

主 な 内 容

- 建物もあなたと同じ健康診断!
建築物防災週間
8月30日(日)～9月5日(土)……2面
- スポーツの日 10月12日(祝)
区内スポーツ施設無料開放……2面
- 8月31日はやさいの日……3面
- 安全・安心・快適コーナー……4面

北区飛鳥山博物館 特別展覧会

第25回
人間国宝

9月12日(土)～10月12日(祝)

[休館日] 9月14日(月)・24日(木)・28日(月)、10月5日(月)

場 北区飛鳥山博物館 特別展示室・ホワイエ

奥山峰石と
北区の工芸作家展



飛鳥山博物館Web

入場
無料

今年もまた人間国宝・奥山峰石氏と北区ゆかりの工芸作家たちの作品が飛鳥山の初秋を彩ります。
展覧会には創造性豊かな作家たちによる、多彩なジャンルの作品が一堂に会します。
また、25回を記念した小作品展示を併設し、作家によるトークショーや体験講座などの関連イベントも行います。
ぜひこの機会に繊細でありながらも美しい工芸の美をご堪能ください。



[七宝] 紙の襷
小林輝子



[鍛金] 接合せ椿文様花器
奥山峰石



[陶芸] 悠韻
宮島正志



[鑄金] 龍銀縹文四方花器
松本隆一

出展作家 ※五十音順

- | | |
|------------|----------|
| 浅井盛征<彫金> | 岩本英子<人形> |
| 太田淑江<友禅> | 奥山峰石<鍛金> |
| 金森三恵子<鍛金> | 鎌倉愛子<人形> |
| 氣賀澤雅人<ガラス> | 小林輝子<七宝> |
| 高橋和則<陶芸> | 塚山洋子<人形> |
| 繁昌孝二<漆芸> | 藤江聖公<彫金> |
| 藤田政利<鍛金> | 前田宏智<彫金> |
| 松本隆一<鑄金> | 宮島正志<陶芸> |

※都合により変更される場合があります。

- [鍛金] 金属に熱を加え、金鎚などで叩いて形作る技法
[彫金] 鋸などで金属を彫って成形や図案入れをおこなう技法
[鑄金] 土・砂で作った鑄型に溶かした金属を流し込んで加工する技法



[鍛金] 花苑にてA(ケナガイタチ親子)
藤田政利



[鍛金] むすひ
金森三恵子

2面へ続く

「令和8年熊本地震災害義援金」の受付

日本赤十字社では、令和8年熊本地震災害義援金を受け付けています。
災害義援金は全額が被災地へ配分されます。
[金融機関名、口座記号番号及び口座加入者名]
ゆうちょ銀行・郵便局 00190-3-605956
日赤令和8年熊本地震災害義援金
問 日本赤十字社本社パートナーシップ推進部 ☎(4363)2056

●区内の7カ所に募金箱を設置しています
①北区役所第一庁舎1階受付 ②王子区民事務所1階受付 ③赤羽区民事務所1階受付
④滝野川会館1階受付 ⑤赤羽会館2階赤羽地域振興室窓口 ⑥中央図書館1階総合カウンター
⑦北とぴあ1階受付(①～⑤は月～金曜のみ、⑥⑦は休館日を除く毎日)
義援金は、北区役所地域振興課(北とぴあ10階)及び各地域振興室の窓口でも受け付けています。
問 地域振興課地域振興係 ☎(5390)0092

北区飛鳥山博物館
特別展覧会

第25回 人間国宝 奥山峰石と北区の工芸作家展

関連イベント

作家が語る!作品解説

日9月20日日 午後1時30分～2時30分
場同館特別展示室
内作品のテーマや技法について、出展作家が直接解説します。
師出展作家3人程度 申当日、直接会場へ

金工に親しみ学ぶ講座

日9月26日日 午後1時30分～3時30分
場同館体験学習室 内鍛金作家の指導で、金属板に模様を打ち込んでミニ皿を作ります。師金森三恵子氏 定11人(抽選)
費1,000円 申往復はがき(記入例参照)または右記コードで、9月11日(金)(必着)まで

陶芸を楽しむ学ぶ講座

日9月22日休 午前10時10分～午後1時
場同館体験学習室 内陶芸作家の指導で抹茶茶碗の成形までを行います。※後日、焼き上げた作品をお渡しします。
師高橋和則氏 定20人(抽選) 費1,200円程度
申往復はがき(記入例参照)または右記コードで、9月4日(金)(必着)まで

第25回記念トークショー「工芸の愉しみ」

日10月12日祝 午後1時30分～3時30分
場同館講堂 内工芸作品の技法や鑑賞ポイントなどを、対談形式で出展作家たちが語ります。師出展作家 定50人(抽選)
申往復はがき(記入例参照)または右記コードで、9月25日(金)(必着)まで

以下、共通 問先〒114-0002 王子1-1-3飛鳥山公園内 北区飛鳥山博物館 ☎(3916)1133

スポーツ

シルバースポーツ大会

対日場内定申問先下表のとおり

大会名	対象	日程	会場	内容	定員(先着順)	申込方法
シルバー 野球大会	60歳以上の方で 構成するチーム	9月23日(祝)、10月10日(土)・17日(土)・24日(土) 〔予備日10月31日(土)、11月3日(祝)〕 計4日 (試合:午前8時30分～午後4時) ※開会式 9月23日(祝)午前8時から	新荒川大橋野球場 D・E面 (赤羽3-29先)	トーナメント方式	10チーム (1チーム10人以上)	申所定の申込用紙(スポーツ推進課スポーツ支援係にあります。区Webからもダウンロードできます)に記入し、8月21日(金)午前9時から28日(金)午後5時までに、ファクス、Eメールまたは直接窓口で申込 問先スポーツ推進課スポーツ支援係(北とびあ10階) ☎(5390)1135 FAX(5390)1137 ✉spo-vol@city.kita.lg.jp (窓口申込は月～金曜 午前9時～午後5時のみ受付)
シルバー サッカー大会	令和9年4月1日までに 70歳以上に達する男 性及び同期日までに 60歳以上に達する女 性で構成するチーム	9月12日(土) 午前9時～午後5時30分	赤羽スポーツの森 公園競技場 (赤羽西5-2-27)	3チームずつのリー グ戦とリーグの同 順位による順位戦	6チーム(1チーム13 人以上24人以内) ※区内在住の方につ いては、個人参加申 込を受け付けます。	申8月28日(金)までに、所定の申込用紙(スポーツ推進課スポーツ支援係にあります。区Webからもダウンロードできます)に記入し、Eメールで申込 ※Eメールでの申込が難しい場合はご相談ください。 問先東京都北区サッカー協会シニア委員会委員長 小椋昭一 ☎(3907)9305 ✉senior-ogura@tokyo-kitakufa.jp
シニア グラウンド・ ゴルフ大会	60歳以上の方5人で 構成するチーム	10月2日(金) 〔予備日10月14日(水)・21日(水)〕 午前9時30分～午後4時	北運動場グラウンド (神谷2-47-6 北運動公園内)	各チーム、合計点数 で順位決定	32チーム	申8月28日(金)までに、電話またはファクスで申込 問先東京都北区シニアクラブ連合会 ☎・FAX(3914)5194 (電話申込は月・火・木・金曜 午前9時～午後4時のみ受付)
シニア 輪投げ大会		10月29日(木) 午前9時30分～午後4時	滝野川体育館 1階アリーナ (西ヶ原2-1-6)		60チーム	

区Web

お知らせ

建物もあなたと同じ健康診断!
建築物防災週間 8月30日(日)～9月5日(土)

①建物の定期調査・検査

建築基準法では、多数の人が利用する建物の安全性や適法性を確保するため、定期報告制度を定めています。これは、建物の所有者(または管理者)に対し、建築士などの専門の技術者に現況調査を依頼し、その結果を報告するよう義務付けたものです。
区では、建築物防災週間の期間中、多数の人が利用する建物に区職員が訪問して、維持管理の状態を点検・調査する取組を行っています。お伺いする建物には事前にご連絡します。ご協力をお願いします。

②ブロック塀等の安全点検・安全対策を

以下のチェックリストを使用して、自宅のブロック塀の危険度を確認しましょう。

□塀の高さが2.2mを超える

□塀の厚さが10cm未満(塀の高さが2.0mを超える場合は厚さが15cm未満)である

□塀の高さが1.2mを超える場合に、塀の長さ3.4m以下ごとに高さの5分の1以上突出した控え壁がない

□塀に傾き・ひび割れなどがある

※一つでもチェックがつくと倒壊する恐れがあります。このほかにも鉄筋が入っていないなど、危険なブロック塀があるので専門家に相談しましょう。また、区の助成制度もあわせてご活用ください。

区では以下の事業を行っています

③ブロック塀等安全対策支援事業 ④木造民間住宅耐震化促進事業
⑤緊急輸送道路沿道建築物耐震化促進事業
⑥マンション耐震化支援事業 ⑦がけ・擁壁の安全対策支援事業
⑧土砂災害対策支援事業

※ご利用には一定の要件があり、事前に手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。
問先 ①について 建築課設備審査担当(区役所第一庁舎7階5番)
☎(3908)9184
②～⑧について 建築課構造・耐震化促進係(区役所第一庁舎7階4番)
☎(3908)1240

区Web

スポーツ

スポーツの日 10月12日(祝)
区立スポーツ施設無料開放

対場内申問先下表のとおり ※詳しくは区webをご覧ください。
※無料開放の施設・種目はほかにもあります。
※抽選または事前予約を行わない種目は、当日、直接会場へ
【無料時間】午前7時～午後9時30分
※種目により利用時間が決まっています。

種目	受付方法など
桐ヶ丘体育館 〔貸切利用〕剣道場・柔道場を 使用する種目	9月1日(火)から電話または桐ヶ丘体育館窓口で先着順に予約受付 問先桐ヶ丘体育館(赤羽台3-17-57) ☎(3908)2316
サッカー・フットサル ※対象施設は区web参照	9月18日(金)午前9時から北運動場で抽選 ※抽選会は1団体につき1人まで ※2時間ごとの利用 問先北運動場(神谷2-47-6) ☎(3902)5639
軟式野球・ソフトボール ※対象施設は区web参照	9月4日(金)午前9時30分から北とびあ9階902会議室で抽選 (9時20分から入室順で整理券配布。抽選会は1団体につき1人まで) 抽選会で埋まらなかった枠は、9月4日(金)午後1時から電話で予約受付 問先スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135
テニス・ソフトテニス ※対象施設区web参照	9月4日(金)午前10時30分から北とびあ9階902会議室で抽選 (10時20分から入室順で整理券配布。抽選会は1団体につき1人まで) 抽選会で埋まらなかった枠は、9月4日(金)午後2時から電話で予約受付 問先スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎(5390)1135

区Web

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

申込フォーム

●ホクト・スターズダンス無料講習会

初初心者日10月1日・8日・15日・22日 各
木曜 午後1時～3時30分場赤羽文化セン
ター費1ヵ月1,500円【PR】年齢に関係なく
8人踊るゲーム的楽しいダンスです。
問高田☎090(6796)1268

お知らせ

8月31日はやさいの日

「東京北区マイベジプロジェクト」では、さまざまな企業と連携し野菜摂取を応援する取組を行っています。ぜひご活用ください。

けんコミ ※

「親子で作れるかんたん野菜レシピ」をテーマにリーフレットを作成しました。区Webをご覧ください。

区Web

※けんコミは㈱トモズ、サミット株、国分グループ本社株などが運営する健康コミュニティです。

8月20日(木)～9月2日(水)までの期間、けんコミ王子店(サミットストア王子店2階)の「ベジチェック®」を測定した方に、あるきたポイント50ポイントや抽選で20人に景品をプレゼントします。

東京北区
マイベジプロジェクト
毎食、自分らしく、野菜をプラス!

区Web

サラダファースト
食卓にサラダがあると。

区Web

問 健康政策課健康増進係 ☎ (3908) 9068

スポーツ

北区体育協会スポーツ教室

対日場内師定費下表のとおり

申往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入)またはWebで、8月30日(日)(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

体育協会Web▶
(8月20日受付開始)

教室名	対象	日程	時間	場所	講師	定員 (抽選)	費用
アクアビクス女性(夜の部)	18歳～80歳の方	9月29日～11月24日(11月3日・17日を除く) 毎週火曜 計7回	午後7時～8時	パノラマプール十条台 (中十条1-5-6)	上屋敷昌子氏	40人	6,500円
初心者・初級者バドミントン	18歳～75歳の方 (学生を除く)	10月8日～12月10日 毎週木曜 計10回	午後6時45分～8時30分	滝野川体育館アリーナ	バドミントン協会 指導員	30人	各9,200円
初・中級者卓球	18歳～80歳の方 (学生を除く)				卓球連盟指導員	50人	
ボクサ&キック女性	18歳～70歳の方	10月9日～12月18日 毎週金曜 計11回	I部:午後6時30分～7時30分 II部:午後7時40分～8時40分	滝野川体育館プレイルーム	上屋敷昌子氏	各30人	各1万100円
ヴォイストレーニング滝野川	18歳以上の方	10月6日～12月22日(11月3日を除く) 毎週火曜 計11回	I部:午前9時30分～10時30分 II部:午前10時45分～11時45分	滝野川体育館第一武道場 (12月8日のみプレイルーム)	清水理恵氏	各25人	各1万1,200円
ヴォイストレーニング赤羽		10月2日～12月11日 毎週金曜 計11回	I部:午前9時30分～10時30分 II部:午前10時45分～11時45分	赤羽体育館エクササイズスタジオ (志茂3-46-16)	但馬由香氏		

事業予定

9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

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)	14日(月)	午後0時45分～ 1時45分	検査当日
		28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	1日(火)	午前9時～午後3時	7日(月)以降
		8日(火)		14日(月)以降
		15日(火)		24日(木)以降
		29日(火)		10月5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Webからの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)容器の事前受取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Webからのインターネット予約も可能です。

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	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) ～心の声をつぶやこう～(予)	王子	16日(水)	
	赤羽	10日(木)	
	滝野川	24日(木)	
精神保健相談(予)	王子	24日(木)	
	赤羽	15日(火)	
	滝野川	3日(木)	
専門医相談(依存症等)(予)	滝野川	18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。

電話相談 9月の	+	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	2日 内科	金	4日 眼科
				7日 婦人科		9日 小児科		11日 耳鼻咽喉科
				14日 内科		16日 内科		18日 整形外科
				21日 休み		23日 休み		25日 内科
				28日 外科		30日 皮膚科		

雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決
特殊検査液で雨漏り原因をピンポイント説明 壁、天井のしみを
みつけたらまず、ご一報下さい

修繕費の無駄はカット

見積無料

検査・修繕 0120-18-3216

東京都葛飾区立石 7-31-7 株式会社サーベイ

相続・贈与・売却 税金のご相談

共 資産税会計
高田共宏税理士事務所

旅行が大好きな資産税を得意とする理系税理士
私を選んでくれたお客様に誠心誠意尽くすことをお約束します

<http://tomotax.jp> info@tomotax.jp
 北区王子4-27-6 070-5457-0217

相続手続きにお困りの方

北区の「相続専門司法書士」にご相談ください

戸籍謄本集め、不動産名義変更、
銀行手続き、上場株名義変更など

初回相談無料 事前予約制

☎ **03-6903-3825** ▶お気軽にご連絡ください
司法書士王子事務所 (北区王子2-26-2-601)

ひとり暮らしの不安はありませんか?

身元保証 死後事務 終活相談

無料相談
受付中

一般社団法人
あんしんの輪

048-999-6414



（広告）
この欄は北区の事業ではありませ
んお問い合わせは各企業・団体へ



お知らせ

◆Jアラートの試験放送を行います

防災行政無線(屋外スピーカー)を使い、区内全域でJアラートの試験放送を行います。Jアラートは国から伝えられる緊急地震速報などの緊急情報を自動的に防災無線で伝えるシステムです。

日8月26日(水) 午前11時頃

内チャイム→「これはJアラートのテストです」を3回繰り返し→「こちらは防災北区です」→チャイム ※北区以外の地域でもさまざまな手段を用いて行われる予定です。

問防災・危機管理課

☎(3908) 8184

◆8・30臨時災害FM(77.1MHz)

区では防災週間にあわせて8月30日(日)午前9時～正午予定で臨時災害FM(きたくりんさい771)の実験試験放送を実施します。在宅避難や地震対策をはじめとしたさまざまな防災情報をお伝えします。

受信状況アンケートにお答えいただいた方にはベリカードを発行します。

問防災・危機管理課

☎(3908) 8184

◆粗大ごみ処理手数料の電子決済サービスがはじまります

10月1日(木)の申込分から、粗大ごみ処理手数料の支払いで電子決済サービスを利用できるようになります。

対インターネットで粗大ごみの収集の申込をする方で、支払方法で「電子決済」を選択(持込は対象外)

[利用可能な電子決済] クレジットカード、PayPay、auPAY、d払い ※詳しくは区Webをご覧ください。

問北区清掃事務所 ☎(3913) 3077

お知らせ

安全・安心・快適コーナー

サイバー犯罪から身を守りましょう!

●個人情報の流出を防ぐために

ウェブサイトやSNSなどに載せる個人情報に注意。写真からも個人情報は漏れます。個人認証サービスが施されていないサイトで自分の住所、名前、電話番号、カード番号などの入力控え。フリーWi-Fi(公衆無線LAN)利用時の個人情報の入力は控える。

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

9月1日は防災の日です

[防災週間] 8月30日(日)～9月5日(土)

防災の日は、大正12年9月1日に発生した関東大震災などをきっかけとして、定められました。地震が起きたときは、何よりも自分の命を守ること、そしてけがをしないことが大切です。地震時の行動については、「地震その時10のポイント」を、また、地震被害の軽減対策については、「地震に対する10の備え」を活用してください。

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

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

◆国保・後期高齢者医療制度

健康測定会・フレイル予防セミナー～あなたの血管年齢は何歳?～

対区内在住の方

日9月4日(金) 午前10時30分～午後3時30分(3時最終入場)

場北とぴあ13階飛鳥ホール

内血管年齢や筋肉量などの測定会とフレイル予防について学べる講座です。75歳以上の方は専門職による個別相談も受けることができます。

定50人(先着順)

申当日、直接会場へ

特定健診受診勧奨(国民健康保険)の通知発送・ショートメッセージ配信

令和8年度に特定健康診査を未受診の方に受診をお勧めするはがきをお送りします。また、一部対象者の方の携帯電話やスマートフォンに受診をお勧めするショートメッセージをお送りします。

※振り込み詐欺にご注意ください。

今回お送りするのは、特定健康診査の受診勧奨のご案内です。以下のようなことをお願いすることはありません。

- ・特定の金融機関や口座番号への振込
- ・ATMの操作
- ・口座情報を聞き出すこと
- ・通帳やキャッシュカードを預けること

不審な連絡があった場合には、区の各担当課へお問い合わせいただくとともに、警察へ通報するなどのご対応をお願いします。

生活習慣病の疑いがある方への通知発送

対北区国民健康保険の加入者のうち、令和7年12月から令和8年1月までに特定健康診査を受診した結果、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

=以下、共通=

問国保年金課庶務係

☎(3908) 1193

◆北とぴあ改修工事に伴う一部休館

北とぴあ改修プラン「リ・デザインプラン」に基づく改修工事に伴い、一部施設の休館を予定しています。

施設休館スケジュール

休館予定期間(※1)	施設名
令和9年4月1日以降	1601会議室
	1602会議室
令和9年6月1日～15日	ペガサスホール
令和9年6月1日～7月31日	展示ホール
令和10年度予定(※2)	さくらホール
	つつじホール
	ドームホール

(※1)休館期間中の各施設について、抽選及び予約申込はできません。

(※2)具体的な期間については、詳細が決まり次第お知らせします。

問「リ・デザインプランについて」

大規模区民施設整備担当課

☎(5390) 1116

問「施設予約について」

北とぴあフロント

☎(5390) 1100

◆都内一斉無料特別相談「多重債務110番」

日9月7日(月)・8日(火) 午前9時30分～午後4時

内借金整理の方法を説明し、専門家の相談につなげます。特別相談日以外も受け付けます。借金に関する書類をご用意ください。

問消費生活センター

☎(5390) 1142

◆行政書士会無料相談会

後援 北区

日9月1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(当日の会場受付も可)

問先東京都行政書士会北支部

☎(5963) 7437

◆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8月31日(月) 午後6時～9時

場赤羽会館4階第4集会室

内相続・贈与・財産分与・遺言に関する相談、不動産登記・会社登記・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8月30日(日)までに電話申込

問先東京司法書士会 北・荒川支部 栗原

☎(5948) 5364

休館

赤羽文化センター

日9月14日(月)・15日(火)

問赤羽文化センター

☎(3906) 3911

田端文士村記念館

日9月20日(日)～10月2日(金)

問田端文士村記念館

☎(5685) 5171

障害者福祉センター

日9月21日(祝)～9月23日(祝)

問障害者福祉センター

☎(3905) 7111

募集

◆区政に届け!オンライントーク参加者募集

対区内在住、在勤、在学の中学生～20代で自宅などからオンライン会議ツール(Zoom)を使用できる方

日9月26日(土) 午後2時～3時30分予定

内「読書について、みんなの声を聞かせて!」をテーマに参加者と区長がオンライン会議ツール(Zoom)を使用して意見交換をします。

定20人程度(応募多数の場合抽選)

申9月13日(日)までに、右記コードで申込

問秘書課広聴担当

☎(3908) 1219

講座・催し

◆Kita-ku Design研究所 デザインパートナー登録説明会2026

対デザインやクリエイティブを仕事としている方

日9月30日(水) 午後7時～8時30分

場稲荷湯長屋(滝野川6-27-14)

内デザインパートナーとして区との連携を希望するデザイナー・クリエイターを募集します。募集開始に際し、Kita-ku Design研究所のこれまでの取組を紹介するとともに、デザインパートナーの登録についてご案内する会を座談会形式で開催します。

定20人(抽選)

申詳しくは区Webをご覧ください。

問しごと連携課

☎(3908) 1226

◆滝野川文化センター区民講座「ハンガリーのカロチャ刺しゅうで作る くるみのピンククッション」

対区内在住、在勤、在学の方

日9月29日(火)

[午前の部] 午前10時～正午

[午後の部] 午後1時～3時

師河合公美子氏

定各10人(抽選)

費1,800円程度

申はがき(記入例参照)、右記コードまたは直接窓口で、9月10日(木)(必着)まで

問場先〒114-8534 西ヶ原1-23-3 滝野川文化センター(月曜、祝日休館)

☎(5394) 1230

◆中央公園文化センター特別講座「ペルシア、イランと『中東』の歴史」

日10月10日・24日、11月7日・21日 各土曜 計4回 午後2時～4時

師元順天堂大学非常勤講師 小林克則氏

定30人(抽選)

費5,000円

申9月24日(木)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込

問場先中央公園文化センター(十条台1-2-1)(月曜、祝日休館)

☎(3907) 5661

◆自然教室「秋の鳴く虫をさがそう」

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 9月23日（祝） 午後4時～5時30分
場 みどりと環境の情報館（エコベルデ）（北区豊島5-6-1）
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、9月15日（火）（必着）まで
問先 〒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



自然ふれあい情報館ブログ

◆面接対策セミナー

対 就職活動を始める方、就職活動中の方
日 9月18日（金） 午後2時～4時（1時30分受付開始）
場 赤羽会館第2集会室
内 自信を持って面接に進めるようにロールプレイも行います。雇用保険受給中の方は求職活動の実績になりますので、「雇用保険受給資格者証」をお持ちください。
師 赤羽しごとコーナー所属の就職支援アドバイザー
定 12人（申込順）
申 9月17日（木）までに、右記コードで申込
問 産業振興課産業振興係
☎（5390）1234



申込フォーム

◆北区飛鳥山博物館座学講座「学芸員リレー講座『はじめての豊島氏』」

日 ①9月19日（土）
②10月31日（土）
③11月23日（祝）
いずれも午後2時～3時30分
場 同館講堂
師 同館学芸員
定 60人（抽選）
費 各回200円
申 往復はがき（記入例参照）または右記コードで、9月2日（水）（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



申込フォーム

◆赤羽文化センター区民講座

①「夜のリフレッシュヨガ」
対 区内在住、在勤、在学の女性
日 9月28日、10月5日 各月曜 計2回 午後6時30分～7時45分
師 ヨガインストラクター 川谷幸子氏
定 20人（抽選）
申 9月15日（火）までに、右記コードで申込
②「免許はなくてもドライバー ルールを守って責任ある運転を!～自転車の交通反則通告制度をしっかりと把握しよう～」
対 区内在住、在勤、在学の方
日 9月29日（火） 午前10時30分～正午
師 警視庁赤羽警察署職員
定 24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
=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



申込フォーム



申込フォーム

◆仲間を集めたい！参加者を増やしたい！そんなアナタに…「情報発信力アップ講座」

対 町会自治会、市民活動・ボランティア、NPO法人などの団体・個人、活動の広報・発信について関心のある方（初心者歓迎）
日 ①9月5日 ②12日 ③19日 各土曜 いずれも午前10時～11時30分 ※1日のみ参加可
日 ①北とぴあ7階701会議室
②③北とぴあ9階901会議室
内 ①SNSを活用して活動を広めよう
②活動が伝わる写真撮影のコツ
③思わず手を取るチラシの作り方
師 ①SOU! design labo代表 森さおり氏
②NPO法人COCORO CANVAS副理事 本藤太郎氏
③NPO法人埼玉情報センター事務局次長 秋本 創氏
定 30人（申込順）
申 各開催日前日までに、Eメール（記入例参照。所属団体がある場合は団体名も記入）または電話申込
問先 北区NPO・ボランティアぶらざ
☎（5390）1771
EM plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp



北区NPO・ボランティアぶらざWeb

◆図書館で読書会

日 9月12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『マナティーがいた夏』（エヴァン・グリフィス/作、多賀谷正子/訳）です。
[あらすじ] ピーターの11歳の夏休み。目標はトミーと「生き物発見ノート」を完成させ、マナティーの話を教えてくれた認知症のおじいちゃんのお世話をすることでした。しかし、発見したマナティーはけがをしており、おじいちゃんの症状は進み、さらにトミーの引っ越しまで発覚します。大きすぎる問題に直面したピーターが、大切なものを守るために奮闘する物語です。
申 当日、直接会場へ
問 中央図書館事業係
☎（5993）1125



「マナティーがいた夏」エヴァン・グリフィス/作 多賀谷正子/訳 ほるぷ出版

◆スポGOMI大会in北区2026 参加者募集 ～松田丈志さんが登場!～

対 区内在住、在勤、在学の方、区内企業
日 11月28日（土） 午前9時45分～正午（9時30分受付開始） ※小雨決行
場 東十条小学校周辺（東十条小学校集合）
内 制限時間内にチーム対抗でごみを拾い、拾ったごみの質と量で順位を競います。
定 1チーム3～5人（上限25チーム）（抽選）
申 10月18日（日）までにファクス、Eメール（記入例参照）または右記コードで申込
問先 循環社会推進課 資源循環推進係
☎（3908）8538
FAX（3927）6550
EM kankyobika@city.kita.lg.jp



松田丈志氏



申込フォーム

◆きらりあ北みんなのステージ～初秋の音まつり～

日 9月5日（土） 午後1時30分～2時50分（1時受付開始）
内 世代を問わず、どなたでもお気軽に音楽にふれあえるひとときをお届けします。懐かしのメドレーなど、心弾む音楽を楽しめるステージイベントです。
申 当日、直接会場へ
問場 いきがい活動センター きらりあ北（王子5-2-5-101）
☎（5390）2220 きらりあ北Web



◆人とネコの共生～知ってほしいネコのことパネル展～

日 9月4日（金）～11日（金）
※北とぴあの開館時間に観覧可（4日は午後1時から、11日は午後1時まで）
場 北とぴあ1階共有スペース
内 ネコの適正飼養、飼い主のいないネコなどのパネル展示に加えて、今年度は子どもも楽しめるイラスト間違い探しもあります。
申 当日、直接会場へ
問 北区保健所生活衛生課生活衛生係
☎（3919）0431

◆田端文士村記念館

①TABATAチャレンジウォーク「芥川龍之介が歩いた町・田端をあるく!」
対 日常的な歩行に支障のない方
日 10月11日（日） 午前10時受付開始 10時30分開始
内 健康アプリ「あるきた」にこの秋、田端新コースが追加。田端の名所が盛りだくさんの1周約4kmの新コースに研究員の案内付きで挑戦する、頭も体も楽しいウォーキングイベントです（「あるきた」ダウンロード推奨）。
②田端ひととき散歩「正岡子規 生誕160年へ向けて」
日 10月18日（日） 午後1時開演（0時30分開場）
内 正岡子規の生い立ちや人柄についての講義後、子規が眠る田端・大龍寺に墓参します。
=以下、①②共通=
定 80人（応募者多数の場合抽選・②は全席自由）
申 往復はがき〔記入例参照。全員の氏名（1通2人まで）も記入〕または右記コードで、①9月21日（祝）、②28日（月）（必着）まで。
※同一イベントへの重複申込不可
問場先 〒114-8523 田端6-1-2 田端文士村記念館
☎（5685）5171
Web <https://www.kitabunka.or.jp/tabata/>



申込フォーム

◆北とぴあ鉄道風景撮影会<9月>

対 中学生以上の方
日 9月16日（水）
[1回目] 午前10時30分開始
[2回目] 午後2時30分開始
場 参加者のみにお伝えします（屋外）。
定 各回10人（申込順）
費 8,000円
申 8月28日（金）までに、右記コード（1通2人まで）で申込 ※詳しくはWebをご覧ください。
問 北とぴあ鉄道風景撮影会係
☎（5390）1101
Web <https://www.hokutopia.jp>



申込フォーム

◆北区・荒川区合同まちあるきツアー～明治大正の産業遺産・煉瓦を訪ねて～

日 10月8日（木） 午前9時30分～午後0時30分（9時20分王子駅北口改札前集合）
※小雨決行、荒天中止
場内 両区の観光ボランティアガイドが煉瓦にまつわるスポットをご案内します。
[コース] 旧醸造試験所第一工場、梶原銀座商店街、船方神社、荒川遊園煉瓦塀、佐藤病院煉瓦塀、尾久図書館前煉瓦など
[解散] 宮前公園
定 20人（抽選）
費 東京さくらトラム（都電荒川線）の運賃 ※一日3回以上乗車する場合は一日乗車券がおおすすめです。東京都シルバーパスをお持ちの方はご使用いただけます。
申 9月3日（木）までに、Eメール（記入例参照。Eメールアドレスも記入。複数人での参加を希望する場合は、同伴者の氏名、住所、電話番号も記入）、右記コードまたは直接窓口で申込
問先 産業振興課観光振興担当
☎（5390）1234
EM sangyoshinko2@city.kita.lg.jp



申込フォーム（8月20日受付開始）

◆三益祭2026～次世代に繋げる酒のバトン～開催

日 10月11日（日） 午後1時～4時
場 北とぴあ13階飛鳥ホール
内 「近代日本酒の聖地・北区」ブランド発信、利き酒体験
費 6,600円
申 Webで申込
問 東京北区観光協会
☎（5390）1166



東京北区観光協会Web（8月20日受付開始）

◆草木染講座「藍の生葉染講座」

対 区内在住、在勤、在学の方（親子歓迎）
日 9月13日（日） 午前10時～正午
場 みどりと環境の情報館「エコベルデ」（北区豊島5-6-1）
師 染色家 小池啓子氏 **定** 30人（申込順）
費 1,000円（別途材料費500～3,000円 ※絹布持込可）
申 8月20日（木）からEメール（記入例参照）または電話申込
問先 東京都北区環境教育を進める会 広報 渡辺三枝子
☎ 090（7262）7723
EM nabecyanmiko@yahoo.co.jp

後援 北区

◆とうようだいがく 国際交流イベント

●にほんごカフェ（日本語の勉強）
対 北区に住んでいる外国人
日 9月17日（木曜日） 午後1時～2時30分
定 ①会話レベル1 ②会話レベル2
③ひらがな・文字クラス 各15人（申込順）
費 200円
●ゲームで交流!～北区を知ろう～
対 北区に住んでいる日本人及び外国人で、小学生以上の人
日 9月17日（木曜日） 午後3時～4時30分
定 50人（申込順）
=以下、共通=
場 東洋大学赤羽台キャンパス（赤羽台1-7-11）
申 9月7日（月曜日）までに、右のコードで申込
問 東洋大学留学生支援室
☎（3945）4169



申込フォーム

講座・催し

◆「Let's防災訓練」
～もしものために～

後援 北区
日8月21日(金) 午前9時～11時30分
場赤羽消防署志茂出張所
(神谷3-11-22)
内町会、自治会未加入者向けの防災訓練を
開催します。町会、自治会に加入している方
も参加できます。消火器訓練、放水訓練、煙
体験訓練、応急救護(AED)訓練、VR防災体
験車などを体験できます。
問赤羽消防署防災安全係地域防災担当
☎(3902)0119

スポーツ

◆桐ヶ丘体育館
第3期スポーツ教室

日10月1日(木)～12月26日(土)
内ヨガ・フラダンス・ピラティス・ZUMBA®
など16種類。硬式テニス教室4種類。子ども
スポーツ教室8種類。
対日定費詳しくはWebをご覧ください。
申往復はがき(記入例参照)。
1通1教室)またはWebで、9月
23日(祝)(当日消印有効)まで
※定員を超えた場合抽選
※定員に空きがある場合は当日参加可
問場先〒115-0053 赤羽台3-17-57
桐ヶ丘体育館
☎(3908)2316

◆赤羽体育館
「第Ⅲ期スポーツ教室」

対フットサル教室…4歳～小学6年生
バレーボール教室…小学生～高校生、18歳
以上の女性
その他の教室…16歳以上の方
※クラスにより対象年齢が異なります。
内ヨガ・ピラティス・エアロ・
ダンス系・バレーボール・フット
サルなど約15種類の教室が
あります。
※費用など詳しくはWebを
ご覧ください。
申往復はがき(記入例参照。1通1教室)または
Webで、9月10日(木)(当日消印有効)まで
問場先〒115-0042 志茂3-46-16
赤羽体育館 ☎(3901)3140

◆全身運動で歩く！
ノルディックウォーキング

①はじめてのノルディックウォーキング
対区内在住、在勤で日常的な歩行に支障の
ない18歳以上の方
日10月17日(土) 午前11時～午後0時
30分
費500円(初回ポール代無料)
②長距離を歩こう！ノルディックウォーキング
対過去にパノラマプールのノルディック
ウォーキング教室に参加された方
日10月24日(土) 午前11時～午後0時
30分
費800円 ※別途ポール代200円必要
=以下、①②共通=
場パノラマプール十条台周辺の屋外
内専用ポールを使用します。上半身の筋肉
を動かし、効率的に全身運動を行うスポーツ
です。階段の上り下りを含めて2km以上の歩
行をします。(ポールの貸出あり)
※雨天中止

師フクシ・エンタープライズ
定各15人程度(抽選)
申往復はがき(記入例参照)
またはWebで、各開催日の
10日前までに申込
※往復はがき持参有効
問先〒114-0032 中十条1-5-6
パノラマプール十条台管理事務所
☎(5993)8337

◆区民体育大会なぎなた競技

主催 北区・北区体育協会
対区内在住、在勤、在学で小学生～69歳の
なぎなた経験者 ※9月からの長期教室に
参加すれば未経験者も可
日11月8日(日) 午前10時から
場滝野川体育館第一武道場
(西ヶ原2-1-6)
費2,000円 ※経験者は稽古着、袴を着用
申8月31日(月)までに、Eメール(記入例参
照)で申込
問先北区なぎなた連盟 加藤
EMwheatcyan@ymail.ne.jp

◆少林寺拳法による護身術体験教室

後援 北区体育協会
対区内在住、在勤、在学、在園で5歳～75歳
の方(親子で参加歓迎)
日9月5日～10月31日 毎週土曜 計9回
午後6時～8時
場中央公園文化センター(十条台1-2-1)
定30人(申込順)
費3,000円
申9月4日(金)までに、Eメール
(記入例参照)または電話申込
※定員に空きがある場合は当日参加可
問師先北区少林寺拳法連盟 難波
☎090(5304)9765
EMh-nanba@rf7.so-net.ne.jp

◆パラスポーツ・レクリエーション
ひろば

後援 北区
日9月13日(日) 午後1時30分～4時
(3時30分最終受付)
場東京都立北特別支援学校体育館
(十条台1-1-1)
内ボッチャ、超短距離測定会、eスポーツなど
の体験のほか、ゆる楽器を使っ
たライブもあります。
東京2025世界陸上から1年、
元陸上競技選手で女子100m
日本記録保持者の福島千里さ
んも参加します。
[持ち物]上履き
申当日、直接会場へ(入退場自由)
問東京都スポーツ文化事業団
☎(6804)5636

子どもの幸せNo.1

古民家年中行事
「お月見行事～お月見団子を作って
楽しもう～」

対区内在住、在学の小学生
(3年生以下は要送迎)
日9月23日(祝) 午前10時～午後0時30分
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)・学年、電話番号を
記入)で、9月11日(金)(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

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。
9月中に行われるおはなし会
の日程など、詳しくはWebを
ご覧ください。
問各図書館

残暑も乗り切る！
プレーパークで水遊び★

●袋町公園(赤羽北3-11-10)
日9月6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9月7日(月)・14日(月)・20日(日)・21日
(祝)・28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Webをご覧ください。
子ども未来課子ども未来係
☎(3908)9097



親子で行く！和歌山市歴史学習&
自然体験ツアー参加者募集

対区内在住で平成26年4月2日～平成29
年4月1日生まれの方(小学4年生～6年生)
と保護者(2人1組)
日11月21日(土)・22日(日)
内「飛鳥山公園」や「旧古河庭園」、「紀州神
社」などは和歌山市と歴史的繋がりが強いこ
とを知っていますか。現地を訪れ、ベテラン学
芸員が小学生にもわかりやすく解説します。
定10組20人(抽選)
費2万円
申9月14日(月)までに、区
Webの申込フォームで申込
問地域振興課地域振興係
☎(5390)0092

楽しく遊んでエコを学ぼう！
～きたeco道場の開催～

①第5回きたeco道場
日9月20日(日) 午前10時～11時30分
内氣候ストライプから描く、私たちの未来年
表～お天気実験室～
申8月29日(土)から9月11日(金)までに、
区Webの申込フォームで申込
②第6回きたeco道場
日10月11日(日) 午前10時～11時30分
内リサイクルガラスでつくる！～キラキラ
アート～
申9月19日(土)から10月2日(金)までに、
区Webの申込フォームで申込
=以下、①②共通=
対区内在住、在学の小学生
場北とびあ9階901会議室
定各20人程度(申込順)
問循環社会推進課
事業啓発係
☎(3908)8539

わくわく土曜スポーツクラブ

対小学生
内バドミントン、バレーボール、ミニバスケ
ットボール、卓球、剣道、水泳、スラックライン&
スラックレール、バトン・チア
日場師定区Webをご覧ください。
申当日、直接会場へ
問スポーツ推進課
スポーツ支援係
☎(5390)1135

0歳児と同居している方への
麻しん抗体検査・予防接種費用助成

麻しん(はしか)は感染力が非常に強く、特
に定期予防接種前の乳児にとって注意が必
要な感染症です。都内での麻しんの流行を受
け、0歳児と同居する19歳以上の方を対象
に、麻しん抗体検査及び必要に応じた予防接
種(任意)の費用助成を実施しています。抗体
検査で十分な量の抗体が確認できなかった
場合には、予防接種費用も助成されます。
対昭和47年12月1日以降に生まれた19歳
以上の方で、かつ0歳児と同居している方
(予防接種は抗体検査の結果、抗体価が低い
と判定された方のみ)
場区内協力医療機関
[接種期間]9月1日(火)から
※8月31日(月)以前または区外で受ける場
合については、区Webをご覧ください。
[接種方法]区Webの申込
フォームで受診票などを申し
込みください。
問保健予防課保健予防係
☎(3919)3104

子どもに与えるメディアの影響を
知ろう！
～0歳からのこころとことばが育つ
関わり～

対北区在住の妊娠中の方、そのパートナ
ーの方、0歳児を育児中の方
日10月5日(月) 午後2時～3時30分
(1時45分開場)
場赤羽会館7階702室
内子どもに与えるメディアの影響、ふれあい
遊びの紹介
師NPO法人子どもとメディア常務理事
古野陽一氏
定乳児を含む60人(申込順)
申9月1日(火)から27日(日)
までに、区Webの申込フォー
ムで申込
問赤羽健康支援センター
☎(3903)6481

ドームホールプラネタリウム
星空投影会～北区の季節の星座～

対①小学校低学年以下向け
②小学校高学年以上向け
※未就学児入場不可
日9月23日(祝)
①午前11時開演(10時30分開場)
②午後2時開演(1時30分開場)
場北とびあ6階ドームホール
内このまちの9月の星座のたどり方や星座
の物語などをご紹介します。
[星空トーク]ステラ・マリーノ 坪内重樹氏
定各回100人(申込順)
費500円
申北とびあ1階チケット窓口
(午前10時～午後8時)で購入
※詳しくはWebをご覧ください。
問北とびあドームホールプラネタリウム係
☎(5390)1101

赤ちゃん学級(10月)

①妊婦向け
対 区内在住の妊婦（出産予定月が令和8年12月～令和9年2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12月～令和9年2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
9日(金)	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

②妊婦とパートナー向け

日程	会場	問い合わせ先
3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
17日(土)	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
25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

※車でのご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 9月1日(火)から10日(木)までに、区Webの申込フォームで申込



区Web

中高生対象レベルアップワークショップ参加者募集

「茶と花でひらく表現の世界」～茶道・華道 入門編～
対 中・高校生で全日程参加できる方
日 10月10日(土)・11日(日) 計2回
午後1時～4時
師 北区茶華道連盟理事長 島村宗俊氏
花と茶の教室主宰 川原恵理氏
定 10人（抽選）
[持ち物] 筆記用具
申 9月15日(火)までに、右記コードで申込
問 場 北区文化芸術活動拠点 ココキタ（北区豊島5-3-13）
☎（6338）5711 申込フォーム
（午前9時～午後5時 月曜休館）



申込フォーム

大学生とともに『自分の居場所』を見つけてみませんか
東京家政大学ホットルーム事業のご案内

対 区内在住の小・中学生
日（すでに5月に開室し、今回の募集では9月からの参加となります）
[第11回] 9月12日(土)
午後2時～4時
上記日程以降は、令和9年1月30日までの土曜 午後2時～4時（年間26回実施予定）
場 東京家政大学板橋キャンパス（板橋区加賀1-18-1）
内 不登校傾向及び不登校児童・生徒を対象とした居場所機能の提供とソーシャルスキルトレーニングなどを実施します。
定 20人（申込順）
申 下記コードで随時受付。電話による事前相談も可能です。
問 教育総合相談センター
☎（3908）1326



区Web



申込フォーム

文化庁伝統文化親子教室 茶道

後援 北区教育委員会
対 区内在住、在学の小学生と保護者（2人1組）
日 9月5日～12月12日（10月3日・10日・31日、11月14日・28日を除く） 各土曜 計10回 午前10時30分～11時30分
場 北とびあ9階茶室（致祥軒）
定 親子10組20人（抽選）
費 1組1万円
申 8月28日(金)までに、Eメール（記入例参照）で申込
問 茶道裏千家 清風会
☎ 090（6487）6017
E keikosasano@icloud.com



認知症サポーター養成講座

対 区内在住、在勤の方
日 9月26日(土) 午前10時～11時30分
場 東田端ふれあい館（東田端2-20-51）
定 20人（申込順）
申 8月20日(木)午前10時から電話申込
問 先 新町光陽苑高齢者あんしんセンター
☎（5855）1219

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 9月25日(金) 午前10時～11時30分
場 北とびあ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 8月26日(水)午前10時からEメール（記入例参照）または電話申込
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
E plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

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 9月25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 9月1日(火)午前9時から電話申込
②骨盤ケアミニ講座
日 9月25日(金) 午後1時45分～2時受付
定 6人（申込順）
申 9月1日(火) 午前9時から 区Webの申込フォームで申込 区Web
③女性のからだケア体験コーナー（申込不要）
日 9月25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。
申 当日、直接会場へ
＝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

介護予防で元気はつつサロン

●転ばぬ先の体づくり
対 赤羽北1～2丁目、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15日(火) 午後2時～3時
場 赤羽北区民センター2階第1ホールA（赤羽北2-25-8）
師 あん摩・マッサージ指圧師 小松正典氏
定 20人（申込順）
申 8月25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
●脳も体もイキイキ!筋力アップ体操
対 滝野川1～2丁目、西ヶ原2～4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29日(火) 午前10時～11時30分（9時40分受付開始）
場 星野ビル2階（滝野川1-62-5）
師 レコードブック駒込 清水公輔氏
定 12人（申込順）
申 9月1日(火)午前10時から電話申込
問 先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター
☎（3940）9175

家族介護者教室

●ちょっと一息。介護のこと話ませんか？
対 区内在住、在勤で、現在仕事と介護をしている方
日 9月26日(土) 午後7時～8時30分
場 喫茶ボンガトウ（中里2-2-4）
内 気持ちを共有できる場です。自分の話をしなくても聞くだけでも大丈夫です。
定 10人（申込順）
申 8月21日(金)午前10時から右記コードで申込 申込フォーム
問 滝野川はくちょう高齢者あんしんセンター
☎（3822）6080
●知って安心する介護にかかるお金の話
対 区内在住、在勤で、家族の介護をしている方
日 9月30日(水) 午後3時～4時30分
場 特別養護老人ホーム飛鳥晴山苑1階あすかホール（西ヶ原4-51-1）
内 介護や医療にかかる費用の目安をはじめ、知っておきたい公的支援や控除の仕組みについてファイナンシャルプランナーの講師から学びます。
師 NPO法人Wco.FPの会 青山雅恵氏
定 30人（申込順）
申 8月24日(月)午前10時から電話申込
問 先 飛鳥晴山苑高齢者あんしんセンター
☎（3940）9175



申込フォーム

●「困らないための施設選び」～施設の違い知っていますか？～
対 区内在住の方、介護者や家族が区内在住の方
日 9月30日(水) 午後1時30分～3時
場 赤羽会館第2集会室
内 高齢者施設のの違いや選び方、費用について学びます。
師 特別養護老人ホーム 田村健介氏、あいらいふ 増淵真之氏
定 20人（申込順）
申 9月1日(火)午前10時から 申込フォーム
右記コードまたは電話申込
問 先 赤羽高齢者あんしんセンター
☎（3903）4167



志茂老人いこいの家9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 ①9月10日(木) ②11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 布で鍋敷きをつくります。
定 各回5人程度（抽選）
申 8月27日(木)午前10時30分から9月2日(水)午後3時30分までに、電話または直接窓口で申込
●スマホ相談会
日 9月9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 8月20日(木)午前10時30分から26日(水)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 9月26日(土)・27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元氣ぶらざ内）
☎（3902）5608



元氣ぶらざWeb



スポーツ

シルバースポーツウィーク
～区立スポーツ施設高齢者無料開放～

9月21日(祝)～26日(土)の間中は、高齢者を対象に、区立スポーツ施設を無料開放します。
※開放日や開放施設・時間帯は施設により異なります。詳しくは区Webをご覧ください。
対 区内在住の65歳以上の方
テニスコート抽選会
内 テニスコートについては、事前予約制です。抽選会を実施します。
[受付方法など]
日 9月4日(金) 午前11時30分から（11時20分から入室順で整理券を配布します）
※1団体につき1人まで参加可。区立スポーツ施設の団体登録不要
場 北とびあ9階902会議室 [持ち物] 公的証明書（年齢・住所を確認できるもの）
※抽選会で埋まらなかった枠については、9月4日(金)午後3時から電話で予約受付します（抽選会に参加した方は、電話予約はできません）。
問 先 スポーツ推進課スポーツ支援係 ☎（5390）1135



区Web



古楽から現代までの“クラシック”と“世界の伝統音楽”の祭典 \ 無料のロビーコンサートもあり! //

[会期] 10/31(土) ~ 12/12(土)

北とぴあ国際音楽祭2026

絶賛発売中 — 購入方法は下部の公演ピックアップ右下「チケットのお求め」をご覧ください。*特に記載のない限り未就学児入場不可。

主催・間 WEB SITE ▶ 
(公財)北区文化振興財団
03-5390-1221 (平日9:00~17:00)
<https://kitabunka.or.jp/himf/>

モーツァルト作曲 [セミ・ステージ形式 / イタリア語上演 / 日本語字幕付]

偽の女庭師

18歳のときに作曲したオペラ!



指揮: 寺神戸 亮
演出: ビエール=エマニュエル・ルソー
管弦楽: レ・ボレアード (ピリオド楽器使用)
歌手: 安川みく、鈴木 准、ロベルタ・マメリ、櫻田 亮、興石まりあ、雨笠佳奈、山本悠尋
※両日とも出演者・内容は同じ

全席指定 | 北とぴあ さくらホール

11.27(金) 14:00 開演 (13:20 開場)
一般 SS席8,500円 S席6,500円 A席4,500円

11.29(日) 14:00 開演 (13:20 開場)
一般 SS席9,500円 S席7,500円 A席5,500円
両日共通: 25歳以下 SS席4,500円 S席3,500円 A席2,500円
北区民は各席種 1,000円引き! (25歳以下券を除く) <

栄光のヴェネツィア

— 水の都に響く16世紀の音楽



ディオニュソス・ナウ!

演奏: ディオニュソス・ナウ! (芸術監督: トーレ・トム・デニス)

全席指定 | 北とぴあ さくらホール

10.31(土) 14:00 開演

一般 4,500円 25歳以下 1,000円
北区民 3,500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」公演と前売同時購入に限り各500円引き (25歳以下券除く)

北区民限定! チケット購入者は開場前のワークショップに参加できます! (事前申込制・無料) 知識や合唱経験不要! 楽譜が読めなくても大丈夫! 詳しくは上記ウェブサイトをご覧ください。

ヴァイオリンとフォルテピアノのおしゃべり

— 18世紀後半のソナタ

モーツァルトやベートーヴェンなどの作品をピリオド楽器のお話とともに楽しもう!



10.31(土) 17:00

全席自由 | 北とぴあ つつじホール

一般4,000円 北区民3,500円 (当日4,500円)
学生 (30歳以下) 2,000円 (当日2,500円)
※同日14:00開演の「栄光のヴェネツィア」公演と前売同時購入に限り各500円引き (学生券除く)

古楽

瀬川泰代ピアノリサイタル

— 左手 時空を超えて

左手が紡ぐ、祈りから激情への音の旅



11.3(火・祝) 14:00

全席自由 | 北とぴあ 14階 カナリアホール

一般3,000円 北区民2,000円 (当日3,500円)
25歳以下2,000円 (当日2,500円)
障がい者割引2,000円 (当日2,500円)

ピアノ

生誕400年記念コンサート

ルイ・クープランの諸相

ルイ・クープランの多様で奥深い音楽世界を浮き彫りに!



11.15(日) 14:30

全席自由 | 北とぴあ 14階 カナリアホール

一般5,000円 北区民4,500円
学生 (25歳以下) 4,000円

古楽

芸大とあそぼう

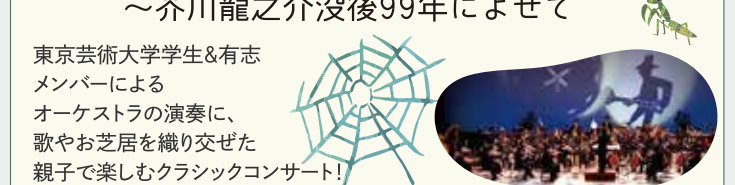
家族みんなで楽しむクラシックコンサート!

0~2歳 保護者 膝上鑑賞 無料!

in 北とぴあ かまきり

くもの糸、かまぎりの鎌

~ 芥川龍之介没後99年によせて ~



東京芸術大学学生 & 有志メンバーによる
オーケストラの演奏に、歌やお芝居を織り交ぜた親子で楽しむクラシックコンサート!

11.7(土) 午前の部 11:00 午後の部 14:00

※公演時間は約60分 (休憩なし)
※午前・午後の部ともに内容は同じ
※2階席は舞台の一部が見えない場合があります。

全席指定 | 北とぴあ さくらホール

一般: 1階席 2,000円 2階席 1,500円
北区民: 1階席 1,500円 2階席 1,000円

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〜

バリ島の青銅ガムラン音楽の可能性、近代から委嘱現代曲まで。



11.15(日) 16:00

全席自由 | 北とぴあ つつじホール

一般4,000円 北区民3,600円 (当日4,500円)
4歳~25歳以下学生2,000円
*4歳から入場可

民族音楽

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

イギリスのリュート奏者・作曲家ダウランドのリュート音楽をたっぷりとお聴きください。



12.8(火) 14:00

全席自由 | 旧古河庭園・洋館

一般4,000円 北区民3,600円
※庭園入園料込

古楽

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 — 現代と唐時代の音楽

シルクロード音楽だけでなく、アコースティック・バンドにアレンジした正倉院に保存される唐代の宮廷音楽も演奏!



12.12(土) 15:30

全席自由 | 北とぴあ つつじホール

一般4,000円 北区民3,500円
*4歳から入場可

民族音楽

レクチャー・コンサート

モーツァルト: オペラ《偽の女庭師》をめぐって

全席自由 | 北とぴあ 14階 スカイホール

一般3,000円 北区民2,000円

11.1(日) 14:00

ミュンヘン初演の喜劇の傑作を、台本と歴史から読み解きます。

レクチャー

第103回 二期会オペラ研究所コンサート

オペラ歌手を目指す、若き才能たちの競演!

全席指定 | 北とぴあ さくらホール

一般 A席3,500円 B席2,500円
北区民 A席3,150円 B席2,250円
※学生券1,000円は二期会チケットセンターでのみ取扱い。

11.20(金) 18:30

声楽

武満徹SONGS ~ 没後30年に寄せて ~

大正時代に建てられた洋館で二人の名手が紡ぐ武満徹の世界



12.9(水) 11:00 / 14:30 開演

※2回公演・公演内容は同じ

全席自由 | 旧古河庭園・洋館

一般4,500円 北区民3,800円
25歳以下2,500円 ※庭園入園料込

武満徹SONGS ~ 没後30年に寄せて ~

大正時代に建てられた洋館で二人の名手が紡ぐ武満徹の世界



中嶋俊晴 (カウンターテナー) × 岡本拓也 (クラシックギター)

12.9(水) 11:00 / 14:30 開演

※2回公演・公演内容は同じ

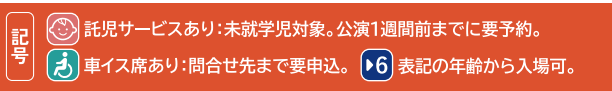
全席自由 | 旧古河庭園・洋館

一般4,500円 北区民3,800円
25歳以下2,500円 ※庭園入園料込

(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)

財団ウェブサイト <https://kitabunka.or.jp>

記号 

12/23 (水) 18:00

劇団四季 ファミリーミュージカル 『はじまりの樹の神話 ~こそあどの森の物語~』

人と人とのつながりの大切さを描く劇団四季のミュージカル!

北区民インターネット先行発売
10/1(木)10:00 ~ 10/3(土)23:59
ほくチケ(WEB)のみで実施。事前に要北区民登録。お一人様4枚まで。

全席指定 1階席 7,000円 北区民 6,000円 高校生以下 5,000円
2階席 5,000円 北区民 4,000円 高校生以下 3,500円

北とぴあ さくらホール 10/6(火)発売 

11/1 (日) 13:00

ほくとぴあ亭1000円落語 ~次代を築く落語家の妙技 11月の回~

全席自由 1,000円

出 春風一刀 (演出「大工調べ」)、春風亭橋蔵、春風亭昇輔、三遊亭萬丸

北とぴあ 15階 ペガサスホール 9/4(金)発売 

ヤン アーレン

陽二蓮 歌の世界 Vol.29 琵琶、二胡、ピアノと共に

11/8(日) 14:00開演 北とぴあ 14階カナリアホール

「月」をテーマにテレサテンの名曲やオリジナル曲を奏でるコンサート。

全席自由 4,000円 北区民 3,600円 好評発売中

8/29(土) ①14:00 ②18:00

Hokutopia Dance Wave

1991 / 北区 Produced by 水中めがね

まもなく公演! 舞台・映像の分野でも活躍する1991年生まれ・新進気鋭のダンスアーティスト3組がいよいよ北区初登場!

※①②ともに内容は同じ

全席指定 4,000円 北区民 3,500円 25歳以下 2,500円 高校生以下 1,500円

北とぴあ つつじホール 好評発売中 

チケットのお求め ※発売初日は10:00開始

★ほくとぴ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。

★北とぴあ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。

★ほくとぴ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)

★北とぴあ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。

ご利用ガイド 

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。

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