

NO.1602 新年号

毎月1日・10日・20日発行

1 | 1

平成31年(2019)

1月10日号・合併号

北区ニュース



未来を担う若者たちへ



子ども文化教室の生徒の皆さんと北区長

～伝え・継ぐ 文化・芸術～

明けましておめでとうございます

健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年は、新元号の発表など、新たな時代への幕開けとともに、区の輝かしい未来に向けて確かな歩みを進めていく年となります。また、一年半後には文化・スポーツの祭典である「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会」が開催されます。区では、この好機に向けて、先人たちが築いてきた歴史や文化、芸術、伝統芸能、技術など多彩な魅力を再認識し、内外に積極的に発信するとともに未来につなぐための取り組みを進めております。

新春にあたり、北区の文化芸術活動拠点「ココキタ」で行われている子ども文化教室を取りあげ、日本の伝統・芸術・文化の技術と精神の習得に励む子どもたちと、熱心な教え・導き・育成により文化・芸術の継承活動に取り組まれている指導者のみなさんを紹介します。

本年も皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

平成31年元日 北区長 花川 與惣太



ココキタって？

「東京都北区文化芸術活動拠点ココキタ」は、閉校した旧豊島北中学校の校舎部分を利用し平成27年4月にオープンしました。文化芸術活動を応援する北区初の施設を、北区文化振興財団が運営しています。

館内には、文化芸術に携わるアーティストのレジデンススペース、オープンギャラリーやスタジオなどのレンタルスペース、カフェなどがあり、展覧会やワークショップなど文化芸術活動の拠点として利用されています。

誰でも気軽に利用できるのがココキタの特徴で、第一線で活躍するアーティスト、パフォーマー、クリエイターから地域の子ども達までが集い活動しています。中学生・高校生は利用料が無料のため、バンドやダンス、演劇の練習や制作の場として活用しています。2月10日(日)・11日(祝)にはココキタまつりを開催します。誰でも無料でアートを体感できます。詳しくは今後の北区ニュースもしくはホームページをご覧ください。



ココキタ外観



中高生対象レベルアップワークショップの様子



カフェ ぱれっと



【住所】北区豊島5-3-13
【アクセス】王子駅より都バス「豊島六丁目」「豊島五丁目団地」下車徒歩3分
【お問い合わせ】(6338)5711(月曜休館)

子ども文化教室

主催 (公財) 北区文化振興財団
共催 北区
後援 北区教育委員会

「子ども文化教室」とは、子どもたちが日本の伝統文化を身近に親しみながら学ぶ教室です。継続して学ぶことができるため、しっかりと日本の伝統文化の技術と精神を習得することができます。一年間の成果として、3月には発表会・展覧会を開催します。
問 ココキタ (公財) 北区文化振興財団 ☎ (6338) 5711 (月曜休館)

鍛金教室 [奥山峰石(人間国宝)監修]



人間国宝奥山峰石氏から子どもたちへ

私が子どもたちに伝えたいメッセージの1つ目は、「夢は大きく目標は小さく」です。これは、目の前の小さな目標をしっかりとやることで、やがて大きな夢が叶うという意味です。私が考えた言葉です。どんな夢でも小さな積み重ねが大切です。無駄かもしれないと思うことでも夢に繋がっていることを忘れないでください。2つ目は、「幸せ」についてです。皆さんは、幸せについて考えたことがありますか。例えば、結婚式で新郎新婦の幸せな姿を見ると、周りの人たちも幸せを感じます。幸せは連鎖すると思います。幸せは本当は自分の心の中にあるのです。私はいつも3つの「み」をしないように心掛けています。それは、「憎み・妬み・恨み」です。人は業が深く、この3つをしないようにすることは、なかなか難しいと思います。しかし、しないように心掛け守ることで「幸せ」になれると思います。少しでも皆さんのお役に立つ言葉となりましたら幸いに存じます。

奥山峰石氏

平成7年 重要無形文化財「鍛金」保持者(人間国宝)認定
東京都北区名誉区民に選定
平成9年 紫綬褒章を授章
平成19年 旭日小綬章を授章
平成30年 東京都名誉都民に選定



鈴木泰三先生



鈴木頼彦先生



佐藤奈々美先生

【鈴木泰三】●平成16年 人間国宝奥山峰石 鍛金弟子入り●平成26年 多摩美術大学大学院美術研究科博士前期(修士)課程工芸金属修了 【鈴木頼彦】●平成12年 鍛金・人間国宝奥山峰石師事●平成30年 日本工芸会正会員 【佐藤奈々美】●平成17年 鍛金・人間国宝奥山峰石、彫金・泉公士郎に師事●平成19年 専門学校ヒコ・みづのジュエリーカレッジ卒業



作品が出来上がった時の達成感は格別であり、自分の作品を見て先生や友達、両親が「すごい」、「よく作ったね」と褒めてくれるのがとても嬉しいです。

鍛金をとおして、いろいろなものづくりが楽しくなりました。また、工芸高校を受験したいという目的もできました。

先生から子どもたちへ

ものづくりの楽しさは自分でイメージしたものが、だんだん形になっていくワクワク感や、何度も試してやっとできた喜びだと思います。そんなことを繰り返しているとずいぶん難しいものを作れるようになった自分があります。そして、成長した自分を知ることができます。手で覚えた技術は一生忘れません。これからも楽しく作品を作ってください。

鍛金とは… 銅などの金属板を切り出して、バーナーで温めて柔らかくし、金づちで叩くことで形作る技法。日本の伝統工芸の一つ。

教室の紹介

金属の板を叩いて器を作ったり、切り出してペンダントやネックレスを作るなど、自分でデザインしたものを作ります。

日本舞踊教室 [松島金昇(北区日本舞踊連盟理事長)監修]



藤間さくら女先生
●藤間流名取師範
●北区日本舞踊連盟理事●NOSSインストラクター

先生から子どもたちへ

日本舞踊は、礼に始まり礼に終わる日本人ならではの作法や精神が学べます。さらに、美しい日本の音を聴く耳を育て、四季折々の情景を表現する美しい所作が身につきます。幼少期の豊かな感受性には、いつも目を見張ります。まるでスポンジのような吸収力でお稽古に励みます。あでやかな着物に目を輝かせながら、日本の調べにあわせて踊る子どもたちは、日本の美しさそのものです。



先生から子どもたちへ

日本人が自国の文化に誇りを持つことは大切なことだと思います。その文化の一つ日本舞踊は、見えないものを演じ、感じてもらう楽しいものです。日本文化に触れ和の持つ穏やかさ、優しさ踊る楽しさ、自分で着物を着る、礼に始まり礼に終わる、当たり前のご稽古を通して出来る様に、そして、日本舞踊から無限に広がる楽しさを一人でも多くの方に知ってもらいたいです。桜の木も喜びが花になって表れるそうです。私は子どもたちが色々な希望をもってそれぞれに可愛い花を咲かせ欲しいと願っています。



花柳太之路先生
●日本舞踊協会会員
●北区日本舞踊連盟理事●花柳太之路日本舞踊教室主管



教室の紹介

日本舞踊の立ち居振る舞いや扇子の使い方を初歩から学びます。お辞儀などの礼儀作法も身に付けることができます。

落語教室



三遊亭圓馬先生
●昭和63年 三代目橘ノ圓に入門●平成14年 真打昇進と同時に5代目三遊亭圓馬を襲名する●現在 落語芸術協会所属 真打

先生から子どもたちへ

子ども落語教室では、中学生と小学生の生徒さんが練習しています。1年も経たぬうちに皆さんとても上達しました。発表会にも十分間に合いそうです。落語は誰でも覚えることができ、色々なことが表現できます。いろいろな人物を演じます。とても世界が広がります。そして演じる自分が楽しくて、聞く人も楽しくてくれます。ぜひ、落語教室に来てみてください。新しい面白さを見つけることができるでしょう。



落語の内容や声だけでなく、細かいしぐさ・動きも指導して下さるので、勉強になります。



教室の紹介

師匠の口伝えで噺を覚えていきます。手ぬぐいや扇子を使った仕草も師匠自ら指導してくれます。

彫塑教室

〔川崎普照(日本芸術院会員)監修〕



川崎義昭先生
●平成18年・20年 日展特選●現在 日展会員、白日会会員、日彫会運営委員出版広報主任、北区美術会常任委員

先生から子どもたちへ

楽しい樹になろう
楽しそうな人の周りには、楽しそうな人が集まっています。教室には、楽しそうな樹がたくさん集まっています。樹は、太陽・水分・養分などで大きく成長します。樹と同じ様に、子ども達は、教室という空間、時間をいただいて作品という実を作ります。作品作りは、何回もチャレンジするため、我慢することも多々ありますが、出来上りの喜びが、それを上回ると信じております。みんなで楽しい樹になろう。

教室の紹介

石膏像や写真をよく観察しながら粘土で形を作っていきます。粘土で制作したあとは石膏取りをして、石膏像に仕上げます。

いつも、思いきり粘土をこねたりできて楽しいです。

小学生の頃から教室に参加しています。当初は純粋に楽しそうと思って入りましたが、今では、楽しいだけでなく、型のとり方など実践的なことも学べているので、とても充実しています。

製作に入りこんだときの「無」になる感じが好きです。

雅楽教室



笹本武志先生
●雅楽演奏家●NYコロンビア大学雅楽プロジェクト講師●著書に「はじめての雅楽」がある。

先生から子どもたちへ

歌から始まる雅楽のレッスン。最初はなかなか声が出ませんが、歌えてくる頃には楽器も吹けるようになります。3年も経てば管楽器のほかに、3つの打楽器も打てるようになります、やる気次第で琵琶・箏も学べます。1200年続く世界最古の音楽を習うことは、将来、世界に出た時にきっと自分のアイデンティティの芯になります。子ども教室の貴重な機会をぜひ体験してください。

教室の紹介

龍笛か箏を選んで練習していきます。太鼓などの打楽器も同時に習得していきます。発表会では装束衣装(狩衣)を着て演奏します。

学校からココキタの広告をもらって興味があったので入りました。初めは指使いが難しく大変でした。音もだいぶ出るようになったのがうれしいです。

発表会

当日、直接会場へお越しください

- 子ども芸術劇場
日本舞踊教室・落語教室・雅楽教室の生徒たちが成果を披露します。
日 3月24日(日) 午後1時30分開演予定 場 北とびあつつじホール
- 子ども芸術ギャラリー
彫塑教室・鍛金教室の生徒たちの制作作品を展示します。
日 3月14日(木)～4月6日(土) 午前9時～午後8時
場 ココキタ2階オープンギャラリー・アトリエ

◆平成31年度子ども文化教室生徒募集、申込受付中!

【参加条件】区内在住、在学の方。対象年齢は教室によって異なります。詳しくは今後の北区ニュースもしくはホームページをご覧ください。

= 以下、共通 =

問 ココキタ (公財)北区文化振興財団 ☎(6338)5711(月曜休館)

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

お知らせ

◆第8回十条富士見中学校サブファミリーブロック小学校適正配置検討協議会

日 1月18日(金) 午後7時から 場 十条台ふれあい館別館第1ホール(中十条1-2-18) 申 傍聴希望の方は、当日、直接会場にお越しください。
問 学校適正配置担当課 ☎(3908)9271

◆ごみ収集作業員(アルバイト)募集

対 18歳以上の方(高校生不可) 【募集人員】若干名(面接選考あり) 【勤務場所】北区清掃事務所管内 【勤務内容】屋外の集積所でごみを清掃車に積込む作業
【勤務期間】2月～3月の間(1カ月20日以内)
【勤務時間】午前7時40分～午後4時25分
【賃金】日給1万130円(交通費を含む)
申 1月10日(木)から12日(土)までに電話連絡後、履歴書を持参
問 先 北区清掃事務所(北区豊島8-4-3) ☎(3913)3141

◆志茂三丁目9番地区防災街区整備事業組合設立認可に係る事業計画の縦覧及び意見書

【件名】志茂三丁目9番地区防災街区整備事業 【施行地区】志茂三丁目9番4、21、40、55、56及びその周辺道路を含む区域
【縦覧及び意見書の提出】事業計画は次の場

所でご覧になれます。また、本事業に関係のある土地もしくはその土地に定着する物件について権利を有する方で、本事業計画にご意見のある方は、意見書を提出することができます。 ※縦覧期間及び意見書の提出期間・方法については、北区ホームページをご覧ください。
問【縦覧場所】まちづくり推進課(区役所第一庁舎7階5番) ☎(3908)9154

◆1月31日(木)は償却資産・住宅用地・認定長期優良住宅減額(固定資産税)の申告期限です

償却資産の申告には電子申告も利用できます。詳しくは、ホームページをご覧ください。納税には、安心・便利な口座振替等をご利用ください。
問 北都税事務所 ☎(3908)1171
HP <http://www.tax.metro.tokyo.jp/>

◆区民住宅(あき家)入居者随時募集

区民住宅は、中堅所得者層の家族世帯に良質な住宅を提供することを目的とした住宅です。随時募集しています。
【募集住宅及び所在地】王子一丁目第二区民住宅(王子1-28-2) 【間取り】2LDK及び3DK 【住宅使用料】12万7,900円～13万8,900円(別途共益費7,000円) ※入居資格など詳しくはお問い合わせください。
申 直接窓口で申込
問 先 区営・区民住宅受付担当(区役所第一庁舎7階1番) ☎(3908)1523

◆ご存じですか?検察審査会

審査員に選ばれましたら、ご協力をお願いします
選挙権を有する20歳以上の国民から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員が、検察官が犯罪を犯した疑いがある者を裁判にかけなかったことのよしあしを審査する制度です。任期は6カ月で、審査を行うにあたって、法律的な専門知識は不要です。
問 東京第一検察審査会事務局
☎(3581)2877
選挙管理委員会事務局
☎(3908)9054

◆司法書士による無料相談会

後援 北区
登記・法律・空家問題等相談会
日 1月28日(月) 午後6時～9時
場 北とびあ8階804A会議室
内 相続・贈与・財産分与などの不動産登記、会社の登記、遺言、成年後見、少額の裁判、空家問題、借金問題など
申 原則、前日までの電話申込(当日、午後8時までの会場受付も可能)
問 先 東京司法書士会 北・荒川支部 片桐 ☎(6903)5955

◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区
日 1月8日(火) 午後1時30分～4時
場 区役所第一庁舎1階ロビー
内 年金の内容や受取額についての疑問、

世帯と人口		
(30.12.1現在)		前月比
世帯数	196,707	109増
総人口	351,989	233増
日本人人口	329,366	194増
男	163,398	124増
女	165,968	70増
外国人人口	22,623	39増
男	11,516	16増
女	11,107	23増
年齢別人口*	14歳以下… 36,300(10.3%)	
人口*	15歳～64歳… 227,892(64.8%)	
(構成比)	65歳以上… 87,797(24.9%)	
*外国人人口を含む		

サービス残業やパワハラ等のトラブル、人事・労務管理等のお悩みに、社会保険労務士が無料で相談に応じます。
申 当日、直接会場へ
問 東京都社会保険労務士会北支部
☎(3908)0248

◆行政書士会無料相談会

後援 北区
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。
日 1月16日(水) 午後1時～4時
場 田端ふれあい館(田端3-16-2)
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

来たKITAオリパラプロジェクト

中央公園文化センター講座

「北区のまちから東京2020オリンピック・パラリンピックへ」

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、大会概要などに触れ競技の歴史やルール、見どころなどを学び理解・関心を深めます。

対区内在住、在勤、在学の方 **日**内**師**下表のとおり **定**30名（抽選）

回	日程	テーマ	講師
1	2月14日（木） 午後2時～3時30分	2020年まであと1年!どうなる! 東京オリンピック・パラリンピック	毎日新聞本社運動部副部長 小坂 大氏
2	2月21日（木） 午後2時～3時30分	競技から見えてくる 知られざる オリンピック・パラリンピックの世界	首都大学東京特任教授 舩本直文氏
3	2月28日（木） 午前11時～午後0時30分	東京2020オリンピック追加種目 「スポートクライミング」の魅力 ～ボルダリングジム見学～	ボルダリングジム 「UNDERGROUND」 店長 小川隼人氏
4	3月7日（木） 午後2時～4時	東京都障害者総合スポーツセン ターを見学しよう	東京都障害者スポーツ協会
5	3月14日（木） 午後2時～3時30分	パラリンピック競技を知る!体験 する!パラリンピックを100倍楽し むために	

申はがき、ファクス（記入例参照。オリンピック・パラリンピックへ向け知りたいことがあれば記入）、電話または直接窓口で、1月31日（木）（必着）まで

問場**先**〒114-0033 十条台1-2-1 中央公園文化センター（月曜、祝日休館）
☎（3907）5661 **FAX**（3907）5666

◆経営支援セミナー

「小さな会社・事業のためのホーム
ページ・ブログ活用の基本原則」

対中小企業経営者（区内事業者優先、起業前の場合は具体的なプランのある方）

日2月12日（火） 午後2時～4時 **場**北と
びあ7階701会議室 **内**「お店のホームペ
ージを作ったものの何年もそのままになっ
ている」「ブログには何をどのくらい書け
ばいいの?」という悩みを抱えていませんか
?集客力や認知度アップに効果的なホーム
ページ・ブログ活用の原理原則についてお
話します。

師中小企業診断士 酒井勇貴氏

定50名（申込順） **申**電話またはEメール
（記入例参照。業種、法人の場合は法人名
も記入）で、2月7日（木）（必着）まで

問先産業振興課経営支援係
☎（5390）1237
EMshien@city.kita.lg.jp

◆平成30年度東京都空き家利活用等普及
啓発・相談事業「空き家にしない!空き家
を活かす!実家問題と相続対策セミナー」

後援 北区

日1月25日（金） **セミナー①**…午前10時
～11時15分 **個別相談**…午前11時15分
～午後0時30分 **セミナー②**…午後1時30
分～2時45分 **個別相談**…午後2時45分～
3時30分 **場**北とびあ7階第1研修室

内①「賢い生前整理の秘訣!50代からの我
が家と実家の片づけ」 ②「家族に争続トラ

◆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。新しい学
びを始めてみませんか。

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）、電
話または直接窓口で、各申込締切日（必着）まで ※1通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 (申込順)	締切 (必着)
バラのラウンドアレンジ	2月7日(木) 午後2時～4時	バラのフラワーアレンジメント 費3,300円(花材代・教材費)	5名	1月27日 (日)
大きな声でストレス解消!	2月10日(日) 午後1時30分～4時30分	やさしい題材を使った 詩吟の学習	各10名	
人に好かれる話し方を学ぶ 対18歳以上の方	2月23日(土) 午後1時30分～4時	相手の好感を得るための話し方		
大正琴で人生を 楽しく豊かに	3月7日(木) 午後1時30分～3時30分	初心者向けの簡単な曲の練習		2月27日 (水)
会話を楽しむための話し方 対18歳以上の方	3月9日(土) 午前9時40分～正午	相手との会話を楽しむための 話し方		

赤羽郵便局・王子郵便局・区内ファミリーマート・マルエツ田端店・マルエツプチ上中里店に置いてありますので、ご利用ください。

第17回「北区内田康夫ミステリー文学賞」

～授賞式・記念イベント観覧者募集～

【主催】北区 **【共催】**北区文化振興財団 **【協力】**内田康夫財団 **【協賛】**(株)実業之日本社

応募総数205作品の中から、厳正な審査を経て、いよいよ各賞が発表されます。

記念イベントでは、昨年度の大賞受賞作品を舞台化し上演。また、大賞受賞作品及び
特別賞受賞作品などを掲載したブックレットを来場者全員に配布予定です。どうぞ、ご期
待ください。 ※ご来場の方には、抽選で浅見光彦グッズなどをプレゼントします。

日3月23日（土） 午後2時開演（1時30分開場） **場**北とびあさくらホール
定1,000名（申込順） **申**往復はがき（記入例参照。希望人数と全員の氏名も記入。車
イス席希望の方はその旨朱書き）または電子申請で、3月8日（金）（必着）まで ※1通で
5名まで ※詳しくは北区ホームページをご覧ください。

問先〒114-8508（住所不要）広報課「ミステリー文学賞」KN係 **☎**（3908）1102

授賞式

各賞の発表と表彰など

記念イベント

演劇『妖剣』（第16回大賞受賞作品）
【原作】甲斐太郎氏 **【出演】**劇団虎のこ

野想忌 追悼特別企画展「思い出の内田康夫～北区～」

【主催】北区 **【協力】**内田康夫財団

平成8年より北区アンバサダーとして活動され、平成30年3月13日、83年の生涯を終
えた作家・内田康夫氏を偲び、追悼特別企画展「思い出の内田康夫～北区～」を開催しま
す。昨年11月25日まで軽井沢の「浅見光彦記念館」で開催していた追悼特別企画展「思
い出の内田康夫」で展示した内田氏の生前の写真やゆかりの品を展示するほか、北区を
舞台に執筆した「北の街物語」の直筆原稿などをご覧ください。内田氏が生まれ、愛
した北区の地で、同氏の思い出を振り返ってみませんか。

日3月13日（水）～31日（日） 午前9時～午後8時（最終日は午後4時まで）
場北とびあ地下1階展示ホール前
問広報課 **☎**（3908）1102

ンとくる方は必見です。 **師**たねのがっこう
主宰 岡本よりたか氏 **定**30名（抽選）
費1,000円 **申**往復はがき（記入例参照）
で、1月23日（水）（必着）まで

問場**先**〒114-0003 北区豊島5-6-1
みどりと環境の情報館（エコベルデ）（月・火
曜休館） **☎**（3913）8340

催し

◆古民家で遊ぼう!!「コマ作り」

日1月19日（土） 午後1時～3時
内CD盤、紙皿、丸木の輪切りを利用してコ
マを作ります。 **定**40名（先着順）
申当日、直接会場へ
問場北区ふるさと農家体験館（赤羽西5-2
-34赤羽自然観察公園内）
☎（5993）8361

◆第6回北マルシェ開催
～人と人がつながる地域連携マルシェ～

後援 北区

日1月19日（土）・20日（日） 午前10時～
午後4時30分（20日は4時まで） ※小雨決行
場飛鳥山公園（王子1-1-3） **内**区内名
店の名物料理、ワークショップ、伝統工芸品、
手工芸品・加工食材など、ご家族連れで楽し
めるイベントです。今回のテーマは『2019謹
賀新年＝温・和・楽・座＝』、和装で来場の方
には特典があります。心が温まる催しを用意し
て皆さんをお待ちしています。 ※詳しく
は、ホームページをご覧ください。

問北マルシェ実行委員会【まちづくり北（株）
内】 **☎**（5963）5415
HP<http://kita-marche.tokyo/>

◆古民家年中行事
「浮間地域に伝わる節分・豆まき」

対区内在住、在勤、在学の5歳以上の方（小
学3年生以下は要送迎） **日**2月3日（日）
午後1時～3時 **内**浮間地域に伝わってい
る節分行事を昔ながらのやり方で行います。
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）、電話番号も記入】で、1月
21日（月）（必着）まで

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

◆フリーマーケット

後援 北区

●北ノ台エコー広場館
日2月10日（日） 午前10時～午後2時（雨
天中止） **【出店数】**50店（抽選）
【出店料】1,000円（2m×3m） **申**往復は
がき（記入例参照）または電話で、2月4日
（月）（必着）まで（電話は随時受付）

問場**先**〒114-0034 上十条5-14-4
北ノ台エコー広場館「フリマ」係（水曜、祝日
休館） **☎**（3907）3196

●赤羽公園
日2月17日（日） 午前10時～午後3時（雨
天の場合は24日（日）に順延） **場**赤羽公園
（赤羽南1-14-17） **【出店数】**50店（抽
選） **【出店料】**1,500円（2.5m×2m）
申往復はがき（記入例参照。搬入時の車使
用の有無、お持ちの方は携帯番号も記入）
で、2月12日（火）（当日消印有効）まで

問先〒154-0012 世田谷区駒沢2-14
-1-104 リサイクル推進友の会
☎（3412）6857（月～金曜 午前10
時～午後4時）

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は7面をご覧ください



講座・講演会

◆赤羽文化センターPC特別講座
みんなのパソコンひろば

対区内在住、在勤、在学の方
日2月6日(水) 午後6時30分～8時30分
内パソコン相談、ミニセミナー「パワーポイント(2013)で提案書作成」**師**堀 愛弓氏
定16名(抽選) **費**1,620円
申往復はがき、ホームページ(記入例参照)または直接窓口で、1月25日(金)(必着)まで
問場先〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター ☎(3906)3911
HPhttp://www.kitabunka.com

◆滝野川文化センター講座

①区民講座『知ること』から始める国際交流～国旗もそっくりアジアの類まれな親日国～
対区内在住、在勤、在学の中学生以上の方
日2月10日(日) 午後1時30分～3時30分
内バングラデシュの食文化や民族衣装・歴史などについてアジアや欧米の方々と日本語で交流します。**師**Kahal ART Group 代表 カムロール・ハサン・リプー氏
定12名(抽選)
②特別講座「北区の商店街を歩く～きつね塚商店会・滝野川さくら通り商栄会～」
対区内在住、在勤、在学の方
日2月22日(金) 午後1時45分～4時
集合板橋駅東口にて午後1時45分
内各商店から出題されたクイズに答えながら歩き、地域の歴史や魅力を学びます。
協力きつね塚商店会、滝野川さくら通り商栄会 北区商店街連合会 **定**20名(抽選)
費300円(資料・クイズ参加賞を含む)
=以下、①②共通=
申はがき、ファクス(記入例参照)、電話また

は直接窓口で、①1月30日(水)②2月6日(水)(いずれも必着)まで
問場先〒114-8534(住所不要)滝野川文化センター(月曜、祝日休館)
☎(5394)1230 **FAX**(5394)1231

◆エコベルデ 自然に関する講座

①アロマキャンドルをつくろう
対区内在住、在勤、在学の方
日1月27日(日) 午前10時から、午前10時45分から、午前11時30分から ※各回30分程度 **内**エッセンシャルオイルをつかって、植物の香りが楽しめるキャンドルをつくります。**費**200円
②アロマハンドクリームをつくろう
対区内在住、在学、在勤の方
日2月16日(土) 午前10時から、午前10時45分から、午前11時30分から ※各回30分程度 **内**エッセンシャルオイルをつかって香りをつける、ハンドクリームをつくります。**費**300円
=以下、①②共通=
定10名(先着順) **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

◆北区創業支援施設ネスト赤羽勉強会

初心者のためのエクセル講座
対区内事業主または起業をお考えの方
日1月25日(金) 午後2時～4時 **内**経営に必須、エクセルの表計算・グラフの作成について解説します。**師**Microsoft認定トレーナー 兼子博次氏 **定**18名(申込順)
申1月4日(金)から電話またはファクス(記入例参照)で申込 ※ネスト赤羽では1月16日(水)午後2時～4時に「制度融資&金融機関との取引開始の相談会」と「融資に関する

「帝京けんこうひろば」のご案内

日場内定下表のとおり
申⑧1月4日(金)・5日(土)午前9時～正午に電話(☎(3964)7051(内線44533))で、⑩Eメール(koala@med.teikyo-u.ac.jp(タイトル「コアラカフェ®参加希望」))でそれぞれお問い合わせください。⑧⑩以外は当日、直接会場へ
受付開始15分前から 開催日以外は受付していません。 ※混雑状況に応じて、お待ちいただくことがあります。血管年齢測定を実施しています。また、カフェコーナーがありますので、お気軽にお立ち寄りいただき、健康づくりや交流の場としてご活用ください。
問帝京大学医療技術学部看護学科 帝京けんこうひろばプロジェクト(板橋キャンパス教務課) ☎(3964)7051

●健康相談

番号	内容	日時	会場
①	がん・生活習慣病に関する相談	2月7日(木) 午前10時～11時30分 3月12日(火) 午後1時30分～3時 3月20日(水) 午後1時30分～3時	帝京大学4号館1階「帝京けんこうひろば」相談室(板橋区加賀2-11-1)
②	介護または看護の方法に関する相談	1月24日(木) 午後1時30分～3時 3月15日(金) 午後2時～3時30分	
③	こころの悩み事に関する相談	3月6日(水) 午前10時30分～正午	
④	妊娠・出産・育児・性に関する相談	1月23日(水) 午後1時30分～3時 2月18日(月) 午後1時30分～3時	
⑤	親子で遊ぼう!パルーンアート	2月26日(火) 午前10時～11時30分	
⑥	女性に0歳～就学前のお子さんとの保護者	2月26日(火) 午前10時～11時30分	
⑦	女性の健康に関する相談	3月13日(水) 午前10時～11時30分	

●健康講座

番号	テーマ・講師	日時	対象・定員	会場
⑦	冬場の感染予防について 師 帝京大学医療技術学部看護学科講師 斉藤倫代氏	2月21日(木) 午前10時30分～11時30分	定 20名(先着順)	帝京大学大学棟1階104教室
⑧	肺年齢を測ってみよう! ～肺の生活習慣病COPDとは～ 師 帝京大学医療技術学部看護学科助手 前田直宏氏	3月11日(月) 午前10時30分～正午	定 10名(申込順)	帝京大学大学棟2階202教室
⑨	子どもの事故防止について ～周りの危ないものから身を守る～ 師 帝京大学医療技術学部看護学科准教授 三木祐子氏	3月19日(火) 午前10時30分～11時30分	対 0歳～就学前のお子さんと保護者 定 10組(先着順)	帝京大学大学棟1階105教室
⑩	親のがんを知らされた子どもの心に寄り添うコアラカフェ 師 帝京大学医療技術学部看護学科教授 南川雅子氏、帝京大学医療技術学部看護学科准教授 古屋洋子氏、三木祐子氏 他4名	1月20日(日) 午後1時30分～4時 2月17日(日) 午後1時30分～4時 3月24日(日) 午後1時30分～4時	対 親ががんである小学生と保護者 定 5～6組(申込順)	帝京大学4号館 ※詳細は、コアラカフェ®Facebook(https://www.facebook.com/koalacafe.teikyo/)をご覧ください

第4回 北区ecoかるた大会



遊びを通して、楽しみながら環境やエコについて学べる環境かるたです。標語は、区内在住、在学の小学生が考えたものです。このかるたを使い、かるた大会を開催します。参加者には記念品を差し上げます。また、決勝進出者と優勝者には副賞もあります。
対区内在住、在学の小学生 **日**2月3日(日) 午後1時～4時
場赤羽会館大ホール
内読み上げた札に対応した絵札を取り、取札数を競う個人戦
定100名(申込順)
申1月4日(金)から郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照。学校名、学年、クラス、参加者を除く同行者数も記入)で、25日(金)(必着)まで ※Eメールの場合、件名を「かるた大会参加申込み」としてください。詳しくは北区ホームページをご覧ください。
問先〒114-8508(住所不要)環境課環境政策係
☎(3908)8603 **FAX**(3906)8474
EMkankyouseisaku@city.kita.lg.jp



個別相談会」を行います(予約制)。詳しくはホームページをご覧ください。
問場先ネスト赤羽(赤羽1-59-9)
☎(3598)0571 **FAX**(3901)7789
HPhttp://www.nest-akabane.com/

◆第41回分譲マンション管理無料セミナー
マンション劣化診断から大規模改修まで
～実例による模擬体験と留意点～

対区内分譲マンション管理組合役員及び区分所有者 **日**2月2日(土) 午後1時30分～4時 **場**北とぴあ7階第二研修室
内第1部「マンション劣化診断から大規模改修まで～実例による模擬体験と留意点～」第2部「マンション管理士を交えた意見交換会」**師**(株)創和三幸設計代表取締役 佐藤稔氏 **定**60名(申込順) **申**申込書(住宅課(区役所第一庁舎7階3番)にあります。北区ホームページからもダウンロードできます)に記入して郵送、ファクスまたは電話で、1月25日(金)(必着)まで
問先住宅課住宅計画係
☎(3908)9201 **FAX**(3908)2244

◆スペースゆう啓発講座
漂流する少女たち～JKビジネスの背景～

日2月2日(土) 午後2時～4時 **内**街を彷徨う居場所のない若い女性たちの深刻な悩みに寄り添う講師の取り組みから、今私たちにもできることを一緒に考えてみませんか。
師NPO法人BONDプロジェクト 代表 橘ジュン氏、統括 Ken氏
定40名(申込順) **申**1月6日(日)午前9時

から申込用紙(北区ホームページからダウンロードできます)に記入して、Eメール、ファクス、電話または直接窓口で申込 ※保育[1歳以上未就学児。定員あり。抽選]希望の方は1月16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。結果については18日(金)以降に連絡します。
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)[月曜、祝日及び1月15日(火)は休館]
☎(3913)0161 **FAX**(3913)0081
EMdanjo-c@city.kita.lg.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
「ハムレット」あれこれ
日1月19日(土) 午後2時～4時
場王子小学校王子ホール
師早稲田大学名誉教授 伊藤 洋氏
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「御池山隕石クレーター研究」

後援 北区教育委員会
対区内在住、在勤の方 **日**1月19日(土) 午後5時～6時 **師**飯田市美術館客員研究員 坂本正夫氏 **定**20名(抽選)
申往復はがき(記入例参照)で、1月11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

シルバー人材センターパソコン教室

対区内在住、在勤、在学の方 **日内定費**下表のとおり **申**往復はがき(記入例参照。希望コースも記入)で、1月25日(金)(必着)まで ※2月10日(日)、3月10日(日)午前10時～午後2時にパソコン無料相談と体験を行います。
問場先〒115-0045 赤羽1-1-38 北区シルバー人材センター
☎(3908)8400

番号	コース名	日程	定員(抽選)	費用(教材費含む)
①	超初心者OKはじめてのパソコンとインターネットWindows10(3日間コース)	2月6日(水)～8日(金)	各9名	6,500円
②	ワード初級(3日間コース)	2月13日(水)～15日(金)		
③	ワード中級(3日間コース)	2月20日(水)～22日(金)		
④	インターネット入門Windows10(2日間コース)	2月27日(水)・28日(木)		
⑤	エクセル初級(3日間コース)	3月6日(水)～8日(金)	各9名	6,500円
⑥	エクセル中級(3日間コース)	3月13日(水)～15日(金)		
⑦	デジカメ入門(2日間コース)	3月27日(水)・28日(木)	各9名	4,500円
⑧				

【時間】①③⑤⑦⑨⑪⑬…午前9時30分～正午 ②④⑥⑧⑩⑫⑭…午後1時30分～4時



子育てするなら北区が一番

このマークは主に乳幼児を対象とした催しです

産前産後のセルフケア講座

出産前後の母親の心身の疲労や出産前後の悩み、育児不安等に対するエクササイズを中心とした講座です。健康な心と体を取り戻しましょう。

①赤羽西児童館（赤羽西4-42-9）

日 2月1日（金） 午前10時～11時30分

定 妊婦6名、親子6組（いずれも申込順）

②赤羽児童館（赤羽南1-16-1-101）

日 2月18日（月） 午前10時～11時30分

定 妊婦10名、親子10組（いずれも申込順）

③滝野川西児童館（滝野川6-21-25）

日 2月18日（月） 午前10時～11時30分

定 妊婦10名、親子10組（いずれも申込順）

④東十条東児童館（東十条3-10-1）

日 2月25日（月） 午前10時～11時30分

定 妊婦7名、親子7組（いずれも申込順）

⑤赤羽北児童館（赤羽北1-5-5）

日 2月25日（月） 午前10時～11時30分

定 妊婦5名、親子5組（いずれも申込順）

= 以下、①～⑤共通 =

対 区内在住で安定期の妊婦および講座当日生後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 申 1月15日（火）午前9時から電話申込 【利用回数】産前・産後各1回

問 先 ①⑤健康推進課赤羽健康支援センター ☎（3903）6481

②③健康推進課滝野川健康支援センター ☎（3915）0184

④健康推進課王子健康支援センター ☎（3919）7588

みんなで育児応援プロジェクト・ママ応援プロジェクト 幼児コースⅢ「ちょっと気になる子どもの理解～発達段階によくあること?それとも発達障がい?～」

対 区内在住、在勤、在学の幼児の保護者及び内容に興味のある方 日 2月14日（木）・21日（木） 計2回 午前9時50分～11時50分 内 14日…「もしかして」と気になることは?「発達障がい」「グレーゾーン」とは? 21日…すべての子どもにも使える!発達障がいの子どもとのコミュニケーション術

師 星美学園短期大学 幼児保育学科准教授 遠藤 愛氏 場 北とびあ15階ペガサスホール 定 20名（抽選） ※保育（6カ月以上の未就学児）あり 申 往復はがき（記入例参照。保育希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・年齢（2歳未満は月齢）も記入）で、1月30日（水）（必着）まで

問 先 〒114-8546（住所不要）子ども未来課次世代育成係

☎（3908）9361

パパになるための半日コース

対 区内在住でママが妊娠24週以降の夫婦（2名1組） ※パパ1名での参加可

日 2月2日（土） ①午前コース…午前9時30分～11時30分 ②午後コース…午後1時30分～3時30分 場 赤羽会館7階

内 先輩ファミリーの体験談と懇談会、妊婦体験、育児体験（赤ちゃんのおふろ、おむつ交換など） 定 各24組（抽選）

申 往復はがき（記入例参照。希望コース、出産予定日も記入）で、1月21日（月）（当日消印有効）まで

問 先 〒115-0044 赤羽南1-13-1赤羽会館6階 健康推進課赤羽健康支援センター ☎（3903）6481



及び点字広報（点字版）を発行しています。ご希望の場合は広報課 ☎（3908）1102 までお申し込みください。

離乳食講習会（2月）～みんなで食育・楽しく食育～

対 区内在住で乳児（3～4カ月）健診後から生後8カ月未満の乳児（第1子優先）の保護者（保育なし） 内 離乳食の始め方とすすめ方のポイント（お話と試食） ※各同一内容。1名1回のみ受講可 日 場 定 申 問 先 下表のとおり

日程	会場	定員（申込順）	申込方法	問い合わせ・申込先
2月5日（火） 午後1時30分から	北区保健所1階（東十条2-7-3）	28名	1月8日（火）午前9時から電話申込	健康推進課王子健康支援センター ☎（3919）7588
2月15日（金） 午後1時30分から	赤羽会館7階（赤羽南1-13-1）	32名	1月15日（火）午前9時から電話申込	健康推進課赤羽健康支援センター ☎（3903）6481
2月21日（木） 午後1時30分から	滝野川健康支援センター2階（西ヶ原1-19-12）	20名	1月18日（金）午前9時から電話申込	健康推進課滝野川健康支援センター ☎（3915）0184

ぱくぱく子どもごはん講習会～幼児食へのステップアップ～

対 区内在住で平成29年12月～30年2月生まれのお子さん（第1子優先）の保護者（保育なし） 日 1月23日（水） 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 1月7日（月）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

おいでよ!ワクワク体験ひろばへ中央公園文化センター子どもひろば

楽しいゲームや作品づくりなど、たくさんのプログラムがみんなを待っているよ。お弁当もってぜひあそびに来てね。

対 幼児～中学生 ※年齢により体験できるプログラムが異なります。 日 1月27日（日） 午前10時～午後3時 ※プログラムにより時間が異なります。

内 [作品づくり] バルーンアート、木目込で姫まりづくり、絵てがみ、点字、ハーバリウム、紙芝居作りなど 【実演・体験】 スポーツ吹矢、パネルシアター、将棋、ジャグリング、南京玉すだれ、けん玉、読み聞かせ、カーレット、おもちゃの修理等 ※体験コーナーはプログラムにより定員・時間が異なります。材料がなくなり次第終了します。

申 当日、直接会場へ

問 場 中央公園文化センター（十条台1-2-1）（月曜、祝日休館）

☎（3907）5661

ひとり親家庭交流会のお知らせ

対 区内在住で、ひとり親家庭の保護者の方 日 2月9日（土） 午後1時30分～3時30分 出張相談…午後3時40分～5時

場 北とびあ8階801会議室

内 ひとり親ならではの苦労や、子育ての悩みなど、同じ立場の人同士、本音で語りあいませんか。気持ちが少し軽くなるかもしれません。セミナー終了後には、そらまめ相談室（ひとり親家庭等相談室）の相談員が、会場内で出張相談を行います。 定 20名（申込順） 申 2月8日（金）までに電話または北区ホームページで申込 ※出張相談は予約者優先 ※セミナー、出張相談単独、または両方の申込可 ※保育（就学前まで。先着6名）あり。 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子どもの未来応援担当 ☎（3908）9097

子育てセミナー

後援 北区教育委員会

①子どもの才能みつけた～引き出し上手な親になろう～

日 2月7日（木） 午前10時～11時30分

場 北とびあ9階和室 定 20名（申込順）

※保育（6名まで。要予約）あり

②子どもにひびく叱り方

日 3月2日（土） 午前10時～正午

場 マコト元氣クラブ（東十条1-11-3）

定 10名（申込順） ※保育なし（子連れ可） = 以下、①②共通 =

対 区内在住の0歳～12歳のお子さんの保護者 師 内倉あゆ子氏 費 200円

申 電話申込

問 先 家庭倫理の会 北区子育て委員長 高橋 ☎090（4737）0461

KITAKUスーパーサイエンススクール「くるっと科学! 回って回って役に立つ!!」

対 区内在住、在学の小学4年生～中学生

日 2月3日（日） ①午前10時30分～午後0時30分 ②午後2時～4時

場 北とびあ15階ペガサスホール

内 自転車のタイヤ、コマ、イス、地球など私たちの周りには回るものがたくさんあります。それらは、どうして回っているのでしょうか。回すとどのような良いことがあるのでしょうか。さまざまなものを回しながら、回転のチカラを探ってみましょう。

師 東京大学サイエンスコミュニケーションサークルCAST 定 各20名（抽選）

費 550円程度（材料費・保険料）

申 往復はがき（記入例参照。学校名・学年、①②の別、どちらでもよい場合はその旨と、手話が必要な方はその旨も記入）で、1月21日（月）（必着）まで

問 先 〒114-8546（住所不要）生涯学習・学校地域連携課

☎（3908）9323 FAX（3900）1139

古民家年中行事「繭玉団子の飾り付け」

対 区内在住、在勤、在学の小学3年生以上の方（小学3年生は要送迎） 日 1月13日（日） 午前10時～午後0時30分

内 三色の繭玉団子を作り、柳の枝にキンカンと一緒につけます。また、参加者の繭玉飾りも作ります。 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、1月8日（火）（必着）まで

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

北区飛鳥山博物館 北区ジュニア考古学クラブ「教科書でみたあの時代に行ってみよう-古墳時代編-」

対 考古学に興味のある小・中学生と保護者 ※中学生は本人のみの参加も可

日 ①1月27日（日） 午後1時30分～4時

②2月3日（日） 午前9時～午後5時 計2回 ※終了時間はいずれも予定

場 ①同館講堂・北区内古墳 ②群馬県高崎市・前橋市内古墳（保渡田古墳群・総社古墳群ほか） ※両日とも同館で集合・解散。

①徒歩、②マイクロバスおよび徒歩で移動します。 ※2月3日は昼食持参

内 考古学が大好きな小・中学生必見!教科書に載っているような古代人のお墓「古墳」にのぼったり、石室に入ったりして、古墳時代を体感します。 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、1月17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

自然ふれあい情報館自然教室

冬越しする昆虫を探そう

対 区内在住、在勤、在学の5歳以上の方（小学3年生以下は保護者同伴）

日 2月17日（日） 午前10時～11時30分 内 寒い冬の間、虫たちはどうすごしているでしょうか。探して観察してみましよう。

定 20名（抽選）

申 往復はがきまたはEメール（記入例参照。参加者全員分の氏名、年齢及び当日連絡のつく電話番号も記入）で、2月7日（木）（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（祝日の時は翌日）休館）

☎（3908）0804 FAX（3908）8856

EM jyohokan@eco-plan.jp

北区こどもプログラミングコンテスト優秀作品発表会

北区政策提案協働事業

北区こどもプログラミングコンテストの優秀作品等の発表を行います。どなたでも観覧申込ができます。

日 1月27日（日） 午後2時から

場 北とびあつつじホール

申 往復はがき（記入例参照）またはホームページから申込

問 先 〒115-0044 赤羽南1-11-7-1201 NPO法人プログラミング教育研究所 伊藤 ☎090（8494）5524

HP <http://j-code.org>

問 生涯学習・学校地域連携課

☎（3908）9323

駿台ジュニア天文教室「日本に落ちた隕石クレーター」

後援 北区教育委員会

対 区内在住、在勤で小学3年生以上の方と保護者及び中学生 日 1月19日（土） 午後3時30分～4時30分

内 「日本に落ちた隕石クレーター」のお話をします。

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）で、1月11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

催し・講座などを往復はがき・ファクス・Eメールなどで申し込む場合の記入例は7面をご覧ください

大腸がん検診

対 区内在住の35歳以上の方（昭和58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 右表のとおり

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	2月13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】1月10日(木)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。各係検診の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	2月8日(金) 午前9時～11時	赤羽会館7階	
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	2月20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)	【はがき・ファクスの場合】1月10日(木)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。

健康いきいき情報

◆健康増進センター（へるしあKITA）

ちょっとためになる栄養講座
～実用!ストックおかず～
対 区内在住、在勤で20歳以上の方
日 2月1日(金) 午後1時30分～3時
内 「おいしさが長持ちする」常備菜や作り置き料理のポイントを学び、食卓を栄養バランスよく彩るコツを学びます。
定 20名（抽選） **費** 200円（食材費実費）
申 往復はがき（記入例参照）で、1月16日(水)（必着）まで
問場先 〒114-0002 王子5-2-5-101 健康増進センター ☎(5390)2220

スポーツ

◆ジュニアスポーツ指導者講習会

しつもんメンタルトレーニング～“しつもん”で子どもが変わる!～
対 現在子どものスポーツ指導をしている方、興味のある方 **日** 2月14日(木) 午後6時45分～8時45分（6時30分受付開始）

場 北とぴあ7階第二研修室
内 「しつもんメンタルトレーニング」とは「しつもん」をすることを通じて、子どもたちのやる気や自ら考える力を引き出すものです。スポーツ指導においての効果的なコミュニケーションを学びましょう。 ※講習はワークショップ形式となりますがお気軽にご参加ください。 **師** しつもんメンタルトレーニング代表 藤代圭一氏 **定** 80名（申込順）
申 ファクス（記入例参照）または電話で、1月31日(木)まで
問先 スポーツ推進課スポーツ支援係
☎(5390)1135 FAX(5390)1137

◆45歳までのダンススポーツ入門教室

後援 北区体育協会
対 区内在住、在勤、在学の高校生～45歳以下の初心者
日 1月12日(土) 午後4時～6時
場 赤羽体育館エクササイズスタジオ（志茂3-46-16） **師** JDSF公認A級指導員
定 20名（申込順） **費** 1,000円
申 Eメール（記入例参照。メールアドレスも記入）または電話で、1月11日(金)まで
問先 北区ダンススポーツ連盟 高橋
☎080(1195)9799
EM tomoe9898@gmail.com

◆平成30年度シニアスポーツ振興事業
シニア世代のダンススポーツ体験講習会

主催 北区体育協会・東京都・東京都体育協会
対 区内在住、在勤で60歳以上の社交ダンス未経験者 **日** 1月13日～2月3日 毎週日曜 計4回 午後1時～2時30分
場 滝野川西ふれあい館（滝野川6-21-25） **師** JDSF公認指導員 **定** 10名（申込順） **費** 4,000円（前納）
申 Eメール（記入例参照。メールアドレスも記入）または電話で1月11日(金)まで
問先 北区ダンススポーツ連盟 吉村
☎090(8179)8676
EM dancesports3719@yahoo.co.jp

◆第31回初心者ゴルフ教室

後援 北区体育協会
対 区内在住、在勤、在学の方
日 ①2月1日～2月22日 毎週金曜 ②2月4日～3月4日（2月11日を除く） 毎週月曜 いずれも計4回 午後7時～8時20分
師 北区ゴルフ連盟認定講師
定 各25名（抽選）
費 1万円（初回に集金）
申 往復はがき（記入例参照。①②の別、右利き左利きの別とクラブの有無も記入）で、1

月15日(火)（必着）まで ※ゴルフクラブのない方には無料で貸し出します。
問場先 〒114-0002 王子1-4-1サンスクエア内 北区ゴルフ連盟事務局
☎090(6474)5562（非通知電話不可）

◆総合型地域スポーツクラブコムスポ
たきのがわ設立1周年記念イベント

共催 北区
対 区内在住、在勤、在学の方
日 1月27日(日) 午前10時～午後4時
場 滝野川体育館（西ヶ原2-1-6）
内 ①フレイル予防講演会（実技含む） ②書道教室、スポーツ吹矢、卓球、バドミントン、キンボールスポーツ（貸ラケット、マウスピースは有料） ※詳しくは、ホームページをご覧ください。
師 ①東京都健康長寿医療センター 大須賀 洋祐氏
申 当日、直接会場へ
問 総合型地域スポーツクラブコムスポたきのがわ ☎080(1185)6796
HP <http://comspo.exblog.jp/>
EM comspotakinogawa@gmail.com

元気な高齢者のための
芝居をみる会



もれ、もうこれで悩まない!
対 区内在住、在勤で60歳以上の女性
日 2月6日(水)・13日(水) 計2回 午後2時～3時30分 **内** 尿もれの基礎的な知識と予防に効果が期待できる体操を行います。 **師** 日本コンチネンス協会 牧野美奈子氏
⑤はじめての男料理クラス
対 区内在住、在勤で40歳以上の男性
日 2月16日(土)・23日(土) 計2回 午後10時～午後1時 **内** これから料理を始めてみたい方向けの初心者向け調理を行います。16日：「いか」をさばいてみようほか 23日：「炊飯器」でおかずを作ろうほか
費 各日700円（食材費実費）
以下、①⑤共通
場 ①③健康増進センター ④赤羽文化センター第1視聴覚室（赤羽西1-6-1-301） ⑤赤羽文化センター料理室 **定** ①③30名 ④40名 ⑤16名（いずれも抽選）
申 往復はがき（記入例参照）で、①②④1月16日(水)、③⑤29日(火)（いずれも必着）まで
問先 〒114-0002 王子5-2-15-101 健康増進センター
☎(5390)2220

健康増進センター
（へるしあKITA）

①トータルエクササイズ
対 区内在住、在勤で65歳以上の方
日 2月1日～15日 毎週金曜 計3回 午前10時～11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青竹エクササイズ
対 区内在住、在勤で65歳以上の方
日 2月5日(火) 午前10時～11時30分
内 青竹（プラスチック製）を使った全身の血行促進運動
③体幹エクササイズ
対 区内在住、在勤で40～64歳の方
日 2月16日(土)・23日(土) 計2回 午後10時～11時30分 **内** 腹部や腰背部を中心としたストレッチと筋力トレーニング
④女性のための骨盤底筋体操教室「尿

介護予防講座「認知症予防
の方法を学びましょう」

後援 北区

対 区内在住の方 **日** 1月30日(水) 午後2時30分～4時（2時開場）
場 北とぴあ15階ベガサスホール
内 講演「認知症予防と認知症の人との接し方」、シナプソロジー、きよしのズンドコ節体操ほか
持ち物 飲み物
師 王子生協病院 院長 今泉貴雄氏
定 100名（先着順）
申 当日、直接会場へ
問 北区介護予防リーダーの会 服部
☎090(6507)0758

介護予防講演会「あなたの
人生が変わる食生活革命」

対 区内在住の方 **日** 1月24日(木) 午後2時～3時30分（1時40分開場）
場 北とぴあつつじホール **内** 3食きちんと食べていても、おちいってしまふ「新型栄養失調」を防ぎ、いつまでもいきいき過ごすための秘訣をお教えします。 ※手話通訳あり
持ち物 筆記用具 **師** 全国食支援活動協力会理事 熊谷 修氏
定 400名（先着順）
申 当日、直接会場へ
問 長寿支援課
☎(3908)9017
FAX(3908)9257



熊谷 修氏



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

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

平成元年

- ◆特別養護老人ホーム浮間さくら荘オープン
- ◆浮間ヶ原桜草新園場開園



- ◆北区民オーケストラ発足記念コンサート

平成 2 年

- ◆童橋全面改修
- ◆「北区のうた」発表
- ◆音無親水公園「日本の都市公園100選」入選記念式典
- ◆北区民混声合唱団結成
- ◆北とぴあオープン
- ◆消費生活センターオープン記念講演会と消費者フォーラム

平成 3 年

- ◆志茂四丁目児童遊園開園
- ◆パノラマプール十条台オープン
- ◆水上バス（東京都水辺公社）就航
- ◆営団地下鉄南北線（駒込、赤羽岩淵間）開業

平成 4 年

- ◆田端ふれあい橋（歩行者専用橋）完成
- ◆赤羽台トンネル開通
- ◆区役所構内に立体駐車場完成
- ◆滝野川会館オープン
- ◆「第12回緑の都市賞」（都市緑化部門）で建設大臣賞受賞

平成 5 年

- ◆西中里公園開園
- ◆若葉福祉園オープン
- ◆豊島公園開園
- ◆北京市宣武区友好交流都市提携
- ◆浮間つり堀公園開園
- ◆特別養護老人ホーム上中里つつじ荘開設
- ◆田端文士村記念館オープン

平成 6 年

- ◆富士見橋エコー広場館オープン
- ◆「北区つかこうへい劇団」開校式
- ◆区立保育園で産休明け保育を開始
- ◆神谷区民センターオープン
- ◆清水坂公園・自然ふれあい情報館オープン
- ◆区民斎場「北区セレモニーホール」オープン
- ◆北区健康増進センター「へるしあKITA」オープン

平成 7 年

- ◆神谷ホームオープン
- ◆さくらんぼ園及び赤羽西福祉工房オープン
- ◆区内共通商品券の発行開始
- ◆飛鳥山公園の第一期改修工事が竣工し、新装オープン
- ◆第1回北とぴあ国際音楽祭
- ◆赤羽駅西口地区市街地再開発事業（Ⅱ期）「パルロード赤羽」完成オープン

平成 8 年

- ◆十条野鳥の森緑地開園
- ◆北区コミュニケーションマーク使用開始
- ◆滝野川西区民センターオープン
- ◆北区アンバサダー委嘱式
- ◆天皇、皇后両陛下が「中里貝塚」をご視察

昭和から平成へ
北区平成のおもな出来事
平成最後の新年号で、30年間の区の軌跡を振り返ります。

平成 9 年

- ◆友好都市交流協定締結（山形県酒田市、群馬県中之条町・甘楽町）
- ◆北区初の区民住宅（志茂二丁目）オープン
- ◆滝野川東区民センターオープン
- ◆北運動場オープン

平成10年

- ◆北区飛鳥山博物館（飛鳥山3つの博物館として紙の博物館、渋沢資料館とともにオープン）
- ◆母子生活支援施設「浮間ハイマート」オープン
- ◆さくらサミットin北区
- ◆赤羽駅付近連続立体交差化事業の工事が一部完成し、6つの踏切が解消
- ◆豊島区民センターオープン
- ◆元気ぷらざオープン
- ◆北区教育広報紙「くおん」創刊
- ◆特別養護老人ホーム清水坂あじさい荘オープン



平成11年

- ◆赤羽自然観察公園開園



- ◆豊島馬場遺跡公園開園
- ◆北区立岩井学園開設

平成12年

- ◆清掃事業区移管
- ◆介護保険制度開始
- ◆荒川知水資料館とパナマ運河博物館の姉妹博物館協力協定締結
- ◆三宅島島民の桐ヶ丘団地などへの避難開始
- ◆「中里貝塚」が国史跡に指定
- ◆天皇、皇后両陛下が「清水坂あじさい荘」をご訪問

平成13年

- ◆区民事務所オープン
- ◆特別養護老人ホーム桐ヶ丘やまぶき荘オープン
- ◆東十条区民センターオープン
- ◆北区育ち愛ほっと館・子ども家庭支援センターオープン

平成14年

- ◆北区 内田康夫ミステリー文学賞創設
- ◆北区荒川洪水ハザードマップの公表
- ◆北区イングリッシュサマーキャンプ事業スタート



- ◆首都高速中央環状線「王子北出入口」が区内に開通

平成15年

- ◆浮間子どもスポーツ広場オープン

- ◆花川区長就任



- ◆北区学校ファミリー構想策定
- ◆NPO・ボランティアぷらざオープン

平成16年

- ◆子ども医療費助成事業開始
- ◆北区男女共同参画センター「スペースゆう」北とぴあに開設
- ◆赤羽しごとコーナー（就職と内職相談）開設
- ◆第1回北区子どもかがやき顕彰授賞式
- ◆北区が「循環・共生・参加まちづくり表彰」において環境大臣賞を受賞

平成17年

- ◆ネスト赤羽オープン
- ◆北区ふるさと農家体験館オープン



- ◆元気環境共生都市宣言

平成18年

- ◆「旧古河庭園」国の名勝に指定
- ◆醸造試験所跡地公園リニューアルオープン
- ◆北区立小中学校で二学期制を導入

平成19年

- ◆赤羽台さくら並木公園開園
- ◆新豊橋開通
- ◆岸町ふれあい館オープン
- ◆戸籍事務のコンピュータ処理開始

平成20年

- ◆コミュニティバス（Kバス）モデル運行開始
- ◆中央図書館オープン
- ◆路上喫煙の防止等に関する条例施行

平成21年

- ◆志茂子ども交流館オープン
- ◆みどりと環境の情報館（エコベルデ）オープン
- ◆飛鳥山公園「あすかパークレール（アスカルゴ）」開設



- ◆中央図書館（赤レンガ図書館）が2009年度グッドデザイン賞を受賞
- ◆北区子育てにっこりパスポート事業開始

平成22年

- ◆西ヶ原みんなの公園開園
- ◆赤羽スポーツの森公園開園
- ◆志茂ゆりの木公園開園
- ◆北区アンバサダーイベント「弦 哲也 北区の演歌座」決勝大会



平成23年

- ◆東日本大震災に伴う北区災害対策本部設置
- ◆東京家政大学と包括協定を締結
- ◆明桜中学校新校舎開設
- ◆23区初 給水車配備
- ◆水位・雨量システム開始
- ◆東洋大学と包括協定を締結

平成24年

- ◆十条富士見中学校新校舎開設
- ◆小中一貫教育を全校で実施
- ◆北区花火会（第1回）
- ◆帝京大学と包括協定を締結

平成25年

- ◆中央図書館「Donald・キーンコレクションコーナー」オープン



- ◆滝野川紅葉中学校新校舎開設
- ◆赤羽北1丁目22番地先不発弾処理

平成26年

- ◆シェイクアウト（一斉防災訓練）実施
- ◆女子栄養大学と包括協定を締結
- ◆赤羽岩淵中学校新校舎開設
- ◆浮間舟渡庭球場オープン

平成27年

- ◆「ROUTE2020（仮）トレセン通り」愛称の決定
- ◆「北区・子どもの水辺」が国土交通大臣表彰に選定
- ◆東京成徳学園と包括協定を締結
- ◆北区きずなづくり月間の設定
- ◆田端文士村記念館展示スペースリニューアルオープン「芥川龍之介 田端の家」復元模型完成



平成28年

- ◆第1回北区ecoかるた大会
- ◆志茂四わかば児童遊園開園
- ◆第1回北区まちなかゼミナール開講
- ◆地域円卓会議開始
- ◆北区スポーツ大使を任命

平成29年

- ◆東京北区観光協会設立
- ◆赤羽体育館オープン
- ◆アスリート手形モニュメント除幕セレモニー
- ◆ウォルナットクリーク市と「パートナーシティ協定」締結
- ◆お茶の水女子大学と包括協定を締結
- ◆北区新庁舎建設予定地選定
- ◆国立印刷局王子工場用地の一部取得に関する協定書の締結
- ◆アスリートを雇用する区内企業とのパートナーシップ協定締結式

平成30年

- ◆学校複合施設「なでしこ小学校」開設
- ◆教育総合相談センターオープン
- ◆婚姻届メモリアルフотスポット開設
- ◆北区の人口が25年ぶりに35万人を突破
- ◆ハンガリー国競技団体と「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会における事前キャンプ実施に係る覚書」を締結