

NO.1853  
毎月1日・10日・20日発行  
4/10  
令和8年(2026年)

# 北区ニュース

### 主な内容

- 情報の泉……………2～3面
- 北区シティブランディング事業助成……………2面
- つながる医療・福祉No.1……………3面
- 子どもの幸せNo.1……………3～4面

## 東京都北区電子図書館OPEN!

お持ちのパソコン、スマートフォン、  
タブレットなどから  
インターネットを通じて  
電子書籍を楽しむことができます。

### 自動返却

返し忘れの心配は  
ありません。  
貸出期間14日間  
(336時間)



いつでも  
どこでも

24時間365日

※インターネットへの  
接続が必要です



### 自分好みに 読みやすく

- ・文字サイズ変更
  - ・色反転
  - ・読み上げ機能 など
- ※非対応コンテンツあり



### 利用できる人

北区立図書館の  
個人利用カード(有効)を  
お持ちの区内在住、  
在勤、在学の方

### 利用に必要なもの

北区立図書館の利用者番号(10ケタ)  
初期パスワード:利用者の生年月日(西暦半角8ケタ)  
(例)1985年1月10日生まれ→19850110



HP <https://www.library.city.kita.lg.jp/viewer/info.html?id=483>

問 中央図書館 ☎(5993)1125

詳しくは図書館HPへ

### かなこらむ

～今月の一字～

No. 33

今月は

利

私の想いを漢字一文字に  
込めて区民の皆様へお伝え  
していきます。

### ～くらしに寄り添うデジタルサービス～

区では、区民の皆さまの「時間・負担・不安」を軽減し、利便性を高めるため、デジタルの活用を進めています。電子申請や窓口DXによる「行かない・書かない・待たない窓口」の実現をはじめ、キャッシュレス決済やスマホ納付、施設予約のオンライン化、電子図書館の開設などを推進しています。また、「書かない窓口」では、区民事務所等で窓口案内スタッフが操作説明を行うなど、「誰一人取り残さない北区」を目指します。こんな事があつたら便利!などのご意見もお待ちしています。



区長室はこちら

東京都北区長 **やまだ 加奈子**





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・)
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

お知らせ

◆「北区民意識・意向調査」の結果がまとまりました

令和7年度に実施した「北区民意識・意向調査」の結果がまとまりました。皆さんからいただいたご意見は今後の区政運営の基礎資料とさせていただきます。
調査結果は区HPからご覧いただけます。
問企画課 ☎(3908)1104 区HP

◆都市計画公園事業の変更認可が告示されました

[施工者] 北区
①東京都市計画公園事業北第二・二・十八号 神谷公園
[事業施行期間] 令和5年4月3日～令和9年3月31日
[事業地] 神谷二丁目地内
②東京都市計画公園事業北第三・三・百十八号 赤羽台のもり公園
[事業施行期間] 平成27年4月21日～令和10年3月31日
[事業地] 赤羽台一丁目地内
問[縦覧場所] 土木政策課事業計画係(区役所第一庁舎3階23番) ☎(3908)9252

◆北区地域づくり応援団事業 公開プレゼンテーション

NPOやボランティア団体などが主体となって行う北区のまちづくりを応援する「北区地域づくり応援団事業」の助成事業を選定するため、各団体による公開プレゼンテーション(第二次審査)を実施します。
日4月18日(土) ※スケジュール及び事業一覧については、4月10日(金)から区HPに掲載します。
場北とびあ7階第一研修室
定15人程度(先着順)
申当日、直接会場へ 区HP
問地域振興課地域振興係北区地域づくり応援団事業募集担当 ☎(5390)0092

◆安全なお弁当を作るポイント

お弁当は作ってから食べるまでに時間差があるため、新生活で初めてお弁当作りに挑戦する方も、慣れていない方も、ポイントを押さえて安全なお弁当を作りましょう。
①調理工程ごとに、手は石けんで洗う
②おかずは、中心部まで加熱する
③ご飯やおかずは冷ましてから入れる
④持ち歩くときは、保冷剤を使い、冷やす
⑤弁当箱は清潔な状態で使用する
使用後は食器洗剤で洗浄し、必要に応じて消毒した後、乾かしましょう。
問北区保健所生活衛生課食品衛生 ☎(3919)0726

◆「表示登記の日」無料相談会

後援 北区
日4月24日(金) 午後1時～4時
場区役所第一庁舎1階ロビー
内土地・建物の調査・測量、境界問題及び不動産の表示登記の相談
申当日、直接会場へ
問東京土地家屋調査士会北・荒川支部 高橋 ☎(5963)8300

◆司法書士による無料相談会

後援 北区
相続・登記・法律問題等相談会
日4月20日(月) 午後6時～9時
場北とびあ8階804A、804B、805A、805B
内相続・贈与・財産分与・遺言に関する相談、登記・空家問題に関する相談など。東京税理士会王子支部の協力により税理士1人も参加します。
申4月17日(金)までに、電話申込
問先東京司法書士会 北・荒川支部 佐野 ☎(6903)0709

講座・催し

◆自然教室「メジロのプローチづくり」

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17日・24日 各日曜 計2回 午前9時30分～午後0時30分
内木材を削って、身近な野鳥「メジロ」のプローチを作ります。
定10人(抽選)
費500円
※道具は用意します。
申往復はがき(記入例参照。電話は当日連絡のつく番号)または「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームで、5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
HPhttps://jyohokan.exblog.jp

◆赤羽文化センター区民協働講座 「おいしい抹茶を美しくのむ!」

対区内在住、在勤、在学の方
日5月15日・29日、6月12日・26日 各金曜計4回 午後2時～3時30分
師茶道裏千家教授 篠笠敬子氏
[協力] 茶道裏千家清風会
定15人(抽選)
費4,000円
申はがき(記入例参照)、右記コード、電話または直接窓口で、5月1日(金)(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

◆王子の趣味活動披露会

対区内在住の方
日4月21日(火) 午後2時～4時(入退場自由)
場北とびあ13階飛鳥ホール
内ステージ(予定)…ミッシェル&フランソワによる昭和歌謡、絵本読み聞かせ「カスタネット」、王子三丁目町会オカリナ演奏、脳トレビンゴ、トーンチャイム「チェリー」演奏、ジャグリング、みんなで体操など
展示(予定)…グループ活動紹介、手作り作品、書道サロン作品など
申当日、直接会場へ
問王子光苑苑高齢者あんしんセンター ☎(3927)8899

◆古民家ふれあい教室 「かまどのおにぎり」と公園散策

対区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(小学3年生以下は要送迎)
日5月9日(土) 午前10時～午後0時30分
内かまどで炊いたご飯をおにぎりにして田んぼで食べます。公園の散策も行います。
定20人(抽選)
申往復はがき(記入例参照。全員(2人まで)の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)、電話番号を記入)で、4月28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

特別区民税・都民税の課税(納税) 証明書をお取りになる方へ

特別区民税・都民税の証明書は、税務課税務係(区役所第一庁舎2階12番)または区民事務所で取得できます。手数料は1通300円です。
※未申告の方は証明書が発行できない場合があります。詳しくは税務課課税担当(区役所第一庁舎2階8～11番)にお問い合わせください。
[持ち物] 本人が申請する場合…本人を確認できる書類(マイナンバーカード、運転免許証など) 代理人が申請する場合…委任状(記入例参照)、代理人自身を確認できる書類
※夫婦や家族でも本人以外の方が申請する場合には、委任状が必要です。
※交付申請書には、証明書が必要な方の「証明年度の初日が属する年の1月1日の北区の住所・氏名」を記入いただきます。
簡単便利なコンビニ交付をご利用ください
利用者証明用電子証明書を搭載したマイナンバーカードを利用して、コンビニエンスストア等のマルチコピー機で住民税課税(非課税)証明書(直近2年度分)が取得できます。発行手数料は1通200円です。
令和8年度の証明書(令和7年中の所得が載ったもの)の発行について
・特別徴収(住民税が給料から引き落とし)の方…5月14日(木)以降。ただし、コンビニエンスストアなどで取得する場合は、6月9日(火)以降
・それ以外の方…6月8日(月)以降
※現在発行している証明書は、令和3年度から令和7年度までです。
問税務課税務係 ☎(3908)1114 税務課課税担当 ☎(3908)1113

委任状記入例
委任状
代理人 住所 北区赤羽〇丁目〇番〇号
氏名 赤羽 一郎
生年月日 〇〇年〇月〇日
内容 令和 〇年度 課税(納税)証明書〇通申請受領の件
使用目的 〇〇〇〇〇〇申請のため
私は、上記の者を代理人として所定の権限を委任します。
令和〇年〇月〇日
委任者 住所 北区王子〇丁目〇番〇号
氏名 王子 太郎(署名又は記名・押印)
生年月日 〇〇年〇月〇日
証明年度の1月1日の住所 北区赤羽〇丁目〇番〇号

北区シティブランディング事業助成

北区ファンの増加やファンライドの醸成につながる事業を応援する助成金の募集を行います。
助成の対象事業・対象者など詳しくは下表及び区HPをご覧ください。また、イベント講座と助成金概要の説明会もあわせて実施しますので、ぜひお越しください。

イベント講座&助成金説明会

日4月23日(木)
①「みんなでつくる地域の未来!イベント企画・運営の基礎講座～地域の魅力を最大化! イベントでファンライドを実現しよう～」…午前9時45分～11時15分
②北区シティブランディング事業助成金説明会…午前11時15分～11時45分
場北とびあ7階第二研修室
内①2500本以上のイベント・セミナーの企画・運営・進行に携わってきた(株)ホットスケープの代表取締役 前野伸幸氏による講座を実施します。
②助成金の概要などについて、シティブランディング戦略課からご説明します。
師(株)ホットスケープ代表取締役 前野伸幸氏
申右記コードで申込(申込順) ※空きがあれば当日参加可
問シティブランディング戦略課 ☎(3908)1364

Table with 5 columns: 助成対象者, 助成対象事業, 助成率, 助成上限額, 助成件数. Content includes: 住民団体, 事業者, 事業者連携による団体; 北区ファンの増加及びファンライドの醸成を目的とする事業; 3分の2, 100万円, 5件程度.

**◆行って見よう北区の文化財 「近藤勇と新選組隊士供養塔」**

**日** 4月19日(日) 午前11時～正午  
**場** 寿徳寺境外墓地 (滝野川7-8JR板橋駅前)  
**内** 北区指定文化財の供養塔には、近藤勇・土方歳三のほか110人の隊士の名前が刻まれ、近藤勇の命日に近い日曜に供養祭(159回忌)が行われます。  
**問** 北区飛鳥山博物館  
**☎** (3916)1133

**◆中央公園文化センター講座**

**①PC特別講座「お楽しみPCサロン」**  
**対** PCの基本操作と文字入力ができる方  
**日** 5月14日(木) 午後2時～4時  
**内** ミニセミナー Word基本編～Wordで自分を伝える「オリジナル名刺・連絡カード」作り～(パソコンについての質問コーナーもあります)  
**師** 加賀千秋氏  
**定** 12人(抽選) **費** 2,000円  
**申** 4月28日(火)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込  
**②PC特別講座II期「いまさら聞けないExcel基本操作～自己流を卒業!「速く・正確・見やすい」表作成と印刷術～」**  
**日** 5月16日・23日 各土曜 計2回 午前10時～正午  
**内** ①入力の鉄則・時短ワザ・計算の基本 ②魅せる表のデザイン・データ整理・印刷の極意等  
**師** 加賀千秋氏  
**定** 12人(抽選) **費** 4,000円  
**申** 4月30日(木)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込  
**③特別講座「歌声喫茶～懐かしの歌を歌おう～初夏“清々しい季節”の歌」**  
**対** 区内在住、在勤、在学の方  
**日** 5月23日(土) 午後2時～3時45分  
**内** ピアノとギター伴奏でリクエスト曲を合唱します。  
**師** 峰崎松根、戸澤千夏(師歌のリード)、松下美千代(ピアノ)、竹山祥治(ギター)  
**定** 80人(抽選) **費** 1,000円  
**申** 往復はがき(記入例参照)。リクエスト曲1曲も記入)、右記コードまたは直接窓口で、5月7日(木)(必着)まで  
**=以下、①～③共通=**  
**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

**◆赤羽会館のカルチャー企画 「歌声ひろば」**

**日** 6月12日(金) 午後1時30分～3時15分(1時受付開始)  
**場** 赤羽会館4階大ホール  
**内** カラオケ機器を使い、司会者の話を交え、童謡、唱歌、歌謡曲、フォークソングなど、さまざまな曲を合唱します。  
**定** 150人(抽選)  
**費** 500円  
**申** 往復はがき(記入例参照。全員の氏名も記入、1通2人まで)で、5月5日(祝)(当日消印有効)まで  
**問先** 〒115-0044 赤羽南1-13-1 赤羽会館カルチャー企画 村田  
**☎** (3901)8121

**◆第68回赤羽馬鹿祭り**

**日** 前日祭…4月25日(土)  
**本祭**…26日(日)  
**場** JR赤羽駅東口周辺  
**内** 2日にわたり恒例の赤羽馬鹿祭りが開催されます。赤羽駅東口広場ではステージが復活(ミニステージ)。本祭の26日(日)正午からは仮装や音楽などによるパレードが実施されますので、ぜひ来場ください。  
**※詳しくはHPをご覧ください。**  
**問** 赤羽馬鹿祭り実行委員会 赤羽馬鹿祭りHP  
**☎** (3903)2568  
**※** 4月26日(日)正午から赤羽駅東口周辺では、バス乗下車場の変更、道路の通行止めなど大規模な交通規制が敷かれます。大変な混雑が予想されますので、自転車での来街はご遠慮ください。  
**※** 赤羽小学校周辺を含むパレードルート一帯での路上喫煙は控えていただき、指定喫煙場所をご利用いただくようお願いします。

**◆北区で苗木を育てよう! 環境施設でスタンプラリーで苗木を無償配布します**

**対** 区内在住の方(1世帯1本)  
**日** ①【スタンプラリー】4月10日(金)～5月14日(木)  
**②**【苗木配布期間】5月9日(土)～14日(木) いずれも午前9時30分～午後4時30分  
**場** 自然ふれあい情報館 (十条仲原4-2-1清水坂公園内)、みどり環境の情報館(エコベルデ)(北区豊島5-6-1)  
**内** 自然ふれあい情報館とみどり環境の情報館(エコベルデ)の2館訪問とアンケートに回答した方に、オリーブの苗木を配布します。  
**定** 50人(先着順) **申** 当日、直接会場へ  
**問** 循環社会推進課事業啓発係  
**☎** (3908)8539

**◆スローエアロビク教室**

後援 北区体育協会  
**対** 区内在住、在勤で50歳～80歳までの方  
**日** 4月11日～令和9年1月9日 月1回土曜 計10回 午前10時30分～11時30分  
**場** 赤羽体育館エクササイズスタジオ (志茂3-46-16)  
**師** エアロビク連盟公認指導員  
**定** 11人(申込順)  
**費** 5,000円  
**申** Eメール(記入例参照)で申込  
**問先** 北区エアロビク連盟会長 相原  
**☎** 080(6678)5506  
**EM** etsu\_a\_hotpepper106@yahoo.co.jp

**◆長期スポーツ教室(少林寺拳法)**

後援 北区体育協会  
**対** 区内在住、在勤、在学の方  
**日** 4月18日～6月27日(5月9日を除く) 各土曜 計10回 午後2時30分～4時  
**※** 途中回から申込参加可  
**場** 滝野川体育館第二武道場 (西ヶ原2-1-6)  
**申** 右記コードで申込  
**問** 北区少林寺拳法連盟 申込フォーム  
 竹中 **☎** 090(1852)9409

**◆誰でもできる!初心者吹矢教室**

後援 北区体育協会  
**対** 区内在住、在勤の20歳以上の方  
**日** 5月12日～6月9日 毎週火曜 計5回 午後6時30分～8時30分  
**場** 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)  
**定** 9人(申込順)  
**費** 1,600円  
**※** 用具貸出あり  
**申** 電話またはEメール(記入例参照)で申込  
**問先** 北区スポーツウエルネス吹矢協会 久保 **☎** 080(5401)7062  
**EM** kubo7635@ezweb.ne.jp  
**※** 詳しくは北区体育協会HPの加盟団体北区スポーツウエルネス吹矢協会をご覧ください。

**◆介護予防で元気はつらつサロン 「無理なく楽しく、元気な体づくり」**

**対** 田端、中里、上中里1丁目、西ヶ原1丁目在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方  
**日** 5月14日(木) 午後2時～3時30分  
**場** 田端ふれあい館2階第1ホール (田端3-16-2)  
**内** 作業療法士による介護予防トレーニングです。イスに座って行うので運動に自信のない方も安心して行えます。  
**師** いぎいきSUN訪問看護リハビリステーション 小川優輝氏  
**定** 20人(申込順)  
**申** 4月11日(土)午前10時から電話申込  
**問先** 滝野川はくちょう高齢者あんしんセンター **☎** (3822)6080

**◆医療・福祉No.1**

**令和8年度福祉タクシー券 (精神障害者手帳1級)の交付**

令和8年度から福祉タクシー券の対象が精神障害者手帳1級の方にまで拡充されました。  
**対** 精神障害のある方が利用することを要件として、本人(20歳未満の場合は扶養している方)の所得が一定の額を超えていないこと  
**※** 身体・知的障害のある方への対応は従前の通りです。施設入所中、病院などに入院中の方はお問い合わせください。  
**[金額]** 月額4,000円  
**※** タクシー券で交付します。北区と契約しているタクシー会社でのみご利用いただけます。  
**※** 詳しくは区HPをご覧ください。  
**申** 精神障害者手帳と本人確認書類を持参し、直接窓口で申込  
**問先** 障害福祉課王子障害相談係 (区役所第一庁舎1階2番)  
**☎** (3908)9081  
 赤羽障害相談係 (赤羽会館6階)  
**☎** (3903)4161 区HP  
 滝野川地域障害者相談支援センター (西ヶ原4-51-1飛鳥晴山苑内)  
**☎** (4334)6548

**◆認知症サポーター養成講座**

**対** 区内在住、在勤、在学の方  
**日** 5月6日(休) 午前10時～11時30分  
**場** 上十条区民センター1階第1ホール (上十条3-3-9)  
**内** 受講者にはオレンジカードを差し上げます。  
**師** 十条高齢者あんしんセンター職員  
**定** 20人(申込順)  
**申** 4月13日(月)午前10時から右記コードまたは電話申込  
**問先** 十条高齢者あんしんセンター **☎** (5948)9981

**◆介護予防リーダー養成講座 (第19期生) ～仲間と一緒に介護予防の知識を学んで地域に元気を届けよう!～**

**対** 区内在住、在勤で、全回参加でき、講座修了後、地域で介護予防活動をしてみたい方  
**日** 5月26日～7月14日 毎週火曜 計8回 午前10時～11時30分 (体験実習日1日を含む)  
**場** 北とびあ15階ペガサスホールほか  
**内** 講座や体験実習を通して、住民主体の介護予防、北区ご近所体操、認知症、栄養、お口の機能など介護予防について幅広く学びます。地域活動の第一歩、踏み出してみませんか。  
**師** 東京都健康長寿医療センター研究所福祉と生活ケア研究チーム研究部長 大淵修一氏ほか  
**定** 30人(申込順)  
**申** 4月13日(月)から5月12日(火)までに、右記コードまたは電話申込  
**問先** 長寿支援課 **☎** (3908)9017

**◆50代からの“動けるからだ”メンテナンス講座～今こそ始める、姿勢・歩行・筋トレの新習慣～**

後援 北区  
**対** 区内在住、在勤で医師から運動制限を受けていない方  
**日** ①4月18日・25日、5月2日 ②5月9日・16日・23日 各土曜 午前10時～正午  
**場** ①中央公園文化センター(十条台1-2-1)ほか **※** 雨天実施  
**②** 東豊島公園(北区豊島5-5-15) **※** 雨天の場合は延期、日程は応相談  
**内** 全3日間で、健康づくりの基本である姿勢を見直し、動けるからだを作るトレーニング(体操とウォーキング)を体験します。  
**定** 20人(申込順)  
**費** 3,000円 れっど★しゃつふるHP  
**申** Eメール(記入例参照)で申込  
**問先** 特定非営利活動法人れっど★しゃつふる村上 **☎** 080(1338)0297  
**EM** murakami@red-s.net

**◆子どもの幸せNo.1**

**◆ノーバディズ・パーフェクト・プログラム**

子育てに悩む親支援のプログラムです。子育て経験やアイデアを分かち合い、自分にあった子育ての仕方を見つけませんか。  
**①親育ちサポート講座 「ノーバディズ・パーフェクト・プログラム」**  
**場** 滝野川西児童館・王子東児童館・赤羽北児童館・志茂子ども交流館  
**②パパのためのノーバディズ・パーフェクト・プログラム**  
 パパ同士で集まって、親同士の学びあいをしませんか。  
**場** 神谷子どもセンター  
**=以下、①②共通=**  
**対** 0歳～5歳のお子さんを育てている方(受講が初めての方のみ)  
**※** 講座中は、保護者だけで話し合いを進めるため、お子さんは別室でお預かりします。  
**日** 区HPをご覧ください。  
**定** 各14人(申込順) **申** 原則、各開催日程初日の前月1日から児童館・子どもセンターにある申込用紙に記入し、参加希望児童館・子どもセンターへ直接持参または区HPで申込  
**問先** 各児童館・子どもセンター  
**※** 詳しくは区HPをご覧ください。  
 区HP

# 子どもの幸せNo.1

## HPV(子宮頸がん予防ワクチン)の予診票を発送します

令和4年度から積極的勧奨が再開されたため、対象の方へ予診票を発送します。

**対** 中学1年生相当(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)の女性

**[接種回数]** 3回

※15歳までに1回目を接種された方は、2回で接種完了とすることができます。

**[接種方法]** 予診票と母子健康手帳を持参し、区内協力医療機関及び22区の協力医療機関で受けてください。

上記対象以外の接種未完了の小学6年生～高校1年生相当の方で接種を希望される方は、区HPの電子申請または電話で予診票などを取り寄せてください。

**問** 保健予防課保健予防係

☎ (3919) 3104



区HP

## 麻しん(はしか)・風しん予防接種を受けましょう

麻しん・風しん定期予防接種は、第1期(1歳時)と第2期(小学校入学前の1年間)の2回接種です。第1期の案内は1歳になる月の前月に発送します。第2期の案内は3月末に発送しました。

**[接種方法]** 予診票と母子健康手帳を持参し、協力医療機関(ご案内に添付した一覧表参照)で受けてください。ワクチンは通常、麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)を使用しますが、麻しん単独、風しん単独のワクチンも使用できます。希望される場合はお問い合わせください。

### ●定期予防接種の機会を逃した方へ

2歳～高校3年生相当の年齢で、麻しん・風しんにかかったことがなく、麻しん・風しん定期予防接種を規定回数接種していない方は、麻しん・風しん予防接種を全額公費負担で受けられます。

**[接種方法]** 区HPの電子申請または電話で予診票などを取り寄せてください。お急ぎの方は、近くの健康支援センターでもお渡しできます(母子健康手帳と本人確認書類をお持ちください)。

**問** 保健予防課保健予防係

☎ (3919) 3104



区HP

## 「令和8年度だるまの会」参加者募集

**対** 区内在住で、ダウン症のお子さんを育てているご家族

**日** 5月18日、9月14日、12月14日、令和9年2月8日 各月曜 午前10時～11時30分  
※1日のみの参加も可

**場** 児童発達支援センター(王子6-7-3)

**内** 座談会形式で不安や悩みを共有したり、情報交換していただく親の会です。

**申** 右記コードまたは電話申込

**問先** 児童発達支援センター

☎ (6903) 3012



申込フォーム

## そらまめ相談室(ひとり親家庭等相談室)の相談支援事業

**対** 区内在住で、ひとり親家庭の保護者(離婚をお考え中の方も対象)

**内** 子育て中のひとり親家庭や、離婚後の生活や子育てに不安を抱えるご家庭の相談室です。日頃の悩みや不満から、生活に関わるお困りごとまで、幅広くご相談に応じ、支援制度などをご案内します。専門家による家計相談や法律相談も実施しています。相談は原則予約制です。 **申** HPまたは電話申込

**問先** そらまめ相談室

☎ (3908) 1363

**HP** <https://kitaku-hitorioya.jp/>



そらまめ相談室HP



## 北区子育てひろば

子育てひろばでは、親子で自由に遊びながら、子育ての悩みを相談したり、情報交換をしたり、ゆっくりお過ごしいただけます。

**対** おおむね3歳までのお子さんと保護者(これから子育てを始める親を含む)

① いろむすび親子ひろば

(中十条4-17-1コトニア赤羽1階)

② ほっこり～の北赤羽(赤羽北2-31-16アクトピア北赤羽番香館1階)

※利用可能日時など、詳しくは区HPをご覧ください。

**問** 出産・子育て支援担当課

☎ (5933) 6760



区HP

## ファミリー・サポート・センターの利用料の一部助成

**内** 生活保護受給・住民税非課税世帯、児童扶養手当受給世帯やダブルケア世帯(育児と介護を同時に行っている世帯)を対象にファミリー・サポート・センター利用料の一部を助成しています。

**[助成金額]** 支払った謝礼金の2分の1

(謝礼のみが対象、食費や交通費、キャンセル料などは対象外)

**[助成月額上限額]** 2万円

※詳しくは区HPをご覧ください。

**問** 子ども家庭支援センター

☎ (3914) 9565



区HP

## 中央公園文化センター子ども講座「いつもありがとう」リラックス&虫除けになるアロマスプレーをつくろう!<母の日編>

**対** 区内在住、在学の小学生と保護者(1組2人まで)

**日** 5月10日(日) 午前10時30分～正午

**内** リラックス効果&虫除け効果のあるアロマを選んでスプレーをつくります。

**師** アロマセラピーアドバイザー

山本和子氏

**定** 10組(抽選)

**費** 1組1,000円程度

**申** 往復はがき(記入例参照)で、4月30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

## 北区青少年海外交流団参加者の募集

**対** 区内在住で、平成20年4月2日～23年4月1日生まれの方(ほか諸条件あり)

**日** 8月15日(土)～24日(月)

**内** 米国ウォルナットクリーク市でホームステイをしながら、市内の高校に登校し、現地の青少年との交流や友好を深めます。

**定** 12人(選考)

**費** 36万円程度 ※旅行保険やパスポート取得費などは各自負担

**申** 応募書類(区HPからダウンロードできません。国際交流・多文化共生推進担当課(北とぴあ10階)にもあります)に記入し、Eメール、郵送または直接持参で、4月30日(木)(必着)まで

※詳しくは区HPをご覧ください。

**問先** 〒114-8503(住所不要)国際交流・多文化共生推進担当課

☎ (5390) 0098



区HP

## 北区体育協会スポーツ教室

### ジュニアスイミング

**対** 区内在住の小学生

**日** ①5月24日～7月12日 毎週日曜 計8回  
午前9時10分～10時40分

②5月29日～7月17日 毎週金曜 計8回  
午後5時～6時30分

**場** パノラマプール十条台(中十条1-5-6)

**師** 水泳連盟指導員

**定** 各80人(抽選)

**費** 6,600円

**申** HPまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)で、4月20日(月)(必着)まで

**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** <https://kitacity-taikyo.jp/>



体育協会HP

(4月10日受付開始)

## 図書館に「ほんよみ隊」がいます 春の「このほんよんで!」

4月23日は「子ども読書の日」です。読み聞かせを通して、子どもに本の楽しさを届けます。

**対** 2歳～小学生

**日** 4月26日(日) 午前10時～正午、午後2時～4時

**場** 北区立図書館全館子ども室

**内** 各図書館に名札を付けたボランティアがいます。お子さんが図書館で手にとって「読んで」ともってきた本の読み聞かせをします。

**申** 当日、直接会場へ

**問** 中央図書館事業係

☎ (5993) 1125



図書館HP

## 自分に合う種目が見つかる! 中学生のスポーツ体験会

後援 北区

**対** 区内在住、在学の中学生

**日** ①5月1日・8日 各金曜 午後6時30分～8時15分

②5月12日・19日 各火曜 午後7時10分～8時40分

③5月13日・20日 各水曜 午後8時～9時15分

**場** ①赤羽岩淵中学校

②北運動場(神谷2-47-6)

③なでしこ小学校

**内** ①アルティメット(フライングディスク競技) ②陸上

③バスケットボール

※1人各種目1日まで

**定** 各5人(抽選)

**申** 4月20日(月)までに、右記コードで申込

**問** 特定非営利活動法人れつど★しゃつふる村上 ☎ 080(1338)0297



申込フォーム

## 令和8年度

### 北区ジュニアリーダー研修会受講生募集

研修会で会った仲間たちといろいろな活動に力を合わせてチャレンジしましょう。

**対** 区内在住、在学の小学5・6年生

**日** 5月17日～9月27日(宿泊を含む) 計8回

**定** 40人(抽選)

**費** 1万4,000円



区HP

## 令和8年度(第41期)

### 北区シニアリーダー研修会受講生募集

学校や年齢の違う仲間と、イベントの企画や野外研修などのグループ活動を通して集団の中で自分を高め、それぞれの良さを活かしあいましょう。

**対** 区内在住、在学の中高生

**日** 5月17日～12月6日(宿泊を含む) 計10回

**定** 30人(抽選)

**費** 1万6,000円

=以下、共通=

**場内** 区HPをご覧ください。

**申** はがき(記入例参照。クラス、性別、生年月日も記入)または区HPの申込フォームで4月26日(日)(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



区HP



きたいを超える東京北区



北区広報番組 **きたいを超える東京北区** J:COMチャンネル東京北(Ch.11)で放映中

●4月の番組(手話つき)

**[放送日時]** 毎日:午前9時・正午・午後8時・10時の各15分

午前9時:簡単で効果絶大!北区ご近所体操

正午・午後8時・10時:写真家が撮り続けた街・北区 ~赤羽駅周辺~

**問** シティブランディング戦略課 ☎ (3908) 1364