

# 新宿ミニ博物館「染の里二葉苑」 リニューアルオープン



区内にある寺社の文化財、伝統工芸やその工房・コレクション等で、文化的な遺産と考えられるものを「新宿ミニ博物館」として指定し、皆さんに公開しています。入館無料。

工房を全面リニューアルし、6月10日に再開しました。  
工房見学の前に、新宿の染色文化・歴史・技法をより分かりやすく紹介した映像もご覧いただけます。  
【問合せ】文化観光国際課文化資源係(本庁舎1階)  
☎(5273) 3563へ。

名称	所在地・電話番号	交通機関	開館日・時間
染の里二葉苑	上落合2-3-6 ☎(3368) 8133	西武新宿線・都営大江戸線「中井駅」徒歩5分、 西武新宿線「下落合駅」徒歩5分、 東京メトロ東西線「落合駅」徒歩10分	火～土曜日の午前11時～ 午後5時
須賀神社 三十六歌仙絵	須賀町5 ☎(3351) 7023	東京メトロ丸の内線「四谷三丁目駅」徒歩7分、 JR総武線「信濃町駅」・JR中央線「四ツ谷駅」 徒歩10分	屋外のため日中のみ随時
つまみかんざし 博物館	高田馬場4-23-28 ヒルズISHIDA401 ☎(3361) 3083	JR山手線・東京メトロ東西線・西武新宿線「高田馬場駅」徒歩5分	水・土曜日の午前10時～ 午後5時
十二社熊野神社 の文化財	西新宿2-11-2 ☎(3343) 5521	京王バス「十二社池の下」徒歩2分、 都営大江戸線「都庁前駅」・「西新宿五丁目駅」 徒歩4分	屋外のため日中のみ随時
内藤新宿太宗寺 の文化財	新宿2-9-2 ☎(3356) 7731	東京メトロ丸の内線「新宿御苑前駅」徒歩3分、 都バス「新宿二丁目」徒歩3分	屋外のため日中のみ随時
目白学園遺跡	中落合4-31-1 ☎(5996) 3115	西武新宿線「中井駅」徒歩8分、 都営大江戸線「中井駅」・「落合南長崎駅」徒歩8分	月～金曜日の午前10時～午後4時 〔祝日、目白学園の夏・冬期休業期、 入学試験、学校行事時は休館〕
東京染ものがたり 博物館	西早稲田3-6-14 エドコモン西早稲田 地下1階 ☎(3987) 0701	都バス「高田馬場二丁目」・「西早稲田」徒歩10分、 JR山手線・東京メトロ東西線・西武新宿線「高田馬場駅」 徒歩15分、都電「面影橋駅」徒歩2分	月～金曜日・第3土曜日の 午前10時～12時、午後1時～4 時(祝日は休館)



## 国際理解講座

▼知りたい中国!  
①おいしく楽しく作ってみよう  
上海家庭料理：7月3日(木)午後1時30分～4時30分  
②北京の今・中国の今く変わりゆく風景と人々の暮らし：7月4日(金)午後6時30分～8時

▼オーストリア特集  
③モーツアルトの生まれた町・ザルツブルグの魅力と人々の暮らし：7月16日(水)午後7時～9時

④音楽の都のお菓子を味わおう  
ティータムコンサート：7月22日(火)午後1時30分～4時  
……………(以下共通)……………

【会場】①は大久保地域センター(大久保2-12-7)、②③はしんじゅく多文化共生プラザ、④は四谷地域センター(内藤町87)

【内容】①④は話と料理、②③は講演

【費用】①④は各500円、②③は各200円

【日時】7月19日(日)午前10時～12時

【主催】(財)新宿文化・国際交流財団

【申込み】電話かほかき・ファックス(氏名・電話番号・希望する回(①④の別。複数可)を記入)で、しんじゅく多文化共生プラザ(〒160-0021 歌舞伎町2-44-1、ハイジア11階) ☎(5291) 5171・☎(5291) 5172へ。  
①は20名、②③は各50名、④は30名。先着順。

## そば打ち講習会

【日時】7月19日(日)午前10時～12時

12時

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【内容】そば打ちと試食(そばは持ち帰り)

【費用】無料

【持ち物】エプロン。動きやすい服装でおいでください。

【会場・申込み】電話で6月25日(水)までに角筈地域センター(西新宿4-33-7) ☎(3377) 1373へ。先着順。

## 日本文化を楽しむ

●七夕飾り・お茶席

【日時】6月29日(日)午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤の方、①②各20名

【内容】①七夕飾り(折り紙で7種類の飾りを作ろう)、②お茶席(裏千家)

【費用】①は無料・②は100円

【会場・申込み】当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209) 3961へ。先着順。

## いきいきウォーク新宿

●初心者向け

歩く習慣を身に付けて、健康づくりと介護予防を目指します。

【日時・集合場所】6月26日(木)午前10時に、大久保公園(歌舞伎町2-43)に集合

【内容】大久保特別出張所周辺地域のウォーキング(4km)、楽しい歩き方の指導、歩幅の測定

【費用】200円

【共催】新宿区ウォーキング協会

【申込み】電話で健康推進課地域保健係(本庁舎7階) ☎(5273) 3047へ。

※今後の予定。いずれも各特別出張所周辺地域で。

▼7月24日(木)：若松町(5km)、▼8月28日(木)：榎町(5km)、



## 保健

牛込保健センター 弁天町50 ☎(3260) 6231
四谷保健センター 四谷4-17 ☎(3351) 5161
西新宿保健センター 西新宿7-5-8 ☎(3369) 7151
落合保健センター 下落合4-6-7 ☎(3952) 7161

## 食品衛生講習会

【日時・会場】▼6月23日(月)・9月2日(火)：四谷区民ホール(内藤町87)、▼10月15日(水)：牛込笹塚区民ホール(笹塚町15)、いずれも午後2時～4時(3回とも同じ内容)

## 糖尿病予防教室

●2日コース

【日時・内容】▼7月1日(火)：講演「糖尿病の正しい理解」(大西由希子・朝日生命成人病研究所附属丸の内病院医師)と身体計測、▼8日(火)：保健師・栄養士の話「糖尿病にならないためにまずできること」と試食、いずれも午後1時30分～4時

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。

## メタボ改善教室

●今日から始める内臓脂肪減少プログラム(3か月コース)

【日程・内容】▼①7月2日(水)：「メタボリックシンドロームって何？」(三輪祐一・勤東京都予防医学協会保健会館クリニック)、▼②9日(水)：「自分に合った内臓脂肪減少プログラムの作成と計測」、▼③16日(水)：「今度こそ失敗しない食生活改善プログラム」、▼④7月23日(水)：9月24日の水曜日：「目指そう!内臓脂肪減少!」(運動プログラム)

【時間・会場】①③は午後2時～4時・牛込保健センター、④は午後2時～3時・元気館(戸山3-18-1)

【対象】区内在住の65歳未満で運動制限がなく、3か月継続して参加できる方、30名

【申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

## もぐもぐくぐく講習会

●これで安心!

お口の発育まる分かり

【日時】7月7日(月)午前10時～11時30分

【対象】区内在住で乳幼児の保護者の方ほか、30名(託児数名可)

【内容】「こうやって上手に食べられるようになります」授乳期から一人でおはしを使って食べるまで(内海明美・昭和大学歯学部口腔衛生学教室歯科医師)

【費用】無料

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。先着順。

## 難病講演会

【日時】7月17日(木)午後2時～4時

【対象】区内在住でパーキンソン病の方と家族の方、30名

【内容】「パーキンソン病を理解するために」(村上博彦・戸田中央総合病院脳ドックセンター所長)

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。先着順。



## 四谷ひろば

## オープニング記念講演会

【日時】6月29日(日)午後2時～4時

【内容】四谷の歴史。講師は坂部健(四谷四丁目町会副会長)

【費用】無料

【会場・申込み】当日直接、四谷ひろば(四谷4-20、旧四谷第四小学校) ☎(3358) 9140へ。