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 FAX(3209)9900

新しい国民健康保険証をお送りしました

平成23年9月30日が有効期限の保険証をお持ちの方には、9月9日に簡易書留郵便で新しい保険証をお送りしました。

住所・氏名等の記載内容を確認し、誤りがあるときは医療保険年金課か特別出張所へご連絡ください。有効期限の過ぎた保険証は、医療保険年金課か特別出張所へお返しください。

▼保険証は個人ごとになっています。郵便のあて名は世帯主の方で、同じ世帯に2名以上の加入者がいるときは、人数分の保険証をお送りしています。

▼新しい保険証の有効期限は、原則として平成25年9月30日です。有効期限までに満75歳になる方は、誕生日の前日が有効期限です。詳しくは、保険証に同封のチラシでご案内しています。

●資格の取得・喪失の届け出は14日以内に

国民健康保険に加入するときや、勤務先の健康保険に加入して国民健康保険を脱退するときは、手続きが必要です。

自動的には切り替わりませんので、届け出をしていない方は、お早めに医療保険年金課か特別出張所で手続きをお願いします。

【問合せ】**医療保険年金課国保資格係**（本庁舎4階）☎（5273）4146へ。

保険料に未納がある方へ

保険料に未納がある世帯へは、有効期間が通常より短い保険証（6か月または12か月有効証）をお送りしました。未納がなくなれば、通常の期限の保険証と交換します。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】**医療保険年金課納付相談係**（本庁舎4階）☎（5273）3873へ。

敬老会へご招待

対象の方には、9月22日㈭ころに招待状を発送します。

【日時】▼10月4日㈫午前10時～12時…箪笥町・落合第一・柏木特別出張所管内にお住まいの方、▼4日㈫午後2時～4時…大久保・戸塚特別出張所、区役所管内にお住まいの方、▼5日㈬午前10時～12時…榎町・落合第二・角筈特別出張所管内にお住まいの方、▼5日㈬午後2時～4時…四谷・若松町特別出張所管内にお住まいの方。原則として招待日の振り替えはできません。

【会場】新宿文化センター（新宿6―14―1）。駐車場・送迎バスの用意はありません。

【対象】平成23年9月15日現在区内在住で、77歳以上の方（昭和10年3月31日までに生まれた方）

【内容】式典・交通安全のつどい・新宿いきいき体操、演芸（歌謡／五月みどり・姿憲子、民謡／山本謙司、舞踊／新宿区民踊連盟）

【問合せ】**高齢者サービス課いきがい係**（本庁舎2階）☎（5273）4567へ。

介護予防のための新宿いきいき体操講習会

新宿いきいき体操サポーターが指導します

加齢に負けない体を作る「新宿いきいき体操」を覚えませんか。介護予防のミニ講座も実施します。

【日時・会場・内容】**下表**のとおり。時間はいずれも午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤の方、各30名程度

【持ち物】上履き・飲み物。動きやすい服装でおいでください。

【申込み】電話で**高齢者サービス課介護予防係**（本庁舎2階）☎（5273）4305へ。いずれも先着順。

日程	会場	ミニ講座の内容
10月5日㈬	牛込箪笥地域センター（箪笥町15）	転倒予防と運動～転ばないために気を付けたいポイント
10月12日㈬	若松地域センター（若松町12―6）	有酸素運動とウオーキング
10月19日㈬	大久保地域センター（大久保2―12―7）	認知症の予防

高齢者クラブの会員を募集

区内には地域ごとに結成された123の高齢者クラブがあり、約7千名の会員が自主的に活動しています。区では高齢者クラブの活動経費の一部を助成しています。「生きがい」や「趣味を通じた仲間」を見つけたいと考えている方は、高齢者クラブにご参加ください。

【問合せ】**高齢者サービス課いきがい係**（本庁舎2階）☎（5273）4567へ。

折り紙や手芸の教室など仲間と一緒に活動します

【対象】区内在住で58歳以上の方

【主な活動】▼社会奉仕活動…道路・公園の清掃、交通安全・防犯運動への協力ほか、▼友愛活動…一人暮らし高齢者の方への訪問や声かけほか、▼健康増進活動…ラジオ体操、歩行会など運動が中心の活動ほか、▼生きがい活動…歌や踊り等の趣味の教室・講習会の開催ほか、▼その他…旅行会・親ぼく会・新年会ほか

※区内の高齢者クラブで構成する区高齢者クラブ連合会では年間事業計画を策定し、歌舞伎町の清掃活動、ウオーキング、歌や踊りを披露する春と秋の高齢者福祉大会、グラウンドゴルフ大会、輪投げ大会、囲碁・将棋大会などを実施しています。

新宿区職員を募集

【職種・採用予定数】①栄養士・②歯科衛生、各1名

【採用予定日】原則として平成24年4月1日以降

【対象】▼①は国籍を問わず、昭和57年4月2日以降の生まれで管理栄養士の免許をお持ちの方、▼②は国籍を問わず、昭和47年4月2日以降の生まれで歯科衛生士の免許をお持ちで、⑴⑵のいずれかに該当する方（24年3月末までに卒業取得見込みの方を含む）

⑴平成16年文部科学省厚生労働省令第5号による改正後の歯科衛生士学校養成所指定規則で指定を受けた修業年限3年以上の歯科衛生士養成施設を卒業した方

⑵前記改正前の規則で指定を受けていた修業年限2年以上の歯科衛生士養成施設を卒業した方

【第1次選考日】10月23日㈰

【申込み】所定の申込書を、10月3日㈪までに**人事課人事係**（〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎3階）☎（5273）4053へ簡易書留で郵送（必着）またはお持ちください。詳しくは、同課・特別出張所・区立図書館等で配布の募集案内や新宿区ホームページでご案内しています。

区内公衆浴場

湯（ゆう）ゆう健康教室「心も体もいきいきと」

ふれあい入浴証の利用回数とは別に入浴できます。

【日時・会場・内容】**下表**のとおり。時間はいずれも午後2時～2時45分

【対象】区内在住の60歳以上で「ふれあい入浴証」をお持ちの方、各回20名程度

【申込み】「ふれあい入浴証」をお持ちの上、当日直接、会場へ。先着順。

【問合せ】**高齢者サービス課いきがい係**（本庁舎2階）☎（5273）4567へ。

会場	第1回	第2回	第3回	第4回
万年湯（大久保1―15―17）☎（3200）4734	10月7日㈮ 楽しく歌おう	10月14日㈮ 学ぼう！動こう！転倒予防のまめ知識	10月21日㈮ 若返りお口元気体操	10月28日㈮ 元気の源！健康食のポイント
熱海湯（神楽坂3―6）☎（3260）1053	10月11日㈫ 楽しく歌おう	10月18日㈫ 冬の感染症について	10月25日㈫ 食べる機能のアップのために	11月1日㈫ 元気で長生きするための食事
柏湯（北新宿4―3―7）☎（3371）4106	11月4日㈮ 学ぼう！動こう！転倒予防のまめ知識	11月11日㈮ 楽しく歌おう	11月18日㈮ 若返りお口元気体操	11月25日㈮ 元気の源！健康食のポイント
世界湯（高田馬場3―8―31）☎（3371）2409	11月8日㈫ 南京玉すだれ	11月15日㈫ 今日からできる認知症予防のための生活術	11月22日㈫ おいしく食べて健康増進	11月29日㈫ 若さを保つお口元気体操
若葉湯（若葉2―11）☎（3351）8847	11月10日㈭ 今日からできる！血圧管理術	11月17日㈭ いつまでもお口元気で！歯つらつ生活！	11月24日㈭ 元気で長生きするための食事	12月1日㈭ 南京玉すだれ

区登録無形民俗文化財

鉄砲組百人隊行列の公開

鉄砲組百人隊行列は、江戸時代に皆中稲荷神社に奉納されていた「鉄炮組百人隊出陣の儀」を再興したものと伝えられ、皆中稲荷神社秋季例大祭の際に隔年で行われています。

鎧兜（よろいかぶと）に身を固めて火縄銃を担った行列と、実戦さながらに火薬を用いた火縄銃の試射による、勇壮な儀式です。

【日時】9月25日㈰午前9時45分（出陣式）～午後2時30分（小雨実施）

【会場】皆中稲荷神社（百人町1―11―16）付近（試射場所…皆中稲荷神社・関東ＩＴソフトウェア健保会館前・木村屋ビル前・長光寺境内・戸山小学校校庭・西戸山公園野球場）

【問合せ】**江戸幕府鉄炮組百人隊保存会**☎（3361）4398・**文化観光国際課文化資源係**（本庁舎1階）☎（5273）3563へ。