

- 2面 バイク・軽自動車等の廃車手続きは3月31日までに
- 3面 みんなでつくっていこう！認知症になっても安心して暮らせるまち
- 8面 新宿中央公園フットサル施設利用案内
3月20日オープン 知的障害者等入所支援施設「シャロームみなみ風」



しんじゅくコール

☎03(3209)9999 FAX03(3209)9900
土・日曜日、夜間もご案内 午前8時～午後10時

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 ☎03(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

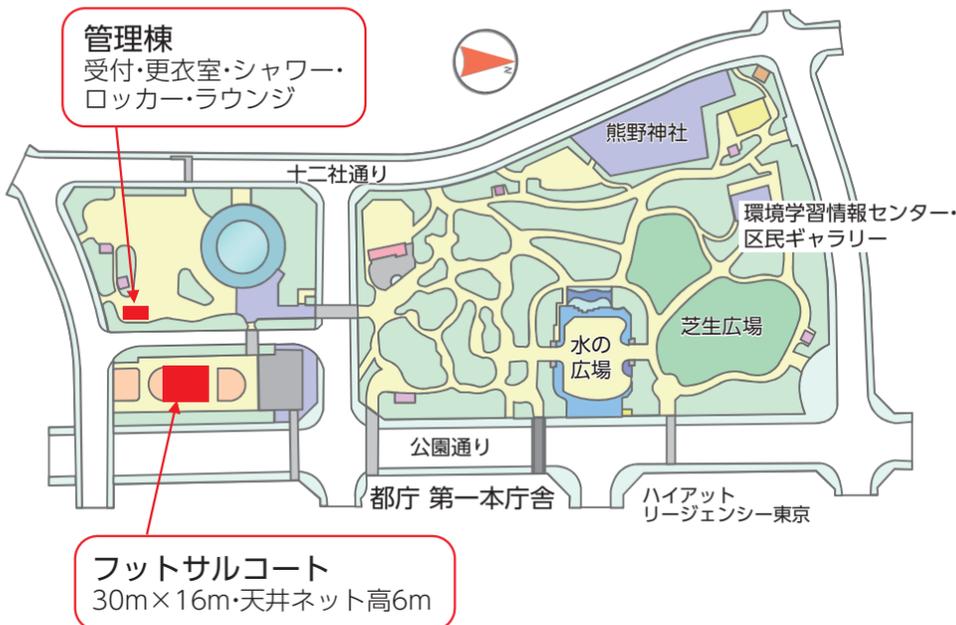
3月28日(土) 新宿中央公園に ナイター設備あり 仕事帰りにも楽しめる フットサル施設がオープン

3月28日(土)、オフィス街のオアシスである新宿中央公園(西新宿2-11)に、コート1面とシャワーや更衣室などを備えた管理棟を併設したフットサル施設がオープンします。

ナイター設備があり、仕事帰りにも気軽に立ち寄れる施設で、スポーツを楽しみながら交流しませんか。

【問合せ】新宿中央公園管理事務所 ☎(3342)4509・FAX(3342)4510へ。
同園のホームページ(<http://parks.prj.or.jp/shinjuku/>)でもご案内しています。

園内案内図



高層ビル群に臨むフットサルコート

3月28日(土)・29日(日)は オープニングイベントを開催

観覧希望の方は、直接会場へおいでください。

- 3月28日(土)
 - ▶社会人大会…午前8時～11時、▶オープン記念式典・エキシビジョンマッチ…午前11時～午後0時30分、▶シニア大会…午後0時30分～3時
 - ※午後3時～5時は、施設を自由に見学できます
 - 3月29日(日)
 - ▶レディース大会…午前9時～12時、▶一般公募大会…午後1時～4時
- ◀一般公募大会出場チーム(6チーム)を募集します▶
出場希望チームは、電話で23日(月)までに、同園管理事務所へ。
詳しくは、お問い合わせください。

施設案内

- 利用時間 午前9時～午後10時
- 休場日 年末年始(12月29日～1月3日)
- 運営 新宿中央公園パークアップ共同体(指定管理者)
- 利用料金(1時間当たり)
 - ▶午前(午前9時～12時)…3,000円
 - ▶午後(正午～午後5時)…4,000円
 - ▶夜間(午後5時～10時)…5,000円

※利用料金は、新宿区の受益者負担の考え方に
基づき、施設の維持管理に係る経費をもとに
算出した額を上限として、運営者が区の承認を
得て定めています。

利用方法は
8面でご案内
しています



【所在地】西新宿2-11

- JR・小田急線・京王線新宿駅 徒歩10分
- 東京メトロ丸ノ内線西新宿駅 徒歩5分
- 都営大江戸線都庁前駅 徒歩1分
- 新宿WEバス「パークハイアット東京前」徒歩1分



新宿の未来のために!

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

今日3月15日は、現在の新宿区が成立した日、新宿区の誕生日です。今から68年前の昭和22年(1947年)3月15日に、旧牛込・四谷・淀橋の3区が統合し、新宿区となりました。もう一つ、3月15日は、新宿区が平和都市宣言を行った日でもあります。昭和61年(1986年)3月15日、国際平和年にあたり、世界の恒久平和を願って平和都市宣言を行いました。▼区民の皆様がこのまちに住み続け、次代を担う子どもたちが新たなまちの担い手となり、このまちが発展し続けていくには、社会が平和であることが基本です。今年には戦後70年、そして来年は平和都市宣言から30周年を迎える節目でもあり、あらためて平和の尊さへの思いを強くし、次世代に継承するために平和事業に取り組んでいきます。▼さて、今月の11日で東日本大震災から4年が経ちました。新宿区は職員を派遣するなど、継続的に被災地や被災者の支援に努めています。また、いつ起きてもおかしくない首都直下地震に備え、被害を最小限にとどめるために、高度防災都市化を目指して様々な対策を進めていきます。▼阪神・淡路大震災では、お亡くなりになった方の8割以上が建物の倒壊や家具などの転倒によるものでした。これを教訓に、建物の耐震化支援や家具転倒防止器具の相談取り付け事業など、「まず命を守る」対策に力を注いでいます。多くの皆様、これらの事業を積極的にご利用いただければと思います。▼今月のケーブルテレビの広報番組でも、新宿区の防災対策を紹介しています。ホームページでの動画配信や本庁舎1階ロビーでも放映していますので、ぜひご覧ください。

区長 吉住 健一
よしずみ けんいち

みんなでつくっていこう！ 認知症になっても 安心して暮らせるまち

..... わたしにもできること



認知症は、誰もがなる可能性のある身近な脳の病気です。超高齢社会となった日本では、85歳以上の4人に1人に認知症の症状があるといわれています。新宿区では、介護保険の「要支援」「要介護」の認定を受けている方の2人に1人に、見守りや支援の必要な症状があります。

区では、認知症の早期発見・早期対応への取り組みや、認知症の方や家族が安心して暮らせるために地域で支える仕組みづくりを進めています。

【問合せ】高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273) 4594・☎(5273)0352へ。

医師が相談をお受けします

認知症の方と家族を地域で支えよう

■ 認知症・もの忘れ相談

区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配な方を対象に、区内3か所の会場で実施しています。「認知症では?」と心配のある症状などをご相談ください。

【3月・4月の相談日時・会場】 ※時間は午後2時30分～4時30分

▶①3月24日(火)・・・落合保健センター(下落合4-6-7)

▶②4月2日(木)・・・戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20)

【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、①は落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080、②は戸塚高齢者総合相談センター ☎(3203)3143へ。

※認知症・もの忘れ相談は、四谷高齢者総合相談センター(三栄町25)でも実施しています。相談日は「広報しんじゅく」等でお知らせします。

■ 認知症介護者相談

認知症の方の介護者等で悩みを抱えている方を対象に、月1回実施しています。ご自身が抱える介護の不安やストレス、健康状態などを気軽にご相談ください。認知症の方と一緒に相談できます。

【4月の相談日時】4月6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

【相談医】西新宿コンシェルシアクリニック精神科医師

【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。

介護している方を支援します

■ 認知症介護者の学習会と交流会

区内在住で認知症の方を介護している家族等を対象に開催しています。病気への理解や対応、リラックスして介護できる方法などを学びます。介護者同士の交流の場としてもご利用ください。

【日時・会場・内容】

▶介護者のためのアロマセラピー～香りでリラックス

4月10日(金)午後1時30分～3時30分・・・榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)

▶専門医の講演「認知症を知る、対応を知る」

5月14日(木)午後1時30分～3時30分・・・百人町地域交流館(百人町2-18-21)

▶ケアマネジャーの講演「介護者のための介護保険豆知識」

6月17日(水)午前10時～12時・・・西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)

【費用】各回100円(交流会の茶菓子代)

【申込み】電話で高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4594へ。各回先着20名。

■ 認知症介護者家族会

区内在住で認知症の方を介護している家族等が、介護に必要な情報を交換したり介護者同士が気持ちを共有する場として、3か所の会場で開催しています。当日直接、会場へおいでください。

【日時・会場】

▶水曜日の会／毎月第3水曜日午前10時～12時(4月は15日)・・・西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)

▶木曜日の会／毎月第2木曜日午後1時30分～3時30分(4月は9日)・・・百人町地域交流館(百人町2-18-21)

▶金曜日の会／毎月第2金曜日午後1時30分～3時30分(4月は10日)・・・榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)

【費用】各回100円(茶菓子代)

■ 認知症サポーター養成講座

地域での支え合いの輪を広げるため、認知症の正しい知識や、認知症の方や家族への配慮などを学ぶ講座を実施しています。受講した方には認知症サポーターの印である「オレンジリング」(写真右)を差し上げます。講座の日程等は「広報しんじゅく」でご案内しています。

新宿区では、1万名を超える認知症サポーターが誕生しています。企業や学校への出前講座も実施しています。高齢者総合相談センター(下表)へご相談ください。



認知症サポーターキャラバンキャラクター



■ フォローアップ講座

認知症サポーター養成講座の受講後に、サポーターとして区内で活動したい方には、「オレンジの輪」(認知症サポーター活動登録者)に登録していただいています。

「オレンジの輪」登録者向けのフォローアップ講座では、専門家の講義、区内の介護施設の見学、高齢者施設の紹介、声掛け等の模擬訓練などを実施しています。認知症に関する知識をさらに身に付けていただき、地域での見守り活動につなげています。



認知症の方を見つけたときの声掛け訓練を実施。多くの方が参加し対応方法を学びました



高齢者総合相談センターにご相談を

介護・福祉・保健医療・健康等、高齢者と家族の総合的な相談窓口です。状況に応じて、ケアマネジャー(介護支援専門員)、保健センター等の関係機関と連携して対応しています。

| 高齢者総合相談センター | 所在地 | 電話番号 |
|-------------|--------------------------|-------------|
| 四谷 | 三栄町25、四谷保健センター等複合施設4階 | (5367) 6770 |
| 笹塚 | 北山伏町2-12、あかね苑新館内 | (3266) 0753 |
| 榎町 | 弁天町50、牛込保健センター1階 | (5227) 1757 |
| 若松町 | 戸山2-27-2、戸山シニア活動館1階 | (5292) 0710 |
| 大久保 | 百人町2-8-13、Fiss1階 | (5332) 5585 |
| 戸塚 | 高田馬場1-17-20、新宿区社会福祉協議会1階 | (3203) 3143 |
| 落合第一 | 中落合2-5-21、聖母ホーム内 | (3953) 4080 |
| 落合第二 | 西落合4-11-21、落合第六小学校内幼稚園舎 | (5988) 9281 |
| 柏木・角筈 | 西新宿4-8-35、西新宿シニア活動館3階 | (5309) 2136 |
| 区役所 | 歌舞伎町1-4-1、高齢者福祉課内(本庁舎2階) | (5273) 4593 |

冊子もご利用ください

相談窓口・サービス一覧

認知症に関する区の相談窓口やサービスを紹介しています。

【配布場所】高齢者総合相談センター・高齢者福祉課(本庁舎2階)・保健センター・特別出張所

認知症・もの忘れ相談医リスト

認知症の診断・治療・対応に関する研修を受けた医師が診療する医療機関をご案内しています。

【配布場所】高齢者総合相談センター・高齢者福祉課(本庁舎2階)・保健センター・新宿区医師会(新宿7-26-4)

協働推進基金から NPO の活動に助成します

区民・事業者の皆さんからの寄附金を積み立てて「協働推進基金」を運営し、NPO 法人に活動資金を助成しています。26年度は13団体から助成申請があり、10団体の事業に助成しました。

●新事業立ち上げ助成

【対象事業】NPO 活動資金助成対象事業(前記)のうち次のいずれかに該当し、自立経営を目標としている NPO 法人が行う事業

【助成額】助成対象事業費の4分の3(1事業当たり50万円を限度)

【審査】5月14日(木)に1次(書類選考)、29日(金)に2次(公開プレゼンテーション)審査を実施し、6月上旬に決定

【申請】所定の申請書を、4月1日(水)～9日(木)に地域調整課管理係へお持ちください。見積書等の資料を提出していただく場合がありますので、事前にご連絡ください。詳しくは、説明会(下記)でご案内します。

【問合せ】地域調整課管理係(本庁舎1階) ☎(5273)3872 ☎(3209)7455へ。

助成の基本方針

次の基本方針に基づき、助成事業を審査します。

- ▼区が目指す、まちづくりの基本目標の達成に貢献するもの
- ※まちづくりの基本目標には、6つの基本目標と20の個別目標があります。詳しくは、地域調整課で配布する案内をご覧ください。
- ▼NPO が持つ先駆性・専門性を生かして自主的に行うもの
- ▼多くの区民の社会貢献活動の啓発に役立つもの

助成の申請

助成決定の日から、28年3月31日(木)までに終了する事業が対象です。申請は1団体に付き1事業のみです。

●NPO 活動資金助成

【対象事業】区に登録したNPO 法人が区民を対象に行う、特定非営利活動促進法で定める特定非営利活動に関する事業

NPO 法人の区への登録

助成の申請には、事前に区への登録が必要です。

【対象】次のすべてを満たすNPO 法人

- ▼主たる事務所と特定非営利活動を行う拠点が区内にある
- ▼特定非営利活動に係る事業費の割合が、事業費総額の50%以上
- ▼区民が対象の非営利活動事業を行い、その事業計画がある

活動への助成とNPO 法人の区への登録に関する説明会

【日時】▼3月17日(火)午後6時30分から、▼20日(金)午前10時から、▼23日(月)午前10時から(3回とも同じ内容。質疑応答を含め1時間30分程度)

【会場】区役所本庁舎3階302会議室

【申込み】電話かファックス(法人名・電話番号・参加人数を記入)で、地域調整課管理係へ。説明会終了後に、NPO 法人の登録申請を受け付けます。申請を希望する法人は、必要書類を確認の上、お持ちください。

区内で活躍するNPO 法人に活動資金を助成するため「協働推進基金」を設置し、皆さんからの寄附で運営しています。寄附をしたいNPO 活動の分野・団体を指定できます。寄附金の額に制限はありません。

【寄附の方法】寄附申出書を電話で地域調整課管理係へ請求してください。申出書は特別出張所でも配布しています。寄附金は

区内で活躍するNPO 法人に活動資金を助成するため「協働推進基金」を設置し、皆さんからの寄附で運営しています。寄附をしたいNPO 活動の分野・団体を指定できます。寄附金の額に制限はありません。

【寄附の方法】寄附申出書を電話で地域調整課管理係へ請求してください。申出書は特別出張所でも配布しています。寄附金は

こども教育

子ども医療証(医療証)をお送りします

未就学児対象の乳幼児医療証(医療証)をお持ちで、6歳到達後の最初の3月31日を迎える方には、4月1日(水)から使用できる医療証を、3月20日(金)に発送します。

切り替えの手続きは必要ありません。3月31日(火)までに届かない場合はお問い合わせください。

子ども子育て支援課子ども医療

【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。国外からの転入は取り扱いません)

▼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、

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

子育て支援者養成講座

療・手当係(本庁舎2階) ☎(5273)4546へ。

【申込み】電話でNPO 法人ゆつたり ☎(5228)4377(午前10時～午後4時。日・木曜日は休み)へ。ホームページ <http://www.yuttarino.org> から申し込みます。先着順。託児があります(4月6日(月)までに予約・先着10名・無料)。

【日時】4月14日(火)午前10時～12時

【会場】若松地域センター(若松町12-6)

【対象】子育て支援に携わっている方、これから子育て支援に関わりたい方、50名

【内容】子どものからだの発達について学び、健やかな成長のために大人ができることを考える

(野井真吾・日本体育大学教授) 【申込み】電話でNPO 法人ゆつたり ☎(5228)4377(午前10時～午後4時。日・木曜日は休み)へ。ホームページ <http://www.yuttarino.org> から申し込みます。先着順。託児があります(4月6日(月)までに予約・先着10名・無料)。

【日時】4月28日(土)午後3時～3時30分

【対象】小学生までのお子さんと保護者、40名

【内容】日本語と韓国語での絵本の読み聞かせほか

【会場】申込み当日直接、大久保図書館(大久保2-12-7) ☎(3209)3812へ。先着順。

【日時】4月28日(土)午後3時～3時30分

【対象】小学生の初心者、20名(保護者も一緒に参加できます)

【費用】2千円(1年分)

【会場】申込み費用をお持ちの上、大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209)3961へ。先着順。

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。

資格の取得(社会保険等資格喪失証明書が必要。扶養家族がないときは退職証明書でも代用可)

【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139へ。

国民健康保険料を滞納している方は、この機会に相談をお願いいたします。

【開設場所】問合せ

【開設時間】午前9時～午後4時30分

3月22日 第4日曜日の区役所本庁舎窓口開設

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。

【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601へ。

【問合せ】戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。

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。

【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601へ。

【問合せ】戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。

資格の取得(社会保険等資格喪失証明書が必要。扶養家族がないときは退職証明書でも代用可)

【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139へ。

国民健康保険料を滞納している方は、この機会に相談をお願いいたします。

【開設場所】問合せ



小平邦彦さん

名誉区民

故小平邦彦さん生誕100年記念

講演会・パネル展示

新宿区名誉区民で世界的な数学者として知られる故小平邦彦さん(1915年～1997年)は1954年、数学者にとって最高の栄誉であるフィールズ賞を受賞しました。今年、小平さんの生誕100年にあたります。

小平さんの数々の偉業を顕彰するため、記念講演会が開催されます。生涯を紹介するパネル展示もあります。当日直接、会場へおいでください。

地域の歴史や文化を未来につなげよう 新たな文化財10件が決定

新宿区文化財保護条例に基づき、区内の文化財の保護と活用を推進しています。新たに決定した指定文化財3件、登録文化財7件を紹介します。【問合せ】文化観光課文化資源係(本庁舎1階) ☎(5273)3563・FAX(3209)1500へ。

指定文化財 (3件)

区内の文化財のうち特に重要なものを、指定文化財として保護・活用しています。今回の指定で、区の指定文化財は115件となります。

有形文化財(建造物)

- 亮朝院 本堂
■ 亮朝院 七面堂 西早稲田3-16-24

本堂は嘉永3年(1850年)、七面堂は天保5年(1834年)の建築で、区内では数少ない江戸時代の建物です。亮朝院は江戸初期に身延山久遠寺から七面明神像を授かり、戸山に七面堂を建立して祀ったのが起源と伝えられています。



有形民俗文化財

■ 中井御霊神社の狛犬

中井2-29-16
神社の拝殿前にある一対の狛犬で、現存する区内最古の狛犬です。正徳5年(1715年)に下落合村の氏子により奉納されました。



登録文化財 (7件)

区内の文化財のうち保存する必要があるものを、登録文化財として保護・活用しています。今回の登録で、区の登録文化財は48件となります。

有形文化財(工芸品)

■ 西應寺の梵鐘 須賀町11-4

正徳2年(1712年)に鑄造された銅造の梵鐘(釣鐘)で、江戸前期の鑄物師・小沼長政の作品です。銘文からは、この鐘が造られた経緯や670名に及ぶ寄進者の名前が分かります。



有形民俗文化財

■ 全龍寺の庚申塔

大久保1-16-15
寺の門前に立つ庚申塔で、寛文12年(1672年)の建立です。阿弥陀如来像の向かって右側には庚申の文字が、台座には庚申塔のシンボルである三猿が刻まれています。



庚申(こうしん)塔…江戸時代に流行った、60日に1度の庚申(かのえさる)の日に徹夜して、長寿を祈願する民間信仰に基づくもの。この祈願を3年続けた記念に建立される石碑

有形文化財(歴史資料)

- 木造 七面明神半跏像・宮殿
■ 木造 妙見菩薩立像・宮殿
■ 木造 諏訪大明神坐像・宮殿

西早稲田3-16-24、亮朝院内

亮朝院七面堂の本尊である七面明神像(江戸前期～中期)と、後に七面堂に安置された妙見菩薩像(嘉永5年(1852年)ごろ)、諏訪大明神像(文政11年(1828年)ごろ)の3体の彫刻で、それぞれ宮殿(くうでん)に収められています。像は美しい彩色が残り、宮殿は建造物として優れたものです。江戸時代の人々の信仰の様子が分かる文化財です(通常は非公開)。

有形民俗文化財

■ 慈雲山観音寺の庚申塔 西早稲田1-7-1

寺の境内に立つ庚申塔で、寛文4年(1664年)の建立です。地藏菩薩像の向かって右側に、庚申の文字が刻まれています。



有形民俗文化財

■ 下落合2丁目の庚申塔 下落合2-8-2

氷川神社前の路傍に立つ庚申塔で、文化13年(1816年)の建立です。側面に「左ぞうしがや道」「右ば下道」と刻まれており、道しるべでもあったことが分かります。



友好都市

ドイツ・ベルリン市ミッテ区との
青少年交流参加者募集

● 青少年交流を通して
異文化を学ぶ
今年8月のミッテ区への訪問、来年3月の日本での交流プログラムの両方に参加できる方を募集します。
【対象】区内在住・在勤・在学の15歳～24歳、12名(年齢は27年4月1日現在)
【活動内容】事前学習会、ベルリン市内見学、現地の方との交流・ホームステイ、帰国後の報告書作成、ミッテ区の青少年の受け入れの企画・参加
【ミッテ区への派遣期間】8月18日(火)～30日(日)(12泊13日)



催し・講座

新宿中央公園 自然観察会

● タカトオコヒガンザクラと春の草木を楽しむ
【日時】3月24日(火)午前10時～12時(雨天中止)
【講師】日比野佳正(日本自然保護協会自然観察指導員)
【集合場所・申込み】電話で3月23日(月)までに同園管理事務所(西新宿2-11-1) ☎(3342)4509へ。

西新宿シニア活動館の催し

区内在住の50歳以上が対象です。
①春を楽しむ！
草花ウォッチング教室
【日時・定員】3月31日(火)午前10時～11時30分(30名)
【内容】春の草花を画像を見ながら解説(講師は日比野佳正・日本自然保護協会自然観察指導員)

都電に乗って春を感じよう

都電荒川線「さくら号」運行

沿線4区(荒川区・北区・豊島区・新宿区)と東京都交通局が連携し、車内に桜の装飾をした都電さくら号(青いレトロ車両の9002号)を運行します。車内では、沿線の桜の名所やイベントのご案内をします。
【日程】3月18日(水)～4月15日(水)
※点検等により運行しない日もあります。
【問合せ】都営交通お客様センター ☎(3816)5700(午前9時～午後8時)
へ。運行状況は東京都交通局ホームページ(<http://www.kotsu.metro.tokyo.jp>)から検索できます(都電荒川線→都電運行情報サービス→車両検索と進み、車両「9002号」を入力)。



月10日・24日の木曜日、午前10時～11時30分、全12回(20名)
【内容】筋力アップを目的とした立位中心の体操。初回と11回目は体力測定
……………(以下共通)……………
【会場 申込み】①②は3月16日(月)から電話または直接、西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。先着順。③④⑤は3月16日(月)～30日(月)に電話または直接、同館へ。応募者多数の場合は抽選。①②④⑤は無料。

②リサイクル術活用講座

かんたん造花づくりと豆知識
【日時・定員】4月2日(木)午後2時～4時(20名)
【内容】牛乳パックで造花作りと家庭で役立つリサイクル術の学習(協力:新宿リサイクル活動センター)

③マジック入門教室

【日時・定員】4月4日(土)・18日(土)午前10時～12時、全2回(20名)
【内容】初めての方でも楽しめるマジック体験
【費用】300円(材料費)

④ボディアエクササイズ

【日時・定員】4月8日～9月23日の第2・第4水曜日、午後2時～3時30分、全12回(20名)
【内容】筋力低下が気になる方向けの座位・立位で行う体操。初回と11回目は体力測定(講師は萩野博・健康作りコーディネーター)

⑤パワーアップトレーニング

【日時・定員】4月16日・30日、5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日・23日、8月13日・27日、9月10日・24日の木曜日、午前10時～11時30分、全12回(20名)

笑遊独演会「春の滑稽劇」

● レガスマつり2015 特別公演
【日時】4月4日(土)午後5時～7時(午後4時30分開場)
【出演】三遊亭笑遊(真打)、春本小助(太神楽曲芸)ほか
【費用】千500円(全自由席)
【協力】落語芸術協会
【会場・問合せ】新宿文化センター(新宿6-14-1) ☎(3350)1141へ。

能楽ワークショップ

● 能楽師の舞台表現に迫る
【日時】4月5日(日)午後1時30分～4時30分(土木会館/四谷1丁目)

春のクラシックコンサート

● 弦楽四重奏 チェコの作曲家たち
【日時】4月11日(土)午後2時～4時
【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-10)

社交ダンス入門講座

【日時】4月2日～6月18日の木曜日、午後6時30分～8時30分、全12回
【会場】新宿ゴズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】初心者、80名
【内容】ブルース、ワルツ、タンゴ、ジルバ、ルンバ、チャチャチャ
【費用】9千850円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに2面

セミナーと街歩き

● 地形から見る四谷の今昔
【日時】4月11日(土)午後1時～4時30分(土木会館/四谷1丁目)

大久保ことぶき館の休館

建替え工事のため、4月1日(水)～8月31日(月)は休館します。
【問合せ】高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4567へ。

外濠公園内集合、雨天実施

【対象】中学生以上、30名
【内容】講演後、四ツ谷駅や若葉周辺の谷や寺社を中心に街歩き(講演は森田喬・法政大学都市環境デザイン工学科教授)
【共催】外濠市民塾実行委員会、土木学会・景観・デザイン委員会
【申込み】事前に電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。

スポーツ

スプリングダンスパーティー
【日時】3月29日(日)午後3時～6時
【内容】社交ダンス(ダンスアテンド)男女各20名程度
【費用】2千円(施設利用料ほか)
【共催】早稲田大学競技ダンス部OB会
【会場 申込み】当日直接、新宿ゴズミックセンター(大久保3-1-2)へ。先着100名。
【主催・問合せ】区ダンススポーツ連盟・今泉 ☎(5348)2951へ。

復興まちづくりセミナー

● 阪神・淡路、東日本からのメッセージ・災害に学ぶ・備える・語り継ぐ
神戸市、岩手県陸前高田市から復興まちづくりの担い手を招き、首都直下地震が危惧される東京での備えを考えます。
【日時】3月25日(水)午後6時30分～8時30分
【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
【パネラー】河合節二(神戸市野田北部まちづくり協議会事務局 長)、村上誠二(陸前高田市広田町長洞元気村協議会事務局長)
【コーディネーター】鳥山千尋(NPO法人復興まちづくり研究所理事)
【費用】500円(資料代)
【後援】新宿区

復元まちづくりセミナー

● 阪神・淡路、東日本からのメッセージ・災害に学ぶ・備える・語り継ぐ
神戸市、岩手県陸前高田市から復興まちづくりの担い手を招き、首都直下地震が危惧される東京での備えを考えます。
【日時】3月25日(水)午後6時30分～8時30分
【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
【パネラー】河合節二(神戸市野田北部まちづくり協議会事務局 長)、村上誠二(陸前高田市広田町長洞元気村協議会事務局長)
【コーディネーター】鳥山千尋(NPO法人復興まちづくり研究所理事)
【費用】500円(資料代)
【後援】新宿区

【日時】4月2日～6月18日の木曜日、午後6時30分～8時30分、全12回
【会場】新宿ゴズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】初心者、80名
【内容】ブルース、ワルツ、タンゴ、ジルバ、ルンバ、チャチャチャ
【費用】9千850円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに2面



しんじゆく 情報局

取引・証明用はかりの定期検査にご協力を

商店での取引や学校・病院等で証明に使用する「はかり」は、計量法で2年に1度、検査を受けます。対象の店舗等には「はかり」でお知らせし、職員が訪問して検査します。ご協力をお願いします。
通知の無かった方、新たにはかりを使用するようになった方、はかりを使用しなくなった方はお問い合わせください。
【検査期間】4月3日(金)～6月10日(水)(土・日曜日、祝日等を除く)
【問合せ】東京都計量検定所検査課計画係 ☎(5617)6638へ。

4月のイベント

● 4月のイベント
【日時・内容・定員】
▼アロマケアハンドトリートメント：7日(火)午前11時30分～12時(6名)
▼パソコンサロン：14日(火)・28日(火)午前11時～午後1時(10名)
※パソコンをお持ちください。貸し出しもあります(1回200円・予約制)。
▼歌声サロンで脳と心の健康づくり：14日(火)午前10時45分～11時45分(20名)
▼介護予防体操：28日(火)午前10時45分～11時45分(20名)
▼健康麻雀：火曜日午前10時45分～午後0時45分・午後1時～3時(各回12名)
【費用】パソコンサロンは月2千円。その他は1回500円程度
【後援】新宿区

【日時】4月2日～6月18日の木曜日、午後6時30分～8時30分、全12回
【会場】新宿ゴズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】初心者、80名
【内容】ブルース、ワルツ、タンゴ、ジルバ、ルンバ、チャチャチャ
【費用】9千850円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに2面

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が、初回は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(祝日を除く)。
第1火曜日の正午～午後1時30分は高齢者総合相談センターの無料出張相談を実施(4月は7日(火))

4月のイベント

● 4月のイベント
【日時・内容・定員】
▼アロマケアハンドトリートメント：7日(火)午前11時30分～12時(6名)
▼パソコンサロン：14日(火)・28日(火)午前11時～午後1時(10名)
※パソコンをお持ちください。貸し出しもあります(1回200円・予約制)。
▼歌声サロンで脳と心の健康づくり：14日(火)午前10時45分～11時45分(20名)
▼介護予防体操：28日(火)午前10時45分～11時45分(20名)
▼健康麻雀：火曜日午前10時45分～午後0時45分・午後1時～3時(各回12名)
【費用】パソコンサロンは月2千円。その他は1回500円程度
【後援】新宿区

【日時】4月2日～6月18日の木曜日、午後6時30分～8時30分、全12回
【会場】新宿ゴズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】初心者、80名
【内容】ブルース、ワルツ、タンゴ、ジルバ、ルンバ、チャチャチャ
【費用】9千850円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに2面



| |
|--------------------------------------|
| 牛込保健センター 井天町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 |

女性のための健康セミナー

●ヨガ講座「ヨガで心と体のバランスを整えましょう」
【日時】4月10日(金)午後2時～4時
【会場】四谷保健センター(三栄町25)

骨密度チェックから始める骨のケア 骨粗しょう症予防検診の受診を

骨密度は遺伝的な要因や栄養不良・運動不足などの生活習慣、病気、加齢により低下します。特に女性は、ホルモンの関係などで、男性よりも骨粗しょう症になりやすいといわれています。

骨粗しょう症は骨密度が低下し、骨折しやすくなる病気です。骨折すると、その後、寝たきりになることも多く注意が必要ですが、骨粗しょう症は、自覚症状が少ないため、骨密度の定期的な検診が重要です。

区では、保健センターで骨粗しょう症予防検診を実施しています。この機会に、骨密度を測定してみませんか。



かかとに超音波を当てて骨密度を測定

●4月の検診
【日時・会場】▼9日(木)：落合、▼15日(水)：東新宿、▼24日(金)：四谷、▼28日(火)：牛込の保健センター。
いずれも午前9時～10時30分に受け付け

【内容】骨密度測定、医師の結果説明、健康・栄養相談(時間は1時間程度)
【費用】300円
【申込み】電話で会場の保健センターへ。先着順。
※年間の予定は、保健センターへお問い合わせください。新宿区ホームページでもご案内しています。



図書館運営協議会

【日時】3月24日(火)午後3時～5時
【内容】これからの図書館サービスのあり方
【会場・申込み】傍聴を希望する方へ

【対象】区内在住・在勤・在学の女性、25名
【内容】ヨガの話と体験。動きやすい服装(上下が分かれた服)でご参加ください。

【申込み】電話で女性の健康支援センター(四谷保健センター内)☎(3351)5161へ。先着順。

【内容】区内在住・在勤・在学の女性、25名
【内容】ヨガの話と体験。動きやすい服装(上下が分かれた服)でご参加ください。

【内容】内部評価、外部評価の結果を踏まえた区の取り組み
【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。

【日時】3月25日(水)午前10時30分～12時
【内容】地球温暖化をめぐる国の動向ほか
【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2委員会室へ。

【日時】3月27日(金)午後1時30分～3時
【内容】西新宿五丁目北地区地区計画・防災街区整備事業ほか
【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2委員会室へ。

【日時】3月26日(木)午前9時30分～12時
【問合せ】都市計画課都市計画係(本庁舎8階)☎(5273)3527へ。

【日時】3月27日(金)午後1時30分～3時
【問合せ】都市計画課都市計画係(本庁舎8階)☎(5273)3527へ。

区民のひろば

費用・申し込み・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。

★サークル紹介・会員募集★

◆絵本の勉強 毎月第3金曜日(8月を除く)午前10時～12時、区立中央図書館で。絵本の感想交換や新刊の紹介。年1回公開勉強会あり。¥年4,500円。☎絵本の会・森本☎(3203)7250

◆紙ひもクラフト 毎月第2・第4水曜日午後2時～5時、北新宿4丁目。紙ひもテープで実用的なごや飾りを作る。¥1回500円

【別】材料費が必要。☎ふれあいミニサロンなごみ(ふれあい歯科ごとう内)・山内☎(5338)8817

◆詩吟 月3回木曜日午後1時～3時30分、戸山シニア活動館で。短歌や俳句を吟じてストレス解消。¥月2,500円(1か月無料体験あり)。☎新宿詩吟詠会・中野☎(3203)7446

◆銭太鼓 毎月第1・第3木曜日午後2時～5時、戸山シニア活動館で。出雲地方に伝わる民俗楽器で民謡・歌謡曲・童謡の伴奏。¥月1,000円(1回無料体験あり)。☎午後8時以降に新宿銭太鼓・荻谷☎(3202)6605

◆カラオケ 毎月第1・第3火曜日午後2時～4時、新宿3丁目ほか。ジャズ・ポップスを英語で歌

う。¥月4,000円。☎ユキ・イングリッシュ・カラオケ・黒田☎080(8034)4928

◆硬式テニス 4月から年8回日曜日午前9時～午後1時、甘泉園公園で。月4回午後6時～9時、都立戸山高校で。区内在住・在勤の18歳以上で初級・中級者対象。¥入会金2,000円・年7,160円(保険料を含む)。☎午後7時～9時に新宿区硬式庭球連盟・古山☎(3202)5876

◆社交ダンス 月3回土曜日午前10時～11時30分、牛込笹原地域センターで。スタンダードとラテン。中級程度の方対象。¥入会金1,000円・月4,000円。☎午後6時以降にS・S・D・熊井☎(3268)0989

4月の各種相談

※複雑な相談内容には資料をお持ちください

| 相談名 | 実施日 | 実施時間 | 相談場所 | 問合せ |
|--------|-------------------|---|--|--|
| 福祉 | 福祉サービスに関する法律相談 | 20(月) | 14:00～16:00(電話予約) | 第1分庁舎2階 区民相談室 ☎(5273)3623 |
| 福祉 | 成年後見権利擁護相談 | 月・水・金曜日(祝日等除く) | 13:00～16:00(電話予約) | 新宿区成年後見センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)☎(5273)4522 |
| 福祉 | 障害者相談窓口 | | | 障害者福祉課☎(5273)4518・☎(3209)3441、保健予防課☎(5273)3862、保健センター、★区立障害者福祉センター☎(5292)7890、まど☎(3200)9376、★ラパンス☎(3364)1644、ファロ☎(3350)4437、風☎(3952)6014へ。★はピアカウンセリングも実施 |
| 子ども・教育 | 子どもと家庭の総合相談 | 月～土曜日…8:30～19:00、日曜日・祝日(電話相談のみ)…8:30～17:00 | 子ども総合センター(新宿7-3-29)☎(3232)0675 ※心身の発達への不安や障害に関する相談は☎(3232)0679へ。 | 信濃町☎(3357)6855・榎町☎(3269)7345・中落合☎(3952)7752・北新宿☎(3362)4152の子ども家庭支援センターへ。※土曜日は来所相談のみ。 |
| 子ども・教育 | 子ども家庭相談 | | 地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、各児童館へ。 | |
| 子ども・教育 | 家庭相談 | 月～金曜日(祝日等除く) | 13:00～17:00 | 子育て支援課育成支援係(本庁舎2階)☎(5273)4558 |
| 子ども・教育 | ひとり親相談 | | 8:30～17:00 | |
| 子ども・教育 | 子育て電話相談 | | | お近くの公立の保育園、子ども園へ。(保育園…火～金曜日13:00～15:00、子ども園…月～金曜日9:00～17:00、いずれも祝日等除く) |
| 子ども・教育 | 教育相談 | 月～金曜日(祝日等除く) | 電話…9:00～17:00 来所…9:00～18:00(電話予約) | 教育センター(大久保3-1-2)☎(3232)3071 電話相談☎(3232)2711 |
| 子ども・教育 | いじめの相談 | 月～金曜日…17:00～22:00、土・日曜日・祝日等…12:00～22:00(電話相談のみ) | | 新宿子どもほっとライン 電話相談☎(5331)0099 |
| 住宅・建築 | 住み替え相談 | 3(金)・10(金)・17(金)・24(金) | 13:00～16:00(電話予約) | |
| 住宅・建築 | 不動産取引相談 | | | |
| 住宅・建築 | マンション管理相談 | 10(金)・24(金) | 13:00～15:50(電話予約) | 第1分庁舎2階 区民相談室 住宅課居住支援係☎(5273)3567 |
| 住宅・建築 | 住宅資金融資相談 | 3(金)・17(金) | 13:00～15:15(電話予約) | |
| 住宅・建築 | 安全安心・建築なんでも相談 | 8(水) | 13:30～16:00 | 牛込笹原地域センター(笹原町15) 建築指導課☎(5273)3732 |
| 住宅・建築 | 建築紛争相談 | 月～金曜日(祝日等除く) | 8:30～17:00 | 本庁舎8階 建築調整課☎(5273)3544 |
| 住宅・建築 | マンション問題 無料なんでも相談 | 1(水)・15(水) | 13:00～16:00 | 区役所本庁舎1階ロビー 主催・新宿区マンション管理士会☎(3361)6498 |
| 住宅・建築 | 無料不動産相談所(不動産取引相談) | 8(水) | 13:00～16:00 | 区役所本庁舎1階ロビー 主催・東京都宅地建物取引業協会新宿支部☎(3361)7171 |
| 住宅・建築 | リフォーム無料相談 | 22(水) | 13:00～16:00 | 区役所本庁舎1階ロビー 主催・新宿区住宅リフォーム協議会☎(3362)2161 |
| 住宅・建築 | 不動産登記無料相談 | 14(火) | 13:00～16:00 | 区役所第1分庁舎2階区民相談室 主催・東京司法書士会新宿支部☎(5464)5887 東京土地家屋調査士会新宿支部☎(3363)0588 |
| 暮らし・法律 | 年金・労務等無料相談 | 10(金) | 13:00～16:00 | 区役所本庁舎1階ロビー 主催・東京都社会保険労務士会新宿支部☎(5363)5554 |
| 暮らし・法律 | 行政手続無料相談 | 7(水)・21(火) | 12:00～16:00 | 区役所本庁舎1階ロビー 主催・東京都行政書士会新宿支部☎(5312)8123 ※特別出張所での相談も実施。日程はご確認を。 |
| 暮らし・法律 | 法律テレフォンガイド | 月～金曜日(祝日等除く) 10:00～12:00、13:00～15:00 | | 主催・弁護士会が運営する法律相談センター |

区長のメッセージ、写真日誌(活動記録)、出席するイベントなどを新宿区ホームページ「区長の部屋」でご紹介しています

3月28日(土)オープン 新宿中央公園 フットサル施設 利用のご案内

【問合せ】新宿中央公園管理事務所
所(西新宿2-11) ☎(33342)4509 ☎(33342)4510
へ。同園ホームページ(☎http://parks.ptfj.or.jp/shinjuku/)でもご案内しています。

1 団体登録

施設の利用には、団体登録が必要です。代表者が20歳以上の団体が登録できます。

登録区分

- ① 一般：5名以上で構成し、全員が区内在住・在勤・在学で16歳以上
- ② 小学生：5名以上で構成し、全員が区内在住で代表者以外の全員が小学生
- ③ 中学生：5名以上で構成し、全員が区内在住で代表者以外の全員が中学生

2 利用申し込み

利用時間は午前9時～午後10時です。1時間単位で利用できます。

抽選予約(区民抽選予約)

登録団体のうち、右記①～③の団体のみ申し込みます。1団体に付き、1か月3時間まで申し込みできます(当選は2時間まで)。

【申込期間】利用日の2か月前の25日～利用日の前月の9日

※利用日の前月の10日に抽選し、結果は前月の15日までに郵送または電子メールでお知らせします。

※5月利用分は、3月25日(水)～4月9日(木)に申し込みを受け付けます。

空き時間予約

抽選後の空き時間は、右記①～③の団体のみ申し込み「区民優先予約」、全ての団体が申し込み「全団体予約」の順に先着順で受け

3 利用当日

利用の前に、管理棟窓口で利用料金をお支払いください。その際、団体

学生

④その他：人数や住所の要件はありません

登録方法

団体登録申請書と代表者の住所・年齢が分かるものを、午前9時～午後5時に同園管理事務所へお持ちください。
団体登録申請書は、同園管理事務所配布。新宿区ホームページ、同園ホームページからも取り出せます。

付けます。

空き時間の状況は、利用日の前月の15日から同園ホームページで確認できます(4月の空き時間は3月15日(日)から確認できます)。

【申込開始日】区民優先予約：利用日の前月の20日

▼全団体予約：利用日の前月の28日

【申込方法】利用申請書をファックスまたは直接、同園管理事務所へ。電話でも受け付けます(後日申請書を提出してください)。

利用申請書は、同園管理事務所配布。新宿区ホームページ、同園ホームページからも取り出せます。

【予約取り消し】予約直後から可能です。利用日4日前以降に取り消した場合は、一定の期間利用申し込みができなくなります。

登録証(団体登録後に代表者へ送付)と利用承認書を提示してください。

3月20日(金)オープン

知的障害者等 入所支援施設

シャロームみなみ風

区有地を活用し、社会福祉法人が運営する「シャロームみなみ風」は、知的障害者および知的・身体重複障害者の方が利用する障害者入所支援と、生活介護、自立訓練(生活訓練)、短期入所、就労継続支援B型の事業を行う障害者支援施設です。

施設内の相談支援事業所「あんそれいゆ」では、サービス等利用計画の作成や地域移行支援、地域定着支援を行います。
地域における障害者支援の拠点として、入所者だけでなく、地域で在宅生活を送る障害者やその家族も支援します。

- 【サービス開始時期】
- ▼施設入所、通所(日中活動)：27年4月
- ▼短期入所：27年7月(予定)
- ※施設入所の募集は、終了しています。
- ▼「サービス内容・対象等」
- ▼施設入所支援：定員45名(知的障害者35名、知的・身体重複障害者10名)
- ▼日中活動：生活介護/定員54名(入所者を含む)、自立訓練(生活訓練)/定員6名(入所者を含む)、就労継続支援B型/定員15名
- ▼短期入所：知的障害者、知的・身体重複障害者/5床(うち1床は緊急対応用。緊急時は、おおむね小学5年生以上の知的障害児も利用できます)
- ▼相談支援：知的障害者、身体障害者
- 【問合せ】▼シャロームみなみ風 ☎(5579)8412 ☎(5579)8413 へ。
- ▼障害支援区分の認定・受給者証の交付、緊急の短期入所利用の相談は、障害者福祉課支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4302 ☎(3209)3441 へ。

施設入所・短期入所で使用する居室(洋室)▶

▼外観(外苑東通り側から)



【所在地】弁天町32-6
【構造等】鉄筋コンクリート造 地下1階・地上4階
【整備・運営】社会福祉法人 南風会

新宿でも見られる タカトオコヒガンザクラ

タカトオコヒガンザクラは、友好提携の証として新宿区へも寄贈され、新宿中央公園(西新宿2-11)のほか、北柏木公園(北新宿4-12)、中落合公園(中落合1-5)、百人町ふれあい公園(百人町3-28)、新宿文化センター(新宿6-14-1)、新宿歴史博物館(三栄町22)などで見られます。
※6面では、新宿中央公園のタカトオコヒガンザクラを楽しむ自然観察会(3月24日(火))をご案内しています。

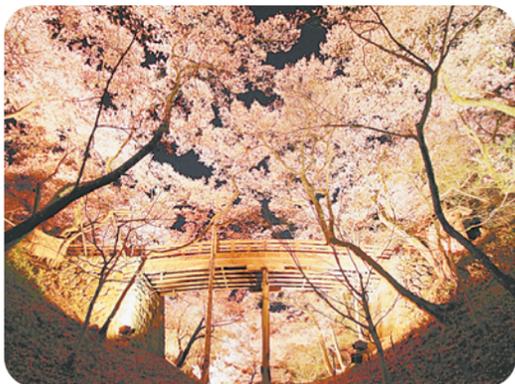
伊那市へのアクセス

- ▼車：中央自動車道伊那インターへ新宿から約3時間
- ▼鉄道：新宿駅からJR中央本線・飯田線で伊那市駅へ約3時間30分。新宿駅からJR中央本線で茅野駅下車、JRバスで高遠駅へ約3時間20分(※桜の最盛期のみ)
- ▼高速バス：新宿駅西口バスターミナルから伊那バスターミナル(伊那市)へ約3時間
- ▼バス：伊那市駅、伊那北駅からJRバス関東で高遠駅へ25分、高遠駅から徒歩15分または循環バス(100円)

高遠城址公園へ

伊那市観光協会(伊那市役所内) ☎0265(78)4111 へ。開花情報や宿泊施設等詳しくは、同協会のホームページ(☎http://inashi-kankoukyoukai.jp/)をご覧ください。

友好提携都市 長野県伊那市 信州の春を彩る 高遠城址公園 さくら祭り



高遠城址公園の夜桜

友好提携都市・長野県伊那市の高遠城址公園は、「桜の日本三大名所」「日本さくら名所100選」にも選ばれ、「天下第一の桜」とも呼ばれています。園内に咲き誇る約千500本の固有種・タカトオコヒガンザクラは、小ぶりで赤みの強い色特徴です。
期間中は「さくら茶」のサービスや高遠ばやしの巡行、篠笛の演奏等のイベントも開催されます。日没から午後10時ごろまではさくらライトアップされ、夜桜の幻想的な風景が広がります。

イベント情報

- ▼篠笛の演奏(大野利可・横笛奏者)：4月13日(月)午前11時から・午後1時30分から
- ▼江戸かっぱれ：4月16日(木)午前11時から・午後1時30分から
- ※伊那のうまいもん大集合(ローメン、ソースかつ丼、伊那餃子の販売)や、茶道お点前体験などもあります。日程等詳しくは、お問い合わせください。
- 【公園入園料】
- ▼高校生以上は500円(30名以上の団体は1名400円)、▼小学生は250円(30名以上の団体は1名200円)、▼未就学児は無料
- 【駐車料金】▼普通車700円、▼2輪車200円
- 【問合せ】伊那市観光協会(伊那市役所内) ☎0265(78)4111 へ。開花情報や宿泊施設等詳しくは、同協会のホームページ(☎http://inashi-kankoukyoukai.jp/)をご覧ください。