



NO.1834

毎月1日・10日・20日発行

9/20

令和7年(2025年)

# 北区ニュース

## 主な内容

- 令和7年度20%プレミアム付「北区内共通紙商品券」を販売します……2面
- 家族も自分も。「老い支度」はみんなの課題。……4面
- 高齢者及び障害者 省エネエアコン 購入費助成事業……12面

## みんながつながる街づくり 生涯現役・シルバー世代



### シルバー人材センター新規会員募集中!

#### ■ シルバー人材センターとは

区市町村ごとに設置されている公益社団法人です。  
働くことを通じて、高齢者の生きがいと健康づくりをすすめ、  
活力ある地域社会づくりに貢献しています。

#### ■ 仕事をしたい方へ

対60歳以上の北区民の方、センターの内容を理解し、  
趣旨に賛同できる方、働く意欲がある健康な方  
※年度会費が2,000円かかります(入会初年度はかかりません)。

#### ■ 主な仕事内容

- 家事援助サービス(室内清掃、家具移動、除草、お子さんの送迎等)
  - マンション清掃、施設管理
  - 児童交通指導員、公園清掃、自転車駐車場管理、放置自転車整理
  - 植木剪定、パソコン指導等
- ※契約条件等により、お仕事を中止もしくは終了している場合がありますので、事前にご確認ください。

今後の予定は2面へ

■ シルバー人材センターでは、入会説明会やさまざまなイベントを予定しています。皆さんのご来場及びご参加をお待ちしています。

入会説明会

日 毎月第2水曜 午前10時～11時
場 赤羽会館 ※事前予約が必要です。

区民まつり

日 10月4日(土)・5日(日)
場 赤羽会館にブースを設置します。

これからシルバー応援フェスタ

日 10月24日(金)
場 赤羽会館大ホール(予定)

臨時入会説明会

対 家事援助就業希望者
日 10月10日(金) 午後2時～4時
場 北とぴあ ※事前予約が必要です。

Tokyoシルバー50周年フェス

日 10月23日(木)
午前10時～午後4時
場 文京区東京ドームシティプリズムホール(文京区後楽1-3-61)

会員の声

- 住人の方に「ありがとう。」と言われると嬉しい。
● 適度からだを使うので体調が良いです。

利用者の声

- 育児と仕事で掃除まで手が回らなかったため助かりました。などの声をいただいています。

一緒に働きませんか?



以下、共通

問先 (公社)北区内シルバー人材センター(赤羽1-1-38)
☎(3908)8400
[受付時間] 月～金曜 午前8時30分～午後5時(土・日曜、祝日を除く)
HP http://webc.sjc.ne.jp/kitaku/index

令和7年度20%プレミアム付「北区内共通紙商品券」を販売します

日 10月25日(土) 午前10時から(完売次第終了) ※販売開始時刻前より整理券を配付する場合があります。

場 右表のとおり

費 1万円

(1冊…500円券24枚綴り。1人2冊まで。1万冊を販売)

[商品券が利用できるお店(商品券取扱店)]

約900店(取扱店にはステッカーが貼ってあります)

※店名など詳しくは、北区内商店街連合会事務局までお問い合わせください。

[有効期限] 令和9年3月31日

[注意事項] 商品券は、商品の購入、サービスの提供などに利用できます。また、おつりがある場合はお渡しします。ただし、ビール券などの金券類、プリペイドカードなどの換金性の高いものは購入できません。

問 北区内商店街連合会事務局

☎(5390)1200

産業振興課商工係

☎(5390)1235

[販売所一覧]

※下記販売所は、変更になる可能性があります。(略号)商振組…商店街振興組合

Table with 3 columns: 商店街, 販売所, 所在地. Lists various shops and their locations across the district.

Table with 3 columns: 商店街, 販売所, 所在地. Lists various shops and their locations across the district.



安全・安心 快適コーナー

ニセ警察詐欺に注意!

令和7年上半年、全国の特珠詐欺被害は前年同期比で増加しており、特に警察官等をかたる詐欺(ニセ警察詐欺)の被害が顕著です。この手口では、警察官役の犯人が「あなたは逮捕される」などと不安を煽ったり、SNSのビデオ通話で偽物の警察手帳や逮捕状を見せてくるという特徴が見られますが、それを知らない若い世代(特に20代～30代)に被害が拡大しています。本物の警察官等は電話で逮捕する旨を告げたり、ビデオ通話で警察手帳や逮捕状を見せるということは絶対にしません。万が一、警察官等を名乗る者からそのような話があった場合は、直ぐに電話等を切り、警察相談ダイヤル#9110または最寄りの警察署へ相談してください。

悪質な訪問業者に注意!

自宅に突然訪問してきた業者から、「無料で点検します」、「不用品を無料回収します」などと声をかけられた場合は、注意が必要です。悪質な訪問業者の中には、「無料点検」を持ち掛けて、言葉巧みに不安を煽るなどして不要な契約を結んだり、「無料回収」を持ち掛けて家の中に入り込み、貴金属などを安価で強引に買い取っていく業者がいます。「無料」という言葉に騙されず、点検等は不要であることをはっきりと伝え、被害に遭わないようにしましょう。また、自宅に防犯カメラやカメラ付きドアホン等を設置することも悪質な訪問業者対策として有効ですので、北区内の個人宅向け防犯機器等購入緊急補助事業をご活用いただき、自宅の防犯対策を強化してください。



区HP

毎月20日は「北区内安全・安心の日!」

問 王子警察署 ☎(3911)0110 赤羽警察署 ☎(3903)0110
滝野川警察署 ☎(3940)0110 生活安全担当課 ☎(3908)1121

区民の伝言板

この欄は、区の事業ではありません。

問い合わせは、直接各団体へ

※区は関知しません。

[略号] (入)…入会金

問 広報課

☎(3908)1102



申込はこちら

●かな書道みやび 対20歳以上の方 日 毎月3回 月曜 午前9時30分～11時30分

場 赤羽文化センター 費(入)1,000円、1ヵ月3,500円 [PR] 日本の美・かな書道にふれて人生に潤いを感じたい初心者歓迎

問 吉仲 ☎(3900)5047

●コーラスそよかぜ 日 毎月第1・3木曜 午後1時30分～3時30分 場 中央公園文化センター視聴覚室 費1ヵ月3,000円 [PR] ポピュラー曲や抒情曲を混声合唱で楽しんでいます。

問 乃乃 ☎090(5584)2114

●朗読 ういろう会 日 毎月第2土曜、第4火曜 午前9時45分～11時45分 場 赤羽文化センター第2学習室 費1ヵ月2,000円 [PR] 田中泰子先生のご指導で各種作品の朗読を楽しんでいます

問 乃乃 ☎090(5584)2114

●サファイア 対50代～60代の方 日 毎月3回 木曜 午前11時～11時55分 場 北とぴあ 費(入)1,000円、1ヵ月3,900円 [PR] 外国人講師が教える楽しい初心者英会話です。

問 宮崎 ☎080(9870)3175

●仏像彫刻技芸会 日 毎月第2・4火曜または金曜 午後1時～4時 場 北とぴあ 費(入)1,000円、1回3,300円 [PR] 日本の美しい仏像を彫りませんか。初心者歓迎。見学可能

問 古島 ☎090(8518)0833

●健康麻雀雀幸木 日 毎週月曜または火曜 午後1時～5時 場 赤羽文化センター 費1回500円 [PR] 初心者・初級者歓迎。解りやすく教えています

問 西藤 ☎090(5560)6832

●JET英会話 日 毎週火曜 午前10時～11時45分 場 北とぴあ 費(入)1,000円、1ヵ月5,000円 [PR] 英会話に興味のある方、楽しく学びましょう。見学可能

問 渡辺 ☎090(8433)8160

●詩吟の会 日 毎月3回主に金曜 午後1時～5時 場 赤羽文化センター 費1ヵ月3,100円 [PR] 腹式呼吸なので健康にもよい。漢詩だけでなく短歌等も

問 田島 ☎090(7973)1908

<広告>この欄は北区内の事業ではありません、お問い合わせは各企業・団体へ

Ikebana Ryuseiha 自由花・立華・生花

明峯いけばな教室 生徒募集

北とぴあ教室 西ヶ原教室 体験レッスン有 http://ikebana-meihou.com/

レッスン日 火・水・土 萩原 TEL 03-3940-5709



## 地域を守る消防団員 大募集中!!

近年、地域を守る核となる消防団員の数が減っています。北区内の三消防団では、消防団員を募集しています。18歳以上で地域の消防団の区域内に居住、勤務または通学している、健康な方であれば、どなたでも入団することができます。

地域のために何かしたいけど、仕事が忙しい。体力的に心配。訓練がきつそう。とお考えの方、まったくそんなことはありません。ご自身の都合により無理のない範囲で参加できます。個人の体力、能力に応じた活動内容です。18歳から80歳までの消防団員が在籍し地域のために活躍しています。

また、女性消防団員も数多く活躍しています。

消防団員は、非常勤特別職の地方公務員で、年額報酬に加え訓練や災害に従事すると報酬が支払われ、さらに一定期間在籍すると退職報償金も支給されます。公務災害補償制度もあり、万が一災害によって生じた損害も補償されます。

今こそ、あなたも地域を守る消防団員になってみませんか。

詳しくは近くの消防団事務局までお問い合わせください。

- 問 王子消防署 ☎ (3927) 0119
- 赤羽消防署 ☎ (3902) 0119
- 滝野川消防署 ☎ (3916) 0119



特別区消防団HP



活動の様子

## 女性の活躍推進応援塾 再就職準備セミナー

### 「あなたは大丈夫? ライフステージごとに必要なお金から働き方を考えよう!!」

対 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で現在は離職中かつ再就職を希望する女性

日 10月29日(水) 午前10時~正午

内 出産・育児・受験・進学・介護など「ライフステージ」ごとに必要なお金は異なります。自分自身と家族にとって必要なお金を知り、再就職に向けて、自分に合った働き方を考えてみませんか。

師 キャリア&マネーデザイン室代表 鈴木茂美氏

定 30人(申込順)

申 9月24日(水)午前9時から申込フォーム、電話または直接窓口で申込

※保育(1歳以上の未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、10月1日(水)までに、お子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。

※雇用保険受給中の方には、受講証明書をお渡します。

※詳しくは区HPをご覧くださいか、お問い合わせください。

問 場 先 スペースゆう

(北区男女共同参画活動拠点施設)

(北とぴあ5階)

☎ (3913) 0161



鈴木茂美氏



区HP



申込フォーム

## 二十歳(はたち)のつどい (旧称:成人の日記念式典)

対 区内在住の平成17年4月2日から平成18年4月1日に生まれた方

日 令和8年1月12日(祝) 午前11時30分~正午 (10時30分開場)

場 北とぴあさくらホール

※対象の方には、12月上旬に案内状を送付します。

※詳しくは区HPをご覧ください。

問 生涯学習・学校地域連携課

☎ (3908) 9323



区HP



過去の様子

## 図書館で読書会

日 10月11日(土) 午後1時30分~3時

場 中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)

内 参加者同士で課題本についての感想を話し合います。一人で読むのとはまた違った本の読み方を楽しむ会です。小中高生の参加も大歓迎です。今回の課題本は『もうひとつのWONDER』(R.J.パラシオ/作 中井はるの/訳)です。

【あらすじ】生まれつき顔に障害のあるオーガストと友達のおはなし。いじめっ子のジュリアン、幼なじみのクリストファー、同級生のシャーロット、それぞれがオーガストとの関係のむずかしさに迷い悩みます。

申 当日、直接会場へ

問 中央図書館事業係

☎ (5993) 1125



「もうひとつのWONDER」 R.J.パラシオ/作 中井はるの/訳 ほるぷ出版

## 9月24日(水)~30日(火)は結核・呼吸器感染症予防週間です。 「長引いた 咳に結核 疑って 早い受診につなげよう」

### 結核の症状とは?

- ☑ 2週間以上続く咳
- ☑ 痰
- ☑ 発熱・微熱・寝汗
- ☑ 体がだるい
- ☑ 食欲がない
- ☑ 体重が減った

結核の初期症状は風邪と似ていますが、症状が目立たない場合もあり、発見が遅れることもあります。

### 結核ってどんな病気?

結核は、結核患者の咳やくしゃみのしぶきに含まれる結核菌を吸い込むことで感染します。



複十字シール運動 イメージキャラクター シールぼうや

### 結核は過去の病気ではありません

令和5年には年間10,096人の患者発生があり、1,587人(概数)が結核で亡くなっています。都内では令和5年に年間1,190人の患者発生がありました。

### 北区は全国と比べ結核が多いです!

北区では、令和5年に年間56人の方が新たに結核を発病しています。近年の患者数は減少傾向で推移していますが、罹患率(1年間に人口10万人あたりの発症した患者数)は15.6と全国平均(8.1)や、東京都平均(8.4)を上回っています。

### 早期発見のために大事なことは?

- ①咳や痰など風邪症状が長引いていると感じたら、事前に連絡のうえ、早めに医療機関を受診しましょう。
- ②職場や学校の定期健診、区で実施している後期高齢者健康診査等を利用し、年1回は胸部X線検査を受けましょう。
- ③乳幼児は感染すると発病・重症化しやすいため、生後5~8カ月の間にBCGの予防接種を受けましょう。

問 【後期高齢者健康診査について】

健診コールセンター ☎ (3919) 9603

【結核全般について】北区保健所保健予防課感染症係

☎ (3919) 3102



区HP

ご存じですか?

## B型肝炎給付金

- ☑ B型肝炎ウイルスに感染している
- ☑ 昭和16年7月2日~昭和63年1月27日生まれ



上記2つとも当てはまる方は、国から給付金を受け取れる可能性があります。対象になりそうかは、無料電話相談で確認できます。資料(カルテなど)がなくても相談可能です。制度に詳しい弁護士がお答えしますので、お気軽にお電話ください。

無料電話相談 0120-918-862 (受付) 平日9時~17時30分

東京弁護士会所属/弁護士法人マイタウン法律事務所 【マイタウン法律事務所東京事務所】東京都千代田区丸の内2-2-1岸本ビルディング6階

公益財団法人

## 青葉園

ふるさとのお墓をお引越しませんか? お墓のお引越しのご相談を承ります

「墓地」購入は ☎ 048-623-2111

所在地:〒331-0052 さいたま市西区三橋5-1505

墓地経営許可:埼玉県・32指令公衛取第1043号/宗旨・宗派・宗教不問



## 紙の博物館



〈広告〉 この欄は北区の事業ではありません。お問い合わせは各企業・団体へ

赤羽循環器内科  
AKABANE 画像クリニック

循環器内科・内科・心臓血管外科・放射線科  
●MRI(1.5テスラ) ●CT(80列) ●超音波画像診断装置

赤羽駅より徒歩10分 東京都北区赤羽台1丁目5番18号 ☎ 03-5948-6018

毎月第3木曜 12時15分~院内にて地域健康勉強会を開催中! 参加費無料

# 家族も自分も。「老い支度」はみんなの課題。

## 「今から考える、老い支度」連続講座

老い支度に早すぎるということはありません。お互いに支えあい、安心して年齢を重ねるために、「成年後見制度」や「ACP(※)」、「遺言」などについて、今から学んでみませんか。

**日場内師** 右表のとおり

**定** ①②③…100人、④…150人(いずれも抽選)

**申** 往復はがき(記入例参照。希望日(複数講座の申込も可能)、手話通訳等の配慮が必要な場合も記入)で、10月10日(金)(必着)まで

※同じ講座を申込み場合は1枚のはがきで2人まで申込可能

**問先** 〒114-0021 岸町1-6-17 (福)北區社会福祉協議会老い支度講座担当 ☎(3908)7280



漫オコンビ 青空一風・千風氏

開催日	講座名	時間	会場	講師
① 11月5日(水)	初めてのエンディングノートの書き方講座	午後1時30分～2時30分	北とびあ7階第二研修室	ミライフクリエイト代表 植咲えみ氏
	認知症に伴う法的問題(法定後見制度)	午後2時45分～3時45分		弁護士法人東京パブリック法律事務所 弁護士 飯田健太郎氏
② 11月18日(火)	いまさら聞けない老人ホームの基礎知識	午後1時30分～2時30分		㈱介護施設研究所 代表取締役 齋藤弘毅氏
	ACP(※)って何? 自分らしい医療・介護とは	午後2時45分～3時45分		日本大学医学部付属板橋病院 看護師 牛山実保子氏
③ 12月1日(月)	任意後見制度で将来に備えよう～身元保証等高齢者終身サポートと何が違うの?～	午後1時30分～2時30分	相澤司法書士事務所 司法書士 相澤浩輝氏	
	「遺言」のイロハ～書き方から手続きまで～	午後2時45分～3時45分	富永法律事務所 弁護士 富永忠祐氏	
④ 12月17日(水)	笑って学ぼう!成年後見! 市民後見ってなあに?	午後2時～4時	北とびあ15階ペガサスホール	漫オコンビ 青空一風・千風 (市民後見人 青空一風氏)

※ACP…「アドバンス・ケア・プランニング」人生の最終段階における医療・ケアについて、患者本人・家族・医療従事者が事前に話し合う取組



北區社会福祉協議会HP

# スペースゆう区民企画協働事業 産育休前にやる事、知る事! パパママ講座(全2回)

**対** 妊婦とパートナー

**日場内師** 右表のとおり

**内** 産後の心身のケアと円滑な職場復帰に必要なことをパートナーと一緒に考えてみましょう。

※セルフケアエクササイズ、妊婦体験をします。動ける服装でお越しください。さらしをお持ちの方はご持参ください。

**企画・運営** (一社)日本産後ダイエット協会東京支部

**定** 各15組(申込順) ※おひとりでの申込可

**申** 9月20日(土)午前9時から右記コード、電話または直接窓口で申込

※1日のみの申込可

※保育(1歳以上の未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、9月27日(土)までにお子さんの氏名・生年月日・性別をご連絡ください。

※詳しくは区HPをご覧くださいか、お問い合わせください。

**問場先** スペースゆう

(北區男女共同参画活動拠点施設) (北とびあ5階)

☎(3913)0161



申込フォーム



区HP

回	日程	講座内容	講師
第1回	10月19日(日)	産前産後の身体とボディケアとエクササイズ	パーソナルトレーナー 新井雅美氏
		産前産後の栄養	管理栄養士 稲垣友紀子氏
第2回	10月26日(日)	産育休取得前に職場ですること、復職準備	産業保健師 渡辺佳代氏
		パートナーシップ	ファザーリング・ジャパン 多摩支部代表 野崎聡司氏

**時間** 午前10時～11時30分 ※終了後、相談会あり(午前11時30分～正午)



第1回 新井雅美氏



第1回 稲垣友紀子氏



第2回 渡辺佳代氏



第2回 野崎聡司氏

# 商店街で起業したい! 商店街空き店舗での起業に対する補助

## 商店街空き店舗活用支援事業

**対** 区内商店街にある空き店舗を活用して、事業を行う起業家 ※要件あり

**内** 店舗改修費等及び店舗賃借料に対する補助金を交付します(下表のとおり)。

また、専門家による経営相談も受けられます。

**定** 後期募集5件(選考)

**申** 11月28日(金)までに、事前相談(要電話予約)を受け、12月12日(金)までに、区HPの申込フォームで申込

**問** 産業振興課商工係 ☎(5390)1235



区HP

		補助期間	賃借料		店舗改修費等	
			補助率	上限額	補助率	上限額
商店街空き店舗活用支援事業	生鮮三品販売店舗	2年	2/3	1年目7万円 2年目5万円	2/3	200万
	その他店舗		1/3			100万

# くらしのトラブル注意報

## 送りつけ商法

**相談事例** 実家に行ったところ、母親宛てに注文していない健康食品が届いており、定期購入と書いてある紙と払込用紙が同封されていた。

## アドバイス

- ・注文や契約をしていないにもかかわらず、一方的に送りつけられた商品は、直ちに処分することができます。
- ・一方的に商品を送りつけられても、お金を支払う必要はありません。商品を開封・処分しても支払い不要です。
- ・贈答品などの可能性もあります。まずは家族などに心当たりがないか確認しましょう。また、注文したことを忘れていないか思い返してみましょう。困ったときは、消費生活センターに相談してください。

**問** 消費生活センター ☎(5390)1142

**相談日時** 月～金曜(祝日除く) 午前9時30分～午後4時



# 10月はピンクリボンキャンペーン

## ピンクリボンとは?

乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。

乳がんは9人に1人がかかると言われ、日本の女性が最もかかりやすいがんです。



北區ピンクリボンマーク

## ブレスト・アウェアネスを知っていますか?

乳房を意識する生活習慣のことです。以下の4つのポイントがあります。

- ①自分の乳房の状態を知る
  - ②乳房の変化に気を付ける
  - ③変化に気が付いたらすぐ医師に相談する
  - ④40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける
- マンモグラフィ検査は、自分では見落としがちな小さながんの発見も可能です。あわせてセルフチェックは全世代の乳がん早期発見に有効です。

**問** 健診コールセンター ☎(3919)9603

**問** 健康政策課健康政策係 ☎(3908)9016



区HP(9月16日公開予定)▶

## 子どもを対象としたインフルエンザ 任意予防接種の助成を開始します

生後6か月から高校3年生相当年齢の区民が任意予防接種としてインフルエンザ予防接種を受ける際の接種費用の一部を助成します。

**[実施期間]** 10月1日(水)から令和8年1月31日(日)まで  
**[助成回数]**

- インフルエンザHAワクチン** 生後6か月～13歳未満の方…**2回**  
13歳～高校3年生相当の方…**1回**  
※13歳未満は13歳の誕生日の前々日まで
- 経鼻弱毒生インフルエンザワクチン** 2歳～高校3年生相当の方…**1回**  
※2歳未満のお子さんは使用できません。

**[助成額]**

- インフルエンザHAワクチン** 1回**2,000円**
- 経鼻弱毒生インフルエンザワクチン** 2歳以上～13歳未満の方…**4,000円**  
13歳以上の方…**2,000円**

**[接種方法]** 区HPに掲載している区内協力医療機関に母子健康手帳等をお持ちになり、接種を受けてください。接種に必要な予診票は区内協力医療機関に備え付けていますので、申込は不要です。ワクチンの納入時期は医療機関によって異なります。また医療機関により予約が必要な場合がありますので、事前に接種を希望する協力医療機関にご確認ください。  
**問**保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104



区HP

## 令和7年度定期予防接種情報 (高齢者インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症)

令和7年度の定期予防接種(高齢者インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症)は下表のとおり実施予定です。

予防接種	高齢者インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
実施期間	10月1日(水)～令和8年1月31日(土)	10月1日(水)～令和8年3月31日(火)
対象者	接種日当日に北区民であり、次の①②のいずれかに該当する方 ①満65歳以上の方(昭和36年1月1日以前に生まれた方) ※新型コロナウイルス感染症のみ、昭和36年4月1日以前に生まれた方も対象 ②満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に重い障害がある方(身体障害者手帳1級相当)	
予診票の送付	対象となる方に9月下旬以降、順次発送予定です。 ※これから65歳になる方は、65歳の誕生日を迎える頃に発送予定です。 ※予診票が届いても、対象年齢に達する前は使用できませんのでご注意ください。	
各自負担額	いずれも、一人1回につき、予診票に印字された金額	
	ただし、昭和29年4月1日以前に生まれた方(令和7年度中に72歳以上になる方)、または生活保護を受けている方は、自己負担金が免除されます。	

※令和7年9月10日現在の情報です。内容は見直される場合があります。

※詳しくは区HPをご覧ください。

**問**保健予防課保健予防係  
☎(3919)3104



区HP  
(高齢者インフルエンザ)



区HP  
(新型コロナウイルス感染症)

## 人と動物の共生を目指して 飼い主の責任と、マナーを守りましょう 動物愛護週間 9月20日(日)～26日(金)

🐾 ペットを飼う前に家族で考えましょう 🐾

- ペットの一生を愛情と責任を持って面倒をみることができますか(犬やネコは15年以上生きます)。
- ペットが飼える住まいですか。引っ越しの予定などありませんか。
- 家族もみんな賛成していますか。アレルギー体質の人など慎重な判断が必要な人はいませんか。
- 毎日、ペットの世話に時間と手間をかけられますか。
- 鳴き声や臭いなどで近隣トラブルになる場合があります。迷惑をかけないようにしつづけることができますか。
- ペットを飼い続けることが困難になった場合、新しい飼い主を見つけることができますか。

### ペットを飼っている方へ

- 最後まで責任を持って飼いましょう。
- 不妊去勢手術をしましょう。望まない繁殖を防ぐほか、生殖器疾患のリスク低下や発情期の問題行動がなくなるなどが期待されます。
- ペットの防災用品を備えましょう。また、普段から基本的なしつけをしておきましょう(人や他の動物を怖がらない・ケージなどに嫌がらずに入る・決められた場所でトイレをする等)。

### 犬の飼い主さんへ

- 頻りに吠える、長時間吠え続けることがないよう、しつけをしましょう。
- 放し飼いはせず、散歩のときはリードでつなぎ、短めに持ちましょう。
- 散歩の前に自宅で犬のトイレをすませ、路上や電柱などに尿をした場合はすぐに水で洗い流し、ふき取りましょう。フンは必ず自宅まで持ち帰りましょう。
- 登録の鑑札、注射済票は犬の首輪等に必ず付けましょう。迷子札の役目にもなります。
- 犬が人をかんだら、飼い主は保健所へ届け出なければなりません。



### ネコの飼い主さんへ

- ネコは屋内で飼いましょう。 ●身元表示をしましょう。
- 連絡先が明記してあれば、迷子の時等に、見つかりやすくなります。



### 飼い主のいないネコについて

「置きエサ」や「エサをまく」などはマナー違反です。やめましょう。近隣住民への迷惑や飼い主のいないネコの増加につながります。エサやりは、近隣への配慮を行い、マナーを守りましょう。

- ①エサは適量を容器に入れ、立ち会って与えましょう。
  - ②食べ残しや容器は必ず片付けましょう(食べ残しを放置すると、悪臭の発生や野鳥、ねずみなどの野生動物を寄せ付け、周辺環境が悪化する原因になります)。
  - ③フン尿を片付け、周辺を清掃しましょう。
  - ④不妊去勢手術をしましょう。望まない繁殖によるトラブル等を防ぐことができます。
- ※区では、予算の範囲内で飼い主のいないネコの不妊去勢手術費の一部助成をしています。また、不妊去勢手術等を実施することを要件としてネコの捕獲器の貸出を行っています。詳しくはお問い合わせください。

※保健所では動物の捕獲や保護は行っていません。

※動物の虐待・遺棄は法律で罰せられます。

**問**北区保健所生活衛生課生活衛生係 ☎(3919)0431

## 令和7年 北区文化芸術祭 in北とぴあ

共催 北区  
後援 北区教育委員会

行事名	開催日	開催時間	会場	事務局(担当)
美術展	10月30日(木) 11月3日(祝)	午前10時～午後6時 (最終日5時まで)	展示ホール (B1階)	北区美術会(遼町) ☎(3909)0621
謡曲大会	11月2日(日)	午前11時～午後5時 (10時45分開場)	つつじホール (3階)	北区謡曲連合会(松澤) ☎(3966)0804
珠算競技大会	11月3日(祝)	午前9時20分～午後2時 (9時開場)	飛鳥ホール (13階)	北区珠算教育連盟 (高島) ☎(3902)8118 (月～金曜 午後3時～7時)
吟剣詩舞道大会	11月3日(祝)	午前10時～午後4時30分 (9時30分開場)	つつじホール (3階)	北区吟剣詩舞道連盟 (五月女) ☎(5927)8399
民謡舞踊大会	11月3日(祝)	午前11時～午後5時予定 (10時30分開場)	さくらホール (2階)	北区・舞踊連盟(坂本) ☎(3910)8439
俳句大会	11月3日(祝)	午後1時～4時40分 (正午開場)	第二研修室 (7階)	北区俳句連盟(小笠原) ☎(3909)0842 当日のみ見学500円
合唱祭	11月9日(日)	午前11時～午後6時 (10時30分開場)	さくらホール (2階)	北区合唱連盟(安藤) ☎090(4379)9417
茶華道展	11月15日(土) 16日(日)	(華)午前10時～午後5時 (最終日4時30分まで)  (茶)午前10時～午後4時 (受付各日3時30分まで)	(華)展示ホール (B1階)  (茶)和室、茶室 (9階)	北区茶華道連盟(島村) ☎(3911)8223  当日お茶券必要 (2,000円) 体験コーナーあり。 当日受付(300円)
将棋大会	11月16日(日)	午前10時～午後5時 (9時20分開場)	飛鳥ホール (13階)	日本将棋連盟北支部 (清水) ☎(3917)0576
日本舞踊大会	11月16日(日)	午前11時30分～午後6時 (11時開場)	さくらホール (2階)	北区日本舞踊連盟 (松島) ☎(3910)8858
陶芸展	11月20日(木) 23日(祝)	午前10時～午後5時30分 (最終日4時30分まで)	展示ホール (B1階)	北区陶芸会(近藤) ☎(3949)6091
バレエ& モダンダンス	11月23日(祝)	午後3時30分～8時 (3時開場)	さくらホール (2階)	東京都北区洋舞家協会 (笠原) ☎(3902)2900
美術手工芸展	11月28日(金) 30日(日)	午前10時～午後5時 (最終日4時30分まで)	展示ホール (B1階)	北区美術手工芸連盟 (辻村) ☎(5974)8951

※開催・終了時間が変更になる場合があります。

**問**(公財)北区文化振興財団

☎(6338)5711

(月曜を除く 午前9時～午後5時)



## 高齢者向けスマートフォン講座

**対** スマートフォンをお持ちの区内在住の65歳以上の方 長寿支援課  
**日場** 下表のとおり  
**内** 初級コース…生活に役立つ基本機能を中心に学びます。  
 例: スマートフォンの基本操作、二次元バーコードの使い方、北区公式LINEアカウントの機能説明など  
 中級コース…インターネットやSNSを中心に学びます。  
 メールが使える方は中級コースがおすすめです。  
 例: YouTube、LINEの使い方など  
**定** 各10人(申込順) **申** 申込期間内に電話申込



日程	内容	会場	申込期間
10月2日(木)・3日(金)	初級コース 中級コース	豊島ふれあい館第2ホール (北区豊島3-27-22)	9月22日(月)~ 10月1日(水)
10月7日(火)・8日(水)	初級コース 中級コース	昭和町ふれあい館第3ホールA・B (昭和町3-10-7)	9月24日(水)~ 10月6日(月)
10月15日(水)・16日(木)	初級コース 中級コース	志茂ふれあい館第1ホールA (志茂1-34-17)	9月30日(火)~ 10月14日(火)
10月21日(火)・22日(水)	初級コース 中級コース	赤羽会館第6集会室	10月6日(月)~ 20日(月)
10月28日(火)・29日(水)	初級コース 中級コース	王子ふれあい館第2ホール (北区豊島1-14-12)	10月14日(火)~ 27日(月)

**【時間】**初級コース…午前9時30分~11時30分  
 中級コース…午後1時30分~3時30分  
**※2日間で完結する講座です。**  
 ※日程の変更などの情報は区HPでお知らせします。  
 ※会場の所在地など詳しくはお問い合わせください。  
**問先** 北区高齢者デジタルデバインド対策スマートフォン講座等事務局  
**☎** 0120(503)615  
**【受付時間】**月~金曜(祝日を除く) 午前10時~午後6時  
 ※電話が混み合う場合があります。あらかじめご了承ください。

## あるきたdeオンラインウォーキング

健康アプリ「あるきた」を活用したオンラインによるウォーキングイベントです。開催期間中に「あるきたコースチャレンジ」全コースの中から好きなコース(2コース)を歩いていただき、コースを制覇された方へあるきたポイントの付与やデジタルギフトが抽選で当たります。

**【期間】**10月1日水~31日金  
**【参加条件】**健康アプリ「あるきた」のダウンロードが可能な方  
**【達成目標】**「あるきたコースチャレンジ」全コースの中、2コースの制覇(自由選択)  
**【達成特典】**2コース制覇で1000ポイント付与。さらに、抽選でデジタルギフトを進呈します。  
**【参加方法】**開催期間中にアプリをダウンロードすると自動エントリーします。イベント案内前からアプリのダウンロードが済んでいる方は、自動でエントリーします。  
**問** 健康政策課健康増進係  
**☎** (3908)9068



区HP



## ひきこもり居場所事業(10月~12月) みんなの居場所

### 1. 家族の集い(懇談会)

~家族同士がつながり、悩みを打ち明け、楽になりませんか?~  
**対** ひきこもり状態にお悩みの方の家族、区内在住、在勤、在学のひきこもりにお悩みの方  
**日** 11月1日土 午後1時30分~4時30分  
**場** 赤羽会館4階小ホール  
**内** ひきこもり経験者を交えた懇談  
**定** 30人(申込順)  
**申** 10月31日(金)午後5時までに、右記コードまたは電話申込



申込フォーム

### 2. みんなの居場所

~困りごと相談コーナーも併設しています~  
 同じ悩みを持つ仲間や経験者と出会い、元気になるきっかけづくりの場です。  
 予約・申込不要。匿名での参加もできます。  
**対** 区内在住、在勤、在学でひきこもり状態にお悩みの方及びその家族  
**日場内** 下表のとおり

開催日	場所	特別プログラム(予定)	相談コーナー担当者
10月12日(日)	赤羽会館4階小ホール	アロマテラピー	社会保険労務士
10月16日(木)	北とびあ9階901会議室	パン屋さんが「しごと」について語る	臨床心理士
11月9日(日)	赤羽会館4階小ホール	ボードゲーム、カードゲームなど	公認心理師(保健師)
11月20日(木)	体験:成増駅北口集合 相談:北とびあ8階802会議室	農業体験	FP(キャリアカウンセラー)
12月14日(日)	赤羽会館4階小ホール	クリスマスイベント	公認心理師
12月18日(木)	北とびあ8階803・804会議室	タロット占い	医師(発達・精神領域)

**【時間】**午後1時30分~4時30分  
**申** 当日、直接会場へ

### 3. 電話相談

とりあえず相談してみたい、ただ気持ちを聞いてほしい…  
 「ひきこもり」に関することは、何でもご相談ください。相談料、通話料無料です。  
 予約不要・匿名で、ピアサポーターやカウンセラー等が相談をお伺いします。  
**対** 区内在住、在勤、在学でひきこもり状態にお悩みの方及びその家族  
**日先** 下表のとおり

開催日	開催時間	電話番号
10月19日(日)	午後1時~5時 ※1人30分程度 (最終受付4時30分)	一般電話 ☎(5944)5730
11月16日(日)		フリーダイヤル ☎0120(253)283
12月21日(日)		

**申** 当日、直接お電話ください。

=以下、共通=  
**問** NPO法人楽の会リーラ  
**☎** (5944)5730  
 (水・金曜 午後1時~5時)  
**EM** info@rakukai.com



区HP

## 国保

◆国民健康保険料納付書の送付  
 令和7年度10月期以降の国民健康保険料納付書を10月15日(水)に発送します。  
 すでに年間の保険料を納付済の方や口座振替の方、年金から差し引かれる方にはお送りしません。  
 ※会社などの健康保険に加入したとき、または家族の健康保険の扶養家族になったときは、国民健康保険をやめる手続きをしてください。会社などから区役所への連絡はありません。手続きに関しては区HPをご覧ください。



区HP

**問先** 国保年金課国保資格係 ☎(3908)1131

## 国民年金

◆年金生活者支援給付金制度  
 公的年金等の収入金額やその他の所得が一定基準額以下の方に、生活の支援を図ることを目的として、年金に上乗せして支給するものです。  
 受給している年金が老齢基礎年金・障害基礎年金・遺族年金のいずれかにより要件が異なるため、詳しくは特設サイトまたは電話でご確認ください。



特設サイト

**問先** 給付金専用ダイヤル ☎0570(05)4092  
 北年金事務所 ☎(3905)1011

## 東京都最低賃金改正

東京都最低賃金(地域別最低賃金)は令和7年10月3日から時間額1,226円に改正されます。  
 ※都内で労働者を使用する全ての事業場及び同事業場で働く全ての労働者(都内の事業場に派遣中の労働者を含む)に適用されます。  
 ※最低賃金の引上げに向けた環境整備のための支援策として、業務改善助成金等各種助成金制度を設けています。

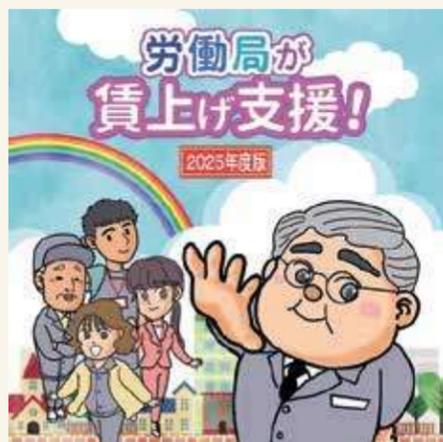


東京労働局HP

**【東京都最低賃金について】**  
**問** 東京労働局労働基準部賃金課  
**☎** (3512)1614  
 東京働き方改革推進支援センター  
**☎** 0120(232)865

**【業務改善助成金について】**  
**問** 令和7年度業務改善助成金  
 コールセンター  
**☎** 0120(366)440  
 東京働き方改革推進支援センター  
**☎** 0120(232)865

東京労働局雇用環境・均等部企画課  
**☎** (6893)1100



# つがる医療・福祉No.1

## 介護者のための摂食えん下講座 ～いつまでも安全にご飯を口から食べられるように～

**対**在宅療養高齢者の介護者、摂食えん下機能について関心のある方  
(区内在住、在勤の介護者優先)

**日**10月16日(木) 午前10時～11時30分  
**場**特別養護老人ホーム飛鳥晴山苑1階飛鳥ホール(西ヶ原4-51-1)

**内**①講義「安全に食べる・食べさせるための姿勢と食事介助」  
②実践「ベッド・椅子での摂食の姿勢づくり」

**師**東京北医療センターリハビリテーション室 言語聴覚士 長澤主紀氏

**定**50人(申込順)

**申**10月3日(金)までに、右記コードまたは電話申込

**問先**健康政策課地域医療係

**☎**(3919)9601



申込フォーム

## いきいき!サポーターの集い

**対**区内在住の65歳以上の方

**日**10月29日(水) 午後1時30分～3時30分  
**場**北とびあ15階ペガサスホール

**内**登録者による活動発表やパフォーマンス披露、活動内容と受入施設の紹介、受入施設担当者による活動相談会を実施予定です。

**申**当日、直接会場へ

**問**NPO法人東京都北区市民活動推進機構(北区NPO・ボランティアぶらざ内)(月曜、祝日休館)

**☎**(5390)1771

## 介護予防で元気はつらつサロン 「転ばぬ先の体づくり」

**対**赤羽北1～2丁目、赤羽北3丁目(1～2、6～15)、赤羽台4丁目2～15、17(9・25～65)、18、19、赤羽3丁目5(1・13～15)、6(10～26)、7～29に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方

**日**10月28日(火) 午後2時～3時  
**場**赤羽北区民センター2階第1ホールA(赤羽北2-25-8)

**内**歩くのに必要な筋肉を維持するための運動を講師が伝授します。

**師**あん摩・マッサージ指圧師 進藤知樹氏

**定**20人(申込順)

**申**9月24日(水)午前9時から電話申込

**問先**赤羽北高齢者あんしんセンター

**☎**(5948)5940

## 家族介護者教室「これって認知症?」

**対**区内在住の方 **日**10月11日(土) 午前10時30分～11時30分

**内**認知症とはどんな病気なのか、物忘れが気になったらどうすればいいのか、早く気づくメリットなどをわかりやすくお話しします。

**師**明理会中央総合病院認知症認定看護師 井之上礼子氏 **定**20人(申込順)

**申**9月22日(月)午前10時から電話申込

**問場先**十条高齢者あんしんセンター(上十条3-1-25帝京大学4号館1階)

**☎**(5948)9981

## 高次脳機能障害専門相談

**対**区内在住、在勤、在学の高次脳機能障害でお困りの方(18歳以上の本人・家族・介護者または支援機関の関係者)

**日**10月20日(月) 午後1時30分～3時20分

**内**保健師や公認心理師との面接

**師**専修大学教授 岡村陽子氏

**申**電話申込(事前予約制)

**問場先**障害者福祉センター事業係機能訓練室(中十条1-2-18)(月～金曜 午前9時～午後5時)

**☎**(3905)7121



区HP

## やさしい社交ダンス体験講座 ～初心者大歓迎! 楽しく踊って健康づくり!～

**対**区内在住、在勤の60歳以上で、医師から運動制限を受けていない方 ※利用の際には登録をお願いします(マイナンバーカード、健康保険証などの身分証明書をお持ちください)。

**日**11月5日(水) 午前10時30分～正午  
**場**滝野川東区民センター3階A・Bホール(滝野川1-46-7)

**内**初めての方でも安心してご参加いただけるやさしい社交ダンス講座です。音楽に合わせて基本のステップからペアでの踊り方まで丁寧にお伝えします。

※運動靴でお越しください。

**[持ち物]**いこいの家利用証

**師**プロ社交ダンス講師 鈴木 昇氏

**定**15人(抽選)

**申**9月25日(木)から10月10日(金)までに、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 ※抽選発表は10月14日(火)午前10時以降に館内・HPに掲載します。

**問先**滝野川老人いこいの家

**☎**(3915)5545 **FAX**(3915)5615

**EM**takinogawa-ikoioie@foryou.or.jp



滝野川老人いこいの家HP

## シニア就労支援集中講座 ～きらりあ塾～

**対**区内在住の60歳以上の求職者

**日**①10月8日(水) ②13日(祝) ③14日(火) 計3回 午前9時30分～午後0時30分

**内**就職活動に行き詰まった方、自信を失いかけた方に向けた介護予防も取り入れた就労支援です。基礎から実践まで、3日間丁寧な就活をサポートします。

①就労相談、自己分析  
②働き方相談、検索講座  
③履歴書の書き方、自己PRの作り方、書類選考対策の実践講座

※講座前に背筋を伸ばすストレッチを行います。

**定**15人(選考あり)

**申**9月30日(火)までに、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

※選考結果は10月4日(土)以降、本人にご連絡します。

**問場先**いきがい活動センターきらりあ北(王子5-2-5-101)

**☎**(5390)2220 **FAX**(5390)2233

**EM**kitaku-ikigai@foryou.or.jp



きらりあ北HP

## 志茂老人いこいの家10月のイベント

●志茂deつくろう

**対**区内在住の60歳以上の方

**日**①10月11日(土) ②12日(日)

1回目…午前10時～11時  
2回目…午前11時30分～午後0時30分  
3回目…午後1時～2時

**内**折り紙で作るハロウィンパンプキン

**定**各回5人程度(申込順)

**申**①10月4日(土)午前10時30分から、②5日(日)午前10時30分から電話または直接窓口で申込

※利用の際には登録をお願いします(健康保険証などの公的身分証明書をお持ちください)。

●ぬりえカレンダー

**日**10月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後4時

※詳しくはお問い合わせください。

=以下、共通=  
**問場先**志茂老人いこいの家(志茂1-2-22元氣ぶらざ内)

**☎**(3902)5608



元氣ぶらざHP

## 特別養護老人ホームの第3期受付を開始します

**対**身体上、精神上に著しい障害があるため常時介護を必要とし、居宅での介護が困難で、申込時点で要介護3以上と認定されている方または要介護1・2と認定されている方で特例条件に該当する方(いずれも入院治療が必要な方を除く)

※特例条件はお問い合わせください。

**日**10月1日(水)～11月29日(土)

※高齢相談係は11月28日(金)まで

**場**高齢福祉課高齢相談係(区役所第一庁舎1階9番)及び区内高齢者あんしんセンター(郵送の場合は高齢福祉課高齢相談係に、11月28日(金)(必着)まで)

**[申込書配布窓口]**高齢福祉課高齢相談係及び区内高齢者あんしんセンター

※9月20日(土)から各窓口で配布します。区HPからもダウンロードできます。

高齢福祉課は9月22日(月)から配布します。

**[申込に必要な物]**介護保険被保険者証、服薬の詳細がわかる書類(処方箋、お薬手帳のコピーなど)

**[特養施設見学会について]**令和6年度まで行っていた施設のバス見学は、現在は各施設での随時見学に変更しています。見学申込は希望の施設へ直接お問い合わせください。

**[その他]**要介護認定を受けていない方を対象とした都市型軽費老人ホームは随時申込を受け付けていますので高齢福祉課高齢相談係にご相談ください。

**問先**〒114-8508(住所不要)高齢福祉課高齢相談係特養担当

**☎**(3908)9083



## 2025口腔ケアサポートセミナー

共催 北区

**対**区内在住または介護関係職の方

**日**10月15日(水) 午後7時～9時  
**場**北とびあ7階第二研修室

**内**明日から始めるフレイル予防～お口の健康が窒息や誤嚥を防ぐ!～

**師**日本大学松戸歯学部教授 野本たかと氏

**定**120人(先着順) ※来場記念品あり

**申**当日、直接会場へ

**問**東京都滝野川歯科医師会事務局

**☎**(3918)8060

# 10月の健康に関する事業

北区保健所 <b>☎(3919)3101 FAX(3919)5163</b> HIV・梅毒検査、肝炎検査予約 <b>☎(3919)3102</b>				
区分	対象	実施日	受付時間	結果日
HIV・梅毒検査(即日検査)(予)※1)	匿名・無料(住所等の要件なし)	6日(月)	午後1時～1時45分	検査当日
		27日(月)		
腸内細菌検査(検便)(赤痢菌・チフス菌・O157など)※2)	区内在住、在勤、在学の方・有料	7日(火)	午前9時～午後3時	14日(火)以降
		14日(火)		20日(月)以降
		21日(火)		27日(月)以降
		28日(火)		11月4日(火)以降
肝炎検査(予)※3)	区内在住の20歳以上で、過去に検査未受診の方・無料	検査申込後にお送りする受診票をご覧ください。	北区から委託を受けた医療機関で実施します。受診する医療機関にお問い合わせください。	

(※1)梅毒検査は、HIV検査を受ける方で希望する方が対象。区HPからインターネット予約も可能です。  
(※2)容器の事前受け取りをおすすめしています。多人数の申込は、事前にお問い合わせください。  
(※3)区HPからインターネット予約も可能です。

王子健康支援センター	<b>☎(3919)7588 FAX(3919)5163</b>
赤羽健康支援センター	<b>☎(3903)6481 FAX(3903)6486</b>
滝野川健康支援センター	<b>☎(3915)0184 FAX(3915)0171</b>

区分	会場	実施日	詳しくはこちら
リフレッシュタイム(母親対象)～心の声をつぶやこう～(予)	王子	15日(水)	
	赤羽	9日(木)	
	滝野川	23日(木)	
精神保健相談(予)	王子	10日(金)	
	赤羽	7日(火)	
	滝野川	24日(金)	
専門医相談(依存症等)(予)	王子	30日(木)	

※相談・予約は各健康支援センターへお問い合わせください。

電話相談 10月の		北区医師会 医療電話相談		1日 内科		3日 眼科			
		[時間] 午後1時20分～2時50分		6日 婦人科		8日 内科			
		☎(5390)3131		13日 休み		15日 小児科		10日 耳鼻咽喉科	
				20日 整形外科		22日 泌尿器科		17日 内科	
				27日 内科		29日 皮膚科		24日 精神科	

### 子どもの幸せNo.1

大切な人と描く、わたしたちの子育て  
一心をつなぐパートナーシップと  
産後のイメージづくり

対 区内在住の妊婦とパートナー  
日 11月1日(土) 午後2時~4時30分  
場 北とびあ7階第一研修室  
内 妊娠期から育むパートナーシップや会話  
のコツ、赤ちゃんとの生活や準備について  
師 川崎こころのケアセンター 稲富正治氏  
助産師 奥平順子氏  
定 24組48人(応募多数の場合は抽選)  
申 9月23日(祝)から10月15  
日(水)までに、右記コードで  
申込  
問 王子健康支援センター  
☎(3919)7588 申込フォーム



### 幼児親子フッキング教室

対 区内在住の4歳~6歳(10月5日時点)の  
未就学児と保護者(2人1組)  
日 10月26日(日)  
①午前11時~午後0時30分  
②午後2時30分~4時  
※①②同一内容  
場 赤羽文化センター料理室  
(赤羽西1-6-1-301)  
内 メニュー...「自家製煮干だし」のスープ、  
ココロおにぎり ※食品の持ち帰り不可  
食育講座...そろえてみよう!「赤・黄・緑」  
師 北区楽しい食の推進員会  
定 各16組(抽選)  
費 1組500円  
申 10月5日(日)までに、右記  
コードで申込  
問 健康政策課健康増進係  
☎(3908)9068 申込フォーム



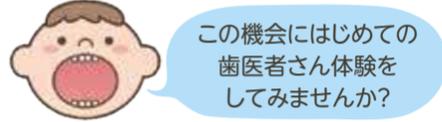
### ぱくぱく子どもごはん講習会

対 区内在住で9カ月~1歳2カ月頃のお子さ  
んの保護者  
(第1子・初めての方優先、保育なし)  
日 10月24日(金)  
①午前10時30分~11時30分  
②午後1時30分~2時30分  
内 離乳食後期・完了期から幼児食へのステッ  
プアップ方法 定 各10人(申込順)  
申 9月25日(木)午前9時から  
10月20日(月)までに、区HP  
の申込フォームで申込  
問 場 赤羽健康支援センター  
(赤羽会館7階) 区HP  
☎(3903)6481



### 歯っぴいファミリー講習会 ~はじめての歯医者さん体験~

対 区内在住の3歳11カ月までのお子さん  
と保護者  
日 10月31日(金) 午後1時30分から60分  
程度  
内 歯医者さんの雰囲気にならながら、お子さん  
の歯の生え方やかみ合わせをチェックしま  
す。家族でキレイなお口を育てましょう。  
師 北歯科医師会歯科医師  
定 20人(申込順)  
申 9月22日(月)から右記  
コードで申込  
問 場 王子健康支援センター  
(北区保健所1階) 申込フォーム  
☎(3919)7588



### 赤ちゃん学級(11月)

①妊婦向け  
対 区内在住の妊婦  
(出産予定月が令和8年1月~3月の方)  
定 13人(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8年1月~3月の方)  
定 各13組(抽選)  
=以下、①②共通=  
日 場 問 下表のとおり

①妊婦向け

日程	会場	問い合わせ先
10日(月)	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

②妊婦とパートナー向け

日程	会場	問い合わせ先
9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
15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
30日(日)	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

※車で来所はご遠慮ください。  
内 講座(お産の進み方・呼吸法、からだところ  
ろ、子育てのお話)、育児体験実習(お風呂の  
入れ方など ※お湯なし)、参加者の交流、  
②はパートナーシップのお話  
や妊婦体験  
申 10月1日(水)から10日(金)  
までに、区HPの申込フォーム  
で申込 区HP



### プレーパークで外遊び! 親子で秋を楽しもう

●袋町公園(赤羽北3-11-10)  
日 10月5日(日) 午前11時~午後4時30分  
●中央公園拡張部(十条台1-2-2)  
※中央図書館横  
日 10月6日(月)・13日(祝)・19日(日)・20日  
(月)・27日(月) 午前10時30分~午後5時  
=以下、共通=  
申 当日、直接会場へ  
※雨天実施、荒天候は中止ま  
たは延期  
問 北区で子どもの遊ぶ場を  
つくる会  
☎090(1767)9094 北区  
プレーパークHP  
※詳しくはHPをご覧ください。  
HP https://kita-asobo.jimdofree.com/  
子ども未来課子ども未来係  
☎(3908)9097



### 北区環境大学 家族で体験学習! 「植物の冬越し」

対 区内在住の4歳から就学前のお子さん  
と保護者(2人1組)  
※兄弟姉妹の同席不可  
日 11月16日(日)  
①午前9時30分~10時30分  
②午前11時~正午  
※①②同一内容  
内 身近な植物を題材に、体験を通して植  
物の冬越しについて学びます。内容をまと  
めた「マイ絵本」も作ります。  
※講座内容の理解度調査のため講座受講  
前・受講後にアンケートへの回答をお願い  
します。  
師 東京家政大学環境共生学科教員ほか  
定 16組(抽選)  
申 11月5日(水)までに、右記  
コードで申込  
問 場 東京家政大学環境共生  
学科 片田研究室 申込フォーム  
(板橋区加賀1-18-1)  
EM kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp



### ジュニア野球教室

主催 北区体育協会・東京都・  
(公財)東京都スポーツ協会  
対 区内在住、在学、在園の3歳~小学3年生  
と保護者  
日 10月19日(日) 午前9時30分~正午  
場 赤羽自然観察公園野球場  
(赤羽西5-2-34)  
申 10月12日(日)までに、右  
記コードで申込  
(当日会場受付可) 申込フォーム  
問 北区少年野球連盟副理事長 小島  
☎090(5345)1517  
HP http://kitakubb.blogspot.com



### 北区子どもプログラミング コンテスト作品募集

共催 北区教育委員会  
対 区内在住、在学の小・中学生  
内 プログラミングを使用した作品を募集し  
ます。優秀作品は令和8年1月24日(土)・25  
日(日)に赤羽文化センターで作品展示と表  
彰式を行います。  
申 11月16日(日)までに、HP  
で申込。詳しくはHPをご覧ください。  
問 NPO法人プログラミング プログラミング  
教育研究所HP  
☎090(8494)5524  
HP https://www.j-code.org/contest/



### お産準備講座 (プレママ&プレパパ講座)

後援 北区  
対 区内在住の妊婦(パートナーの同伴可)  
日 10月11日(土) 午前9時30分~11時  
30分(9時15分受付開始)  
場 赤羽会館3階第2和室  
内 お産の時の過ごし方、リラックス妊婦体操  
など  
[持ち物] 母子健康手帳、バスタオル、飲み物  
※動きやすい服装でお越しください。  
師 助産師  
定 10人(申込順)  
費 550円(当日支払)

申 10月5日(日)までに、Eメール(件名に「お  
産準備講座参加希望」、本文に参加者氏名を  
記入)またはX(旧Twitter)北区助産師会  
@kitakumidwifeの申込フォームで申込  
問 (公社)東京都助産師会北地区分会 奥平  
☎090(6276)2830  
EM kita.ku.midwife@gmail.com

### 子育てセミナー

後援 北区教育委員会  
夫婦で歩み寄るにはどうしたら良い?  
~夫婦それぞれの価値観と信頼を深めるす  
り合わせ方~  
日 10月8日(水) 午前10時~11時30分  
場 赤羽北ふれあい館2階第2ホール  
(赤羽北2-25-8)  
内 夫婦間の価値観の違いや子育て方針の  
ずれ。どのように解決していくか、心構えや  
すり合わせ方を学んで、より豊かで温かい夫  
婦関係を目指しましょう。  
師 (一社)倫理研究所生涯局講師  
吉田智子氏  
感情的にならない子育て  
~上手に感情の波をコントロールするコツ~  
日 10月19日(日) 午前10時~11時30分  
場 北とびあ9階第2和室  
内 愛しているからこそ、感情的になりやすい  
子育て。イライラして怒鳴ったり、手が出てし  
まったり...自分の感情に流されないで、感情  
の波をコントロールするコツや穏やかな自分  
でいられるポイントを学びましょう。  
師 (一社)倫理研究所生涯局講師  
黒木廣子氏  
=以下、共通=  
定 20人(申込順)  
費 300円  
申 電話申込(ショートメッセージ可)  
問 先家庭倫理の会北区  
木村 ☎070(1346)1130  
高橋 ☎090(4737)0461

### 子どものためのおはなし会

区内各図書館で、赤ちゃん向け、幼児向けなどのおはなし会・紙芝居を行っています。  
10月中に行われるおはなし会の日程など、詳しくは下記コードまたは図書館HPをご覧  
いただくか、お問い合わせください。  
問 各図書館 図書館HP  
(9月15日公開予定)

### 「北区・子どもの水辺」 池の生物観察とかいぼり見学

日 10月4日(日)~7日(水) 午前9時~正午  
※小雨決行  
場 荒川右岸河川敷(赤羽3-29先) ※新荒川大橋脇  
内 定置網に追い込んだ魚の観察(4日のみ)、かいぼり(池の底にたまった泥の洗い出し  
作業)の見学、干潟の清掃活動など  
申 当日、直接会場へ  
※汚れてもよい服装と靴でお越しください。  
問 荒川知水資料館北区事務室内  
北区・子どもの水辺協議会事務局  
☎(3903)1383  
[当日連絡先] ☎090(4916)1322

過去の様子

# 思いっきり遊ぼう! 学ぼう!

## ～令和8年度幼稚園・認定こども園(幼稚園枠)園児募集

幼稚園及びこども園は、遊びを通して豊かな体と心を育むことを目的とした学校です。それぞれの園は、独自の教育方針のもと、特色ある幼児教育を行っています。

また、北区独自の給食費無償化(\*)など、保護者の負担を軽減するさまざまな制度があります。

\*令和5年4月から、私立幼稚園等は最大月額5,000円を補助、区立認定こども園は給食を無償で提供しています。



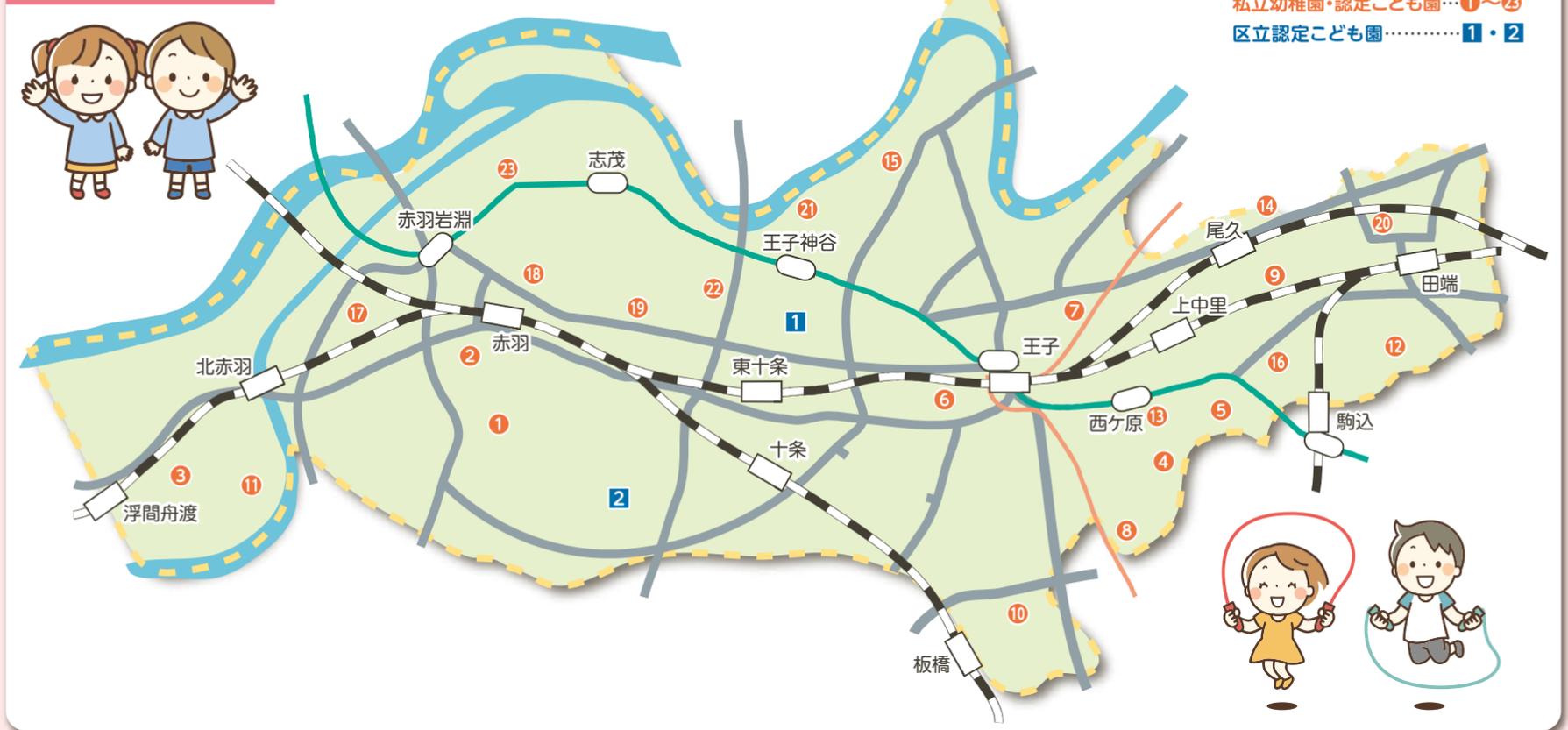
区HP  
(幼稚園紹介冊子)



区HP  
(補助制度(私立))



### 幼稚園所在地マップ



### 私立園について

**[入園願書の配付]** 10月15日(水)以降

**[願書受付・入園審査・手続き]** 11月1日(土)以降

\*募集クラス、日程及び手続き方法などは園によって異なります。また、認定こども園(保育園枠)は募集方法が異なります。詳しくは入園を希望する幼稚園等へお問い合わせください。

#### 私立幼稚園・私立認定こども園(幼稚園枠)一覧

地図No.	幼稚園名	所在地	電話番号
1	あかいとり幼稚園	赤羽台2-1-40	☎(3909)7000
2	赤羽幼稚園・赤羽こども園 ★	赤羽西1-36-1	☎(3906)6282
3	明日香幼稚園	浮間4-2-1	☎(3966)9750
4	飛鳥すみれ幼稚園	西ヶ原3-23-13	☎(3917)1355
5	石川幼稚園	西ヶ原1-48-16	☎(3910)5411
6	いなり幼稚園 ●	岸町1-12-25	☎(3909)9929
7	桜輪幼稚園	堀船1-34-12	☎(3911)0211
8	榎の木幼稚園 ●	西ヶ原4-48-3	☎(3917)6632
9	上中里幼稚園 ★	上中里2-2-3	☎(3912)4155
10	木内鳩の家幼稚園 ★	滝野川6-39-15	☎(3916)0940
11	北幼稚園 ●	浮間3-10-15	☎(3966)0526
12	光明院幼稚園	田端3-21-5	☎(3821)0006
13	島田第一幼稚園	西ヶ原2-44-9	☎(3910)3856
14	城北ひまわり幼稚園	昭和町1-8-10	☎(3800)1662
15	すずらん幼稚園 ○	北区豊島6-9-18	☎(3919)0790
16	聖学院幼稚園	中里3-13-2	☎(3917)2725
17	星美学園幼稚園 ※	赤羽台4-2-14	☎(3906)0052
18	聖母の騎士幼稚園	赤羽2-1-12	☎(3902)3533
19	成立学園幼稚園 ○	東十条6-17-10	☎(3902)2120
20	田端さくら幼稚園	東田端2-7-10	☎(3800)6711
21	成徳幼稚園	北区豊島8-24-2	☎(3911)6337
22	富士見幼稚園	神谷3-52-3	☎(3901)4819
23	明照幼稚園 ○	岩淵町2-8	☎(3901)2400

★は、幼稚園型認定こども園(幼稚園が保育所的機能を備えた施設)です。

●は、子ども・子育て支援新制度に移行した幼稚園です。

○は、令和8年4月から子ども・子育て支援新制度に移行する予定の幼稚園です。

※星美学園幼稚園は令和8年4月から「サレジオ国際学園幼稚園」に園名変更する予定です。

問各私立幼稚園等

### 区立園について

**対** 令和8年4月1日現在北区に住所を有する令和3年4月2日から令和4年4月1日までに生まれた4歳児で、心身ともに年齢相応な発育をしている幼児、またはわずかな手助け(日常生活上、部分的な介助)があれば、集団の中でほかの幼児と一緒に園生活をする事ができる幼児

\*申込(抽選の場合は抽選)後、健康診断・行動観察・面談をして入園を決定します。

**[入園時期]** 令和8年4月

**[募集方針]** ①応募幼児数が当該園の定数を上回った場合は抽選となります。ただし、応募幼児の兄または姉が希望園の4歳児クラスに在園中の場合、無抽選となります。

**[入園募集案内及び申込書の配布期間・場所]** 9月18日(木)～10月3日(金) 各区立認定こども園、区民事務所、子ども家庭支援センター(王子6-7-3)及び学校支援課(区役所滝野川分庁舎1階)など

**[申込受付日時・場所]** 10月2日(木)・3日(金) 午後2時～4時

入園を希望するこども園(第一希望の園)

**[募集人数など]** 下表のとおり

#### 区立認定こども園(幼稚園枠)園児募集定員

地図No.	園名	所在地	4歳児	電話番号
1	さくらだこども園	王子5-2-6-103	24人	☎(3914)8486
2	うめのきなかよしこども園	西が丘2-21-15	30人	☎(3906)7643

問学校支援課学校支援係 ☎(3908)9293





# お知らせ

## ◆第1回北区岩淵周辺地区かわまち推進検討会

日 9月26日(金) 午後5時から  
 場 荒川下流河川事務所1階アモアホール (志茂5-41-1)  
 内 北区岩淵周辺地区のかわまちづくりについて  
 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ ※車でのご来場はご遠慮ください。  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。  
 問 まちづくり推進課 区HP  
 ☎ (3908) 9154

## ◆第1回北区地域包括ケア推進計画策定検討委員会

日 10月2日(木) 午前10時から  
 場 区役所別館2階第一研修室  
 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ  
 問 高齢福祉課高齢福祉係  
 ☎ (3908) 1158

## ◆第6回東京都北区スポーツ推進計画検討委員会

日 10月7日(火) 午後7時から  
 場 北とびあ7階第1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

## ◆第4回(仮称)北区公民連携推進条例の制定に向けた検討会

日 10月7日(火) 午後6時30分から (2時間程度)  
 場 北とびあ14階スカイホール  
 内 (仮称)北区公民連携推進条例やガイドラインの案文について  
 申 傍聴希望の方は、右記コードで申込  
 問 しごと連携担当課 申込フォーム  
 ☎ (3908) 1226

## ◆第3回東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会

日 9月26日(金) 午後1時40分から (0時40分受付開始) (予定)  
 場 東京区政会館20階202・203会議室 (千代田区飯田橋3-5-1)  
 定 30人(先着順)  
 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ  
 問 東京二十三区清掃一部事務組合議会事務局 ☎ (5210) 9730

## ◆夕焼けチャイムの放送時刻が変わります

10月から午後4時30分に放送します。引き続き区民の皆様のご理解・ご協力をお願いします。  
 問 生涯学習・学校地域連携課  
 ☎ (3908) 9323

### 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人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

## ◆耐震キャンペーン

- ①FC東京と連携した体験型イベント  
 日 9月28日(日)  
 場 味の素スタジアムアジパング広場 (調布市西町376-3)
- ②「防災クエスト」を活用した防災イベント出展  
 日 9月1日(月)～令和8年1月17日(土)の間に複数回 場 都内各所
- ③建物の耐震改修工法等の展示会(耐震シェルターの实物も展示!)  
 日 10月12日(日)・13日(祝)  
 場 新宿駅西口広場イベントコーナー
- ④耐震改修成功事例見学会
- ⑤木造住宅耐震化セミナー&個別相談会  
 =以下、①～⑤共通=  
 ※申込方法など詳しくはHPをご覧ください。  
 問 東京都2025年度耐震キャンペーン事務局  
 ☎ (5388) 3362 東京都耐震ポータルサイト

## ◆建築物等耐震化の支援を行っています

- ①木造民間住宅耐震化促進事業(耐震診断)  
 対 区内に木造2階建て以下の住宅で平成12年5月31日以前に建築に着手した建物をお持ちの方  
 内 耐震診断に要した費用の10/10の額(限度額13万円)を助成します。
- ②ブロック塀耐震アドバイザー派遣事業  
 対 道路等に面していて、高さが1mを超えるコンクリートブロック塀をお持ちの方  
 内 ブロック塀を対象に無料でアドバイザー(建築士)を派遣して調査・助言を行います。
- ③がけ・擁壁改修アドバイザー派遣事業  
 対 高さ2mを超える(道路に面している場合は1.5m以上)がけ・擁壁をお持ちの方  
 内 がけ・擁壁を対象に無料でアドバイザー(建築士)を派遣して調査・助言を行います。  
 ご利用には一定の条件があり、事前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。  
 問 先 建築課構造・耐震化促進係 (区役所第一庁舎7階4番) 区HP  
 ☎ (3908) 1240

## ◆行政書士会・王子公証役場合同無料相談会

後援 北区  
 日 10月7日(火) 午前10時～午後3時  
 場 区役所第一庁舎1階ロビー  
 内 公正証書の作成、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務相談に応じます。  
 申 原則、電話申込(当日の会場受付も可)  
 問 先 東京都行政書士会北支部  
 ☎ (5963) 7437

## 休館

上十条区民センター(上十条ふれあい館)  
 日 10月12日(日)・13日(祝)、11月2日(日)・3日(祝)  
 問 地域振興課区民施設係  
 ☎ (5390) 0095

### 障害者福祉センター

日 10月13日(祝)  
 問 障害者福祉センター  
 ☎ (3905) 7111  
 志茂老人いこいの家  
 日 10月14日(火)～16日(木)  
 問 志茂老人いこいの家  
 ☎ (3902) 5608

### 元気づらざ

日 10月14日(火)～16日(木)…全館休館  
 17日(金)～23日(木)…プールのみ休館  
 問 元気づらざ ☎ (5249) 2214  
 豊島ふれあい館  
 日 10月中旬～11月下旬  
 ※館内の一部の部屋の貸出を休止します。  
 問 地域振興課区民施設係  
 ☎ (5390) 0095

### 赤羽図書館・東田端図書館

日 10月21日(火)～23日(木)  
 問 中央図書館 ☎ (5993) 1125  
 赤羽文化センター  
 日 10月21日(火)  
 問 赤羽文化センター ☎ (3906) 3911

### 豊島図書館

日 11月1日(土)～17日(月)  
 問 中央図書館 ☎ (5993) 1125

## 講座・催し

### ◆エコベルデみどりの教室 どんぐりアクセサリをつくろう

対 区内在住、在勤、在学、在園の5歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)  
 日 10月13日(祝) ①午前10時 ②11時 ③午後0時30分 ④1時30分 ⑤2時30分  
 ※30分毎の入替制  
 内 公園内では、どんぐりが楽しめる季節です。好きなどんぐりを使ってアクセサリを作ります。  
 定 各回4人(先着順)  
 費 150円 申 当日、直接会場へ  
 問 場 みどり環境の情報館(エコベルデ) (北区豊島5-6-1)(月・火曜休館)  
 ☎ (3913) 8340

### ◆北区環境リーダー養成講座(スタンダードコース) はじめよう、子どもの導き

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上で終日参加できる方  
 日 11月9日(日) 午前10時30分～午後4時  
 内 子ども向け環境学習講座をサポートするために必要な知識やスキルを身に付けます。 師 東京家政大学環境共生学科教員ほか  
 定 16人(抽選) 申 10月29日 申込フォーム  
 問 場 東京家政大学環境共生学科片田研究室(板橋区加賀1-18-1)  
 EM kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

### ◆北区飛鳥山博物館 学芸員リレー講座「植物にまつわる3つのお話」

日 10月19日、11月9日、12月21日 各日曜  
 午後2時～3時30分 場 同館講堂  
 内 「植物」について、3人の学芸員がそれぞれの視点でお話します。  
 師 同館学芸員 定 60人(抽選)  
 費 各回200円  
 申 往復はがき(記入例参照)または電子申請で、10月6日(月)(必着)まで  
 ※電子申請は午後4時まで 申込フォーム  
 問 先 〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館(月曜休館)  
 ☎ (3916) 1133

### ◆赤羽文化センター区民講座 「もしものときに役に立つ! 在宅避難時の防災クッキング」

対 区内在住、在勤、在学の方  
 日 10月23日(木) 午前10時～正午  
 師 元家庭科教員 高橋みどり氏  
 定 16人(抽選)  
 費 500円程度  
 申 往復はがき(記入例参照)または右記コードで、10月8日(水)(必着)まで 申込フォーム  
 問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター  
 ☎ (3906) 3911

### ◆赤羽イノベーションサイト イベント情報

[赤羽イノベーション大学講義]  
 ●起業という働き方・自分らしく輝く選択肢を考える～子育て・居場所編～  
 日 10月1日～22日 毎週水曜 計4回  
 いずれも午前10時～正午  
 ●あなたの事業が伝わる! 「選ばれる名刺」の作り方  
 日 10月18日(土) 午後1時～4時  
 [交流会]  
 ●「北区を音で伝える仕事」～しづさわくんFM統括ディレクター・高野さんと語るまちとメディア～  
 日 10月10日(金) 午後6時～8時  
 =以下、共通=  
 申 HPの申込フォームで申込  
 問 赤羽イノベーションサイト  
 EM info@akabaneinnovation.com



### ◆荒川クリーンエイド2025～荒川でちょっといいことゴミ拾い～

日 10月25日(土) 午前10時～正午  
 ※雨天中止  
 場 荒川岩淵関緑地周辺  
 内 河川敷のゴミ調査、清掃及び水質検査  
 申 9月26日(金)までに、電話申込  
 問 先 道路公園課河川係  
 ☎ (3908) 9213

### ◆つくってあそぶけん玉ワークショップ

日 10月5日(日) 午後2時～3時30分  
 内 身近な材料(ペットボトルや紙コップ)を使って楽しく「手作りけん玉」の作り方を教えします。材料は用意します。  
 師 みんなで楽しむけん玉教室代表 大久保繁氏  
 定 15人(申込順)  
 申 10月4日(土)までに、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  
 滝野川老人いこいの家HP  
 ※未就学児は保護者と一緒にご参加ください。  
 ※区内在住、在勤の60歳以上の方は登録をお願いします(マイナンバーカード、健康保険証などの身分証明書をお持ちください)。  
 問 場 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

### ◆赤羽イノベーションサイト 観光PRコーナーイベント ～デザインマンホールを探しに 行こう!～

**日**10月25日(土) 午前10時30分から1時間程度(10時30分赤羽駅北改札東口集合)  
 ※小雨決行、荒天中止  
**内**赤羽の4つのデザインマンホール(荒川放水路通水100周年記念、清野とおる、赤羽台、リヴェルン)を観光ボランティアガイドがご案内します。 ※参加者はマンホールカードを受け取れます。  
**[コース]**赤羽イノベーションサイト観光PRコーナー(出発)、各デザインマンホール、稲付西山公園(解散)  
**定**15人(抽選) **申**10月5日(日)までに、右記コードで申込  
**問**産業振興課観光振興担当   
**☎**(5390)1234 申込フォーム

### ◆赤羽文化ひろば10月のプログラム

**写真作品展**  
**日**10月8日(水) 午後1時～5時  
 9日(木)～13日(祝) 午前10時～午後5時  
 14日(火) 午前10時～午後4時  
**内**赤羽文化センター利用団体による日頃の学習成果を発表するイベントです。北区内及び近郊の自然を観察しながら山・川・湖・花を写真に撮りました。  
**[参加団体]**北区内自然写真クラブ  
**申**当日、直接会場へ  
**問**場赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) **☎**(3906)3911



過去の様子

### ◆NPO法人入門講座

**対**NPO法人の設立を考えている方、関心のある方  
**日**11月13日(木) 午後6時30分～8時30分  
**内**全国でおよそ5万、区内には150前後のNPO法人があり、地域や社会のためにさまざまな活動を行っています。本講座では、NPO法人とはどのような団体でどんな活動をしているのか、NPO法人を設立するために必要な手続きは何かなどの基礎について学びます。  
**定**4人(申込順) **費**800円  
**申**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)、電話または直接窓口で申込  
**問**場先北区NPO・ボランティアぶらざ(北とびあ4階)(月曜、祝日休館)  
**☎**(5390)1771  
**EM**plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp



ボランティアぶらざHP

### ◆福祉のしごと総合フェア

**主催** 北区・北区社会福祉協議会  
**共催** ハローワーク王子・東京都福祉人材センター  
 福祉職の就職・合同相談・面接会・物品販売等を開催します(履歴書不要、服装自由)。  
**対**区内で働きたい方  
**日**10月10日(金) 午後1時～4時(受付3時30分まで)  
 ※事前予約なし・入退場自由  
**場**北とびあ13階飛鳥ホール  
**内**事業者の個別相談ブース  
**問**北区社会福祉協議会  
**☎**(3906)2352

### ◆北区民秋季ふな釣大会

**共催** 北区  
**対**区内在住、在勤、在学の中学生、高校生及び小学生以下のお子さんと保護者  
**日**10月12日(日) 午前6時に王子駅前公園(三角公園)集合(6時20分出発 バスで現地に向かいます) ※雨天決行  
**場**茨城県稲敷市新利根川～上の島新川～横利根大橋～十二橋駅周辺  
**内**生きたふな10匹の重量で競います。  
**定**45人(申込順)  
**費**6,000円(中学生以下3,000円)  
**申**10月6日(月)までに、Eメール(記入例参照)または電話申込  
**問**先北区釣魚連合会理事長 戸田  
**☎**070(5584)2853  
 同副会長 和田  
**EM**abc-wada@s2.dion.ne.jp

### ◆第5回 合気道&護身 初心者体験教室

**後援** 北区教育委員会  
**対**区内在住、在勤で中学生以上の方  
**日**10月17日～11月14日 毎週金曜  
 計5回 午後7時～8時20分 ※途中参加可  
**場**滝野川体育館第二武道場(西ヶ原2-1-6)  
**内**合気道の技を基本的な護身に生かします。  
**定**15人程度(申込順)  
**費**500円(初回のみ)  
**申**HPのお問い合わせメールで申込  
**問**北区合気倶楽部 鈴木   
**☎**080(1143)4234 北区合気倶楽部HP  
**HP**<https://kitakuai.com/>

### ◆渋沢栄一の願いとは ～戦後80年記念～

**後援** 北区教育委員会  
**日**10月1日(水) 午後6時開場・開演  
**場**北とびあつつじホール  
**内**渋沢栄一が願った平和活動である日米の「人形大使交流」が今も両国で行われている史実をご存じですか。そしてその活動の一端を担った童謡「青い眼の人形」。映像とトークと芝居と音楽で知って楽しむ舞台です。  
**定**400人(申込順)  
**費**大人4,000円、子ども2,500円(当日券は500円増)  
**申**右記コードで申込  
**問**歌で伝える歴史文化の会   
**☎**(3906)1984 申込フォーム

### ◆第20回北区環境展

**後援** 北区・北区教育委員会・国土交通省荒川下流河川事務所  
**日**10月18日(土) 午前11時30分～午後3時  
**場**滝野川小学校  
**内**区内で環境活動を行っているNPO・ボランティア団体、学校、行政、企業などが実行委員となり開催します。校庭のテントブースでは、体験や実験などを通して、楽しみながら自然や環境について学び、地域とのきずなを深めます。体育館では、参加小・中学校の児童・生徒が環境について学んだ成果を、舞台発表とパネル展示で紹介し、フードドライブ(ご家庭の未利用食品の寄付)及び古着古布回収の受付も行います。  
**費**原則無料(一部のブースは材料費実費が必要)  
**申**当日、直接会場へ  
**問**北区環境展実行委員会事務局(北区NPO・ボランティアぶらざ内)  
**☎**(5390)1771



## スポーツ

### ◆「ボッチャ」を通じて障害者スポーツ ボランティアについて知ろう! 体験しよう!

**日**11月16日(日) 午後2時～5時  
**場**東京都障害者総合スポーツセンター(十条台1-2-2)  
**内**年齢、性別、体力、障害の有無に関係なく、誰でも楽しめる障害者スポーツの「ボッチャ」を通して、さまざまな人と関わり、相手の気持ちに寄り添い行動すること、他者の目線で物事を考えること、コミュニケーションをとることの大切さを学びませんか。  
 ※冒頭1時間は施設見学  
**師**東京都障害者総合スポーツセンター職員   
**定**40人(申込順)  
**申**11月15日(土)午後5時までに、Eメール(記入例参照)、電話 ボランティアぶらざHP  
 または直接窓口で申込  
**問**先北区NPO・ボランティアぶらざ(北とびあ4階)(月曜、祝日休館)  
**☎**(5390)1771  
**EM**plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp  
**HP**<https://kitaku-vplaza.tokyo.jp/>

### ◆れっど★しゃっふる クラブフェスタ2025

**共催** 北区  
**日**10月25日(土)  
**場**赤羽体育館(志茂3-46-16)  
**内**①小学生バドミントン教室…午後5時20分～6時50分  
 ②小学生フットサル体験…午後1時～2時  
 ③三線体験…午後0時30分から、1時から、1時30分から(各回30分)  
 ④卓球ミニ大会(年齢、経験別)…午前10時～午後8時  
 ⑤シニア向けからだメンテナンス～足・膝・腰～…午後1時～2時30分  
 ⑥ヨガ体験…午前10時30分から、11時30分から(各回30分)  
**[協力]**赤羽体育館、元気ぶらざ、ヨネックスバドミントンアカデミー、ラケットショップフジ、翔卓T.T.C、トライネットワーク  
**費**①～⑤無料、⑥500円  
**申**10月1日(水)までに、右記コードで申込   
 ※詳しくは右記コードをご覧ください。  
**問**NPO法人れっど★しゃっふる 村上  
**☎**080(1338)0297

### ◆第18回北区キンボールスポーツ 交流大会 KITA-CUP2025

**主催** 北区スポーツ推進委員協議会  
**共催** 北区  
**対**小学1年生以上のキンボール愛好者  
**[種目及び募集数]**  
 チャンピオン…10チーム  
 チャレンジB(中学生以上のチーム・両手ヒットのみ)…14チーム  
 ジュニア(小学4年生～6年生で編成)…15チーム  
 デビュー(小学1年生～3年生3人以上と中学生以上1人で編成)…7チーム  
 ※申込の状況などにより変更の場合あり  
 ※1チーム4～8人編成  
**日**11月23日(祝) 午前10時～午後5時(9時受付開始)  
**場**滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)  
**費**チャンピオン・チャレンジB…1チーム3,000円  
 ジュニア・デビュー…1チーム2,000円  
 ※保険料を含む、当日受付で支払い  
**申**10月10日(金)までに、下記コードまたはHPで申込  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。  
**問**スポーツ推進課スポーツ推進係  
**☎**(5390)1134  
**HP**<http://sports-kita.com>



北区スポーツ推進委員協議会HP



申込フォーム

### ◆第7回北区ボウリングフェスティバル

**後援** 北区体育協会  
**対**区内在住、在勤、在学の方、三恵クラブ会員、サンスクエアボウル会員  
**日**10月5日(日) 午後2時から(1時30分集合) ※3ゲーム行います。  
**定**20人(申込順)  
**費**1,800円(貸靴代含)  
**申**9月19日(金)から30日(火)までに、ファクス(記入例参照)、電話または直接会場で申込  
**問**場先王子サンスクエアボウル(王子1-4-1)  
**☎**0120(300)863  
**FAX**(3914)4516

## スマイルスポーツデイ (旧北区ハートスポーツフェスタ)

### 日10月19日

- ①簡単20分エクササイズ体験会 午後1時～2時50分
- ②eスポーツ体験会 ④ボッチャ体験会 午前10時～正午
- ③アルティメット&ディスクゴルフ体験会  
アルティメット…午後1時30分～2時30分  
ディスクゴルフ…午後2時30分～3時30分

=以下、①～⑦共通=

**場**赤羽体育館(志茂3-46-16)  
 ①②メインアリーナ ③⑦多目的ルーム  
 ④⑤エクササイズスタジオ  
 ⑥サブアリーナ  
**申**当日、直接会場へ  
**[持ち物]**室内履き  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。 区HP  
**問**スポーツ推進課スポーツ推進係 **☎**(5390)1134



eスポーツ体験会イメージ

# 高齢者及び障害者 省エネエアコン 購入費助成事業

東京都では現在実施中の「東京ゼロエミポイント事業」において、令和7年8月30日以降の購入分から、高齢者や障害のある方が、対象の省エネエアコンを購入した場合の支援を拡充することを決定しました。

これに伴い、北区では、ご家庭にエアコンがない世帯、または故障等により使用できるエアコンがない世帯の高齢・障害のある方が、拡充後の「東京ゼロエミポイント事業」を利用してエアコンを購入された場合(令和7年8月30日以降の購入分を対象)に区独自で助成額の上乗せを実施する予定です。

9月議会で承認を得てから実施する予定ですので、「購入時のレシート(原本)」や「東京ゼロエミポイントに関するお知らせ(ハガキ)」など大切に保管ください。なお、「東京ゼロエミポイントに関するお知らせ(ハガキ)」は、都事業を利用して購入された方に、後日、東京都から郵送されます。

現在、10月を目途に事業の実施に向けて準備中ですので、詳しい内容が決まりましたら、北区ニュースや区HPでご案内します。

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎(3908)1158  
障害福祉課障害福祉係 ☎(3908)9085



区HP

# 10月は骨髄バンク推進月間です

2025年7月末現在、骨髄などの提供希望者(ドナー)登録数は、全国で56万人を超えていますが、兄弟姉妹以外での適合の確率はとても低く、まだまだ多くの方のご協力が必要です。

(公財)日本骨髄バンクでは、移植を待つ患者さんのために提供希望者(ドナー)登録をお願いしています。詳しくはHPをご覧ください。

【骨髄ドナー登録について】

問 (公財)日本骨髄バンク ☎(5280)1789

HP <https://www.jmdp.or.jp>

【北区骨髄移植ドナー支援制度】

対 日本骨髄バンクが実施する事業で過去1年以内に骨髄・末梢血幹細胞の提供を行ったドナーまたはドナーが勤務する国内の事業所 ※ドナーの方は提供時点で区内に住所を有していたこと、事業所は提供時点でドナーを雇用していたことが必要です。

内 骨髄などの提供のための検査や手術の通院・入院日数に応じた助成金

【助成金】ドナー本人1日2万円、事業所1日1万円 ※いずれも上限7日分

問 北区保健所保健予防課保健予防係 ☎(3919)3104



# 自転車の 代わりに置こう 思いやり

## ～駅前放置自転車クリーンキャンペーン～

問 自転車コールセンター ☎(3908)1232 土木管理課自転車対策係 ☎(3908)9218

通勤や通学、買い物など、数分から数時間置かれた自転車が「放置自転車(※)」として社会問題になっています。自転車は、環境に優しく手軽で便利な乗り物ですが、路上に放置されると、歩行者の通行障害となり、特に車イスの方や目の不自由な方などにとっては、わずかな時間でも大変危険なものとなります。また、交通事故の原因や、災害の際に避難、消防活動等の妨げにもなりかねません。

区では、警察署や鉄道事業者、金融機関等と共同でクリーンキャンペーンを実施します。

期間中は、自転車駐車場利用の呼びかけを行うとともに、駅周辺の放置自転車撤去作業を強化します。ワイヤー錠などで公共物に固定されている場合は、切断して撤去します。切断したのものについては責任を負いません。撤去された自転車を引き取る際には移送手数料として5,000円がかかります。

※放置自転車とは…利用者が離れていてただちに移動できない状態の自転車のこと。

●姥ヶ橋自転車移送場所(十条駅周辺の移送先)	●赤羽西口自転車移送場所(赤羽駅西口周辺の移送先)	●赤羽南口自転車移送場所(赤羽駅東口・南口周辺の移送先)	●堀船自転車移送場所(王子駅・田端駅周辺の移送先)
【所在地】上十条5-14先	【所在地】赤羽台4-1-3	【所在地】東十条6-1-28	【所在地】堀船2-28

**日程**

十条駅周辺 10月2日(木)～5日(日)	駒込駅周辺 10月9日(木)～12日(日)
田端駅周辺 10月16日(木)～19日(日)	赤羽駅周辺 10月23日(木)～26日(日)
王子駅周辺 10月30日(木)～11月2日(日)	

各移送場所返還日(祝日、年末年始を除く)

月～土曜…午前10時30分～午後7時  
日曜…………午前10時30分～午後4時

区では、クリーンキャンペーン期間中以外も、平日と同様に土日も放置自転車撤去を行っています。自転車を放置せず、自転車駐車場をご利用ください。



# (公財)北区文化振興財団 公演ピックアップ

問い合わせ ☎03-5390-1221(平日9:00～17:00)

財団ホームページ <https://kitabunka.or.jp>

記号 託児サービスあり:未就学児対象。公演1週間前までに要予約。  
車イス席あり:問合せ先で要申込。16 表記の年齢から入場可。

## 12/13 (土) 15:00 フレッシュ名曲コンサート 北区第九演奏会

北区民による合唱が2025年の締めくくりを彩ります!



©Makoto Kamiya 角田 鋼亮 (指揮) | 川越未晴 (ソプラノ) | 花房英里子 (メソソプラノ) | ©Ryoji Iwata 吉田 連 (テノール) | ©OPERA STAR 奥秋大樹 (バス)



曲 ベートーヴェン:「コリオラン」序曲 作品62  
交響曲第9番 二短調 作品125「合唱付」

出 東京フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)  
北区第九合唱団(合唱)

¥ 全席指定 S席3,500円 A席2,500円

北とびあさくらホール 10/9(木)発売

## 北とびあ国際音楽祭2025

### ムノツィル・ブラス STRAUSS

11/20(木)19:00 北とびあ さくらホール

世界を沸かせる金管楽器集団。

圧巻の技術と笑いあふれるステージ!

¥ 全席指定 S席6,000円 北区民5,400円 A席4,500円 北区民4,000円 ※25歳以下券あり

### ネーモー・コンチェルト 明日も俊太郎 ～オトナ×コドモ～

10/31(金)19:00 北とびあ つつじホール

出 ネーモー・コンチェルト:辻 康介(歌)、鈴木木志(サクソフォーン)、根本卓也(チェンバロ)、小林武文(パーカッション) ゲスト:谷川賢作(ピアノ)

¥ 全席指定 3,500円 北区民3,000円 ※25歳以下券あり

### ヘンデル作曲 オペラ《ロデリンダ》

11/28(金)17:00 11/30(日)14:00 北とびあ さくらホール

初演300年記念の年に贈るヘンデルの名作!

指揮・寺神戸亮×演出・小野寺修二の待望の再タッグで上演!

¥ 全席指定 SS席9,500円 S席7,500円 A席5,500円

※北区民は1,000円引 ※平日は500円引き ※25歳以下券あり

### 日本ヘンデル協会レクチャー・コンサート

ヘンデル:オペラ《ロデリンダ》をめぐって

11/15(土)14:00 北とびあ 14階スカイホール

台本、パロック・ジェスチャーなど、さまざまな角度から《ロデリンダ》を楽しめる!

出 諏訪玲子(講師)、三ヶ尻 正(講師)、原 雅巳(講師)、小倉麻矢(ソプラノ) 新田社人(カウンターテナー)、望月忠親(バリトン)、伊藤明子(鍵盤楽器)

¥ 全席自由 3,000円 北区民2,000円

## その他の公演

### 第102回二期会オペラ研修所コンサート

11/14(金)18:30 北とびあ さくらホール

内 二期会オペラ研修所成績優秀者によるオペラアリアおよびアンサンブル

¥ 全席指定 A席3,500円 北区民3,150円 B席2,500円 北区民2,250円

発売中

### 北とびあ音楽と本祭 Vol.2 小泉八雲 朗読のしらべ

思ひ出の記 - セツが語ったヘルンの怪談

12/10(水)19:00 北とびあ つつじホール

出 佐野史郎(朗読)、山本恭司(音楽)、小泉 凡(講演)

¥ 全席指定 5,000円 北区民4,500円

発売中

### North Jazz Vol.13 12/20(土)14:00 北とびあ さくらホール

出 スインギー奥田&ザ・ブルースカイオーケストラ、Meri、阿川恭子

¥ 全席指定 S席4,950円 北区民4,455円 A席4,400円 北区民3,960円

9/22(月)発売

チケットのお求め ※発売初日は10:00開始  
★ほくとびあチケットオンライン PC/スマホのみ。要無料アカウント登録。公演一覧

★北とびあ1階チケット売場 窓口のみ。営業時間10:00～20:00。 ※臨時休館日は18:00まで。 ※全館休館日・年末年始は休業。

★ほくとびあチケットオンライン 購入前に「北区民登録」。右記2次元コードご利用ガイド参照。(登録まで最大5営業日)

★北とびあ1階チケット売場 北区在住を確認できるもの(保険証・免許証・マイナンバーカードなど)を要提示。ご利用ガイド

## 国勢調査インターネット回答支援ブースを設置します

国勢調査のインターネット回答が簡単・便利にできる「回答支援ブース」を王子郵便局に設置します。各家庭に届く「インターネット回答依頼書」をお持ちください。

日 9月22日(月)～10月8日(水) 午前9時～午後4時(土・日曜、祝日を除く)

問 国勢調査コンタクトセンター(9月16日から) ☎0570(02)5901 ☎(6628)2258



総務省統計局HP

最新の北区ニュースは「広報プラス」・「北区公式LINE」からもご覧いただけます。



広報プラス



北区公式LINE

