12月・1月の保養施設（空き室予約）

箱根つつじ荘・グリーンヒル八ヶ岳

【受付窓口】日本通運㈱東京旅行支店新宿区役所内営業所（第1分庁舎地下2階）
【受付専用電話】☎（5273）3881
【受付日時】月～金曜日（祝日等を除く）午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日等は日本通運㈱東京旅行支店☎（6251）6560（午前10時～午後6時）へ。

先着順に受け付けます。受付開始日等をご確認の上、受付窓口へお申し込みください。利用料金の支払いは、利用日当日の現地払いまたは利用日前の口座振り込みとなります。詳しくは、受付窓口へお問い合わせください。

【受付開始日】
▼落選者優先受付…11月1日(月)から
▼区民優先受付…11月5日(金)から
▼一般受付…11月10日(水)から

※落選者優先受付は、必ず受付窓口に落選はがきをお持ちください（電話では申し込めません）。
※区民優先受付・一般受付は電話でも申し込めます。混雑のためつながりにくくなりますが、ご了承ください。

【問合せ】生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニティ係（本庁舎1階）☎（5273）4127へ。

国民年金保険料控除証明書をお送りします

国民年金保険料は、全額が確定申告や年末調整の社会保険料控除の対象です。ご家族の国民年金保険料を支払ったときは、支払った方の社会保険料控除として申告できます。

控除を受けるには、支払った国民年金保険料の金額を証明する書類の添付が必要です。9月30日までに支払った保険料額を証明した「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、11月上旬に日本年金機構本部から送られます。10月1日以降に支払った領収証書とともに、申告のときまで大切に保管してください。

【問合せ】控除証明書専用ダイヤル☎0570（070）117・IP電話等の方は☎（6700）1130（いずれも11月1日(月)～23年3月15日(火)の平日午前8時30分～午後5時15分（祝日・年末年始を除く、月曜日は午後7時まで）・第2土曜日午前9時30分～午後4時）へ。

募集

ケアマネジャー（介護支援専門員）

●臨時職員
【募集人数】1名（経験者の方）
【勤務期間】11月10日～23年3月31日（勤務開始日は応相談）
【勤務日時】月15日、午前9時～午後4時
【勤務内容】介護予防ケアマネジメント業務
【賃金等】時給千180円。交通費は日額500円を限度に実費支給
【選考】書類・面接
【勤務場所・申込み】電話連絡の上、履歴書を11月1日(月)までに高齢者サービス課介護予防係（本庁舎2階）☎（5273）4594へお持ちください。

しんじゅく情報局

四谷ひろば パソコン教室

【日時】12月1日～22日の水曜日、午後2時～4時、全4回
【会場】四谷ひろば（四谷4―20）
【対象】パソコンでの日本語入力に慣れている方
【内容】はじめてのインターネットと電子メール
【費用】6千円（テキスト代を含む）
【申込み】往復はがきに記載例（3面参照）のほか開催月（12月）を記入し、11月15日（必着）までに四谷ひろば「パソコン教室」係（〒160・0004四谷4―20）へ。応募者多数の場合は抽選。申込者が4名に満たない場合は中止することがあります。
【問合せ】四谷ひろば運営協議会・香村☎090（5195）9153（午後5時～10時）へ。
※教室を修了した方を対象に無料相談と復習を実施しています。

公開シンポジウム 環境にやさしい水まわり

●知っておきたい 節水器具と使い方
【日時】11月20日(土)午後1時30分～4時30分（1時開場）
【会場】TOTO東京センターショールーム（西新宿1―6―1、新宿エルタワー26階）
【内容】日本の節水への取り組みの概要、節水便器・節湯水栓等の紹介、消費者から見た節水器具のあり方ほか（国土交通省・主婦連合会・給排水設備関連の工業会）
【費用】無料
【後援】新宿区
【主催・申込み】電話かファックス（記載例（3面参照）のとおり記入）で、NPO給排水設備研究会事務局☎（3234）2106・FAX（3234）2107へ。先着30名。後日、参加証をお送りします。

東京理科大学管弦楽団 定期演奏会に招待

【日時】11月7日(日)午後6時30分開演（5時45分開場）
【会場】ミューザ川崎シンフォニーホール（川崎市幸区大宮町1310）
【対象】区内在住の方
【プログラム】ベルリオーズ「幻想交響曲」、メンデルスゾーン「真夏の夜の夢」序曲ほか
【後援】新宿区
【申込み】電話か電子メール（記載例（3面参照）のとおり記入）で同管弦楽団・山路☎080（5387）3314・EM tuso.ticket@gmail.com へ。
※区外在住の方は800円（全自由席）。

無料調停相談会

扶養・相続、土地・建物、多重債務などの相談に、裁判所の調停委員が応じます。
【日時】11月13日(土)午前10時～午後3時30分
【会場・申込み】当日直接、渋谷区勤労福祉会館（渋谷区神南1―19―8）へ。先着順に受け付けます。
【問合せ】東京家事調停協会☎（3502）8822へ。

つまみかんざし博物館 展示替え

【日時】23年3月30日(水)までの水・土曜日、午前10時～午後5時
【内容】宝船と職人気質
【費用】無料
【会場・問合せ】同博物館（高田馬場4―23―28―401）☎（3361）3083へ。

NPO四谷伝統芸能振興会「講談」

区の協働事業です。
①一龍齋貞山の会
【日時】10月31日(日)午後2時30分から（2時開場）
【会場】四谷地域センター（内藤町87）
【出演】一龍齋貞山・宝井一凛・一龍齋貞鏡
【費用】前売り2千円・当日2千500円
【問合せ】一龍齋貞山☎（3994）2098へ。
②あおいちりん！
【日時】11月14日(日)午後2時30分から（2時開場）
【会場】四谷地域センター（内藤町87）
【内容】二人会「腕試し参番勝負」（宝井一凛・神田あおい）
【費用】前売り千500円・当日2千円
【問合せ】宝井一凛☎090（9137）8083へ。

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★

◆**會津八一コレクションの近世書画展**　11月5日(金)～30日(火)午前10時～午後5時（日曜日・祝日は休館、11月7日(日)は4時まで開館）、早稲田大学會津八一記念博物館（西早稲田1）で。晩年の新潟在住期に収集した作品。¥無料。問午前9時～午後5時に同館☎（5286）3835

◆**エスペラント2日間講座**　11月23日(祝)・27日(土)午前10時～午後6時、エスペラント会館（早稲田町）で。エスペラント語の文法の基礎。¥1,000円（大学生は500円・高校生以下は無料）。申電話で11月20日(土)まで。先着20名。問ロンド・コルノ・菊島☎（3429）5173

◆**第9回公開講演会「躁とうつ」**　11月7日(日)午後2時～4時、東京国際大学早稲田キャンパス（西早稲田2）で。¥無料。申事前に電話で。先着150名。問同キャンパス☎（3205）7727

◆**家事家計講習会**　11月11日(木)午前10時～11時30分、戸塚地域センターで。家計簿のつけ方と食生活の話。¥200円（託児希望の方はほかに100円）。申電話で11月10日(水)まで。先着40名。問東京第一友の会新宿方面・中山☎（3371）8847

◆**落ち葉たい肥の無料配布**　11月3日(祝)午前10時30分から（たい肥がなくなり次第終了）、牛込弁天公園で。小雨実施。区内在住・在勤・在学の方対象。二重にした手提げビニール袋を持参。問野村（区エコライフ推進員）☎（3203）2726

★サークル紹介・会員募集★

◆**かな書道**　月2回土曜日午後5時30分～9時、若松地域センターで。かなを中心に実用書道も。中学生以上対象。初心者歓迎。¥月2,000円。問一峰会・夏目☎（3202）3067

◆**詩吟**　毎月第1～第3木曜日午後1時30分～3時30分、大久保地域センターで。¥月2,100円（最初の1か月は無料）。問新宿吟詠会・中野☎(3203)7446

◆**エッセイ**　月1回月曜日午後1時～4時、牛込箪笥地域センターで。年4回、会誌を発行。中高年の初心者対象。¥月1,000円。問東京エッセイクラブ・松嶋☎（3260）8243

◆**茶道（裏千家）**　毎月第1・第3木曜日午後1時～4時、柏木地域センターで。初心者歓迎。¥月2,500円程度。問紅梅の会・川嶋☎090（9015）8625

◆**カラオケ茶話会**　毎月第1・第3土曜日午前10時～12時、第2・第4木曜日午後2時～4時、新宿地域交流館で。¥無料。問サロン新宿・高野☎050（7579）2354

◆**英会話**　毎週木曜日午後6時30分～7時30分、戸塚地域センターで。50歳以上の初心者対象。¥入会金1,000円・月4,000円。問平日午後0時以降にストロベリー・大岩☎（5255）1804

◆**話し方教室**　毎月第3火曜日午後1時30分～5時、新宿文化センターで。人前で楽しく話をする方法。¥月1,500円。問N.T.C・石黒☎090(8689)7790

◆**アラフォーからのファッションセミナー**　毎週月・水・金曜日午後0時～2時30分、新宿駅周辺で。ファッションの情報交換ほか。女性対象。¥入会金3,000円・月5,000円。問午前10時～午後4時にオシャレ教室・兵頭☎080（3354）0820

◆**らくらくヨーガ**　月4回水曜日午後6時30分～8時、赤城生涯学習館で。体も心もリラックス。女性対象。¥月2,000円。問火・水曜日を除く午後7時以降に、やすらぎ・大宝☎(3260)8278

◆**骨盤調整ヨーガ**　週1～2回（不定期）午前10時～11時30分または午後3時30分～5時、若松地域センターで。骨格のゆがみ改善、基礎体謝アップ、ストレス解消。初心者歓迎。無料体験あり。¥1回500円。問骨盤調整ヨーガ・久保田☎090（6501）4010

◆**かっぽれ踊り**　月4回土曜日午前10時～12時または午後1時30分～4時30分、戸山生涯学習館で。地域センターまつり等に出演。区内在住・在勤の方対象。¥月5,500円。問かっぽれ新宿駒乃会・茶山☎(3208)1084

※区内で実施する催しやサークル活動等の情報は、新宿区地域ポータル「しんじゅくノート」（HP http://shinjuku.mypl.net/）でも無料で紹介できます。アカウントを取得（会員登録）し、ご利用ください。

振り込め詐欺急増！　電話で「お金を振り込んで」と言われたら 迷わず110番！
振り込め詐欺急増！　電話で「お金を振り込んで」と言われたら 迷わず110番！