



NO.1860
毎月1日・10日・20日発行

6/20

令和8年(2026年)

北区ニュース

主な内容

- 令和8年度20%プレミアム付「北区内共通紙商品券」を販売します……3面
- 平和祈念週間
8月4日(火)～8日(土)……5面
- 「北区くらしのガイド(令和8・9年度版)」の有料広告募集……6面

北区飛鳥山博物館

夏休みわくわく

ミュージアム★2026

詳しくは
2面へ

7月18日(土)～8月30日(日)

北区飛鳥山博物館夏の恒例イベント
「夏休みわくわくミュージアム」が今年もはじまります。
毎年大人気の工作教室のほか、
博物館内ナゾ解きイベントを開催します。
今年の夏も博物館で楽しい思い出をつくろう！

問場 北区飛鳥山博物館 王子1-1-3飛鳥山公園内(月曜休館)
☎(3916)1133



夏休みまがたま
夏休み勾玉づくり教室



夏休み土器づくり教室

ミュージアム周遊ナゾ解きイベント

「おいでよ！コン吉探検隊！」

対 小・中学生(未就学児は保護者同伴)

日 7月18日(土)～8月30日(日)

午前10時～午後4時30分(受付は4時まで)

場 同館内各所(常設展示室を含む)

費 常設展示観覧料

(小・中学生100円、一般300円、65歳以上150円)

内 北区のさまざまなナゾを調べる「コン吉探検隊」が、飛鳥山博物館にやってきた。どうやら今年の博物館にはたくさんのナゾがあるようで…。探検隊の一員としてコン吉隊長たちをサポートしながら、博物館のナゾを解き明かそう。全てのナゾを解くと、探検隊の「隊員章」がもらえます。



博物館
オリジナルキャラクター
コン吉

ご利用ください！

きっずコーナー

場 同館ホワイエ

内 パーツに色をぬって台紙に貼り合わせるコラージュぬり絵、「コン吉」のお面作りや絵本など、小さいお子さんも一緒に楽しむことができます。

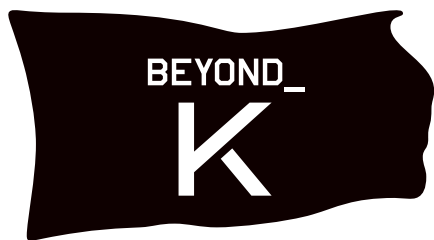


プチきっずコーナー

体験学習室前には、図鑑や学習マンガなどを読むことができる「プチきっずコーナー」を特設します。



プチきっずコーナー



きたいを超える東京北区

さあ、旗を掲げよう。北区には、きたいを超える魅力がある。

北区は「BEYOND_K」を合言葉に魅力的な北区ブランドをつくりあげていくことを宣言しました。

100色の旗をご用意しています。あなたも、あなただけの旗を掲げてみませんか。

北区飛鳥山博物館

夏休みわくわく

ミュージアム★2026

体験講座

大人といっしょに参加

1. 夏休みまがたま勾玉づくり教室

対小学3年生～中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日①7月18日(土) ②8月7日(金) [取材日]
③14日(金) ④21日(金) ⑤28日(金)
いずれも午後1時30分～3時30分
定各24人(抽選) 費1人300円 ※保護者も作れます。
申往復はがき(記入例参照。希望日を第一希望から順に5つまで記入)または電子申請で、7月3日(金)(必着)まで



過去の様子

2. めざせ!JOMON貝塚はかせ

対小学3年生～中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日7月19日(日) 午後1時30分～4時 定8組(抽選)
費子ども1人100円 ※子ども1人につき1つ作成
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月6日(月)(必着)まで

3. 挑戦!くずし字!

対小学3年生～中学生3人までと保護者(2～4人1組)
日7月22日(水) 午後1時30分～3時
定8組(抽選) 費子ども1人100円
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月6日(月)(必着)まで

4. 和のデザインで団扇づくり

対①小学3年生～中学生2人までと保護者(2～3人1組)
②小学1・2年生と保護者(2人1組)
日7月23日(木) ①午前10時15分～正午
②午後1時30分～3時15分
定各16組(抽選) 費1人300円 ※保護者も作れます。
申往復はがき(記入例参照。希望日及び当日作る人数も記入)または電子申請で、7月6日(月)(必着)まで



過去の様子

5. チャレンジ!昔の手仕事～藍染

対小・中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日①7月28日(火) ②29日(水) ③30日(木) [取材日]
④31日(金) いずれも午前10時15分～正午
定各22人(抽選) 費1人450円 ※保護者も作れます。
申往復はがき(記入例参照。希望日を第一希望から順に4つまで記入。当日作る人数も記入)または電子申請で、7月9日(木)(必着)まで



過去の様子

6. 夏休み土器づくり教室

対小学3年生～中学生と保護者(2人1組)
日①8月1日(土) ②8日(土) [取材日]
③15日(土) ④22日(土)
いずれも午後1時30分～3時30分
定各12組(抽選) 費1組300円 ※1組で1つ作成
申往復はがき(記入例参照。希望日を第一希望から順に4つまで記入)または電子申請で、7月15日(水)(必着)まで



過去の様子

7. 江戸の縁起物[絵馬]を作ろう!

対小・中学生と保護者(2人1組)
日①8月2日(日) [取材日] ②19日(水)
いずれも午後1時30分～3時
定各8組(抽選) 費1組300円 ※1組で2つ作成
申往復はがき(記入例参照。希望日を記入)または電子申請で、①7月16日(木)、②30日(木)(必着)まで



過去の様子

8. キツネのからくり紙人形を作ろう

対小学3年生～中学生と保護者(2人1組)
日8月5日(水) 午後1時30分～3時30分
定8組(抽選) 費1組100円 ※保護者も作れます。
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月16日(木)(必着)まで

9. 和綴じノートを作ってみよう!

対小学3年生～中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日①8月9日(日) [取材日] ②23日(日) いずれも午後1時30分～3時
定各8組(抽選) 費1人500円程度 ※保護者も作れます。
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、①7月22日(水)、②30日(木)(必着)まで

10. 作って学ぼう!江戸時代のミニキッチン

対小学5年生～中学生と保護者(2人1組)
日8月13日(木) 午後1時30分～3時30分
場同館講堂 定12組(抽選)
費1組200円 ※1組で1つ作成
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月22日(水)(必着)まで



過去の様子

11. 親子で浮世絵観察!

対小・中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日8月16日(日) 午後1時30分～3時30分
定24人(抽選)
費子ども1人100円 ※子ども1人につき1つ作成
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月30日(木)(必着)まで



過去の様子

12. 体験!王子田楽

対小学3年生～中学生2人までと保護者(2～3人1組)
日①8月20日(木) ②27日(木) いずれも午後1時30分～3時30分
場同館講堂 定各8組(抽選)
費子ども1人200円 ※子ども1人につき1つ作成
申往復はがき(記入例参照。希望日を第一希望から順に2つまで記入)または電子申請で、7月30日(木)(必着)まで

子どものみで参加

13. はくぶつかん探検隊!

対小学3年生～6年生
日8月6日(木) 午後1時30分～3時30分
場同館講堂ほか 定16人(抽選) 費100円
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月16日(木)(必着)まで



過去の様子

14. 江戸時代のおもちゃ「泥めんこ」をつくってあそぼう!

対小学生
日8月12日(水) 午後1時30分～3時30分
定10人(抽選) 費200円
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月22日(水)(必着)まで



過去の様子

15. 和綴じノートを作ってみよう!

対小学5年生～中学生 日8月26日(水) 午後1時30分～3時
定16人(抽選) 費500円程度
申往復はがき(記入例参照)または電子申請で、7月30日(木)(必着)まで

以下、共通

●電子申請は、6月20日(土)受付開始

[お願い]

●定員分のみの座席・材料のご用意となります。保護者の参加は1人までです([3]を除く)。参加予定者以外の同伴はご遠慮ください。

●「子どものみで参加(13～15)」の講座は、必ず保護者が送迎してください。

[写真撮影について]

●開催日の後ろに[取材日]とある日は、広報物(北区ニュース、博物館だより「ばいす」)掲載を目的とした撮影を行います。お申し込みの際はご注意ください。

●取材日以外の日程についても、博物館の記録用として写真撮影をする場合があります。

場同館体験学習室([10]、[12]、[13]を除く) 師同館学芸員

問先行114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館 ☎(3916) 1133 ※7月20日を除く月曜、6月30日(火)～7月3日(金)、7月21日(火)は休館

体験講座の詳細内容や申込は博物館HPをご覧ください。



博物館HP

お知らせ **スマート在宅避難・推進プロジェクトVol.1**

感震ブレーカーの配布対象者を拡大します

区内に居住し、住民登録をしている木造住宅居住者に対して通電火災を防止する感震ブレーカーの配布を行います。詳しくは区HPをご覧ください。

【申請書配布窓口】 防災・危機管理課(区役所第一庁舎2階13番) ※在庫がなくなり次第、配布終了

家具転倒防止器具などの取付けを支援します

自力では家具転倒防止器具などの取付けが困難な方へ、お持ちの器具の取付けを無償で支援します。詳しくは下記窓口で配布する申請書をご覧ください。

家具転倒防止器具を設置して地震から身を守りましょう。**【申請書配布窓口】** 防災・危機管理課(区役所第一庁舎2階13番)、各高齢者あんしんセンター、各地域振興室、各区民事務所、区HP

防災用品あっせん事業のご案内

区では、防災用品を通常よりお買い求めやすい価格で販売あっせんを行っています。対象商品の写真と申込方法を記載したチラシを下記窓口で配布します。購入を検討する際は、東京備蓄ナビもご参照ください。

区では、災害発生時の避難所の混雑を避けるために在宅避難を推奨しています。地震発生直後は、ライフラインの停止も考えられます。各家庭で3日以上以上の食料や水を備蓄しましょう。

皆さんの生命と財産を守るためにも、家庭での防災対策を今すぐ始めましょう。

【配布窓口】 防災・危機管理課(区役所第一庁舎2階13番)、各地域振興室、各区民事務所、区HPほか
【問】 防災・危機管理課 ☎(3908)8184



区HP (感震ブレーカー)



区HP (家具転倒防止)



区HP (防災用品あっせん)



東京備蓄ナビHP

お知らせ **安心・安全・快適コーナー**

自転車、オートバイの盗難に注意

区の刑法犯認知件数のうち、最も多くの割合を占めているのが、自転車盗です。自転車盗は、例年約600件程度発生しています。最近では近隣区でオートバイの盗難も多発しています。

自転車・オートバイの盗難は、切断困難な補助錠(U字ロックやチェーンロック)などを使用した2ロックによって、被害に遭うリスクを格段に低くすることができます。大切な愛車を守るためにも、2ロックを心がけましょう。

毎月20日は「北区安全・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

防火・防災・救急コーナー

水の事故に注意して、楽しく夏を過ごしましょう

夏は河原でバーベキューをしたり、プールなどに出かけたりする機会が増え楽しい季節ですが、水遊び中におぼれる事故も多くなります。

特に、お子さんのいる家庭では楽しい夏休みを過ごせるよう河川やプールなど水辺で遊ぶ際の注意点を確認し、水の事故を防止しましょう。

6月7日(日)~13日(土)は危険物安全週間です

リチウムイオン電池に起因する火災が近年急増しています。取扱方法をよく確認し、異常を感じた場合はすぐに使用を中止しましょう。

万が一火災が発生したら…

- ① 火花や煙が激しく噴出している場合は、近寄らない。
- ② 火花や煙の勢いが収まったら、大量の水や消火器で消火する。
- ③ 大量の水で温度を十分に下げ、安全に配慮し水没させる。

【問】 王子消防署 ☎(3927)0119 赤羽消防署 ☎(3902)0119
滝野川消防署 ☎(3916)0119 地域防災推進課 ☎(3908)8194



東京消防庁HP



東京消防庁HP

お知らせ **令和8年度20%プレミアム付「区内共通紙商品券」を販売します**

【日】 7月4日(土) 午前10時から(完売次第終了)
※販売開始前から整理券を配付する場合があります。

【場】 下表のとおり

【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800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商店街連合会事務局までお問い合わせください。

販売所一覧

【有効期限】 令和10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】 北区商店街連合会事務局 ☎(5390)1200
産業振興課商工係 ☎(5390)1235



北区商店街連合会 HP



※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

| 商店街 | 販売所 | 所在地 |
|--------------|------------------------|---------------|
| 東田端一丁目商店会 | そば処浅野屋 | 東田端1-7-7 |
| 田端銀座商振組 | 銀商会館 | 田端3-7-8 |
| 霜降銀座栄会 | フジレック | 西ヶ原1-62-9 |
| 西ヶ原銀座商栄会 | ナイル珈琲店 | 西ヶ原3-54-10 |
| 滝野川八幡通り商店会 | 八幡通り児童遊園 | 滝野川5-10-1 |
| 宮元商店会 | 御菓子司 美好 | 滝野川5-15-5 |
| 御代の台仲通り商店会 | 川直商店 | 滝野川6-39-11 |
| | フクダヤ | 滝野川6-45-2 |
| 滝野川市場通り商振組 | 茶の丸美屋 | 滝野川7-28-8 |
| 滝野川さくら通り商栄会 | 落合商店 | 滝野川7-2-4 |
| 滝野川銀座商店会 | セブンイレブン滝野川6丁目店 | 滝野川6-83-5 |
| 森下通り商店会 | 株式会社UTNワイン&ダイニングオールレアン | 岸町1-1-11-2階 |
| 王子銀座商振組 | 商店街事務所 | 王子2-30-1 |
| 豊島中央通り商振組 | 商店街事務所 | 北区豊島4-4-9 |
| 東豊名店街 | ビー・ブックス | 北区豊島5-4-1-111 |
| | ミート・グルメ半田 | 北区豊島5-5-6-118 |
| 神谷橋庚申通り商店会 | 長谷部寝具店 | 北区豊島8-20-1 |
| 十条中央商振組 | 商店街事務所 | 上十条1-16-6 |
| 東十条商振組 | 商店街事務所 | 東十条3-15-6 |
| 東十条銀座商店街協同組合 | 商店街事務所 | 東十条3-10-15 |
| 十条仲通り商店会 | インテリア栗田 | 上十条3-29-12 |

| 商店街 | 販売所 | 所在地 |
|----------------|----------------|-------------|
| 十条銀座商振組 | 商店街会館お休み処 | 十条仲原1-4-8 |
| 豊島いなり通り商店会 | 江黒青果店 | 北区豊島1-39-14 |
| いちょう通り十条駅西口商店会 | 大吉飯店 | 上十条2-7-12 |
| 神谷銀座商友会 | オギノ食品 | 神谷2-23-14 |
| 赤羽西口本通り商店会 | マエノ薬局赤羽本店 | 赤羽西1-4-12 |
| 赤羽西口駅前商店会 | ショッピングセンタービオ | 赤羽西1-6-1 |
| ビオ店舗会 | | |
| 志茂銀座商店会 | 上野商店 | 志茂4-6-16 |
| 志茂平和通り商店街 | 伊勢屋前 | 志茂2-56-1 |
| 志茂スズラン通り商店街 | サイトウ質店 | 志茂2-40-3 |
| | 目黒宝石店 | 志茂2-49-4 |
| 赤羽スズラン通り商振組 | 商店街内ポケットパーク | 赤羽2-9-3 |
| 赤羽一番街商振組 | 商店街事務所前 | 赤羽1-23-6 |
| 赤羽中央街商振組 | 商店街事務所前 | 赤羽1-29-9 |
| 浮間庚申通り商店会 | 侘大家 | 浮間3-9-8 |
| | 水塚酒店 | 浮間4-8-18 |
| 浮間銀座商店会 | 五十嵐電気商会 | 浮間3-1-39 |
| 浮間本町商店会 | ECCジュニア浮間2丁目教室 | 浮間2-10-4 |
| | 栃木屋酒店 | 浮間2-24-20 |
| アピレ会 | 赤羽アピレ | 赤羽西1-5-1 |

弁護士による無料法律相談
※初回相談料無料

平日 午前10時~午後6時
遺言・相続・離婚・借地借家・交通事故など
何でもお気軽にご相談ください。

事前にお電話またはホームページからご予約ください。北法律

随時受付中 03-3907-2105

東京北法律事務所
東京弁護士会所属 弁護士 坂田洋介 弁護士 金井知明 弁護士 菊間龍一
北区王子本町1-18-1 北法ビル4階(北区役所第一庁舎向かい)

Re:Flexia (リ・フレクシア赤羽)

病院でのリハビリが終わってしまっても
不安はありませんか?

理学療法士・作業療法士が
マンツーマンで対応します

施術:1回 50分
料金:4,400円(税込)
(初回体験は2,200円)

TEL 03-6820-4820 代表: 淵田(ふちだ)・吉田(よしだ)
住所 赤羽西6丁目37-12 (赤羽リハビリテーション病院内)

庭木のお手入れ承ります

見積・出張費 無料!

植木屋革命
Q&A クイック・ガーデニング

剪定
伐採
草むしり

株式会社クイック・ガーデニング
TEL:0120-329-919 (受付) 9:00~18:00
土・日・祝日も受付(年末年始を除く)
〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンサンティア TEL:042-330-5919

高齢者の身元保証はあんしんの輪 身元保証 死後事務 遺言・後見 緊急連絡先 相談無料 ☎048-999-6414

お問合せ ご相談だけでも大丈夫です。お気軽にお問合せください。

お知らせ 国保

◆「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」(以下「認定証」)の交付

認定証を医療機関などの窓口に掲示することで、1カ月、1医療機関ごとの保険適用の窓口負担が、年齢・所得に応じた自己負担限度額までとなります。

☑本人確認書類(マイナ保険証、資格確認書など)を持参して申請してください。郵送も可 ※保険料の滞納がある場合、原則、この制度は利用できません。

有効期限が「令和8年7月31日」の認定証をお持ちの方

8月以降分の申請受付は7月1日(水)開始

☎先 114-8508(住所不要) 国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番)

☎(3908) 1132

◆高額療養費の支給

北区国民健康保険に加入している方が医療機関や薬局に支払った1カ月間の窓口負担(保険適用分の医療費のみが対象)が自己負担限度額を超えた場合、超えた分が高額療養費として払い戻されます。

申請書は、診療月のおよそ3~4カ月後に、該当世帯へ送付します。

☎先 国保年金課国保給付係 ☎(3908) 1132

※後期高齢者医療制度にご加入の方は高齢医療係 ☎(3908) 9069に お問い合わせください。



区HP (高額療養費)

◆療養費の支給

全額負担した医療費について国保に申請すると、保険適用が認められる場合には、国保負担分が療養費として支給されます。

☑①国内外の旅行先での急病など、緊急そのほかやむを得ない理由のもの

②医師が治療上必要と認め、コルセットなどの補装具を作製したもの

☎先 国保年金課国保給付係(区役所第一庁舎2階22番) ☎(3908) 1132

◆特定保健指導の開始

特定健康診査の結果、メタボリックシンドロームの改善の必要のある方に対して、管理栄養士などの専門職が栄養・運動などの生活習慣についての指導を中心としたサポートを行います。生活習慣を見直すことで、生活習慣病を予防・改善していきましょう。

対象の方には利用券を送付しますので、封筒が届いた方はぜひご利用ください。

☎国保年金課庶務係 ☎(3908) 1193

◆生活習慣病の疑いがある方への通知発送

特定健康診査の結果、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、いずれかの病気の疑いがある方へ、医療機関の受診のご案内をお送りします。

☑北区国民健康保険の加入者のうち、令和7年8月から11月までに、特定健康診査を受診した方

☎国保年金課庶務係 ☎(3908) 1193

◆口座振替による保険料の納付

保険料の納付は口座振替が便利です。

口座振替は、スマートフォン・パソコンなどから申請いただけます。

24時間(メンテナンスなどを除く)いつでも申請が可能で、書類作成や届出印が不要です。

申込月の翌月末以降に振替を開始できます。

また、口座振替依頼書での申込みも受け付けています。

※詳しくは区HPをご覧ください。

☎国保年金課国保資格係 ☎(3908) 1137

☎国保年金課高齢医療係 ☎(3908) 9069



区HP (国保)



区HP (後期高齢者医療制度)

国民年金

◆国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度

国民年金保険料を未納のままにしておくとも老齢年金や障害年金、遺族年金が受給できない場合があります。収入の減少や失業などにより国民年金保険料を納めることが困難な場合には、申請により国民年金保険料の納付が免除・猶予となる免除制度や納付猶予制度、学生の場合には学生納付特例制度があります。

☎先 北年金事務所 ☎(3905) 1011

☎国保年金課国民年金係 ☎(3908) 1138



日本年金機構HP (免除・納付猶予制度)



日本年金機構HP (学生納付特例)

お知らせ 介護

◆食費、居住費(滞在費)負担額の軽減制度

介護保険施設(地域密着型介護老人福祉施設も含む)または(介護予防)短期入所生活介護・(介護予防)短期入所療養介護(ショートステイ)を利用している方で、表1に該当する方は、「介護保険負担限度額認定証」を施設の窓口に掲示することで、食費及び居住費(滞在費)が軽減されます(表1のとおり)。

表1「軽減による自己負担額(日額)」

Table with columns for user burden level, district (main target), pre-savings total, food, and housing (stay) fees. It details how costs are reduced based on income and savings.

居住費(滞在費)の()内は介護老人福祉施設(地域密着型も含む)に入所または(介護予防)短期入所生活介護を利用した場合の額です。

食費の()内はショートステイ((介護予防)短期入所生活介護・(介護予防)短期入所療養介護)を利用した場合の額です。

本人年金収入などは、課税・非課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計です。(※)住民税課税の配偶者が別世帯にいる方は、4段階となります。(※1)令和8年8月から82.65万円に変わります。

(※2)令和8年8月から、第3段階①の食費は30円、第3段階②の食費は60円、第4段階の食費基準額は100円の引き上げがあります。(※3)室料がかかる場合は530円 (※4)一部の施設では697円

現在、すでに負担限度額認定証をお持ちの方には、8月からの負担限度額認定更新のご案内を7月中旬から下旬頃お送りします。

※軽減の申請をされていない方はお問い合わせください。

◆生計困難者に対する利用者負担額の軽減制度

☑東京都軽減事業の申出を行っている事業所の介護保険サービスを利用している方で、次の①~⑤のすべてに該当する方

①世帯全員が住民税非課税者である ②介護保険料を滞納していない

③負担能力のある親族(住民税課税者)などに扶養されていない

④日常生活に供する資産以外に活用できる資産がない

⑤年間収入及び預貯金額が表2の基準内である

【対象となるサービス(介護予防サービスを含む)】

訪問介護(夜間を含む)、通所介護(食費を含む)、認知症対応型通所介護(食費を含む)、短期入所生活介護(食費・滞在費を含む)、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション(食費を含む)、短期入所療養介護(食費・滞在費を含む)、介護老人福祉施設(利用者負担第2段階の方は食費・居住費のみが対象)など

表2「対象者の要件(年間収入及び預貯金額)」

Table showing income and savings thresholds for different household sizes (1 person, 2 people, 3 people, 4+ people).

※預貯金額とは、銀行・信用金庫などすべての預貯金の合計(有価証券、債券も含む)です。 ※サービス提供事業者が東京都軽減事業の申出を行っていない場合は、軽減を受けることができません。

【軽減額】要件に該当する方は、申請することで利用者負担額[介護費負担、食費・居住費(滞在費)]の25%(老齢福祉年金受給者は50%)が軽減されます。

【申請に必要なもの】世帯全員の収入が確認できるもの(公的年金などの源泉徴収票など)、世帯全員のすべての預貯金通帳・有価証券・債券など(記帳してお持ちください)

※申請月により収支の確認期間が変わります。詳しくはお問い合わせください。

※すでに軽減制度の確認証をお持ちの方には8月更新のお知らせをお送りします。

※窓口での申請ができない方は、ご連絡ください。

※申請の手続きの後、対象となる方に「生計困難者に対する利用者負担額軽減確認証」を交付します。東京都軽減事業の申出を行っているサービス事業者に提示してください。

=以下、共通=

☎介護保険課介護給付係(区役所第一庁舎1階13番)

☎(3908) 1286

お知らせ 平和祈念週間 8月4日(火)～8日(土)

区では、世界の恒久平和と永遠の繁栄を願い、昭和61年3月15日に「平和都市宣言」を行い、今年で40周年を迎えました。この宣言を記念して「平和祈念週間」の期間中、平和を願うさまざまな催しを開催します。

親子で学ぶ平和バスツアー(行ってみよう、見てみよう)

北とびあ前の平和祈念像をはじめとした区内の平和に関する史跡を探検し、北とびあ前で開催されている平和展を、解説をまじえながら見学します。

対 区内在住、在学の小学生と保護者

日 8月8日(土) 午前9時30分～正午 ※雨天決行

区役所第一庁舎正面玄関前集合

定 10人(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。希望者全員の氏名、住所、電話番号を記入)

または右記コードで、7月3日(金)(必着)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623



申込フォーム

平和の語り部事業「戦争体験講和」

平和の語り部が、「戦争の体験」や「平和への想い」などを語ります。また、平和に関するアニメーションも上映します。

対 区内在住、在学の小・中学生 ※小学生は保護者同伴。 ※小学生未満のきょうだいは参加可能ですが、席の状況によっては、保護者のひざの上となります。

日 8月4日(火) 午前10時～11時30分(9時30分開場)

場 北とびあつつじホール

定 300人(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。希望者全員の氏名、住所、電話番号、車イス

使用の方はその旨も記入)または右記コードで、7月7日(火)(必着)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)総務課総務係 ☎(3908)8623



申込フォーム

平和祈念イベント(中国残留邦人等支援事業)

映画上映会「えっちゃんのせんそう」

第二次世界大戦の敗戦による混乱の中、中国大陸に渡っていた開拓民の日本への帰国は困難を極め、さまざまな理由から中国での残留を余儀なくされました。

「中国残留邦人」の問題は、戦後81年となる今もおおまかには続いています。

中国・ハルビンからの引き上げ体験をもとに書かれた、児童文学者・岸川悦子さん原作

のこの映画を鑑賞して、大陸に渡った方々が歩んできた苦難の歴史を理解するとともに、戦争の悲惨さ平和の大切さを考えましょう。

(原作:岸川悦子、監督:有原誠治、脚本:山本洋子、声の出演:高山みなみ・坂本千夏ほか、アニメーション制作:虫プロダクション、製作:「えっちゃんのせんそう」製作委員会、上映時間:80分)

対 区内在住、在勤、在学の方

日 8月6日(木) 午後1時30分～3時30分(1時開場)

場 北とびあつつじホール

定 300人(抽選)

申 往復はがき(記入例参照。希望人数、車イス使用の方はその旨も記入)

または右記コードで、7月10日(金)(必着)まで

問 先 〒114-8508(住所不要)生活福祉課生活支援係

☎(3908)9004



申込フォーム

児童のための「平和祈念コンサート」 「きいて!たいて!うたって!みんなであつこう!平和のハーモニー」

北区文化振興アーティストバンク エテルノ・プラス・クインテット率いる「ユートピア団」がおくる参加型プログラムです。「音楽をみんなで作る」という体験を通して、平和について考えてみませんか。

“キャラクター”として登場した奏者が、みんなで力を合わせて音楽が生まれていく物語。子どもたちが自然にお話に参加し、音楽をみんなで作りに上げていくことで、つながりや思いやりの大切さに気づける機会となるでしょう。さまざまな音を重ね合わせ、一つのハーモニーになる、心温まる音の饗宴。「ユートピア」とは「平和な世界」。一人一人の個性が合わさることで、平和につながっていく心地よさを感じてください。

対 区内在住の小学生と保護者

※小学生未満のきょうだいは参加可能です。

※年中未満は保護者のひざの上で鑑賞、年中以上は席を用意します。

日 8月5日(水) 午後1時30分開演(1時開場)

場 北とびあさくらホール

定 250席(抽選)

申 7月10日(金)までに、右記コードで申込

問 子どもわくわく課運営支援係 ☎(3908)9361



申込フォーム

お知らせ 区内ウォーターサーバー設置施設でポカリスエットイオンウォーター パウダースティックタイプ(180ml用)を配布します

区は、それぞれの資源を有効に活用し、区民サービスの向上及び地域活力の推進につなげるため、大塚製薬(株)との間で「健康づくりに関する連携協定」を令和7年度に締結しました。

本協定の連携事業の推進として、熱中症予防及びウォーターサーバー設置場所の更なる周知・啓発などにつなげるため、以下のウォーターサーバー設置場所で7月1日(水)からポカリスエットイオンウォーターパウダースティックタイプ(180ml用)を配布します。 ※なくなり次第終了 ※1人1本まで(ウォーターサーバー利用時)

配布場所

- ①区役所第一庁舎(1階5番窓口)
- ②区役所滝野川分庁舎(1階ウォーターサーバー設置場所付近)
- ③赤羽会館(2階管理事務所受付付近)
- ④滝野川健康支援センター(1階ウォーターサーバー設置場所付近)
- ⑤防災センター(1階ウォーターサーバー設置場所付近)
- ⑥いきがい活動センター「きらりあ北」(1階施設受付付近)
- ⑦中央公園文化センター(1階事務室受付付近)

問 健康政策課健康政策係 ☎(3908)9016



区HP

募集 夏!体験ボランティア2026参加者募集

後援 北区教育委員会

①ボランティアクエスト

対 一部、年齢制限あり 日 7月16日(木)～9月11日(金)で1日以上選択

場 区内施設など

内 高齢・障害者施設、保育園、地域の国際交流・環境団体などの活動メニューから興味のある分野を選択し活動します。

費 350円程度

申 HPを確認のうえ、6月25日(木)午前10時から電話、Eメール(記入例参照)または直接窓口で参加希望者本人が申込

②ボランティアデザインコンクール

対 区内在住、在学の小学生～高校生

内 ボランティア活動の促進につながるポスター・標語の募集及び表彰を行います。

※詳しくはお問い合わせください。

申 7月16日(木)から9月11日(金)までに、指定用紙(ボランティアぶらざ(北とびあ4階)にあります。HPからもダウンロードできます)に記入し、郵送または直接窓口で申込

=以下、①②共通=

問 先 〒114-8503 王子1-11-1 北区NPO・ボランティアぶらざ(月曜、祝日休館) ☎(5390)1771

EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp



ボランティアぶらざHP

講座・催し 令和8年度北区オンライン防災イベント開催

突如起こる大地震に向け、備えは万全ですか。Zoomでリアルな災害を体験しながら、オンラインで防災を学べます。イベント終了後、アンケート内のクイズ正解者には、抽選で防災グッズを贈呈します。また、今年度はサテライト会場でもオンライン防災体験ができます。

対 区内在住、在勤、在学の方

日 8月2日(日)

①午前9時～10時30分 ②午前11時15分～午後0時45分 ③午後1時30分～3時

[オンライン]

[サテライト会場]

場 Zoom

場 ②③北とびあ7階第一研修室

定 各150世帯(申込順)

定 各70人(申込順)

申 6月20日(土)午前10時からHPまたは右記コードで申込

問 地域防災推進課 ☎(3908)8194

HP <https://bosai-revo.com/bosai-event/20260802/>



申込フォーム

募集 酒田市特産(刈屋梨)オーナー募集

区の友好都市・山形県酒田市で刈屋梨のオーナーを募集します。

内 ①幸水(1口約5キロ、9月上～中旬に1回発送)またはラ・フランスのオーナー(1口約5キロ、11月上～中旬に1回発送) ②フランス紀行(フランス原産3品種を各約3キロ、10月～11月に3品種を3回に分けて発送) ③和なし三昧(和なし3品種を各約3キロ、9月上旬～10月上旬に3品種を3回に分けて発送)

※オーナー通信の送付や事前申込で農業体験(無料)ができます。

費 ①5,500円 ②③1万1,000円(いずれも1口あたり。全て税・送料込み)

申 パンフレット(地域振興課(北とびあ10階)、各地域振興室にあります。区HPからもダウンロードできます)の申込用紙に必要事項を記入し、郵送またはファクスで、7月15日(水)(必着)まで。折り返し振込用紙を送付します。

問 先 〒998-0838 山形県酒田市山居町1丁目3-1

JA庄内みどり加工販売課 刈屋梨オーナー倶楽部事務局

☎0234(26)6732

FAX 0234(26)6736



区HP



講座・催し

ゲートキーパー養成講座[基礎編] ～いのち支えるセーフティネットづくり～

地域でのつながりや絆は、自殺予防対策にとって重要なことのひとつです。ゲートキーパーとは、身近な人の悩みや変化に気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守る「いのちの門番」です。ゲートキーパーの役割と基本スキルを学ぶ講座です。

対 区内在住、在勤、在学の方 日 2日制(A～D日程のいずれか都合のよい日程で申込)
A日程:①7月24日(金) ②8月5日(水) B日程:①7月24日(金) ②8月10日(月)
C日程:①7月29日(水) ②8月5日(水) D日程:①7月29日(水) ②8月10日(月)
いずれも午後6時30分～8時

場 北とびあ7階701会議室 師 長谷川メンタルヘルス研究所 岡林優喜子氏

[運営] (一社)長谷川メンタルヘルス研究所

定 各日程40人(抽選) 申 7月10日(金)までに、右記コードまたは電話申込 ※抽選後に受講決定メールを送ります。

問 [電話申込] 代官山カウンセリングルーム ☎(3780) 5055

[その他の問合せ] 健康政策課 ☎(3908) 9068



申込フォーム



講座・催し

ひきこもり居場所事業(7月～9月)

① 家族の集い(経験者との交流など) ～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 ひきこもり状態の方の家族

(本人または家族どちらかが区内在住であれば可)

日 7月4日(土) 午後1時30分～4時30分 場 赤羽会館4階小ホール

内 シンポジウム・経験者との交流・相談コーナーなど

定 20人(申込順、相談コーナーは2組まで)

申 7月2日(木)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 ひきこもり状態にお悩みの方及びその家族(相談コーナーは区内在住、在勤、在学の方のみ) 日 場内 下表のとおり 申 当日、直接会場へ [時間] 午後1時30分～4時30分

| 開催日 | 場所 | 特別プログラム(予定) | 相談コーナー担当者 |
|----------|--------------|-------------------|---------------|
| 7月12日(日) | 赤羽会館4階小ホール | 世界の民族楽器を使って音を楽しむ! | 公認心理師、臨床心理士 |
| 7月16日(木) | 北とびあ7階701会議室 | ボードゲームやカードゲーム | 公認心理師、社会保険労務士 |
| 8月11日(祝) | 赤羽会館4階小ホール | ボードゲームやカードゲーム | FP・キャリアカウンセラー |
| 8月20日(木) | 北とびあ7階701会議室 | 太極拳を体験しよう! | 公認心理師、臨床心理士 |
| 9月13日(日) | 赤羽会館4階小ホール | ボードゲームやカードゲーム | 公認心理師 |
| 9月17日(木) | 北とびあ7階701会議室 | アロマテラピー | 医師(発達・精神領域) |

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。予約不要・匿名で、ピアサポーターやカウンセラーなどが相談などを伺います。

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 申 当日、直接お電話ください。

| 開催日 | 開催時間 | 電話番号 |
|----------|-------------|-----------------------|
| 7月19日(日) | 午後1時～5時 | フリーダイヤル ☎0120(253)283 |
| 8月16日(日) | ※1人30分程度 | |
| 9月20日(日) | (最終受付4時30分) | |

=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



お知らせ

「北区くらしのガイド(令和8・9年度版)」 の有料広告募集

北区くらしのガイドは、区の窓口や施設の案内など区民生活に関わりの深い行政情報を掲載した冊子で、希望者を対象に配付します。

[発行時期] 令和8年10月末(予定) [発行予定部数] 2万5,000部

[規格・掲載料・募集枠] 下表のとおり

[広告掲載位置] 裏表紙(内側・外側)、冊子後方の区が指定したページ

申 7月1日(水)から8月7日(金)までに、区HPの申込フォームまたは申込書(区HPからダウンロードできます)に広告の原案を添えてEメールで申込

※詳しくは区HPをご覧ください。

問 先 114-8508

(住所不要)

広報課広告担当

☎(3908) 1102

FAX (3905) 3422

EM news-editor@

city.kita.lg.jp

| 名称 | 規格(縦×横) | 位置・大きさ等 | 刷色 | 掲載料金 |
|------|---------------|---------------|-----|----------|
| 1号広告 | 28.0cm×20.0cm | 裏表紙外側ページ全面 | カラー | 200,000円 |
| 2号広告 | 13.2cm×20.0cm | 裏表紙外側ページ横1/2面 | カラー | 100,000円 |
| 3号広告 | 28.0cm×19.0cm | 裏表紙内側ページ全面 | カラー | 180,000円 |
| 4号広告 | 13.2cm×19.0cm | 裏表紙内側ページ横1/2面 | カラー | 90,000円 |
| 5号広告 | 28.0cm×18.0cm | 本文中指定ページ全面 | カラー | 120,000円 |
| 6号広告 | 13.2cm×18.0cm | 本文中指定ページ横1/2面 | カラー | 60,000円 |
| 7号広告 | 6.3cm×18.0cm | 本文中指定ページ横1/4面 | カラー | 30,000円 |
| 8号広告 | 6.3cm× 8.7cm | 本文中指定ページ横1/8面 | カラー | 15,000円 |



区HP



お知らせ

介護保険料納入通知書の発送は 7月10日(金)予定です

令和8年度東京都シルバーパス更新に関する書類が6月中旬に発送されていますが、更新のための確認書類として利用可能な介護保険料納入通知書については、7月10日(金)の発送を予定しています。お手元に届くまで今しばらくお待ちください。

更新に関するお問い合わせは東京バス協会へお願いします。

問 (一社)東京バス協会

☎(5308) 6950



お知らせ

熱中症予防のメール配信サービス

北区メールマガジンでは、熱中症警戒アラートが発表された場合に熱中症予防情報を配信します。暑さ対策をして、この夏を元気に乗り切りましょう。

登録方法

[PC・スマートフォンの場合]

<https://plus.sugumail.com/usr/kita-city/home>

[フィーチャーフォン(ガラケー)の場合]

<https://m.sugumail.com/m/kita-city/home>

スマートフォンなどから登録する場合、右記コードを読み取って登録することもできます。



北区メールマガジン登録

登録画面が表示されたら、メールで登録する場合は「空メールを送信する」、北区公式LINEで登録する場合は「LINEで友達登録する」から手続きをお願いします。すでに北区公式LINEを友達登録している場合は、トーク画面下部の「配信情報の登録・変更」をタップしてください。

利用上の条件と注意

- ・通信機器の状態や環境などにより、メールが届かない場合があります。
- ・本メールサービスの登録料は無料ですが、受信料(通信料)や通信機器は各自負担となります。
- ・迷惑メール防止の設定をしている方は、設定を解除するか@sg-p.jpからの電子メールが受信できるように設定を行ってください。

[北区メールマガジンサイト]

<https://www.city.kita.lg.jp/city-information/pr/1014158.html>

[環境省熱中症予防情報サイト]

https://www.wbgt.env.go.jp/sp/wbgt_data.php

問 [熱中症予防について] 王子健康支援センター ☎(3919) 7588

赤羽健康支援センター ☎(3903) 6481

滝野川健康支援センター ☎(3915) 0184

[北区メールマガジンについて] 防災・危機管理課 ☎(3908) 8184



スポーツ

トップアスリートのまち・北区

トップアスリート直伝バレーボール教室

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方(未経験者可)

※小・中学生優先

日 7月25日(土) 午後2時～4時

(1時30分受付開始)

師 バルセロナ五輪出場 大竹秀之氏

元女子日本代表 大竹里歩氏

東京グレートベアーズ 大竹吉青氏

定 70人(抽選)



区HP



過去の様子

トップアスリート直伝バスケットボール教室

対 区内在住、在学の小学生(未経験者可)

日 7月25日(土) 午前10時～正午

(9時30分受付開始)

師 B1リーグに所属する東京サンロッカーズ所属の

選手、ユースコーチ

定 70人(抽選)

=以下、共通=

場 赤羽体育館メインアリーナ

(志茂3-46-16)

申 7月8日(水)までに、区HPの申込

フォームで申込

問 スポーツ推進課

トップアスリートのまち推進係

☎(5390) 1136



東京サンロッカーズ
のロゴ



区HP



過去の様子

講座・催し
文化センター夏休み子ども講座
～中央公園・赤羽・滝野川文化センター～

対日場内師定費問 下表のとおり 申各締切日までに、申込コード(学校名・学年、保護者の緊急連絡先を記入。C-1、A-2、T-2は、同伴する保護者の氏名も入力)で申込 ※申込多数の場合は抽選。1コースにつき1申込み



3Dスペースツアー
過去開催の様子(C-1)



ソーラーランタン
過去開催の様子(A-3)



ビートボックス講師ZU-nA氏
(T-3)

| 会場・問い合わせ先 | コース | 講座名 | 日時 | 対象 ※区内在住、在学の方 | 講師 | 定員 (抽選) | 教材費 (全回分) | 締切 |
|--|-----|---|---|------------------------------|---|------------|----------------|----------|
| 中央公園文化センター (十条台1-2-1) (月曜、祝日休館) ☎(3907)5661 | C-1 | 3Dスペースツアーへ出発! 親子で学ぶ星と宇宙 ～夏の星座と天の川の秘密～ | 7月26日(日) 午後2時～3時20分 | 小学生と保護者 (1組3人まで) | サイエンスコンサルタント 福原将之氏 | 15組 | 1人200円 | 7月16日(木) |
| 赤羽文化センター (赤羽西1-6-1-301) ☎(3906)3911 | A-1 | 知ろう!学ぼう!手話でコミュニケーション | 7月28日(火)～30日(木) 午前10時～正午 | 小学生 | 北区手話指導プロジェクト委員会 | 20人 | 無料 | 7月15日(水) |
| | A-2 | 親子で学ぼう! はじめてのチョウの標本づくり | 8月2日(日) 午後1時30分～3時 | 小学3年生～中学生と保護者 (2人1組) | 赤羽文化センター利用団体協議会 岡安敏雄氏 【協力】北区レクリエーションクラブ | 15組 30人 | 1,200円 | 7月16日(木) |
| | A-3 | 太陽のチカラで光る! ソーラーランタンを作ろう! | 8月8日(土) 午前10時30分～正午 | 小学3年生～6年生 | ブルーアース 松岡成典氏 | 18人 | 500円 | 7月23日(木) |
| 滝野川文化センター (西ヶ原1-23-3) (月曜、祝日休館) ☎(5394)1230 | T-1 | ジュニア陶芸教室 ～オリジナルマグカップをつくろう～ | 7月30日、8月13日 各木曜 計2回 【初日】午前9時～正午 【2日目】午前9時～11時 | 小学4年生～中学生 | 陶芸家 高橋和則氏 | 18人 | 600円程度 | 7月11日(土) |
| | T-2 | 昔ながらの方法でかつおぶしを削って、 そうめんつゆを作って食べよう | 8月18日(火) 午後5時～7時 | 小学生と保護者 (保護者1人につき子ども2人まで) | 銜湯浅商店 湯浅一正氏 | 12組 | 1組 1,500円程度 | 7月31日(金) |
| | T-3 | 自分の体でビートを刻もう!ポイパ (ヒューマンビートボックス)にチャレンジ! | 8月19日・26日 各水曜 計2回 午前10時30分～11時50分 | 小学4年生～中学生 | ビートボックススラブ代表講師 ZU-nA氏 | 20人 | 無料 | 8月1日(土) |
| | T-4 | 日本のカッコいい&カワイイ文化でもの づくり～レジン、紙粘土、モールの3つの 作品作りにチャレンジ!～ | 8月23日(日) 午後2時～4時30分 | 小学生 | ゆめきらり♡ | 25人 | 750円 | 8月5日(水) |
| | T-5 | 口笛世界チャンピオンと一緒に口笛を 吹こう&音が鳴るしくみを知ろう | 8月25日(火) 午前10時30分～正午 | 小・中学生 | 口笛世界チャンピオン 青柳呂武氏 | 20人 | 無料 | 8月6日(木) |
| | T-6 | 日本の伝統文化でものづくり ～水引・ふろしき・左利き書道～ | 8月30日(日) 午後2時～4時30分 | 小学生 | ゆめきらり☆ | 25人 | 750円 | 8月12日(水) |

講座・催し
クラシック音楽と世界の伝統音楽の祭典
「北とぴあ国際音楽祭2026」公演ご招待

①「ヴァイオリンとフォルテピアノのおしゃべりー18世紀後半のソナタ」
(古楽デュオ)

日 10月31日(土) 午後5時開演 定 5組(抽選)

②「瀬川泰代ピアノリサイタル 左手一時空を超えて」(左手ピアノソロ)

日 11月3日(祝) 午後2時開演 定 2組(抽選)

③「Interactions(相互作用)Vol.3 Music(ミュージック)
～バリ・ガムランの奏でる”いま・これから”の音楽～」(民族音楽)

日 11月15日(日) 午後4時開演 定 5組(抽選)

④「ダウランドが見た夢 ジョン・ダウランド没後400年に寄せて」
(リュートソロ)

日 12月8日(火) 午後2時開演 定 1組(抽選)

⑤「ユーラシア草原の響き:イラン、ウズベキスタン、タジキスタン、ウイグルの
音楽ー現代と唐時代の音楽」(民族音楽)

日 12月12日(土) 午後3時30分開演 定 2組(抽選)

=以下、①～⑤共通=

対 区内在住の方

(①②④未就学児入場不可、③⑤3歳以下入場不可)

場 ①②③⑤北とぴあ内、④旧古河庭園・洋館

申 往復はがき(住所、氏名、年齢、電話番号、希望人数(2人まで)、希望公演名を第3希望まで記入。車イス席希望の方はその旨を朱書き)または右記コードで、7月3日(金)(当日消印有効)まで

※各公演について詳しくはHPをご覧ください。

問 先行114-8503(住所不要)北区文化振興財団「音楽祭公演招待」係

☎(5390)1221

HP <https://kitabunka.or.jp/himf/>



申込フォーム



北区文化振興財団HP

事業予定
7月の健康に関する事業

(予)…予約制

北区保健所 ☎(3919)3101 FAX(3919)5163

HIV・梅毒検査、肝炎検査予約 ☎(3919)3102

王子健康支援センター ☎(3919)7588 FAX(3919)5163

赤羽健康支援センター ☎(3903)6481 FAX(3903)6486

滝野川健康支援センター ☎(3915)0184 FAX(3915)0171

| 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) | 13日(月) | 午後0時45分～ 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 | 13日(月)以降 |
| | | 14日(火) | | 21日(火)以降 |
| | | 21日(火) | | 27日(月)以降 |
| | | 28日(火) | | 8月3日(月)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。当日先着4人まで予約なしで受診可能です。
(※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。

| 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) ～心をつぶやこう～(予) | 王子 | 8日(水) | |
| | 赤羽 | 9日(木) | |
| | 滝野川 | 23日(木) | |
| 精神保健相談(予) | 王子 | 9日(木) | |
| | 赤羽 | 28日(火) | |
| | 滝野川 | 2日(木) | |
| 専門医相談(依存症等)(予) | 滝野川 | 17日(金) | |

※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。

| 7月の 電話相談 | 北区医師会 医療電話相談 【時間】午後1時20分～ 2時50分 ☎(5390)3131 | 月 | 水 | 金 |
|-------------|---|----------|----------|-----------|
| | | 6日 婦人科 | 1日 内科 | 3日 眼科 |
| | | 13日 外科 | 8日 内科 | 10日 耳鼻咽喉科 |
| | | 20日 休み | 15日 泌尿器科 | 17日 内科 |
| | | 27日 整形外科 | 22日 小児科 | 24日 内科 |
| | | | 29日 皮膚科 | 31日 内科 |



募集

北区子ども文化教室 令和8年度生徒追加募集



対区内在住、在学の高校生までの方
※各教室の対象年齢、日程、内容など詳しくはHPをご覧ください。

内8月から日本の伝統文化の技術と精神を学びます。

【募集教室】 雅楽、日本舞踊、彫塑I

定各若干名(抽選)

申7月17日(金)までに、HPの申込フォームで申込(1申込1人まで)

問場(公財)北区文化振興財団
ココキタ(北区豊島5-3-13)

☎(6338)5711

(月曜休館)

HPhttps://kitabunka.or.jp/about/culture_class/



発表会の様子



北区文化振興財団HP



スポーツ

サッカー観戦特別企画『北区DAY』 東京ユナイテッドFC公式戦招待

北区民観戦ご招待

後援 北区

対区内在住、在勤、在学の方

日①7月5日(日) 午後6時開始 ②7月19日(日) 午後3時30分開始

内①関東リーグ9節vs南葛SC ②関東リーグ11節vsEDO ALL UNITED

定各500人(先着順)

申当日、直接会場へ

エスコートキッズ募集

対区内在住、在学、在園の4歳~小学生

定各11人(抽選)

申①6月28日(日)、②7月12日(日)までに、右記コードで申込
=以下、共通=

場味の素フィールド西が丘(西が丘3-15-1)

問東京ユナイテッドフットボールクラブ ☎070(4209)9938



申込フォーム



子どもの幸せNo.1

外遊びで心も体も育もう★ プレーパークで水遊び!

●袋町公園(赤羽北3-11-10)

日7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7月6日(月)・13日(月)・19日(日)・20日(祝)・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

※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



北区プレーパークHP



子どもの幸せNo.1

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7月18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

内お産のときの過ごし方、リラックス妊婦体操、産後の過ごし方、沐浴体験など

【持ち物】 母子健康手帳、バスタオル ※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**1人550円

申6月20日(土)から7月8日(水)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

問先(公社)東京都助産師会北地区分会 おぐいら 奥平

☎090(6276)2830

EMkita.ku.midwife@gmail.com



子どもの幸せNo.1

夏休みは図書館へ行こう!

●申込不要の講座

子どもの本のつどいIN KITAKU 2026

今年は「きみの『すき』が見つかるよ!」をテーマに、「空・宇宙」「たべる」「知る」のジャンルの本を紹介します。

対小学生

日7月18日(土)・19日(日)

いずれも午前10時~午後3時

場中央図書館3階ホール・区民活動コーナー(十条台1-2-5)

【企画・運営】 北区図書館活動区民の会

夏の「このほんよんで!」

子どもが手にとって「読んで」と持ってきた本を、ボランティアが読み聞かせをします。

対2歳~小学生

日8月2日(日)~30日(日) ①午前10時30分~11時30分 ②午後3時~4時

【除外日】 毎週月・土曜、8月11日(祝)(①のみ)・16日(日)・23日(日)・27日(木)・28日(金)(①のみ) **場** 中央図書館2階おはなしのへや

夏の子ども会

夏の特別なおはなし会です。いつもより広い場所でお話をお楽しみください。

対幼児~小学生

日①7月26日(日) 午前10時~10時40分 ②17日(金) 午前11時~11時30分

③21日(火) 午前10時50分~11時15分 ④31日(金) 午前10時30分~11時

⑤8月6日(木) 午前9時45分~10時10分

場①中央図書館3階ホール ②東田端図書館(田端新町2-14-15)

③滝野川会館5階小ホール ④田端区民センター2階大ホール(田端3-16-2)

⑤浮間図書館(浮間4-29-32)

問①中央図書館 ☎(5993)1125

②~④滝野川図書館 ☎(3910)9092

⑤赤羽図書館 ☎(3901)1992

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。おはなし会の日程など、詳しくは右記HPをご覧ください。

問各図書館



図書館HP



図書館HP(夏休み特集)



図書館HP(子どもの本のつどい)



●申込が必要な講座

子ども1日図書館員

対区内在住の小学4年生~6年生

日7月24日(金)

①午前9時30分から

②午後1時30分から 各2時間程度

場区内14館(分室を含む)

定各図書館①②とも2~9人(抽選)

申7月3日(金)までに、右記コードで申込

夏休みは紙芝居を作ろう!

対区内在住の小学1年生~4年生で、両日とも参加できる方

日8月16日(日)・23日(日) 午後1時~4時

場中央図書館3階ホール

師紙芝居文化推進協議会 佐藤まもる氏

【持ち物】 鉛筆(Bまたは2B)、クレヨン、クレパス、消しゴム(プラスチック)、B4サイズの袋

定12人(抽選)

申7月13日(月)までに、右記コードで申込

植物画家と果物の観察画を描いてみよう!

対区内在住の小学4年生~6年生

日8月1日(土) 午後1時~4時

場中央図書館3階ホール

師植物画家 山根悦子氏

【持ち物】 鉛筆2種類(B・HB)、消しゴム(プラスチック)、30cm定規、ルーペまたは虫眼鏡、色鉛筆

定10人(抽選)

申7月6日(月)までに、右記コードで申込

●展示

夏の中央図書館子ども向け展示

「子どもの本のつどいIN KITAKU 2026」で紹介した絵本及び夏の自由研究などに役立つ図書、戦争に関する絵本を展示しています。

日7月24日(金)~8月30日(日)

場中央図書館2階子ども図書館
赤レンガ上

=以下、共通=

問中央図書館事業係

☎(5993)1125



過去の様子



申込フォーム



申込フォーム



過去の展示

子どもの幸せNo.1 幼児親子フッキング教室

対 区内在住の4歳～6歳(7月5日時点)の未就学児と保護者(2人1組)
日 7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**…トマトシャーベット、蒸し野菜と甘酒ドレッシング、甘酒ヨーグルトドリンク
※食品の持ち帰り不可 **食育講座**…甘酒で夏バテを防ごう!
アレルギー:乳
師 北区楽しい食の推進員会
定 各16組(抽選)
費 1組500円
申 7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

子どもの幸せNo.1 ママ・パパと特別な一日を♪ 「北区子育てようちえんフェスタ」

主催 北区私立幼稚園協会 共催 北区

対 主に未就園児と保護者
日 7月28日(火) 午前10時30分～午後2時30分(入退場自由) 場 北とぴあ13階飛鳥ホール
内 幼稚園・保育園コンサートで人気のあおぞらワッペンによるうたおどりのステージに、エア遊具などゲームコーナーや製作、幼稚園あそび体験など、親子で楽しめるブースが盛り沢山です。幼稚園コンシェルジュによる入園相談コーナーもあります。
申 当日、直接会場へ
問 富士見幼稚園
☎(3901)4819



私立幼稚園協会HP



あおぞらワッペン

つながる医療・福祉No.1 北区高齢者いきいきサポーター登録説明会

対 区内在住の65歳以上で北区発行の介護保険被保険者証を保有している方
日 7月29日(水) 午前10時～11時30分
場 北とぴあ4階交流コーナー
内 いきいきサポーター受入施設でのボランティア活動時間に応じて交付金(上限あり)を申請できる制度についての説明後、希望者は登録申請を行います。
[持ち物] 介護保険被保険者証
定 20人(申込順)
申 6月26日(金)午前10時から電話またはEメール(記入例参照)で申込
問 先 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
EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

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



申込はこちら

● 楽々・暮らしの書道教室 日 毎月2回 水曜 午後1時30分～8時30分(出入自由)
場 北とぴあ 費 1カ月3,000円
[PR] 初めてでも大丈夫。気軽にご参加下さい。丁寧な指導者。
問 青木 ☎(3910)3040

● すみれ会「レクダンス」 日 毎週火曜 午前9時40分～11時40分 場 元気ぶらざ
費(入)1,000円、1回500円
[PR] 楽しい仲間とステキなダンスで運動不足を解消しましょう
問 新井 ☎090(2467)1059
● 貯筋体操教室 日 毎週火・木曜 午前10時～11時20分 場 赤羽会館和室
費 1カ月3,000円
[PR] 死ぬまで元気を目指して行う呼吸法を用いた体操です
問 田中 ☎090(4132)8851



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

政資料室(区役所第一庁舎1階)、区HP
問 北区保健所生活衛生課食品衛生
☎(3919)0726

◆北区地域包括ケア推進計画策定検討委員会(第4回)

日 6月29日(月) 午前10時から
場 北とぴあ13階飛鳥ホール
申 傍聴を希望される方は、当日、直接会場へ
問 高齢福祉課高齢福祉係
☎(3908)1158

◆清掃工場の見学のご案内

場 各清掃工場
申 希望の清掃工場に直接電話申込
※開催日時など詳しくはHPをご覧ください。
※北・江戸川・世田谷・新江東清掃工場は建替えなどのため見学会を行っていません。
問 東京二十三区清掃一部事務組合 総務課広報・国際協力係
☎(6238)0613
HP <https://www.union.tokyo>
<https://www.union.tokyo>
23-seisou.lg.jp/



東京二十三区清掃一部事務組合HP

◆生活保護制度～生活にお困りのときはご相談ください～

生活保護制度は、生活に困っている国民に健康で文化的な最低限度の生活を保障するとともに、就労支援などで自立の助長を目的とする制度です。
国が定めた保護基準額と世帯の収入額を

比べ、不足する分について保護金品を受けられます。

●生活保護のご相談は

保護が受けられるかどうかの判断や保護費の支給は、原則世帯単位で行われます。生活保護の相談は、本人または家族の方が直接窓口にお越しください。
問 生活福祉課相談係(区役所第三庁舎1階)
☎(3908)1144

◆赤羽ふれあい館が仮移転します

旧ネスト赤羽の改修工事のため、赤羽ふれあい館が仮移転します。
[仮移転期間] 8月1日(土)～令和9年8月(予定)
なお、電話番号、利用時間、利用申込方法に変更はありません。
[仮移転先] 赤羽会館3階第二和室及び談話ホール
問 [利用に関すること] 赤羽ふれあい館
☎(3903)0886
[仮移転に関すること] 地域振興課区民施設係
☎(5390)0095



区HP

◆産学連携研究開発助成金

対 区内に本社または主たる事業所を有し、1年以上継続して製造業または情報通信業のうちソフトウェア業を営む中小企業及び中小企業グループ
[補助額] 対象経費の4分の3以内で上限200万円
申 8月28日(金)までに申込
※詳しくは区HPをご覧ください。 区HP
問 先 産業振興課商工係
☎(5390)1235



区HP

◆中東情勢を踏まえた特別相談窓口のご案内

中東情勢の長期化に伴う原材料費の高騰

や物資の供給不足などの影響が懸念される区内中小企業などの皆さんからの相談に対応します。

日 月～金曜(祝日を除く)
①午前10時～11時30分
②午後1時～2時30分
③午後2時30分～4時
※オンライン相談可



区HP

内 区制度融資の活用など資金繰りに関する相談、事業計画の見直しなど経営全般
申 電話申込(相談は事前予約制)
問 場 先 産業振興課経営支援係
☎(5390)1238

◆行政書士会無料相談会

後援 北区

日 7月7日(火) 午後1時15分～4時15分
場 区役所第一庁舎1階ロビー
内 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(当日の会場受付可)
問 先 東京都行政書士会支部
☎(5963)7437

休館

北区飛鳥山博物館
日 6月30日(火)～7月3日(金)
内 埋蔵文化財包蔵地に関する問い合わせや届出は、6月29日(月)から休止し、7月2日(木)午後2時から電話でのみ対応します。
問 北区飛鳥山博物館
☎(3916)1133
障害者福祉センター
日 7月18日(土)～20日(祝)
問 障害者福祉センター
☎(3905)7111
赤羽文化センター
日 7月21日(火)
問 赤羽文化センター
☎(3906)3911

お知らせ

◆第2回東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会

日 6月26日(金) 午後2時から(1時受付開始)(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 傍聴を希望する方は、当日、直接会場へ
問 東京二十三区清掃一部事務組合事務局
☎(5210)9730

◆薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

6月20日(土)から7月19日(日)まで、薬物乱用の根絶をめざして、全国で「ダメ。ゼッタイ。」普及運動が実施されます。東京都薬物乱用防止推進北区地区協議会では、薬物乱用のない地域づくりのために街頭キャンペーンを行います。
日 7月4日(土) 午前10時30分から約1時間
場 JR王子駅北口付近
問 東京都薬物乱用防止推進北区地区協議会事務局(生活衛生課)
☎(3919)0727

◆令和7年度北区食品衛生監視指導計画の実施結果をまとめました

[閲覧場所] 北区保健所(東十条2-7-3)、区

募集

◆北区職員募集(福祉)

保育士・保育士[経験者]・育休代替任期付職員
 [申込開始日]6月15日(月)
 [第一次選考]8月23日(日)
 ※育休代替任期付職員を除く
 ※詳しくは区HPの募集案内をご覧ください。
 問先職員課人事係
 ☎(3908)8031



区HP (育休代替任期付職員)



区HP (保育士[経験者])



区HP (保育士)

◆クラリネット五重奏コンサートにご招待

後援 (公財)北区文化振興財団

対区内在住、在勤、在学の方
 (未就学児を除く)
 日7月11日(土) 午後2時開演
 (1時30分開場)
 場北とぴあ14階カナリアホール
 内数あるクラリネット五重奏曲でもとても有名なモーツァルトとブラームスの名曲。クラリネットと弦楽曲の奏でる極上のハーモニーを、ぜひ会場でご堪能ください。
 [曲目]モーツァルト:クラリネット五重奏曲イ長調 K.581
 ブラームス:クラリネット五重奏曲 口短調 Op.115
 [演奏]駒崎りら(北区版アーティストバンク登録)、長谷川智恵、野中友多佳、芝崎紘生、高松真紀
 定5組10人(抽選)
 申7月4日(土)までに、Eメール[記入例参照。件名は「クラリネット五重奏コンサート区民招待申込」とし、希望人数(2人まで)を記入]で申込
 問先かささぎコンサート
 EMkasasagi.concert@gmail.com

講座・催し

◆エコベルデみどりの教室

シーグラスアクセサリーづくり
 ~海の日には海のことを考えよう~
 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7月20日(祝)
 ①午前10時から
 ②午前11時から
 ③午後0時30分から
 ④午後1時30分から
 ⑤午後2時30分から
 内シーグラスとは、海岸に流れ着いたガラスのかけらのことです。海の日には、海のことを思いながら、シーグラスを使ったアクセサリーを作ります。
 師アクセサリー作家 栗山夏実氏
 定各回4人(申込順)
 費800円 ※追加アクセサリーは別途
 申当日、直接会場申込
 (午前9時30分受付開始)



作品例

草むらのバッタやチョウを観察しよう
 対区内在住、在勤、在学、在園の5歳以上のお子さんと保護者
 日7月26日(日) 午前10時~11時30分
 内エコベルデの屋外ガーデンにはどんな昆虫がくらしているか、探して・つかまえて・みんなでじっくり観察してみましょう。夏休みの自由研究にもオススメです。
 定10組(抽選) 費1組200円
 申往復はがき(記入例参照)または「エコベルデブログ」内にある申込フォームで6月15日(月)から7月16日(木)(必着)まで
 =以下、共通=
 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



エコベルデブログ

◆赤羽文化センター特別講座「きたくあかばね講談会(第13回)」

日7月26日(日) 午後1時30分~3時30分
 内文化センターで気軽に講談の魅力をお楽しみください。
 師講談師 神田松麻呂、神田陽乃丸
 定60人(抽選) ※未就学児は不可
 費1,200円(小中高生800円)
 申7月12日(日)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
 問場先赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301) 申込フォーム
 ☎(3906)3911



申込フォーム



神田松麻呂



神田陽乃丸

◆図書館で読書会

日7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『ペンダーウィックの四姉妹 夏の魔法』(ジーン・バースオール/作)です。
 [あらすじ]ペンダーウィック家の四姉妹とお父さん、それに愛犬のハウンドは、噴水や花壇、大理石の像がある、広いお屋敷で8月の三週間を過ごすことになります。しかしそこでは命からがらの事件が次々に起こります。どんな困難にぶつかっても「ムーブス」という集会で姉妹が結束して事件の解決に向かいます。
 申当日、直接会場へ
 問中央図書館事業係
 ☎(5993)1125



「ペンダーウィックの四姉妹 夏の魔法」ジーン・バースオール/作 代田亜香子/訳 小峰書店

◆十条の「お富士さん」開催

日6月30日(火)、7月1日(水) 午前11時~午後8時
 場十条富士塚(中十条2-14-18)
 ※JR東十条駅徒歩3分・JR十条駅徒歩6分
 内区指定有形民俗文化財「十条富士塚」では富士山の山開きに合わせて大祭が行われます。※駐輪場のスペースに限りがありますので、できるだけJRなど公共交通機関をご利用ください。 十条富士講HP
 問北区飛鳥山博物館(月曜休館)
 ☎(3916)1133



◆これからの働き方についての相談

対就職やこれからの働き方について考えている方
 日7月の平日 ①午前10時 ②午後2時
 内「地域の中で何か始めたい」「無理のない範囲で働きたい」など、これからの働き方について相談できます。お仕事や生きがいについて、相談員とゆっくりお話してみませんか。
 定各1人(申込順)
 申相談希望日の前日までに、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
 問場先いきがい活動センターさくら北(王子5-2-5-101)
 ☎(5390)2220
 FAX(5390)2233
 EMkitaku-ikigai@foryou.or.jp



さくら北HP

◆講座「雅楽の世界を知ろう」

日7月11日(土) 午後4時~5時30分
 場北とぴあつつじホール
 内7月25日(土)に北とぴあさくらホールで開催する国立劇場主催雅楽公演「雅楽の調べ-夏の管絃と海の舞楽-」に合わせた事前講座です。
 師十二音会代表 豊 英秋氏、十二音会所属 安齋省吾氏、大窪永夫氏
 費区内在住の方500円、区外の方1,000円
 申6月11日(木)から北とぴあ1階チケット売場(午前10時~午後8時)またはほくとぴあチケットオンラインで申込
 問北区文化振興財団
 ☎(5390)1221



北区文化振興財団HP



ほくとぴあチケットオンラインHP

◆第76回社会を明るくする運動 ~犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ~

この運動は、法務省主唱による犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。7月は強調月間です。
 ※強調月間に行っていた駅頭広報活動は、10月25日(日)に実施を予定しています。
 問生涯学習・学校地域連携課
 ☎(3908)9323



区HP

◆北区進路フェア2026

主催 東京都北区立中学校PTA連合会
 共催 北区教育委員会・北区立中学校長会
 対区内在住、在学の中学生と保護者
 日8月2日(日) 午前10時~午後3時50分(入場3時30分まで)
 場都立飛鳥高等学校(王子6-8-8)
 内都立・私立高校の入試制度説明を行います(個別ブース形式・参加予定校約100校)。
 申当日、直接会場へ
 問生涯学習・学校地域連携課 北区進路フェアHP
 ☎(3908)9323



北区進路フェアHP

◆第4回北区担い手みらい塾2026

共催 東京商工会議所北支部
 対区内在住、在勤、在学の方
 日7月8日(水) 午後6時から
 場北とぴあ16階1601会議室
 内[テーマ]健康麻雀の歴史
 ※テーマは変更する場合があります。
 師健康麻雀ファウンダー 井出洋介氏

定10人(申込順)
 申傍聴希望の方は、7月3日(金)までに、区HPの申込フォームで申込
 問産業振興課産業振興係
 ☎(5390)1234



区HP

◆第11回北区まちなかゼミナール

後援 北区
 日7月4日(土)~8月11日(祝)
 場区内商店もしくはオンラインで実施
 内店主が講師となり、プロの知識や技術を無料で教えるミニ講座です。
 申6月24日(水)から電話またはHPで予約
 ※詳しくはHPをご覧ください。
 問北区まちゼミ実行委員会 小松
 ☎(5993)2256



北区まちなかゼミナールHP

スポーツ

◆赤羽体育館『バレーボールアカデミー』7・8・9月参加者募集

日①7月15日、8月19日、9月16日 各水曜 午後6時30分~8時30分
 ②7月22日、8月26日、9月30日 各水曜 午後6時30分~7時30分
 ③7月22日、8月26日、9月30日 各水曜 午後7時40分~9時10分
 内①バレーボールの上達を目指す18歳以上の女性
 ②バレーボールを始めたい小学生
 ③バレーボールを部活動+αで楽しみたい中・高校生
 申開催日の前月の15日頃からHPお知らせ一覧でバレーボールアカデミーを選択し各月毎申込
 ※定員に空きがある場合当日参加可。最少催行人数に達しない場合は中止となる可能性があります。
 問場赤羽体育館サブアリーナ(志茂3-46-16)
 ☎(3901)3140
 HPhttps://kita-tai.com



体育館HP

◆北区体育協会スポーツ教室

初心者・経験者フラダンス
 対18歳~85歳の方
 日7月30日~10月8日(8月13日、9月24日、10月1日を除く) 毎週木曜 計8回
 I部:午後6時30分~7時40分
 II部:午後7時50分~9時
 場滝野川体育館プレイルーム
 師斎藤富美江氏
 定各30人(抽選)
 費7,400円
 申往復はがき(記入例参照)。
 緊急連絡先も記入)またはHP 体育協会HP(6月20日受付開始)
 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
 HPhttps://kitacity-taikyo.jp/



体育協会HP

◆第10回 北区ボウリングフェスティバル

主催 北区ボウリング連盟

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 7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 40人(申込順)

費 1,800円(貸靴代別)

申 7月1日(水)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 場所 王子サンスクエアボウル (王子1-4-1)

☎ 0120(300)863

FAX (3914)4516

◆新日本スポーツ連盟北区 初心者水泳教室

後援 北区

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方

日 7月16日～8月20日 毎週木曜 計6回

場 王子プール(王子3-24-1)

師 新日本スポーツ連盟指導員

定 80人(申込順)

費 1回1,000円

申 6月20日(土)から7月4日(土)までに、HPの申込フォームで申込

問 新日本スポーツ連盟北区 水泳担当 伊波

☎ 090(7174)9992

[月～金(祝日を除く) 午後7時～9時]



新日本スポーツ連盟北区HP

子どもの幸せNo.1

ジェイトエルロボコン2026

対 小学4年生～6年生

日 7月19日(日)・30日(木)、8月6日(木)・24日(月)・26日(水) 計5回 午後2時～4時

場 ジェイトエル3階クリエイティブルーム (上十条2-27-1)

内 5日間のワークに参加してロボットを作ります。自分の思いのままにカスタマイズ、バージョンアップ。最終日は参加者同士でのコンテストを行います。ロボットバトルが待っています。

定 6人(申込順)

費 3,000円

申 右記コードで申込

問 ジェイトエル

☎ (5948)6400



申込フォーム

自然教室 「真夏のナイトウォッチング」

対 区内在住、在勤、在学、在園の5歳以上のお子さんと保護者

日 ①7月25日 ②8月8日 各土曜 午後6時45分～8時15分

定 10組(抽選)

申 往復はがき(記入例参照)

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、①7月15日(水)、②28日

(火)(必着)まで

問 場所 〒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

HP <https://jyohokan.exblog.jp>



自然ふれあい情報館ブログ



過去の様子

レイのブログ体験会開催

対 区内在住の中学生と保護者 (2人1組)

日 7月25日(土)

①午前10時～正午 ②午後2時～4時

場 赤羽文化センター第1視聴覚室

(赤羽西1-6-1-301)

内 謎解きゲーム形式で楽しみながらメディアリテラシーを学べる体験型教育プログラムです。

定 各回25組50人(申込順)

申 下記コードで申込

問 生活安全担当課

☎ (3908)1121



区HP



申込フォーム

親子で学ぼう! エコエコツアー2026

対 区内在住、在学の小学生と保護者

(主に小学4年生を対象としたバスツアー)

日 8月6日(木) 午前8時30分～午後4時30分

区役所第一庁舎正面玄関集合・解散

内 目黒清掃工場、中央防波堤埋立処分場の見学を行います。

定 60人(抽選)

申 6月22日(月)から7月3日

(金)までに、区HPの申込フォーム

で申込 ※詳しくは区HP

をご覧ください。

問 循環社会推進課事業啓発係

☎ (3908)8539



区HP

楽しく遊んでエコを学ぼう! ～きたeco道場の開催～

工作などの体験を通して、環境やエコの知識を楽しく学べる「きたeco道場」を全6回開催します。詳しくは、区HPをご覧ください。

①第1回きたeco道場

対 区内在住、在学の小学生

日 7月26日(日) 午前10時～11時30分

場 北とびあ9階901会議室

内 森を守ろう!～間伐材でコースターを作ろう～

定 20人程度(申込順)

②第2回きたeco道場(親子向け講座)

対 区内在住、在学の小学生と保護者

日 8月8日(土) 午前10時～11時30分

場 北とびあ7階第一研修室

内 親子で学ぶ!環境にやさしいランタンづくり

定 25組50人(申込順)

※第3回以降は今後の北区ニュースでお知らせします。

=以下、①②共通=

申 ①7月4日(土)から17日

(金)、②18日(土)から31日

(金)までに、区HPの申込フォーム

で申込

問 循環社会推進課事業啓発係

☎ (3908)8539



区HP

子どもアレルギー個別相談

対 区内在住のお子さんのぜん息、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎などでお悩みの保護者(区外在住の方は要相談)

日 7月22日(水) 午後2時30分から

場 北とびあ8階808会議室

師 東京慈恵会医科大学西部医療センター

小児科客員教授 勝沼俊雄氏

定 4人(申込順)

申 6月23日(火)午前10時から電話申込

問 健康政策課公害保健係

☎ (3908)9019

赤ちゃん学級(8月)

①妊婦向け

対 区内在住の妊婦

(出産予定月が令和8年10月～12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10月～12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 |
|--------|------------------------------|-------------------------|
| 17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 |
|--------|------------------------------|-------------------------|
| 1日(土) | 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 |
| 22日(土) | 赤羽会館7階 | 赤羽健康支援センター ☎(3903)6481 |
| 30日(日) | 滝野川健康支援センター2階講堂 (西ヶ原1-19-12) | 滝野川健康支援センター ☎(3915)0184 |

※車での来所はご遠慮ください。

内 講座(お産の進み方・呼吸法、からだところ、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)

②はパートナーシップのお話や妊婦体験

申 7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

滝野川会館夏休み子ども講座

①めざせ!未来の歯医者さん～歯のみみつと体験プログラム～

対 小学生 ※親子参加は保護者1人まで

日 7月18日(土) 午後1時30分～3時30分

内 歯医者さんのおしごとや歯のしくみを楽しく学びながら、歯科材料を使用したミニ工作もおこないます。

師 駒込丘の上歯科

泉田一蔵氏・泉田一賢氏

定 20組

(申込多数の場合抽選)

費 1組2,500円



申込フォーム



②お仕事体験!ファッションデザイナー教室

対 小学3～6年生 ※保護者の見学可

日 7月25日(土) 午後1時30分～4時

内 デザイン画やカラーージュのワークショップでファッションデザイナーのお仕事を体験します。

師 ファッションデザイナー 秋山 梓氏

定 12人(申込多数の場合抽選)

費 2,500円



申込フォーム

=以下、共通=

申 ①7月10日(金)、②14日

(火)までに、上記コードで申込

問 滝野川会館

☎ (3910)1651



滝野川会館HP

滝野川文化センター区民講座 「留学生とゲームで遊ぼう! 外国のことを聞いて&日本のことを伝えよう」

対 区内在住、在学の小学生と保護者

※2人1組

日 8月1日(土) 午前10時～11時

師 地域の留学生

定 12組24人(抽選)

費 20円

申 7月14日(火)までに、右記

コード、電話または直接窓口

で申込

問 場所 滝野川文化センター 申込フォーム

(西ヶ原1-23-3)(月曜、祝日休館)

☎ (5394)1230



「子どもの発達を考える親の会(前期)」参加者募集

対 区内在住で、発達に遅れ・偏り・特性などのあるお子さんの保護者

※一世帯1人

日 7月16日(木) 午前9時45分～11時30分

場 十条台ふれあい館第1ホール

(中十条1-2-18)

師 [協力] でこぼこキッズ親の会

[グラン・ブーケ]

定 15人(申込順)

※未就園児(1歳から)の保育については電話で要相談

申 6月20日(土)から右記コード

で申込

問 先 児童発達支援センター

☎ (6903)3012

(午前9時～午後4時30分)



申込フォーム

HELSPPOで楽しもう! 親子でエンジョイスーツ

主催 東洋大学

後援 北区

対 区内在住、在学、在園の5歳～小学1年生のお子さんと保護者

日 7月18日(土) 午前10時～正午

場 東洋大学赤羽台キャンパス

HELSPPO HUB-3 剣道場・柔道場

(赤羽台1-7-11)

内 東洋大学健康スポーツ科学部の学生と一緒に、親子で楽しめる運動を行います。

定 親子30組(抽選)

※保護者の参加は2人まで

申 7月12日(日)までに、区HP

の申込フォームで申込

問 スポーツ推進課

トップアスリートのまち推進係

☎ (5390)1136



区HP

区民講座「昆虫標本講座」

後援 北区

対 区内在住、在学の小学3年生～6年生と保護者で、全2回参加できる方(2人1組)

日 7月19日、8月2日 各日曜 計2回

午前10時～正午

場 みどり環境情報館(エコベルデ)

(北区豊島5-6-1)

内 身近な物を用いた昆虫標本作りを通して、標本の持つ意義や地域の生き物・自然を楽しく学びます。

師 東京家政大学環境共生学科 片田真一氏

定 15組(申込順)

費 1組1,500円

申 7月1日(水)からEメール(記入例参照)で、申込

問 先 東京都北区環境教育を進める会

広報 丁 祐介

☎ 080(5654)1680

EM godetia07moon@gmail.com

子どもの幸せNo.1

小・中学生向け AI開発プログラミング教室

後援 北区教育委員会
北区社会福祉協議会と連携し、基金・寄付金によりボランティアが運営する教室です。

対 小学4年生～中学生
日 毎週水・金曜 午後6時～7時30分
場 赤羽文化センター (赤羽西1-6-1-301)
師 ボランティアスタッフ
定 30人(面談で可否決定・随時受入れ)
申 右記コードで見学申込 [申込フォーム](#)
問 特定非営利活動法人チャレンジプロ
HP <https://challepro.org/>
北区社会福祉協議会子ども担当
☎ (3905)6653



子育てセミナー

後援 北区教育委員会

●子どもの興味を見逃さない!
～個性を強みに変える子育て～

対 区内在住の子育て中の保護者
日 7月26日(日) 午前10時～11時30分 (9時30分受付開始)
場 北とびあ9階第1和室
内 わが子の『好き』や『得意』をもっと伸ばしてあげたいパパママへ。今回はお子さんの「興味のサイン」を見逃さず温かく信じていく親のまなざしや、興味を引き出し、自信を持って個性を伸ばしていくためのヒントを一緒に学んでいきます。

師 (一社)倫理研究所生涯局講師 吉田智子氏
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

つがる医療・福祉No.1

女性のための健康相談

①女性の産婦人科医師による個別相談
日 7月24日(金) 午後2時～3時20分
内 妊活・月経の悩み、思春期・更年期などの相談に無料で応じます。
定 5人(申込順)
申 7月1日(水)午前9時から電話申込

②骨盤ケアミニ講座
日 7月24日(金) 午後2時～2時30分 (1時45分～2時受付)
内 助産師が産後の骨盤底筋体操(尿漏れ予防体操)の方法をお伝えします。
定 6人(申込順)
申 7月1日(水)午前9時から [区HP](#)の申込フォームで申込

③女性のからだケア体験コーナー(申込不要)
日 7月24日(金) 午後2時30分～3時30分
内 乳がん自己チェック、お口の健康チェック、食生活チェックなどの体験ができます。

=以下、①～③共通=
対 区内在住の女性 **場** 赤羽会館7階
問先 赤羽健康支援センター
☎ (3903)6481



眼科健診

対日 下表のとおり

| 対象者 (区内在住、年齢は令和9年3月31日現在) | 健診期間 ※診療時間中(休業日を除く) | 医療機関への予約 |
|-------------------------------|------------------------|----------|
| 40,45,50,55,60,65,70,75,80歳の方 | 7月1日(水)～12月31日(木) | 一部必要 |

※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。
※生活保護などを受給している方は各自負担金が免除となります。

場 区内の実施医療機関
※詳しくは受診券をご覧ください。
費 500円
[受診券の送付] 6月中旬以降に対象者へ送付します。
問 健診コールセンター
☎ (3919)9603

介護予防で元気はつつサロン

●赤羽元気アップ体操教室
対 赤羽1～2丁目、赤羽3丁目1～4、5(2～11)、6(1～9、27～32)、赤羽南1～2丁目、岩淵町在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方
日 7月17日(金) 午前10時～11時30分
場 赤羽会館4階小ホール
内 体力測定・筋力アップ体操
師 介護予防運動指導員
定 15人(申込順)
申 6月22日(月)午前10時から電話申込
問先 赤羽高齢者あんしんセンター
☎ (3903)4167

●楽しくからだを動かそう
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 7月21日(火) 午後2時～3時30分
場 赤羽北区民センター2階第1ホールA (赤羽北2-25-8-201アクトピア北赤羽六番館)
内 道具を使って自宅でできる介護予防体操を講師が伝授します。
師 介護予防主任運動指導員 川崎初美氏
定 20人(申込順)
申 6月23日(火)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

●スマホ相談会

日 7月8日(水)
①午後1時30分～2時
②午後2時～2時30分
③午後2時30分～3時
定 各回3人(抽選)
申 6月20日(土)午前10時30分から26日(金)午後3時30分までに、電話または直接窓口で申込
●ぬりえカレンダー
日 7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=

※志茂deつくろうとスマホ相談会の申込の際には事前にいこいの家の利用証登録が必要です(マイナンバーカードなどの身分証明書をお持ちください)。
問場先 志茂老人いこいの家(志茂1-2-22元気ぶらざ内)
☎ (3902)5608



元気ぶらざHP

はじめてでも簡単! アロマの虫よけスプレー作り

対 区内在住の60歳以上の方
※利用の際には登録をお願いします(マイナンバーカードなどの身分証明書をお持ちください)。
日 7月12日(日) 午前11時～正午
内 アロマを使用し虫よけスプレー30mlを作成します(持ち帰りいただけます)。
師 飛鳥山テラス 早瀬可依子氏
定 20人(抽選)
申 6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
※当選発表は7月5日(日)午前10時以降に館内・HPに掲載します。
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

志茂老人いこいの家7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 ①7月9日(木)
②10日(金)
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 ちりめんを使ってミニうちわを作ります。
定 各回5人程度(抽選)
申 ①②とも6月27日(土)午前10時30分から7月3日(金)午後3時30分までに、電話または直接窓口で申込

(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>



その他の公演・講座

講座: 雅楽の世界を知ろう
7/25(土)に北とびあ・さくらホールで開催する国立劇場主催公演「雅楽の調べ～夏の管絃と海の舞楽～」の事前講座。
宮内庁式部職楽部で首席楽長を務められた経験を持つ講師3名が、実演を交えながら「雅楽」の世界をわかりやすくご案内します。
7/11(土) 16:00-17:30 北とびあ つつじホール
出 豊 英秋、安齋省吾、大窪永夫
¥ 全席自由 1,000円 北区民 500円 **好評発売中**

邦楽ジャーナル創刊40周年記念コンサート[第一弾]
和楽器 de 歌曲
8/8(土) 15:00開演 北とびあ つつじホール
曲 かもめの水兵さん、うみ、ジブリメドレー、宮城道雄の童曲 ほか
¥ 全席自由 3,500円 北区民 3,000円 大学生以下 2,000円 中学生以下 1,000円 **好評発売中**

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。
★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。

北区民割引について ※一人4枚まで。取扱いは以下のみ。
★ほくとびあチケットオンライン 購入前に要「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(免許証・マイナンバーカードなど)を要提示。

北とびあ国際音楽祭 2026

古楽から現代までの「クラシック音楽」と「世界の伝統音楽」を楽しめる音楽祭! [期間:10月31日(土)～12月12日(土)]

11/27(金) 14:00
11/29(日) 14:00

モーツァルト作曲 オペラ 偽の女庭師 セミ・ステージ形式/イタリア語上演/日本語字幕付
18歳のモーツァルトが放つオペラ・ブッフア! 神童の域を超えた傑作をピリオド楽器で描く。

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

全席指定 ※以下は11/29(日)の料金
SS席 9,500円 北区民 8,500円 25歳以下 4,500円
S席 7,500円 北区民 6,500円 25歳以下 3,500円
A席 5,500円 北区民 4,500円 25歳以下 2,500円

11/27(金)は左記料金より**1,000円引き**(25歳以下券を除く)

10/31(土) 14:00

栄光のヴェネツィア 一水の都に響く16世紀の音楽

ベルギーを拠点とするアカペラの声楽アンサンブル「ディオニソス・ナウ!」が初来日! 16世紀ヴェネツィアの響きを現代に蘇らせます。

出 ディオニソス・ナウ!(Dionysos Now!)
曲 ヴィラールト: どう思いますか、私の魂よ? Che fai alma, che pensi
パレストリーナ: 鹿が谷川の流るを慕いあえぐように Sicut cervus ほか

全席指定 4,500円 北区民 3,500円 25歳以下 1,000円

※同日17:00開演の「ヴァイオリンとフォルテピアノのおしゃべり」と前売同時購入に限り500円引き(25歳以下券を除く)。公演詳細はHP参照。

2公演共通: 北とびあ さくらホール 7/16(木)一般発売 北区民 WEB先行販売 7/13(月)10:00～7/15(水)23:59 ほかチケ(WEB)のみ。事前に要「北区民登録」。

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。

北区HP X(旧ツイッター) 北区公式チャンネル (YouTube) 広報プラス 北区公式LINE