アプリで閲覧可能です。また、この新規指定に伴い避難経路が変更になりました。

●土砂災害(特別)警戒区域

K100...赤羽北2~3丁目

K101...赤羽台2丁目

●避難経路の変更

K100周辺の避難経路を新規に設定し、K101周辺の避難経路を変更しました。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 [避難場所や避難経路に関すること] 防災・危機管理課 ☎(3908)8184

[警戒区域の指定に関すること]

東京都河川部計画課土砂災害対策担当

☎(5320)5394



詳しくはこちら

◆北区飛鳥山博物館運営協議会

日 3月27日(木) 午前10時~正午 内 北区飛鳥山博物館の事業や運営等について 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ ※手話通訳希望の方は、3月14日(金)までに、ファクス(記入例参照)または電話申込 問 場 先 北区飛鳥山博物館(王子1-1-3飛鳥山公園内)(月曜休館) ☎(3916)1133 FAX(3916)5900

◆第4回北区子ども・子育て会議

日 3月26日(水) 午後6時30分から 場 北とびあ14階スカイホール 内 子ども・子育て支援に関する各種計画の策定・実施等について審議します。 定 7名(申込順) 申 傍聴希望の方は、3月14日(金)午後5時までに、Eメール(記入例参照)または電話申込 問 先 子ども未来課子ども未来係 ☎(3908)9097 問 先 kosodate-ka@city.kita.lg.jp

◆第2回北区子どもの権利委員会

日 3月25日(火) 午後5時から 場 北とびあ14階スカイホール 内 子どもの権利に関する施策等について審議します。 定 5名(申込順) 申 傍聴希望の方は、3月14日(金)午後5時までに、Eメール(記入例参照)または電話申込 問 先 子ども未来課子ども未来係 ☎(3908)9097 問 先 kosodate-ka@city.kita.lg.jp

◆第3回北区スポーツ推進計画検討委員会

日 3月24日(月) 午後7時から 場 北とびあ7階第一研修室 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ 問 スポーツ推進課スポーツ推進係 ☎(5390)1134

◆都市計画公園事業が変更認可されました(名主の滝公園)

[施行者] 北区 [事業施行期間] 令和10年3月31日まで [事業地] 岸町1丁目及び王子本町2丁目各地下内 問 [関係図書縦覧場所] 土木政策課事業計画係(区役所第一庁舎3階23番) ☎(3908)9252

◆後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

保険料が未納となっている方は、必ず納付をお願いします。納付書を紛失した方には再度お送りしますのでご連絡ください。納付が困難な方は、お早めにご相談ください。 問 国保年金課高齢医療係 ☎(3908)9069

◆フードドライブをご活用ください

区では食品ロス削減推進のため、フードドライブ受付窓口を区内10カ所に設置しています。3月1日(土)から新たにイオンスタイル赤羽で受付が始まります。ご家庭に食べる予定のない食品がある場合はぜひご活用ください。区内10カ所の詳しい場所などは右記コードをご覧ください。 問 リサイクル清掃課 ☎(3908)8538

◆第3回北区地域公共交通会議

日 3月25日(火) 午後3時から 場 北とびあ7階第二研修室 内 コミュニティバス(浮間ルート)の土曜・休日減便、北区デマンド型交通実証運行の継続、コミュニティバス(赤羽西地域ルート案)の見直し 定 10名(先着順) 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ 問 交通事業担当課 ☎(3908)9216

◆くらしのトラブル注意報

最近の若者を狙う悪質商法では、SNSなどを悪用した手口が増加しています。~若者を狙うこんな手口に注意~ 手口①...SNS広告を見て、安いと思い店舗に行ったところ、美容関連のコースを「今日契約するなら割引」などの甘い言葉で勧誘され、高額な契約をさせられる。 手口②...マッチングアプリで知り合った相手から「簡単にもうかる」とタブレット教材の購入を勧められる。友人を誘えば紹介料も入るといわれ、消費者金融で借りて契約するが、全くもうからず、借金だけが残る。 困ったら、一人で悩まず、消費生活センターに相談しましょう。 若者のトラブル110番 日 3月10日(月)・11日(火) ※まずは電話でご相談ください。 =以下、共通= 問 消費生活センター ☎(5390)1142 (相談専用) [相談日時] 月~金曜(祝日を除く) 午前9時30分~午後4時



◆3月10日(月)は「東京都平和の日」です

黙とうにご協力ください 東京大空襲などの戦災で亡くなられた方々を追悼するとともに、世界の恒久平和を願い、午後2時から1分間の「黙とう」を行います。 問 東京都生活文化スポーツ局文化振興部企画調整課 ☎(5000)7230

◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区 日 3月11日(火) 午後1時30分~4時 場 区役所第一庁舎1階ロビー 内 年金の疑問や職場のお困りごとはありませんか。あなたのまちの社会保険労務士が相談に応じます。 申 当日、直接会場へ 問 東京都社会保険労務士会北支部 支部長 高木博之 ☎(6915)4633

募集

◆きらりあ北の花壇・プランターのお花のお手入れボランティアメンバー募集

対 区内在住、在勤の方 日 3月8日(土) 午後1時30分~3時30分 内 「きらりあ花と緑のくらぶ」は、毎月第2土曜の午後に、花壇やプランターの手入れ、環境整備を行っています。今回は、花苗の植え替えを行います(見学のみのみ)。 申 当日、直接会場へ 問 場 いしがき活動センター-きらりあ北(王子5-2-5-101) ☎(5390)2220



詳しくはこちら

施設の使用料を改定します

施設の使用料等は、受益者負担の適正化を図るとともに、政策的な課題の解決、利用者の利便性の向上等を目的に原則3年に1度見直しを行っています。

施設運営は常に見直しを行い、コスト縮減に努めていますが、近年の社会経済情勢、景気動向等を踏まえ、受益者負担の適正化、負担の公平性等の観点から、以下(主なもの)の使用料について令和7年4月1日から改定します。なお、区民生活の影響等を考慮して、改定幅に上限を設けたほか、一部の使用料等は据え置きとしています。

問 財政課 ☎(3908)1105

主な改定内容

各施設やサービスごとに設定した受益者負担率と現在の使用料による受益者負担率との乖離の適正化を図るため、使用料を改定します。 ※利用料金など詳しい内容は北区ホームページをご覧ください。

1.ホール・集会室等

- ①北とびあさくらホール、つつじホール、展示ホール等 ②赤羽会館和室 ③滝野川会館(大・小ホール等) ④スペースゆう多目的室 ⑤コミュニティアリーナ(新町・豊島北・アリーナ、新町・ホール)

問 ①②③⑤地域振興課区民施設係 ☎(5390)0095

④多様性社会推進課 ☎(3913)0161

2.スポーツ施設等

- ①桐ヶ丘・滝野川・赤羽体育館 ②北運動場グラウンド及び照明施設 ③中央公園野球場 ④赤羽スポーツの森公園競技場グラウンド及び照明施設 ⑤豊島北スポーツ多目的広場 ⑥北ノ台スポーツ多目的広場体育館

問 スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135

3.駐車場(区役所構内、北とびあ、赤羽会館、滝野川会館、元気ぶらざ)

問 [区役所構内] 総務課庁舎・車両管理係 ☎(3908)8628

[北とびあ、赤羽会館、滝野川会館、元気ぶらざ]

地域振興課区民施設係 ☎(5390)0095

4.その他

- ①元気ぶらざ温水プール ②飛鳥山公園野外ステージ

問 ①地域振興課区民施設係 ☎(5390)0095

②道路公園課公園係 ☎(3908)9275



詳しくはこちら

講座・催し

◆「ボランティア・市民活動の見える化」を考える

対 市民活動団体に所属している方(法人格の有無は問わない)及び市民活動について関心のある方

日 内 3月11日(火)…「市民活動の見える化」
18日(火)…「見える化を次の活動へ活かすには」

いずれも午後6時30分～8時30分
※詳しくはホームページをご覧ください。

師 (一社)インパクト・マネジメント・ラボ
共同代表 土岐三輪氏

定 20名(申込順)

申 3月10日(月)までに、ファクス、Eメール(記入例参照。所属団体がある場合は団体名も記入)または電話申込

問 場 先 北区NPO・ボランティアぶらざ(北とびあ4階)

☎ (5390) 1771 FAX (5390) 1778

HP <https://kitaku-vplaza.tokyo.jp/>

EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

◆赤羽文化センター PCスキルアップ講座 「生成AIツールGemini(ジェミニ)とCopilot(コパイロット)を比べてみよう」

日 4月3日(木) 午後6時30分～8時30分

内 GoogleのGemini、MicrosoftのCopilot(共に無料版)の活用方法

師 加賀千秋氏 定 14名(抽選)

費 2,500円(テキスト代金を含む)

申 3月21日(金)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込

問 場 先 赤羽文化センター

(赤羽西1-6-1-301)

☎ (3906) 3911



申込はこちら

◆田端ひととき散歩 堀辰雄が見た芥川龍之介 ～「僕の最もいい先生」～

日 5月18日(日) 午後1時開演(0時30分開場)

内 堀辰雄が実際の交流を経て感じた晩年の芥川龍之介の人となりとその作品について、堀の卒業論文「芥川龍之介論」を中心に紹介します。

定 80名(応募者多数の場合抽選・全席自由)

申 往復はがき(記入例参照。全員の氏名(1通2名まで)も記入)または右記コードで、4月28日(月)(必着)まで

問 場 先 〒114-8523

田端6-1-2 田端文士村記念館K係

☎ (5685) 5171

HP <https://www.kitabunka.or.jp/tabata/>



申込はこちら

◆元気ぶらざの大感謝祭「元ぶら祭」

日 3月23日(日)・24日(月)

内 サークル発表会、プール無料開放、大抽選会や縁日など各種イベント開催予定です。詳しくはホームページやX(旧Twitter)、Facebook、Instagramをご覧ください。

問 場 元気ぶらざ

(志茂1-2-22)

☎ (5249) 2214

HP <https://genkiplaza.tokyo.jp>



詳しくはこちら

◆北区ワンコイン市

区内にある7商店会で各店舗が魅力的な目玉商品をワンコイン(100円、500円)で販売します。

日 3月15日(土)

※開催時間は各店舗により異なります。

商店街名	所在地
滝野川七商会※	滝野川3・5・6・7丁目付近
十条仲通り商店会	十条仲原1丁目、 上十条3丁目付近
十条銀座商店街振興組合	十条仲原1丁目、 上十条2丁目付近
豊島中央通り商店街振興組合	北区豊島3・4・6・7丁目付近

※滝野川七商会のうち、3月に参加するのは、御代の台仲通り商店会、滝野川八幡通り商店会、宮元商店会、滝野川市場通り商店街振興組合の4商店会です。

問 北区商店街連合会 ☎ (5390) 1200

産業振興課商工係 ☎ (5390) 1235



◆せいえん寄席 ～滝野川八幡神社に春がきた～

東京北区渋沢栄一プロジェクト推進事業
助成金対象事業

日 3月16日(日) 午後3時30分開演(3時開場)

場 滝野川八幡神社(滝野川5-26-15)

内 渋沢栄一翁の雅号「青淵」と、未来を応援したいという意味の「声援」をかけて「せいえん寄席」。滝野川八幡神社にある渋沢栄一翁直筆の書「克忠克孝」の掛け軸の前で講談「渋沢栄一伝」と落語をお楽しみいただきます。

費 3,000円(全席自由)

申 Eメール(記入例参照)または右記コードで申込

問 先 ㈱ぶらっとマルシェ 椿

☎ (3903) 7607

EM seienyose10000@gmail.com



申込はこちら



◆北区子ども文化教室 発表会

●子ども芸術劇場(日本舞踊、落語、雅楽)

日 3月22日(土)・23日(日) 午後2時開演(1時30分開場)

場 北とびあつつじホール

師 日舞…花柳太之路氏、藤間さくら女氏、松島昇子氏(北区日本舞踊連盟理事長 松島金昇氏監修)

落語…落語家 五代目三遊亭圓馬氏

雅楽…雅楽演奏家 笹本武志氏

定 200名(先着順)

●子ども芸術ギャラリー(彫塑、鍛金作品展)

日 3月13日(木)～4月4日(金)

場 ココキタ(北区豊島5-3-13)

師 彫塑…日展会員 川崎義昭氏

鍛金…伝統工芸士 鈴木泰三氏(人間国宝 奥山峰石氏監修)

=以下、共通=

申 当日、直接会場へ

問 北区文化振興財団ココキタ

☎ (6338) 5711

午前9時～午後5時

(月曜休館)

HP https://kitabunka.or.jp/about/culture_class/



詳しくはこちら



前回の様子

◆2025☆KIRARIOR DREAM COLLECTION☆ ～想いをカタチに～ ユニバーサルファッションショー

対 区内在住、在勤の方優先

日 3月22日(土) 午後1時～4時

内 北区にゆかりのある出演者が、年齢・性別・国籍・障害の有無を超えてファッションショーを開催します。

定 80名(先着順)

申 当日、直接会場へ

問 場 いきがい活動センターきらりあ北

(王子5-2-5-101)

☎ (5390) 2220



詳しくはこちら

◆いろいろマルシェ

北区政策提案協働事業

日 3月22日(土) 午前11時～午後4時

場 リノア北赤羽つながるば。(浮間1-3-1)

内 北区で創業を目指すチャレンジメンバーの物販やワークショップなどのショップが並びます。3月のテーマは「春～spring～」です。

問 NPO法人彩結び

EM info@iromusubi.com



詳しくはこちら

◆あおぞらまちゼミ

後援 北区

日 3月15日(土) 午前11時～午後5時

場 中央図書館前公園(十条台1-2-2)

内 一つの場所でさまざまな講座を受けることができます。まちゼミについて詳しくは右記コードをご覧ください。

申 右記コードで申込

問 北区まちゼミ実行委員会 小松

☎ (5993) 2256



詳しくはこちら



◆駿台天文講座

後援 北区教育委員会

●ハイブリッド講演会(対面+オンライン)

「超伝導技術で挑む銀河とブラックホールの謎」

対 区内在住、在勤の方

日 3月15日(土)

午後5時～6時

師 東京大学教授 河野孝太郎氏

定 ①対面…30名(申込順)

②オンライン…50名(申込順)

●駿台ジュニア天文教室(対面+オンライン)

「宇宙と銀河」

対 区内在住の小学3年生～6年生と中学生及び保護者

日 3月15日(土)

午後3時～4時

師 一橋大学名誉教授 中嶋浩一氏

定 対面・オンライン…各20名(申込順)

=以下、共通=

申 3月12日(水)までに、上記コードで申込

※詳しくはホームページをご覧ください。

問 場 駿台学園中学高等学校天文台

(王子6-1-10)

布施 ☎ (3913) 5735

HP <http://www.sundaigakuen.ac.jp>



申込はこちら



申込はこちら

◆現代の寺子屋 楽しい北区雑学大学

後援 北区文化振興財団

日 3月15日(土) 午後2時～4時

場 王子小学校王子ホール

内 1時間で学ぶ量子暗号

師 大阪公立大学客員教授 萱沼洋輔氏

定 40名(先着順)

申 当日、直接会場へ

問 北区明るい社会づくりの会 佐藤

☎ (3905) 8056

HP <http://www.kitaku-zatsugaku.jp/>

◆渋沢栄一翁生誕祭@北区

後援 北区

日 3月16日(日) 午前10時～午後4時

場 王子駅周辺

[王子駅前公園、城北信用金庫王子営業部王子北本通り出張所・旧しぶさわくん支店(通称)、王子一丁目遊び場]

内 しぶさわくんやふっかちゃんなど人気ゆるキャラ達による誕生会、クイズ大会やダンスステージ、北区グルメや体験ブースなどを出展し、街全体で渋沢翁の誕生日をお祝いします。

問 城北信用金庫

コミュニケーション開発事業部

☎ (6903) 3702



詳しくはこちら



スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室

●初心者・初級者バドミントン

対 18歳～75歳の方(学生を除く)

師 バドミントン協会指導員 定 30名(抽選)

●初・中級者卓球

対 18歳～80歳の方(学生を除く)

師 卓球連盟指導員 定 50名(抽選)

=以下、共通=

日 4月3日～6月12日(5月1日を除く) 毎週

木曜 計10回 午後6時45分～8時30分

費 9,200円

申 ホームページまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、3月10日(月)

(必着)まで

問 場 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 <https://kitacity-taikyo.jp/>



詳しくはこちら

◆春はすぐそこ!新しい事にチャレンジしてみませんか? 滝野川体育館「第1期スポーツ教室(成人・キッズ)」

内 ヨガ・ピラティス・ZUMBA®・リトミック・キッズチアなど19種類以上の教室があります。※費用など各教室について、詳しくはホームページをご覧ください。

申 往復はがき(1通1教室まで)またはホームページで、3月1日(土)から15日(土)(必着)

まで

※定員を超える応募があった場合は抽選。空きがある場合は当日参加可。

問 場 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6

滝野川体育館 ☎ (3940) 1801

HP <https://kita-tai.com/sports-takitai/class/>



詳しくはこちら

スポーツ

◆初級者・初中級者テニス教室

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上の方(未経験者不可)

日 初級クラス…①4月1日～5月27日(4月29日、5月6日を除く) 毎週火曜 午前10時～正午

②4月3日～5月22日(5月1日を除く) 毎週木曜 午前10時～正午

初中級クラス…③4月1日～5月27日(4月29日、5月6日を除く) 毎週火曜 正午～午後2時

①～③いずれも計7回

場 新河岸川庭球場(岩淵町41)

師 サンスクエア所属テニスコーチ

定 各12名(抽選)

費 各7,000円

申 往復はがき(記入例参照。①～③の別も記入)または右記コードで、3月17日(月)(必着)まで

問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 ☎(3902)5639



申込はこちら

◆エアロビクスと筋カトレーニング

対 区内在住、在勤、在学で、医師から運動制限を受けていない75歳までの方

日 4月11日～7月18日 毎週金曜 計15回

①午後1時～1時45分

②午後2時～2時45分

場 北ノ台スポーツ多目的広場体育館(上十条5-14-4)

師 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40名(抽選)

費 各6,000円

申 往復はがき(記入例参照。①②の別も記入)または右記コードで、3月17日(月)(必着)まで

問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 ☎(3902)5639



申込はこちら

◆春季短期パノラマプール水泳教室

対 幼児教室…区内在住、在園の未就学児

小学生教室…区内在住、在学の小学生

成人教室…区内在住、在勤の18歳以上の方

※年齢は、初回時点

※費用など各教室について詳しくはホームページまたは右記コードをご覧ください。

師 フクシ・エンタープライズ

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、3月17日(月)(必着)まで

※往復はがき持参有効

※定員を上回った場合は抽選 詳しくはこちら

問先 〒114-0032 中十条1-5-6 パノラマプール十条台管理事務所 ☎(5993)8337

HP <https://jyujyodai-pool.jp>



申込はこちら

◆横須賀軍港ウォーキング

主催 北区スポーツ推進委員協議会 共催 北区

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(小学生は保護者同伴)

日 3月23日(日) 午前9時30分現地集合・午後4時現地解散(予定)

[行程] JR横須賀駅(集合)→猿島(無人島)→三笠公園(三笠丸)→ドブ板通り

場 神奈川県横須賀

定 20名(抽選)

費 小学生500円、中学生以上1,500円(猿島公園入園料・乗船料・三笠観覧料を含む)、昼食は別途

申 3月10日(月)までに、右記コードで申込

問 スポーツ推進課 スポーツ推進係 ☎(5390)1134

スポーツ推進委員協議会 **HP** <https://sports-kita.com> **EM** mail@sports-kita.com



申込はこちら



申込はこちら

◆ピククルボール体験会

主催 北区スポーツ推進委員協議会 共催 北区

対 区内在住、在勤、在学の小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴)

日 3月22日(土) **第1部**…午後2時～3時30分 **第2部**…午後4時～5時30分

場 赤羽体育館サブアリーナ(志茂3-46-16)

内 今注目のスポーツ「ピククルボール」を体験できます。楽しくカラダを動かし、運動不足を解消しましょう。

[持ち物] 体育館用運動靴、飲料水、タオル、運動できる服装(道具は協議会で用意)

定 各回18名(抽選)(重複申込不可)

申 3月7日(金)までに、右記コードで申込

問 スポーツ推進課スポーツ推進係 ☎(5390)1134

HP <https://sports-kita.com>



申込はこちら

◆スローエアロビクス教室

後援 北区体育協会

対 区内在住、在勤で50歳～80歳の方

日 4月12日～令和8年1月10日 月1回土曜 計10回 午前10時30分～11時30分

場 赤羽体育館エクササイズスタジオ(志茂3-46-16)

師 エアロビクス連盟公認指導員

定 10名(申込順)

費 5,000円(傷害保険料を含む)

申 3月28日(金)までに、Eメール(記入例参照)で申込

問先 北区エアロビクス連盟理事長 相原 ☎080(6678)5506

EM etsu_a_hotpepper106@yahoo.co.jp

子どもの幸せNo.1

児童館(室)・子どもセンター 乳幼児クラブ募集

乳幼児親子の交流や仲間づくりのため、親子で楽しみながら、体操、工作、リズム遊びなどの活動を行っています。

対 主に0歳～3歳のお子さん(令和7年4月2日現在)と保護者

日 4月～令和8年3月(月～金曜)

定 各クラブにより異なります。

申 3月5日(水)から14日(金)までに、各施設で申込

問先 各児童館(室)・子どもセンター



申込はこちら

滝野川体育館 「第1期フットサル教室」新規受付中

対 4歳～小学6年生

日 4月3日(木)～6月30日(月)

内 年齢別に3つのクラスに分けて専属コーチが丁寧に指導します。

※詳しくはホームページをご覧ください。

申 3月1日(土)から25日(火)までに、ホームページで申込

問場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6) ☎(3940)1801

HP <https://kita-tai.com/sports-takitai/class/>



申込はこちら

赤ちゃん学級(4月)

①妊婦向け

対 区内在住の妊婦(出産予定月が令和7年6月～8月の方)

内 講座(お産の進み方、呼吸法の説明など)、育児体験実習など(赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし)

定 13名(抽選)

②妊婦とパートナー向け

対 区内在住の妊婦とパートナー(出産予定月が令和7年6月～8月の方)

内 講座(妊娠出産の経過、パートナーシップ)、育児体験実習など(赤ちゃんのお風呂入れ ※お湯なし)

定 13組26名(抽選) =以下、①②共通=

日場 問 下表のとおり

①妊婦向け **詳しくはこちら**

日程	会場	問い合わせ先
18日(金)	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481



詳しくはこちら

②妊婦とパートナー向け

日程	会場	問い合わせ先
13日(日)	北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)	王子健康支援センター ☎(3919)7588
19日(土)	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
26日(土)	滝野川健康支援センター2階講堂(西ヶ原1-19-12)	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

※車での来所はご遠慮ください。

申 3月1日(土)から10日(月)までに、電子申請で申込

子どもの歯みがき教室

対 上下の前歯が生えている1歳前後のお子さんと保護者

内 歯科衛生士と一緒に仕上げみがきの練習をします。

申 3月3日(月)から電子申請で申込

日場 問 下表のとおり **詳しくはこちら**

日程	会場	問い合わせ先
4月15日(火) 午前10時から	滝野川健康支援センター1階(西ヶ原1-19-12)	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
4月23日(水) 午前10時から	北区保健所1階(東十条2-7-3)	王子健康支援センター ☎(3919)7588
4月24日(木) 午前10時から	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481



詳しくはこちら

元オリンピック選手の渡邊高博氏による、春休みかけっこ陸上教室

後援 北区

対 区内在住、在学の小・中学生

日 3月25日(火)

①小学1年生～4年生…午後4時～5時

②小学5・6年生、中学生…午後5時15分～6時15分

場 北運動場(神谷2-47-6)

定 各30名(申込順)

費 1,400円(傷害保険料300円を含む)

申 3月5日(水)午前10時から下記コードで申込

問 NPO法人れっど★しゃっふる ☎080(1338)0297

HP <http://www.red-s.net/>



申込はこちら

トップアスリートのまち・北区

トップアスリート直伝バドミントン教室

対 区内在住、在学の小学4年生～中学3年生でバドミントン経験のある方

日 3月30日(日) 午前10時～正午(9時30分から受付)

場 赤羽体育館メインアリーナ(志茂3-46-16)

師 NTT東日本バドミントン部所属のコーチ、選手

定 80名(応募者多数の場合は抽選)

申 3月9日(日)までに、北区ホームページの申込フォームで申込

問 スポーツ推進課 トップアスリートのまち推進係 ☎(5390)1136



詳しくはこちら



過去の様子

4月からコミュニティバス(浮間ルート)の運行ルートとダイヤが変わります

赤羽駅から東京北医療センターへ向かう国際興業バス赤58系統をコミュニティバスで代替運行するため、4月1日(火)からコミュニティバスの運行ルートとダイヤを改正します。

※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問 交通事業担当課 ☎(3908)9216



詳しくはこちら



(令和7年2月1日現在)	前月比	日本人人口	330,324	294減	
世帯数	211,475	92減	男	163,854	117減
総人口	361,988	101減	女	166,470	177減
年齢別人口*	14歳以下… 36,993 (10.2%)		外国人人口	31,664	193増
	15歳～64歳… 241,054 (66.6%)		男	16,145	130増
(構成比)	65歳以上… 83,941 (23.2%)		女	15,519	63増

*外国人人口を含む