★区のサービス・手続き・施設のご案内は「しんじゅくコール」
☎(3209)9999 午前8時～午後10時、1/1～1/3を除く毎日

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

育児講演会
●子どもが伸び伸び育つ！とっておきのしつけ法

【日時】9月1日㈫午前10時～12時
【対象】区内在住で1歳～3歳未満の子どもの保護者の方、20名
【内容】しかり方やしつけ等、発達に合わせた子どもとの関わり（内田良子・心理カウンセラー）
【会場・申込み】電話で**西新宿保健センター**へ。先着順。ボランティアによる託児あり（先着15名）。

若がえり講座（3日制）
●地域の仲間と元気をキープ

【日時・内容】話と実技。▼①9月3日㈭…予防できる認知症の話「脳は使って鍛えよう」（保健師）、▼②10日㈭…案外知らない口の働きや食生活のコツ「しっかりかんでおいしく食べよう」（栄養士・歯科衛生士）、▼③17日㈭…家でもできる運動「いつまでも元気に歩こう」（理学療法士）、いずれも午後2時～4時
【対象】区内在住の65歳以上で3日とも参加できる方、30名
【会場・申込み】電話で**西新宿保健センター**へ。先着順。
※10月は若松地域センターで開催します。

専門医による呼吸器健康相談

【日時】9月30日㈬午後1時30分～4時
【会場】西新宿保健センター
【対象】区内在住の15歳以上で、せき・たん・息切れ等呼吸器の症状でお悩みの方、10名程度
【内容】問診・胸部X線撮影・肺機能検査・専門医の診察と保健師の指導。すでに診断を受けている方の療養相談もお受けします。
【申込み】電話で8月28日㈮までに**健康推進課公害保健係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3048へ。先着順。

スポーツ

区民ダンスの夕べ

【日時】8月23日㈰午後5時30分～8時30分
【対象】区内在住・在勤の方、連盟会員の方、100名
【内容】ダンスパーティー
【費用】800円
【会場・申込み】当日直接、新宿コズミックセンター（大久保3―1―2）へ。先着順。
【主催・問合せ】**区ダンススポーツ連盟・今泉**☎（5348）2951へ。

硬式テニス教室

【日時】9月1日～18日の火・金曜日、午後7時30分～9時30分、全6回
【会場】大久保スポーツプラザ（大久保3―7―42）
【対象】区内在住・在勤で18歳以上の初心者・初級・中級程度の方、35名
【費用】5千円（保険料を含む）
【主催・申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のとおり記入し、8月20日（必着）までに**区硬式庭球連盟・古山寛**（〒162・0041早稲田鶴巻町535）☎（3202）5876へ。応募者多数の場合は抽選。

催し

ファミリーコンサート
音楽のおもちゃ箱

赤ちゃんも一緒に楽しめます。
【日時】8月22日㈯午前11時から
【プログラム】モーツァルト「アイネ・クライネ・ナハト・ムジーク」より第1楽章、チャイコフスキー「花のワルツ」ほか
【出演】東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団アンサンブル（司会・藤尾久美子）
【費用】中学生以上千円、4歳～小学生500円、3歳以下無料（座席を利用する場合は500円）（全指定席）
【後援】新宿区・区教育委員会
【会場・申込み】**新宿文化センター**（新宿6―14―1）☎（3350）1141へ。

◆ 新型インフルエンザ相談窓口 ◆

症状がある場合、マスクをして一般医療機関で受診してください

医療機関が分からない場合などは
▶新宿区新型インフルエンザ相談センター
☎（5273）3836（平日午前9時～午後5時）
▶東京都新型インフルエンザ相談センター
☎（5320）4509（平日午後5時～翌日午前9時、土・日曜日と祝日は24時間対応）

一般的な相談は
▶新宿区保健所保健予防課☎（5273）3862
▶牛込・四谷・西新宿・落合の各保健センター
（平日午前8時30分～午後5時15分）

熱中症にご注意を

▶屋内にいてもこまめに水分を補給し、風通しを良くしましょう。
▶炎天下や高温な場所での活動を避けましょう。
▶外出時は帽子をかぶるか日傘を差して、直射日光を避けましょう。

「めまい」「吐き気や嘔吐（おうと）」「全身のけいれんや痛みを伴う筋肉のけいれん」「倦怠（けんたい）感や脱力感・体温上昇」などの症状があるときは、熱中症のおそれがあります。早めに医療機関で受診しましょう。

【問合せ】▶**保健予防課保健相談係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3862
▶**四谷**☎（3357）0119・**牛込**☎（3267）0119・**新宿**☎（3371）0119の**各消防署**へ。

（仮称）産業振興基本条例懇談会の区民委員を募集

同条例の制定に向け、区内の産業振興のあり方等について検討する懇談会を設置します。
【対象】20歳以上で1年以上区内在住・在勤・在学の方、3名
【任期】10月～23年3月
【謝礼】懇談会（年4・5回程度、平日に開催予定）に出席の都度1万円
【選考方法】1次選考（作文）を通過した方に、9月10日㈭に2次選考（面接）を実施。選考結果は全員にお知らせします。
【申込み】「新宿区の産業振興のあり方について」をテーマとした作文（800字程度）に住所・氏名・年齢・電話番号・職業を記入し、8月26日㈬までに**産業振興課産業振興係**（〒160・0023西新宿6―8―2、BIZ新宿4階）☎（3344）0701へ郵送（必着）またはお持ちください。作文は返却しませんが、選考以外には使用しません。

しんじゅく情報局

新宿駅西口広場イベントコーナーの夏祭り

【日時】8月13日㈭～15日㈯午前11時～午後7時
【内容】縁日、太鼓・音楽の演奏、みこしの展示ほか
【共催】新宿区
【会場・申込み】当日直接、新宿駅西口広場イベントコーナーへ。
【主催・問合せ】**東京都道路整備保全公社**☎（3343）3703へ。

バイラ新宿

「バイラ」はスペイン語で「踊る」という意味です。ラテン諸国の情熱的な踊りをお楽しみください。
【日時】8月29日㈯午後0時～7時
【会場】四谷区民ホール（内藤町87）
【費用】千円（全自由席）
【共催】新宿区
【申込み】はがきかファックス（記載例（2面参照）のほか希望人数を記入）で、**NPO法人ラテン文化センターインパクト・ラティーノ**（〒164・0003中野区東中野4―1―1、栄ビル3階）☎・FAX（6303）3638へ。先着450名。詳しくは、ホームページ（HP http://www.impactolatino.jp/）でもご案内しています。

マンション耐震セミナー

【日時】9月5日㈯午後1時30分～5時
【会場】都庁都民ホール（西新宿2―8―1）
【対象】マンション管理組合・区分所有者、マンション管理士の方ほか、250名
【費用】無料
【主催・申込み】電話で東京都マンション管理士会☎（6413）8727へ。先着順。
【共催・問合せ】**東京都都市整備局マンション課**☎（5320）4944へ。当日は個別相談会も実施します。

都立新宿山吹高校
生涯学習講座（後期募集）

【日程】10月～22年2月の日曜日
【対象】都内在住・在勤・在学の15歳以上（中学生を除く）の方、各講座20名程度
【内容】パソコン・スポーツ・簿記・教養ほか全17講座
【費用】1講座に付き千800円～3千600円（講座により別途教材費等が必要）
【会場・申込み】受講案内に綴（と）じ込みの専用はがきで8月23日㈰午後5時までに同校（〒162・8612山吹町81）へ郵送（消印有効）またはお持ちください。応募者多数の場合は抽選。受講案内は8月10日㈪から同校等で配布（21日㈮は午後2時まで校内に入れません）
【問合せ】**同高校**☎（5261）9781（講座内容）、☎（5261）9771（申し込み手続き）へ。詳しくは、ホームページ（HP http://www.yamabuki-hs.metro.tokyo.jp/）でもご案内しています。

消防防災フェア四谷09
●高めよう地域の防災行動力

【日時】8月22日㈯午前10時～午後2時
【会場】四谷ひろば（四谷4―20）
【内容】▼初期消火訓練、放水・煙・起震車体験、▼住宅火災防止・応急救護・震災対策に関する展示、▼子ども防災教室・クイズラリーほか
【問合せ】**四谷消防署防火管理係**☎（3357）0119へ。

納涼落語を楽しむ会
●NPO活動資金助成事業

【日時】8月31日㈪午後2時～4時
【会場】大久保地域センター（大久保2―12―7）
【対象】区内在住の高齢者・障害者の方、家族の方、30名
【出演】学習院大学落語研究会
【費用】300円
【申込み】電話で8月20日㈭までに**NPO法人東京山の手まごころサービス**☎（3205）6813へ。先着順。

区民のひろば

申申し込み・問問い合わせ

掲載行事は区の主催ではありません。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★

◆**鶴巻町フェスティバル**　10月4日㈰午後0時～5時、早大通り（早稲田鶴巻町）で。出店者先着約100区画を募集中。問月～金曜日（祝日を除く）の午前10時～午後4時に早大通り商栄会・片桐☎080（3083）5076

◆**バザーに品物の提供を**　9月6日㈰に区立障害者福祉センターで実施する「チャリティーバザー」に提供していただける品物を募集（古着は除く）。8月10日㈪・20日㈭・25日㈫午前10時～午後3時に同センターで品物を受け付け。問新宿区肢体不自由児者父母の会・澤井☎(3207)0693

◆**お灸無料体験**　8月8日～12月26日の土曜日（8月15日を除く）午前9時～午後6時、左門町鍼灸施術所（左門町、新宿鍼灸柔整専門学校内）で。肩こり・腰痛等に関する相談とお灸の体験。申当日直接、会場へ。問同施術所・伊藤☎(3352)6819

7月の新宿区の人口
1日現在（増減は前月比）
総人口　317,078人（3人増）

	住民登録		外国人登録	
人口	282,535人	182人増	34,543人	179人減
男	141,502人	115人増	16,669人	32人減
女	141,033人	67人増	17,874人	147人減
世帯数	169,788世帯	109世帯増	―	―