

新宿区・伊那市友好提携10周年記念特別展

信州高遠藩 歴史と文化

今年は、新宿区と長野県高遠町（平成18年に伊那市に合併）が友好提携を宣言して、満30周年の節目の年です。

新宿の地名の由来である「内藤新宿」は、甲州街道にできた宿場で、信州高遠藩内藤家の江戸屋敷地の一部でした。内藤家が現在の新宿御苑に当たる広大な土地を幕末まで保有していた関係から、新宿区は高遠町と、平成18年には高遠町を合併した伊那市と改めて友好提携を結びました。

特別展では、高遠藩の歴代藩主「保科家」「鳥居家」「内藤家」を中心に、新宿と伊那・高遠との深いつながりを、貴重な資料の数々で紹介します。

浅黄糸威五枚胴具足（鉾持神社蔵 高遠町歴史博物館寄託）



【問合せ】新宿歴史博物館（〒160-0008三栄町22） ☎（3359）2131へ。

特別展記念講談・講演会

①講談で楽しむ「信州高遠藩」

特別展にちなんで、若手女流講談師による講談です。

※9月26日(月)、10月11日(火)・24日(月)、11月14日(月)は休館

【費用】300円（常設展とのセット券は500円）、中学生までは無料

【協力】NPO法人四谷伝統芸能振興会

②講演会「信州高遠の歴史」

伊那市ふるさと大使も務める信濃中世史研究者が信州高遠の歴史を語ります。

【日時】10月29日(土)午後2時～4時

【講師】笹本正治／長野県立歴史館長・元信州大学教授

……………（以下共通）……………

【費用】500円（特別展招待券付き）

【会場・申込み】往復はがきに4面記入例のとおり記入し、①は10月2日、②は10月15日（いずれも必着）までに、同館へ。定員各100名。応募者多数の場合は抽選。同館ホームページ（<http://www.regasu-shinjuku.or.jp/rekihaku/>）からも申し込みます。

女性の健康づくりサポーター 協力員・推進員養成セミナー参加者を募集

●女性の健康について学び健康づくりに役立てませんか

区では、一人でも多くの方が女性の健康について正しく理解し、健康づくりを支援できるよう、女性の健康づくりサポーターの養成に取り組んでいます。

今回は、女性の健康づくりサポーターが活動を充実していくための講座・研修を実施します。

①女性の健康づくりサポーター 協力員養成講座

女性の健康について正しい知識を得ることが目的の講座です。講座の内容を自己の健康管理に生かすほか、周囲の人に伝えることだけでもサポーター活動です。

【日時】10月4日(火)午後6時15分～7時45分

【内容】女性ホルモンの変化と世代ごとの健康課題を学び、女性の生涯を通じた健康づくりを考える。

②女性の健康づくりサポーター 推進員養成研修

協力員よりも、さらに知識を深め、将来的には女性の健康づくりのためのボランティア活動に取り組んでいただける方を対象とした全4回の研修です。

【日時】10月26日(水)、11月2日(水)・16日(水)、12月7日(水)、いずれも午後6時15分～7時45分

【内容】女性のライフステージ（思春期・性成熟期・更年期・高齢期）ごとの健康課題と対処方法

……………＜以下共通＞……………

【対象】区内在住・在勤・在学の方、①は40名、②は30名

【会場】四谷保健センター（三栄町25）
【申込み】9月7日(水)から電話かファックス（4面記入例のとおり記入）で女性の健康支援センター（四谷保健センター内） ☎（3351）5161・☎（3351）5166へ。先着順。託児あり。

10月1日 から

四谷図書館の休館日が 毎週火曜日に変わります

区立図書館は現在、毎週月曜日に一斉休館していますが、今回の変更により、年末年始以外は区立図書館は開館していることになり、区民の皆さんにとってより便利に利用しやすくなります。ぜひご利用ください。

【10月1日からの休館日】火曜日、年末年始、第2木曜日（図

書整理日）、第3日曜日（5月・8月・11月・2月）、特別整理期間 ※大型連休中は休館日を変更する場合があります。詳しくは、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。 ※開館時間は変更ありません。 【問合せ】四谷図書館（内藤町87） ☎（3341）0095へ。



募 集

学校給食調理事業者

【対象】23区内の小学校または中学校で自校調理方式による学校給食受託実績がある事業者、5社程度（応募には、ほかにも要件があります）

【契約期間】29年4月1日から1年間

【選定方法】プロポーザル方式

【募集期間】9月16日(金)まで

【問合せ】学校運営課保健給食係（第1分庁舎4階） ☎（5273）3098へ。応募方法等詳しくは、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。



しんじゅく 情報局

戸山公園野外コンサート

【日時】9月19日(祝)午前11時～午後3時45分

【出演】戸山小学校吹奏楽部、戸山高校ブラスバンド部、東京ジュレ新宿、早稲田大学ジャグリングクラブ、平林園子（歌手）ほか

【後援】新宿区

【協力】クラーク記念国際高校

【会場・申込み】当日直接、都立戸山公園子供広場（大久保3ー5）へ。雨天の場合は戸山小学校体育館（百人町2ー1ー38）で開催します（室内履きをお持ちください）。

【主催・問合せ】新宿・子どもネットワーク・倉原 ☎（5155）9803（NPO法人東京シュレ内）へ。

四谷ひろばパソコン教室

●初めてのインターネットと電子メール

【日時】10月7日～28日の金曜日午後1時～3時、全4回

【費用】5千500円（教材費等）

【会場・申込み】往復はがきに4面記入例のほか開催月（10月）を記入し、9月20日（必着）までに四谷ひろばパソコン教室係（〒160-0004四谷4ー20）へ。定員15名。応募者が3名に満たない場合は中止します。

【問合せ】四谷ひろば運営協議会・長谷川 ☎（090）3400-0371へ。

ともしび秋の大うたえコンサート

全国のうたごえ喫茶ファンが集合し共に歌います。ポニージャックスなどが友情出演します。

【日時】11月20日(日)午後2時～5時30分（午後1時30分開場）

【会場】新宿文化センター（新宿6ー14ー1）

【費用（全指定席）】3千円

※区内在住の方は2千700円

【後援】新宿区

【主催・申込み】電話かファックス・電子メール（4面記入例のとおり記入）で、ともしび事務センター ☎（6907）2731（月）土曜日午前10時～午後5時・ ☎（6907）3812・ info@tomoshibi.co.jpへ。

8月の新宿区の人口 1日現在 (増減は前月比)		
住民基本台帳人口	337,808人(381人増)	
世帯数	213,154世帯(396世帯増)	
	日本人	外国人
人口計	297,539人(105人減)	40,269人(486人増)
男	148,725人(70人減)	20,955人(284人増)
女	148,814人(35人減)	19,314人(202人増)

◆介護施設の見学会 9月13日(火)午後1時～6時、介護老人保健施設デンマークイン新宿（原町2）で。介護施設の利用を検討している方対象。 ☎無料。 ☎事前に電話で。 ☎同施設支援相談室 ☎（3341）3640

◆東京女子医科大学公開健康講座「本当に腎臓って再生できるの？腎臓再生医療の夢と期待」 10月8日(土)午後2時～4時15分、京王プラザホテル（西新宿2）で。 ☎無料。 ☎当日直接、会場へ。先着200名。 ☎同大学医学部学務課 ☎（3353）8112（内線22114）

◆リサイクル・新宿フリーマーケット出店者募集 9月10日(土)・10月22日(土)、新宿中央公園水の広場で。 ☎1区画2,500円。 ☎事前に電話で。先着100区画。 ☎平日の午前10時～午後4時にリサイクル推進友の会 ☎（3412）6857

◆初心者旅行英会話体験会 9月16日(金)・30日(金)午前9時～10時、戸塚地域センターで。50歳代・60歳代の初心者対象。 ☎無料。 ☎事前に電話で。各日先着10名。 ☎さくらの会・小杉 ☎080(5863)6884

◆ドキュメンタリー映画「うまれる」上映会 10月4日(火)、正午から・午後3時30分から・午後7時から、Space早稲田（早稲田町）で。命がテーマの映画上映と乳がんに関する情報発信。収益は乳がん啓発団体への寄付等で活用。 ☎1,200円（小学生は500円、乳幼児と障害者手帳をお持ちの方は無料）。 ☎事前に電話で。各回先着60名。 ☎平日午後1時～5時にあまんプロジェクト・阿萬 ☎（5272）1785

区民のひろば

☎費用・☎申込み・☎問合せ

掲載行事は区の主催ではありません。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。

★催し・講座★

◆慶応義塾大学病院PSAスクリーニングキャンペーン 10月1日(土)午前10時～12時、同大学北里講堂（信濃町）で。前立腺がんに関する公開講座と前立腺がんの早期発見に役立つPSA検診。 ☎無料。 ☎事前に電話で。先着150名。 ☎平日午前8時30分～午後5時に同キャンペーン事務局 ☎（5363）3877

◆遺言・相続110番（弁護士による無料電話相談） 9月15日(木)午前10時～午後3時に ☎（3595）1154へ。 ☎第一東京弁護士会遺言センター業務推進第二課・鳥井 ☎（3595）8582

◆早稲田地球感謝祭 9月22日(祝)午前10時～午後4時、早稲田大学早稲田キャンパス（西早稲田1）で。環境・防災・街づくりの各種体験・発表、キッズコーナー、全国物産展。 ☎無料。 ☎午後3時以降に早稲田商店会・山内 ☎（3203）2262

◆公開健康講座「自分のからだは自分で守ろう～最期まで自分らしく生きるために」 9月24日(土)午後2時～4時、京王プラザホテル（西新宿2）で。エンディングノートを活用。 ☎無料。 ☎事前に電話で。先着300名。 ☎平日午前9時～午後5時に至誠会事務局公開健康講座係 ☎（5362）0448