

NO.1613
毎月1日・10日・20日発行

5 | 1

令和元年（2019年）

令和元年がスタートしました。新しい時代の幕開けです！

北区ニュース

(31.4.1現在)		前月比
世帯数	197,385	801増
総人口	352,289	515増
日本人人口	329,748	624増
男	163,501	222増
女	166,247	402増
外国人人口	22,541	109減
男	11,419	123減
女	11,122	14増
年齢別人口*	14歳以下… 36,310(10.3%)	
15歳～64歳… 228,311(64.8%)		
(構成比) 65歳以上… 87,668(24.9%)		

*外国人人口を含む

5月は消費者月間です！

「ともに築こう 豊かな消費社会 ～誰一人取り残さない2019～」

消費者が安全・安心で豊かに暮らすことができる社会の実現に向け、消費者、事業者、地方公共団体、国が消費者月間において統一テーマを掲げています。

問消費生活センター（北とぴあ11階） ☎（5390）1239

消費者月間とは

「消費者基本法」改正前の「消費者保護基本法」が昭和43年5月に施行されたことから、その施行20周年を機に、昭和63年から毎年5月を「消費者月間」としています。

新元号への改元に便乗した 消費者トラブルにご注意ください！

天皇陛下の御退位に便乗して、写真集やアルバム等の商品を「記念になる」、「今買わないのはおかしい」などと電話で勧誘されるケースがみられます。断る場合には、「いりません」、「買いません」ときっぱり伝えましょう。また、注文していない商品が一方向的に送り付けられるトラブルも発生しています。送り付け商法では、代引きが多く利用されていますが、支払後に事業者と連絡が取れなくなるケースも見受けられます。注文していない商品は、代金を支払わずに受け取り拒否をしましょう。

電話勧誘販売で契約をした場合、契約書を交付されてから8日以内であればクーリング・オフができます。少しでも不安や疑問に思ったら消費生活センターに相談してください。

消費生活センターにご相談ください

消費者と事業者との間に生じたトラブル、悪質商法の被害、商品やサービスに関する苦情、食品や製品による事故などの相談に、消費生活相談員が助言、事業者とのあつせんや情報提供など問題解決に向けての支援をします。

日 月～金曜（祝日、年末年始を除く） 午前9時30分～午後4時

問消費生活センター ☎（5390）1142（相談専用）

多重債務相談 ひとりで悩まないで！

万が一、自分の収入で借金を返済できない状況になってしまっても、安易に返済のための借金をしてはいけません。それは、借金が雪だるま式に増える多重債務のはじまりです。消費生活センターでは、専門家への相談をスムーズにつなげるお手伝いをしています。ひとりで悩まずに相談しましょう。

日 月～金曜（祝日、年末年始を除く） 午前9時30分～午後4時

問消費生活センター ☎（5390）1142（相談専用）

消費生活相談出張講座で学ぼう！

消費生活相談員が、区内で10名以上の団体・グループが希望する場所へ伺い、悪質商法被害にあわないためのポイントをお話します。自治会・町内会、PTA、介護事業所、ご近所のお友達グループでも利用できます。

師消費生活相談員

申希望日の1カ月前までに申込

問消費生活センター ☎（5390）1239

消費生活に関する情報を知ろう！

メールサービスの登録で最新情報をチェックしましょう。

「消費生活情報」メールマガジン

最新の消費者トラブル情報や製品事故、リコール情報などを配信しています。登録方法は、ホームページをご覧ください。

HP <https://service.sugumail.com/kita/member/>（パソコン用）

<https://service.sugumail.com/kita/>（携帯電話・スマートフォン用）

土・日曜、祝日で北区消費生活センターが 相談を受け付けていない時は、 消費者ホットライン☎188（局番なし） へお電話ください

週末等相談窓口で電話をおつなぎします。

●土曜（祝日を除く） 午前9時～午後5時…東京都消費生活総合センター

●日曜及び祝日 午前10時～午後4時…国民生活センター

※相談窓口につながった時点から、通話料金が発生します。（相談は無料）

※年末年始及び上記以外の時間帯は相談窓口につながりません。

※電話機のタイプにより☎188に電話がつかない場合は☎0570（064）370へおかけください。



消費者庁 消費者ホットライン188
イメージキャラクター イヤヤン

一時休館のお知らせ

●浮間図書館、田端図書館、豊島図書館
特別整理のため、利用できません。
日 5月21日（火）～23日（木）
問 中央図書館
☎（5993）1125

お知らせ

◆志茂三丁目9番地区防災街区整備事業組合設立認可に伴う縦覧

平成31年3月27日付で、東京都知事より志茂三丁目9番地区防災街区整備事業組合の設立の認可がされました。これに伴い、施行地区及び設計の概要を表示する図書を縦覧します。

【縦覧期間】組合設立認可の取消し、組合の解散、建築工事の完了の告示の日まで（午前8時30分～午後5時）

※土・日曜、祝日、年末年始を除く
問【縦覧場所】まちづくり推進課（区役所第2庁舎7階5番）
☎（3908）9154

◆地価公示価格平成31年1月1日現在が閲覧できます

【閲覧場所】都市計画課（区役所第2庁舎3階12番）、区政資料室（区役所第2庁舎1階）、区民事務所及び図書館
問 都市計画課
☎（3908）9152

◆都営住宅入居者の募集

【募集内容】①一般募集住宅（家族向け、単身者向け）②定期使用住宅（若年夫婦、子育て世帯向け）
③居室内で病死等があった住宅
※入居資格などは、募集案内でご確認ください。
【申込書・募集案内の配布期間・場所】

5月7日（火）～15日（水） 区営・区民住宅受付担当（区役所第2庁舎7階1番）、区民事務所及び地域振興室（各開庁時間内）
※区民事務所及び地域振興室は配布部数に限りがあります。 ※5月11日（土）12日（日）都庁第2本庁舎1階東京観光情報センター内で配布
※配布期間中は東京都住宅供給公社ホームページ（<https://www.to-kousya.or.jp/>）からもダウンロードできます。 申 郵送で、渋谷郵便局に5月20日（月）（必着）まで

問 先 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター
☎0570（010）810
（募集期間中のみ）
☎（3498）8894（募集期間外）

問 住宅課区営・区民住宅受付担当
☎（3908）1523
（いずれも土・日曜、祝日を除く）

◆第3回北区男女共同参画審議会

日 5月10日（金） 午後6時30分～8時30分 場 スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）多目的室A B（北とぴあ5階）
内 「第6次アゼリアプラン」のための提言について

申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へお越しください。

問 多様性社会推進課
☎（3913）0161

◆赤十字の活動にご協力ください

日本赤十字社の活動は、皆さんからお寄せいただく会費と寄付により支えられています。5月は「赤十字運動月間」です。ご協力いただいた会費・寄付は、救急法等の普及や災害救護・医療・血液事業等に使わせていただきます。

問 日本赤十字社東京都支部北区地区（地域振興課地域振興係）
☎（5390）0092

区民相談室

	種 類	曜 日	時 間	相 談 員	相 談 内 容
①	区 政 相 談	月 ～ 金 曜	午前8時30分～午後5時	区 職 員	区政についての要望・問い合わせなど
②	法 律 相 談	月・水・金曜	午後1時～3時30分	弁 護 士	土地・建物、相続、金銭貸借、損害賠償、離婚など一般的な法的解決策の相談
③	交 通 相 談	金 曜	午後1時～4時	専 門 員	示談方法、損害賠償額の算定、保険金の請求手続きなどの交通事故全般
④	外 国 人 相 談★	英 語 第2火曜 中国語 火 曜		専 門 員	身近な生活情報の提供や、区の行政サービスについての英語・中国語での相談
⑤	一 般 生 活 青 少 年 相 談	第 1 火 曜		保 護 司・専 門 員	夫婦・親子間の不和など家庭内のもめごとや日常生活の悩みごと及び青少年の非行防止などの相談
⑥	人 権 相 談	第 4 火 曜		人 権 擁 護 委 員	いじめなど人権が侵害されたと思われる方の相談
⑦	行 政 相 談	第 2 木 曜		行 政 相 談 委 員	国の行政機関等に対する要望、苦情など
⑧	税 金 相 談	第2・3木曜		税 理 士	相続税、贈与税、所得税など税金全般
⑨	不動産取引相談	第1・3木曜		宅地建物取引士	不動産取引にかかわる相談
⑩	建 築 相 談	第1・3火曜		建 築 士	設計・融資・敷地など建築全般
⑪	登 記 等 相 談	第 2 木 曜		司 法 書 士	登記相談及び債務整理、成年後見などの民事相談
⑫	表示登記相談 （ 調 査 ・ 測 量 ）	第 1 木 曜		土地家屋調査士	土地の境界・測量調査、新築時の建物表示登記など
⑬	年金労働雇用相談	第 4 木 曜		社会保険労務士	年金相談及び労働保険・社会保険、人事、賃金などの労務相談
⑭	行 政 書 士 相 談	第 2 火 曜		行 政 書 士	遺言書、遺産分割協議書、借地借家契約書などの作成

区では、日常生活上のさまざまな問題を相談できる区民相談室を設けています。

【相談内容】左表のとおり

- ・費用は無料です。
- ・秘密は厳守します。
- ・相談時間は1回30分以内です。

※②～④は希望日の前の週の月曜

から、電話または窓口で予約を受け付けます。

※⑤～⑭は当月の相談日の翌日から、翌月分の予約を電話または窓口で受け付けます。

問 場 先 広 報 課 区 民 相 談 室
(区役所第一庁舎3階2番)
☎ (3908) 1101

困りごとはまず区民相談

★外国人相談

▶相談内容
生活一般について、英語・中国語で相談に応じます。

▶相談日時
英語 第2火曜（祝日を除く）
中国語 毎週火曜（祝日を除く）
午後1時～4時（3時30分までにお越しください）

▶問い合わせ
広報課区民相談室（区役所第一庁舎3階2番）
☎ (3908) 1101

Foreign Resident's Information Service

▶ Consultation Topics
Areas of consulting include everyday living, city administration, services and other related matters

▶ Hours
English: TUESDAYS (2nd only)
Chinese: TUESDAYS
(closed on Japanese National Holidays)
1:00p.m.-4:00p.m. (please come by 3:30p.m.)

▶ Location
Foreign Resident's Information Service, Window No.2, Building No.1 (Dai-ichi Choshaj)3F Kita City Hall (Kita-Kuyakusho)
Tel: (3908) 1101

外国人咨询窓口的通知

咨询内容
向您提供日常生活的信息

咨询日及时间
英語 第2周星期二（节假日除外）
汉语 每星期二（节假日除外）
下午1点至4点（受理截至3点半）

咨询地点
北区政府第一厅舍3楼2号 外国人咨询窗口
电话：(3908) 1101

区民の声

区は「区民とともに」を基本姿勢に、区民の皆さんが主役となる区政運営を目指し、さまざまな機会をとらえ、ご意見・ご要望などをいただいています。皆さんからの声は、担当部署が中心となり実効性や効率性を検討し、施策に反映するように努めています。

《《ご意見をお寄せください》

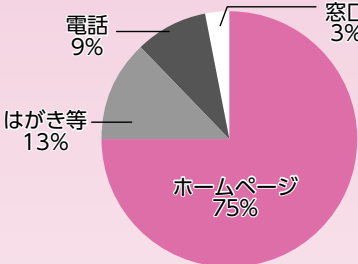
区へのご意見・ご要望などは、区の窓口や電話でお聴きするほか、「区長へのはがき・封書」でもお受けしています。「区長へのはがき・封書」は、区の各施設に備えてありますのでご利用ください。

また北区ホームページからも、ご意見の入力・送信ができます。

《《区民の声の状況》

◆ご意見・ご要望をいただいた主な手段と年間の件数はおおむね以下のとおりです。
※ただし件数は年によって増減が多いため、過去3年の平均値を掲載しています。

- ・ホームページ
約1,700件
- ・区長へのはがき等
約300件
- ・電話・窓口等
約270件



◆いただいたご意見・ご要望の主な分野は以下のとおりです。

- ・都市整備（公園・道路・自転車対策など）
 - ・教育（図書館・学校教育など）
 - ・生活環境（たばこ・ゴミなど）
 - ・区民生活（戸籍住民・国保年金など）
- 問 広報課広聴担当（区役所第一庁舎3階1番）
☎ (3908) 1102 FAX (3905) 3422

区民の皆さんから寄せられたご意見・ご要望などと区の対応の一部を、北区ホームページで公表しています。

「区長へのはがき・封書」や北区ホームページから区に寄せられたご意見・ご要望の中から、いくつかをご紹介します。

●荒川赤水門緑地、旧岩淵水門でドローンによる空撮をしたいのですが必要な届出を教えてください。個人趣味の範疇になります。なお、私は国土交通省の飛行許可は取っています。よろしくお願いします。

●荒川下流部の河川敷では、誰もが安全で快適に利用できるように、国土交通省及び周辺区で「新・荒川下流河川敷利用ルール」を定めております。ドローンの飛行については、危険・迷惑行為として位置づけられており、私的な撮影は許可しておりませんので、ご了承ください。

ただし、利用目的について公共性が高く、飛行エリアの安全が確保でき、下記の3要

件を満たす場合は、飛行することが可能となります。

要件1…航空法第132条で定める飛行の禁止空域においては、飛行について航空法の許可を得ていること。

要件2…航空法第132条の2で定める飛行の方法を守ること。ただし、それによらず飛行させるときは、航空法の承認を受けていること。

要件3…占用地においては占有者、その他においては荒川下流河川事務所の確認を受けていること。なお、事故や災害時に、国、地方公共団体、警察及びこれらの者から依頼を受けた者が捜索または救助を行うために無人航空機（ドローン・ラジコン等）を飛行させる場合は適用されません。

●帰省先で子どもが病院にかかったので、医療費を2割支払いました。その還付の手続きをしたいのですが、どうしたらよろしいでしょうか。

●医療証が利用できない東京都外の病院等で診療を受けた時の請求ですが、以下の物をご持参の上、子育て給付係までお越しください（申請はなるべく診療日から6カ月以内をお願いします）。

・領収書（レシートは不可）

領収書には、以下の項目が記載されたものが必要です。

1. 受診者の氏名
2. 医療保険点数
3. 領収額
4. 入院、外来の別
5. 診療年月日
6. 領収年月日、領収印
7. 医療機関の所在地・名称

・医療証に記載されている保護者名義の預金通帳

・医療証

・子どもが加入している健康保険証またはコピー

・医療証の保護者の印鑑（朱肉で押すもの。スタンプ印不可）

・（該当される方のみ）高額療養費制度、付加給付制度の支給決定通知

書類の審査が完了しましたら、ご申請いただいた翌月の下旬に指定口座にお振込みする予定となります。保険適用の自己負担分についての助成となりますが、ご不明な点がありましたら直接お問合せください。 ※医療費の自己負担金は、未就学児は2割、義務教育就学児は3割となります。

●先日出産し、出生届を提出しました。子どものマイナンバーはいつ交付されますか？社会保険の加入にマイナンバーが必要とのことで番号を早めに知りたいと思っています。よろしく願いいたします。

●出生届を提出し住民票に登録がされると、通知カードによりマイナンバー（個人番号）が通知されます。

通知カードにつきましては、住民票に登録がされてから3週間から1か月程度で地方公共団体システム機構から簡易書留にて送付されます。すぐにマイナンバー（個人番号）がお知りになりたい場合は、北区内の区民事務所でマイナンバー（個人番号）が記載された住民票を申請し取得することによって、番号をご確認いただくことができます。

なくそう！放置自転車！

～春の駅周辺放置自転車追放クリーンキャンペーン～

問 自転車コールセンター ☎(3908) 1232 施設管理課自転車対策係(区役所第一庁舎3階17番) ☎(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、特に車椅子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。

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。

日程

十条駅周辺 5月8日(水)～12日(日)

田端駅周辺 5月15日(水)～19日(日)

赤羽駅周辺 5月22日(水)～26日(日)

王子駅周辺 5月29日(水)～6月2日(日)

自転車の返還場所

各移送場所返還日時

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
(いずれの場合も祝日を除く)

●赤羽南口自転車移送場所(赤羽駅東口・南口周辺での移送先)
[所在地] 東十条6-1-28



●赤羽西口自転車移送場所(赤羽駅西口周辺での移送先)
[所在地] 赤羽台4-1-3



●中里自転車移送場所(田端・駒込駅周辺での移送先)
[所在地] 中里3-10-7



●堀船自転車移送場所(王子駅周辺での移送先)
[所在地] 堀船2-28



お知らせ

◆自転車安全利用TOKYOキャンペーン 危険な自転車のながら運転はやめましょう

5月1日(祝)～31日(金)

- 1 自転車安全利用五則
自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 3 安全ルールを守る
・飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
・夜間はライトを点灯
・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 4 5 子どもはヘルメットを着用
※自転車も、損害賠償保険等に加入しましょう。

●危険な行為はやめ、ルールを守って乗りましょう

・スマートフォン操作しながらの運転・ヘッドホンで音楽を聴きながらの運転・スピードの出すぎ・傘さし運転など

●自転車ナビマーク

自転車が行き止まり位置と進行方向を明示する道路標示です。自転車優先の意味はありませんので、設置路線でも自転車や歩行者に十分注意して運転しましょう。

問 施設管理課管理・交通係
(3908) 9216

◆軽自動車税の減免申請

次の①～④のいずれかに該当し、かつ、ほかに減免を受けている車両がない場合は軽自動車税が減免となる場合があります。

対 ①心身に障害のある方が所有する場合 ②心身に障害のある方のために生計を同一にする方が所有する場合 ③心身に障害のある方のみの世帯が所有するもので、

その世帯を常時介護する方が運転する場合 ④平成31年4月1日現在において、所有者が生活保護を受給している場合 ※減免を受けるためには申請が必要です。ただし、すでに減免を受けた方で、今年度の賦課期日(平成31年4月1日)現在において申請内容に変更がないと認められた場合には、今年度も継続して減免を適用します。

申 5月13日(月)から24日(金)までに、次の⑤から⑧(代理人が申請する場合は⑦から⑧)を用意して直接窓口へお越しください。
⑤身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳のいずれか(生活保護の方は生活保護受給証明書)
⑥当該車両を運転する方の運転免許証 ⑦軽自動車税納税通知書 ⑧納税義務者の印鑑 ⑨納税義務者のマイナンバーカード、通知カードまたはマイナンバーが記載された住民票の写しのいずれか(代理人の場合は、上記マイナンバー確認書類の写し) ⑩(代理人の場合) 納税義務者からの委任状 ⑪(代理人の場合) 代理人自身を確認できる証明書

◆5月31日金は自動車税の納期限です

平成31年度の自動車税納税通知書は、5月7日(火)に発送します。お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは都税事務所、忘れずにお納めください。詳しくはホームページをご覧ください。だくお問い合せください。

問 東京都自動車税コールセンター
(3525) 4066
HP <http://www.tax.metro.tokyo.jp/>

◆平成31年度東京都子育て支援員研修(第1期)の受講者募集(地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース)

◆5月31日金は軽自動車税の納期限です

5月10日(金)頃にお送りする納税通知書で、金融機関、郵便局、コンビニエンスストア及びモバイルレジ、収納推進課(区役所第一庁舎2階19番)、赤羽・滝野川区民事務所などでお納めください。

●モバイルレジについて(注意) モバイルレジでは領収証書や軽自動車税納税証明書(継続検査用)

建築物耐震化の助成制度

●木造民間住宅耐震診断士派遣事業 (無料)

【対】昭和56年5月以前に建築に着手した木造2階建て以下で地階を有しない住宅の所有者

●木造民間住宅耐震化促進事業

【対】昭和56年5月以前に建築に着手した耐震性の低い木造住宅の所有者

【内】①耐震補強設計に要した費用の3分の2の額 (上限20万円) ②耐震改修工事に要した費用の3分の2の額 (上限100万円)

③耐震建替え工事で、建替え前の建築物の耐震改修工事に要すると想定される費用相当額の3分の2の額 (上限100万円)

※高齢者世帯等の改修・建替えに対する助成の上限は150万円 ※整備地域内の改修・建替えに対する助成の上限は120万円

●危険な老朽空き家の除却費用助成

【対】昭和56年5月以前に建築に着手した木造の空き家住宅で、倒壊のおそれのある老朽家屋の所有者

【内】除却工事に要した費用の2分の1の額 (上限80万円)

●緊急輸送道路沿道建築物耐震化促進事業

【対】緊急輸送道路沿いの建築物で昭和56年5月以前に建築に着手し、道路幅の2分の1の高さを超える建築物の所有者

【内】①耐震診断に要した費用の5分の4の額 (上限200万円) ②耐震補強設計に要した費用の3分の2の額 (上限200万円)

③耐震改修工事に要した費用の3分の2の額 (上限3,000万円) ④耐震建替え工事は耐震改修工事に要すると想定される費用相当額の3分の2の額 (上限3,000万円)

※助成事業には期限があります。

●特定緊急輸送道路沿道建築物耐震化促進事業

【対】特定緊急輸送道路〔緊急輸送道路のうち特に重要として指定されているもの(北本通り・環七など)〕沿いの建築物で昭和

56年5月以前に建築に着手し、道路幅の2分の1の高さを超える建築物の所有者

【内】①耐震補強設計に要した費用の最大6分の5の額 ②耐震改修工事に要した費用の最大6分の5の額 ③耐震建替え工事は耐震改修工事に要すると想定される費用相当額の最大6分の5の額

④除却工事は除却費かつ耐震改修工事に要すると想定される費用相当額の3分の1の額

●擁壁等安全対策支援事業

【対】高さ2.0m超または道路に面した高さ1.5m以上の危険な擁壁の所有者

【内】擁壁工事に要した費用の3分の1の額 (上限400万円。土砂災害特別警戒区域内にある高さ2.0m超の擁壁については工事に要した費用の2分の1 (上限600万円))

●土砂災害対策支援事業

【対】土砂災害特別警戒区域内にある住宅などの所有者

【内】土砂災害に対して安全な構造となる改修工事に要した費用の5分の1 (上限75万円)

●ブロック塀耐震アドバイザー派遣事業 (無料)

【対】道路等に面する高さが1.0mを超えるブロック塀

【内】ブロック塀の点検、危険度の説明や改善策などのアドバイスを行う建築士の派遣

●ブロック塀等安全対策支援事業

【対】道路等に面しており、高さが1.0mを超える危険なブロック塀等

【内】塀の撤去、塀の造り替え等に要する費用の一部助成

= 以下、共通 =

※各事業には一定の要件・条件があり、契約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】建築課建築防災担当 (区役所第一庁舎7階11番)

☎ (3908) 1240

お知らせ

【主】子どもや高齢者向けに、地域の食育事業で活動していた方を募集します。区独自の養成講習を受けた方を推進員として登録します。詳しくは北区「文化プログラムin北区」を



【文化プログラムin北区】を 作成しました

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

【文化プログラムin北区】では、2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、文化芸術を「一層身近なものに感じるきっかけ」となるよう、4月から令和2年3月までに区内各地域で行われる文化芸術活動に関するイベントなどを紹介しています。詳しくは、北区ホームページをご覧ください。

◆北とぴあ合唱フェスティバルに招待

共催 北区文化振興財団・北区合唱連盟
後援 北区・北区教育委員会

対 区内在住、在勤、在学の方（未就学児を除く）
日 ①5月31日（金）午後6時30分開演：「オーピングコンサート」（改めて古典を）
②6月2日（日）午後3時開演：「クロージングコンサート」（作曲家個展シリーズVol. 8 信長貴富）

場 北とぴあさくらホール
定 ①②各10組（いずれも抽選）
申 往復はがき（記入例参照。希望公演、参加人数も記入）で、5月10日（金）（必着）まで ※1通につき1公演まで
問 JCD A日本合唱指揮者協会事務局
☎ (3952) 7207
先 〒114-0003 北区豊島5-3-13 ココキタ・北区文化振興財団「合唱フェスティバル」係

◆北区青少年団体連合会 第107回歩こう会（1日コース）

共催 北区教育委員会

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、未就学児も参加可）
日 6月2日（日）午前8時北とぴあ前集合（小雨決行）
内 JR王子駅よりJR大宮駅経由でJR川越駅（往復）※歩行距離約7km

定 80名（申込順）**費** 大人1千700円、小人800円（交通費・入館料・保険代含む）※昼食は各自
申 5月7日（火）からファクス、Eメール（記入例参照）または電話で申込
問 先 北区青少年団体連合会
☎ 090 (9100) 3244
FAX (4283) 6123
EM kikiu.seidaren@gmail.com

講座・講演会

◆飛鳥山3つの博物館合同企画「歴史発見！街めぐり2019」豊島の近代産業跡地を歩く

日 5月25日（土）午前10時30分～午後4時30分（予定）
場 講義：北区飛鳥山博物館講堂
現地見学：王子5丁目・北区豊島5丁目の近代産業跡地

内 飛鳥山3つの博物館にまつわる史跡を、レクチャーを交えながら巡ります。
師 紙の博物館学芸部長、渋谷史料館学芸員、北区飛鳥山博物館学芸員
定 35名（抽選）
申 往復はがき（記入例参照）で、5月14日（火）（必着）まで
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

◆中央図書館「絵本の読み聞かせ講座・はじめの一步」

対 子どもへの絵本の読み聞かせに関心があり、全回参加できる方
日 6月5日（水）・19日（水）計2回
午後2時～4時
内 読み聞かせの意義や絵本の選び方など
師 児童図書館研究会運営委員 黒沢克朗氏
定 40名（抽選）※保育あり（4歳未満。定員8名（抽選））
申 往復はがき（記入例参照。保育希望者は希望の旨とお子さんの年齢も記入）で、5月21日（火）（必着）まで
問 場 先 〒114-0033 十条台1-2-15 中央図書館事業係
☎ (5993) 1125

◆滝野川文化センター講座

①区民協働講座「あいさつから始めよう！楽しいドイツ語会話」
日 6月12日～7月24日 第2・4水曜 計4回 午前10時～11時30分
内 基本の数詞と挨拶を楽しく身に付けましょう。
師 篠笠敬子氏

②PC特別講座「ドイツ語リーベ」
日 6月16日（日）・23日（日）計2回
午後1時30分～4時30分
内 作成した図形の効果的な書式設定、オブジェクトの動作設定、効果的なプレゼンテーション、スライドマスターの編集など
師 堀 愛弓氏 **費** 4千860円（受講料・テキスト代）

◆以下、①②共通

対 区内在住、在勤、在学の方
定 ①20名 ②14名（いずれも抽選）
申 はがき、ファクス（記入例参照）で、5月22日（水）（必着）まで

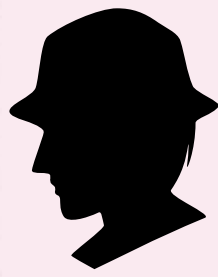
◆赤羽文化センター講座

①区民講座「スープの国」ポランドの料理を味わおう！～家庭料理から知る東欧文化～
日 6月5日（水）午前10時～午後1時
内 実習予定メニュー
ジュレック（発酵ライ麦粉のスープ）ほか
師 写真家 マチエイ・コモロフスキ氏 **費** 1千円程度（材料費・保険料）
申 はがき、ファクス（記入例参照）または直接窓口で、5月22日（水）（必着）まで

②区民協働講座「良い関係は普段の会話から！人間関係をより深める話し方講座」
対 区内在住、在勤、在学で20歳以上の方
日 6月6日～9月5日 第1・3・5木曜 計8回 午後6時30分～8時45分
師 NPO法人話し方HR研究所 副理事長 大浦悦子氏
費 1千円（テキスト代）

③区民講座「思い出の写真をまとめて整理！iPadでオリジナルのフォトアルバムをつくる」
対 区内在住、在勤、在学の方
日 6月7日～28日 毎週金曜 計4回 午後1時30分～3時30分
※作品はデータにてお渡しします。
師 大人の小学校代表 山城純子氏 **費** 2千円（iPad使用料）

申 はがき、ファクス（記入例参照）または直接窓口で、5月25日（土）（必着）まで
問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1 赤羽文化センター
☎ (3906) 3911
FAX (3906) 3915
HP http://www.kia-bunka.com



名探偵★浅見光彦の住む街 ミステリーウォーク2019 「楕円形の交錯」

後援 北区

平成8年から北区アンバサダーとして活動された、作家の内田康夫氏の人気旅情ミステリーシリーズの主人公「浅見光彦」が住む街西ヶ原。ミステリー手帖を入手し、浅見光彦が登場するオリジナルストーリーを読み進めながら、謎解きパズルに挑戦してみませんか。正解にたどり着いた方の中から、抽選（応募が必要）で、プレゼントがあります。

【手帖配布・実施期間】 5月10日（金）～26日（日）
【手帖配布場所】 霜降銀座・染井銀座各指定店、北区飛鳥山博物館、滝野川図書館、滝野川会館、防災センター、JR上中里駅・駒込駅・王子駅、東京メトロ南北線西ヶ原駅・駒込駅・王子駅、区政資料室（区役所第一庁舎1階）、広報課（区役所第一庁舎3階1番）
問 名探偵★浅見光彦の住む街実行委員会事務局 **☎** (3917) 0321

赤羽文化センター「学びスタートday～学習体験会～」参加者募集

文化センターを利用している団体・サークルの活動に参加する学習体験会です。
対 日 **内** 定 **費** 下表のとおり **申** はがき、ファクス（記入例参照。希望プログラムも記入）または電話、直接窓口で申込 ※1通につき1プログラム1名まで
問 場 先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
☎ (3906) 3911 **FAX** (3906) 3915

プログラム名・対象	日程	内容・費用	定員 (抽選)	締切
いけばなを楽しもう	6月4日（火） 午後2時～4時	生け花（小原流）体験 費 1,400円（花材代）	10名	5月25日（土） （必着）
はじめての詩吟！	6月9日（日） 午後1時30分～4時	やさしい詩文を声に出して味わう	5名	
Excelで予定表を作成 ※文字入力・マウス操作の できる方	6月15日（土） 午後1時15分～3時15分	Excelを使ったスケジュール表の作成	10名	
浴衣で出かけよう！ ※小学校5年生以上の女性 の方	6月22日（土） 午後1時30分～3時	浴衣の着付け、浴衣帯の結び方	10名	
ゴスペルを楽しく歌おう！	6月24日（月） 午前10時～正午	発声練習とワークショップ 形式のゴスペル体験	15名	6月27日（木） （必着）
ギターDE奏でる心の10曲 ※ギターの楽譜が読める方	6月29日（土） 午後1時30分～4時30分	クラシックギターで伴奏・ 合奏・独奏	16名	
似顔絵を楽しみましょう ※おおむね40代以上の方	7月8日（月） 午後6時30分～8時30分	似顔絵の基本と制作実践	20名	
iPadでインターネット	7月10日（水） 午前10時～11時30分	iPadの基本操作とインター ネット検索 費 500円（iPad使用料）	5名	
あがらないスピーチの仕方 ※18歳以上の方	7月13日（土） 午前9時40分～正午	あがらないためのスピーチ の仕方・話し方について	10名	
能楽入門一仕舞体験 ※小学生以上の方	7月19日（金） 午後6時～8時	能楽の基本（仕舞）を学ぶ	5名	
手軽にできるストレス解消 ※中学生以上の方	7月21日（日） 午前10時30分～11時45分	呼吸法・瞑想法の体験	30名	
iPadの仕組みを知ろう	7月26日（金） 午前10時～11時30分	iPadの基本操作、iOSと androidOSの違いについて 費 500円（iPad使用料）	5名	
一緒に混声合唱しませんか ※高校生以上の方	7月29日（月） 午後6時20分～8時50分	発声練習と合唱曲の練習	20名	

記号の見方

対

対象

日

日時

場

会場

内

内容

師

講師

定

定員

費

費用

（記載のない場合は無料です）

申

申込方法

問

問い合わせ

先

申込先

HP

ホームページ

EM

Eメール

◆北区体育協会スポーツ教室

初心者のためのヨガ教室

対 区内在住、在勤で18歳～70歳の方
日 6月13日～7月25日 毎週木曜 計7回
①午後6時30分～7時40分 ②午後7時50分～9時 **場** 北とぴあ地下1階多目的ルーム
師 狩野道子氏 **定** 各25名（抽選）
費 5,800円（傷害保険料を含む）
申 往復はがき（記入例参照。性別、時間帯①②の別と希望順位も記入）またはホームページで、5月15日（水）（必着）まで ※携帯電話からは不可。フリーメールでは当落通知が届かない場合があります。メールの不着による責任は負いません。
問先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館内 北区体育協会
☎（3940）1848
HP <http://www.kita-city-taikyo.or.jp>

◆北運動場スポーツ教室 新河岸川庭球場「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** ①初級クラス…6月4日～7月23日 毎週火曜 ①午前10時～正午 ②正午～午後2時、6月13日～8月1日 毎週木曜 ③午前10時～正午 ④初中級クラス…6月7日～7月26日 毎週金曜 ④午前10時～正午 ⑤正午～午後2時 いずれも計8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10名（抽選）
費 各8,000円 **申** 往復はがき（記入例参照。②④の別、①～⑤の別も記入）で、5月17日（金）（必着）まで
問先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 **☎**（3902）5639

◆第67回北区民体育大会ゴルフコンペ

主催 北区・北区体育協会
対 区内在住、在勤、在学の方及び北区ゴルフ連盟会員 **日** 6月8日（土） 午前8時スタート **場** 赤羽ゴルフ倶楽部（浮間2-18-7）
【競技方法】18ホールストロークプレー、新ペリア方式（ダブルパー+1カット、上限なし） **定** 100名（申込順） ※組合せ自由（4名同組可）
費 4,000円（別途プレー費1万1,710円）
申 はがき、ファクスまたはEメール（記入例参照。生年月日、同伴希望者の有無も記入）

で、5月20日（月）（必着）まで
問先 〒114-0002 王子1-4-1 サンスクエア内 北区ゴルフ連盟事務局 片平
☎ 090（6474）5562（非通知電話からは不可）
FAX（3914）0120
EM katahira@npd.co.jp

講座・講演会

◆北区・足立区・瀧野川信用金庫連携「創業セミナー」

産業競争力強化法に基づき策定した北区創業支援等事業計画で「特定創業支援等事業」に位置付けられたセミナーです。詳しくは北区ホームページをご覧ください。
対 北区・足立区で創業予定の方または創業5年未満で全回参加できる方（全回参加で特典あり） **日** 内師 下表のとおり
場 瀧野川信用金庫足立支店2階会議室（足立区江北2-26-3） **定** 50名（申込順）
申 申込書（ホームページからダウンロードできます）に必要事項を記入して、ファクスで5月22日（水）までに申込
問先 【セミナーについて】瀧野川信用金庫業務部
☎（3893）6176 **FAX**（3810）1500
HP <http://www.takishin.jp/>
【特定創業支援等事業について】産業振興課経営支援係 **☎**（5390）1237

日程	内容	講師 (NPO法人東京都北区 中小企業経営診断協会)
5月30日(木)	経営	平野紘一氏
6月6日(木)	財務	高木容子氏
6月13日(木)	販路開拓	朝倉久男氏
6月21日(金)	人材育成	岡田資司氏

【時間】午後4時30分～7時

◆自然ふれあい情報館 はじめよう、環境ボランティア ～北区環境リーダー養成講座 入門編～

対 区内在住、在勤、在学の18歳以上で、全回参加できる方 **日** 5月25日（土） 午前9時30分～午後0時30分、6月15日（土） 午前10時～午後2時〔雨天時は16日（日）〕・22日（土） 午前9時30分～午後1時〔雨天時は23日（日）〕、7月7日（日） 午前9時30分～午後0時30分 計4回 **定** 20名（抽選）
申 往復はがき、Eメール（記入例参照。当日

連絡のつく電話番号も記入）で、5月22日（水）（必着）まで
問場先 〒114-0031 十条仲原4-2-1 清水坂公園内 自然ふれあい情報館〔月曜休館（祝日の時は翌日）〕
☎（3908）0804
EM jyohokan@eco-plan.jp

◆消費者講座 着物のリフォーム

～たすに眠っている着物からフード付ジャケットをつくりましょう～
対 区内在住、在勤、在学で洋裁に興味があり、ミシンをお持ちで全回参加できる方
※ご自宅のミシンで縫製していただきます。
日 6月7日～28日 毎週金曜 計4回 午後1時30分～3時30分 **場** 消費生活センター学習室（北とぴあ11階） **師** 衣服研究会着物りふおーむ **定** 6名（抽選）
【持ち物】着なくなった着物、裁縫道具 **申** 往復はがき（記入例参照）で、5月21日（火）（必着）まで
問先 〒114-8503（住所不要）消費生活センター「着物のリフォーム」係
☎（5390）1240

◆歌舞伎講座

日 6月16日（日） 午後1時30分開演（1時開場） **場** 北とぴあつつじホール
内 歌舞伎の基礎知識と魅力、「松竹大歌舞伎」北とぴあ公演（7月2日）で上演される演目について解説します。
師 イヤホンガイド解説員 高木秀樹氏
定 402名（申込順） **費** 1,000円。北区民は500円。中学生以下は無料 **申** 北とぴあ1階チケット売場（窓口のみ）。中学生以下は電話またはホームページでも受付可
問先 北区文化振興財団
☎（5390）1221
HP <https://kitabunka.or.jp/event/2534/>

◆傾聴ボランティア講座 第13期受講者募集

対 講座修了後、傾聴ボランティアとして活動する意志があり、全回受講できる方
日 5月21日～6月25日 毎週火曜 計6回 午後1時30分～3時30分 **場** 北とぴあ15階ペガサスホールほか（全回北とぴあ内）
内 「傾聴」の基本、ロールプレイング等の演習ほか **師** NPO法人埼玉カウンセリングセンター代表理事 高倉恵子氏

※初回のみぷらざ職員が担当
定 30名（申込順） **費** 1,000円（資料代）
申 5月8日（水）午前10時からファクス、Eメール（記入例参照。性別、本講座で学びたいことも記入）または電話で申込 ※保育（1歳以上就学前まで。無料）希望の方は5月15日（水）午後5時までに申込
問先 北区NPO・ボランティアぷらざ
☎（5390）1771 **FAX**（5390）1778
EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

◆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 5月18日（土） 午後2時～4時
場 王子小学校王子ホール
内 廃橋される十条跨線橋の歴史について
師 北区史を考える会副会長 有馬純雄氏
定 100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

◆駿台天文講座 「銀河系内のさまざまなブラックホール」

後援 北区教育委員会
対 区内在住、在勤の方
日 5月18日（土） 午後5時～6時
師 慶応義塾大学教授 岡 朋治氏
定 20名（抽選） **申** 往復はがき（記入例参照）で、5月10日（金）（必着）まで
問場先 〒114-0002 王子6-1-10 駿台学園中学高等学校天文台 篠原
☎（3913）5735

◆星美学園短期大学公開講座 保育・教育講座 「子どものセルフコントロール 一発達障がい児の支援から学ぶ」

後援 北区教育委員会
日 6月8日（土） 午前10時～11時30分
師 同短期大学専任講師 中内麻美氏
定 40名（抽選） **費** 2,000円
申 はがき、ファクス、Eメール（記入例参照）または直接窓口で、5月23日（木）（必着）まで
問場先 〒115-8524（住所不要）星美学園短期大学公開講座センター
☎（3906）0056 **FAX**（5993）1600
EM c_koza@seibi.ac.jp

場 日 5月11日（土） 午前10時～11時30分 赤羽スポーツの森公園競技場ふれあい広場
対 赤羽西1～6丁目（5丁目の3、15を除く）、西が丘1～3丁目に住住の65歳以上で、医師から運動制限されていない方
申 往復はがき（記入例参照。性別、時間帯①②の別と希望順位も記入）またはホームページで、5月15日（水）（必着）まで
問先 〒114-0002 王子5-2-101 健康増進センター
☎（5390）2220

場 日 6月7日（金）・14日（金） 計2回 午前10時～11時30分
内 肩周り、腰周りを中心とした、ストレッチや筋力トレーニングなど
以下、①～③共通
対 区内在住、在勤で65歳以上の方
定 ①③30名 ②20名（いずれも抽選）
申 往復はがき（記入例参照）で、5月21日（火）（必着）まで
問場先 〒114-0002 王子5-2-101 健康増進センター
☎（5390）2220

場 日 6月6日（木）…お口は健康の源（手鏡持参）、13日（木）…新型栄養失調の予防（一口試食あり） 計2回 いずれも午後2時～3時30分
師 歯科衛生士、栄養士
③ からだいきいき体操
内 「傾聴」の基本、ロールプレイング等の演習ほか **師** NPO法人埼玉カウンセリングセンター代表理事 高倉恵子氏

場 日 6月4日（火）・11日（火） 計2回 午後2時～3時30分
内 エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチで全身をバランスよく動かします。
② お口と食の健康教室「おいしく食べて、元気に笑いましょう」
日 6月6日（木）…お口は健康の源（手鏡持参）、13日（木）…新型栄養失調の予防（一口試食あり） 計2回 いずれも午後2時～3時30分
師 歯科衛生士、栄養士
③ からだいきいき体操
内 「傾聴」の基本、ロールプレイング等の演習ほか **師** NPO法人埼玉カウンセリングセンター代表理事 高倉恵子氏

長生きするなら北区が一番

申込記入例
希望講座名（希望日・コース）
●郵便番号・住所※
●氏名（ふりがな）
●年齢
●電話番号（ファクス番号）
※在勤・在学の方は勤務先・学校名・学年も明記
●記入不備無効 ●申込は原則1名1通
●本人以外やお子さん連れの受講はできません
●記入いただいた個人情報は目的以外には使用しません

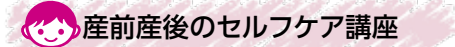
場 日 5月29日（水） 午後2時～3時30分（1時30分開場）
対 区内在住、在勤の方
定 70名（申込順）
申 5月9日（木）午前9時から電話申込
問先 十条台高齢者あんしんセンター
☎（5948）5630

場 日 5月6日（休）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

場 日 5月6日（休）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

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申込み場合の記入例は6面をご覧ください

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです



①王子東児童館(王子6-2-60)

日 6月17日(月) 午前10時～11時30分

②神谷子どもセンター(神谷3-35-17)

日 6月24日(月) 午前10時～11時30分

③田端児童館(田端3-24-14)

日 6月7日(金) 午前10時～11時30分

④滝野川西児童館(滝野川6-21-25)

日 6月10日(月) 午前10時～11時30分

=以下、①～④共通=

対 区内在住で安定期の妊婦及び講座当日生後2～3カ月(120日まで)の乳児と産婦

師 NPO法人マドレボニータ産後セルフケアインストラクター 定 ①②④妊婦10名、親子10組 ③妊婦7名、親子7組(いずれも申込順)

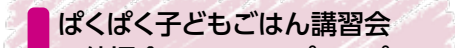
申 5月15日(水)午前9時から電話申込

利用回数 産前・産後各1回

問先 ①健康推進課王子健康支援センター ☎(3919)7588

②健康推進課赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

③④健康推進課滝野川健康支援センター ☎(3915)0184



対 区内在住で平成30年4月～6月生まれのお子さん(第1子優先)の保護者(保育なし)

日 5月24日(金) 午後1時30分～3時

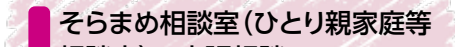
場 赤羽会館7階701ホール

内 離乳食から幼児食への移行のポイント、簡単メニューの紹介(お話と試食)

定 24名(申込順)

申 5月10日(金)午前9時から電話申込

問先 健康推進課赤羽健康支援センター ☎(3903)6481



対 区内在住で、ひとり親家庭の保護者

日 5月19日(日) 同相談室の相談員による生活相談…午前9時～正午、弁護士による法律相談…正午～午後2時、ファイナンシャルプランナーによる家計相談…午後2時～5時、(予約制・申込順)

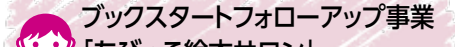
※相談時間は1人40分～1時間程度

場 赤羽文化センター3階第2学習室B(赤羽西1-6-1-301)

申 5月17日(金)までに電話または北区ホームページから申込

問先 そらまめ相談室(㈱エイジェック) ☎(3908)1363

子ども未来課次世代育成係 ☎(3908)9097



広いホールでの～びの～び♪1歳～2歳のお子さんのための絵本サロン

対 1歳～2歳のお子さんと保護者

日 5月19日(日) 午前10時45分～11時45分

内 赤ちゃん時代と違った困りごとなど、絵本を交えてシェアします。

定 15組(先着順)

申 当日、直接会場へ

企画・運営 北区図書館活動区民の会

問場 中央図書館事業係(十条台1-2-5) ☎(5993)1125



対 区内在住で4歳～6歳の未就学児と父親または祖父(2名1組)

日 6月8日(土) 午後1時～3時30分

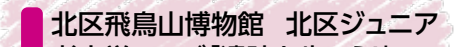
場 赤羽文化センター料理室(赤羽西1-6-1-301) 内調理…野菜をぱくぱく食べて、元気もりもり!～ケーキサレ(おかずケーキ)、みそスープ～ ※アレルギー物質を含む食材を使用します。詳しくはお問い合わせください

食育講座…野菜のおいしさ大発見 師 北区楽しい食の推進員会

定 12組(抽選) 費 1組700円

申 往復はがき(記入例参照。参加者全員の氏名・ふりがな・お子さんの年齢も記入)で、5月17日(金)(必着)まで

問先 〒114-8508(住所不要)健康推進課健康づくり推進係「幼児親子クッキング教室」担当 ☎(3908)9068



対 考古学に興味のある小・中学生と保護者1名 ※中学生は本人のみの参加可

日 6月2日(日) 午後2時～4時…同館体験学習室、9日(日) 午前9時～午後5時…千葉県佐倉市付近の遺跡(曲輪ノ内貝塚など) ※マイクロバス及び徒歩で移動 ※昼食持参 計2回 ※終了時間はいずれも予定 内 古代の遺跡を訪ね歩きます。希望者とは夏休みを利用して、遺跡で見つけた土器片などを調べます。 師 同館学芸員

定 16名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。参加者全員の氏名・年齢、お子さんの学年も記入)で、5月23日(木)(必着)まで

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



●古民家で遊ぼう!!「くるくる回る風車」

日 5月18日(土) 午後1時～3時

定 40名(先着順)

申 当日、直接会場へ

●古民家工作教室「竹とんぼ作り」

対 区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方(大人も可) ※小学3年生は要送迎

日 6月2日(日) 午前10時～正午

内 切り出しナイフを使って竹を削り、竹とんぼを作ります。 定 20名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。全員(2名まで)の住所・氏名・ふりがな・年齢(学生は学年)、電話番号を記入)で、5月20日(月)(必着)まで

=以下、共通=

問場先 〒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 ☎(5993)8361



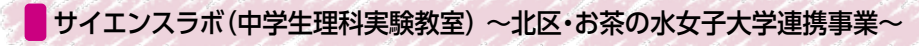
対 区内在住、在学、在園の幼児(4歳～6歳。教室開始日4歳以上)及び小学生

日 6月11日・18日・25日、7月2日・9日、8月27日、9月3日・10日 各火曜 計8回 幼児…午後3時50分～4時40分、小学生…午後4時50分～5時40分

種目 マット、跳び箱ほか

師 ㈱総合体育研究所指導員

定 各100名(抽選) 費 800円(初回に集金) 申 往復はがき(記入例参照。生年月



対 区内在住の中学生 日 内 下表のとおり

※全日程の参加をお勧めしますが、希望する回のみ参加も可

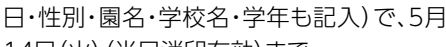
場 旧教育未来館(神谷2-42-2) ※②はお茶の水女子大学(文京区大塚2-1-1)、⑦は滝野川会館(西ケ原1-23-3)

師 お茶の水女子大学サイエンス&エデュケーションセンター講師ほか

定 各40名(選考) ※交通費は自己負担

回	日程	内 容
①	6月29日(土)	●冷たく感じるひみつ 食べると冷たく感じるアメはなぜそう感じるのか。2種類のアメを「自分の体」と「試験管」を使って実験をし、ひみつを解き明かします。
②	7月20日(土)	●【お茶大ラボ探検】美しいだけじゃない!?花色の科学 花色は美しい!でもミツバチやチョウには私たち以上に美しく見えているらしい。そして花の色は美しいだけではない!?花の色を研究することで生物の進化や環境応答等の仕組みを探ることに役立ちます。そんな花色の科学の世界と一緒にのぞいてみましょう。 [協力]お茶の水女子大学 作田正明氏
③	8月7日(水)	●【サイエンスラボ特別編】科学のふしぎに迫ろう 身近な生き物や物質を顕微鏡で観察したり、実験したり。身のまわりの生き物や物質について、いつもと違う角度で探ると新たな発見があるかも!?3日間連続で、実験から発表までの研究の一端を体験します。
④	8月8日(木)	
⑤	8月9日(金)	
⑥	8月24日(土)	●サイエンスチャレンジ グループのみんなで協力して科学やものづくりの問題に挑戦します。問題は当日までヒミツ。君の挑戦を待っています。 ※当日、3～4人のグループを作ります。科学部などのチーム参加も大歓迎です。
⑦	9月1日(日)	●【小中合同親子講演会】「オランウータンってどんな「ヒト」?」 動物園やテレビで「オランウータン」を見たことがありますか?体が大きく尻尾がない霊長類(サル)の一種で、私達と同じ「ヒト科」に分類されるけれど、じつはとても「変わった」サル。例えば、強いオトナの雄だけが顔が大きくなり、弱い雄は何十年も顔が小さなままで過ごします。ボルネオ島の熱帯雨林で撮影された映像と共に、そのユニークな特徴に迫ります。(講演:国立科学博物館 久世濃子先生) ※同行希望者がいる場合は、申込時に人数を記入してください。
⑧	10月5日(土)	●水の惑星「地球」に迫る 水はどうやって世界中を旅するの?南極や北極の氷が溶けたら海面は上昇するの?など地球規模の世界について考え、水のいろいろな姿や性質を実験で探ります。
⑨	11月2日(土)	●ロボット～思い通りに動かしてみよう ロボットを思い通りに動かせるかな?プログラムを工夫したり、いろいろなセンサーを使ったりして、動くロボットに改造します。
⑩	12月7日(土)	●聴覚と骨伝導のふしぎ 録音した自分の声を聞いて変!と思ったことはありますか?この疑問を解き明かしたり、音の伝わり方や音の性質に関係する実験をしたり、音について考えます。 ※翌日の小学生向け科学・環境スクールでお手伝いをしてくれる中学生実験アシスタントを募集します。

[時間] 午後2時～4時30分(③～⑤は午前9時～午後2時、⑦は午前10時～正午)



子どもたちにふれあい体験無料入浴

区内の各公衆浴場で、昔から端午の節句の行事である菖蒲湯を実施し、区内の子どもたちに無料開放します。当日は、先着150名の方に乳酸飲料を差し上げます。

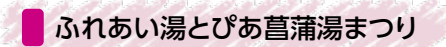
対 区内在住の乳幼児、小学生

日 5月5日(祝) ※浴場により定休日などで開催日を変更する場合があります。店頭でご確認ください。 場 公衆浴場組合加盟の各浴場(ポスター・旗の掲示あり)

申 当日、直接会場へ

問 最寄りの公衆浴場組合加盟浴場 飛鳥山温泉 ☎(3910)1380

産業振興課産業振興係 ☎(5390)1234



後援 北区教育委員会

対 区内在住、在勤、在学の小学3年生～6年生と保護者及び中学生 日 5月18日(土) 午後3時30分～4時30分 師 一橋大学名誉教授 中嶋浩一氏 定 15名(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。参加者全員の氏名・年齢も記入)で、5月10日(金)(必着)まで

問場先 〒114-0002 王子6-1-10 駿台学園中学高等学校天文台 篠原 ☎(3913)5735



◆第1回知的障害者サッカー教室

対 知的障害者(児)と家族、知的障害者サッカーに興味のある方

日 6月2日(日) 午前10時～正午(9時30分から受付) 場 滝野川体育館(西ケ原2-1-6) 師 東京都知的障がい者サッカー連盟 定 60名(抽選)

申 申込書[スポーツ推進課(北とびあ10階)、東京都障害者総合スポーツセンター(十条台1-2-2)]にあります。北区ホームページからもダウンロードできます]に記入して、ファクス、Eメール、郵送または直接窓口で、5月20日(月)(必着)まで

問先 〒114-8503(住所不要)スポーツ推進課スポーツ推進係(北とびあ10階) ☎(5390)1134 FAX(5390)1137

EM spo-suishin@city.kita.lg.jp



主催 コミスポたきのがわ 共催 北区

日 5月6日(休) ①バドミントン・卓球・スポーツウェルネス吹矢…午後1時～3時 ※貸しラケットは有料 ②キンボールスポーツ・女性フットサル…午後3時30分～5時30分 ③書道…午後1時～5時

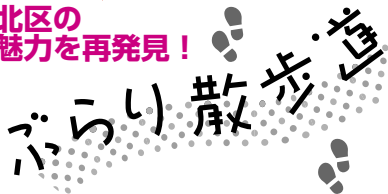
場 滝野川体育館(西ケ原2-1-6) ※詳しくはホームページをご覧ください。

申 当日、直接会場へ

問 総合型地域スポーツクラブコミスポたきのがわ ☎080(1185)6796

HP <https://www.comispo-takinogawa.com/>

北區の魅力を再発見！



今年度前半期は、北區の観光・歳時記にスポットをあててご紹介します。

問 広報課 ☎（3908）1102

色鮮やかな北區の花 ツツジ

風薫る新緑の季節である5月に入り、ひととき目を引く花があります。その花の名はツツジ。ツツジは北區の花として長きにわたり親しまれてきました。

そんなツツジを楽しむことができるのが、多くのツツジが色鮮やかに咲きほこる飛鳥山公園です。飛鳥山公園と言えば桜が有名で、ソメイヨシノ・サトザクラなど約600本が植えられていますが、オオム

ラサキツツジやクルマツツジをはじめとするツツジも、約10種・15,000株が飛鳥山の斜面を彩っています。

特に斜面に沿って飛鳥山山頂まで登る、あすかパークレール「アスカルゴ」からの景色は格別！約2分間の乗車中、ゆっくりと進む車内からは、倍賞千恵子氏のアナウンスと共に、美しく揺れる桃色や白のツツジの花弁が、訪れた方の心を和ませてくれるはずですよ。

梅雨が訪れる前の爽やかな青空の下、ツツジの花を探しに、ぶらりと散歩を楽しんでみませんか。



飛鳥山公園のツツジとアスカルゴ

健康情報

◆健康増進センター（へるしあKITA）
早わかり「コレステロール改善講座」

対 区内在住、在勤で30歳以上の方

日 内 6月1日（土）…「コレステロールが高くなぜいけないのか」と脂肪を燃やす運動①、8日（土）…「コレステロールを下げる食べ方のコツ」と脂肪を燃やす運動② 計2回 いずれも午前10時～11時45分

定 30名（抽選） 申 往復はがき（記入例参照）で、5月21日（火）（必着）まで

問 場 先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター ☎（5390）2220

◆ロコモ予防講演会
「ロコモ予防って何？知っ得・納得、人生100年時代の身体ケア」

対 区内在住、在勤、在学の方 ※手話通訳あり 日 5月30日（木） 午後2時～3時30分

場 北とぴあ15階ペガサスホール

師 早稲田大学スポーツ科学学術院 荒木邦子氏 定 70名（抽選） 申 往復はがきまたはファクス（記入例参照。全員（1通につき2名まで）の氏名も記入）で、5月16日（木）（必着）まで

問 先 〒114-8508（住所不要）健康推進課健康づくり推進係

☎（3908）9068

FAX（3905）6500

胃がんハイリスク検診

対 区内在住で、下表の年齢に該当する方

日 6月1日（土）～8月31日（土）（土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く）

※医療機関によっては期間内でも予約満了となる場合があります。 場 区内実施医療機関 内 問診、血液検査（血清ペプシノゲン検査、血清ヘリコバクター・ピロリ抗体検査） 費 1,000円 ※生活保護などを受けている方は、自己負担金免除 ※対象者には、5月中旬に受診票を送付します。受診票が届かない場合はお問い合わせください。

問 健康推進課コールセンター

☎（3908）9034

健康推進課健康係

☎（3908）9016

胃がんハイリスク検診対象者

年齢	生年月日
39歳	昭和55年1月1日～12月31日
44歳	昭和50年1月1日～12月31日
49歳	昭和45年1月1日～12月31日
54歳	昭和40年1月1日～12月31日
59歳	昭和35年1月1日～12月31日
64歳	昭和30年1月1日～12月31日

大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方（昭和59年12月31日以前に生まれた方） ※ただし、受診間隔が1年未満の方は除く 内 検便（便潜血反応検査） ※希望する各健康支援センターで事前に採便セットを受け取り、各会場の検診日にお持ちください（代理可）。

定 各日110名（申込順） 日 場 申 問 先 下表のとおり

問い合わせ・申込先 （採便セット配布場所）	検診日時	検診会場	申込方法
健康推進課 王子健康支援センター 〒114-0001 東十条2-7-3 ☎（3919）7588 FAX（3919）5163	6月26日（水） 午前9時～11時	北区保健所1階 （東十条2-7-3）	【窓口直接配布の場合】 5月10日（金）午前8時30分から各健康支援センターで採便セットを直接お渡しします。各センター検診日の1週間前に締切となります（代理可）。
健康推進課 赤羽健康支援センター 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館6階 ☎（3903）6481 FAX（3903）6486	6月7日（金） 午前9時～11時	赤羽会館7階	【はがき・ファクスの場合】 5月10日（金）から各健康支援センターへ、はがきまたはファクスに検診名、希望検診日、郵便番号・住所・氏名・ふりがな・生年月日・年齢・性別、電話番号を記入して申込（ファクスの場合は番号を記入）。各センター検診日の14日前に締切となります。 ※後日採便セットを郵送します。
健康推進課 滝野川健康支援センター 〒114-0024 西ヶ原1-19-12 ☎（3915）0184 FAX（3915）0171	6月12日（水） 午前9時～11時	滝野川健康支援センター （西ヶ原1-19-12）	

特定健康診査等

北區国民健康保険に加入している方へ
特定健康診査（40歳～74歳）

対 北區国民健康保険に加入している40歳～74歳の方（昭和19年9月7日～昭和55年3月31日生まれ） ※対象者の方には受診券を5月中旬に送付します。健診開始日までに届かない方は、ご連絡ください。 日 6月1日（土）～8月31日（土）（土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く） 場 「北區特定健康診査会場」のポスター掲示のある区内実施医療機関

内 [特定健康診査項目] 問診、診察、身体計測（腹囲測定含む）、血圧、血液検査（肝機能・脂質・血糖）、尿検査

[北區追加健診項目] 胸部X線検査、心電図検査（医師が必要と判断した方）など

[受診方法] 同封の一覧表の医療機関に事前予約をし、受診券と北區国民健康保険被保険者証（健康保険証）を持参して受診してください。

※医療機関によっては、期間内でも予約終了となる場合があります。

※生活保護等を受給している40歳～74歳の方は、上記特定健康診査に準じ、同じ日程で実施します。

※75歳以上の方及び65歳～74歳で一定の障害があり、すでに後期高齢者医療制度に加入している方の健康診査は9～10月に実施します。詳しくは健診時期にあわせて今後の北區ニュースでお知らせします。 ※「特定健康診査」は医療保険者（保険証発行機関）が実施主体となります。北區国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、ご加入の医療保険者または勤務先にお問い合わせください。

北區国民健康保険以外の健康保険の
被扶養者等の方へ

北區追加健診（40歳～74歳）

次の対象で、ご希望の方は北區の医療機関で特定健康診査を受診する際に、北區追加健診項目を同時に受診できます。

対 ①～③全ての要件を満たす方 ①区内在住の昭和19年9月7日～昭和55年3月31日生まれの方

②健康保険組合等の被扶養者の方、または国民健康保険組合に加入している方 ③ご加入の健康保険組合等から特定健康診査の受診券が届いている方で、受診券の「契約とりまとめ機関名」（右図参照）に「集合B」と記載のある方

日 6月1日（土）～8月31日（土）（土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く）

※ [追加日程] 11月28日（木）～12月19日（木）

場 「北區特定健康診査会場」のポスター掲示のある区内実施医療機関

[北區追加健診項目] 血液一般検査、胸部X線検査、心電図検査（医師が必要と判断した方）など

申 電話、はがきまたはファクス〔「追加健診申込」、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、性別、電話番号、ご加入の健康保険の名称（必須）を記入〕で申込 ※申込後、「追加健診券」を実施期間に合わせて送付します。申込から発送までに時間がかかることがあるので、健診期間内に早めにお申込ください。 ※対象者の要件のうち①②は該当するが、③の特定健康診査受診券の「契約とりまとめ機関名」に「集合B」の記載がない方は、北區追加健診項目のみ受診すること

ができます。ご希望の場合は受診票を送付しますので、12月10日頃までにお問い合わせください。

＝以下、共通＝

問 健康推進課コールセンター

☎（3908）9034

問 先 〒114-8508（住所不要）健康推進課健康係

☎（3908）9016 FAX（3905）6500

特定健康診査受診券の例（北區国民健康保険以外の方）

特定健康診査受診券	
2019年●月●日交付	
受診券整理番号	123456789××
受診者の氏名	キタク タロウ
性別	1 男
生年月日	昭和40年●月●日
有効期限	2019年●月●日
健診内容	・特定健康診査 ・その他（ ）
窓口での自己負担	
特定健診（基本部分）	負担額又は負担率
特定健診（詳細部分）	保険者負担上限額 ××××円 なし
保険者所在地	〒………●市●町……
保険者電話番号	××××-××××
保険者番号・名称	●●健康保険組合
契約とりまとめ機関名 集合B、ド/日	
支払代行機関番号	××××××
支払代行機関名	社会保険診療報酬支払基金