

北区にぎし

主な内容

- 9月は「認知症を知る月間」です…2面
- 令和8年度 健診・がん検診……3面
- 9月は自殺対策強化月間です。一人で悩まずに、早めに相談しましょう…8面
- 第34回北区伝統工芸展……8面

RENEWAL OPEN

神谷公園 9.12±

みんなの声で生まれ変わった神谷公園、いよいよオープン！
アスレチックやブランコ、ボール遊び広場など、子どもから大人まで楽しめる施設を整備しました。
かまどベンチやソーラー照明を備え、災害時にも役立つ公園となっています。
再整備にあたっては、ワークショップなどを通じて寄せられた地域の皆さんの声を反映しました。魅力いっぱいの新しい神谷公園へ、ぜひお越しください。

【神谷公園】 神谷2-46-16 **園**道路公園課公園係 ☎(3908)9275

※開園式後、利用開始は午前9時30分からとなります。



誰もが違いを飛び越えて楽しさを感じられるインクルーシブ遊具を設置しています

子どもから大人まで使える4種類の健康遊具を設置しています

小さなお子さんも楽しめる遊具があります

東側にはボール遊び広場もあり、キャッチボールなどを楽しむことができます

公園についての取組

きた公園魅力インスタグラム

公園の利用者に公園についての意見を伺い、公園の魅力向上検討に繋げる「公園みんなの談話室」や、今年開催した写真コンテストの情報など、公園の様子に加え、公園に関連したさまざまな取組も掲載しています。



公園利用ルールアンケートご協力のお願い

区民の皆さんの公園利用ルールに関するニーズなどを把握するため、アンケート調査を実施します。皆さんからいただいたご意見を参考に、利用ルールの見直し内容や対象公園を検討します。ぜひ調査にご協力ください。



園公園魅力向上推進担当課 ☎(3908)9087

アンケートコード

ミストボールの設置

(飛鳥山公園、滝野川三丁目公園、稲付公園、赤羽公園)

暑い季節に公園で快適に過ごしていただけるよう区内4公園にミストボールを設置しました。公園の暑さ対策としてぜひミストボールをご活用ください。

日4月～11月
園【飛鳥山公園、滝野川三丁目公園】
北区南部パークマネジメント
☎(5980)9210
【稲付公園、赤羽公園】
アメニス赤羽地区公園グループ
☎(5948)4738





つながる医療・福祉No.1

9月は「認知症を知る月間」です

認知症になることは特別なことではなく、誰でもなる可能性がある身近なものです。区では、認知症であってもなくても、地域とつながりながらくらし続けることができる共生の地域づくりの取組を推進しています。

認知症を知ろう！つながろう！

日 9月1日(火)～30日(水)

※休館日を除く

場 中央図書館(十条台1-2-5)・赤羽会館・滝野川会館

内 認知症への理解を深める一歩として、認知症に関するパネル・おすすめ図書の展示をします。

「北区認知症あんしんナビ」

認知症に関する情報や区のサービスをわかりやすくまとめた便利な冊子です。元気なうちから症状が進行した後までしっかりサポート。高齢者あんしんセンターの窓口などで配布しています。

「チームオレンジ」活動中!!

認知症があってもなくても、みんなが安心してらせるまちを目指して、日常の中でできることからつながり&広がりをつくっているステキなチームです。あなたもチームオレンジ始めてみませんか。

認知症カフェ「オレンジカフェきたい〜な」

地域の支え合いを進める交流・活動の場です。認知症のある方やご家族、地域の方誰でも気軽に参加できます。

認知症サポーター養成講座

地域や職場などで認知症のある方やその家族をサポートするための知識や理解を深める講座です。

「予告」認知症VR体験会

認知症VR体験を通して認知症のある人が見えている視界を体験します。

日 10月12日(祝)

※詳細が決まり次第、改めてお知らせします。

問 長寿支援課

☎(3908)9017



区Web



北区認知症支援キャラクター「こんちゃん」



つながる医療・福祉No.1

9月は健康増進普及月間

～今日からできる健康づくりの第一歩～

自分らしくいつまでも輝き続けるため、健康づくりの一步を踏み出しましょう。

あと1皿野菜を食べる

野菜にはビタミンや食物繊維が豊富に含まれています。トマトなら半分、野菜炒めなら半皿程度、今よりプラスしてみましょう。

自分の1日の歩数を決める

一般的には、毎日8000歩(65歳以上は6500歩)以上が推奨されています。自分の体調に合わせて、無理なく歩数を増やしましょう。

長い時間座りすぎない

少しでも体を動かしましょう。北区健康アプリ「あるきた」の利用もおすすめです。

休養がとれる、十分な睡眠を確保する

自分にとって心地よい睡眠時間を確保しましょう。

自分と家族のために卒煙する

たばこは、周りの人へも悪影響を及ぼします。禁煙は、医療機関の禁煙外来や禁煙支援薬局で相談・治療ができます。

適度な飲酒を心がける

週に1回は「休肝日」にし、肝臓や臓器を休めましょう。お酒がやめられない、お酒の飲み方の相談は各健康支援センターで受け付けています。

ゆっくりよく噛んで食べる

お箸を置いて30回くらいゆっくり噛むと満腹感が得られ、肥満予防にも効果的です。

定期健診・各種がん検診を受けましょう

ほとんどの病気は、自覚症状がないままに進行しています。定期的なからだの健康をチェックし、病気の早期発見・早期治療につなげましょう。

問「健康相談に関すること」

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

「健康診査・がん検診、禁煙助成費に関すること」

健康政策課健康政策係 ☎(3908)9016

「あるきた」、健康づくりに関すること」

健康政策課健康増進係 ☎(3908)9068



区Web



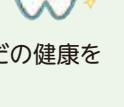
区Web



区Web



区Web



区Web



区Web



区Web



北区

情報の泉

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



第3回

北区議会定例会

日内

9月 8日(火) 本会議
9日(水) 本会議
11日(金) 区民生活委員会
文教委員会
14日(月) 健康福祉委員会
建設委員会
15日(火) 企画総務委員会
17日(木) 決算特別委員会①
24日(木) 決算特別委員会②
25日(金) 決算特別委員会③
28日(月) 決算特別委員会④
29日(火) 決算特別委員会⑤
10月 1日(木) 決算特別委員会⑥
2日(金) 決算特別委員会⑦
6日(火) 議会運営委員会
7日(水) 本会議

すべての会議を公開しています。傍聴希望の方は、当日、区議会事務局(区役所第一庁舎4階)へお申し出ください。

9月8日(火)・9日(水)の本会議一般質問は、北区議会Webでライブ配信します。※会議日程は変更になる場合があります。最新の日程は北区議会Webでご確認いただくか、お問い合わせください。なお、会議はいずれも午前10時開会の予定です。

問 区議会事務局議事調査係

☎(3908)9948



北区議会Web



お知らせ

◆住居表示の届出(新築届・名称変更届)

建物を新築、新設、建替をしたときは、「新築届」が必要です。また、共同住宅などの名称を変更したときには「名称変更届」が必要です。住居表示の決定までには日数がかかりますので、余裕をもって届出ください。なお、新築届の決定時にお渡しする住居表示のプレートは玄関や門扉などにお貼りください。住居表示のプレートが破損・汚損した場合は、王子区民事務所で無料再交付しています。詳しくはお問い合わせください。

※「街区表示板」の破損などを見かけた場合もご連絡ください。

届出できる方 建物などの所有者、建設・不動産業者などの関係者の方

受付場所 戸籍住民課王子区民事務所(区役所第二庁舎)、赤羽区民事務所(赤羽1-1-38)、滝野川区民事務所(西ヶ原1-23-3滝野川会館1階)

必要書類 「新築届」…届出書、案内図、配置図、各階平面図、敷地求積図

名称変更届 …届出書、案内図

※詳しくは区Webをご覧ください。

問先 戸籍住民課王子区民事務所

☎(3908)8746



区Web



◆第1回旧渋沢庭園保存活用計画検討委員会

日 9月18日(金) 午前10時から **場** 飛鳥山博物館講堂(王子1-1-3飛鳥山公園内)

申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ

問 土木政策課事業計画係

☎(3908)9252



◆年金生活者支援給付金制度

公的年金などの収入金額やその他の所得が一定基準額以下の方に、生活の支援を図ることを目的として、年金に上乗せして支給するものです。受給している年金が老齢基礎年金・障害基礎年金・遺族年金のいずれかにより要件が異なるため、詳しくは特設Webまたは以下専用ダイヤルでご確認ください。

問 給付金専用ダイヤル

☎0570(05)4092

北年金事務所

☎(3905)1011



厚生労働省特設Web



◆特定個人情報保護評価書(案)に対する意見を募集します

予防接種に関する事務について特定個人情報保護評価書を作成し、公表していましたが、この度再評価が必要となる「重要な変更」を加えることになったため、再評価書(案)を作成しました。再評価書(案)について区民の皆さんのご意見を募集します。

閲覧場所 総務課(区役所第一庁舎3階3番)、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、図書館及び区Web

意見提出期間 9月1日(火)～10月1日(木)(必着)

意見提出方法 郵送、ファクス、Eメールまたは直接持参

※必ず案件名、氏名・住所を記入

問先 〒114-8508(住所不要)総務課文書係(区役所第一庁舎3階3番)

☎(3908)8624 FAX(3905)3423

EM somu-ka@city.kita.lg.jp



◆閉鎖型喫煙施設を設置します

JR板橋駅東口駅前広場内指定喫煙場所について、分煙対策の強化を図るため、閉鎖型喫煙施設を設置します(設置場所などは区Web参照)。工事期間中は、同広場内の既設パーテーション型喫煙場所をご利用いただけます。

工事期間(予定)

日 9月から令和9年3月末予定

※天候などにより日程が変わることがあります。

問 環境政策課地域環境係

☎(3908)8610



◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区

日 9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 年金の疑問や職場のお困りごとはありませんか。あなたのまちの社会保険労務士が相談に応じます。

申 当日、直接会場へ

問 東京都社会保険労務士会北支部 支部長 高木博之 ☎(6915)4633



◆全国一斉不動産無料相談会

後援 国土交通省・東京都・北区

日 10月1日(木) 午前10時～午後4時30分

場 区役所第一庁舎1階ロビー

内 法律・税務・登記・建築・不動産取引に関する無料相談会を行います。

申 9月30日(水)までに、電話申込(当日会場受付可。事前予約の方優先)

問先 (公社)全日本不動産協会東京都本部城北支部

☎(3827)4171

(月～金曜(祝日を除く) 午前10時～午後5時)

マスコットキャラクター ラビーちゃん®



イベントなどの中止・延期や開催方法を変更する場合があります。詳しくは、各施設・担当課・実施機関のウェブサイトをご覧ください。

募集

◆都営住宅地元割当の入居者募集

[募集する住宅] シルバーピア
※65歳以上の単身者（抽選方式）
[募集戸数] 桐ヶ丘一丁目ほか（3戸）
※詳しくは募集案内をご覧ください。
[申込書・募集案内の配布期間・場所]
9月1日（火）～9日（水）に住宅課区営住宅受付担当（区役所第二庁舎2階8番）、区民事務所及び地域振興室（各開庁時間内）で配布
※区民事務所・地域振興室は配布部数に限りがあります。
申 郵送または直接窓口で、9月15日（火）（必着）まで
問先 〒114-8508（住所不要）住宅課区営住宅受付担当
☎（3908）1523

◆中高生のアイデアを北区に届けよう
きたティーンズ・ラボ参加者募集

「きたティーンズ・ラボ」は、楽しみながら区のことを学び、区をよりよくするための話し合いの場です。今回は、芥川龍之介記念館（令和9年7月開設予定）と田端文士村記念館を中心に、田端エリアに何度も訪れたいような工夫やアイデアについて話し合い、提案を行います。
対 中学生・高校生（全2回とも参加できる方）
日 **[第1回]** 11月7日 **[第2回]** 21日 各土曜 計2回 いずれも午後5時～8時
場 コキタ（北区豊島5-3-13）
内 グループワーク、意見交換、区への提案（発表）
定 30人程度（応募多数の場合、区内在住、在学の方を優先し、定員を超過した際は抽選）
申 9月30日（水）までに、右記コードで申込
問 秘書課広聴担当
☎（3908）1219

◆第44回北区障害者作品展個人・グループ参加者募集

区では、12月3日から9日の「障害者週間」を記念して、毎年、北区障害者作品展を開催しています。あなたも日頃の活動の成果を発表しませんか。
対 区内在住の心身障害者（児）の方またはグループ ※作品展参加団体に所属している方は除きます。
日 12月5日（土） 午前10時～午後4時
内 絵画、手芸などの作品展示を行います。
申 9月24日（木）までに、電話またはファクスで申込（土・日曜、祝日を除く）
※会場の都合により出品数を制限する場合があります（申込多数の場合抽選）。詳しくはお問い合わせください。
問場先 障害者福祉センター事業係（中十条1-2-18）
☎（3905）7121
FAX（3905）7116

◆フリーマーケット出店者募集

販売は家庭で出た不用品に限ります。
●富士見橋エコー広場館
日 9月20日（日）・27日（日） いずれも午前10時～正午 ※雨天中止
[出店数] 20店（抽選）
[出店スペース] 1.8m×1.8m
申 開催日の7日前までに電話申込
問場先 富士見橋エコー広場館（田端5-16-1）
☎（3824）3196（水曜、祝日を除く 午前10時～午後4時）

◆区政にあなたの声を届けてみませんか
～在宅子育て家庭応援アイデア広場参加者募集～

区では、区民の皆さんの声を区政に活かし、より良いまちづくりにつなげるため、区の課題や施策について話し合いの場を設けています。
今回は、「在宅子育て家庭をみんなで応援・笑顔を広げるアイデアを!」をテーマに、在宅子育て家庭応援アイデア広場を開催します。
子育て世帯が安心してくらせる地域づくりのアイデアを一緒に考えましょう。
対 区内在住で、在宅子育てに関心がある方または在宅での子育ての経験のある方
日 10月18日（日） 午後2時～4時
場 区役所別館2階職員研修室 **内** グループワーク、意見交換、区への提案（発表）
定 30人程度（定員を超過した際は抽選）
申 9月25日（金）までに、右記コードで申込
問先 秘書課広聴担当
☎（3908）1219

◆北区文化芸術祭 参加・出品者募集

詳しくは各事務局へお問い合わせください。
●珠算競技大会 参加者募集
対 区内在住、在勤、在学、在園の方
日 11月3日（祝） 午前9時20分～午後2時
内 総合競技、読上暗算、読上算
①幼児、小学1・2年生の部（9・10級程度）
②小学3・4年生の部（7級程度）
③小学5・6年生の部（5級程度）
④中学生・高校生・一般の部（3級程度）
定 160人（定員になり次第締切） **費** 1,500円
申 往復はがき（文化振興財団Web参照）で、9月18日（金）から25日（金）（必着）まで
問先 北区珠算教育連盟 高島
☎（3902）8118（月～金曜 午後3時～7時）
●茶華道展 華道作品募集
対 区内在住、在勤、在学の方
費 会員3,000円、一般5,000円
申 はがき（記入例参照。作品幅・奥行・高さ、あれば雅号・流派も記入）で、9月28日（月）（当日消印有効）まで
問先 北区茶華道連盟 島村
☎（3911）8223
●美術展 作品募集
対 区内在住、在勤、在学の高校生以上の方
日 10月28日（水） 午前10時～午後1時に搬入 ※工芸は正午まで
内 部門…日本画・洋画・彫刻・工芸
出品点数…1点（日本画、洋画は6号～30号）
費 3,000円
申 当日、直接会場へ持込
問先 北区美術会事務局 返町 そりまち
☎（3909）0621
●陶芸展 作品募集
対 区内で陶芸活動をしている方
費 3,500円（福祉団体は無料）
申 指定申込用紙（文化振興財団Webからダウンロードできます）を郵送で、11月10日（火）（必着）まで
問先 北区陶芸会 **EM** tougeikai2026@google groups.com
※詳しくは右記コードをご覧ください。

講座・催し

◆北区飛鳥山博物館
野外講座「下郷用水散歩」

日 **[1日目]** 10月11日（日） 午前10時30分～午後4時（予定）

[2日目] 10月24日（土） 午後1時30分～4時（予定）
場 **[1日目]** 講堂・野外 **[2日目]** 野外（現地集合）
内 かつて北区域を流れ、人びとの暮らしを支えた下郷用水の流路を2日に分けて参加者とともにたどります。各日5km程度歩きます。
師 同館学芸員
定 25人（抽選） **費** 200円
申 往復はがき（記入例参照）または右記コードで、9月22日（休）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

◆北区経営支援セミナー「生成AIを業務で使い始めるために
～生成AIとAIエージェント活用に向けた中小企業の準備と実践～」

対 中小企業の経営者及びお勤めの方（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 10月6日（火） 午後1時30分～4時
場 対面…赤羽イノベーションサイト（赤羽1-67-62） **オンライン**…Zoom
師 北区IT・IoT相談員 目黒周平氏
定 対面…20人 **オンライン**…80人（いずれも申込順）
申 9月30日（水）までに、区Webの申込フォームから申込
問 産業振興課経営支援係
☎（5390）1237

◆消費者カレレベルアップ講座
「デジタル時代の契約リスク
～サブスク・投資・定期購入を正しく理解する～」

日 9月29日（火） 午前10時～11時30分（9時45分開場）
場 北とびあ7階第二研修室
内 サブスクや投資など身近な契約の落とし穴を知り、デジタル時代に必要な契約のポイントを学びます。
師 消費生活コンサルタント 大野木美紀氏
定 50人（申込順） **申** 9月1日（火）から25日（金）までに、下記コードまたは電話申込
問 消費生活センター **☎**（5390）1239

◆中央公園文化センター特別講座

「本当に怖いお金のトラブル～知っておきたい特殊詐欺・悪質商法事例と対処法～」
対 区内在住、在勤、在学の方優先
日 10月3日（土） 午後2時～3時30分

内 キャッシュレス決済の基礎と金融トラブル対処法について学びます。
師 日本貸金業協会教育研修部消費者啓発課長 千葉園子氏
定 20人（抽選） **費** 500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、9月17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

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「北区伝統工芸の技を伝える職人を知る!聴いて・見て・新たな発見!～刀鍛冶編～」
対 区内在住、在勤、在学の方
日 10月1日（木） 午後1時30分～3時
師 刀鍛冶 水木良光氏
[協力] 北区伝統工芸保存会
定 20人（抽選）
申 はがき（記入例参照）、右記コードまたは直接窓口で、9月16日（水）（必着）まで
②PCスキルアップ講座「定形業務を自動化! AIと考えるOffice作業の仕組み作り」
対 区内在住、在勤、在学の方優先
日 10月1日（木） 午後6時30分～8時30分
内 Excelマクロ・VBA生成からWordの差込印刷用データ整理、Web版Excelの自動化プログラムをAIと一緒に作成するOfficeスクリプト入門まで、実務に直結する自動化・効率化スキルを体系的に学習します。
師 加賀千秋氏
定 14人（抽選） **費** 2,500円
申 9月17日（木）までに、右記コードで申込
=以下、①②共通=
問場先 〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
☎（3906）3911

◆北区コミュニティビジネス
創業支援ネットワークセミナー
「いざどりカルテでコミュニティ
ビジネスの種を見つけよう!」

対 自分の好きなことをやっていきたいと考えている方や、これから起業したいと考えている方
日 9月16日（水） 午前10時～正午
場 リノア北赤羽つながるば。（浮間1-3-1）
内 自分のやりたいことにチャレンジしているチャレンジメンバーの体験談を聞いて、いざどりカルテを実際に行います。
師 NPO法人彩結び共同代表 佐野愛子氏ほか **定** 10人（申込順）
申 9月9日（水）までに、右記コードで申込
問 NPO法人彩結び **EM** info@iromusubi.com
申込フォーム



令和8年度 健診・がん検診

区では、以下の健診を実施しています。各健診によって、対象者・実施期間・各自負担金などが異なります。

詳しくは区Webをご確認ください。生活保護などを受給している方は各自負担金が免除になります。

[受診券をお送りしているもの]

- ・特定健康診査
- ・後期高齢者健康診査
- ・歯周病検診
- ・口腔機能維持向上健診
- ・耳の健診
- ・眼科健診
- ・胃がんハイリスク検診

[申込が必要なもの]

- ・がん検診（胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん）
- ・若年健康診査

※健診の終了間際は混み合うため、予約が取れない場合があります。早めの受診をお願いします。

問申 健診コールセンター **☎**（3919）9603



区Web

講座・催し

北区さんかく大学<連続5回講座>
この社会で女性が働くということ
—男女雇用機会均等法施行40周年に考える—

女性活躍のための法整備が進んだ今も残る課題を見つめて、女性の働き方について一緒に考えてみませんか。

対原則として全回出席できる方

日内**師**下表のとおり **定**40人(申込順)

申9月1日(火)午前9時から、右記コード、電話または直接窓口で申込

※保育(1歳以上の未就学児。定員あり(抽選))及び手話通訳希望の方は、9月8日(火)までに申込

※詳しくは区Webをご覧ください。

問場**先**スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とぴあ5階) ☎(3913)0161

申込フォーム

区Web

	日程	内容	講師
第1回	10月3日	均等法施行40年 ～何が変わったか、残された課題は何か～	元厚生労働省雇用均等・児童家庭局長 岩田喜美枝氏
第2回	10月10日	中高年シングル女性の働き方と生活の実態 ～働いても高齢期は貧困か?～	わくわくシニアシングلز代表 大矢さよ子氏
第3回	10月17日	「非正規」で働くということ ～公務領域で「非正規」で働く女性たちの声から～	埼玉大学ダイバーシティ推進センター准教授 瀬山紀子氏
第4回	10月24日	「働けない」から見てくること ～就職氷河期の独身女性の立場から～	文筆家 栗田隆子氏
第5回	10月31日	「働く女性」の昔と今とこれから ～ふりかえりと意見交換を中心に～	東京家政大学非常勤講師 笹川あゆみ氏

[時間] 毎週土曜 午後2時～4時(1時40分開場)

講座・催し

滝野川文化センター
「学びスタートday・学習体験会
～新しい学びを始めてみませんか～」

対日**定**費下表の通り

申はがき、ファクス(記入例参照。希望プログラム名も記入)、電話または直接窓口で、申込締切日(下表参照)(必着)まで

※1通で複数の申込可

問場**先**〒114-0024 西ヶ原1-23-3 滝野川文化センター(月曜、祝日休館)

☎(5394)1230 FAX(5394)1231

	プログラム名・対象	日程	定員(抽選)	費用	締切(必着)
1	初めての油絵(デッサン)	10月9日(金) 午前9時30分～11時30分	10人	無料	9月24日(木)
2	人生は食にあり～仲間と作る男の料理～ 対 男性	10月11日(日) 午後1時～4時	6人	500円	
3	ニャンドゥティのストラップづくり ～パラグアイの伝統工芸～ 対 18歳以上	10月14日(水) 午前9時30分～正午	5人	500円	9月29日(火)
4	みんなで楽しく韓国語を学びましょう	10月14日(水) 午後1時～4時30分	15人	無料	
5	楽しい書道 対 小学生と保護者	10月20日(火) 午後3時30分～4時50分	5組10人	無料	10月2日(金)
6	世界でたったひとつの銀のアクセサリを作ろう! 対 18歳以上	10月21日(水) 午後1時30分～3時30分	12人	4,000円程度	

講座・催し

◆「北区観光ボランティアガイド」が区内をご案内します

区内の史跡や自然豊かなスポットを無料で案内する「北区観光ボランティアガイド」を利用してみませんか。

対2人以上のグループ・団体

日通年(8月、年末年始を除く)

午前10時～午後4時の間の2時間程度

内11コースから選択。詳しくは区Webやパンフレットをご覧ください。ガイド内容をご相談に応じます。

申区Webの申込フォームまたは利用申込書[区Webからもダウンロードできます。産業振興課(北とぴあ11階)などでも配布しています]を記入し、利用希望日の前月20日(30人以上の団体は2カ月前)までに、Eメール、郵送または窓口持参で申込

問先〒114-8503(住所不要)産業振興課観光振興担当(北とぴあ11階)

☎(5390)1234

EMsangyoshinko2@city.kita.lg.jp

区Web

◆「ぷらざdeおしゃべり」にお越しください!

日①10月15日(木) 午前10時～正午
②11月15日(日) 午後2時～4時
③12月15日(火) 午前10時～正午

場北区NPO・ボランティアぷらざサロンコーナー(北とぴあ4階)

内「ぷらざdeおしゃべり」は、地域の方々がふれあい、どなたでも参加できる交流の場です。くらしのこと、最近うれしかったこと、気になっていること、子育てのことなど、何かお話ししたいことがある方、ぜひご参加ください。あなたのお話を区内で活動する傾聴ボランティアの皆さんが伺います。

※お話の内容は口外しません(秘密厳守)。

申当日、直接会場へ

問北区NPO・ボランティアぷらざ(月曜、祝日休館)

☎(5390)1771

◆赤羽会館「歌声ひろば」～フォークソング&ニューミュージックのタベ～

日10月30日(金) 午後7時～8時45分(6時30分受付開始)

場赤羽会館4階小ホール

内カラオケ機器を使い、秋のタベに日本のフォークソングとニューミュージックを参加者みんなで歌いましょう。

定80人(申込順)

費500円(飲物付)

申往復はがき(記入例参照。参加者全員の氏名(1通2人まで)、リクエスト曲も記入)または右記コードで申込

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

申込フォーム

◆女性の活躍推進応援塾 再就職準備セミナー「眠りで整える! 私の新しいスタート～再就職に向けての睡眠セルフケア～」

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

日10月8日(木) 午前10時～正午

内健康的に働き続けるために、正しい睡眠を知り、再就職へのパフォーマンス向上につなげましょう。

師キャリアコンサルタント 中村香織氏

定30人(申込順)

申9月8日(火)午前9時から下記コード、電話または直接窓口で申込

※保育(1歳以上の未就学児。定員あり(抽選))希望の方は、9月15日(火)までにお子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。

※雇用保険受給中の方には、受講証明書をお渡しします。 ※詳しくは区Webをご覧ください。

問場**先**スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)(北とぴあ5階)

☎(3913)0161

申込フォーム

区Web



中村香織氏

◆輝く☆未来の星コンサートにご招待

日10月18日(日) 午後2時開演(1時30分開場)

場北とぴあさくらホール

内区立中学校と東京藝大附属音楽高校によるコンサート **定**800人(抽選)

申往復はがき(記入例参照。1家族1通。公演名、希望人数、全員の氏名、車イス席希望の場合はその旨も記入)または右記コードで、10月1日(木)必着)まで

問先〒114-0003 北区豊島5-3-13 北区文化振興財団ココキタ「10/18輝く☆未来の星コンサート」N係

☎(6338)5711

申込フォーム



過去の様子

◆北区ワンコイン市

区内にある7商店街で各店舗が魅力的な目玉商品をワンコイン(100円、500円)で販売します。ぜひ各商店街にお越しください。

日9月19日(土)

※開催時間は各店舗により異なります。

場下表のとおり

商店街名	所在地
滝野川七商会※	滝野川3・5・6・7丁目付近
十条銀座商店街振興組合	十条仲原1丁目、上十条2丁目付近
豊島中央通り商店街振興組合	北区豊島3・4・6・7丁目付近

※滝野川七商会のうち、今回参加するのは、御代の台仲通り商店会、滝野川八幡通り商店会、宮元商店会、滝野川さくら通り商栄会、滝野川市場通り商店街振興組合の5商店街です。

問北区商店街連合会

☎(5390)1200

産業振興課商工係

☎(5390)1235



北区商店街連合会

◆終活支援事業(あんしんみらいプロジェクト)キックオフイベント

区では元気なうちから将来に備え、安心して自分らしい人生を送れるように令和8年10月から「終活支援事業(あんしんみらいプロジェクト)」として、終活相談事業及び終活情報登録事業を開始します。事業開始に合わせて、キックオフイベントも開催します。

あんしんみらい終活フェア

日10月5日(月) 午後1時～3時30分

場北とぴあ13階飛鳥ホール

内①講演「今から始めるゆるっと終活～断捨離・デジタル終活・エンディングノート～」
②体験コーナー(納棺体験、遺影撮影体験)
③相談・展示ブース(司法書士や宅建協会など専門職団体などによる相談ブースを設置します)

師①ミライフクリエイティブ代表 植咲えみ氏

定①のみ100人(申込順)

申①9月7日(月)午前9時から25日(金)午後5時までに、右記コードで申込

②③当日、直接会場へ

問北区社会福祉協議会(権利擁護センター「あんしん北」)(岸町1-6-17) ☎(3908)7280

申込フォーム

◆ドナルド・キーン記念財団 第4回レクチャーシリーズ「ドナルド・キーンと日本文学史」

主催 (一財)ドナルド・キーン記念財団
共催 北区

日10月24日(土) 午後2時～4時(1時30分開場)

場中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)

内ドナルド・キーンの日本文学史を巡り、若い研究者二人が語り、翻訳者角地幸男氏を交えて鼎談します。

師早稲田大学非常勤講師 大木エリカ氏、早稲田大学助手 ベント 勇亮ヘンリー氏

司会角地幸男氏

定70人(抽選)

申9月30日(水)までに、右記コードで申込

問文化施策推進課

☎(5390)0093

申込フォーム



ドナルド・キーン氏

◆第80回赤い羽根共同募金運動「記念イベント」

後援 北区

●「赤羽」を「赤い羽根共同募金(福祉・支えあい)」の聖地とする「赤羽プロジェクト」キックオフイベント

日 10月1日(木) 正午～午後5時

場 赤羽駅西口ビビオ七福神広場

※雨天時は一部、赤羽文化センター第1視聴覚室(赤羽西1-6-1-301)

内 募金活動、PRブース、ステージパフォーマンス、マシンガンズ滝沢秀一氏による講演会など

申 当日、直接会場へ

●“赤い羽根80”ありがとうコンサート

日 10月21日(水) 午後2時～3時(1時30分開場)

場 北とびあつつじホール

内 元THE BOOMの宮沢和史氏をゲストに迎えた“赤い羽根”や“たすけあい”についての対談及びミニコンサート

定 350人(申込順)

費 3,000円(全席指定)

申 10月9日(金)までに、下記コードで申込

=以下、共通=

問 (社福)東京都共同募金会

☎ (5292)3181



申込フォーム



東京都共同募金会Web

◆駿台天文講座

後援 北区教育委員会

●ハイブリッド講演会(対面+オンライン)
「光害地のマンションからの超新星発見—2024年度 日本天文学会 天体発見賞受賞—」

対 区内在住、在勤の方

日 9月26日(土) 午後5時～6時

師 超新星2024ahv発見者 大越英比古氏

定 対面…30人(申込順)

オンライン…50人(申込順)

●駿台ジュニア天文教室(対面+オンライン)
「新天体(超新星)を発見したら…」

対 区内在住の小学3年生～中学生と保護者

日 9月26日(土) 午後3時～4時

師 国立天文台名誉教授 渡邊鉄哉氏

定 対面・オンライン…各20人(申込順)

=以下、共通=

申 9月23日(祝)までに、上記コードで申込

問 場 駿台学園中学高等学校(王子6-1-10) 布施

☎ (3913)5735



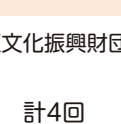
申込フォーム



申込フォーム



申込フォーム



申込フォーム

◆はじめての吟詠講座

後援 北区文化振興財団

対 区内在住、在勤の方

日 10月3日～24日 毎週土曜 計4回

午前9時30分～11時30分

場 ココキタ稽古場(北区豊島5-3-13)

内 吟詠を気軽に楽しむ講座です。

定 10人程度(抽選)

費 500円

申 往復はがき(記入例参照)で、9月25日(金)(必着)まで

問 先 〒114-0023 滝野川3-19-5 北区吟剣詩舞道連盟 五月女

☎ (5927)8399

◆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 9月19日(土) 午後2時～4時

場 王子小学校王子ホール

内 『そうだったのか!相撲ことば』～相撲ことばの謎を解く～

師 日本ウェルネススポーツ大学准教授 中川秀太氏

定 40人(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

Web <https://www.kitaku-zatsugaku.jp/>

◆三代目蓮蔵(山川勝雪) 切り絵回顧展

後援 北区文化振興財団

日 9月17日(木)～23日(祝) 午前9時～午後4時

場 ココキタオープンギャラリー(北区豊島5-3-13)

内 京都友禅伝統工芸者・三代目蓮蔵として、昭和40年代より京都と東京を中心に活躍してきた山川勝雪(1944～2025)による切り絵作品を展示する回顧展です。

申 当日、直接会場へ

問 蓮蔵工房

EM renzoukoubou@gmail.com



スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室

①初心者・経験者フラダンス

対 18歳～85歳の方

日 10月15日～12月3日 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 各7,400円

②シニアシェイプビクス王子

対 50歳～80歳の方

日 10月19日～12月14日(11月9日を除く) 毎週月曜 計8回

I部:午後1時40分～2時40分

II部:午後3時10分～4時10分

場 北とびあ地下1階多目的ルーム

師 永井美和子氏

定 各25人(抽選)

費 各7,400円

=以下、①②共通=



申込フォーム

申 往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)または右記コードで、9月1日(火)から10日(木)(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

◆ネイチャーウォーキング 秋の日和田山ハイキング

対 小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)

日 10月17日(土) 午前9時20分～午後3時(予定)

場 西武池袋線高麗駅集合・解散

師 そよご倶楽部 須藤正男氏ほか

定 40人(抽選)

費 高校生以上2,000円 小・中学生1,000円

申 往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)またはWebで、9月1日(火)から10日(木)(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



申込フォーム

◆滝野川体育館で無料イベントを実施します

日 10月12日(祝)

①午前9時30分～10時30分、11時～正午

②午前10時～11時、11時～正午

③午後1時30分～2時30分、2時45分～3時45分

内 ①ピッフルボール体験会 ※小学生及び一般(18歳以上)の2クラス

②ピッフルボールフリー利用 ※ラケット・ボール貸出し

③フットサル教室 ※4歳から未就学児及び小学生の2クラス ※詳しくはWebをご覧ください。

申 9月1日(火)からWebで申込

問 場 滝野川体育館(西ヶ原2-1-6)

☎ (3940)1801



申込フォーム

◆滝野川体育館「第3期スポーツ教室第1次募集(成人)」

内 ヨガ・ピラティス・ZUMBA®など ※17種類の教室があります(各抽選)。

※各教室について、詳しくはWebをご覧ください。

申 往復はがき(記入例参照)またはWebで、9月1日(火)から15日(火)(必着)まで

※1通1教室。定員に空きがある場合は当日参加可

問 場 先 〒114-0024 西ヶ原2-1-6 滝野川体育館 ☎ (3940)1801



申込フォーム

◆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 [初級クラス]

①10月6日～11月24日(11月3日を除く) 毎週火曜 午前11時～午後1時

②10月8日～11月19日 毎週木曜 午前11時～午後1時

[初中級クラス]

③10月6日～11月24日(11月3日を除く) 毎週火曜 午後1時～3時

※①～③いずれも計7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14人(抽選)

費 各7,000円

申 往復はがき(記入例参照。①～③の別も記入)または右記コードで、9月14日(月)(必着)まで

問 先 〒115-0043 神谷2-47-6 北運動場 ☎ (3902)5639



申込フォーム

◆初心者アーチェリー教室

後援 北区体育協会

対 区内在住、在勤、在学の高校生以上の方

日 10月1日～29日 毎週木曜 計5回

午後6時30分～8時30分

場 桐ヶ丘体育館弓道場(赤羽台3-17-57)

定 10人(抽選)

費 2,000円

申 9月12日(土)までに、Eメール(記入例参照)で申込

問 先 北区アーチェリー協会 森田

☎ 090(2209)1993

EM k-morita@satokaihatsu.tokyo

子どもの幸せNo.1

令和9年度北区立中学校入学者向け説明会

来年度区立中学校入学予定のお子さんと保護者を対象に、各中学校で説明会を実施します。なお日程につきましては区Webに掲載します。

※説明会の日程は変更になる場合があります。説明会について不明な点は、各中学校にお問い合わせください。

※小学校・義務教育学校の説明会については、令和9年1月下旬頃から実施予定です。

就学する学校について

～北区は指定校制度です～

区では、就学すべき区立学校を住所地(住民基本台帳法の規定により届け出た住所)により指定する指定校制度をとっています。原則として、住所により定められた通学区域内の指定校に入学していただくことになります。通学区域については、区Webをご確認ください。

問 学校支援課学事係または各学校

☎ (3908)1541



申込フォーム

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 10月7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 9月4日(金)午前10時から電話申込

問 先 健康政策課公害保健係

☎ (3908)9019

ぱくぱく子どもごはん講習会

対 区内在住で9カ月～1歳2カ月頃のお子さんの保護者(第1子・初めての方優先)(保育なし)

日 10月2日(金)

①午前10時30分～11時30分

②午後1時30分～2時30分

内 離乳食後期・完了期から幼児食へのステップアップ方法(お話と試食)

定 各10人(申込順)

申 9月4日(金)午前9時から28日(月)までに、区Webの申込フォームで申込

問 場 赤羽健康支援センター

☎ (3903)6481



申込フォーム

つなぐ医療・福祉No.1

プレ就労カフェ
「きらりあカフェ」第10期生募集

対 区内在住の50歳以上で、働く意欲のある方、働きたいけどブランクのある方
日 10月6日（火）～11月12日（木）（11月3日を除く） 計12回
火曜…午前9時30分～午後0時30分
木曜…午後2時30分～5時
土曜…午後1時～4時（11月7日のみ）
内 働くことへ少し不安がある方のためのプレ就労、研修プログラムです。1カ月の研修とカフェ業務体験、仕事探し講座終了後の就労を目指します。 **定**5人（選考）
申9月1日（火）午前10時から29日（火）午後5時までに、ファクス、Eメール（記入例参照）、電話または直接窓口で申込
※選考通過者のみ10月1日（木）までに連絡
問場先 いきがい活動センターきらりあ北（王子5-2-5-101）
☎（5390）2220 **FAX**（5390）2233
EMkitaku-ikigai@foryou.or.jp



きらりあ北ブログ

もの忘れ予防教室「脳に効く！ウォーキング術を学ぼう教室」

対 区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない、全回参加できる方
日 10月6日～令和9年2月2日（11月3日、12月29日を除く） 毎週火曜 計16回
午前10時～11時30分
場 赤羽体育館（志茂3-46-16）
内 よく歩くと認知症になりにくいことが最近の研究によってわかってきました。人と交流しながら歩くことは、脳の活性化や認知機能維持に効果的です。教室終了後にウォーキングを行う自主グループを立ち上げ、週1回活動する準備をします。コースの企画や仲間づくりで、ウォーキングの習慣化に取り組みましょう。
師 介護予防運動指導員 **定**20人（抽選）
申9月15日（火）午後5時までに、右記コードまたは電話申込
※9月25日（金）頃に参加決定通知を発送予定
問 長寿支援課
☎（3908）9017



申込フォーム

障害のある人の家族が
知っておきたい成年後見講座

①成年後見制度のABC
日 9月18日（金） 午前10時～11時45分（9時45分受付開始）
師 権利擁護センター「あんしん北」 安藤 豊氏
②親なきあとの準備と成年後見制度
日 9月25日（金） 午前10時～11時45分（9時45分受付開始）
師 NPO法人成年後見ウィル理事長 阿部由美氏
=以下、①②共通=
対 区内在住、在勤、在学で障害のある方、家族、福祉関係者
場 十条台ふれあい館別館第1ホール（中十条1-2-18） **定**各50人（申込順）
申 各開催日の5日前までに、ファクス、Eメール（記入例参照）または電話申込
問先 北区障害者基幹相談支援センター
☎・FAX（3905）7226
EMpeernet@peernet.or.jp

ロコモ予防講座

●ロコモ予防×美
～カッコよくキレイな40・50代に～
対 区内在住、在勤の40歳～59歳の方
日 ①10月10日（土） ②11月22日（日）
いずれも午後2時～4時
内 姿勢づくりや下半身の脂肪燃焼などの運動を行います。
申 ①9月24日（木）、②11月4日（水）までに、下記コードで申込



申込フォーム（10月10日）



申込フォーム（11月22日）

●～未来を支える身体づくり～
対 区内在住、在勤の60歳以上の方
日 ①10月21日（水） ②11月20日（金）
いずれも午後2～4時
内 いつまでも「動ける身体」を保つための簡単な筋力・バランス力アップの運動、脳活性トレーニングを行います。
申 ①10月5日（月）、②11月4日（水）までに、下記コードで申込



申込フォーム（10月21日）



申込フォーム（11月20日）

=以下、共通=
場 北とぴあ14階スカイホール
師 早稲田大学スポーツ科学学術院非常勤講師 荒木邦子氏
定 各25人（抽選）
※当日開始前に行う血圧測定の結果によっては、参加できない場合があります。
問 健康政策課健康増進係
☎（3908）9068



荒木邦子氏

仲間とともに、楽しく元気にフレイル
予防！フレイル予防のはじめの一步！
～「通いの場立上げ教室」
参加者大募集～

運動指導員や看護師などの専門スタッフによる健康長寿のコツのお話、運動習慣を身につけられるよう、体力測定や効果的な運動を行うほか、終了後も教室の仲間と運動を続けられるよう支援します。フレイル予防のはじめの一步、踏み出してみませんか。
対 区内在住のおおむね65歳以上で、フレイル予防に興味がある方
※運動プログラムのため運動制限のある方は参加をお断りする場合があります。詳しくは区Webをご覧ください。
※申込に際して、体調の確認をさせていただく場合があります。
日場 区Webをご覧ください。
定 各会場20人（抽選）
費 通いの場立上げ教室（体操編）・通いの場立上げ教室（マシンお試し編）…1,200円（いずれも全12回。1回でも参加した方は利用料をご負担いただきます）
申 下記コードまたは申請書（下記問い合わせ先にあります）を記入し、持参（窓口での直接記入も可）または郵送で、9月30日（水）（必着）まで ※結果は10月8日（木）頃に通知予定
問先 〒114-8508（住所不要）長寿支援課（区役所第一庁舎1階16番）
☎（3908）9017
問 ぶらっとほーむ（桐ヶ丘・滝野川東）または各高齢者あんしんセンター



申込フォーム



区Web

家族介護者教室
「緩和ケアってなに？」

対 区内在住、在勤の方
日 10月3日（土） 午後2時～3時30分
場 UR王子五丁目団地6号棟集会所（王子5-2-6）
内 がんによる心身の苦痛をやわらげ自分らしい生活を送るための緩和ケアについて学びます。
師 王子生協病院 高橋駿太氏
定 20人（申込順）
申 9月1日（火）午前10時から電話申込
問先 王子光照苑高齢者あんしんセンター
☎（3927）8899

介護予防で元気はつつつサロン

●みんなで楽しく介護予防、元気はつつつサロン
対 北区豊島2～8丁目に在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方
日 9月28日（月） 午後2時～3時30分
場 豊島ふれあい館第1ホール（北区豊島3-27-22）
内 転倒予防体操、笑顔で長生き調査など
師 介護予防リーダーの会
定 15人（申込順）
申 9月1日（火）午前10時から電話申込
問先 豊島高齢者あんしんセンター
☎（6903）2712
●脳と体を刺激しステップ反応を改善
対 赤羽西1～6丁目（5丁目の3～15を除く）、西が丘1～3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 9月18日（金） 午後1時～2時30分
場 赤羽スポーツの森公園競技場ふれあいホール（赤羽西5-2-27）
内 言葉に対して足を素早く動かし、ステップを出す訓練で足の動きをスムーズにしていきます。
師 理学療法士 郷間加奈子氏
定 30人（申込順）
申 9月8日（火）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

北区シニア連 楽しい健康講座
「笑って認知症予防」
～笑いの健康学～

主催 北区シニアクラブ連合会
後援 北区
対 区内在住の60歳以上の方
日 9月24日（木） 午前10時30分～正午

場 滝野川会館1階大ホール
内 笑うことや笑顔の効果について学ぶ「笑いの健康学」講演会を開催します。
師 日本笑い学会講師 藤井敬三氏
定 300人（先着順）
申 当日、直接会場へ
問 北区シニアクラブ連合会
☎（3914）5194
（水・土・日曜、祝日定休）

健フェス!! 薬草鑑賞会2026

主催 （一社）北区薬剤師会
後援 北区
日 10月11日（日） 午前10時～正午
場 夢の島熱帯植物館
【集合場所】 新木場駅前（江東区新木場1-6-1）
内 日本大学薬学部松崎教授のお話と共に夢の島熱帯植物館を散策します。
師 日本大学薬学部生薬学教授 松崎桂一氏
定 50人（申込順）
申 10月5日（月）までに、右記コードで申込
問 （一社）北区薬剤師会
☎（3914）5171



申込フォーム

新しい働き方を、みつけにいこう！
おしごと応援フェア

共催 ハローワーク王子
対 就職活動中の求職者
日 9月18日（金）
①午後1時～2時
②～⑤午後2時～4時30分
※受付終了4時
内 ①就労支援セミナー「福祉のしごとをのぞいてみよう！」
②企業・団体による個別面接会1人20分程度
③ハローワーク王子による個別相談
④きらりあ北相談員による就労カウンセリング・ボランティア相談会
⑤情報コーナー
申 ①～④ 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
⑤ きらりあ北ブログ
【⑤】 当日、直接会場へ
問場先 いきがい活動センターきらりあ北（王子5-2-5-101）
☎（5390）2220
FAX（5390）2233
EMkitaku-ikigai@foryou.or.jp



きらりあ北ブログ



つなぐ医療・福祉No.1
障害者福祉センター趣味の講座

対 区内在住の15歳以上で、障害者手帳（身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳）をお持ちの方または難病の方で、継続して受講が可能な中程度の障害のある方
※付き添い者を希望する方はご相談ください。
日内師 下表のとおり ※詳しい日程は受講決定後にお知らせします。期間、回数などは変わることがあります。 **定** 各10人（抽選）
申 往復はがき、ファクスまたはEメール（記入例参照。第2希望まで記入可。ファクス申込の方はファクス番号も記入）で、9月25日（金）（必着）まで
問場先 〒114-0032 中十条1-2-18 障害者福祉センター事業係（土・日曜、祝日を除く） **☎**（3905）7121 **FAX**（3905）7116
EMc-jigyo@city.kita.lg.jp



区Web

講座名	日程	内容	講師
アート書	10月20日～令和9年2月16日（11月3日を除く） 原則第1・3火曜 計8回 午後1時30分～3時30分	イラストのようなデザインを考えながら、素敵な文字を用いた作品を作ります。	小泉美鈴氏
中国健康法（太極拳）	10月27日～令和9年2月9日 原則第2・4火曜 計8回 午後1時30分～3時	体をゆっくり動かし「気」と血液の循環を促します。	吉野昭江氏
健康麻雀	10月29日～令和9年2月18日 原則第1・3(5)木曜 計8回 午後1時30分～3時30分	ルールを学び、マージャンを通して他の受講生との交流を図ります。	千田和良氏

お知らせ

9月は自殺対策強化月間です。
一人で悩まずに、早めに相談しましょう

自殺は「追い込まれた末の死」といわれています。しかし自殺は「防ぐことのできる死」でもあります。自殺は健康問題や生活困窮、過労、人間関係の悩みなど、さまざまな要因が複雑に絡み合い、誰にでも起こり得る危機です。早めに周囲に助け（相談）を求めることは、自殺の防止につながります。

「気づいてください!～こころとからだの限界サイン～」

☐ 気分が落ち込んで、やる気がでない

☐ これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった

☐ 不安や緊張が高まって、イライラしたり怒りっぽくなった

☐ 寝つきが悪くなったり、何度も目が覚めてしまい眠った感じがしない

☐ からだの調子が悪くなった（痛みや倦怠感など）など

東京都「自殺防止!東京キャンペーン」

特別相談を実施しています。詳しくは東京都Webをご覧ください。

「ゲートキーパー」をご存じですか？

ゲートキーパーとは、身近な人の悩みに気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る「いのちの門番」です。

問 健康政策課

☎（3908）9068



区Web



東京都Web

募集

「ムービープロジェクト」キャスト・撮影
スタッフ参加者募集

対日 10月10日・17日 各土曜 計2回

①キャスト：中学生～大学生

②撮影スタッフ：撮影、録音、演出、助監督、編集に興味のある方

内 十条の街を舞台に、その魅力を伝える映画作品をみんなで作ろう。キャストとして演技に挑戦する方、スタッフとして映画づくりを体験したい方、大募集。

師 監督、演出 志田一穂氏 脚本 おさべせりな氏

定 ①②ともに若干名（選考） ※当選の連絡やイベント当日の時間は別途連絡します。

申 9月1日（火）から右記コードで申込

問場 ジェイトエル（上十条2-27-1） ☎（5948）6400



志田一穂氏



おさべせりな氏



申込フォーム

お知らせ

防火・防災・救急コーナー

9月9日は救急の日です
迷ったら、救急受診ガイドで診断!電話で相談#7119!

〔救急医療週間〕 9月6日（日）～12日（土）

令和7年中の救急出場件数は、約93万2千件でした。救急車の適時・適切な利用にご協力をお願いします。

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



東京版救急
受診ガイド

第34回

北区伝統工芸展

魅力ある伝統工芸品の数々を鑑賞し購入できるだけでなく、伝統の技を継承する職人たちの手さばきを間近で見て感じることができます。

技の体験 体験内容により時間を要するものがあります。
終了時刻に合わせ、技の体験受付を早めに終了することがありますので、早めにご来場ください。



陶芸
ろくろ体験



刀鍛冶
銘切体験

業種	出展者	技の体験時間	技の体験内容	体験費用
浮世絵木版画	沼辺伸吉	終日	木版画摺体験	500円
伝統木版画	沼辺広伸			
江戸べっ甲	森 俊昭	終日	①ペンダントづくり ②ストラップづくり ③茶さじづくり	①～21,000円 ③3,000円
	森 孝裕			
東京仏壇	岩田芳樹	終日	①組子コースターづくり（2枚セット） ②銘木箸づくり（一膳） ③高級木材でつくるネームプレートづくり	①1,600円 ②1,900円 ③ 600円
	岩田晴芳			
	岩田 隆			
江戸文字風絵	志村康夫	終日	竹骨つきの風絵に絵を描く	500円
江戸表具	我妻雅之	終日	からくり名刺入れづくり（砂子まき）	1,300円
銀細工	小島信重	終日	アルミメダルづくり（荒らし分け）	500円
	小島信一			
とんぼ玉	なかの雅章	終日	①とんぼ玉体験 ②アクセサリーづくり体験	各1,000円～
染付	高橋友穂	9月26日（土） 午前10時～午後5時	①フリーカップ ②カフェボール ③三寸皿 ④はしおき	①1,700円 ②1,900円 ③1,700円 ④1,600円
陶芸	酒井智子	終日	ろくろ体験	700円
刀鍛冶	水木良光	終日	①銘切体験 ②鉄板（模様無し）銘切キーホルダー	①2,000円 ②3,000円
彫金・金属工芸	麓 眩	午前10時30分～ 午後4時30分	溶かした錫で指輪づくり	2,000円

目

9月26日（土） 午前10時～午後6時
27日（日） 午前10時～午後5時

場

北とぴあ地下1階展示ホール



江戸べっ甲 森 俊昭
「ブックエンド」



銀細工 小島信重
「福良雀銀かんざし」



縁起福熊手 芝崎善治
「縁起福熊手」



江戸文字風絵 志村康夫
「鯉の滝登り」



東京仏壇 岩田芳樹
「隅切18号紫檀」



東京手描友禅 佐藤信男
「手描友禅訪問着『白鷺』」

特別展示

北区伝統工芸保存会相談役として活躍されている、人間国宝、
北区名誉区民である奥山峰石氏の鍛金作品を展示します。

問 産業振興課商工係 ☎（5390）1235

[主催] 北区伝統工芸保存会・北区

[後援] 王子青色申告会・東京商工会議所北支部・北産業連合会・北区商店街連合会・王子法人会・東京税理士会王子支部・北区納税貯蓄組合連合会・東京北区観光協会

区Web



区X (旧ツイッター)



Facebook



LINE



YouTube
(北区公式チャンネル)



世帯と人口

（令和8年8月1日現在） 前月比

世帯数	218,938	191増
総人口	370,167	239増
年齢別人口*	14歳以下… 37,220 (10.0%)	
	15歳～64歳… 249,771 (67.5%)	
	65歳以上… 83,176 (22.5%)	

*外国人人口を含む

日本人人口	333,290	55増
男	165,235	34増
女	168,055	21増
外国人人口	36,877	184増
男	18,549	94増
女	18,328	90増