催し・講座

いきいきウォーク新宿

●初心者向け

歩く習慣を身に付け、健康づくりと介護予防を目指します。

【日時・集合場所】9月25日㈭午前9時に、白銀公園（白銀町3）に集合

【内容】箪笥町特別出張所周辺地域のウオーキング（6㎞）、楽しい歩き方の指導、歩幅の測定

【費用】200円

【持ち物】飲料水・帽子・タオル

【共催】NPO法人新宿区ウオーキング協会

【申込み】電話で**健康推進課地域保健係**（本庁舎7階）☎（5273）3047へ。次回は10月23日㈭に四谷特別出張所周辺地域で実施。

「高田馬場・西早稲田まちづくり」講座

戸塚地区（高田馬場・西早稲田ほか）のまちづくりの課題、将来像の具体化と実現について考えます。

【日時・内容】▼①10月2日㈭…「戸塚地区のまちづくりを〈景観〉から〈協働〉で考える～新宿区景観まちづくり基本計画と早稲田大学の提案をもとに」（後藤春彦・早稲田大学教授ほか）、▼②11月14日㈮…「戸塚地区の歴史・地形・暮らしとまちづくり」（佐藤洋一・早稲田大学准教授ほか）、いずれも午後6時～9時

【会場】①は新宿消費生活センター（高田馬場4―10―2）、②は新宿リサイクル活動センター（高田馬場4―10―17）

【費用】無料

【持ち物】①は事前に「新宿区景観まちづくりガイドブック～戸塚地区」を読み、当日お持ちください。区政情報センター（本庁舎1階）で有償頒布（500円）しています。ガイドブックをお持ちでなくても受講できます。

【主催】戸塚地区協議会まちづくり分科会

【申込み】電話で**戸塚地区協議会**☎（3209）8551（戸塚特別出張所内）へ。各回先着50名。

ウィズ新宿の講座

(1)性と生の講座～女性のからだ・医療の立場から

【日時】10月4日㈯午前10時～12時

【対象】女性の方、40名程度

【内容】若い女性が自分を守るために知っておくべき「からだ」や「病気」について、すべての女性に贈る話（佐々木静子／まつしま病院院長・産婦人科医）

(2)エンパワーメント講座～今をどう生きるか、若者の行動に学ぶ

【日時・内容】▼①10月8日㈬…「なぜ若者は『半径1m以内』で生活したがるのか？」（岸本裕紀子・エッセイスト）、▼②11月5日㈬…「愛を表現する人になりたい」（高遠菜穂子・イラク支援ボランティア）、▼③12月3日㈬…「世界を席巻する『カワイイ』を知っていますか？」（海保香織・NHK制作ディレクター）、いずれも午前10時～12時

【対象】区内在住・在勤・在学の方、各回40名

……〈以下共通〉……

【費用】無料

【会場・申込み】電話かはがき・ファックス（氏名・電話番号、(2)は①～③の別を記入）で**男女共同参画推進センター**（ウィズ新宿）（〒160・0007荒木町16）☎（3341）0801・FAX（3341）0740へ。先着順。電子申請（新宿区のホームページからリンク）でも申し込めます。託児あり（電話で要予約）。

日商簿記検定試験2級対策講座

●中小企業で働く方へ

【日時】10月21日～21年1月23日の火・金曜日（12月23日・26日・30日、21年1月2日を除く）、午後7時～9時30分、全24回

【会場】LEC東京リーガルマインド高田馬場駅前本校（高田馬場4―9―12）

【対象】区内在住で中小企業に勤める方と区内の中小企業に勤める方、30名

【内容】簿記3級をお持ちか同等の知識があり、経理を担当している方向け

【費用】1万2千円（テキスト代を含む）

【申込み】はがきに記載例（3面参照）のほか、勤務先の名称・所在地・電話番号を記入し、9月22日（必着）までに**ぱる新宿**（財）新宿区勤労者福祉サービスセンター）（〒160・0022新宿5―18―21）☎（3208）2311へ。はがきは1人1枚。重複申し込みと記入の不備は無効。応募者多数の場合は抽選し、応募者が15名に満たないときは講座を中止します。いずれも結果を10月7日㈫までにお知らせします。

ファミリー音・楽・館

●連続講座「ファミリー音楽教室」（全7回）

新宿を本拠とする東京フィルハーモニー交響楽団が指導します。修了者は21年1月25日のコンサートに参加できます。

【日時】10月25日㈯、11月1日㈯・16日㈰、12月14日㈰・28日㈰、21年1月12日㈷・17日㈯、午前10時～午後7時の間の90分程度

【会場】新宿文化センター（新宿6―14―1）

【対象】バイオリン・チェロ・フルート・トランペットのいずれかを現在習っているか、経験がある方。小学3年生～中学生、高校生以上、各50名。指導は少人数のクラスで行います。

※貸し出し用楽器もあります（数に限りがあります）。

【費用】無料

【申込み】往復はがきに記載例（3面参照）のほか、希望の楽器・経験内容（年数・レベル）・楽器貸し出し希望の有無を記入し、10月6日（必着）までに**文化観光国際課文化観光国際係**（〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎1階）☎（5273）4069へ。

秋の文化体験プログラム「初めての狂言」

【日時】①10月17日㈮・②20日㈪、午後7時～8時30分

【会場】芸能花伝舎（西新宿6―12―30）

【対象】高校生以上の方、各日20名

【内容】楽しく学びながら伝統文化に触れます。基本的な構え・歩き方、謡いながら舞う「小舞謡」に挑戦（野村扇丞・和泉流狂言師）

【費用】100円（保険料等）

【申込み】はがきかファックスに記載例（3面参照）のほか、希望日（①②の別）を記入し、10月1日（必着）までに**文化観光国際課文化観光国際係**（〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎1階）☎（5273）4069・FAX（3209）1500へ。応募者多数の場合は抽選。

女性のための就職塾

●協働提案事業

【日時・内容】**左表**のとおり。

【会場】新宿消費生活センター（高田馬場4―10―2）

【対象】経済的な自立を目指し再就職・転職を希望する女性の方、各コース15名

【費用】4千円（4回分）

【申込み】電話か電子メール（記載例（3面参照）のとおり記入）で、9月27日㈯までに**NPO法人WING21**☎（3235）8770（月～金曜日午前10時～午後1時）・EMoffice@npo-wing21.comへ。託児あり（9月20日㈯までに要予約。先着10名。無料）。

Aコース日程	Bコース日程	講座内容
10月7日㈫午前9時30分～午後0時30分	10月11日㈯午前9時30分～午後0時30分	オリエンテーション、応募書類の作成
10月11日㈯ 午後1時30分～4時30分		適職診断、求人検索の仕方
10月25日㈯ 午後1時30分～4時30分		面接ロールプレイ
10月28日㈫午前9時30分～午後0時30分	11月1日㈯午後1時30分～4時30分	進路についてのアドバイス

※ほかにオプション講座（パソコン・コミュニケーション・センスアップ）、個別相談あり（いずれも有料）。

しんじゅく多文化共生プラザ 3周年記念

★パネル展&イベント（無料。事前予約不要）

◎パネル展

【日時】9月19日㈮～26日㈮午前9時～午後9時

【内容】区の多文化共生への取り組み、外国の文化の紹介

◎イベント

▼ミャンマーの風～ビルマの竪琴演奏とミャンマーの子どもたちの踊り

【日時】9月19日㈮午後0時30分～1時30分

▼朝鮮半島の風～韓国・朝鮮なつかしの音楽集

【日時】9月26日㈮午後0時30分～1時30分

【会場】東京都健康プラザハイジア1階（歌舞伎町2―44―1）

★3周年記念講座

①アジアとヨーロッパをつなぐ国・ロシアから来た人たちと交流しよう！

【日時】9月20日㈯午後6時～7時30分

【内容】ロシアの子どもたちとのゲーム・伝統行事の紹介ほか

②新宿で学ぶ韓国人留学生たちと交流しよう！

【日時】9月23日㈷午後2時～4時

【内容】簡単な韓国語会話・韓国文化の紹介ほか

③3周年記念「国際交流サロン」

【日時】9月25日㈭午後3時30分～5時

【内容】各国のお茶やお菓子を囲んでさまざまな国の方たちと自由に会話

……〈以下共通〉……

【費用】無料

【会場・申込み】①②は電話かファックス（氏名・電話番号・希望講座（①②の別。複数可）で、**しんじゅく多文化共生プラザ**（歌舞伎町2―44―1、ハイジア11階）☎（5291）5171・FAX（5291）5172へ。③は当日直接、会場へ。各先着50名程度。

区民のひろば

¥費用・申申し込み・問問い合わせ

この欄は区民の方相互の情報交換の場です。**掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場等は予定です。各主催者に内容をよく確認の上、ご自分の責任で参加してください。**

【問合せ】**区政情報課広報係**（本庁舎3階）☎（5273）4064へ。

★催し・講座★

◆市民公開特別講演「笑いと健康」　10月4日㈯午後3時～4時30分、東京女子医科大学弥生記念講堂（河田町8）で。医師である桂前治の講演と脳を鍛える落語。¥無料。申当日直接、会場へ。先着500名。問同大学看護学会第4回学術集会事務局・坂井☎（3357）4959

◆着付け　9月19日～12月12日の金曜日（10月17日を除く）、午後6時30分から、元気館で。普段着から留袖まで。¥1回1,500円。申事前に電話で。問着物着付同好会・浅野☎090（5210）5998

◆早稲田地球感謝祭　9月23日㈷午前10時～午後4時、早稲田大学早稲田キャンパス（西早稲田1）で。環境・防災・街づくりの各種体験・発表、キッズコーナー、物産展。申当日直接、会場へ。問早稲田大学周辺商店連合会・久保☎090（4816）6251

◆公開健康講座「細胞で治療する～不治の病をなおす」　11月1日㈯午後2時～4時。京王プラザホテル（西新宿2）で。¥無料。申電話で10月31日㈮まで。先着300名。問平日の午前9時～午後5時に㈳至誠会（東京女子医科大学同窓会）事務局・石川☎(3341)8422

◆社交ダンス初級者講習会　9月22日～10月27日の月曜日、午後6時40分～8時10分、上落合ことぶき館で。中高年対象。¥1回500円（初回無料）。申電話で各回当日まで。各回先着10名。問すみれの会・井上☎（3369）3328

◆傾聴講座「きき上手は生き方上手」　10月11日～11月15日の土曜日（全6回）、ほっとステーション（新宿6）で。カウンセリングを基本に聴くことを学ぶ。¥6回3,000円。申電話で10月4日㈯まで。先着30名。問NPO法人朝日カウンセリング研究会・堀内☎090（7263）4534

◆手話入門講習会　10月4日～21年2月28日の土曜日（10月25日、11月29日、12月27日、1月3日を除く）のうち15回を選択、区立障害者福祉センターで。区内在住の方対象。¥15回2,000円。申ファックス（氏名・ファックス番号を記入）で9月25日㈭まで。抽選で30名。問新宿区ろう者協会・居山FAX(3202)8621

◆帯アート展示会　9月28日㈰午前10時30分～午後4時、ウイステリアウッズ（新宿6―29―7）で。前結びの体験あり。¥無料。申当日直接、会場へ。問牧☎090(6102)7829

◆フォークダンス初心者・初級者講習会　10月2日～23日の木曜日、午後1時～3時30分、牛込箪笥地域センターほかで。¥4回2,000円。申電話で10月2日㈭まで。先着10名。問フォークダンス「雅び」・平賀☎（3355）6829

◆自由の森講演会　9月20日㈯…講演「食べるということは命を紡ぐということ」（試食あり）、11月1日㈯…生徒による講演「生きてくってなんだろう」、いずれも午後1時～4時、東京YMCA(西早稲田2)で。¥無料。申当日直接、会場へ。問自由の森講演会実行委員会・松永☎（5272）4739

◆とやま33フリーマーケット出展者募集　10月11日㈯午前10時～午後3時、戸山ハイツ33号棟西側多目的広場（戸山2）で。¥1区画500円。申電話で前日まで。先着30区画。問とやま33わくわくまつり実行委員会・小山☎(3209)4133