とっておき街角スポットライブ

●協働事業提案制度実施事業

区と日本芸能実演家団体協議会(芸団協)が協働で実施しています。駅前・広場・ロビー等の公共的空間を「街角スポット」として活用し、コンサートやダンスイベントなどを行っています。

【日時】2月27日(水)午後0時10分～0時50分(雨天中止)

【プログラム】アコースティックミニライブ「ラ・ラ・ラ・ラブソング」「スタンド・バイ・ミー」ほか(ボーカル／山路唯、ギター／中原健太郎)

【会場・申込み】当日直接、新宿アイランド地下1階パティオ広場(西新宿6―5―1)へ。

【問合せ】同協議会☎(5909)3060へ。

はがき・ファックスの記載例

①講座・催し名
②〒・住所
③氏名(ふりがな)
④電話番号
(往復はがきには、返信用にも住所・氏名)

講座・催し等の申し込み

※あて先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは、原則無料。

住宅・まちづくり

都市計画案の説明会・縦覧

●神宮外苑地区地区計画の案(東京都決定)

●都市計画公園明治公園・都市計画道路環状4号線の変更案(東京都決定)

①説明会

【日時】2月22日(金)午後7時から午後6時30分開場)

【会場・申込み】当日直接、四谷区民ホール(内藤町87)へ。

【問合せ】東京都都市整備局土地利用計画課☎(5388)3318へ。

②縦覧

【縦覧期間】2月25日(月)～3月11日(月)

【縦覧場所・問合せ】東京都都市整備局都市計画課(都庁第二本庁舎21階)☎(5388)3222、5、区都市計画課都市計画係(本庁舎8階)☎(5273)3527へ。

③意見書の提出

住民・利害関係者で意見がある方は、意見書を提出できます。

【提出期間】2月25日(月)～3月11日(月)

【提出先・問合せ】東京都都市整備局都市計画課(〒163・8001西新宿2―8―1、都庁第二本庁舎21階)☎(5388)3225へ。

催し・講座

とつかオン・ステージ

●戸塚地域センター利用団体発表会

【日時】2月24日(日)午後1時～4時30分(午後0時30分開場)

【内容】団体が歌・演奏・ダンスなどを発表

【会場・問合せ】同センター(高田馬場2―18―1)☎(3209)8001へ。

※同センター1階では、利用者の書・絵画・雛人形のつるし飾りなどを展示しています(2月17日(日)～3月2日(土)午前9時～午後9時)。

ランチタイムコンサート

●朗読と音楽のひとときを

【日時】2月27日(水)正午～午後0時50分(午前11時30分開場)

【プログラム】ストラヴィンスキー「兵士の物語」(指揮／上野信一、管弦楽／アンサンブル・ムジカ・ヴィヴァンテ)

【会場・申込み】当日直接、エコギャラリー新宿(西新宿2―11―4、新宿中央公園内)☎(3348)6277へ。先着50名。

区勤労者・仕事支援センターパソコン講座

●フォトアルバムを作ろう

【日時・内容】▼①2月27日(水)…パソコン初心者編、▼②3月4日(月)…基礎編、▼③3月6日(水)…応用編、いずれも午前10時30分～午後0時30分または午後1時30分～3時30分

【対象】区内在住・在勤の方、各回10名

【費用】各回500円

【会場・申込み】電話かファックス(記載例(4面参照)のほか希望日時(①～③と午前・午後の別)を記入)で、2月22日(金)までに同センター(新宿7―3―29、新宿ここ・から広場しごと棟)☎(3208)1450・FAX(3208)3100へ。先着順。

春のアンサンブルコンサート

【日時】2月28日(木)午後1時30分から(午後1時開場)

【プログラム】「アメイジング・グレイス」「星に願いを」ほか(ピアノ／堀家徳子、バイオリン／長崎陽香)

【会場・申込み】当日直接、区立障害者福祉センター(戸山1―22―2)☎(3232)3711・FAX(3232)3344へ。

自然観察と歴史まち歩き

【日時・会場】3月1日(金)午後0時50分に環境学習情報センター集合、午後3時30分に都立芝公園(港区)で解散

【内容】江戸時代に現在の新宿中央公園あたりで「梅屋敷銀世界」と呼ばれていた梅林と、芝公園に移植された梅を観察(電車で移動。交通費は各自負担)。講師は日野佳正(日本自然保護協会自然観察指導員)、小山裕三(区エコライフ推進員)

【申込み】往復はがきかファックス(記載例(4面参照)のとおり記入)で、2月23日(必着)までに環境学習情報センター(〒160・0023西新宿2―11―4)☎(3348)6277・FAX(3344)4434へ。先着20名。

ビジネス情報支援講演会

●起業家になるために

【日時】3月2日(土)午後2時～4時

【内容】起業家になるための基礎知識(清水邦保／中小企業診断士・経営コンサルタント)

【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1―9―8)☎(3364)1421へ。先着100名。

講座「観て 聴いて 読んで オペラを楽しもう」

【日時】3月10日(日)午後2時～4時

【会場】四谷地域センター(内藤町87)

【内容】オペラ鑑賞のポイントを名作を観ながら解説(浅里公三・雑誌「レコード芸術」評論家)

【申込み】2月19日(火)～28日(木)に電話または直接、四谷図書館(内藤町87)☎(3341)0095へ。先着50名。

※同館では、3月24日(日)までオペラに関するパネルや図書を展示しています。

映画会「キネマ角筈」

【日時】3月10日(日)午後2時～4時15分

【会場】角筈地域センター(西新宿4―33―7)

【上映作品】「わが愛の譜 滝廉太郎物語」(2時間3分)

【申込み】2月16日(土)から電話または直接、角筈図書館(西新宿4―33―7)☎(5371)0010へ。先着60名。

フレッシュ名曲コンサート

【日時】3月16日(土)午後3時～5時(午後2時30分開場)

【プログラム】オペラ「椿姫」(演奏会形式・ハイライト)(指揮／園田隆一郎、管弦楽／東京交響楽団ほか)

【費用】(全指定席)S席5千円、A席4千円(区内在住の方は3千500円)、B席3千円

【会場・問合せ】新宿文化センター(新宿6―14―1)☎(3350)1141へ。入場券は同センターで販売中。小学生から入場できます。

映画会

●障害のある方も高齢者の方も楽しめる音声ガイド・字幕付き(区NPO活動資金助成事業)

【日時】3月17日(日)午後1時30分～4時

【対象】区内在住の方、50名

【上映作品】「喜劇 駅前旅館」(主演・森繁久彌)

【主催】NPO法人ピーマップ

【会場・申込み】往復はがきかファックス(記載例(4面参照)のとおり記入)で、3月7日(必着)までに信濃町シニア活動館(〒160・0016信濃町20)☎(5369)6737・FAX(5369)6738へ。応募者多数の場合は抽選。

落語「桂扇生 独演会」

【日時】3月17日(日)午後2時～3時30分

【会場】鶴巻小学校(早稲田鶴巻町140)

【申込み】2月23日(土)から電話または直接、鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521)☎(3208)2431へ。先着50名。

人間国宝・名誉区民山勢松韻 箏曲演奏会に招待

【日時】3月30日(土)午後2時開演

【会場】国立劇場小劇場(千代田区隼町4―1)

【対象】区内在住の方、10名

【演目】「櫻狩」「根曳の松」「三番叟」「斑鳩宮」

【賛助出演】東音宮田哲男(人間国宝・名誉区民)・山本邦山ほか

【申込み】電話かはがき・ファックス(記載例(4面参照)のほか希望人数(2名まで)を記入)で、2月22日(必着)までに総務課総務係(〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎3階)☎(5273)3505・FAX(3209)9947へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は当選者のみにご連絡します。未就学児はご遠慮ください。

中小企業で働く方のための新入社員研修

【日時】4月25日(木)午前9時30分～午後5時

【会場】BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6―8―2)

【対象】区内在住で中小企業に勤める方、区内の中小企業に勤める方、20名

【内容】講義と演習(ビジネスマナー・ビジネススキル・コミュニケーションの基本)

【費用】2千500円(テキスト代を含む)

【申込み】はがきに記載例(4面参照)のほか勤務先の名称・所在地・電話番号を記入し、3月22日(必着)までにばる新宿(区勤労者・仕事支援センター勤労者サービス課、〒160・0022新宿7―3―29)☎(3208)2311へ。はがき1枚に1名(法人が2名以上申し込むときは、お問い合わせください)。応募者多数の場合は抽選し、応募者が10名に満たないときは中止します。いずれも結果を3月29日(金)までにお知らせします。

ウィズ新宿の講座

【問合せ】男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒木町16)☎(3341)0801(日曜日休館)・FAX(3341)0740へ。

①男性対象講座「パパのライフスタイルを見つけよう」

【日時】3月2日(土)午前10時～12時

【内容】男性が家事や子育てに参加することの大切さを学ぶ講演(吉田大樹／NPO法人ファザーリング・ジャパン)と交流会

②DV(ドメスティック・バイオレンス)啓発講座

●これってDV?

【日時・内容】3月9日(土)、▼午前10時～12時…身近な問題として考えるDV(戒能民江／お茶の水女子大学名誉教授)、▼午後2時～4時…創作落語で学ぶ「どめすていっく・ばいおれんす」(千金亭値千金／口演家、全2回

③男女共同参画講座「化粧の意味とその力」

【日時】3月16日(土)午後2時～4時

【内容】洗顔・散髪を含む化粧の持つ意味から考える男女の生き方の講演(石田かおり／駒沢女子大学人文学部教授)

……〈以下共通〉……

【会場・申込み】電話で同センターへ。各先着40名。託児あり(事前に電話予約・各日先着3名)。

ワーク・ライフ・バランスセミナー

●職場のハラスメント防止

【日時】3月6日(水)午後2時～4時

【対象】区内の事業者、区内在住の方、50名程度

【内容】優位な立場を利用して相手に不快感を与える「ハラスメント」の事例と対応策(涌井美和子／臨床心理士・社会保険労務士)

【会場・申込み】電話かファックス(記載例(4面参照)のとおり記入)で同センターへ。先着順。

ワーク・ライフ・バランス推進優良企業を応援しています

区では、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に取り組む区内の事業所を、申請に基づき認定しています。希望する事業所には、1社に付き5回までコンサルタントを無料で派遣し、支援しています。

2月16日(土)午後1時30分から四谷区民ホール(内藤町87)で開催する「男女共同参画フォーラム」で、ワーク・ライフ・バランスの優れた取り組みを行っている企業を表彰します。

★表彰企業(ワーク・ライフ・バランスアイディア賞)…雪印メグミルク㈱(本塩町13)

【主な事業】牛乳・乳製品・食品の製造・販売等

【問合せ】男女共同参画課☎(3341)0801へ。

新宿NPOネットワーク協議会から

【問合せ】同協議会・山下(NPO法人粋なまちづくり倶楽部内)☎(5206)6527(月～金曜日(祝日を除く)午前11時～午後6時)・FAX(5261)3464・E-mail hiroba@s-nponet.net へ。

市民とNPOの交流サロン

【日時】2月25日(月)午後7時～9時

【会場】高齢者福祉施設・神楽坂(矢来町104)

【内容】防災・減災のまちづくり、被災地での避難所運営や、仮設住宅等復興まちづくり推進のため調査・研究・提言・相談等を行うNPO法人復興まちづくり研究所の活動を紹介

【費用】千円(資料代等)

【申込み】電話かファックス・電子メール(記載例(4面参照)のとおり記入)で同協議会へ。先着20名。

神楽坂・坂上サロン

近隣の高齢者の方が気軽に立ち寄れるサロンを、高齢者福祉施設・神楽坂(矢来町104)内に開設しています。

サロンの利用は無料で予約は不要ですが、初回に利用登録をしてください。イベントは有料・予約制です。

【開設日時】火曜日午前10時30分～午後1時30分。第1火曜日正午～午後1時30分には、高齢者総合相談センターの出張相談があります(3月は5日)。

【後援】新宿区

●3月のイベント

【日時・内容・定員】左表のとおり

【費用】各500円

【申込み】電話かファックス・電子メール(記載例(4面参照)のほか希望のイベント名と日時を記入)で同協議会へ。先着順。

3月のイベント	日時	定員
アロマケアハンドトリートメント	5日(火)午前11時30分～午後0時30分	6名
パソコンサロン	12日(火)・26日(火)午前11時～12時・正午～午後1時	各回6名
音楽療法で脳と心の健康づくり	12日(火)午前10時45分～11時45分	20名
介護予防体操	26日(火)午前10時45分～11時45分	20名
健康麻雀で脳トレ	毎週火曜日午前11時～午後1時・午後1時～3時	各回12名

元気館

4月～6月の健康増進プログラム

〒169-0052戸山3―18―1
☎(3202)6291 ※第2月曜日休館

◆コース型プログラム

【日時・対象・内容】右表1～3のとおり

※回数はコースによって異なります。

※年齢制限のあるプログラムは、プログラム開始日にその年齢に達している方が対象です。

※妊娠中の方、医師から運動を禁止されている方は参加できません。

【費用】400円×プログラム開催回数(3か月分をまとめて支払い)

【申込み】

▶来館の場合…1コースに付きはがきを1枚お持ちください。

▶郵送の場合…往復はがき(1コースに付き1枚)に記載例(4面参照)のほか年齢・生年月日、希望のプログラム名・コース(曜日・時間)、就学前のお子さんが参加するプログラムは保護者氏名、表2の「産後体操」を希望する方は出産日を記入し、2月28日(必着)までに元気館へ。

※1人2コースまで申し込めます(表2の★印のプログラムは重複申し込みできません)。

※前回「1月～3月」の抽選で連続3回落選となり、今回優先的に参加できる方も申し込みが必要です。はがき(表面)の右上に「優先」と朱書きしてください(キャンセル待ちから繰り上がった方と区外にお住まいの方を除く)。

【抽選】定員を超えたコースは、区内在住の方を優先して3月1日(金)午後5時30分から元気館で抽選(観覧可)。結果は3月11日(月)ころ、はがきでお知らせします。定員に満たなかったコースは、3月2日(土)午後2時から電話または直接、申し込みを受け付けます。先着順。

いずれも15歳以上の方が対象で、予約は不要です。

◆フリー型プログラム

【日時・対象・内容】右表4のとおり

◆トレーニング室

【日時】月～土曜日…午前9時～午後8時45分、日曜日・祝日等…午前9時～午後5時45分

【内容】エアロバイク(自転車)・筋力トレーニングマシン・ランニングマシン・乗馬運動ほかを指導員が指導

<フリー型プログラムとトレーニング室共通>

【費用】400円。当日、元気館でお支払いください。フリー型プログラムとトレーニング室を併用しても400円。コース型プログラム参加者はコース参加日は無料、その他の日は400円

表1　コース型(4月～6月)プログラム【15歳以上の方対象】

プログラム	コース(曜日・時間)
ウオーキング	水曜日　9:30～10:30
筋力系ウエイトコントロール	日曜日11:50～12:50
ヨーガ	日曜日13:30～14:30
シェイプアップヨーガ	木曜日19:45～20:45 金曜日12:20～13:20
ピラティス	月曜日19:00～20:00
アロマリラックス	火曜日18:35～19:35
姿勢バランス	火曜日19:45～20:45
バランスボール	木曜日13:55～14:55
バランス体操	木曜日12:45～13:45
骨盤体操	木曜日18:35～19:35 金曜日15:20～16:20 土曜日19:00～20:00

プログラム	コース(曜日・時間)
ゆる体操	日曜日16:00～17:00
健康体操	月曜日　9:30～10:20 火曜日　9:30～10:20 水曜日13:00～13:50 木曜日　9:30～10:20 金曜日10:50～11:40
自力整体法	土曜日15:20～16:20 日曜日18:30～19:30
ベーシックバレエ	土曜日17:50～18:50
クラシックバレエ	水曜日19:40～20:40 金曜日18:50～19:50 日曜日14:45～15:45
フラダンス	火曜日10:40～11:40 水曜日15:10～16:10

表2　コース型(4月～6月)プログラム【就学前のお子さんと母親対象】

プログラム・対象	コース(曜日・時間)
産後体操★(産後1か月～11か月の母親)	プロポーションケア 火曜日13:40～14:40 ヨーガストレッチ 木曜日11:35～12:35
ベビーマッサージ★(1か月～12か月の子どもと母親)	1か月～7か月児 火曜日12:45～13:30 6か月～12か月児 木曜日10:40～11:25
よちよち体操(1歳～1歳9か月の子どもと母親)	火曜日11:50～12:35

プログラム・対象	コース(曜日・時間)
親子体操★(1歳6か月～2歳の子どもと母親)	火曜日14:50～15:35 土曜日10:20～11:05
幼児体操★(3歳～未就学児)	3歳～4歳6か月 火曜日15:45～16:45 土曜日11:15～12:15 4歳7か月～5歳 木曜日16:30～17:30 5歳6か月～未就学児 金曜日16:30～17:30

表3　コース型登録制プログラム【小学生以下の方対象】

プログラム・対象	コース(曜日・時間)
チアダンス(幼児)	月曜日15:50～16:50
チアダンス中級(小学生)	月曜日17:50～18:50

プログラム・対象	コース(曜日・時間)
空手(年長児～小学生)	水曜日16:20～17:20

表4　フリー型プログラム【15歳以上の方対象】

プログラム	コース(曜日・時間)
リズム&ストレッチ	月曜日10:40～11:30
全身ストレッチ	月曜日12:40～13:20 土曜日14:30～15:10
ストレッチ	月曜日15:20～15:40 木曜日15:55～16:15 木曜日18:10～18:25 土曜日17:20～17:40 日曜日13:00～13:20
ダンベル体操&全身シェイプ	月曜日14:30～15:10

プログラム	コース(曜日・時間)
やさしいヨーガ	金曜日13:30～14:00
全身シェイプ	木曜日15:05～15:45 木曜日17:40～18:05
ウオーキングエアロ	土曜日13:35～14:20
脂肪燃焼エアロ	月曜日13:30～14:20
筋力アップ	土曜日16:30～17:10
ボディメイク	月曜日11:40～12:30
ボクシングシェイプ	日曜日　9:30～10:30
スッキリシェイプ	日曜日10:40～11:40

2月は24日 第4日曜日の区役所本庁舎窓口開設

【開設場所】区役所本庁舎1階(国民健康保険・区税証明は1階に臨時窓口を設置)。

※来庁の際は、本庁舎1階の出入口をご利用ください。

【開設時間】午前9時～午後5時

◎取り扱い事務

必要書類や本人確認書類(代理人の場合は委任状と代理人の本人確認書類)等がないと、届け出や証明書等の交付ができない場合があります。事前に必ず担当係へお問い合わせください。

※他の機関に確認が必要な手続きなどは、取り扱えない場合があります。

住民記録

▼転入・転出・転居・世帯変更の届け出(前住所地の区市町村に確認が必要な場合は手続きできないことがあります。日本国籍の方の国外からの転入は取り扱いません)、▼外国人住民の住居地届(在留カードまたは特別永住者証明書(在留カード等へ切り替える前の方は外国人登録証明書)が必要)、▼住民票の写し、住民票記載事項証明書の交付(請求できるのは、ご本人か同一世帯の家族のみ。広域交付住民票の写しは発行できません)、▼不在住証明書の交付、▼印鑑登録申請・廃止の届け出、▼印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証、カード)が必要)、▼自動交付機の利用登録申請(住民基本台帳カードへの利用登録はできません)、▼特別永住者に関する申請等

【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階)☎(5273)3601へ。

戸籍

▼戸籍届書の預かり(届書の内容確認等は翌開庁日に行います)、▼火葬・改葬許可証、区民葬儀券の交付、▼戸籍・除籍・改製原戸籍謄抄本、戸籍・除籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写の交付(請求できるのは、その戸籍に記載されている方とその配偶者、直系血族(関係が確認できる書類が必要)のみ)、▼身分証明書(不在籍証明書の交付

【問合せ】戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階)☎(5273)3509へ。

国民健康保険

▼資格の取得(社会保険等資格喪失証明書が必要。扶養家族がいないときは退職証明書でも代用可)、▼資格の喪失(職場の健康保険証が必要)

※外国人の方は、在留カードまたは特別永住者証明書(在留カード等へ切り替える前の方は外国人登録証明書)とパスポートをお持ちください。

【問合せ】医療保険年金課国保資格係(本庁舎4階)☎(5273)4146へ。

区税

▼納税・課税(非課税)証明書の交付(申告等により税情報がある方のみ)

【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階)☎(5273)4139へ。