

- 2面 働くことや自立に悩む若者を支援しています
- 3面 秋の地域ごみゼロ運動
- 5面 27年度 幼稚園・子ども園 園児募集
- 8面 夏目漱石記念施設整備プロジェクトvol.3 講演会とシンポジウム「夏目漱石と青春」
区役所本庁舎の免震改修工事の進捗状況



しんじゅくコール
☎(3209)9999 FAX(3209)9900
(午前8時～午後10時、10月18日(土)は休みます)

発行 新宿区 編集 区政情報課 (毎月5・15・25日発行)
〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 ☎(3209)1111
ホームページ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>
携帯電話版 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/m/>



携帯電話用二次元コード

区民ふれあいの森を目指して 拡張整備が完了しました

10月26日(日) おとめ山公園が全面開園

総面積(約2.7ヘクタール)は整備前の約1.8倍となり、区立公園で2番目に大きい公園として生まれ変わる区立おとめ山公園(下落合2-10)に、ぜひお出掛けください。

【問合せ】みどり公園課公園計画係(本庁舎7階)☎(5273)3915・FAX(3209)5595へ。

江戸時代、この公園一帯は徳川將軍家の鷹狩り場で立ち入りを禁止していたため、「おとめ山(御留山、御禁止山)」と呼ばれていたことが公園の名前の由来にもなっています。大正期には相馬家の屋敷となり、壮大な庭園が造られました。拡張整備では、この土地が持つ自然や歴史の記憶の再生に力を入れました。



みんなの原っぱ



谷戸のもり



林間デッキ

落合崖線に息づく記憶の再生

かつてこの地にあった谷戸(やと)地形(谷が入り込んだ起伏のある地形)や、武蔵野の原風景である雑木林を再生しています。また、相馬子爵邸があった時代の面影を偲ぶ「芝斜面」を再現しています。

誰もが健やかになれる空間に

子どもから高齢者まで、誰もが伸び伸びと楽しめる「みんなの原っぱ」や、木々の間を散策しながらバリアフリーで園内を巡ることができる「林間デッキ」などを整備しました。

安全・安心を高める防災拠点に

災害時には地域の避難場所となるほか、災害用トイレ、貯水槽、ソーラー照明灯等の防災設備を設置しています。

おとめ山公園の全体図



10月26日(日) 全面開園記念フェスタ

【時間】午前10時～午後3時30分

※開園式は午後1時30分から

【内容】工作教室、ミニ動物園、鷹狩りのデモンストレーション、公園の生き物や湧水の紹介、模擬店ほか。新宿未来特使「鉄腕アトム」も登場します。

※雨天実施。荒天時は、開園式を落合第一地域センター(下落合4-6-7)で開催



今年6月には、落合第四小学校の全児童が「谷戸のもり」の芝張りに挑戦しました

【所在地】 下落合2-10

- 西武新宿線 下落合駅 徒歩7分
- JR・西武新宿線・東京メトロ東西線 高田馬場駅 徒歩7分



コラム 新宿まち・人・しごと

新宿区ホームページ「区長の部屋」で写真日誌も公開しています

街路樹や公園の緑が色づきはじめ、美しい季節を迎えています。庭先の柿の実も赤くなるなど、新宿の緑は意外に多様で豊かです。緑量も増加しています。▼私は区長就任以来、新宿区が成熟した持続可能な都市として、その魅力を高め、いくつもの自然特性や土地の記憶を活かすこと。▼上の記事のように、落合崖線に位置するおとめ山公園を拡張整備しましたが、江戸の頃、將軍家の鷹狩り場として立ち入り禁止されていた等の土地の歴史を伝えるとともに、谷戸地形を再生し、武蔵野の雑木林や湧水の保全拡充を図りました。未来の子どもたちに誇りをもって継承できる、人と自然がふれあう21世紀の里山を目指しています。▼また、現在の四谷地域センターの地は、江戸の水道を支えた玉川上水の終点です。玉川上水の流れは、新宿御苑わきの道路の暗渠となっていますが、それを偲んで新宿御苑散策路に、21世紀の環境の時代を象徴する新たな内藤新宿分水を整備しました。▼新宿区の都市の骨格は、江戸時代に造られています。江戸と現代の地図を重ね合わせると、道路や地割は意外な程変わっていません。武蔵野台地の東端に位置する新宿区は、台地と低地が入り組む複雑な地形です。外周部を囲む低地には神田川や外濠などの水辺があり、崖線の緑とともに水と緑の環となっています。尾根筋には主要な道路が整備され、台地にあった大名屋敷は新宿御苑など大規模な公園や公共施設になり、新宿の緑を形成しています。区民の皆さんも、まち歩きや公園を利用される時など、その土地の記憶に思いを馳せていただければと思います。

区長 中山 弘子

働くことや自立に悩む 若者を支援しています

●若年就労支援室「あんだんて」
「就労に向けて何をしたらいいのかわからない」「自立していないわが子の将来が不安」などの悩みを抱えた若者と家族を支援しています。一人で悩まず、まずはご相談ください。相談は無料です。

【対象】区内在住で15歳～概ね39歳の方と家族
【相談日時】月・火・木・金・土曜日、午後1時～5時
(祝日・年末年始は休み)

【相談場所・問合せ】新宿区勤労者・仕事支援センター
若年就労支援室「あんだんて」(新宿7-3-29、新宿こころから広場しごと棟5階) ☎(3200)3329へ。

●訪問相談「東京都ひきこもりサポートネット」もご利用ください

従来から行っている電話・メールでの相談に併せて、ひきこもりの問題を抱えている家庭への訪問相談も実施しています。ご希望の方は相談受付窓口にお問い合わせください。

【対象】都内在住の義務教育修了後の15歳～概ね34歳で、6か月以上ひきこもりの状態が続いている方

【相談受付窓口】新宿区勤労者・仕事支援センター
総合相談(新宿7-3-29、新宿こころから広場しごと棟1階) ☎(3200)3311

【ひきこもりサポートネットの問合せ】東京都青少年・治安対策本部青少年課 ☎(5388)2257

特別区民税・都民税(住民税)

●普通徴収(納付書で納付・口座振替)の方の第3期分納期限は10月31日(金)

納期限を過ぎると、延滞金が加算される場合があります。忘れずに納めてください。

【納付場所】銀行等の金融機関(納期限後1か月以内まで取り扱い)、東京都関東各県・山梨県の郵便局、コンビニエンスストア(納付書裏面に記載。1枚で30万円を超えるときはコンビニエンスストアでは支払いができません)、区税務課、特別出張所

【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139へ。

●納税でお困りの方は相談を
振替)の方の第3期分納期限は10月26日(日)は休日相談(下記参照)も実施します。事情により区税を滞納している方は、ご連絡ください。

所得の著しい減少等で、納税が困難な場合には、申請により納める時期を遅らせたり、納める税額を分割することができ、災害等の事情で納期限を遅らせたり、分割納付が困難な場合には、減免が受けられる場合もあります。

【問合せ】税務課納税係(本庁舎6階) ☎(5273)4508・4509・4538へ。

11月2日(日)開催

アトムフェスタ

高田馬場駅近くの「新宿リサイクル活動センター」「高田馬場福祉作業所」「高田馬場駅第一自転車等駐輪場」の複合施設で開催します。高田馬場で誕生し、新宿未来特使である「鉄腕アトム」にちなんで名付けたイベントです。

【日時】11月2日(日)午前10時～午後3時(入場は午後2時30分まで)

【所在地】高田馬場4-10-2

【主な内容】
▼催し：手作り体験(ウッドビーズでストラップ作り、間伐材でコースター作り)、絵本の読み聞かせ、おもちゃの修理、洋服ポスト(洋服の再利用)、新宿エコ自慢ポイントの登録受け付け、バザー
▼ステージ：元力士・大至の相撲甚句、歌のライブ、バンド演奏、リフォームファッションショー
▼模擬店：焼きそば、カレー、フランクフルト、クッキーほか
▼ベーカーリーカフェ「まりそる」：焼きたてパン、コーヒーほか

【問合せ】新宿リサイクル活動センター
☎(5330)5374(月曜日休館)、
高田馬場福祉作業所 ☎(3367)2939・☎(3367)2960(土・日曜日は休み)へ。

10月は26日

第4日曜日の 区役所本庁舎窓口開設

【開設時間】午前9時～午後5時

【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)
※本庁舎1階の出入口をご利用ください。

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・世帯変更の届出(前住所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。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

▼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、戸籍の附票の写しの交付(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

街頭無料相談会

冊子を配布しています。

【日時】10月25日(土)午前10時30分～午後4時30分(受け付けは午後4時まで)

【内容】土地境界・登記・経営・行政・知的財産・会計・不動産・法律・税金・労働・年金・災害などの相談

【相談員】中小企業診断士・行政書士・弁理士・公認会計士・不動産鑑定士・弁護士・司法書士・税理士・社会保険労務士・土地家屋調査士

【主催】よろず相談実行委員会(都内の専門職団体)

【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。
【問合せ】東京司法書士会事務局 事業・研修課 ☎(3353)9191、区総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)4209へ。

●創業手帳から学ぶ
【日時】10月25日(土)午後2時～5時30分

【対象】起業予定の方、事業者、中小企業支援業種(税理士・会計士・弁護士・金融機関等)の方、

【主催】新宿消費生活センター
委託講座

【日時】11月20日(木)午後2時～4時

【問合せ】創業手帳(経営ハンドブック)から学ぶ事業成功のヒン

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

●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

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

10月26日は住民税・国民健康保険料の 休日相談も実施します

指定期限を過ぎても納付がない場合は、差し押さえなどの滞納処分を行うこととなります。

特別区民税・都民税や国民健康保険料を滞納している方は、この機会に相談においでください。同時に納付も受け付けます。

【開設時間】午前9時～午後4時30分

【開設場所・問合せ】
▼特別区民税・都民税：税務課納税係(本庁舎6階) ☎(5273)4139

【会場】新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名

【内容】被害の事例と対処法(講師は新宿消費生活センター消費生活相談員)

【申込み】往復はがきかファックス(4面記載例のほかファックス番号(ファックスで応募の方)を記入)で、11月10日(必着)までに新宿未来創造財団学習・スポーツ課(〒169-0007 ミックセンター内) ☎(3232)5121・☎(3209)1833へ。応募者多数の場合は抽選。

【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

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

【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

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

【問合せ】戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。

困ります 自転車置きざり 知らんぷり 10月22日(水)〜31日(金)

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

区では放置自転車をなくすため、地域の皆さんや警察署等と協力し、高田馬場・大久保・新大久保・四谷三丁目・飯田橋の駅前等でPR活動を行います。放置自転車の撤去もします。ご理解、ご協力をお願いします。

【問合せ】交通対策課自転車対策係(本庁舎7階) ☎(5273)3896・☎(3209)5595

路上放置はこんな影響があります

- ▼放置された自転車道が狭くなり、人が通りにくくなります。特に高齢者や障害者には大変危険です。
- ▼自動車の通行を妨げて渋滞の原因になるだけでなく、バス・タクシーの乗降にも影響して大変迷惑です。
- ▼災害時に避難・救出活動の妨げになります。自転車の放置は時として、人命にかかわる悪質な行為になりかねません。
- ▼まちなぎを損ねます。みんなできれいにし、住みよいまちにしましょう。

講演会「空を見よう」

●集中豪雨等の災害や環境のこと
空を見て考えてみませんか

★ 気象予報士・俳優の石原良純さん(写真左)が、天気から見える地球温暖化や集中豪雨についてお話しします。

【日時】11月5日(水)午後6時〜7時30分

【共催】工学院大学、新宿駅周辺防災対策協議会

【会場】申込み当日直接、工学院大学高層棟5階(西新宿1-24-2)へ。先着300名。

【問合せ】環境対策課環境計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3763・☎(5273)4070へ。



高田馬場駅前の撤去作業



放置自転車の撤去後

撤去だけでは解決しません

手軽で便利、環境にもやさしい自転車は、最も身近な交通手段です。だからこそルールとマナーを守り、互いに迷惑を掛けないように使いたいものです。自転車の放置を少しでも減らすため、区では放置自転車を随時撤去していますが、撤去だけでは問題は解決しません。皆さん一人一人のご理解とご協力が何よりも大切です。自転車等で駅まで行く際には路上に放置せず、駅周辺の自転車等駐輪場等を使用しましょう。

撤去した放置自転車の保管期間が10月から30日間になりました

10月1日以降に撤去した自転車等の保管期間が、45日間から30日間になりました。保管期間を過ぎた自転車等は返還できなくなりますのでご注意ください。

秋の地域ごみゼロ運動

地域のごみで

きれいなまちに

地域ごとに一斉清掃活動を実施します。「清潔で住みよいまち新宿」を実現するため、皆さんの力を合わせましょう。

【実施日】原則として11月中です。地域や団体ごとの日程は、お近くの特別出張所にお問い合わせください。

※清掃用具は各団体でご用意ください。

【申込み】参加する町会・学校・事業者・団体などの代表者は、所定の参加票を特別出張所かごみ減量リサイクル課にファックスまたはお持ちください。参加票は特別出張所・ごみ減量リサイクル課に備え付けてあるほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【問合せ】ごみ減量リサイクル課まち美化係(本庁舎7階) ☎(5273)4267・☎(5273)4070または特別出張所へ。



福祉

認知症の相談

専門医が個別に相談に応じます。先着順。

●認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】

①10月28日(火)：戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20、新宿区社会福祉協議会1階) ☎(3203)3143、

②11月13日(木)：四谷高齢者総合相談センター(三栄町25、四谷保健センター等複合施設4階) ☎(5367)6770、いずれも午後2時30分〜4時30分

【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配のある方、各日4名

【相談医】①は東京医科大学病院高齢診療科医師、②は新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医

【申込み】電話で会場の高齢者総合相談センターへ。

●認知症介護者相談

【日時】11月10日(月)午後2時〜4時

【会場】区役所第1分庁舎2階区民相談室

【対象】認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名

【相談医】西新宿コンシエリアクリニク精神科医師

【申込み】電話で高齢者福祉課高齢者相談係(本庁舎2階) ☎(5273)4593へ。

認知症介護者の学習会・交流会

月1回、3か所で開催する情報交換や仲間づくりの場です。当日直接、会場へお越しください。

【日時・会場・内容】

11月13日(木)／百人町地域交流館(百人町2-18-21)：介護者のためのアロマセラピー・香りドリフレッシュ

▼14日(金)／榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)：心身の疲れをとるタッピングタッチ・指先タッチでケア

▼19日(水)／西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)：介護者のストレスケア・介護者仲間とつながること

いずれも午後1時30分〜3時30分

【対象】認知症の高齢者を介護している方

【費用】1回100円(茶菓代)

【問合せ】高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4594へ。

元気な高齢者向け体力測定

区内の19会場で、3日間の体力測定を実施しています。自分の体力を知り、これからの生活改善や、現在の状態を維持する方法を考えましょう。今回の募集は次の4会場です。

【日時・会場】

▼東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)：11月6日(木)・13日(木)、12月4日(木)午後1時30分〜3時30分

▼新宿地域交流館(新宿5-3-13)：11月10日(月)・17日(月)、12月8日(月)午前10時〜12時

▼早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)：11月14日(金)・21日(金)、12月12日(金)午前10時〜12時

▼中落合地域交流館(中落合2-7-24)：12月10日(水)・17日(水)、27年1月14日(水)午前10時〜12時

【対象】区内在住の65歳以上で介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けていない方、各会場30名(新宿地域交流館は20名)

【内容】①1日目：体力測定(筋力・姿勢分析など)、②2日目：運動機能の低下を防ぐ相談会・ミニ講座、③3日目：脳年齢測定・認知症や介護の予防体操

【申込み】電話で高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4568へ。先着順。

※4会場とも同じ内容です。1日目と2日目は必ず参加してください。

※会場近くにお住まいの方を優先します(参加は1年間に1人1会場です)。

Cafe Memory原町

リハビリ体操参加者を募集

Cafe Memory原町では、毎月第1火曜日と毎週木曜日午後2時〜3時30分に、地域の高齢者や介護者などが気軽に立ち寄り、茶菓等を楽しみながら交流・相談等ができる「地域安心カフェ」を実施しています。

今回は、Cafe Memory原町で開催しているリハビリ体操の参加者を募集します。

【日時】毎月第1火曜日午後2時〜3時30分(11月は4日)

【会場】原町高齢者複合施設(原町3-84)

【内容】リハビリ体操とカフェタイム

【費用】200円(茶菓代)

【申込み】電話で榎町高齢者総合相談センター ☎(5227)1757へ。先着15名。

ボランティア入門講座

【日時】11月6日(木)午前10時30分〜12時

【会場】北新宿第二地域交流館(北新宿3-20-2)

【内容】ボランティアの紹介と登録、同館での活動の紹介、見学、現在活動している方の体験談

【内容】作業公開、作品展示、カラオケやダンス等の発表会、ゲームコーナー、スタンプリー、お神輿体験、模擬店、バザー

【会場問合せ】当日直接、同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711・☎(3232)3342

※駐車場はありません。10月27日(月)は館内清掃のため休館します。

区立障害者福祉センターパソコン教室

●年賀状作成

【日時】11月、12月、水曜日午前10時〜11時30分(初回11月5日)、木曜日午後1時30分〜3時(初回11月6日)、各全7回

【対象】区内在住で障害のある方、各10名。定員に余裕がある場合は家族も参加できます。

【費用】1回100円(減免制度あり)。材料費は別途各自負担

【会場・申込み】10月28日(火)までに電話かファックス(4面記載例のほか希望の曜日、障害名を記入)または直接、同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711(日曜日・祝日を除く)・☎(3232)3344へ。応募者多数の場合は抽選。

新宿生活実習所ばれ祭り

新宿生活実習所では、障害のある方が油絵・陶芸等を通して自立と社会参加のために活動しています。

【日時】11月8日(土)午前10時〜午後2時

【内容】施設紹介、手作り作品の展示販売、絵画作品展、音楽ダンス発表、バザー、産直野菜販売、模擬店ほか

【会場・問合せ】新宿生活実習所「ばればれ福祉園」(弁天町50) ☎(5229)5850・☎(5229)0620へ。 ※当日お手伝いいただけるボランティアを募集しています。

27年度 幼稚園・子ども園 園児募集

区立幼稚園 15園・区立子ども園 10園

【対象】保護者ととともに区内在住で集団生活に支障がなく、保護者等の送り迎えが可能な3歳児～5歳児

- ▶3歳児…平成23年4月2日～24年4月1日生まれ
- ▶4歳児…平成22年4月2日～23年4月1日生まれ
- ▶5歳児…平成21年4月2日～22年4月1日生まれ

【費用】▶入園料…1,500円(幼稚園・子ども園共通)
▶幼稚園保育料…月額6,000円(8月を除く11か月)

	区立幼稚園 (15園)	区立子ども園 (10園)
募集人数	<p>【3年保育・11園】市谷・鶴巻・牛込仲之・四谷第六・花園・大久保・戸塚第二・落合第三・落合第四・淀橋第四・西戸山幼稚園</p> <p>【2年保育・4園】津久戸・早稲田・余丁町・戸塚第一幼稚園</p> <p>▶3歳児…定員17名</p> <p>▶4歳児…定員30名(3歳児保育実施園は、進級児と補欠登録の優先入園者を除いた人数)</p> <p>▶5歳児…定員30名から進級児を除いた人数(進級児と定員が同じ場合は補欠登録になります)</p> <p>※戸塚第一幼稚園は、平成26年度に4歳児の学級編制を行っているため、5歳児の募集を行いません。</p>	<p>▶3歳児…西新宿(若干名)</p> <p>▶4歳児…四谷(30名)・あいじつ(40名)・西新宿(若干名)・☆柏木(8名)・☆おちごなかい(10名)・☆大木戸(3名)・☆しなのまち(2名)・☆戸山第一(5名)・☆西落合(4名)・☆北新宿(4名)</p> <p>▶5歳児…各園(若干名)</p> <p>※柏木・おちごなかい子ども園は、0歳～2歳児と3歳～5歳児に別の建物で保育・教育を行う分園方式の子ども園です。</p> <p>※☆の子ども園は短時間・中時間保育のみ募集します。今回募集しないクラスの園児募集は、「広報しんじゅく」11月15日号でお知らせします。</p> <p>※募集人数の若干名は、定員から進級児を除いた人数です。</p>
申込書の配布	10月15日(水)から各区分立幼稚園で配布	10月15日(水)から募集案内に折り込んで配布
申込書の受け付け	11月5日(水)～7日(金)午後2時～4時に、入園を希望する幼稚園で受け付けます。 ※受け付け期間終了後は、入園を希望する幼稚園で11月18日(火)午後2時15分以降に随時受け付けます。	11月5日(水)～7日(金)午前9時～午後5時に、入園を希望する子ども園で受け付けます。 ※受け付け期間終了後は、入園を希望する子ども園で11月18日(火)午後2時15分以降に随時受け付けます。

私立幼稚園 9園

3年保育を行い、小学校入学までの一貫した幼稚園教育を実施しています。願書は各園で配布しています。詳しくは、下表の各幼稚園へお問い合わせください。

園名・所在地	電話番号
牛込成城幼稚園(原町3-87)	(3341)5058
おおや幼稚園(高田馬場2-8-18)	(3200)7506
下落合みどり幼稚園(中落合4-3-1)	(3953)6112
戸山幼稚園(戸山2-7-2)	(3203)6834
豊多摩幼稚園(西落合4-8-18)	(3951)5982
伸びる会幼稚園(上落合2-25-19)	(3361)5020
目白ヶ丘幼稚園(下落合2-15-11)	(3951)2115
目白平和幼稚園(下落合3-14-25)	(3954)0448
四谷新生幼稚園(四谷1-14)	(3357)7036

※区では、私立幼稚園に通うお子さんの保護者に保育料等を補助しています。詳しくは、**学校運営課 保健給食・幼稚園係** ☎(5273)3103へお問い合わせください。

日程	内容 (講師)
10月31日(金)	自己紹介・お互いを知る (近藤牧子・早稲田大学文学部助教)
11月7日(金)	どんな親子ひろばがあったらいい? (近藤牧子・石山恭子・子育て支援グループamigo)
11月14日(金)	自分たちだけで動いてみよう (近藤牧子・小原聖子・ゆったりーの)
11月21日(金)	お試し親子ひろば開催(1回目) (石山恭子・小原聖子)
11月28日(金)	お試し親子ひろば開催(2回目) (近藤牧子・小原聖子)
12月5日(金)	親子ひろばってなんだろう (近藤牧子)
12月12日(金)	講座を振り返って (近藤牧子)

※保育園と、今回募集しない子ども園のクラスの園児募集は、「広報しんじゅく」11月15日号でお知らせします。

▶子ども園保育料…短時間・中時間・長時間(Ⅰ型)・長時間(Ⅱ型)の保育時間に応じて月額で決定

※募集概要は下表のとおり。詳しくは、区立幼稚園・区立子ども園・学校運営課・保育園子ども園課・特別出張所・児童館・区立図書館で配布する「募集案内」でご確認ください。新宿区ホームページでもご案内しています。

【問合せ】▶幼稚園…学校運営課保健給食・幼稚園係(第1分庁舎4階) ☎(5273)3103、▶子ども園…保育園子ども園課入園・認定係(本庁舎2階) ☎(5273)4527へ。

園名・所在地	電話番号
しんえい子ども園もくもく(高田馬場4-36-12)	(5332)5544
茶々ひがしとやま子ども園(戸山2-34-101)	(5155)4321
<27年4月開園予定> (仮称)大久保第二子ども園(大久保1-4)	0495(21)5001 新園準備室

私立子ども園 3園

短時間保育を利用するお子さんの入園申し込みを受け付けます。募集人数や申し込み方法等詳しくは、下表の各子ども園(27年4月開園予定の(仮称)大久保第二子ども園は新園準備室)へお問い合わせください。

園名・所在地	電話番号
しんえい子ども園もくもく(高田馬場4-36-12)	(5332)5544
茶々ひがしとやま子ども園(戸山2-34-101)	(5155)4321
<27年4月開園予定> (仮称)大久保第二子ども園(大久保1-4)	0495(21)5001 新園準備室

27年度から 子ども・子育て支援新制度が始まります

新制度では、幼稚園や認定子ども園の利用を希望する場合、利用のための認定が必要になります。入園内定後、認定申請書を提出し、認定を受けることとなります。認定申請書は内定園から配布します。

私立幼稚園については、新制度に移行する園に通園する場合、認定が必要となります。詳しくは、通園を希望する私立幼稚園へお問い合わせください。

子育て支援者のためのスキルアップ講座

子育て支援に携わる方や関心のある方向けの連続講座です。子育て中の保護者が集う「親子ひろば」づくりを体験しながら、子育て支援を具体的に学びます。

【日時・内容】左表のとおり。いずれも午前10時～午後0時30分(全7回)

【会場】落合3世代交流サロン(西落合4-1-31・24)

※12月12日(金)は別の会場を予定

【申込み】所定の申込書を10月24日(金)までに郵送(必着)・ファックス・電子メール・ゆったりーの ☎162008 533 北山伏町2-17 ☎5253

※「ゆったりー」は、地域で子育て中の方が中心となり、利用者全員がアイデアと資金を出し合う「会員制」で運営する子育て支援施設です。

●区連携事業

【日時】10月26日(日)午後1時30分～3時(午後1時開場)

【内容】演奏に合わせて歌って踊れるコンサート。仮装しての参加も歓迎

※区内の幼稚園・保育園・子ども園のお子さんが描いた絵の展示もあります(午後1時～4時)。

【主催】新宿区更生保護女性会

●小・中学生の作品を展示

環境絵画展の全応募作品と、「みどりの小道」環境日記コンテストの受賞作品を展示します。環境日記のイラストを描いた、つやまあきひこさん(環境漫画家の作品展も開催します)。

【日時】11月2日(日)～9日(日)午前10時～午後6時(3日(祝)は除く)

【会場】問合せ▶環境学習情報センター(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277へ。

●新幹線運転士 綾由 絵本作家行き!

【日時】11月3日(祝)午前10時～11時30分

【対象】4歳以上、100名(未就学児は保護者同伴)

【内容】クイズや探し絵等と交換、絵本「しごとば」の制作過程を解説

【会場】申込み当日直接、戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)へ。先着順。

●小・中学生の作品を展示

環境絵画展の全応募作品と、「みどりの小道」環境日記コンテストの受賞作品を展示します。環境日記のイラストを描いた、つやまあきひこさん(環境漫画家の作品展も開催します)。

【日時】11月2日(日)～9日(日)午前10時～午後6時(3日(祝)は除く)

【会場】問合せ▶環境学習情報センター(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277へ。

●27年4月に 小学校へ入学する新1年生へ 入学予定校と健診日時を記載した「就学時健康診断通知書」を、10月17日(金)までに発送します。入学予定校で受診してください。新宿区ホームページでもご案内しています。

【問合せ】学校運営課保健給食・幼稚園係(第1分庁舎4階) ☎(5273)3098 ☎(5273)3580へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

各地に広まった 高遠のそば文化

「信州そば発祥の地」には諸説ありますが、新宿区の友好提携都市・長野県伊那市が「発祥の地」とされる説があります。

高遠 現在の伊那市藩主であった保科正之は無類のそば好きとして知られ、山形の最上藩や福島県の津藩へ移る際、そば職人も連れて行ったと伝えられています。そのため、麵つゆに大根おろしと焼き味噌を溶いた「辛つゆ」でそばを食べる高遠の風習も一緒に広まったとされ、保科正之が四代將軍・徳川家綱の後見役を務めたころは、江戸にもそば文化が広がっていきまして、山形の「寒さらしそば」、会津の「高遠そば」は、信州そばが

各地に広まった証しです。また、伊那市の「内の菅区」には、奈良時代の行者役小角(えんのおつゆ)が民衆にそばの種を渡し、そば栽培を教えたという伝説があり、信州そばの栽培は伊那から始まったともいわれています。

10月～11月、信州そばを満喫できるイベントが伊那市で開催されます。

●行者そば祭り

【日程】10月19日(日)

【会場】内の菅スポーツ公園(伊那市荒井)

●信州伊那新そば祭り

【日程】10月25日(土)・26日(日)

【会場】みはらしファーム(伊那市西箕輪)

●山麓一の麵街道フェスタ

【日程】11月1日(日)・2日(日)

【会場】申込み当日直接、牛込簗区民ホール(笹筒町15-へ)

【問合せ】子育て支援課青少年事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4261へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

【会場】申込み当日直接、牛込簗区民ホール(笹筒町15-へ)

【問合せ】子育て支援課青少年事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4261へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

【会場】申込み当日直接、牛込簗区民ホール(笹筒町15-へ)

【問合せ】子育て支援課青少年事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4261へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

【会場】申込み当日直接、牛込簗区民ホール(笹筒町15-へ)

【問合せ】子育て支援課青少年事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4261へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。

【会場】申込み当日直接、牛込簗区民ホール(笹筒町15-へ)

【問合せ】子育て支援課青少年事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4261へ。

●小学生のためのラグビー体験とサッカークリニック

【日時】対象11月1日(日) 午後0時30分～2時15分・小学1～3年生 午後2時30分～4時15分・小学4～6年生、各50名

【会場】新宿区こから広場多目的運動広場(新宿7-13-29)

【指導致】ラグビー元日本代表選手、本田圭佑プロデュースサッカースクール

【費用】500円

【申込み】往復はがきに4面記載例のほかに学年・年齢を記入し、10月28日(必着)までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニケーション係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1・本庁舎1階) ☎(5273)4358へ。新宿区ホームページからも申し込み可能です。応募者多数の場合は抽選。



牛込保健センター 弁天町50 ☎(3260)6231
四谷保健センター 三栄町25 ☎(3351)5161
東新宿保健センター 新宿7-26-4 ☎(3200)1026
落合保健センター 下落合4-6-7 ☎(3952)7161

講演会「肉の生食と食中毒」

【日時】11月5日(水)午後2時～4時
【会場】新宿文化センター(新宿6-14-1)
【対象】区内在住・在勤・在学の方、100名
【内容】食肉衛生検査所の衛生管理、肉の生食と食中毒(高木達也・東京都芝浦食肉衛生検査所)
【申込み】電話で衛生課食品保健係(第2分庁舎3階)☎(5273)3827へ。先着順。

入れ歯の相談

【日時】11月6日(木)午後1時30分～4時30分
【対象】区内在住で「入れ歯」でお悩みの方、8名程度
【内容】個別相談(羽村章・日本歯科大学生命歯学部)。時間は1人15分程度。入れ歯の作製や調整等を行います。
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。

神経難病療養相談

【日時】11月11日(火)午後1時30分～4時30分
【対象】パーキンソン病・脊髄小脳変性症・多発性硬化症・重症筋無力症・筋萎縮性側索硬化症等の神経難病と診断されている方と家族、5名
【内容】医療・日常生活等についての神経内科医の個別相談(中原仁・慶應義塾大学病院)、理学療法士のリハビリ指導(廣瀬昇・帝京科学大学医療科学部)
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。

育児講演会「2人目育児」

●上の子の心を育むママの魔法
【日時】11月13日(木)午後1時30分～3時30分
【対象】区内在住で第2子を子育て中の方、第2子を妊娠中またはお考えの方、20名
【内容】上の子に関する悩みを笑顔で乗り越えるためのポイントを紹介(深山美和・臨床心理士)
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。託児あり(3歳未満のお子さん1名まで。先着20名)。

スリムアップ教室

●なりたい自分に変身する！
【日時・内容】①11月19日(水)：講演「いつまでも元気で活躍するための運動のすすめ」(勝川史憲・慶應義塾大学スポーツ医学研究センター医師)
②11月26日(水)：保健師の話「できる！続く！あきらめない健康習慣」(栄養士の話「低カロリーでもおいしいヘルシーレシピ」)
③12月3日(水)：実技「ダイエット」(菅原敦子・元気館講師)
④②は午後2時～4時、③は午後2時～3時、全3回
【対象】区内在住の69歳までで運動制限がなく、3日とも出席できる方、20名
※①のみの参加もできます(区内在住・在勤の方、20名)
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

女性のための健康セミナー

●パーソナルカラーとカラフルコミュニケーション
【日時】11月20日(木)午前10時～12時
【会場】四谷保健センター
【対象】区内在住・在勤・在学の女性、30名
【内容】自分に似合う色の見つけ方と色が心や身体に与える効果

60歳からのこころと身体のメンテナンス講座

●体内時計をリセットして身体も心も晴ればれ
【日時・内容】11月26日(水)：講演「睡眠から考える今までの生活・これから生活」(栗山健一・国立精神・神経医療研究センター睡眠障害センター医師)、「認知行動療法とリラクゼーション」(大沢知準・同センター臨床心理士)
12月4日(木)：歯科衛生士の話「若さを保つ唾液のパワー」、栄養士の話と試食「体内時計を働かせる食事のリズム」、社会福祉協議会職員と保健師の話「エンジョイ！シニアライフ」これからの社会参加
いずれも午後2時～4時、全2回
【対象】区内在住の50歳～60歳代で2日とも参加できる方、40名
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。



次世代育成協議会

【日時】10月20日(月)午前10時から
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【内容】新宿区次世代育成支援計画(平成27年度～31年度)策定に係る検討ほか
【申込み】傍聴を希望する方は、電話で子ども家庭課管理係(本庁舎2階)☎(5273)4260へ。
【日時】10月21日(火)午後2時から
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所第2分庁舎分館1階会議室(新宿5-18-21)へ。
【問合せ】住宅課居住支援係(本庁舎7階)☎(5273)3567へ。

文化芸術振興会議

【日時】10月23日(木)午前10時～12時
【内容】区内の文化芸術の振興状況報告と振興に関する施策の基本となる事項の検討ほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第4委員会室へ。
【問合せ】文化観光課文化観光係(本庁舎1階)☎(5273)4069へ。

自治基本条例検証会議

【日時】10月29日(水)午後2時～4時
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。
【問合せ】企画政策課(本庁舎3階)☎(5273)3502へ。



林美子記念館の臨時休館

敷地内の地盤改良工事のため休館します。
【期間】12月8日(月)～27年2月16日(月)
【問合せ】文化観光課文化資源係(本庁舎1階)☎(5273)3563へ。



全国都市交通特性調査にご協力を

都市交通の特性や経年変化を把握するため、国土交通省が人の動きに関する交通実態調査を実施します。

講演会「日本の住まい、変わる家族」

●居住福祉から居住文化へ
【日時】10月25日(土)午後2時～4時30分
【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)
【対象】区内在住の方、60名
【内容】女性の視点で考える超高齢社会の暮らしと住まい(袖井孝子・お茶の水女子大学名誉教授)
【費用】800円(資料代ほか)
【後援】新宿区
【主催・申込み】電話かファックス(4面記載例のとおり記入)で、10月24日(金)までにNPO法人建築ネットワークセンター☎(5386)0608・☎(5386)1065へ。先着順。

神楽坂・坂上サロン

近隣の高齢者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。利用は無料で予約は不要です。
【後援】新宿区
【主催・申込み】電話かファックス・電子メール(4面記載例の通り)で、10月24日(金)までにNPO法人建築ネットワークセンター☎(5386)0608・☎(5386)1065へ。先着順。

11月のイベント

●漢方薬との上手な付き合い方
【日時】10月21日(火)午後3時～4時(午後2時45分開場)
【会場・申込み】当日直接、都庁都民ホール(西新宿2-8-1)へ。先着150名。
【問合せ】東京都健康安全研究センター☎(3363)3472へ。
●シンシアロヤッコパソコン教室
【日時・内容】①パソコンの基礎：10月24日～11月21日の金曜日午後1時～3時(全5回)、②ワード表作成：11月5日～26日の水曜日午後2時～4時(全4回)
【費用】①は6千700円、②は8千500円(いずれも教材費を含む)
【主催】会場・申込み【電話】NPO法人テラ・ガーデン新宿(百人町3-1-6)☎(5389)7266(午前10時～午後5時)へ。各コース先着10名。

全国都市交通特性調査

【調査方法】無作為抽出した区内の約280世帯に、10月下旬以降に調査票を郵送します。記入後にご返送ください。
【問合せ】同調査実施本部☎0120(336)319へ。
●開設日時：火曜日午前10時30分～午後1時30分(祝日を除く)。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無料出張相談があります(11月は4日)。

区民のひろば

費用・申込み・問い合わせ

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、ご参加ください。
【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階)☎(5273)4064へ。
★催し・講座★
◆国立健康・栄養研究所一般公開 10月26日(日)午前10時～午後5時、同研究所(戸山1)で。講演、体験コーナー(骨密度測定、やさしいエアロビクス等)、施設見学ほか。☎無料。☎同研究所業務課☎(3203)5721
◆講演会「黒田官兵衛 その愛と真実」 10月19日(日)午後1時30分～3時30分、新宿西教会(歌舞伎町2)で。☎無料。☎当日直接、会場へ。☎新宿西教会☎(3204)5519
◆早稲田大学第61回理工展 11月1日(土)・2日(日)午前10時～午後5時(2日は午後4時まで)、西早稲田キャンパス(大久保3)で。☎無料。☎当日直接、会場へ。☎同展連絡会・廣井☎(3205)9508
◆シンポジウム「奈良・日吉館をめぐる文化人～會津八一を中心に」 10月25日(土)午後1時～5時、早稲田大学小野記念講堂(戸塚町1)で。奈良の旅館・日吉館ゆかりの文化人に関する講演と研究報告。☎無料。☎当日直接、会場へ。先着200名。☎早稲田大学會津八一記念博物館☎(5286)3835
◆英会話無料体験 10月22日(水)・29日(水)午前9時～10時、戸塚地域センターで。50歳以上の初心者対象。定期活動あり。☎サークル英会話・前田☎090(3479)9741
★サークル紹介・会員募集★
◆三味線 月2回金曜日午後2時45分～5時15分、大久保地域センターで。☎月4,500円。☎七三会・竹井☎090(9953)1032

10月27日～11月2日は精神保健福祉普及運動週間

うつに気づくうつ こんなサインはありませんか

うつ病は、心配ごとや過労、ストレスが続いたり、孤独感や孤立感が強くなったり、将来への希望が見えなくなったり、などに、誰もがかかる可能性のある病気です。日本人の15人に1人が一生のうちに経験すると言われ、几帳面で真面目、責任感が強い人がかかりやすい傾向があります。



病気の特徴を正しく理解し、早期発見・治療をしましょう。心身の変調に気づいたら、一人で悩まず、早めに専門家に相談してください。

区では、保健センター(6面参照)で精神科医師と保健師がこころの健康相談をお受けしているほか、精神疾患の理解のために、パンフレット「知っておきたい、こころの病気(右図)」を保健予防課で配布しています。

【問合せ】保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862・☎(5273)3820へ。

自分が気づくサイン

- 悲しい・憂うつ・沈んだ気分
何事にも興味がわかず、楽しくない
疲れやすく元気がない
おっくうで、何もする気がしない
寝つきが悪く、朝早く目が覚める
食欲がなくなる
人に会いたくなくなる
夕方より朝の方が調子が悪い
心配事が頭から離れない
失敗・悲しみ・失望から立ち直れない
自分を責め、自分は価値がないと感じる

周囲が気づくサイン

- 以前と比べて表情が暗く、元気がない
口数が減った
頭痛やめまい・吐き気など、体調不良の訴えが多くなる
仕事や家事の能率が低下したりミスが増える
周囲との交流を避けるようになる
遅刻・早退・欠勤(欠席)が増える
趣味やスポーツ、外出をしない
酒量が増える

うつを予防するために

- ゆとりのある生活を心掛け、十分な安静と休養・睡眠を取る
自分自身のペースを大切にす
やることの優先順位をつけ、頑張り過ぎない
スポーツ・趣味・レジャーなど、自分なりのストレス解消法を持つ

区内消防団合同点検を実施します

消防団は災害に備えてまちや区民を守る、最も身近な消防機関です。消防団員は仕事や学業、家事などに従事しながら、火災・風水害・震災時に活動する非常勤・特別職の地方公務員です。

●合同点検が見学できます
四谷・牛込・新宿の消防団員が日ごろの訓練成果を披露します。規律ある行動と勇姿をぜひご覧ください。

【日時】10月26日(日)午前10時～11時30分
【会場】聖徳記念絵画館前(霞ヶ丘町)
【内容】地震被害を想定した倒壊家屋からの救助活動
AED(自動体外式除細動器)を使用した応急救護活動

▼地域と連携した消防演習(一斉放水等・写真)
▼消防団の活動状況、配置資器材等のパネル展示



●消防団に入団するには
各消防団の区域にお住まいか勤務する18歳以上の方が入団できます。地域の安全・安心を守るために、力を発揮してみてください。

児童館・学童クラブ等の運営委託事業者選定公開プレゼンテーション

27年4月から委託する次の事業について、1次審査を通過した事業者の公開プレゼンテーションを実施します。

【日時・内容】11月1日(土)
▼落合第四小学校(下落合2-9-34)内の学童クラブ、放課後子どもひろば運営事業者:午前9時30分～10時45分(9時15分開場)
▼高田馬場第二児童館(高田馬場1-4-17)内の学童クラブ、土曜日・日曜日・祝日の児童館運営、戸塚第二小学校(高田馬場1-25

1-21)内の学童クラブ、放課後子どもひろば運営事業者:午後2時30分～3時45分(午後2時15分開場)
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)へ。託児があります。
【問合せ】子ども総合センター児童館運営係 ☎(5273)4544・☎(3232)0666へ。
※傍聴した方にはアンケートにご協力いただき、事業者選定の参考にさせていただきます。

Table with columns: 相談名, 実施日, 実施時間, 相談場所, 問合せ. Includes sections for 福祉, 子ども・教育, 住宅・建築, and 法律.



2017年 夏目漱石生誕150周年に向けて

夏目漱石記念施設整備プロジェクト Vol.3

講演会とシンポジウム「夏目漱石と青春」



新宿区は、国民的文豪・夏目漱石(1867年～1916年)が生まれ育ち、その生涯を閉じたまちです。
 区では、漱石生誕150周年に当たる平成29年(2017年)2月の開館を目指し、「夏目漱石記念施設整備基金」を設置し、漱石にとって初の本格的な記念館の整備を進めています。
 漱石やその作品の魅力と、記念館の整備事業について情報発信する「夏目漱石記念施設整備プロジェクト」の第3弾イベントを開催します。
 【問合せ】文化観光課文化資源係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎1階) ☎(5273)4126・☎(3209)1500へ。

【日時】12月14日(日)午後2時～5時(午後1時15分開場)

【会場】早稲田大学大隈記念講堂大講堂(西早稲田1-6-1)

【共催】朝日新聞社、早稲田大学

第1部 新宿区夏目漱石コンクール優秀作品表彰式

【講評】半藤一利(作家、同コンクール審査委員長)

小学生を対象に絵画を、中学生を対象に読書感想文を、全国から募集しました。優秀作品を紹介するとともに、表彰式を行います。漱石に関する随筆を発表されている半藤一利さんが講評します。

第2部 講演「漱石と私」【講師】夏川草介(作家、医師)

ベストセラー小説『神様のカルテ』の著者で、漱石ファンとしても知られる夏川草介さんに、漱石の魅力を語っていただきます。また、地域医療の最前線でも活躍する夏川さんとともに、漱石の時代から現代まで等しく受け継がれる「命の尊さ」について考えます。

第3部 シンポジウム「もっと若者に漱石を！」

【出演】夏川草介、森まゆみ(作家・地域文化研究者)、香日ゆら(漫画家)、新宿区長
コーディネーター/牧村健一郎(朝日新聞記者)

第2部にも出演される夏川さん、下町エリア「谷根千(谷中・根津・千駄木)」研究家で『千駄木の漱石』の著者・森まゆみさん、漱石と門下生を4コマ漫画で描く香日ゆらさんに、若い世代にも伝えたい漱石文学の魅力についてお話しいただきます。



夏川草介

申込み

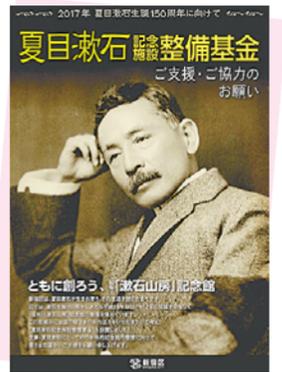
はがき(往復はがきではありません)かファックスに4面記載例のほか希望人数(2名まで)を記入し、11月4日(必着)までに文化観光課文化資源係へ。小学生までは保護者同伴。定員1,000名程度。応募者多数の場合は抽選し、11月中旬に、当選者のみに入場券をお送りします。

ともに創ろう、(仮称)「漱石山房」記念館 夏目漱石記念施設整備基金に ご支援・ご協力をお願いします

漱石ゆかりの新宿のまちに、初の本格的な漱石記念館を整備するため、多くの方にお力添えをいただきたいと考え、昨年7月から寄付を募集しています。10月1日現在で4,876万2,000円(866件)の寄付が寄せられています。皆さんからの寄付は、記念館の建設と資料の収集に活用します。一口1,000円から寄付できます。引き続き、温かいご支援・ご協力をお願いします。

寄付の方法 ゆうちょ銀行・郵便局の窓口・ATM

文化観光課・特別出張所・区立図書館等で配布しているパンフレット(右図)にはさみ込んである振替払込書(払込取扱票)に必要事項を記入し、お近くのゆうちょ銀行・郵便局の窓口・ATM(現金自動預払機)で払い込んでください。



新宿区長選挙

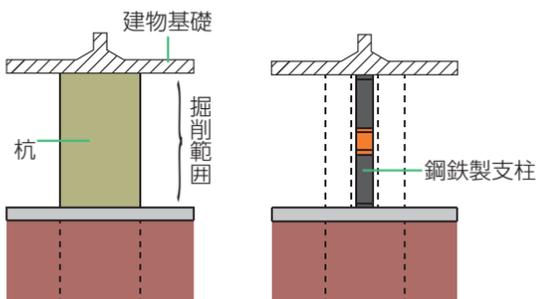
投票日は
11月9日(日)
午前7時～午後8時

投票日当日に投票所に行けない方は「期日前投票」ができます。投票日当日とは異なり、いずれの期日前投票所でも投票できます。

【期日前投票所】
区役所第1分庁舎1階ロビー
特別出張所(10か所)
【問合せ】区選挙管理委員会事務局
(第1分庁舎3階) ☎(5273)5230へ。

区役所本庁舎の 免震改修工事 進ちょく状況をお知らせします

<現在の状況> 建物基礎下の土の掘削が完了し、建物を鋼鉄製支柱等で支えています。



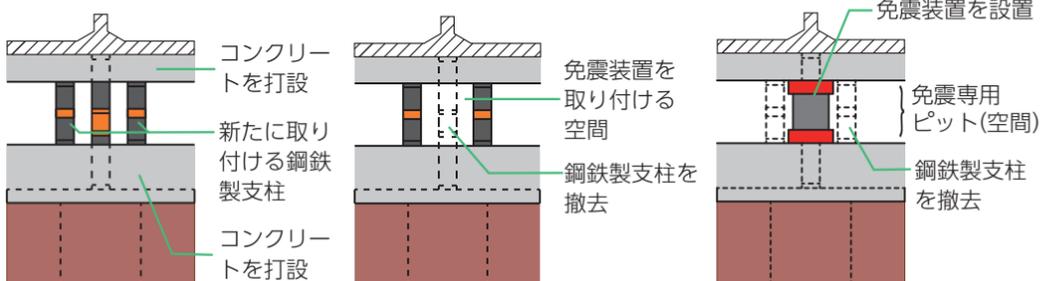
建物下部の土を掘削しました ⇒ 杭を切断して鋼鉄製支柱を取り付け、建物の荷重を支えています

建物下部の掘削が完了しました

大地震に遭遇した後も区の防災拠点としての機能を果たし、継続して使用できるよう、基礎下免震構法による免震改修と防災機能強化のための工事を、27年11月中旬まで実施しています。

【問合せ】総務課庁舎耐震改修担当(本庁舎3階) ☎(5273)3604・☎(3209)9947へ。

<これからの工事> 免震専用ピット(空間)を構築し、免震装置(※)を取り付けます。
※免震装置…ゴムの柔軟性により、地震時に揺れを建物に伝えにくくします。



コンクリートを打設し、新たに鋼鉄製支柱を取り付けます ⇒ 中央の鋼鉄製支柱を撤去して、免震装置を取り付けるための空間を作ります ⇒ 構築した免震専用ピット(空間)に免震装置を取り付け、鋼鉄製支柱を撤去します

11月15日(土)～27年3月上旬 本庁舎と第1分庁舎との地下連絡通路を通行止めにする

本庁舎と連絡通路の間にエキスパンションジョイント(★)を新たに設ける工事を行うため、11月15日(土)～27年3月上旬は、地下連絡通路は通行できません。4階連絡通路は、引き続きご利用いただけます。

★エキスパンションジョイント…免震部分と非免震部分との境目に設ける隙間

本庁舎を利用する皆さん、近隣の皆さんへの影響が極力ないように工事を実施しますので、ご理解・ご協力をお願いします。