## 長寿（後期高齢者）医療制度に加入している方へ
# 入院時負担軽減支援金を支給しています

【対象】長寿（後期高齢者）医療制度に加入し、区内に引き続き1年以上お住まいで、20年4月1日以降に7日以上入院した方
【金額】入院期間の通算が▶7～60日…1万円、▶61～120日…2万円、▶121日以上…3万円。年度内（4月1日～翌年3月31日）に3万円を限度
【申請】次の①～④の書類をお持ちの上、医療保険年金課・特別出張所へ。▶①入院期間が分かる病院等の領収書の原本（コピーは不可。窓口でコピーし原本はお返しします）、▶②後期高齢者医療被保険者証、▶③入院した方の口座（銀行・郵便局）の通帳等、▶④入院した方の印鑑
※③④は入院していた方が亡くなった場合は相続人の通帳等・印鑑
【問合せ】**医療保険年金課高齢者医療係**（本庁舎4階）☎(5273)4562へ。

## 区立障害者福祉センター講座 参加者募集

【講座名・日時等】**下表**のとおり
【対象】区内在住で障害のある方。余裕がある場合は家族の方の参加も可
【費用】1講座1回100円（減免制度あり。材料費等は実費負担）
【会場・申込み】3月19日㈭までに直接または電話（日曜日を除く）・ファックス（記載例（2面参照）のほか障害名を記入）で**同センター**(戸山1－22－2)☎（3232）3711・FAX（3232）3344へ。応募者多数の場合は抽選。講座により申し込み時に面接やアンケートを行うことがあります。

| 講座名 | | 曜日・時間 | 定員 | 開始予定日 |
|---|---|---|---|---|
| 4月～22年3月 | 書道 | 第1・第3月曜日　午後3時～5時 | 15名 | 4月6日 |
| | 組みひも | 毎週火曜日　午後1時～3時 | 15名 | 4月7日 |
| | 茶道 | 第3火曜日　午後1時～3時 | 10名 | 4月21日 |
| | 俳句 | 第4木曜日　午後1時～3時 | 10名 | 4月23日 |
| | 料理入門（知的障害者） | 第4土曜日　午後1時～3時30分 | 10名 | 4月18日 |
| | リズム体操(★1) | 土曜日　午前9時～12時（全10回） | 50名 | 未定 |
| 4月～9月 | いきいき健康教室 | 月曜日　午前10時～11時45分（全20回） | 10名 | 4月13日 |
| | 軽体操 | 木曜日　午前10時～11時45分（全20回） | 15名 | 4月9日 |
| | きめこみパッチワーク | 第2・第4火曜日　午前10時～12時 | 5名 | 4月14日 |
| | かぎ針編み(★2) | 毎週月曜日　午後1時～3時 | 10名 | 4月6日 |
| 5月～10月 | 料理入門（身体障害者） | 第3木曜日　午後2時～5時 | 8名 | 5月21日 |
| パソコン | エクセル | 毎週水曜日　午前10時～11時30分（全10回） | 10名 | 4月1日 |
| | ワード(★3) | 毎週水曜日　午前10時～11時30分（全5回） | 10名 | 7月1日 |
| | 写真整理 | 毎週木曜日　午後1時30分～3時（全10回） | 10名 | 4月2日 |
| | ブログ | 毎週木曜日　午後1時30分～3時（全5回） | 10名 | 7月2日 |

★1は18歳以上の知的障害者で保護者同伴が可能な方が対象です。
★2は初心者の方が対象です。　★3はチラシ等を作成します。

### ◆講座・催し等の申し込み◆

①講座・催し名
②〒・住所
③氏名（ふりがな）
④電話番号
**（往復はがきには、返信用にも住所・氏名）**

はがき・ファックスの記載例

※あて先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは、原則無料

## くらし

### しんじゅく女性団体会議 新規会員募集

団体の交流と学習活動を通して、相互の連携と女性のエンパワーメント（経済力や自己決定力などを身に付けること）を目指します。定例会（原則として隔月第3金曜日）に1年を通じて出席していただきます（出席は団体代表者以外でも可）。
【対象】次のすべてに該当する団体。▼2年以上継続的に活動、▼活動拠点が区内、▼女性の地位向上と一般的な教養を高める活動、▼構成員20名以上で半数以上が女性、かつ8割以上が区内在住
【申込み】所定の申込用紙を3月19日㈭までに**男女共同参画課**（〒160・0007荒木町16、男女共同参画推進センター・ウィズ新宿内）☎（3341）0801・FAX（3341）0740へ郵送（必着）・ファックスまたはお持ちください。申込用紙は同課で配布するほか、新宿区ホームページの同課のページからも取り出せます。

### 新宿中央公園自然観察会

**●サクラを楽しもう**
【日時】3月28日㈯午前10時～12時（雨天実施）
【会場】新宿中央公園（西新宿2－11）
【内容】タカトオコヒガンザクラ・ソメイヨシノの観察（解説／日比野佳正・自然観察指導員、野村晃・新宿御苑パークボランティアほか）
【費用】無料
【持ち物】帽子・飲み物
【集合場所・申込み】はがき・ファックス（記載例（2面参照）のとおり記入）で、3月25日（必着）までに**環境学習情報センター**（〒160・0023西新宿2－11－4）☎（3348）6277・FAX（3344）4434へ。先着20名。

### 屋上緑化講座

**●自宅や事業所で手軽にできる屋上・壁面緑化**
【日時】3月23日㈪午後2時～4時
【会場】区役所本庁舎3階301会議室
【対象】区内在住・在勤の方、20名
【内容】緑化の方法と楽しみ方、屋上見本園完成までの話と見学、助成制度ほか
【申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のとおり記入し、3月13日（必着）までに**みどり公園課みどりの係**（〒160・8484歌舞伎町1－4－1、本庁舎7階）☎（5273）3924へ。応募者多数の場合は抽選。

### 消費者講座

**●もうすぐスタート！裁判員制度を知ろう**
【日時】3月23日㈪午後1時30分～3時30分
【対象】区内在住・在勤の方、40名
【内容】裁判員の仕事、辞退できるのかなど疑問や不安に答えます。（東京地方裁判所刑事部主任書記官）
【費用】無料
【会場・申込み】電話かファックス（記載例（2面参照）のとおり記入）で、**新宿消費生活センター**（高田馬場4－10－2）☎（3365）6100・FAX（3365）6110へ。先着順。

## 福祉

### シニアスポーツチャレンジ事業

【期間】4月～6月の週1回2時間程度、全12回
【日時・会場】▼東五軒町ことぶき館…火曜日午前、▼西新宿ことぶき館…火曜日午後、▼北新宿第一ことぶき館…水曜日午前、▼西落合児童館…水曜日午後、▼高田馬場第二ことぶき館…木曜日午前、▼北山伏ことぶき館…木曜日午後
【対象】区内在住の65歳以上で、介護保険の「要介護認定」を受けていない方、各館20名
【内容】運動と健康相談やレクリエーションなどを組み合わせた、個人の身体状況に合わせたプログラム
【費用】1回100円
【申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のほか年齢・生年月日・参加希望館（第2希望まで）を記入し、3月10日（必着）までに**高齢者サービス課いきがい係**（〒160・8484歌舞伎町1－4－1、本庁舎2階）☎（5273）4567へ。応募者多数の場合は抽選。結果は、3月16日㈪までにお知らせします。

### 介護予防教室

**(1)脳はつらつ教室（全15回）**
【日時・会場】4月～7月の原則として週1回水曜日（初回4月8日）、▼小滝橋いきがい館（高田馬場3－46－14）…午後2時～3時30分、▼介護老人保健施設マイウェイ四谷（大京町1）…午前10時～11時30分
【対象】区内在住の65歳以上で、認知症予防に取り組みたい方、各15名程度
【内容】脳を刺激する「小旅行」がテーマのプログラムとウオーキング中心の運動
**(2)もう安心、尿漏れ改善教室（全8回）**
【日時・会場】4月～6月の原則として隔週木曜日（初回4月9日）、▼小滝橋いきがい館、▼マイウェイ四谷、いずれも午後2時～3時30分
【対象】区内在住の65歳以上の女性で、腹圧がかかったときの軽い尿漏れを予防・改善したい方、各12名程度
……〈以下共通〉……
【費用】1回100円
【申込み】電話で3月12日㈭までに**高齢者サービス課介護予防係**（本庁舎2階）☎（5273）4594へ。先着順。介護保険の「要介護認定」を受けている方は申し込めません。申し込みを受け付けた方には、申込書を3月19日㈭までに同係に提出していただきます。

### 認知症サポーター養成講座

【日時】3月25日㈬午後2時～4時
【会場】柏木地域センター（北新宿2－3－7）
【対象】区内在住・在勤・在学の方、70名
【費用】無料
【申込み】電話で**高齢者サービス課高齢者相談係**（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。先着順。

### 家族介護者教室

**●認知症の早期発見～正しい知識と対応の仕方**
【日時】3月14日㈯午後3時～4時30分
【会場】原町高齢者在宅サービスセンター（原町3－84）
【対象】区内在住の高齢者の方、高齢者を介護している方ほか、40名
【講師】迫村泰成（牛込台さこむら内科院長）
【費用】無料
【申込み】電話で**原町ホーム地域包括支援センター**☎（5367）6737へ。先着順。介護のために参加が難しい方には、デイサービスの利用、ヘルパー派遣利用等の支援をします。ご相談ください。

### 社会福祉協議会の講座

**(1)手話体験入門講座**
【日時】3月17日㈫午後6時30分～8時30分
【会場】区立障害者福祉センター（戸山1－22－2）
【内容】基本的な手話表現と聴覚障害者の方との交流
【費用】300円（同協議会会員は無料）
**(2)今日からはじめる！ボランティア入門講座**
【日時】3月26日㈭午後2時～4時
【会場】牛込簞笥地域センター（簞笥町15）
【内容】ボランティア入門、「ふれあい・いきいきサロン」の概要と参加者の活動紹介
【費用】無料
……〈以下共通〉……
【対象】区内在住・在勤・在学の方、各30名
【申込み】電話かファックス（記載例（2面参照）のとおり記入）で、(1)は3月12日㈭、(2)は25日㈬までに**同協議会ボランティア・市民活動センター**☎（5273）9191・FAX（5273）3082へ。先着順。

## こども・教育

### 就学援助の申請を

**●教育費の一部を補助**
【対象】区内在住で義務教育期間中のお子さんがいて、経済的にお困りの保護者の方。所得制限があります。
【申込み】区立小・中学校に通っている方は、学校を通して申請してください。新宿区以外の公立・国立・私立の小・中学校に通っている方は、3月31日㈫までに**学校運営課学校運営支援係**（第1分庁舎4階）☎（5273）3089へご相談ください。

### 子どもセンターまつり2009

**●あそんで、体験して！**
中学生の実行委員が大人と協力して企画しました。
【日時】3月15日㈰午前11時～午後3時
【内容】ゲームコーナー（クイズほか）、カフェ・食べ物コーナー（有料。チョコバナナ・焼きいもほか）、バザーほか
【会場・申込み】当日直接、柏木地域センター（北新宿2－3－7）へ。
【主催・問合せ】**新宿区青少年活動推進委員事務局**（本庁舎2階、子ども家庭課活動支援係内）☎（5273）4261へ。

## 施設

### 中落合第一保育園の移転

園舎建て替えのため、3月30日㈪から仮園舎に移転します。
【仮園舎の所在地等】西落合2－8－7、☎（3954）0880（電話番号は変わりません）
【問合せ】**保育課保育係**（本庁舎2階）☎（5273）4525へ。