

今号の主な内容

- 5面 ご活用ください 分譲マンション管理のための支援制度
- 6面 教えて!あなたの自慢レシピ メニューコンクール
- 7面 元気な時でも受けよう がん検診
- 8面 新宿クリエイターズ・フェスタ2016 8月6日は「こどもアートデー!」

広報 しんじゅく

「新宿力」で創造する、
やすらぎとにぎわいのまち

平成28年(2016年)

7・25

第2182号



しんじゅくコール

☎03(3209)9999 ☎03(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

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせ・申し込みをご希望の際は、しんじゅくコール☎03(3209)9900をご利用ください。

◎対象の方へ8月31日から申請書兼請求書をお送りします◎

新宿区 臨時福祉給付金 年金生活者等支援 新宿区 臨時福祉給付金 (障害・遺族基礎年金受給者向け)

平成26年4月からの消費税率の引き上げに伴い、特別区民税が課税されていない方に昨年度に引き続き支給する「臨時福祉給付金」と、障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している方に新たに支給する「年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族基礎年金受給者向け)」についてお知らせします。

【問合せ】臨時福祉給付金等対策室(本庁舎6階)☎(5273)4351・☎(5273)4366へ。

申請書兼請求書の送付

8月31日(水)から順次発送

以下のとおり、対象別に申請書兼請求書をお送りします。

- ▶「臨時福祉給付金」のみの対象となる方(支給額3,000円)
…平成28年度臨時福祉給付金申請書兼請求書
- ▶いずれの給付金も対象となる方(支給額33,000円)
…平成28年度臨時福祉給付金、年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族基礎年金受給者向け)申請書兼請求書

申請方法

申請書兼請求書がお手元に届いたら、必要事項を記入の上、添付書類とともに返信用封筒で返送してください。直接お持ちいただく場合は、臨時福祉給付金等対策室(本庁舎6階)で受け付けます。9月1日(木)～30日(金)は、第1分庁舎地下2階エレベーター前に設置する受付窓口でも受け付けます(土・日曜日、祝日を除く)。

詳しい申請方法等については、申請の受け付け開始に合わせて、「広報しんじゅく」8月25日号であらためてお知らせします。

申請受付期間

いずれの給付金も
9月1日(木)～29年2月28日(火)

臨時福祉給付金

支給額
1人に付き3,000円

対象

平成28年度の特別区民税が課税されていない方

平成28年1月1日現在、新宿区に住民登録があり、28年度の特別区民税(均等割)が課税されていない方(下表参照)

※均等割が課税される方の扶養親族、生活保護を受給している方等は対象になりません(生活保護を受給している方等については、保護基準等の改定で消費税率の引き上げによる負担増に対応しています)。

表 特別区民税(均等割)が課税されない所得・収入の目安(参考)

給与所得者			公的年金受給者			
区分	所得額	27年中の給与収入の目安	区分	所得額	27年中の年金収入の目安	
単身	35万円	100万円	単身	65歳以上	35万円	155万円
夫婦(1)	91万円	156万円		65歳未満	35万円	105万円
夫婦子1人(2)	126万円	205万9,000円	夫婦(1)	65歳以上	91万円	211万円
夫婦子2人(3)	161万円	255万9,000円		65歳未満	91万円	171万3,000円

()は扶養親族等の人数

年金生活者等支援 臨時福祉給付金

(障害・遺族基礎年金受給者向け)

支給額
1人に付き
30,000円

対象

平成28年度臨時福祉給付金(上記)の支給対象の方で平成28年5月分の障害基礎年金または遺族基礎年金等を受給した方

※年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け)(2面参照)をすでに受給した方は対象になりません。



給付を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」に十分ご注意ください

新宿区の職員が区民の皆さんに直接、臨時福祉給付金などに関する電話や訪問をしたり、ATM(現金自動預け払い機)の操作をお願いすることはありません。また、携帯電話等に給付金に関するメールを送って返信を求めることもありません。不審な電話・メールなどには十分ご注意ください。



申請期限は**8月5日(必着)**

申請はお済みですか

年金生活者等支援 臨時福祉給付金(高齢者向け)

【支給額】
1人に付き30,000円

65歳以上で対象となる方にはすでに申請書をお送りしました。まだ申請していない方は、お早めに申請してください。

問合せ

新宿区臨時福祉給付金等専用

コールセンター ☎0120(78)9292

※8月31日(水)まで(土・日曜日、祝日を除く)の午前9時～午後5時(火曜日は午後7時まで)

【給付金事業の担当】

新宿区臨時福祉給付金等対策室(本庁舎6階)

☎(5273)4351・☎(5273)4366

行政評価(内部評価)の 実施結果をお知らせします

区では、区が行う行政活動が区民の皆さんの生活にどのような成果をもたらしているのかを検証・評価する「行政評価制度」を実施しています。行政評価は、次の4つの事項の達成を目指しています。

- 行政評価を活用した「計画・実行・評価・見直し」の仕組みの確立
- これからの公共サービスのあり方の見直し・効率的な区政運営の実現
- 説明責任の確保・区政の透明性の向上
- 職員の意識改革と政策形成能力の向上

行政評価には、区が実施する「内部評価」と外部評価委員会による「外部評価」があります。今回は、内部評価の実施結果をお知らせします。

●28年度の評価内容

27年度に実施した102の計画事業について評価しました(下表)。第二次実行計画期間における総合評価を「計画以上」と評価した事業は1事業、「計画どおり」と評価したのは92事業、「計画以下」と評価したのは9事業でした。

【問合せ】行政評価課(本庁舎3階)
☎(5273)4244・☎(5273)4245・☎(5273)4246

※内部評価実施結果報告書の閲覧・有償頒布等は、9月下旬からの予定です。

※内部評価実施結果について外部評価を行います。外部評価委員会の開催予定は、新宿区ホームページでご案内しています。

第二次実行計画期間における総合評価	事業の方向性										計
	継続	手段改善	事業縮小	事業拡大	事業統合	事業分割	廃止	休止	終了	その他	
計画以上	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
計画どおり	47	2	0	11	10	0	0	0	4	18	92
計画以下	5	0	0	2	1	0	0	0	0	1	9
計	52	2	0	13	11	0	0	0	4	20	102

建築物の外壁等点検調査にご協力ください

区では、建築物の所有者が建築物の現況を把握し、適切に維持管理するとともに、落下物による事故を未然に防止することを目的に外壁等の調査を実施します。ご理解とご協力をお願いします。

【調査日程】7月下旬～29年3月中旬

【対象】高田馬場駅周辺・四ツ谷駅周辺・神楽坂通り・新宿通り・青梅街道ほかの商店街・主要幹線道路沿道の既存建築物(公共施設を除く)、約千棟

【内容】区が委託した事業者の調査員による外壁等の外観調査、写真撮影ほか

※調査員は区が発行した身分証明書を携帯しています。

※調査に当たり、調査員がむやみに敷地内に立ち入ることはありませんが、必要に応じて居住者やテナント等に対して聞き取りを行うことがあります。

※調査結果は、建築物の所有者または管理者へ通知します。

【問合せ】建築調整課(本庁舎8階) ☎(5273)3107

8月は道路ふれあい月間

8月10日は「道の日」。生活に不可欠な道路の大切さを再認識し、正しいルールで安全・快適に利用するよう努めましょう。

▼置き看板や車・自転車等の放置、道路上での作業等は、通行の妨げや事故の原因になります。

▼不要な自転車・バイク・電気製品、家庭のごみ等の道路への不法投棄はやめましょう。

【問合せ】交通対策課監察指導係(本庁舎7階) ☎(5273)3847

サイエンスカフェ しんじゅく

●オトナの自由研究講座
【日時】7月31日(日)午後3時～5時

【内容】自然観察のテクニックと写真撮影のコツを学ぶ(ゲストは西海太介・セルズ環境教育デザイン研究所代表)

【費用】300円(飲み物代ほか)

【会場・申込み】ファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)で7月29日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277・☎(3344)4434・✉info@shinjuku-eccenter.jp

新宿ビジネス交流会

さまざまな業種の方と交流し、新たな人脈を広げる場としてご参加ください。

【日時】8月26日(金)午後4時～7時

【会場】区立産業会館(BIZ新宿、西新宿6-8-12)
【対象】中小企業・個人事業主、50社(1社につき2名まで)
【内容】講演「外国人観光客

へ魅力発信！インバウンドマーケティングとは？

【申込み・共催】7月27日(水)～8月12日(金)に所定の申込書をファックスで東京商工会議所新宿支部 ☎(3344)3251へ。申込書は新宿区ホームページから取り出せます。先着順。

【区の担当課】産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701

講座「老人ホームを知ってきたい基礎知識と選び方」

●新宿消費生活センター
委託講座
【日時】9月3日(土)午前10時～11時30分

【対象】区内在住・在勤の方、60名

【内容】入居される方やご家族が安心して過ごせる老人ホームの選び方(講師は五十嵐さち子・全国有料老人ホーム協会)

【会場・申込み】往復はがきに4面記入例のとおり記入し、8月19日(必着)までに新宿文化センター(T160・0022新宿6-14-1) ☎(3350)1141へ。応募者多数の場合は抽選。

福祉 家族介護者交流会

高齢者を介護している方と介護を経験した方が集まり、介護についての情報交換や、介護の悩みを語り合う場です。当日直接、会場へおいでください(途中入退場自由)。

【8月の日時・会場】①四谷の会：4日(水)午後1時30分～3時30分/四谷保健センター等複合施設(三栄町25)、②大久保あつた会：9日(火)午後1時30分～3時30分/まちカフェふるさと(大久保1-10-22)、③わきあいあい：10日(水)午後1時30分

地域の皆さんに体操を広める指導員になりませんか 新宿いきいき体操 サポーター養成セミナー

地域で介護予防体操「新宿いきいき体操」の普及啓発にご協力いただく指導員(新宿いきいき体操サポーター)の養成セミナーです。2日間のセミナーを修了した方には、修了証書をお渡しし、サポーター名簿に登録します。登録後、体操講習会、区行事でのデモンストレーション等にご協力いただきます。

【日時】9月5日(月)・12日(月)いずれも午後6時30分～8時30分、全2回

【会場】戸塚地域センター(高田3-31) ☎(5273)4568へ。先着順。

【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名

【申込み】7月27日(水)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で若松町高齢者総合相談センター ☎(5292)0710・☎(5292)0716へ。先着順。

エコギャラリー新宿 8月の展示

【期間・内容】展示時間は、お問い合わせください。

●区民ギャラリー
▼7月31日(日)～8月6日(土)：路ばた(絵画ほか)、▼6日(土)～7日(日)：四美展(絵画ほか)、▼9日(火)～17日(水)：区民ギャラリー所蔵の印象派複製名画展とカレンダーに見る名画(絵画ほか)、▼26日(金)～28日(日)：橙青展(書道)

●環境学習情報センター
▼8月24日(水)～30日(火)：エコギャラリー新宿活動紹介2016 ※その他の期間は常設展示

【会場・問合せ】エコギャラリー新宿(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

【日時】8月23日(火)午後1時30分～4時30分
【会場】マザアス新宿(新宿7-3-31)

はたらく消防の 写生会作品展



▲写生会の様子

区内の小中学校と新宿養護学校の子どもたちが描いた消防隊員や消防車両等の写生画、火災予防等のポスター、未来の消防車をイメージした絵などを展示します。展示内容等詳しくは、各消防署へお問い合わせください。

【日時・会場】①四谷区民センター1階ロビー(内藤町87)：8月8日(月)～18日(木)午前8時～午後10時(8日)は午前9時から、18日(木)は午後2時まで、②四谷消防署(四谷3-10)：8月19日(金)～28日(月)午前9時30分～午後5時、③若松地域センター(若松町12-1)：8月1日(月)～31日(木)午前9時から午後9時45分(1日)は午後1時から、31日(木)は午後1時まで、④牛込算寄地域センター(算寄町15)：8月1日(月)～31日(木)午前9時～午後9時45分(1日)は午後1時から、31日(木)は午後1時まで、⑤東京都健康プラザハ

イジヤ歌舞伎町2-44-1)：8月3日(水)～9日(火)午前10時～午後5時、⑥落合第一地域センター(下落合4-16-7)：8月19日(金)～23日(火)午前10時～午後5時、⑦新宿パークタワー階ギャラリー1-3(西新宿3-17-1)：8月24日(水)～29日(月)午前9時～午後5時、24日(水)は午後3時から、29日(月)は午前10時まで、※いずれも施設の休館日を除く。

【問合せ】①②は四谷(3)3357-0119、③④は牛込(3)267-0119、⑤⑥⑦は新宿(3)371-0119の各消防署へ。



ドイツ・ミュンヘンで開催される世界最大のビール祭り「オクトーバーフェスト」の雰囲気を楽しめるビアガーデンが、今年も新宿にやってきました。

会場では、普段はなかなか飲む機会のない本場の樽生ドイツビールが楽しめます。ステージではドイツの民族音楽が披露され、歌と踊りに参加できます。

ドイツのビール祭りが今年も新宿にやってくる



【日時】7月29日(金)～8月7日(日)午後4時～9時(土・日曜日は正午から)

※ラストオーダーは午後8時30分

※ステージの時間は、▼月・金曜日：午後6時から、午後7時30分から、▼土・日曜日：午後1時から、午後3時から、午後5時から、午後7時から、各回30分程度

※荒天の場合は、中止や開催時間を変更する場合があります。

【会場】大久保公園(歌舞伎町2-43)

【費用】入場無料。飲食は有料

【後援】新宿区、ドイツ観光局

【問合せ】新宿オクトーバーフェスト運営事務局(371-136730)

【平日午前10時～午後5時(日曜休)】

はがき・ファックスの記入例

①講座・催し名
②干・住所
③氏名(ふりがな)
④電話番号

※宛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。

【催し・講座】

水曜上映会
【日時】8月10日(水)午後2時～4時(午後1時40分開場)

【上映作品】「七つの会議 Vol.2」(1時間55分)

【会場】申込み当日直接、新宿コアミックセンター8階プラネタリウム(大久保3-11-2)へ。先着80名。

【問合せ】中央図書館(33641421)へ。

夏休み親子
手作り乾電池教室
【消費生活センター委託講座】
【日時】8月22日(月)午後1時～3時30分

オヘア鑑賞の集い

●レザードイストで鑑賞
【日時】内容：8月25日(木)：ヴェルディ「歌劇」シモン・ボッカネグレ
【日時】9月2日(日)：23日(火)を除く、火・金曜日午後7時～9時、全6回

【対象】区内在住、在勤の18歳以上で初心者、初級程度の方、20名

【費用】5千円(6回分保険料ほか)

【主催】申込み・往復はがきに4面記入例のほかに年齢・性別を記入

【会場】区内在住の方要証明書。窓口：電話予約のみ

【日時】9月2日(日)～23日(火)を除く、火・金曜日午後7時～9時、全6回

【対象】区内在住、在勤の18歳以上で初心者、初級程度の方、20名

【費用】5千円(6回分保険料ほか)

【主催】申込み・往復はがきに4面記入例のほかに年齢・性別を記入

【会場】区内在住の方要証明書。窓口：電話予約のみ

【日時】9月2日(日)～23日(火)を除く、火・金曜日午後7時～9時、全6回

【対象】区内在住、在勤の18歳以上で初心者、初級程度の方、20名

【費用】5千円(6回分保険料ほか)

【主催】申込み・往復はがきに4面記入例のほかに年齢・性別を記入

審査会

【日時】7月28日(木)午後2時～4時

【会場】申込み・傍聴を希望する方は当日直接、四谷地域センター(内藤町87)へ。

【問合せ】地域コミュニケーション課 居表示係(本庁舎1階) (52733521)へ。

グリーンヒル八ヶ岳からのお知らせ

◆グリーンヒル八ヶ岳からのお知らせ

【工事期間】9月30日(金)～12月中旬(予定)

●コテージのテラス等改修工事

※工事期間中は、コテージ・キャンピング場等が利用できません(本館の宿泊、他の付帯施設は利用できます)。

●新宿駅西口発観光バスツアー

【11月の出発日・コース】▼1日(火)：木曽路寝覚の床の紅葉と秋の懐古園散策 ▼9日(木)：上田城けやき並木紅葉と河口湖紅葉まつり、染色業界保田一竹美術館 ▼15日(火)：御岳界仙峡と身延山ロープウェイの紅葉空中散歩

●星空観望ツアー

11月7日(月)に宿泊者限定で自然写真家 牛山俊男さんをお招きし、星空観望ツアーと秋の星を開催します(参加無料)。

【問合せ】グリーンヒル八ヶ岳(0551-327011)へ。ホームページ(http://www.kekkomura.jp/)でもご案内しています。

新宿文化センターの催し

新宿区成立70周年記念公演
新宿大歌舞伎

●中村芝翫改め五代目村松右衛門襲名披露
【日時】9月23日(金)、▼昼の部：午後2時から(午後1時30分開場) ▼夜の部：午後6時から(午後5時30分開場)

●桂文珍・三遊亭円楽 柳家花緑 夢の三人会
【日時】10月4日(火)午後6時30分から(午後6時開場)

【費用(全指定席)】S席：5千円、A席：4千500円、B席：3千300円

※区内在住の方要証明書。窓口：電話予約のみ

は、▼S席：4千800円、▼A席：4千300円、大学生まで(要証明書。窓口販売のみは、B席3千円)

【問合せ】同センター(〒160-0022新宿6-14-1) (33550) 1141 (3350) 4860。

あなたのマンションは大丈夫ですか? 「活用ください」

分譲マンション 管理のための支援制度

分譲マンションの良好な居住環境を長く保つためには、マンションの定期的な修繕を行うなど適切な管理が必要です。区では、分譲マンションの区分所有者等によって構成される管理組合が、その機能を十分発揮し運営できるように、さまざまな支援をしています。マンションの維持管理や計画的な修繕のため、区の支援制度をご利用ください。

【問合せ】住宅課 居住支援係(本庁舎7階) (5273) 3567 (3204) 2606。

【対象】区内の分譲マンションの区分所有者が構成する管理組合の自主的な取り組みに委ねられることが基本です。

管理組合の運営や建物の修繕などについて、区分所有者の関心を高め、問題解決につなげるために活用ください。いずれも無料でご利用いただけます。

●派遣の対象
次のいずれかの相談を受け、専門家の派遣が必要と判断された区内分譲マンションの管理組合等

▼マンション管理(上記)
▼マンション問題無料なんでも相談：毎月第1・第3水曜日午後1時～4時/8月は3日・17日に区役所本庁舎1階ロビーで実施。予約不要

●派遣の内容
新宿区マンション管理相談員1名を、1回2時間派遣。派遣は同一マンションに付き年度内3回まで

7月1日施行 容積率制限の緩和許可に関する運用基準を制定・施行しました

耐震性が不足しているマンションの建て替え等の円滑化を図るため、26年に改正されたマンションの建替え等の円滑化に関する法律(以下「マンション建替え法」)の次と、マンションの売却・建て替えに関する制度が創設されました。

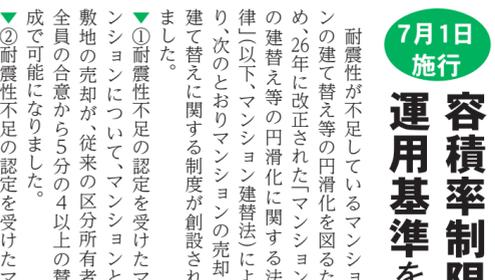
◆耐震性が不足しているマンションの認定要件
耐震改修促進法に基づき耐震診断の結果、地震に対する安全性の評価の耐震性能を表す指標の1S値(構造耐震判定指標)が0.6未満である場合、管理者等からの申請により、要除却認定マンション(耐震性が不足しているマンション)として認定されます。

◆容積率の制限緩和の主な内容
計画敷地の接する道路の幅や接道の長さ、道路に面した公開空地の設置などの適用要件を満たした場合、公開空地の面積の割合に応じた容積率および公益施設の設置面積分の容積率を緩和します。

▼マンション建替え法について：住宅課 居住支援係(本庁舎7階) (5273) 3567 (3204) 2386へ。

▼要除却認定：防災都市づくり課 耐震担当(本庁舎7階) (5273) 3829 (3209) 9227へ。

▼容積率許可について：建築指導課 審査担当(本庁舎8階) (5273) 3742 (3209) 9227へ。



セミナー・交流会を開催しています

区内の分譲マンションの管理組合や区分所有者を対象に、セミナーと交流会を開催しています。

日時・内容等詳しくは、広報しんじゅく、新宿区ホームページでお知らせします。

●マンション管理組合
●交流会

管理組合同士の連携を強めるための交流会を地域センターで開催しています。

【実施回数・定員】年2回(28年度は9月・1月に実施、各回40名)

【内容】4つのテーマごとに班に分かれて交流討論

※各班には新宿区マンション管理相談員がコーディネート

【会場】区役所第1分庁舎 2階区民相談室

専門家にご相談ください

【マンション管理相談】
新宿区マンション管理相談員(マンション管理士、1級建築士等)が相談に応じます。相談の2日前祝日等の場合はその前日までに住宅課 居住支援係へ電話で予約してください。

【日時】毎月第2・第4金曜日午後1時～2時/20分、午後2時30分～3時50分(祝日等を除く。8月は12日、26日に実施)

【会場】区役所第1分庁舎 2階区民相談室

分譲マンションの維持管理は、区分所有者で構成する管理組合の自主的な取り組みに委ねられることが基本です。

管理組合の運営や建物の修繕などについて、区分所有者の関心を高め、問題解決につなげるために活用ください。いずれも無料でご利用いただけます。

●派遣の対象
次のいずれかの相談を受け、専門家の派遣が必要と判断された区内分譲マンションの管理組合等

▼マンション管理(上記)
▼マンション問題無料なんでも相談：毎月第1・第3水曜日午後1時～4時/8月は3日・17日に区役所本庁舎1階ロビーで実施。予約不要

●派遣の内容
新宿区マンション管理相談員1名を、1回2時間派遣。派遣は同一マンションに付き年度内3回まで

ご活用ください 住まいのダイヤル

マンションの区分所有者、借家人の方がご利用いただけるマンションの建て替え・マンション敷地売却等に関する相談窓口です。

一級建築士の資格があり、住宅に関する広い知識を備えた相談員が、相談に応じます。

電話相談した内容について、法律や制度等に関する専門的な相談が必要な場合は、弁護士・建築士による無料の対面相談(専門家相談)を受け取ることができます。

●電話相談窓口
☎0570(016)100(ナビダイヤル)
※PHSや一部IP電話からは、☎03(3556)5147

【受付時間】午前10時～午後5時(土・日曜日、祝日等を除く)

【問合せ】住宅リフォーム・紛争処理支援センター ☎(3261)4567へ。詳しくは、同センターホームページ(http://www.chord.or.jp/)でもご案内しています。

【会場】区役所第1分庁舎 2階区民相談室

忘れずに 麻しん(はしか)・風しん 受けましょう 日本脳炎の予防接種

区からお送りした予診票を区の指定医療機関にお持ちになると、無料で接種が受けられます。予診票をお持ちでない方は、お問い合わせください。

【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859へ。

MR(麻しんはしか)・風しん混合

●1歳・年長児のお子さんは 定期接種の対象です

【対象】▼第1期：1歳～2歳未満、▼第2期：平成22年4月2日～23年4月1日生まれ(幼稚園・保育園等の年長児相当年齢)

【接種期間】▼第1期：対象年齢の間、▼第2期：29年3月31日(金)まで

※第1期予診票は、生後11か月になる月の下旬に発送しています。第2期予診票は、3月末に発送しました。

●定期接種を受けていない方へ 4月から、2歳以上18歳以下の定期接種未接種の方を対象

【募集内容】みそ・しょうゆのどちらか、または両方を使った料理のレシピ(作り方) ※60分程度で調理でき、未発表でオリジナルのものに限ります。

【募集部門】▼中学生部門：個人または4名以内のグループ、▼ファミリー部門：小学生までのお子さんご家族(調理師・栄養士・飲食業の方を除く)

【審査】▼1次：書類、▼2次：調理の実演と試食(9月25日(日)、東京調理製菓専門学校/西新宿7-11-11で)

【申込み】所定の応募用紙を、8月1日(月)～9月2日(金)に健康づくり課健康づくり推進係(〒160-0022 新宿5-18-21、第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047へ郵送(必着)またはお持ちください。応募用紙は同係で配布するほか、新宿区ホームページから取り出せます。

※区立小・中学生には学校から応募用紙を配布しています(学校に提出できます)。

保健

食品衛生フェア2016

「食の安全」について、クイズや実験を通して学びます。

【日時】8月1日(月)午後2時～4時

【内容】食品衛生クイズラリー、手洗いチェック、パネル展示、食品衛生相談ほか

【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】衛生課食品保健係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3827へ。

もぐもぐくっくん講習会

●歯医者さんが教える 「上手に食べられる」ヒント

【日時】8月22日(月)午前10時～11時30分

【対象】区内在住で4か月～1歳程度のお子さんの保護者、25名

【内容】口の発達に合わせた離乳食のすすめ方ほか(講師は高橋摩理/昭和大学歯学部歯科医師)

自衛官等を募集

【募集種目】▼①航空学生、▼②一般曹候補生、▼③自衛官候補生(男性)、▼④自衛官候補生(女性)、▼⑤防衛大学校学生(一般前期)、▼⑥防衛医科大学校医学科・看護学科学士

【対象】日本国籍で、①⑤⑥は高校卒業見込みを含む)で21歳未満、②③④は18歳以上27歳未満の方

【募集期間】▼①②④は9月8日(木)まで、▼⑤⑥は9月5日(月)～30日(金)、▼③は随時

【問合せ】防衛省自衛隊東京地方協力本部豊島出張所 ☎(3982)7075へ。

歯並び・かみ合わせ相談

【日時】8月24日(水)午前9時～12時

【対象】区内在住の方、9名

【内容】専門医(田村隆彦/日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)による歯科矯正に関する問診・視診と個別相談

※時間は1人15分程度。検査等は行いません。

【会場】申込み【7月27日(水)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で東新宿保健センター(新宿7-26-4) ☎(3200)1027へ。先着順。

女性の健康づくり出前講座

【日時】8月26日(金)午後6時～8時

【会場】若松地域センター(若松町12-6)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名(男性も参加できます)

【内容】講座「月経と妊娠前からの「だ」と貧血の指標であるヘモグロビンの測定指先で測る簡易式)

【申込み】7月27日(水)から電話で女性の健康支援センター(三栄町25、四谷保健センター内) ☎(3351)5161へ。先着順。

がん患者・家族のための 支援講座

●がんと共に生きる仲間と語り合おう

【日時】9月3日(土)午前11時～午後1時

【対象】区内在住・在勤で、がん療養中の方、家族ほか、20名

【内容】治療や生活の中での思いを、栄養士・看護師を交えて参加者同士で語り合う(がん治療中の方でも食べやすく工夫した食

事の試食あり) 【講師】秋山正子/暮らしの保健室室長、川口美喜子/がん専任栄養士・大妻女子大学教授

【会場】申込み【電話で暮らしの保健室(戸山2-33、戸山ハイツ33号棟125) ☎(3205)3114へ。

しんじゆく 情報局

消防博物館 夏の特別展

●地震のふしぎ展

【日時】7月26日(火)～8月31日(水) 午前9時30分～午後5時(月曜日は休館)

【内容】地震のメカニズムの実験、体験コーナー、O×クイズ・工作コーナー

【会場】申込み【当日直接、同館(四谷3-10) ☎(3353)9119へ。

新宿矯正展

【日時】8月2日(火)～8日(月)午前9時～午後8時(2日(火)は午後1時から、8日(月)は午後4時まで)

【会場】新宿駅西口広場イベントコーナー

【内容】刑務所内での受刑者の生活・作業を紹介するパネルの展示、刑務所作業製品の展示販売(家具・文具・靴・うどん乾麺・せっけん・革バッグ等)

【主催】府中刑務所矯正協会刑務作業協力事業部

【後援】新宿区

【問合せ】府中刑務所作業部門 ☎042(362)3101へ。

市民NPOの交流サロン

●NPOの活動を知ろう

【日時】8月18日(木)午後6時45分～8時45分

【会場】新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12)

【内容】より持続可能で公正な社会を目指し、国境を越えた環境問題に取り組む国際青年環境N

G.O「ア・シード・ジャパン」の活動を紹介(語り手は同法人)

【費用】千円(資料代ほか)

【主催】申込み【7月27日(水)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)で新宿NPOネットワーク協議会事務局 ☎(5206)6527(月)～金曜日(祝日を除く)午前11時～午後6時 ☎(5386)1318・shiroba@snponet.netへ。先着20名。

旅行に役立つ 簡単なフランス語会話

●新宿高校公開講座

【日時】9月24日～11月26日の土曜日午前10時35分～午後0時35分(全10回)

【対象】都内在住・在勤・在学の20歳以上で、フランス語の入門レベル(仏検4級程度)を勉強した方、25名

【費用】2千円(10回分)

【会場】申込み【往復はがきに4面記入例のほか、年齢・性別を記入し、8月14日(日)(消印有効)までに新宿高校経営企画室(〒160-0014 内藤町11-4) ☎(3354)7411へ。応募者多数の場合は抽選。

法務局の登記相談を「利用ください」

●9月相談分から予約が必要

東京法務局では、不動産登記、会社・法人登記に関する一般的な相談を窓口でお受けしています。

登記相談の事前予約制を9月1日(木)相談分(受け付けは8月27日(水)～8月15日(月)に新宿ユネスコ協会 ☎090(5191)4196 ☎(3232)2501へ。先着順。

shinjuku.unesco@gmail.com

【後援】新宿区・区教育委員会・日本ユネスコ協会連盟

【主催】申込み【電話かファックス・電子メール(参加者全員について4面記入例のとおり記入)で7月27日(水)～8月15日(月)に新宿ユネスコ協会 ☎090(5191)4196 ☎(3232)2501へ。先着順。

1日(月)から)から導入します。 【相談日時】月～金曜日午前9時～12時、午後1時～4時(祝日等を除く。1人20分以内)

【会場】東京法務局新宿出張所(北新宿1-8-22)ほか

【申込み】事前に電話で登記電話相談室 ☎042(540)7211へ。

【問合せ】東京法務局民事行政調査官室 ☎(5213)1319へ。

伝統文化茶道教室

●文化庁助成事業

【日時】▼8月20日(土)午後2時～4時、▼10月8日(土)午後2時～4時、▼11月12日(土)午前9時30分～11時30分、午後2時～4時、全4回

【会場】四谷地域センター(内藤町87、11月12日(土)の午後は国際都市新宿・踊りの祭典2016(新宿文化センター/新宿6-14-1)で発表会

【対象】小学生～高校生(小学3年生までは保護者同伴)、20名

【講師】梶山敦仙・大日本茶道学会

【費用】1人千200円(4回分)

【持ち物】白色の靴下、大きめのハンカチ

【後援】新宿区・区教育委員会・日本ユネスコ協会連盟

【主催】申込み【電話かファックス・電子メール(参加者全員について4面記入例のとおり記入)で7月27日(水)～8月15日(月)に新宿ユネスコ協会 ☎090(5191)4196 ☎(3232)2501へ。先着順。

shinjuku.unesco@gmail.com

区民のひろば

費用・問合せ

掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場は予定です。各主催者に内容をよく確認の上、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 ☎(5272)5500へ。

★サークル紹介・会員募集★

◆書道 毎月第1・第3・第4木曜日午後1時30分～4時30分、落合第一地域センターで。楷書・行書・草書・かな。師範の資格取得可。大学生以上対象。月4,000円。午後6時以降に菜の花会・塚田 ☎(3953)2197

日本人の2人に1人ががんにかかり
3人に1人ががんで亡くなっています

元気な時でも受けよう がん検診

早期発見の
ために

がんは日本人の死亡原因の第1位となっており、新宿区でも毎年700人を超える方が、がんが原因で亡くなっています。がんは自覚症状がなくても進行している場合があります。健康な時にも定期的ながん検診を受けることで早期に発見し、適切な治療につなげることが大切です(右記参照)。「症状が出たら病院に行こう」「面倒くさい」とがん検診を受けずにいると、取り返しのつかないことになりかねません。自分のため、家族のために、がん検診を受けましょう。

今回は、年齢が若くても油断できない女性特有のがんの特徴も併せてお知らせします。
【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)4207・☎(5273)3930へ。

がんの診断後10年の生存率

■ 早期がん(「ステージI」で発見され、がんが発生部位にとどまっている)
■ 進行がん(「ステージIV」で発見され、がんが周りの臓器等に広がっている)



早期発見・早期治療で
生存率がグンと上がる

【出典】国立がん研究センター2016年1月公表データより

「若いから安心」とは限りません

女性に特有のがん 乳がん・子宮がん

通常は加齢とともにがんにかかる人・死亡する人が増加しますが、女性に特有のがんである「子宮がん」と「乳がん」は若い方でも注意が必要です。

子宮がん検診は 20歳から受診できます

子宮がんは20歳代～30歳代の比較的若い女性に増加が見られます。子宮がんは、早期に発見できれば、治療負担も軽く、その後妊娠・出産することも可能です。

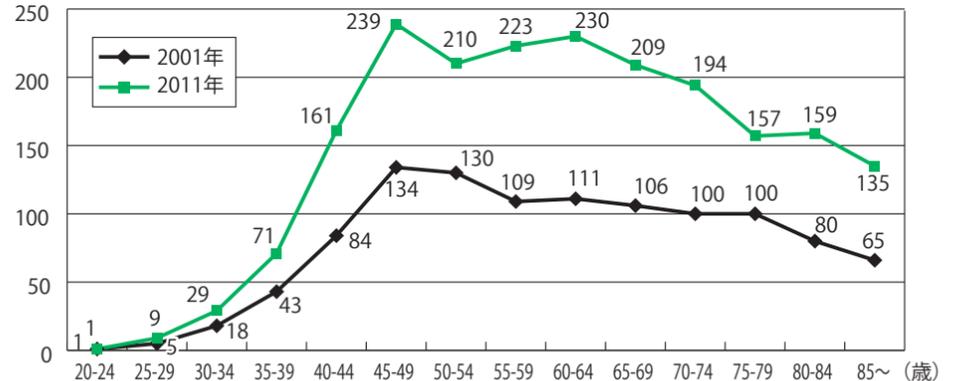


乳がん発症のピークは40歳代から50歳代

乳がんは40歳代～50歳代の女性のがんによる死亡原因の第1位です。仕事・子育て・介護等で忙しく、自分のことが後回しになりがちですが、自分自身ががんになったときのことを考えて、定期的に乳がん検診を受けましょう。



(人口10万対) <乳がんになった人の割合(全国・女性)>



【出典】国立がん研究センターがん対策情報センター

区が実施しているがん検診

区では、区民の皆さんがいつまでも健康でいられるように、以下のがん検診を実施しています。区のがん検診は、区の補助により実際に掛かる費用の10分の1程度の負担で受診できます。

乳がん検診

【対象】40歳以上で偶数年齢の女性(★)
【検診内容】問診、視診、触診、マンモグラフィ
【費用】800円

★奇数年齢で27年度に検診を受けていない方も受診できます。

子宮がん検診

【対象】20歳以上で偶数年齢の女性(★)
【検診内容】問診、視診、内診、細胞診
【費用】頸部のみは900円、頸部と体部は2,000円

死亡者数第1位

肺がん検診

【対象】40歳以上
【検診内容】問診、胸部X線撮影(正面と側面の2方向)、喀痰細胞診
【費用】X線のみは900円、X線と喀痰細胞診は1,200円

死亡者数第2位

大腸がん検診

【対象】35歳以上
【検診内容】問診、検便
【費用】600円(胃がん検診と同時に受診する方は2,400円)

死亡者数第3位

胃がん検診

【対象】35歳以上
【検診内容】問診、X線撮影
【費用】1,900円(大腸がん検診と同時に受診する方は2,400円)

前立腺がん検診

【対象】50歳以上の男性
★区の健康診査を受診する方は、健康診査と同時に実施します。
【検診内容】問診、採血
【費用】200円

受診期間

平成29年3月31日(金)まで

受診場所

区の指定医療機関

※「健康診査・がん検診のご案内」に医療機関の一覧を掲載しているほか、新宿区ホームページでもご案内しています。

がん検診受診の流れ

受診には区のがん検診票が必要です

検診票をお持ちでない方は、電話で健康づくり課健診係へ請求してください。「健康診査・がん検診のご案内」とともに郵送します。各保健センターやインターネットの電子申請(新宿区ホームページからリンク、右記二次元コード参照)でも申し込めます。



二次元コード

区指定の医療機関を受診しましょう

検診票をお持ちの上、受けたい検診を実施している医療機関で受診してください(申込方法や検診の空き状況等は医療機関にお問い合わせください)。

費用は受診時に支払います(特別区民税非課税世帯の方は受診前に健康づくり課・各保健センターの窓口で手続きをすることで、費用が免除されます)。

後日、医師から受診結果の説明を受けましょう

気になる所見がある場合は、医師の指示に従い、精密検査を受けましょう。異常なしの場合でも、定期的に検診を受けましょう。

※今年度お送りしている「健康診査・がん検診のご案内」5ページ「がん検診」大腸がんの検診内容に誤りがありました。お詫びして訂正します。
【誤】バリウムによるレントゲン撮影 ⇒ 【正】便潜血検査



新宿クリエイターズフェスタ 2016

夏休みの思い出づくりにぴったり!
気軽にアートを体験しよう!

こどもアートデー!

新宿駅周辺各所で、一大アートイベント「新宿クリエイターズ・フェスタ2016」を開催します。8月6日(土)には、子どもたちに人気の参加型アートイベント「こどもアートデー!」を開催し、ライブペインティングのほか、アート体験ワークショップなど、多彩なプログラムが楽しめます。当日直接、会場へおいでください。

【問合せ】新宿クリエイターズ・フェスタ実行委員会事務局(本庁舎4階、文化観光課にぎわい創出等担当内) ☎(5273)4220・☎(5273)3931へ。

【日時】8月6日(土)午前9時30分～午後5時

【会場】全労済ホール/スペース・ゼロ
(渋谷区代々木2-12-10)

公式ホームページ <http://www.scf-web.net>

生演奏に合わせて みんなで描こう! ライブペインティング

- ▶午前11時30分～午後1時30分
- ▶午後4時～4時30分

参加アーティスト
蟹江 杏さん
手彩色表現が特徴の版画家。こどもアートイベントのプロデュースも手掛ける。



◀ 昨年のライブペインティングの様子

つくって がぶって 楽しんで アート体験ワークショップ



- 【主なプログラム】 ※一部整理券が必要なプログラムがあります。
- こどもアトリエ「ガラクタ だってアートになるさ」
 - 「かぶりものドラム缶転がし」
 - 「スタンプぺたぺたくるみボタン」
 - 絵手紙「ふくしまのおともだち に絵てがみをかこう」

映像アートの世界を体験! 絵本展と不思議な部屋

絵本作家の作品や原画を見たり、映像作家によるインスタレーション(空間を使ったアート)を体験できます。

※ほかにも、作家のオリジナルグッズを販売する「アートチャリティー市」や飲み物や軽食を販売する「青空屋台」、ジャグリングなどの大道芸人パフォーマンスなど、盛りだくさんの内容で開催します。

歌って 踊って ステージイベント

- まちにひびけ、こども達のうたごえ…午後1時30分～2時
- みんなでフラメンコ…▶午前11時から、▶午後3時から

東京都知事選挙 東京都議会議員 補欠選挙

投票日は



7月31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。

【期日前投票の日時・会場】

区役所第1分庁舎1階ロビー・特別出張所(10か所)…7月30日(土)まで

※時間はいずれも午前8時30分～午後8時

【問合せ】区選挙管理委員会事務局(第1分庁舎3階) ☎(5273)3740・☎(5273)5230へ。

ケーブルテレビの広報番組

こんにちは新宿区長です!

8月のテーマは 子どもの夏休み特集

吉住健一区長が、区政情報や新宿のまちの多彩な魅力をお届けする区の広報番組です。

8月は、子どもの夏休み向け情報として、子どもが夏休みに楽しく過ごせる区内のスポットや、自由研究・自由工作に役立つ情報をお伝えします。

●番組の放送

8月1日(月)～31日(水)、毎日3回、ジェイコム港・新宿(11チャンネル)で放送します。

【放送時間(20分番組)】▶午後0時30分～0時50分、▶午後4時～4時20分、▶午後11時～11時20分

紹介 ▶ 8月14日までの夏のお開き



中央図書館に訪ねて、読書感想文に役立つ図書を探し方を紹介



東京おもちゃ美術館(四谷ひろば内)を訪ね、区長が自由工作に役立つ紙皿を使ったおもちゃ作りと大人も楽しめる館内の展示ゲームを体験

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064・☎(5272)5500へ。

※番組は新宿区ホームページで動画配信するほか、8月5日(金)から、区政情報センター(本庁舎1階)、区立中央図書館(大久保3-1-1、旧戸山中学校)・四谷図書館(内藤町87)でDVDを貸し出します。

※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム港・新宿 ☎0120(914)000へ。