

北区ニュース

主な内容

- 北区公式キャラクター大募集…2面
- 区民相談をご利用ください…3面
- つながる医療・福祉No.1…6～7面
- 子どもの幸せNo.1…7面
- 特定健康診査等…8面

大切な子どもの権利

北区は、未来を担う子どもたちが、だれ一人取り残されることなく、自分の将来に夢と希望をもって健やかに成長できるよう大切な「子どもの権利」を保障し、子どもが幸せな状態で生活を送ることができる社会の実現に向けた取組を進めます。



区HP

「子どもの権利」について詳しく知るには

乳幼児向けから大人向けまで、世代別のハンドブックを区HPで公開しています。



乳幼児向け(絵本)



小学校低学年向け



小学校高学年向け



中高生向け



大人向け



区HP

「子どもの権利」について一緒に考えてみませんか

子どもに関わる地域の団体と一緒に「子どもの権利」について考える出前講座を行っています。

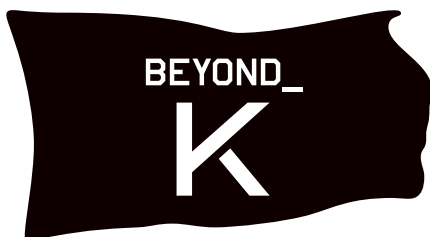
☑区HPの申込フォームで申込(随時受付)



区HP



☎子ども未来課子ども未来係 ☎(3908)9097



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。

北区公式キャラクター大募集

区内外の方に親しまれる存在として、公式キャラクターのデザインなどを募集します。

[応募期限] 5月1日(金)から7月31日(金)まで

[募集内容] キャクターのデザイン、名称及びプロフィール

[応募資格] 個人・団体やプロ・アマチュア問いません

[賞金] 最優秀賞…30万円、優秀賞(4点程度)…3万円

[応募方法] 申込フォームまたは応募用紙(区役所・各区民事務所・駅スタンドなどで配布しています。区HPからもダウンロードできます)を郵送または直接持参で、5月1日(金)から7月31日(金)(必着)まで ※応募作品は一人(一団体)2点まで ※応募前に必ず区HPの募集要項をご確認ください。

[選定委員]

クリエイティブディレクター

(株)WHITE DESIGN 後 智仁氏

コピーライター

(株)博報堂 菱谷信浩氏

イラストレーター

(有)Melhenz タケヤマノリヤ氏

映像作家

鶴若仰太氏

北区スペシャルブランディングサポーター

せきぐちりさ氏

☎先 114-8508 (住所不要) シティブラン

ディング戦略課(区役所第一庁舎3階1番)

☎(3908)1364



区HP
(5月1日公開)



令和8年5月29日(金)から 防災気象情報が新しくなります

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

国土交通省と気象庁は、令和8年5月29日(金)から新たな防災気象情報の運用を開始します。

この新たな防災気象情報では、河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮の警報などを、避難行動に対応した5段階の警戒レベルと整合させ、災害発生の危険度に応じたレベルの数字を名称に含めて発表します。レベル5に相当する河川氾濫の特別警報や警戒レベル4に相当する危険警報も新たに開始するなど、現行の大雨警報・注意報などが大きく変わります。

レベル3警報やレベル4危険警報が発表されたら、北区からの避難指示などに十分留意いただくとともに、大雨で危険度が高まった地域が地図で表示される気象庁HPの「キキクル」や河川の水位情報を参照して、危険な場所にいる方は早めの避難を心がけてください。

詳しくは気象庁HPの特設ページや区HPをご覧ください。

また、北区からの避難情報などについては、北区防災アプリ・北区防災ポータルなどをご活用ください。

☎気象庁 東京管区気象台 ☎042(497)7216

防災・危機管理課 ☎(3908)8184



気象庁特設HP



区HP
(気象情報変更について)



区HP(防災アプリ・
防災ポータルについて)

5月は消費者月間です

令和8年度の消費者月間のテーマは

「見える情報 見えない仕組み ~AI時代の消費者力を高めるために~」です。

スマートフォンやパソコンなどデジタル機器で正しい情報を知るための基礎的な知識を学び、消費者力を高めていきましょう。

☎消費生活センター(北とぴあ11階) ☎(5390)1239

消費生活センターにご相談ください

消費者と事業者との間に生じたトラブル、悪質商法の被害、商品やサービスに関する苦情、食品や製品による事故などの問題解決に向けての支援をします。多重債務相談もひとりで悩まずにご相談ください。

☎月~金曜(祝日、年末年始を除く) 午前9時30分~午後4時

☎消費生活センター(北とぴあ11階)

☎(5390)1142 (相談専用)

土・日曜、祝日で北区消費生活センターが相談を受け付けていない時は、

消費者ホットライン

☎188(局番なし)へ
お電話ください。



消費者庁 消費者ホットライン188
イメージキャラクター イヤヤン



区HP

北区奨学金返済支援給付事業 (令和8年度募集)

経済的負担の多い奨学金の返済について、区が若年者の経済的支援及び教育の機会均等の確保をするとともに、もって北区における若者の定住を促進することなどを目的として、給付事業を実施します。

対 [主な要件] すべての要件を満たすこと

- ① 令和6年度中に大学などを卒業・修了した者
- ② 補助対象奨学金を滞りなく返済し、かつ滞納している返済未済額がない者
- ③ 日本学生支援機構の第一種学貸与金の貸与を受けた者
- ④ 令和8年1月1日に北区に住居登録をしている者

定 募集人数最大100人(申請多数の場合は所定の基準により対象者を決定)

申 右記コードで、5月1日(金)から7月31日(金)まで、添付書類は封書で8月31日(月)(いずれも必着)まで

☎先 114-8546(住所不要) 教育政策課

☎(3908)9279



区HP



大規模水害から命を守る マイ・タイムライン作成講座開催

マイ・タイムラインとは

大規模水害が発生しそうな時、「いつ」「どこに」「どうやって」逃げるのかをあらかじめ決めておく、自分自身のための避難行動計画です。

マイ・タイムライン作成講座

マイ・タイムラインを初めて作成する方に向けた講座です。災害情報を上手に集める知識も身に付きます。

対 区内在住、在勤、在学の小学生以上の方

日 ① 5月27日(水) 午後7時~9時(6時30分開場)

② 6月3日(水) 午後2時~4時(1時30分開場)

場 ① 北とぴあ7階第一研修室

② 赤羽会館4階小ホール

マイ・タイムライン普及リーダー育成講習会

「防災の輪を広げよう。マイ・タイムラインで地域の安全を守るリーダーになりませんか?」

風水害時の防災行動計画である「マイ・タイムライン」。その普及を目的として、「普及リーダー」を募集中です。この講座を受講し、区から認定を受けた普及リーダーは、防災知識の普及活動を実施します。

対 区内在住、在勤、在学で満18歳以上の方

日 6月11日(木) 午後7時~9時(6時30分開場)

場 北とぴあ7階第一研修室

=以下、共通=

定 各40人(申込順)

申 各開催日の2日前までに、申込フォーム、電話または直接窓口で申込

問先 114-8508(住所不要) 防災・危機管理課(区役所第一庁舎2階13番)

☎(3908)8184



申込フォーム



申込フォーム

令和8年度 北区総合水防訓練

毎年5月は水防月間です。区は水防管理団体として関係機関と協力し水防訓練を実施します。

日 5月23日(土) 午前9時30分~11時30分 ※雨天決行

場 岩淵水門野球場(志茂5-41先)

内 台風の来襲による豪雨、河川の水位上昇を想定した情報伝達、各種水防工法(積み土のう工法、マンホール噴出防止工法、排水活動など)

[実施機関] 区内三消防署、消防団、荒川下流河川事務所、東京都下水道局ほか

申 当日、直接会場へ

問 道路公園課河川係 ☎(3908)9213

区民相談をご利用ください

区では、各分野の専門的な相談ができる区民相談室を設けています。

【相談内容】 下表のとおり。詳しくは区HPをご覧ください。

種類	曜日	時間
① 法律相談	月・水・金曜 (電話・オンライン相談は月・水曜)	午後1時～3時30分
② 交通相談	金曜	午後1時～4時
③ 外国人相談 (中国語)	第4火曜	
④ 人権相談	第4火曜	
⑤ 行政相談	第2木曜	
⑥ 税金相談	第2・3木曜	
⑦ 不動産取引相談	第1・3木曜	
⑧ 建築相談	第1・3火曜	
⑨ 登記等相談	第2木曜	
⑩ 表示登記相談 (調査・測量)	第1木曜	
⑪ 年金労働雇用相談	第4木曜	
⑫ 行政書士相談	第2火曜	



区HP

注意事項

- ・対象は区内に住所を有する方です。
- ・仲介・あっせん・交渉・書類作成などは行いません。
- ・費用は無料で、秘密は厳守します。
- ・相談時間は、1回30分以内(延長不可)です。
- ・相談員の指名はできません。
- ・相談回数は、①は週1回、⑥は月1回、各相談ごとに年3回までです。
- ・キャンセルする場合は、必ず当日の正午までにお電話でご連絡ください。正午を過ぎた時・無断キャンセルの場合、相談を1回実施したものとします。

【申】 ①は、相談希望日の前の週の月曜から、電話または窓口で予約を受付。ただし、オンライン法律相談のみ、区HPの申込フォームで申込

①以外は、当月の最終相談日の翌日から、翌月分の予約を電話または窓口で受付

【問】 場所 広聴担当課区民相談室(区役所第一庁舎3階2番) ☎(3908)1101

電話・オンライン相談(法律相談)

区民相談のうち「法律相談」は、対面相談以外に、電話またはZoomを利用したオンラインによる相談をご利用いただけます。

【相談内容】 法律相談のみ

【日時】 毎週月・水曜(祝日を除く) 午後1時～3時30分

【電話相談】 電話または窓口で予約

【オンライン相談】 事前に詳しい利用方法・申込方法を区HPで確認し、申込フォームで申込



区HP

【問】 場所 広聴担当課区民相談室(区役所第一庁舎3階2番) ☎(3908)1101

区民の声

区は、区民の皆さんが主役となる区政運営を目指し、さまざまな機会をとらえ、ご意見・ご要望などをいただいています。皆さんからの声は、担当部署が中心となり実効性や効率性を検討し、施策に反映するように努めています。

ご意見をお寄せください

区へのご意見・ご要望などは、区HPから入力・送信ができます。また、区の窓口や電話でお聴きするほか、「区長へのはがき」でもお受けしています。「区長へのはがき」は、区の各施設に備えていますのでご利用ください。

区民の皆さんから寄せられたご意見・ご要望などと区の対応の一部を、区HPで公表しています。

【問】 広聴担当課(区役所第一庁舎3階2番) ☎(3908)1219



区HP

スペースゆうの 総合相談をご利用ください



スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)では、「**こころと生き方・DV相談**」「**女性のための法律相談**」「**にじいろ電話・法律相談**」「**女性のためのLINE相談 To U(トゥー)**」を実施しています。そのほか、DV被害にあわれた女性の方を対象としたグループカウンセリングも実施しています。悩みを一人で抱え込まず、一緒に解決の糸口を探していきましょう。相談は無料、秘密は厳守します。詳しくは区HPをご覧ください。

【問】 スペースゆう
(北区男女共同参画活動拠点施設)
(月曜、祝日休館)

☎(3913)0163

【相談窓口】 下表のとおり

①・②・③(にじいろ法律相談)は予約制です。



区HP



女性のためのLINE相談

	曜日	時間	
①こころと生き方・DV相談	毎週火曜	午前10時～午後4時45分	
	第1水曜	午後3時～7時45分	
	第2・4水曜	午後1時～5時45分	
	第3水曜	午前10時～午後7時45分	
	第1木曜	午後4時～7時30分(男性相談)	
	第1・3・5金曜	午前10時～午後3時45分	
	第1土曜	午前10時～11時45分	
	第3土曜	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分(男性相談)	
	第2・4土曜	午前10時～午後3時45分	
	第1・3日曜	午前10時～午後3時45分	
	②女性のための法律相談	第3木曜	午後5時～7時15分
		第1土曜	午前9時30分～11時45分
③にじいろ電話相談・法律相談	第1土曜	午後2時～5時(電話相談)	
	第4日曜	午前10時～11時30分(法律相談)	
④女性のためのLINE相談 To U(トゥー)	毎週木・土曜	午後6時～9時(相談最終受付 8時30分)	

VIVITA BOOKS mini

【対】 小学生の方(2回とも参加できる方)

【日】 6月6日・13日 各土曜 計2回 午後2時～4時

【場】 ジェイトエル3階フロア(上十条2-27-1)

【内】 子どもと大学生がペアとなってアイデアを出し合い、簡易的な本をつくります。できあがった本はジェイトエルで展示されます。

【定】 10人(申込順)

【申】 右記コードで申込

【問】 ジェイトエル ☎(5948)6400



申込フォーム

自転車の代わりに置こう 思いやり ～駅前放置自転車クリーンキャンペーン～

【問】 自転車コールセンター ☎(3908)1232 土木管理課自転車対策係 ☎(3908)9218

通勤や通学、買い物など、数分から数時間置かれた自転車が「**放置自転車**(※)」として社会問題になっています。自転車は、環境に優しく手軽で便利な乗り物ですが、路上に放置されると、歩行者の通行障害となり、特に車イスの方や目の不自由な方などにとっては、わずかな時間でも大変危険なものとなります。また、交通事故の原因や、災害の際に避難、消防活動などの妨げにもなりかねません。

期間中は、自転車駐車場利用の呼びかけを行うとともに、駅周辺の放置自転車撤去作業を強化します。ワイヤー錠などで公共物に固定されている場合は、切断して撤去します。切断したものについては責任を負いません。撤去された自転車を引き取る際には移送手数料として5,000円(現金のみ)がかかります。

※**放置自転車とは**…利用者が離れていてただちに移動できない状態の自転車のこと。

日程	十条駅周辺	赤羽駅周辺
	5月7日(木)～8日(金)	5月13日(水)～17日(日)
	田端駅周辺	王子駅周辺
	5月20日(水)～22日(金)	5月27日(水)～31日(日)

各移送場所返還日

月～土曜…午前10時30分～午後7時
日曜……………午前10時30分～午後4時



区では、クリーンキャンペーン期間中以外も、平日と同様に土日も放置自転車撤去を行っています。

自転車を放置せず、自転車駐車場をご利用ください。

●姥ヶ橋自転車移送場所(十条駅周辺での移送先)
【所在地】上十条5-14先

十条駅北口から徒歩約10分

●赤羽西口自転車移送場所(赤羽駅西口周辺での移送先)
【所在地】赤羽台4-1-3

赤羽駅西口から徒歩約8分 赤羽岩淵駅から徒歩約10分

●赤羽南口自転車移送場所(赤羽駅東口・南口周辺の移送先)
【所在地】東十条6-1-28

赤羽駅南改札から徒歩約10分 志茂駅から徒歩約20分

●堀船自転車移送場所(王子駅・田端駅周辺での移送先)
【所在地】堀船2-28

王子駅から徒歩約20分

6月短期パノラマプール水泳教室

対 幼児教室…区内在住、在園の未就学児(年齢は、初回時点)
小学生教室…区内在住、在学の小学生
成人教室…区内在住、在勤の18歳以上の方

目内 下表のとおり

日程	対象	クラス名
6月2日～23日 毎週火曜 計4回	幼児	3歳～4歳
	小学生	はじめてすいせい
		はじめてクロール・背泳ぎ クロール・背泳ぎ+α
成人	レベルアップ いきいき水中ウォーキング	
6月4日～25日 毎週木曜 計4回	小学生	平泳ぎ バタフライ
		レベルアップ
	成人	バタフライ ステップアップ
6月5日～26日 毎週金曜 計4回	幼児	5歳～6歳
	成人	基礎水泳
		はじめてクロール・背泳ぎ
		平泳ぎ
		フォーミング クロール+α 背泳ぎ+α



対象レベル、小学生の対象学年・内容など、各教室について詳しくはHPまたは下記コードからご覧ください。



パノラマプール 十条台HP

師 フクシ・エンタープライズ

申 HPまたは往復はがき(記入例参照。性別も記入)で、5月17日(日)(必着)

※往復はがき持参有効 ※申込者数が定員を上回った場合は抽選

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

HP <https://jyujyodai-pool.jp>

女性の活躍推進応援塾キャリアアップセミナー 「元サッカー日本女子代表から学ぶ チームを導くリーダーシップ」

日 6月6日 午後2時～4時

内 元サッカー日本女子代表の講師から、選手時代に培った「リーダーシップ」とチームを主体的に支える「フォロワーシップ」についてお話していただきます。簡単なグループワークもあります。職場だけでなく、地域や学校でも必要とされるチーム力を学びキャリアアップにつなげましょう。

師 元サッカー日本女子代表 東明有美氏

定 40人(申込順)

申 5月10日(日)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、5月16日(土)までに、お子さんの氏名、生年月日、性別をご連絡ください。

※詳しくは区HPをご覧くださいか、お問い合わせください。

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



東明有美氏



区HP



申込フォーム

北区飛鳥山博物館

北区内ぐるり展示<スタート編> Do you know me? 北区に眠る巨大貝塚-中里貝塚-

日 5月30日～6月26日 午前10時～午後5時

場 同館特別展示室・ホワイエ

内 国史跡中里貝塚(上中里2丁目)の大発見から30周年を記念して、北区内諸施設をぐるりとまわって、本貝塚を紹介する展示会を開催します。同館では、<スタート編>として発掘調査写真や出土資料から「中里貝塚」についてご紹介します。



発掘の様子



展示関連講座 発掘された中里貝塚

日 6月6日 午後2時～4時

場 同館講堂 内 展示の内容を、講義形式で詳しく解説します。

師 同館学芸員 定 60人(抽選) 費 200円

申 往復はがき(記入例参照)または下記コードで、5月22日(金)(必着)まで ※電子申請は午後4時まで



申込コード

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

名探偵★浅見光彦の住む街 ミステリーウォーク2026 「記憶の足あと」



後援 北区

平成8年から北区アンバサダーとして活動された、作家の内田康夫氏の人気旅情ミステリーシリーズの主人公「浅見光彦」が住む街西ヶ原。ミステリー手帖を入手し、浅見光彦が登場するオリジナルストーリーを読み進めながら、謎解きパズルに挑戦してみませんか。正解にたどり着いた方の中から、抽選(応募が必要)で、すてきな賞品のプレゼントがあります。

[実施期間] 5月8日(金)～24日(日)

[手帖配布場所] 霜降銀座・染井銀座各指定店、北区飛鳥山博物館、滝野川図書館、滝野川会館、防災センター、JR駒込駅、区政資料室(区役所第一庁舎1階)、シティブランディング戦略課(区役所第一庁舎3階1番)

問 名探偵★浅見光彦の住む街実行委員会事務局

☎(3917)0321



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

◆6月1日(月)は軽自動車税の納期限です

令和8年度軽自動車税の納税通知書は、5月8日(金)発送予定です。

※モバイルレジ、電子マネー、地方税お支払サイトでのお支払いは領収証書や軽自動車税納税証明書(継続検査用)が発行されません。必要な方は、金融機関の窓口、またはコンビニエンスストアでお納めください。 ※詳しくは区HPをご覧ください。

問 収納推進課収納係 ☎(3908)1124

※原動機付自転車等(北区ナンバーの車両)の廃車や住所・所有者の変更などについては、税務課税務係へお問い合わせください。

☎(3908)1114



区HP

◆5月3日は「憲法記念日」、5月1日～7日は「憲法週間」です

昭和22年5月3日に日本国憲法が施行されました。これを記念し、法務省は5月3日を憲法記念日、5月1日～7日を憲法週間として、憲法の精神や司法の機能について、国民の理解促進に取り組んでいます。日本国憲法は、「国民主権」「基本的人権の尊重」「平和主義」の3つの柱で構成され、国民の暮らしを根底から支えるとともに、人権擁護のため、国民一人ひとりの不断の努力の必要性を訴えています。憲法週間を機会に、日本国憲法の意義について考えてみましょう。

問 多様性社会推進課

☎(3913)0161



法務省HP

◆「北区の歴史はじめの一步 王子西地区編」の改訂版を刊行しました

「北区の歴史はじめの一步」は、わたしたちの住むまち「北区」についてよく知ってもらいたいと、北区を7地区(王子西、王子東、滝野川東、滝野川西、浮間、赤羽東、赤羽西)に分けて作成した地域学習の入門書です。令和2

年から改訂版を刊行してきましたが、今回の「王子西地区」をもって7地区すべてが完成しました。

毎年学校を通して、区立小学校3年生児童全員に当該地区編をお配りしています。また、区内全図書館で閲覧・貸出や、下記で販売もしています。

[本の詳細] 本文96頁・定価400円

[販売場所] 中央・滝野川・赤羽図書館、北区飛鳥山博物館、区政資料室(区役所第一庁舎1階)及び区内一部書店

※詳しくはお問い合わせください。

問 中央図書館図書係

☎(5993)1125



お知らせ

◆第3回北区岩淵周辺地区 かわまちラボ

日 5月15日(金) 午後2時から
場 荒川下流河川事務所1階アモアホール(志茂5-41-1)

内 北区岩淵周辺地区のかわまちづくりについて

申 傍聴希望の方は、当日、直接会場へ

※車でのお来場はご遠慮ください。

※詳しくは区HPをご覧ください。

問 まちづくり推進課

☎(3908)9154



区HP

◆行政書士会無料相談会

後援 北区
日5月19日(火) 午後1時15分～4時15分
場赤羽会館3階第一集会所
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

◆宅地建物取引士による無料相談会

後援 北区
不動産に関するお悩み、空室等の相談会
日5月28日(木) 午後1時30分～4時30分
場北とびあ9階901会議室
内不動産取引全般、空き家問題など
申5月27日(水)までに電話申込
問先東京都宅地建物取引業協会
 第九ブロック ☎(6845)8240

◆年金・労働・雇用無料相談会

後援 北区
日5月12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

募集

◆都営住宅入居者の募集

[募集内容]
 ①一般募集住宅(家族向け、単身者向け)
 ②定期使用住宅(若年夫婦・子育て世帯向け)
 ③居室内で病死などがあった住宅
 ※入居資格などは、募集案内でご確認ください。
[申込書・募集案内の配布期間・場所]
 5月7日(木)～15日(金)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
 ※区民事務所及び地域振興室は配布部数に限りがあります。
 ※配布期間中は東京都住宅供給公社HPからもダウンロードできます。
申郵送…渋谷郵便局に5月21日(木)(必着)まで
オンライン…5月21日(木)までに、申込完了したもの
問先東京都住宅供給公社都営住宅募集センター ☎0570(010)810
 ☎(5467)9269(募集期間中のみ)
 ☎(3498)8894(募集期間外)
問住宅課区営住宅受付担当
 ☎(3908)1523
 ※いずれも土・日曜を除く

◆フリーマーケット出店者募集

販売はご家庭で出た不用品に限ります。
●富士見橋エコー広場館
日5月17日・24日 各日曜 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)

講座・催し

◆滝野川文化センター講座

①区民講座「大人のための数学塾～文字を用いた式・連立方程式・因数分解など～」
対区内在住、在勤、在学で15歳以上の方
日6月7日・21日、7月5日・19日 各日曜 計4回 午前10時～11時
内中学～高校課程の「数学」について、基礎問題を思い出して解いてみましょう。
師(公財)日本数学検定協会 認定講師
定15人(抽選)
費1,000円程度
申5月21日(木)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
②区民協働講座「健康づくりフラダンス」
対区内在住、在勤、在学で20歳以上の女性
日6月12日・26日、7月10日 各金曜 計3回 午前10時～11時30分
内高齢者・初心者でもできる、ゆっくりとしたリズムのフラダンスを踊りましょう。
師フラインストラクター 高田日可氏
[協力]カヌヌ・マイレ
定15人(抽選)
費30円 ※パウスカート貸出の場合は別途100円
申5月26日(火)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
 =以下、①②共通=
問場先滝野川文化センター(西ヶ原1-23-3)(月曜、祝日休館)
 ☎(5394)1230

◆赤羽文化ひろば5月のプログラム

赤羽文化センター利用団体による日頃の学習成果を発表するイベントです。
第16回水彩画作品展
日5月17日(日)～23日(土) 午前10時～午後4時
内日頃学習している「水彩画」の成果を展示発表します。
[参加団体]赤羽美術クラブ
申当日、直接会場へ
問場赤羽文化センター(赤羽西1-6-1-301)
 ☎(3906)3911



過去の様子

◆土曜のお仕事相談

日5月23日(土)
 ①午後1時～1時40分
 ②午後2時～2時40分
 ③午後3時～3時40分
内お仕事や生きがい、これからの人生に関わる働き方について、相談員とゆっくりお話してみませんか。
 ブランクのある方も歓迎です。まずはお気軽にご相談ください。
定各1人(申込順) さらりあ北HP
申ファクス、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らりあ北(王子5-2-5-101)
 ☎(5390)2220
 FAX(5390)2233
 EMkitaku-ikigai@foryou.or.jp

◆中央公園文化センター 区民協働講座

①心を整えよう!瞑想講座
対区内在住、在勤、在学の18歳以上の方
日5月27日(水) 午前10時～11時40分
内手軽にできる瞑想法・呼吸法を学びます。
師瞑想インストラクター 木村真知子氏
[協力]瞑想の会
定15人(抽選)
申5月19日(火)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
②なつかしい漢詩を詠んでみよう!
対区内在住、在勤、在学の詩吟が初めての方
日6月3日～24日 毎週水曜 計4回 午前10時～正午
内なつかしい漢詩を正しい姿勢と腹式呼吸で大きく声に出して詠みましょう。
師日本吟道学院講師 田中麗子氏
[協力]さわやか詩吟の会
定5人(抽選)
申5月22日(金)までに、右記コード、電話または直接窓口で申込
 =以下、①②共通=
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

◆北区環境リーダー養成講座(スタンダードコース) はじめよう、子どもの導き

対区内在住、在勤、在学の18歳以上で、終日参加できる方
日6月14日(日) 午前10時30分～午後4時
内子ども向け環境学習講座をサポートするために必要な知識やスキルを身に付けます。
師東京家政大学環境共生学科教員ほか
定16人(抽選)
申6月3日(水)までに、右記コードで申込
問場東京家政大学環境共生学科片田研究室(板橋区加賀1-18-1)
 EMkouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp

◆講座「ドナルド・キーンが選んだ芥川龍之介作品」

日6月27日(土) 午前10時15分～11時45分(10時受付開始)
場北区飛鳥山博物館講堂(王子1-1-3飛鳥山公園内)
内今から70年前、ドナルド・キーン34歳の時に刊行されたModern Japanese Literature: an anthology(『日本文学選集:近現代篇』)には、珠玉の近代日本文学作品が英訳されています。本講座では同書に収められた2つの芥川龍之介作品である「袈裟と盛遠」及び「地獄変」について解説します。
師國學院大學講師 石倉孝祐氏
定60人(抽選)
申6月1日(月)までに、右記コードで申込
問文化施策推進課
 ☎(5390)0093



ドナルド・キーン氏

◆ドームホールシネマ 「海よりもまだ深く」

対中学生以上の方
日6月14日(日)
[1回目]午前10時開演(9時30分開場)
[2回目]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
定90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HPをご覧ください。北とびあHP
問北とびあドームホールシネマ係
 ☎(5390)1101
 HP<https://www.hokutopia.jp>

◆赤羽文化センター講座

①区民講座「プロから学ぶ!正しく美しい姿勢&フェイスセルフケア」
対区内在住、在勤、在学の方
日6月5日・19日、7月3日・17日 各金曜 計4回 午後6時30分～7時30分
師小顔矯正マイスター 佐々木京子氏
定16人(抽選)
費500円
申5月20日(水)までに、右記コードまたは直接窓口で申込
②区民協働講座 「今年の夏は浴衣で楽しもう」
対区内在住、在勤、在学の女性
日6月9日・23日、7月7日・14日 各火曜 計4回 午前10時30分～正午
師一級着付け師 加藤恵子氏
[協力]恵の会
定10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、5月26日(火)(必着)まで
③PCスキルアップ講座「納得感が違う! Gemini×PowerPointで「通る」企画構成」
対区内在住、在勤、在学の方優先
日6月4日(木) 午後6時30分～8時30分
内Googleの生成AI(Gemini)で作った構成案をPowerPointの「アウトライン表示」でスライド化する実技を学びます。
師加賀千秋氏
定14人(抽選)
費2,500円
申5月21日(木)までに、右記コードで申込
 =以下、①～③共通=
問場先〒115-0055 赤羽西1-6-1-301 赤羽文化センター
 ☎(3906)3911

◆「見る、聞く」ことのご不便な方も一緒に楽しめるバリアフリー映画会(手話通訳あり)

対障害(ご不便)のある方優先
日6月7日(日) 午後1時30分～4時
内演目「お終活 再春!人生ラプソディ」
[企画・運営]北区図書館活動区民の会
定40人(申込順)
申5月1日(金)から31日(日)午後5時までに、電話、下記コードまたは申込書(図書館にあります。図書館HPからもダウンロードできます)に記入し、ファクスで申込
 ※日常付き添いを必要としている方は付添人1人のみ入場可。会場にヒアリンググループがあります。
問場先中央図書館図書係(十条台1-2-5)
 ☎(5993)1125
 FAX(5993)1044
 HP<https://www.library.city.kita.tokyo.jp>

講座・催し

**◆スペースゆう読書会
Light House—ライトハウス—**

対 読了をおすすめしますが、読みかけの方も参加可

日 6月13日(土) 午後2時～4時

場 スペースゆう多目的室AB(北とびあ5階)

内 講師がフェミニズムやジェンダーの観点から解説を行った後、参加者で意見交換をします。

師 東京家政大学非常勤講師 笹川あゆみ氏

定 10人(申込順)

申 5月8日(金)午前9時から電話、区HPの申込フォームまたは直接窓口で申込

※保育(1歳以上未就学児。定員あり)希望の方は、5月15日(金)までに申込。結果は16日(土)以降にご連絡します。

問先 多様性社会推進課(北とびあ5階)

☎(3913)0161

◆第2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

場 北とびあ16階1601会議室

日 5月13日(水) 午後6時から

内 **[テーマ]**

①区政の現状と課題について(仮称)

②より良い政策提言に向けたヒント(検討編)

※テーマは変更する場合があります。

師 ①東京都北区副区長 中嶋 稔

②東京成徳大学経営学部教授 鈴木誠二氏

定 10人(申込順)

申 傍聴希望の方は、5月8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

◆春の草木観察とさくら染講座

後援 北区

対 区内在住、在勤の方

日 5月17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)

内 春の草木観察とさくら染講座を行います。

師 染工房花ごころも 小池啓子氏

定 30人(申込順)

費 1,000円(別途材料費300円～3,000円)

※綿、麻、絹、手ぬぐいサイズまでの材料持込可

申 5月1日(金)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

◆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)
「日本における太陽電波今昔物語」

対 区内在住、在勤の方

日 5月16日(土) 午後5時～6時

師 国立天文台准教授 下条圭美氏

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)
「太陽からの電波」

対 区内在住の小学3年生～中学生と保護者

日 5月16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 5月13日(水)までに、上記コードで申込

※詳しくはHPをご覧ください。

問場 駿台学園中学高等学校(王子6-1-10) 布施 ☎(3913)5735

HP <http://www.sundaigakuen.ac.jp>

**◆現代の寺子屋
楽しい北区雑学大学**

後援 北区文化振興財団

日 5月16日(土) 午後2時～4時

場 王子小学校王子ホール

内 渋沢栄一翁・顕彰能「青淵」の話

師 横浜能楽堂芸術監督 中村雅之氏

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

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

スポーツ

◆北区体育協会スポーツ教室

初心・初級者テニス

対 18歳～75歳の方(学生を除く)

日 6月18日～7月30日 毎週木曜 計7回

午後6時30分～8時30分

※予備日8月6日・20日・27日

場 滝野川体育館テニスコートA・B面

師 テニス連盟指導員

定 30人(抽選)

費 6,500円

申 HPまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入) 体育協会HP(5月1日受付開始)で、5月10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

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

**◆ネイチャーウォーキング
玉川上水と東京都薬用植物園を歩く**

対 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)

日 6月13日(土) 午前9時30分～午後3時(予定)

場 西武拝島線玉川上水駅集合・東大和市駅解散

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 HPまたは往復はがき(記入例参照。緊急連絡先も記入) 体育協会HP(5月1日受付開始)で、5月10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

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

◆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…①6月2日～7月28日 毎週火曜 午前10時～正午 ②6月4日～7月30日 毎週木曜 午前10時～正午

初中級クラス…③6月2日～7月28日 毎週火曜 正午～午後2時 いずれも計9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9,000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、5月14日(木)(必着)まで

問先 〒115-0043 神谷2-47-6北運動場 ☎(3902)5639

◆第73回 コース練習会

後援 北区体育協会

対 区内在住、在勤、在学の方及び北区ゴルフ連盟会員

日 6月9日(火)

場 鹿沼カントリー倶楽部(栃木県鹿沼市藤江町1545-2)

定 60人(申込順) ※組合せ希望可

費 1万900円

申 5月24日(日)までに、Eメール(記入例参照)またはHPの申込フォームで申込

※詳しくはHPをご覧ください。北区ゴルフ連盟HP

問先 北区ゴルフ連盟事務局

HP <https://kita-golf-federation.jimdo.free.com/>

EM tokyo.kitagolf@gmail.com

つなぐ医療・福祉No.1

介護予防で元気はつつサロン

●足腰鍛えて転倒予防

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 5月15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 イスに座り下肢及び体幹の筋力アップと立位でのバランス訓練を実施し、転倒予防のための体の使い方を学びます。

師 理学療法士 郷間加奈子氏

定 30人(申込順)

申 5月1日(金)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

●いきいき美容セミナー

対 十条台1丁目、上十条1丁目、岸町1～2丁目、王子本町1～3丁目、中十条1～4丁目在住の65歳以上の方

日 5月22日(金) 午後2時～3時30分

場 十条台ふれあい館第一ホール(中十条1-2-18)

内 笑顔で長生きチェックリストの実施、介護予防のための簡単なストレッチ・スキンケア・自分で行うメイクアップなどを行います。

師 資生堂ジャパン(株) 阿部洋子氏

定 20人(申込順)

申 5月1日(金)午前10時から電話申込

問先 十条台高齢者あんしんセンター

☎(5948)5630

**家族介護者教室
「終活講座『身寄りが無い、あっても身内にたのめない…』」**

対 区内在住、在勤の方

日 5月26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・B(赤羽北2-25-8アクトピア北赤羽六番館)

内 認知症になったらどのような法的な問題がおこるのか。いまから準備できることなど、対処法を専門家の方から学びます。

師 弁護士法人東京パブリック法律事務所 飯田健太郎氏

定 35人(申込順)

申 5月1日(金)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

気軽にカードゲーム交流会

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 5月5日(祝) 午前10時30分～11時30分
12日(火)・19日(火) 午後1時30分～2時30分

内 トランプ・ウノ・カルタなど、簡単なゲームを楽しみながら交流しませんか。初めての方も安心してご参加いただけます。お一人での参加や見学のみの参加も可能です。 ※途中参加・途中退席も可能です。

定 各10人程度(先着順)

※詳しくはHPをご覧ください。

申 当日、直接会場へ

問場 滝野川老人いこいの家(滝野川1-46-7)

☎(3915)5545

EM takinogawa-ikoinoie@foryou.or.jp

田端ひととき散歩

**「河童忌に集った文士・芸術家
～芥川龍之介百回忌にむけて～」**

当館研究員の解説後、ゆかりの地を散策します。

日 6月21日(日) 午後1時開演(0時30分開場)

内 芥川龍之介の没後、遺族や文士たちが集い、田端の料亭・天然自笑軒で昭和18年まで執り行った偲ぶ会「河童忌」を紹介します。

定 80人(応募者多数の場合抽選。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、6月1日(月)(必着)まで。重複申込不可。

問場先 〒114-8523 田端6-1-2 田端文士村記念館K係

☎(5685)5171

HP <https://www.kitabunka.or.jp/tabata/>



過去の散策の様子



芥川龍之介
(国立国会図書館「近代日本人の肖像」)

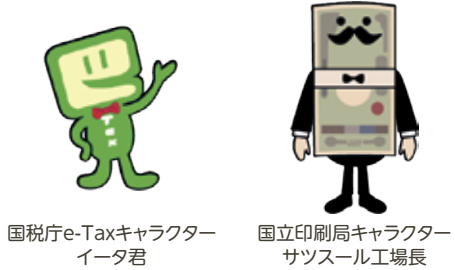
北区高齢者いきいきサポーター登録説明会

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 5月27日(水) 午後2時30分～4時
場 ぶらざ交流コーナー(北とびあ4階)
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 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

子どもの幸せNo.1

王子税務署からのお知らせ

王子税務署×国立印刷局東京工場 共催イベント
親子で学ぶ「お金のひみつと役割」
対 区内在住、在学(原則)の小学4年生～6年生と保護者(2人1組)
日 6月13日(土) 午後1時30分～3時30分(集合・手荷物検査を含む)
場 国立印刷局東京工場(西ヶ原2-3-15)
内 親子で学ぶ租税教室(王子税務署)・親子で学ぶお金のひみつ教室(国立印刷局東京工場)
 社会を支えるお金のひみつと税の役割を、親子で楽しく学ぶ体験型教室です。「お札はどうやって作られているの?」「税金はどんなことに役立っているの?」そんな疑問を、税務署と国立印刷局がわかりやすく解説します。
定 40人(抽選)
[持ち物] 身分証明書(保護者)
申 5月1日(金)から29日(金)までに、Eメール(参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、住所、代表者の電話番号)で申込
 参加決定者には6月5日(金)までに、Eメールで通知します。
 なお、申込先のEメールアドレスからご連絡をしますので、メールを受信できるよう設定 メール作成用コードをお願いします。
問先 王子税務署 ☎(3913)6211
 ※自動音声で「2番」を選択してください。
EM tokyo-plant_event2026@npb.go.jp



ぱくぱく子どもごはん講習会

対 区内在住で①11カ月～1歳2カ月頃のお子さんの保護者、②9カ月～10カ月頃のお子さんの保護者(いずれも第1子・初めての方優先)(保育なし)
日 6月4日(木)
 ①午前10時30分～11時30分
 ②午後2時～3時
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
定 各8人(申込順)
申 5月5日(祝)午前9時から29日(金)までに、区HPの申込フォームで申込
問場 滝野川健康支援センター(西ヶ原1-19-12) ☎(3915)0184



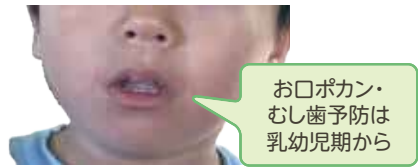
子どもの歯みがき教室(6月)

対 区内在住の2本以上歯が生えている1歳前後のお子さんと保護者
日場 下表のとおり
内 仕上げみがきの方法・お口の触り方・歯ブラシ、歯みがき剤の選び方を歯科衛生士が個別でアドバイスします。
申 区HPの申込フォームで申込 区HP

日程	会場	問い合わせ先
2日(火) 午前10時から	滝野川健康支援センター1階(西ヶ原1-19-12)	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184
24日(水) 午前10時から	北区保健所1階(東十条2-7-3)	王子健康支援センター ☎(3919)7588
25日(木) 午前10時から	赤羽会館7階	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481

歯っぴいファミリー講習会～親子でチャレンジ!お口の力を育てよう～

歯医者さんによるお口のチェックと、乳幼児期からできる、噛む・飲み込む力を育てる工夫を楽しく学び、きれいな口元・歯並びを目指しましょう。
対 区内在住の歯が2本程度生えている3歳11カ月までのお子さんと保護者
日 6月22日(月) 午後1時30分から(1時間程度)
師 滝野川歯科医師会歯科医師
定 20組(申込順)
申 5月1日(金)から右記コードで申込
問場 滝野川健康支援センター(西ヶ原1-19-12) ☎(3915)0184



中央図書館で図書館利用のための一時保育を実施します

対 3歳以下の幼児
場 中央図書館2階子育て情報支援室(十条台1-2-5)
内 毎月2回(8月を除く)、中央図書館を利用している間、1時間までお子さんをお預かりします(中央図書館のみ)。実施日時など、詳しくは図書館HPをご覧ください。
定 4人程度(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 中央図書館事業係 ☎(5993)1125



北区環境大学 家族で体験学習「自然と人のかかわり」

対 区内在住の4歳～就学時前のお子さん(2人1組) ※兄弟姉妹の同席不可
日 6月7日(日)
 ①午前9時30分～10時30分
 ②午前11時～正午
 ※①②同一内容
内 畳を題材に、自然と人のかかわりや持続可能な社会づくりについて学びます。
師 有八巻工業代表、東京家政大学環境共生学学科教員ほか
定 各回16組(抽選)
申 5月27日(水)までに、右記コードで申込
問場 東京家政大学環境共生学学科片田研究室(板橋区加賀1-18-1)
EM kouza-kitaku@tokyo-kasei.ac.jp



特別な支援が必要なお子さんの就学相談をお受けします

対 区内に住所を有するお子さんで、以下のいずれかに該当する、特別支援学級や特別支援学校への就学を検討している方
 ①令和9年度に小学校入学の年齢に達する方
 ②現在、小学6年生の方
 ③現在、就学猶予または免除を受けており、令和9年度から就学を希望する方
日 5月7日(木)～9月30日(水)
 ※ただし、区立小・中学校の自閉症・情緒障害特別支援学級の受付期間は、6月1日(月)～8月31日(月)です。
内 お子さんの障害の状態や発達の特性などに応じた学びの場を一緒に考えます。
申 新小学1年生…右記コード または電話申込
新小学1年生以外…電話申込(新小学1年生のみ)
問場 先 教育総合相談センター就学相談担当(区役所滝野川分庁舎2階) ☎(3908)1237



ひとり親家庭養育費確保支援事業

対 区内在住で、養育費の取り決めを行うひとり親など
内 ①公正証書作成費用の補助(上限5万円)
 ②養育費立替保証契約に係る初回保証料の補助(上限5万円)
 ③ADR利用費用の補助(申込料等及び初回費用のみ補助)(上限3万円)
申 区HPをご覧ください、必要書類を用意して、そらまめ相談室(区役所第一庁舎2階5番窓口)に直接持参で申込

※公正証書の作成日などの翌日から6カ月以内の申請が対象

問先 子ども未来課子ども未来係 ☎(3908)9097



にちようび 家族もいっしょのおはなし会

後援 北区教育委員会
対 ①生後4カ月から歩き出す前の赤ちゃん(と保護者)
 ②1歳～2歳程度の幼児と保護者
 ③3歳～4歳程度の幼児と保護者
 ④5歳～6歳程度の幼児と保護者
日 5月24日(日)
 ①午前10時30分～11時
 ②午前11時30分～正午
 ③午後1時30分～2時
 ④午後2時30分～3時
場 中央図書館3階ホール(十条台1-2-5)
内 年齢に合わせて、わらべうたや絵本・おはなしなどを、家族と一緒に楽しむおはなし会です。
申 当日、直接会場へ
問 よみきかせの会たんぼぼ 川瀬 ☎(3824)0749



滝野川文化センター子ども講座

「災害に備えて作ってみよう!メスティンと缶詰で作る炊き込みご飯」

対 区内在住、在学の小学3年生～6年生と保護者(保護者1人につき、小学生2人まで)
日 5月30日(日) 午前10時30分～午後1時
内 普段と違ったメスティンでのごはん作りを楽しみながら、防災について楽しく学び、考えましょう。
師 きっかけLab. 塩月崇雄氏
定 10組(抽選)
費 1,500円程度
申 5月16日(土)までに、下記コードまたは直接窓口で申込
問場 先 滝野川文化センター(西ヶ原1-23-3)(月曜、祝日休館) ☎(5394)1230



離乳食講習会(6月)～みんなで食育・楽しく食育～

対 区内在住で令和7年10月～令和8年2月生まれの乳児の保護者(保育なし)
内 離乳食の始め方とすすめ方のポイント(お話と試食)
申 5月5日(祝)午前9時から各開催日の4営業日前までに、右記コードで申込 **日場** 定 下表のとおり



日程	会場	定員(申込順)	問い合わせ先
9日(火) 午後1時30分～3時	北区保健所2階講堂(東十条2-7-3)	20人	王子健康支援センター ☎(3919)7588
12日(金) 午後1時30分～3時	赤羽会館7階	24人	赤羽健康支援センター ☎(3903)6481
18日(木) 午後1時30分～3時	滝野川健康支援センター2階講堂(西ヶ原1-19-12)	16人	滝野川健康支援センター ☎(3915)0184

※お住まいの地域に関わらず、お申し込みください。

特定健康診査等

北区国民健康保険に加入している方へ 特定健康診査(40歳~74歳)

対 北区国民健康保険に加入している40歳~74歳の方(昭和27年4月1日~昭和62年3月31日生まれ)
 ※対象者の方には受診券を5月中旬に送付します。健診開始日までに届かない方は、ご連絡ください。
日 6月1日(月)~令和9年1月30日(土)(土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く)
場 「北区特定健康診査会場」のポスター掲示のある区内実施医療機関
内 **[特定健康診査項目]** 問診、診察、身体計測(腹囲測定含む)、血圧、血液検査(肝機能・脂質・腎機能・血糖)、尿検査 **[北区追加健診項目]** 胸部X線直接撮影、心電図検査(医師が必要と判断した方)など
申 受診券と同封の一覧表の医療機関に事前予約をし、受診券とマイナ保険証(保険証利用登録したマイナンバーカード)または資格確認書(マイナ保険証をお持ちでない方)を持参して受診してください。
 ※生活保護などを受けている40歳~74歳の方も、同じ日程で健康診査を実施します。
 ※北区国民健康保険以外の医療保険に加入している方は、ご加入の医療保険者または勤務先にお問い合わせください。

北区国民健康保険以外の健康保険の 被扶養者などの方へ 北区追加健診(40歳~74歳)

次の対象で、ご希望の方は北区の医療機関で特定健康診査を受診する際に、北区追加健診項目を同時に受診できます。
対 ①~③全ての要件を満たす方
 ① 区内在住の昭和26年6月2日~昭和62年3月31日生まれの方(受診日現在75歳以上の方は除く)
 ② 健康保険組合などの被扶養者の方、または国民健康保険組合に加入している方
 ③ ご加入の健康保険組合などから特定健康診査の受診券が届いている方で、受診券の「契約とりまとめ機関名」(右図参照)に「集合B」と記載のある方
日 6月1日(月)~令和9年1月30日(土)(土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く)
場 「北区特定健康診査会場」のポスター掲示のある区内実施医療機関
[北区追加健診項目] 血液一般検査、胸部X線検査、心電図検査(医師が必要と判断した方)など
申 電話、はがきまたはファクス〔「追加健診申込」、住所、氏名、生年月日、電話番号、ご加入の健康保険の名称(必須)、受診予定の医療機関名を記入〕で申込
 ※申込後、「追加健診券」を実施期間に合わせて送付します。健診期間内に早めにお申し込みください。
 ※対象者の要件のうち①②は該当するが、③の特定健康診査受診券の「契約とりまとめ機関名」に「集合B」の記載がない方は、北区追加健診項目のみ受診することができます。ご希望の場合はお問い合わせください。

大腸がん・肺がん検診の同時実施について

特定健康診査などと同時に大腸がん・肺がん検診を受診できます。健診受診時に医療機関の受付にお申し出ください。大腸がん検診の場合は、採便キットをお受け取りください(健康政策課への申込は不要です)。
内 **[大腸]** 問診、便潜血検査 **[肺]** 問診、胸部X線検査など
費 **[大腸]** 300円 **[肺]** 500円
 ※肺がん検診は一部の医療機関では受診できません。
 ※一部の北区追加健診では受診できません。

特定健康診査受診券の例(北区国民健康保険以外の方)

特定健康診査受診券
令和8年●月●日交付

(中略)

窓口での自己負担

特定健診(基本部分)	負担額又は負担率	保険者負担上限額
特定健診(詳細部分)		なし

保険者所在地 市町...

保険者電話番号 ××××-××××

保険者番号・名称 ●●健康保険組合

契約とりまとめ機関名 集合B、ド/日

支払代行機関番号 ×××××

支払代行機関名 社会保険診療報酬支払基金

後期高齢者健康診査

対 区内在住で、次の①②いずれかに該当する方 ① 年度末現在75歳以上で、北区の後期高齢者医療制度にご加入の方 ② 65歳以上で一定の障害があり、北区の後期高齢者医療制度にご加入の方
 ※対象の方には受診券を5月中旬に送付します。健診開始日までに届かない方は、ご連絡ください。
 ※特別養護老人ホームなどに入所中の方は対象外です。
日 6月1日(月)~令和9年1月30日(土)(土曜午後、日曜、祝日及び休診日を除く)
 ※生活保護などを受けている75歳以上の方も同じ日程で健康診査を実施します。
場 「北区後期高齢者健康診査会場」ポスター掲示のある区内実施医療機関
内 問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査(肝機能・脂質・腎機能・血糖)、尿検査、胸部X線直接撮影など **申** 受診券と同封の一覧表の医療機関に事前予約をし、受診券とマイナ保険証(保険証利用登録したマイナンバーカード)または資格確認書(マイナ保険証をお持ちでない方)を持参して受診してください。
●大腸がん・肺がん検診
 特定健康診査などと同時に大腸がん・肺がん検診を受診できます。健診受診時に医療機関の受付にお申し出ください。大腸がん検診の場合は、採便キットをお受け取りください(健康政策課への申込は不要です)。
内 **[大腸]** 問診、便潜血検査 **[肺]** 問診、胸部X線検査など
費 **[大腸]** 300円 **[肺]** 500円 ※肺がん検診は一部の医療機関では受診できません。

若年健康診査

対 区内在住で、30歳~39歳の方(昭和62年4月1日~平成9年3月31日生まれ) ※勤務先などで受診機会のある方は対象外です。
日 6月1日(月)~令和9年1月30日(土)(土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く)
場 区内指定医療機関
内 問診、診察、身体計測(腹囲測定含む)、血圧測定、血液検査(肝機能・脂質・腎機能・血糖)、尿検査 **費** 1,000円
申 電子申請、電話、はがきまたはファクス〔「若年健康診査申込」、住所、氏名、生年月日、電話番号〕で申込 ※申込後、受診券を実施期間に合わせて送付します。申込から発送までに時間がかかることがありますので、健診期間内に早めにお申し込みください。
[受診方法] 受診券と同封の一覧表に記載の医療機関に事前予約をし、受診券と各自負担金を持参して受診してください。



申込フォーム

がん検診(区内医療機関)

対日内 下表のとおり

検診種別	検査項目	対象(年齢は令和9年3月31日時点)	各自負担金	検診期間(休診日を除く)
胃がん検診	バリウム検査	50歳以上で、前年度内視鏡検査を受けていない方	無料	6月1日(月)~令和9年1月31日(日)
	内視鏡検査			
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上の女性で、前年度乳がん検診を受けていない方(受診間隔2年に1回)	1,000円	5月1日(金)~令和9年2月28日(日)
子宮がん検診	子宮頸部の細胞診	20歳以上の女性で、前年度子宮がん検診を受けていない方(受診間隔2年に1回)	無料	5月1日(金)~11月30日(月)

※その他のがん検診については、HPなどでご確認ください。
 ※申し込めば、対象となるすべてのがん検診について検診チケットをお送りします。

場 区内実施医療機関
申 電話、電子申請、はがきまたはファクス〔「がん検診申込」、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入〕で申込
 ※申込後、1~2週間で検診チケットをお送りします。



申込フォーム

胃がんハイリスク検診

対 区内在住で、下表の年齢に該当する方
日 6月1日(月)~令和9年1月30日(土)(土曜午後、日曜、祝日、休診日を除く)
場 区内実施医療機関
内 問診、血液検査(血清ペプシノゲン検査、血清ヘリコバクター・ピロリ抗体検査) **費** 1,000円
 ※対象者には、5月中旬に受診票を送付します。対象の方で受診票がお手元に届かない場合はお問い合わせください。
胃がんハイリスク検診対象者 (令和9年3月31日現在の年齢)

満年齢	生年月日範囲
40歳	昭和61年4月1日~昭和62年3月31日
30歳	平成8年4月1日~平成9年3月31日

=以下、共通=

※医療機関によっては期間内でも予約満了となる場合があります。
 ※生活保護などを受けている方は各自負担金は免除です。
問先 健診コールセンター ☎(3919)9603 FAX(3905)6500
 〒114-8508(住所不要)健康政策課健康政策係



北区公式チャンネル
(YouTube)



(令和8年4月1日現在) 前月比		日本人人口	
世帯数	217,114 1,306増	332,956	951増
総人口	368,253 1,040増	男	165,102 471増
		女	167,854 480増
年齢別人口*	14歳以下... 37,092 (10.1%)	外国人人口	35,297 89増
	15歳~64歳... 247,827 (67.3%)	男	17,748 32減
(構成比)	65歳以上... 83,334 (22.6%)	女	17,549 121増

*外国人人口を含む