

第4回避難訓練コンサート もしもコンサート中に地震が発生したら…!?

大変好評をいただいている、避難訓練コンサートを今年度も実施いたします!
コンサート中の地震を想定し、出演者やお客さまにも避難訓練にご参加いただけます。
いつ襲ってくるかわからない、いざという時に備えて、楽しみながら防災意識を高めることができる、参加型の避難訓練コンサートを体験してみませんか?
コンサート中に地震による火災が発生したと想定し、職員の指示に従い、実際にお客さまに避難をしていただきます。避難訓練終了後はお席にお戻りいただき、コンサートの続きをお楽しみいただけます。



▲伊賀あゆみ&山口雅敏デュオ

超絶技巧を駆使したオリジナル編曲や、手の交差や体の動きも楽しめる作品、世界初演曲を中心に演奏し、“進化系デュオ”と呼ばれる。国内のみならず、モスクワやポーランドでも公演を行う。これまでに、世界初演を多数含む3枚のCDをリリース。

楽しみながら
防災意識を
高めることが
できます。



♥日時：2月12日(金)14:00～16:00(13:30開場)

※避難訓練含む

♥会場：さくらホール(北とぴあ2階)

♥料金：入場無料(要申込)定員200名 ※3歳以下入場不可
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。

♥出演：伊賀あゆみ&山口雅敏デュオ

♥演奏：ハチャトゥリアン：剣の舞 ブラームス：ハンガリー舞曲第5番

♥予定曲：ゴメス(山口&伊賀編曲)：アヴェ・マリア

スーザ(山口&伊賀編曲)：星条旗よ永遠なれ 他

♥締切：1月27日(水)必着

♥応募方法：往復はがきまたはメールに必要事項(下記参照)を明記のうえご応募ください。

※1通のご応募で4名様までお申込みいただけます。 ※申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

※ご応募の結果は2月1日(月)までに、はがきにてご連絡いたします。



避難訓練
コンサートを
体験して
みませんか?

応募必要事項

1. 避難訓練コンサート参加希望
2. 参加希望人数(代表者含む)
3. お名前(ふりがな)
4. 性別
5. 年齢
6. 郵便番号、ご住所、必ず連絡がとれる電話番号

※3,4,5については参加者全員分をご記入ください。
※6については代表者の方のみご記入ください。
※ご記入に不備のあった場合は、返信できないこと
もご留意ください。

◆宛先◆ 往復はがき／メール
〒114-8503
東京都北区王子1丁目11-1
北とぴあ10階
北とぴあ管理事務所
避難訓練コンサート係
メール：event@hokutopia.jp

◆主催◆
北とぴあマネジメント共同事業体
お問合せ：TEL 03-5390-1101
WEB：<https://www.hokutopia.jp>

ドームホールシネマ



© 2015 Galatee Films - Pathe Production - France 2
Cinema - Pandora Film - Invest Image 3 - Rhone-Alpes
Cinema - Winds - Pierre et Vacances

シーズンズ

2万年の地球旅行

日本語吹替え版

さあ、生命の旅へ 最後の氷河期から現在。全ての生命の壮大な歩みを描いた、まったく新しいネイチャードキュメンタリー。



ストーリー

2万年前、地軸のごくわずかな変化により、気候が劇的に温暖化した。氷河期が終わり、新たな生命が芽吹き始める。見渡す限り緑の森、自由を謳歌する動物たち、響き渡る鳥のさえずり、その歌声に合

わせて口笛を吹く

少年。人類も、動物たちと等しく生きる森の住人だった。2万年という悠久の時間、そこで懸命に生きる生命をドラマティックに描いた感動の旅。ここには、この地球のすべての生命の希望に満ちた未来がある――。



●日時：2月27日(土) 2回上映 上映時間97分
【1回目】10:00開演(9:30開場)
【2回目】14:00開演(13:30開場)

●会場：ドームホール(北とぴあ6階)

●定員：各回60名 ※未就学児入場不可
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。

●料金：500円(全席指定)
※一部見えにくいお席がございます。

●チケット発売日：1月8日(金)10:00～
※席に余裕がある場合、当日券を販売いたします。

●チケット取扱い：北とぴあ1階
チケット販売窓口
(10:00～20:00)
※1/18(月・臨時休館日)
は10:00～18:00
※2/7(日・全館休館日)
は休業

◆主催◆

北とぴあマネジメント共同事業体
お問合せ：TEL 03-5390-1101
WEB：<https://www.hokutopia.jp>

個人情報の取扱い・ 参加者の方へのご連絡について

お預かりした個人情報は北とぴあ指定管理者(北とぴあマネジメント共同事業体)に帰属し、イベントの実施およびご返信の目的に限り、必要な範囲で利用いたします。個人情報取扱い・ご連絡についてご確認のうえ、ご同意いただいた方のみご応募ください。

主催：北とぴあマネジメント共同事業体 お問合せ：TEL 03-5390-1101 WEB：<https://www.hokutopia.jp>

※北とぴあ駐車場、駐輪場には限りがございますので、ご来館の際はできるだけ電車・バス等公共交通機関をご利用ください。

北とぴあ 健康講座

太極拳から学ぶ介護予防に役立つ知識

太極拳を活用した介護予防に役立つ健康の知識を学ぶ講座です。
前半は太極拳から介護予防に役立つ知識などを学ぶ座学、後半は先生に模範演技をしていただき、その場でできる介護予防に役立つ太極拳の呼吸や簡単な動作を学んでいただきます。
北とぴあで太極拳の基礎知識を学び、血の巡りや気の巡りをよくして、心身を整えてみませんか？

◆日時：①2月22日(月) ②3月1日(月)
全2回 10:00～11:00

◆会場：スカイホール(北とぴあ14階)

◆講師：國枝 優子(弥生会指導員)

◆参加費：500円(1人/2回分)
※当日会場にて受付時にお支払いください。

◆対象：18歳以上

◆定員：20名(応募多数の場合は抽選となります)
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。

◆締切：2月5日(金)必着

◆応募方法：往復はがき又はメールで必要事項(下記参照)を明記のうえご応募ください。

※1通のご応募で2名様までお申込みいただけます。

※ご応募の結果は2月10日(水)までにはがきにてご連絡いたします。



応募必要事項

- 健康講座参加希望
- 参加希望人数(代表者含む)
- お名前(ふりがな)
- 性別
- 年齢
- 郵便番号、ご住所、必ず連絡がとれる電話番号

※3、4、5については参加者全員分をご記入ください。
※6については代表者の方のみご記入ください。
※ご記入に不備があった場合は、返信できないこととなりますのでご注意ください。

◆宛先◆ 往復はがき／メール
〒114-8503
東京都北区王子1丁目11-1 北とぴあ10階
北とぴあ管理事務所 健康講座係
メール：event@hokutopia.jp

◆主催◆
北とぴあマネジメント共同事業体
お問合せ:TEL 03-5390-1101
WEB:https://www.hokutopia.jp

プラネタリウム
でリラックス

新型コロナウイルス感染予防対策等々に緊張の日々が続いていますが、満天の星のもと、星にまつわるお話を聞きながら、癒しの時間を過ごしてみませんか。北とぴあのドームホールに星空を投影できる機材を持ち込み、北区の冬から春にかけての夜空を映し出します。プラネタリウム初体験の方、星空に興味のある方、ぜひご参加ください。



★日時：3月14日(日) 10:30～11:30(10:00受付開始)

★会場：ドームホール(北とぴあ6階)

★星空ワーク：坪内 重樹

★料金：300円(全席指定)
※一部見えにくいお席がございます。

★定員：60名
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。

★チケット発売日：1月12日(火) 10:00～

※席に余裕がある場合、当日券を販売いたします。

★チケット取扱い：北とぴあ1階チケット販売窓口(10:00～20:00)

※1/18、3/8(月・臨時休館日)は10:00～18:00

※2/7(日・全館休館日)は休業

◆主催◆ 北とぴあマネジメント共同事業体
お問合せ：TEL 03-5390-1101 WEB：https://www.hokutopia.jp

北とぴあ1階チケット売場にてお取り扱い中のチケットの一部をご紹介します

特撰落語会



▲三遊亭小遊三

▲三遊亭円楽

♣日時：1月25日(月)
14:00(開場13:30)

♣会場：さくらホール(北とぴあ2階)

♣出演：三遊亭円楽・三遊亭小遊三

♣料金：S席：4,300円
A席：3,500円
未就学児入場不可
ほくとぴあメンバーズ割引⑥

♣お問合せ：エイフル企画
03-6240-1052

桃月庵白洒独演会



▲桃月庵白洒

♣日時：1月26日(火)
19:00(開場18:30)

♣会場：つつじホール(北とぴあ3階)

♣出演：桃月庵白洒

♣料金：全席指定：3,700円
未就学児入場不可
ほくとぴあメンバーズ割引⑥

♣お問合せ：エイフル企画
03-6240-1052

特撰落語名人会



▲三遊亭白鳥

▲柳家権太楼

▲桃月庵白洒

♣日時：2月3日(水)
19:00(開場18:30)

♣会場：さくらホール(北とぴあ2階)

♣出演：柳家権太楼・三遊亭白鳥・
桃月庵白洒

♣料金：全席指定：3,900円
未就学児入場不可
ほくとぴあメンバーズ割引⑥

♣お問合せ：エイフル企画
03-6240-1052

チケット販売窓口については最終面をご確認ください。

個人情報の取扱い・
参加者の方へのご連絡について

お預かりした個人情報は北とぴあ指定管理者(北とぴあマネジメント共同事業体)に帰属し、イベントの実施およびご返信の目的に限り、必要な範囲で利用いたします。個人情報取扱い・ご連絡についてご確認のうえ、ご同意いただいた方のみご応募ください。

主催：北とぴあマネジメント共同事業体 お問合せ：TEL 03-5390-1101 WEB：https://www.hokutopia.jp

※北とぴあ駐車場、駐輪場には限りがございますので、ご来館の際はできるだけ電車・バス等公共交通機関をご利用ください。

坐禅体験



和に親しむ



写経体験

ストレス解消や集中力を鍛えることにも効果があると言われている坐禅。講座では講義や30分程度の坐禅を2回行います。ご参加いただいた方からも、「坐禅入門として非常にわかりやすかった」「痛いかと思ったけど、意外と坐れてよかった」「普段持てない時を過ごせた」などの声をいただいております。初めてでも丁寧に指導いたします。北とぴあで坐禅に挑戦してみませんか。



◆ストレス解消
◆集中力を鍛える

服装例

ズボン…幅広のもの
スカート…ロング丈でゆったりとしたもの
※坐禅は足を組んで行いますので
ピッタリとしたズボンやタイトスカート等はご遠慮ください。

- 日時：1月30日(土) 14:00～16:00
- 会場：第1和室「せきれい」(北とぴあ9階)
- 講師：静勝寺 住職 高崎 忠道
- 参加費：500円(1人/当日会場にて受付時にお支払いください)
- 持ち物：坐禅に必要な道具は北とぴあにてご用意いたします。
- 服装：上下共に体をしめつけないゆったりとした服装でご参加ください。足元は裸足で行います。全く足が組めない方でも大丈夫ですので、ご相談ください。
- 対象：18歳以上
- 定員：15名(応募多数の場合は抽選となります)
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。
- 締切：1月19日(火)必着
- 応募方法：往復はがき又はメールで必要事項(下記参照)を明記のうえご応募ください。
※1通のご応募で2名様までお申込みいただけます。
※ご応募の結果は1月22日(金)までにはがきにてご連絡いたします。

脳の活性化、デトックスなど様々な効果があると言われている写経。初めて体験される方にも安心な、所作や写経の意義も丁寧に解説する体験講座です。写経は続けることが理解を深める秘訣ですので、リピーターの方も歓迎です。北とぴあで写経に挑戦してみませんか。



◆脳の活性化
◆デトックス

- 日時：2月20日(土) 10:00～12:00
- 会場：第1和室「せきれい」(北とぴあ9階)
- 講師：寿徳寺 副住職 新井 大介
- 参加費：500円(1人/当日会場にて受付時にお支払いください)
- 持ち物：写経に必要な道具は北とぴあにてご用意いたします。写経時に正座イス等が必要な方はご自身でお持ちください。写経時は正座必須ではありません。あぐらなどご自身が楽な姿勢でけっこうです。
- 対象：18歳以上
- 定員：20名(応募多数の場合は抽選となります)
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。
- 締切：1月29日(金)必着
- 応募方法：往復はがき又はメールで必要事項(下記参照)を明記のうえご応募ください。
※1通のご応募で2名様までお申込みいただけます。
※ご応募の結果は2月5日(金)までにはがきにてご連絡いたします。

応募必要事項

1. 1月30日(土) 坐禅体験参加希望
又は 2月20日(土) 写経体験参加希望
※1枚のはがきで複数の講座のお申し込みはできません。
2. 参加希望人数(代表者含む)
3. お名前(ふりがな)
4. 性別
5. 年齢
6. 郵便番号、ご住所、必ず連絡がとれる電話番号
※3、4、5については参加者全員分をご記入ください。
※6については代表者の方のみご記入ください。
※ご記入に不備があった場合は、返信できないこともございますのでご注意ください。

◆宛先◆ 往復はがき/メール
〒114-8503
東京都北区王子1丁目11-1 北とぴあ10階
北とぴあ管理事務所 坐禅体験係
又は北とぴあ管理事務所 写経体験係
メール：event@hokutopia.jp

◆主催◆ 北とぴあマネジメント共同事業体 お問い合わせ：TEL 03-5390-1101 WEB：https://www.hokutopia.jp

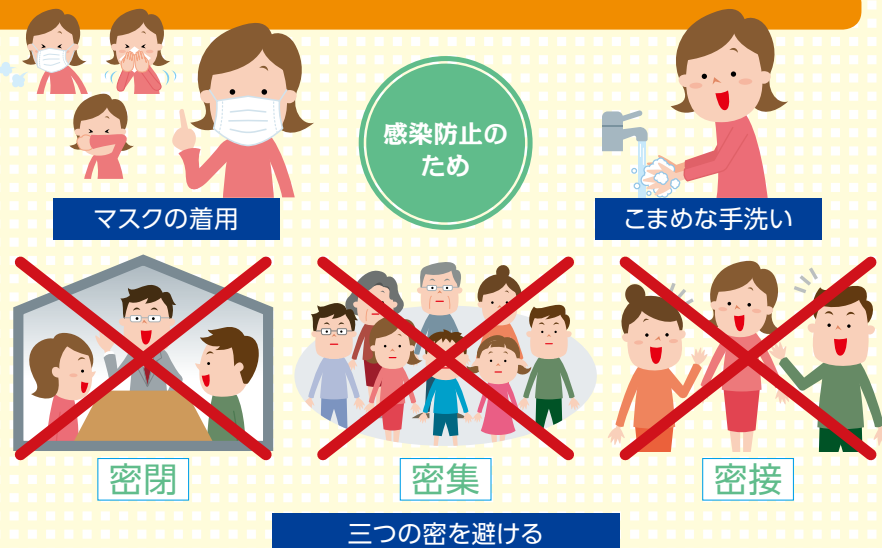
施設利用にあたってのお願い

緊急事態宣言が解除されましたが、北とぴあでは、北区方針に従い、引き続き新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、下記の【施設利用にあたっての遵守事項】を守ってご利用いただきますようお願いいたします。

施設のご利用にあたってお守りいただく事項

- 以下の事項に該当する場合は、施設の利用をご遠慮ください。
 - 体調がすぐれない場合(例:37.5℃以上の発熱、咳・のどの痛みなどの症状がある場合) 等
- マスクの着用。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指の消毒。
- 施設の利用にあたっては、三つの密(密閉、密集、密接)を避ける。
- 水分補給以外のご飲食はご遠慮ください。
- 施設利用中に大きな声での会話や歌唱はご遠慮ください。
- 感染防止のため、施設管理者の指示に従ってください。
- 施設利用終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、施設管理者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について連絡してください。

上記以外の詳細、及び最新の情報につきましては、
当館掲示物、ホームページ等をご確認ください。



1・2・3月の催し物カレンダー

北区・スペースゆうが北とぴあで実施するイベントとなります。

期日	催し物	お問合せ	期日	催し物	お問合せ
1月 1月24日(日)	スペースゆう啓発講座 みんな「男らしさ」がわからない～心の身だしなみをチェックしよう～ 【時間】13:00～15:00 【会場】スペースゆう多目的室AB(北とぴあ5階)	スペースゆう	2月 2月27日(土)	北区男女共同参画事業 映画会 『一粒の麦 荻野吟子の生涯』 【時間】14:00～16:00 【会場】スペースゆう多目的室AB(北とぴあ5階)	スペースゆう

※催し物の開催については問合せ先に事前にご確認ください。

お問合せ

北区スペースゆう TEL 03-3913-0161

2021年

スポーツの見方・楽しみ方

2021年、さまざまなスポーツイベントが開催されます。このコロナ禍でなかなか「スポーツをする」ことができない昨今、「スポーツの見方・楽しみ方」を中心とした講座を実施します。2021年に具体的にどんなイベントがあるのか、それぞれのイベントの特徴、見方・楽しみ方のポイント、さらにパブリックビューイングなどイベント周辺の楽しみ方など、新たな日常における新たなスポーツの楽しみ方を見つけてみませんか。



- ◆日 時 : 3月6日(土) 10:00~11:30(9:30受付開始)
- ◆会 場 : ドームホール(北とぴあ6階)
- ◆講 師 : 舩本 直文
- ◆参加費 : 無料 ※一部見えにくいお席がございます。
- ◆定 員 : 30名 ※どなたでも参加できます。
※状況により、定員を制限させていただく場合があります。
※応募多数の場合は抽選となります。
- ◆締 切 : 2月19日(金)必着
- ◆応募方法 : 往復はがきまたはメールに必要事項(下記参照)を明記の上ご応募ください。
※1通のご応募で4名様までお申込みいただけます。
※ご応募の結果は2月26日(金)までに、はがきにてご連絡いたします。

講師プロフィール

舩本 直文

ますもと なおふみ

東京都立大学客員教授。専門は、オリンピック研究およびスポーツ哲学。

その他、玉川大学教育学部非常勤講師、武蔵野大学客員教授、NPO法人日本オリンピック・アカデミー会員(副会長・研究委員会委員長)他。



応募必要事項

1. スポーツの見方・楽しみ方講座参加希望
2. 参加希望人数(代表者含む)
3. お名前(ふりがな)
4. 性別
5. 年齢
6. 郵便番号、住所、必ず連絡が取れる電話番号
※3、4、5については、参加者全員分をご記入ください。
※6については代表者の方のみご記入ください。
※ご記入に不備のあった場合は、返信できないこと
もございますのでご注意ください。

◆宛先◆ 往復はがき/メール

〒114-8503
東京都北区王子1丁目11-1
北とぴあ10階 北とぴあ管理事務所
スポーツの見方・楽しみ方講座参加者募集係
メール: event@hokutopia.jp

◆主催◆

北とぴあマネジメント共同事業体
お問合せ: TEL 03-5390-1101
WEB: <https://www.hokutopia.jp>



パイプオルガン演奏会



新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、現在パイプオルガン演奏会の開催を見合わせています。再開時期につきましては情勢をふまえ検討いたします。開催が決まりましたら、(公財)北区文化振興財団のホームページにてご案内させていただきます。

WEB: <https://kitabunka.or.jp>

ご理解のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。



館内トイレリニューアル完了しました!

北とぴあ館内トイレ洋式化工事完了しました。ベビーチェアや便座クリーナーも設置され快適なトイレにリニューアルしました。



スポーツ施設受付

9:00~20:00

(登録は9:00~19:00、18:30最終受付時間)
※各休館日は受付しておりません。

詳細はホームページをご覧ください。
か、お問合せください。



体育施設申込に関するお問合せ
北とぴあ1階 体育施設受付
TEL 03-5390-1140(9:00~20:00)

施設受付・チケット販売

北とぴあでは各施設のご利用申し込み受付、北とぴあにて開催する公演チケット(一部お取扱いのない公演もございます)の販売を行っております。また北とぴあの施設、他、滝野川会館、赤羽会館、各体育施設の使用料もお支払いいただけます。皆さまのご利用をお待ちしております。

▶施設受付

- 受付場所 北とぴあ1階 施設予約受付窓口
- 受付時間 9:00~20:00
※各休館日は受付しておりません。
- 申込受付 TEL:03-5390-1105

▶チケット販売

- 販売場所 北とぴあ1階 チケット売場(窓口販売のみ)
- 受付時間 10:00~20:00 ※各休館日の販売時間は、お電話にてお問合せください。
- お問合せ受付 TEL:03-5390-1100
北区民割引、はくとぴあメンバーズ割引、学生割引等、お得な割引がある公演も多数ございます。ぜひご利用ください。

インターネットからの施設空き情報検索について

北とぴあ内各施設利用状況は、インターネットの施設予約システムからもご確認いただけます。(多目的ルームや楽屋など、一部対象外のものもあります)空き状況はシステムメンテナンス日を除き、24時間検索いただけます。詳しくは、北とぴあホームページより「北区施設予約システム」をご覧ください。

区民の皆さまを対象に通常毎月1日(区民以外の方の抽選は通常毎月15日)に北とぴあ施設抽選会を行っています。施設抽選会の詳細につきましては施設予約受付窓口、またはお電話にてお問合せください。



〒114-8503 東京都北区王子1丁目11-1

交通のご案内

- ◆JR京浜東北線/王子駅北口より徒歩2分
- ◆東京メトロ南北線/王子駅5番出口直結
- ◆都電荒川線/王子駅前駅より徒歩5分

TEL 03-5390-1100
FAX 03-5390-1409
WEB <https://www.hokutopia.jp>
MAIL support@hokutopia.jp
開館時間 8:30~22:00

休館日のご案内

【臨時休館日】1月18日(月) 3月8日(月)
【全館休館日】1月1日(金)~1月3日(日) 2月7日(日)
※各休館日の詳細については、北とぴあホームページでご確認ください。

2021年(令和3年)1月の抽選会は1月13日(水)となります。



※北とぴあ駐車場、駐輪場には限りがございますので、ご来館の際はできるだけ電車・バス等公共交通機関をご利用ください。