



地域センターで物品を貸し出しています

貸し出しています

●地域活動などの際にご利用を
自治総合センターの地域コミ
ュニティ助成事業による宝くじ
の助成を受け、新たに地域貸出
物品を購入しました。

貸し出しは無料ですが、物品
は各自で運搬してください。館
内のみで貸し出すもの、特定の
部屋から移動できないものが
あります。詳しくは、各地域セン
ターへお問い合わせください。

貸出場所・28年度購入物品

▼四谷：ポップコーン機、綿菓子
機、クーラーボックス、杵、牛込
単筒：台車、平台車、ブラダ
ンテナ(かき氷機・ポップコーン
機・綿菓子機収納用)、▼榎町：綿
菓子機、ポップコーン機、▼若
松：テント、▼大久保：綿菓子
機、▼戸塚：もちつき機(つき・ね
り専用)、たこ焼き器、ポップコー
ン機、▼落合第一：組立式パイプ
テント、▼落合第二：かき氷機、
ワイヤレスマイク、▼柏木：ステ
ンレス製蒸し器、▼角筈：ポップ
コーン機、電動式かき氷機、業務
用コーヒーマーカー

※ほかに、27年度までに整備し
た貸出物品もあります。

【問合せ】地域コミュニティ課
コミュニティ係(本庁舎1階)
☎(5273)4127へ。

HAPPY2016

●環境とエネルギーの未来展

環境に配慮した製品やサービ
スを集めた国内最大級の環境展
示会です。区は、他の市区町村と
ともに、区の取り組みをまとめ
たパネル等を展示し説明しま
す。景品がもらえるスタンプラ
リーなどもあります。

【日時】12月8日(木)～10日(土)午前
10時～午後6時(10日(土)は午後

5時まで)

【会場】東京ビッグサイト(江東
区有明3-11-1)

【問合せ】環境対策課環境計画係
(本庁舎7階)☎(5273)37
63へ。詳しくは、イベント公式
ホームページ(<http://eco.pro.com/2016/>)で案内しています。

リサイクル講座

●牛乳パックで
ミニ正月飾り作り

【日時】12月11日(日)午後1時30分
～3時

【対象】区内在住・在勤・在学の方、15名

【会場・申込み】往復はがきに4
面記入例のとおり記入し、12月
3日(必着)までに新宿リサイク
ル活動センター(〒169-00
75高田馬場4-10-2)☎(5
330)5374(月曜日休館)
へ。応募者多数の場合は抽選。

衣類の回収

家庭で眠っている衣類をお持ち
ください(子ども服も可)。虫
食い・カビ等劣化しているもの、
靴・かばんは引き取りできませ
ん。

【日時】12月18日(日)午前10時～午
後5時

【協力】日本リ・ファッション協会
【会場・問合せ】環境学習情報セ
ンター(西新宿2-11-4、新宿
中央公園内)☎(3348)62
77へ。会場に駐車場はありま
せん。



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って、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)。

【12月の日時・会場】▼①四谷の

会：1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フレ
ズ：21日(水)午後1時30分～4時
/デンマークイン新宿(原町
2-43)、▼③わきあいあい：14
日(水)午後1時30分～3時30分/
マザアス新宿(新宿7-3-
31)、▼④大久保・あつた会：13
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)、▼⑤いっぶくの
会：17日(土)午後1時30分～4時
/聖母ホーム(中落合2-5-
21)、▼⑥かずら会：16日(金)午後
2時～4時/落合第二地域セン
ター(中落合4-17-13)、▼⑦ひ
ととき：15日(水)午後2時～4時
/かしわ苑(北新宿3-27-6)
……(以下共通)……

29年1月～3月クラスの参加者を募集
元気な高齢者向け介護予防教室

【日時・会場・内容等】下表のとおり
※各全12回程度(祝日を除く)
※時間の午前は10時～11時30分(受付番号の26
は午前11時30分～午後1時)、午後は2時～3時30
分(受付番号の13・22・23は午後1時～2時30分、
25は午後1時30分～3時、18は午後2時30分～4
時、27は午後3時30分～5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(健康状
態により参加をお断りすることがあります)。
※介護予防・生活支援サービス事業の対象の方
は参加できません。

教室名	受付番号	会場	曜日・時間	定員
脳はつらつ教室 認知症の予防(認知症と 診断された方を除く)	1	早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	火曜日・午後	15名
	2	北新宿第二地域交流館(北新宿3-20-2)	水曜日・午前	15名
シニアスポーツ チャレンジ教室 足腰の筋力を向上させ 転倒を予防(立位中心)	3	中落合高齢者在宅サービスセンター (中落合1-7-1)	火曜日・午前	14名
	4	東京都健康プラザハイジア (歌舞伎町2-44-1)	火曜日・午前	15名
	5	東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	火曜日・午前	20名
	6	落合三世交流サロン (西落合1-31-24、西落合児童館2階)	水曜日・午後	20名
	7	葉王寺ことぶき館(市谷葉王寺町51) ※29年1月下旬以降は、区立防災センター (市谷仲之町2-42)	木曜日・午前	18名
	8	西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	金曜日・午前	20名
	9	戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	金曜日・午後	22名
シニアバランス トレーニング教室 バランスを保つ力を向上 させ筋力の低下を予防 (座位中心)	10	四谷保健センター集会室(三栄町25)	月曜日・午前	12名
	11	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	月曜日・午前	20名
	12	高田馬場シニア活動館 (高田馬場3-39-29)	火曜日・午前	20名
	13	東京都健康プラザハイジア (歌舞伎町2-44-1)	火曜日・午後	15名
	14	上落合地域交流館(上落合2-28-8)	木曜日・午前	15名
	15	高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	金曜日・午前	20名
	16	あかね苑新館内(北山伏町2-12)	金曜日・午後	12名
シニア フィットネス教室★ 体力維持・向上を目的に 運動習慣をつける (座位・立位)	17	早稲田シニアフィットネスセンター(西早稲 田1-1-6、バトンドルージュ早稲田2階)	月曜日・午前	15名
	18	ドゥミルネサンス市ヶ谷店 (市谷八幡町8、TKP市ヶ谷ビル地下1階)	火曜日・午後	15名
シニア パワーアップ教室 全身の筋力の低下を予防 ▶20～25はトレーニング マシンを使用 ▶26・27はプールでの水 中運動	20	細工町高齢者在宅サービスセンター (細工町1-3)	月曜日・午前	12名
	21		木曜日・午前	12名
	22	東京都健康プラザハイジア (歌舞伎町2-44-1)	月曜日・午後	12名
	23		木曜日・午後	12名
	24	清風園(中落合1-7-26)	水曜日・午前	12名
	25		水曜日・午後	12名
	26	ジェクサー・フィットネス&スパ新宿 (渋谷区代々木2-1-5、JR南新宿ビル1階)	木曜日・午前	12名
	27		木曜日・午後	12名

★受付番号19は、29年1月～3月クラスを実施しないため欠番です。

【費用】①～③⑤⑦は無料、④
は100円(飲み物代)
【問合せ】高齢者支援課高齢者相
談第二係(本庁舎2階)☎(52
73)4254・☎(5272)0
352へ。
※介護のため参加が難しい方に
は、デイサービス、ヘルパー派遣
等の支援をします。ご相談くだ
さい。

福祉講演
●自閉症のヴァイオリン、フル
ート・ピアノデュオコンサート
【日時】12月5日(月)午後1時30分
～3時
【内容】ミニ講演「特異を得意に
かえて」とコンサート(出演はノ
ブタク/本間惟彦・小柳拓人ほ
か)

「いつまでもいきいきと
生活するための介護予防
調査票」にご協力を
●65歳以上の12月～3月生まれ
の方に調査票を発送しました
区内在住の65歳以上(昭和26
年3月31日以前生まれ)の一人
暮らしの方で、介護保険の「要支
援」「要介護」認定を受けていな
い方、介護予防・生活支援サービ
ス事業の対象でない方へ、日頃
の様子をお伺いする調査票をお
送りしました(4月～11月生ま
れの方には8月までにお送りし

ました)。調査票がまだ手元にあ
る方はご記入の上、早めのご返
送をお願いします。
調査票に回答いただいた方
で、介護予防に取り組む必要が
あると思われる場合は、区から
結果をお送りします。
【問合せ】地域包括ケア推進課介
護予防係(本庁舎2階)☎(52
73)4568へ。

都市型軽費老人ホーム
整備費助成
区では、都市型軽費老人ホー
ムの整備促進を図るため、整備
事業者を募集し、国・東京都の制
度を活用して整備費を助成して
います。ホームの設置・運営を検
討している方は、ご相談くださ
い。ご来庁の場合は、事前にご連
絡ください。
【問合せ】地域包括ケア推進課地
域包括ケア推進係(本庁舎2階)
☎(5273)4193へ。