



携帯電話用
二次元コード

今号の主な内容

- 2面 介護保険利用時の負担軽減等
- 3面 今から取り組む介護予防
- 4面 快適で健康的な住まい方
- 5面 学校公開・学校説明会
- 8面 定額給付金等の振り込み手続きを進めています
- 8面 防災気象情報メールのご利用を
- 8面 道路の通称名を募集



しんじゅくコール

☎ (3209) 9999

(午前8時～午後10時、1/1～3を除く毎日)

新型インフルエンザの感染を予防するために

●国内での感染が発生しています●

- 正しい情報に基づき冷静に行動してください。
- 引き続き感染を予防するため、区民の皆さんは、マスクの使用、手洗い・うがいを励行し、人混みはなるべく避けてください。
- 急な発熱など感染が心配な症状がある方は、発熱相談センターにご相談ください。
- 今後の都内での感染者の発生状況により、イベントの中止や学校・保育施設等が臨時休業になる場合があります。ご協力をお願いします。また、区の窓口対応の職員は、マスクを着用して執務をしています。ご理解ください。



正確な情報入手しましょう

うわさやデマに惑わされないよう、国・東京都・新宿区が発信する情報に基づき、冷静に対応することが大切です。

感染予防と拡大防止のために

- 不要不急の外出はできる限り控えましょう
- 外出する場合は人混みを避け、「マスク」「手洗い」「うがい」を実行してください。
- ① 丁寧に手を洗いまししょう (石けんと流水)

感染が疑われるときは

- 15秒以上。アルコール製剤での手指の消毒も効果があります。
- ② ウイルス対策にはマスクが有効です。人混みではマスクを着け、「せきエチケット」を徹底し、帰ったらうがいをしましょう。
- ③ 栄養と睡眠を十分にとり、体力を維持しましょう。

まず発熱相談センターへ

38度以上の急な発熱・せき・のどの痛み・全身の倦怠感などの症状があり、医療機関を受診するときは、まず、新宿区発熱相談センター☎(5273)3836へ連絡してください。センターの指示に従った上で、公共交通機関の利用は避け、必ずマスクを着けて受診してください。

病気で治療中の方へ

受診するときは、症状がなくてもマスクを着用してください。継続的に服薬している方は、主治医に相談しておきましょう。

感染が疑われるときは

●相談はこちらの窓口へ●

- 午前9時～午後9時 (平日・休日とも)
 - 新宿区発熱相談センター☎(5273)3836
 - 午後9時～翌日午前9時 (平日・休日とも)
 - 東京都発熱相談センター☎(5320)4509
- 一般的な相談は
- 平日午前8時30分～午後5時15分
 - 新宿区保健所保健予防課☎(5273)3862
 - 牛込保健センター☎(3260)6231
 - 四谷保健センター☎(3351)5161
 - 西新宿保健センター☎(3369)7151
 - 落合保健センター☎(3952)7161

詳しい情報はテレビ・ラジオのニュースや下記のホームページを参考にしてください

- ▶ 厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>
- ▶ 国立感染症研究所ホームページ <http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>
- ▶ 新宿区のホームページ・携帯電話版ホームページの情報も随時更新しています

★**地域人財塾**…地域で活動している方、活動したいと考えている方が対象の能力育成講座。21年度も、人を集められる講座の作り方をテーマにした実践的な企画員養成講座として実施します。

【担当:生涯学習コミュニティ課コミュニティ推進係】

★**生涯現役塾**…シニア世代の方が、自分の「いきがいの種」を見付けながら「地域活動の担い手」として活躍

できるような、ボランティアやNPO活動などでの体験を通し、地域活動等への参加を支援する講座。仲間と交流しながら、具体的な活動の仕方などを実際に体験します。21年度は、8月から開始する予定です。詳しくは、後日「広報しんじゅく」等でお知らせします。

【担当:高齢者サービス課いきがい係 (本庁舎2階) ☎(5273)4567】

行列のできる講座で

集客力アップ! 地域力アップ!

「新宿力」アップ! 「地域活動パワーアップ」作戦開始

地域活動に参加するためのきっかけ作りと「新宿力」のパワーアップを目指し、皆さんと学び作る「地域人財塾」。シニア世代の方が退職後に、自分の豊かな知識・経験を生かして地域活動に参加したり、地域の担い手として活躍できるようにすることを目指す「生涯現役塾」。

今年、2つの塾が連携し、たくさんの方の「地域活動への第一歩」をお手伝いします。

合同開催するオープニングセミナー(導入講座)「行列のできる講座とチラシの作り方」に、ぜひ、ご参加ください。

【問合せ】生涯学習コミュニティ課コミュニティ推進係 (〒160-8484 歌舞伎町1-4-1、本庁舎1階) ☎(5273)4127 (5273)3590へ。

地域人財塾・生涯現役塾 合同開催講座

企画力&広報力 120%アップ セミナー

行列のできる講座と チラシの作り方 参加者募集

- 【日時・会場】下表のとおり
- 【定員】各80名(②は2日とも出席できる方)
- 【内容】講座のテーマの決め方・タイトルの付け方・開催日時の設定・チラシの作り方・広報戦略など、魅力的な講座の作り方を具体的に学びます。チラシの個別アドバイスや分析も行います。(牟田静香・NPO法人「男女共同参画おた」理事長)
- 【費用】無料
- 【申込み】はがきかファックス(記載例(2面参照)のほか希望する日時(①②の別)を記入)で、6月17日(必着)までに生涯学習コミュニティ課コミュニティ推進係へ。応募者多数の場合は抽選。託児あり(無料・事前予約)。

●行列のできる講座 企画員講座

右記のセミナーで学んだことを踏まえて講座を企画し、実際に参加者を募って運営します。セミナーに引き続き、牟田講師の指導で、魅力ある講座を企画・運営してみませんか。

【日時・内容】下表のとおり

【会場】地域の身近な施設の紹介を兼ねて、各回ごとに別の会場で実施する予定です。

【対象】右記のセミナーを受講した方、20名

【費用】無料

【申込み】右記の会場でお申し込みください。応募者多数の場合は抽選。

日時	内容
7月21日～8月18日の火曜日 (8月11日を除く) 午前9時30分～11時30分	講座の企画・運営ノウハウ等
8月25日(火) 午前10時～午後4時	パソコンを使ったチラシの作成
9月1日(水) 午前9時30分～11時30分	企画の選定
9月～12月で数回	企画講座開催の打合せと運営

	日時	会場
①	7月5日(日)午前10時～午後4時30分	新宿コスミックセンター (大久保3-1-2)
②	7月1日(水)午後1時30分～4時30分 8日(水)午後1時30分～5時	新宿スポーツセンター (大久保3-5-1)

※①②は同じ内容です。1日コースと2日コースの違いです。