

- 2面 国民健康保険のお知らせ
- 3面 区内の民間賃貸住宅への円滑な入居を支援します
- 4面 平成30年度～32(2020)年度の介護保険料を決定しました
- 5面 幼児サークル・子育てサロン
- 8面 応援します 区内の中小企業



### 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

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。

# 新宿中央公園が 開園50周年を迎えました

Shinjuku Chuo Park



昭和43年に開園し、西新宿のまちを見守り続けてきた新宿中央公園が、4月1日に開園50周年を迎えました。今回は50年を写真で振り返るとともに、4月22日(日)～5月13日(日)に実施するさまざまなイベントを紹介します。

【問合せ】みどり公園課公園管理係(本庁舎7階)☎(5273)3914・FAX(3209)5595へ。



昭和43年頃

## 現在

区では、昨年9月に策定した新宿中央公園魅力向上推進プランに基づき、誰もが足を運びたくなる「憩い」と「賑わい」のある公園を目指し、今後も魅力向上に向けたさまざまな取り組みを進めていきます。

### ちびっこ広場の複合遊具をユニークな



さまざまなイベントを開催していきます

### 水の広場

昭和57年には新宿ナイアガラの滝が完成しました。現在は夏になるとライトアップしています。



▲新宿ナイアガラの滝



▲開園当時の新宿中央公園

## 昭和57年頃

### ジャブジャブ池

噴水の跡地にジャブジャブ池を整備し、今も多くの子どもたちに親しまれています。



## 平成14年頃



### ビオトープ

区民公募した「新宿中央公園ビオトープの会」の皆さんと協力して整備しました。現在は田植え体験などのイベントを開催しています。

## ちびっこ広場・多目的運動広場 オープニングイベント

### フットサル・ミニ・ワールドカップ



6か国の子どもが参加!  
フットサルの試合を観戦しよう!

【日時】4月22日(日)  
午前10時～午後4時  
【会場・内容】▶ちびっこ広場…記念式典(午前10時～10時30分)、遊具コーナー(ふわふわドーム、ミニ新幹線列車)  
▶多目的運動広場…フットサル・ミニ・ワールドカップ(午前11時15分から)、リフティングパフォーマーの演技ほか

## 当日直接会場へ

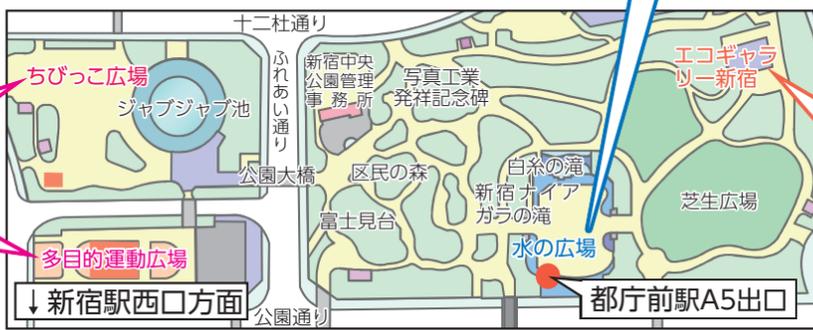
都営地下鉄大江戸線  
都庁前駅から徒歩1分

## 50周年記念イベントを開催

### 水の広場 国際交流イベント「セミワールドフェスティバルIN新宿」

【日時】5月4日(祝)～6日(日)  
午前10時～午後9時  
(6日(日)は午後5時30分まで)

5月3日(祝)は、午後5時からプレオープンナイトとしてステージ演奏等を実施します。  
【内容】アフリカの伝統音楽やポップスの生演奏ライブ、フードコート、フェアトレード等による物販、クイズ&スタンプラリー(景品あり)ほか



### 写真展 「新宿中央公園の50年を振り返る」

【日時】5月7日(月)～13日(日)午前10時～午後5時(7日(月)は午後1時から)  
新宿のまちの発展とともに歩んできた新宿中央公園の足跡を撮影した写真を展示します。

## 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

▼西新宿に広がる新宿中央公園は、今年、開園50周年を迎えました。50周年を記念して、22日に式典や世界各国の子供たちが交流するフットサル・ミニ・ワールドカップを開催するほか、5月の連休には「水の広場」でアフリカにルーツを持つ国々の踊りや音楽・食と触れ合える国際交流イベントを開催します。区は、新宿中央公園を新宿の新たなまちづくりの一端を担う「みどり・交流の拠点」として位置付け、民間活力も導入しながら多彩なイベントの開催やカフェ・レストランの設置など、公園の魅力向上を目指しさまざまな取り組みを行ってまいります。今回のイベントにもぜひ多くの方にお越しいただき、「憩い」と「賑わい」を体感していただければと思います。▼熊本地震から2年、東日本大震災から7年がたちました。被災地では着実に復興が進み、活気を取り戻しつつあるとは言え、元通りになるにはまだ時間がかかります。区では発災直後から被災地へ職員を派遣し復興活動の支援を行っています。30年度は、これまでの派遣先である宮城県亘理町・山元町、熊本県益城町に加え、福島県浪江町にも派遣します。改めて、区民の皆さまには、いつ起きるか分からない大地震に備えて、各ご家庭でできる対策に取り組んでいただきたいと思います。区では住宅の耐震化への補助や家具転倒防止器具取り付けなどの支援事業を実施しています。ぜひご利用ください。▼新総合計画や第一次実行計画をはじめ、各分野の計画がスタートしました。区民の健康寿命延伸や介護予防、子育て支援、安全・安心対策、まちの賑わい創出等に全力で取り組めます。高齢化の進展に伴い、地域における世代間交流や相互支援がより重要になる中で、区では、今年度から子育てのサポートや介護など、「家族の支援のために」区内に住む親もしくは「子世代と新たに近居・同居する場合の引っ越し費用等を助成する制度を新たに始めます。この制度を通して新宿区への居住支援とともに、多世代による支え合いを支援し、地域「コミュニティ」づくりにつなげたいと考えています。区は今後も、子供から高齢者まで、多様な世代が地域で交流・連携・協力し合い支え合えるよう、さまざまな仕組みづくりに取り組んでまいります。

区長 吉住 健一

# 国民健康保険のお知らせ

【問合せ】▶保険料の算定、加入・脱退の届け出…医療保険年金課 国保資格係 ☎(5273)4146、▶医療費等の保険給付…国保給付係 ☎(5273)4149、▶保険料の納付相談…納付相談係 ☎(5273)3873・☎(5273)4530(いずれも本庁舎4階・☎(3209)1436)へ。

## 30年度の国民健康保険料

### ◎保険料を改定しました

医療費や後期高齢者医療制度への負担金、介護納付金等を基に保険料を毎年見直し、均等割額・所得割額を改定しています。30年度の保険料は、右図のとおりです。  
※新宿区ホームページに、前年中の総所得金額等や年齢を入力すると、保険料を計算できる「試算シート」を掲載しています。

【問合せ】医療保険年金課国保資格係へ。

### ◎納入通知書の送付

30年度保険料の納入通知書は、6月に発送します。1年間の保険料は、6月～31年3月の10回に分けて納めてください。納付書は、6月～9月納期分を6月に、10月～31年3月納期分を10月に発送します。なお、6月は一括払い用の納付書も同封します。

### ●30年度の住民税の申告を

保険料の算定基礎額は、住民税の課税内容に基づいて計算しています。30年1月1日に住民登録のあった区市町村で、住民税の申告をしてください(確定申告をした方は、住民税の申告は不要)。  
※30年1月2日以降に新宿区に転入した方へ6月に発送する納入通知書では、均等割額のみをお知らせします。その後、前住所地の住民税の課税内容から算定基礎額を計算し、所得割額を確定した上で、保険料の変更通知をお送りします。

### ◎国民健康保険料は必ず納めましょう

国民健康保険に加入している皆さんは、医療費の一部を負担して医療を受けるとともに、保険料を納める義務があります。保険料は必ず納めましょう。

### ●保険料を納めない

未納期間に応じて、次の措置を取ります。特別な事情があるときは、お早めにご相談ください。  
▶督促や催告をしても納付がない場合は、通常の保険証の代わりに、有効期限の短い保険証(短期証)や資格証明書を交付します。資格証明書は、国民健康保険の被保険者であることを証明するもので、医療費は通常の自己負担分(3割)ではなく、全額を支払うことになります。後日、療養費として申請いただくと、保険者負担分をお支払いしますが、滞納状況により保険料に充当します。  
▶高額療養費等保険給付金の全部または一部を、未納の保険料に充てる場合があります。また、保険料を滞納している方は「限度額適用認定証」の申請はできません。  
▶保険料滞納の状態が続くと、法律に基づいて預貯金・給与・生命保険など財産の差し押さえを行う場合があります。

【問合せ】医療保険年金課納付相談係へ。

## 8月診療分から70～74歳の方の高額療養費の自己負担限度額が変わります

高額療養費制度は、医療機関の窓口で支払う医療費の1か月ごとの自己負担額が限度額を超えた場合に、超えた額を払い戻す制度です。30年8月診療分から、70～74歳の方の高額療養費の自己負担限度額等が下記のとおり変わります。

【問合せ】医療保険年金課国保給付係へ。

### 【変更前】7月診療分までの1か月の自己負担の限度額

| 負担割合   | 所得区分   | 外来(個人ごと) | 外来+入院(世帯ごと)                                      |
|--------|--------|----------|--|
| 3割     | 一定以上所得 | 57,600円  | 80,100円<br>+(医療費-267,000円)×1%<br>【多数回 44,400円★2】 |
|        |        |          | 一般   |
| 2割(1割) | 住民税非課税 | 8,000円   | 24,600円  |
|        |        |          | I  |

### 【変更後】8月診療分からの1か月の自己負担の限度額

| 負担割合   | 所得区分                      | 外来(個人ごと)   | 外来+入院(世帯ごと)                                    |
|--------|---------------------------|------------|--|
| 3割     | 現役並み所得Ⅲ<br>(課税標準額690万円以上) | 18,000円 ★1 | 252,600円+(医療費-842,000円)×1%<br>【多数回 140,100円★2】 |
|        | 現役並み所得Ⅱ<br>(課税標準額380万円以上) |            | 167,400円+(医療費-558,000円)×1%<br>【多数回 93,000円★2】  |
|        | 現役並み所得Ⅰ<br>(課税標準額145万円以上) |            | 80,100円+(医療費-267,000円)×1%<br>【多数回 44,400円★2】   |
| 2割(1割) | 住民税非課税                    | 8,000円     | 24,600円  |
|        |                           |            | I  |

★1…外来療養における自己負担額の年間(前年8月1日～7月31日)合計の上限額は144,000円です。

★2…過去12か月間に4回以上高額療養費の支給があった場合の4回目以降の限度額です(8月診療分以降の区分が現役並みⅢ・Ⅱ・Ⅰの方は、「外来(個人ごと)の限度額」が廃止されるため、「外来」と「外来+入院」の区別はありません)。

【申請方法】高額療養費の払い戻しがある世帯には、受診月の2～3か月後、世帯主宛てに通知をお送りします。通知が届いたら、医療保険年金課国保給付係・各特別出張所の窓口へ申請してください。

| 基礎賦課額(医療分)  | 後期高齢者支援金等賦課額(支援金分)  | 介護納付金賦課額(介護分)  | 年間保険料 |
|---|---|--|-------|
| 【均等割額】<br>39,000円<br>×世帯の加入者数<br>+<br>【所得割額】<br>世帯加入者全員の<br>30年度の算定基礎額(※)<br>×100分の7.32<br><br>賦課限度額 58万円<br>※算定基礎額…平成29年の総所得金額等から基礎控除額(33万円)を差し引いた金額 | 【均等割額】<br>12,000円<br>×世帯の加入者数<br>+<br>【所得割額】<br>世帯加入者全員の<br>30年度の算定基礎額(※)<br>×100分の2.22<br><br>賦課限度額 19万円 | 【均等割額】<br>15,600円×世帯の加入者のうち<br>40歳以上65歳未満の方の人数<br>+<br>【所得割額】<br>世帯の加入者のうち40歳以上<br>65歳未満の方の30年度の<br>算定基礎額(※)×100分の1.65<br><br>賦課限度額 16万円 |       |

### 加入・脱退の届け出は14日以内に

#### ●やむを得ず遅れた場合でも必ず届け出を

医療保険制度では、誰もが必ず公的な健康保険に加入しなければなりません。退職等で勤務先の健康保険をやめたときや国民健康保険に加入していた方が勤務先の健康保険に変わったときは、届け出が必要です(自動的に切り替わりません)。

国民健康保険の資格は、「加入しなければならない日」から発生します。加入の手続きが遅れた場合でも、保険料はさかのぼって納めていただきます。会社等法人の事業所に勤務する方は、勤務先の健康保険に加入します。勤務先にご相談ください。

### 届け出は医療保険年金課・特別出張所へ

#### ▶勤務先の健康保険等をやめて国民健康保険に加入するときは

資格喪失証明書をお持ちください(扶養家族がいないときは退職証明書でも代用可)。

#### ▶新たに勤務先の健康保険に加入し国民健康保険を脱退するときは

国民健康保険証と、勤務先の新しい保険証をお持ちください。郵送でも手続きできます。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。

※届け出には、マイナンバー(個人番号)の確認ができる書類(通知カード等)と本人確認ができる書類(運転免許証等)が必要です。届け出の際にお持ちください。

※代理人が届け出をする場合は、上記に加え、委任状と代理人の本人確認ができる書類もお持ちください。

【問合せ】医療保険年金課国保資格係へ。

## 入院中の食事代が変わりました

住民税課税世帯の方の入院時食事療養費の標準負担額が、4月療養分から460円(3月療養分までは360円)に変わりました。4月から変更後の標準負担額を医療機関の窓口でお支払いください。

【問合せ】医療保険年金課国保給付係へ。

| 区分                                       | 標準負担額(1食あたり) |      |
|--|--------------|------|
|  | 3月まで         | 4月から |
| 住民税課税世帯                                  | 360円         | 460円 |
| 70歳未満の住民税非課税世帯<br>または<br>70歳以上の住民税非課税世帯Ⅱ | 90日までの入院     | 210円 |
|  | 90日を超える入院    | 160円 |
| 70歳以上の住民税非課税世帯Ⅰ                          |              | 100円 |

## 区の国民健康保険加入者向け 保養施設をご利用ください

▶保養施設…全国の「かんぱの宿」を利用できます。詳しくは、医療保険年金課・特別出張所で配布の「保養施設のご案内」をご覧ください。

▶夏季保養施設…区が契約する旅行会社の店舗で取り扱う宿泊施設を利用する場合、宿泊料の一部を補助します。詳しくは、「広報しんじゅく」などでお知らせします。

### 国保温泉センター割引利用券の配布

都内の次の施設の割引利用券を、医療保険年金課・特別出張所で配布しています。

| 施設名・所在地                     | 利用料金 |      |
|-----------------------------|------|------|
|                             | 大人   | 小学生  |
| ①檜原温泉センター 数馬の湯(檜原村2430)     | 520円 | 210円 |
| ②奥多摩温泉 もえぎの湯(奥多摩町氷川119-1)   | 480円 | 210円 |
| ③秋川渓谷 瀬音の湯(あきる野市乙津565)      | 700円 | 250円 |
| ④生涯青春の湯 つるつる温泉(日の出町大久野4718) | 620円 | 210円 |

【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273)4078へ。

## 国民生活基礎調査にご協力を

生活の基礎的事項を施策の資料とするため、厚生労働省が毎年実施しています。

今年は、区内では2地区・約130世帯が調査対象です。身分証を携帯した調査員が4月中旬から訪問して調査票をお配りし、後日受け取りに伺います。調査対象世帯の方は、ご協力をお願いします。

【調査事項】6月7日(木)時点の世帯の状況(保健・医療・福祉・年金・所得等)

【問合せ】健康政策課健康企画係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3024へ。

## 食品ロス削減協力店を募集します

区では区内の飲食店・ホテル・食品販売店等を対象に、食品ロス削減の取り組みを推進しています。

4月から、小盛メニューの導入や量り売り等、食品ロス削減に関する取り組みを実践している店舗を「食品ロス削減協力店」として登録し、区ホームページ等で紹介しています。手続き等、詳しくは新宿区ホームページをご覧ください。

【問合せ】ごみ減量リサイクル課ごみ減量計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3318へ。

ンジリング」を差し上げます。

【日時・会場】

▶①5月22日(火)午後6時30分～8時…区役所本庁舎地下1階11会議室

▶②30日(水)午後3時～4時…東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)

【対象】区内在住・在勤・在学で、▶①は45名、▶②は60歳以上の方、30名

【申込み】4月17日(火)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で、▶①は高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352、▶②は笹岡町高齢者総合相談センター ☎(3266)0753・☎(3266)0786へ。いずれも先着順。

### ●認知症介護者の学習会・交流会

介護に役立つ知識を学ぶほか、介護者同士の仲間づくりができる交流会を実施します。

【日時】5月11日(金)午後1時30分～3時30分

【会場】榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)

【対象】区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか、20名

【内容】講座「ラクして美味しい介護食～作った自分も一緒に食べよう」(講師は渡邊真紀子・管理栄養士)

【申込み】電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。

## 認知症の相談・講座・学習会

### ●認知症介護者相談

【日時】5月7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

【内容】専門医(西新宿コンシェルシアクリニック精神科医師)による個別相談

【申込み】4月17日(火)から電話で高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階) ☎(5273)4593へ。先着順。

### ●認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】▶①5月10日(木)…落合保健センター(下落合4-6-7)

▶②31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)、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

【内容】新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医による個別相談

【申込み】4月17日(火)から電話で▶①は落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080、▶②は四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770へ。先着順。

### ●認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識や、認知症の方や家族への配慮を学びます。受講した方には、認知症サポーターの印「オレ

## 消費者大学講座

地域における消費者教育の担い手となる人材を育成する全6回の連続講座です。

30年度は「105歳!!健康な生活習慣」をテーマに、消費者として健康に生活するポイントを考えます。

【日時・内容・講師】右表のとおり(内容は変更する場合があります)

【会場】新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【主催・申込み】往復はがきに3面記入例のとおり記入し、5月7日(必着)

までに新宿区消費者団体連絡会(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内)へ。応募者多数の場合は抽選。

【問合せ】新宿消費生活センター(第2分庁舎3階) ☎(5273)3834へ。

## 新宿消費生活センター委託講座

| 日程                      | 内容・講師   |
|-------------------------|---|
| 5月23日(水)<br>10:30～12:30 | 賢い消費者の生き方～105歳の健康の秘訣(新井康通・慶應義塾大学専任講師)                       |
| 6月13日(水)<br>14:00～16:00 | 人との会話、社会性を保つ歯・口腔のケア～オーラルフレイルの予防(平野浩彦・東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長) |
| 6月27日(水)<br>13:30～15:30 | 薬と健康食品(新宿区薬剤師会)   |
| 7月20日(金)<br>13:30～15:30 | 自立した消費者でいるための介護予防(稲垣大樹・東京都健康長寿医療センター研究所研究員)                 |
| 8月9日(木)<br>13:30～15:30  | 健康!!105歳までの食生活の提案～買い物、食卓、食環境(成田美紀・東京都健康長寿医療センター研究所研究員)      |
| 8月31日(金)<br>13:30～15:30 | 消費者トラブル(消費生活相談員) ※5回以上参加した方には、区長から修了証をお渡しします。               |

## 4月から 拡充

## 区内の民間賃貸住宅

## への円滑な入居を支援します

高齢者世帯、障害者世帯、ひとり親世帯が保証委託契約を結び、一定の要件を満たすときに保証料の一部を助成します。

従来は区が協定を結んだ保証会社のあっせんを受けた場合に限られましたが、4月からはあっせんを受けずに締結した保証委託契約も保証料助成対象とします。詳しくはお問い合わせください。

### ●緊急通報装置等の利用料助成は新規の受け付けを終了しました

東京都防災・建築まちづくりセンターが実施する「あんしん居住制度の見守りサービス」を利用して緊急通報装置等を設置した方に費用の一部を助成する事業の新規の助成金交付申請受け付けは、30年3月で終了しました。

【問合せ】住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5273)3567・☎(3204)2386へ。

## 快適なマンションライフのために



### ◆役員が変わっても

### 継続してマンション管理ができる 仕組みづくりをしましょう

分譲マンションの管理運営は、継続的に行うことが大切です。

管理組合によっては管理組合役員全員が毎年交代するケースがありますが、継続的な管理運営を円滑に行うために、役員の変更は半数ずつにする

マンションの維持管理に関心を持っていただくため、マンションに関するコラムを連載でお届けしています。

【問合せ】住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5273)3567へ。

など理事会運営の継続性を保つことが大切です。

また、管理組合役員を変更する際には、理事長等の役職の決定とともに、マンション内の懸案事項や重要な書類を新役員に引き継ぐための引き継ぎ書類一覧表を作成するなど、役員が変わっても継続してマンション管理が行えるような仕組みづくりをしておきましょう。

【講師】星野学/テクノ・ホルティ園芸専門学校講師  
【会場・申込み】往復はがきに3面記入例のほか希望時間(午前・午後)の別、①は小学生の場合は学年・同伴する保護者の氏名、②は苗追加希望の有無を記入し、①は4月25日、②は5月7日(いずれも必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3334

①母の日に贈る寄せ植え  
【日時】5月6日(日)午前10時～12時・午後1時30分～3時30分  
【対象】小学生以上、各回20名(小学生は保護者同伴)  
【内容】カーネーションが主体の寄せ植え作り  
【費用】2千500円(材料費)  
【持ち物】園芸用手袋(軍手可)、エプロン、持ち帰り用の袋ほか  
②ハーブと野菜で寄せ植え作り  
【日時】5月18日(金)午前10時～12時・午後1時30分～3時30分  
【内容】ベランダで栽培でき、食べられるハーブと野菜の寄せ植え作り  
【定員】各回20名  
【費用】2千円(材料費。苗の追加を希望する場合は2千500円)  
【持ち物】園芸用手袋(軍手可)、エプロン、持ち帰り用の袋ほか

【講師】星野学/テクノ・ホルティ園芸専門学校講師  
【会場・申込み】往復はがきに3面記入例のほか希望時間(午前・午後)の別、①は小学生の場合は学年・同伴する保護者の氏名、②は苗追加希望の有無を記入し、①は4月25日、②は5月7日(いずれも必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3334

【講師】星野学/テクノ・ホルティ園芸専門学校講師  
【会場・申込み】往復はがきに3面記入例のほか希望時間(午前・午後)の別、①は小学生の場合は学年・同伴する保護者の氏名、②は苗追加希望の有無を記入し、①は4月25日、②は5月7日(いずれも必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3334

## 福祉

### シルバー人材センター

### 新規会員の募集

センターの会員になって就業を希望する方は、電話予約の上、説明会に参加してください。説明会終了後に入会申し込みを受け付けます。入会した方には後日、接遇研修を受けていただきます。  
【対象】区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方  
【説明会日時】4月17日(火)、5月15日(火)・22日(火)、いずれも午前9時30分  
【持ち物】顔写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、郵便局(ゆうちょ)銀行の通帳(就業に対する配分金の振り込み用)、住所が確認できるもの(健康保険証・運転免許証等)  
▼年会費2千円  
【会場・申込み】電話で同センター(新宿7-3-29、新宿こころから広場) ☎(3209)3181へ。

## はがき・ファックスの記入例

### 講座・催し等の申し込み

※往復はがきは、各記事で指定がある場合のみ。  
※費用の記載のないものは、原則無料。

- ①講座・催し名
- ②〒・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④電話番号(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)

子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館等

幼児サークル・子育てサロン

◆幼児サークル

小さなお子さんとお母さん・お父さんの遊びの場・出会いの場として交流できるサークルを開催しています。

Table with columns: 館名, 所在地, 電話番号, 曜日・対象年齢・定員. Lists various centers and salons across different districts like 信濃町, 榎町, 中落合, etc.

◆子育てサロン・子育て仲間づくり活動

区の講座を受講したボランティア[子育て仲間づくりサポーター]が開催するサロン等です。

Table with columns: 館名, サロン名(内容)・対象, 実施日. Lists activities like 'ハロー エンジェルズ' and 'めぐめく新宿'.

◆子育て自主サークル等

お母さん・お父さんが企画・運営するサークル等です。

Table with columns: 館名, サークル名(内容)・対象, 実施日. Lists groups like 'こここキッズ' and 'Happy-San'.

ご利用ください 乳幼児親子の専用スペース

区内の児童館等では、子育て情報の提供や育児相談を行っています。乳幼児の親子が専用で利用できるスペースもあります。

- ▶子ども総合センター ▶信濃町子ども家庭支援センター ▶榎町子ども家庭支援センター ▶中落合子ども家庭支援センター ▶北新宿子ども家庭支援センター ▶薬王寺児童館 ▶富久町児童館 ▶百人町児童館 ▶高田馬場第一児童館 ▶西新宿児童館 ▶落合三世交流サロン(西落合1-31-24) ▶地域子育て支援センター二葉「ふたばひろば」(南元町4,二葉乳児院2階) ▶地域子育て支援センター原町みゆき「原町みゆきひろば」(原町2-43,原町みゆき保育園1階) ▶ゆったりーの「ゆゆうひろば」(子育て支援施設ゆったりーの内)

◎住民記録

▼転入・転出・転居・世帯変更の届出(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切り替える前の方は外国人登録証明書が必要) ▼住民票の写し・住民票記載事項証明書の交付請求できるのは、ご本人か同一世帯の家族のみ。広域交付住民票の写しは発行できません。 ▼不在証明書の交付、印鑑登録申請・廃止の届出、印鑑登録証明書の交付(印鑑登録カードが必要)、自動交付機の利用登録申請・通知カードの申請・特別永住者に関する申請等

◎国民健康保険

▼加入・脱退の届出 【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 【課税(非課税)、納税証明書の交付(申生豆等)により税情報がある方のみ】 【問合せ】税務課 納税管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139へ。 ▼住民税の納税相談・国民健康保険料の納付相談も実施します

納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。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。

4月29日 マイナンバーカードの受け取り窓口を臨時開設します

【開設場所】区役所本庁舎1階2番窓口 【問合せ】戸籍住民課 住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)36001へ。

マイナンバーカードの受け取りには事前予約が必要ですが、予約方法は、マイナンバーカードの交付申請後に送付する「交付通知書」に同封の案内をご確認ください。 【開設日時】4月29日(祝)午前9時～午後5時(受け付けは午後4時まで) 【問合せ】戸籍住民課 住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)36001へ。

平成30年度～32(2020)年度の介護保険料を決定しました

介護保険料は、3年ごとに見直しています。30年度から3年間の保険料基準額は、月額6,200円です(右下表中第5段階参照)。所得などの状況に応じて決まる「保険料段階と保険料」をお知らせします。 【問合せ】介護保険課 推進係(本庁舎2階) ☎(5273)4596・☎(3209)6010へ。

●所得が少ない方への負担軽減策

区は、所得が少ない方への負担軽減に取り組み、基準額に対する割合について、国の標準段階における負担割合よりも低く設定しています。

●負担能力に応じた保険料段階

負担能力に応じた負担とするため、保険料段階を16段階とし、きめ細かく設定しています。



第1号被保険者(65歳以上の方)の介護保険料(30年度～32(2020)年度)

※小数点第3位を四捨五入しているため、「基準額に対する割合」で計算した金額と「保険料」とは一致しません。

Table with columns: 保険料段階, 所得などの状況, 保険料(月額/年額), 基準額に対する割合. Shows rates for various income levels and insurance stages.

上表★の合計所得金額は、年金・給与・不動産・配当等の収入金額から必要経費に相当する金額(収入の種類で計算方法が異なる)を控除した金額の合計です。扶養控除・医療費控除・社会保険料控除・基礎控除等の所得控除をする前の金額で、土地・建物や株式の譲渡所得がある場合は、特別控除前の金額、繰越控除前の金額をいいます。【合計所得金額】と住民税の納税通知書の「総所得金額」や、扶養控除・社会保険料控除などを除いた後の「課税標準額」とは異なります。なお、合計所得金額が0円を下回った場合は、0円とみなします。

ただし、保険料段階の判定においては土地や建物の譲渡所得に特別控除がある場合、合計所得金額から特別控除額を控除した額を用います。また、住民税非課税の方で年金に係る雑所得がある場合は、合計所得金額から年金に係る雑所得を控除した額を用います(30年度住民税決定後の7月中旬に通知する30年度介護保険料の算定から適用)。

催し・講座

西新宿シニア活動館の催し

- ①楽しく健康運動 膝痛予防対策講座 【日時】5月9日(水)午後1時30分～3時20分 【講師】(株)健康総合ソリューション鍼灸整骨院 肌と頭皮のケア講座 【日時】5月10日(木)午前10時～12時30分 ③お薬講座「お薬との上手な付き合い方」 【日時】5月10日(木)午後2時～3時30分(30名) 【講師】(株)龍生堂薬剤師 ④楽しい旅教室 ※はじめてのスペイン編 【日時】5月18日(金)午後2時～3時30分(35名) 【内容】旅行の注意点と観光ポイントを学ぶ。講師は(株)エイチ・アイ・エス 新宿本社営業所(以下共通)……… 【対象】区内在住の50歳以上 【会場】申込み 4月17日(火)から電話または直接 同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。先着順。

講座「自家焙煎のおいしい豆で楽しむコーヒーの世界」

- 新宿消費生活センター委託講座 【日時】5月25日(金)午後7時～9時 【会場】新宿消費生活センター1分館(高田馬場1-32-10) 【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名 【内容】豆の選び方、簡単な焙煎方法、淹れ方(実習・試飲あり)、食べ物との相性、産地や流通。自分で焙煎したコーヒーは持ち帰り(講師は寺田俊・NPO法人APLA) 【費用】300円(材料費) 【申込み】往復は5月に3面記入例のとおり記入し、5月14日(必着)までに新宿未来創造財団文化・学習課(〒160-0022 新宿6-14-1) ☎(3350)1141へ。応募者多数の場合は抽選。

新居ABCXYZ 卓球大会

【日時】5月20日(日)午前9時～午後8時 【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1) 【対象】区内在住・在勤の高校生以上、120組(組3～4名) 【内容】1試合3人の団体戦。3組の子選リーグ後、順位戦トーナメント 【費用】1組3千600円 【主催】申込み(往復はがき)に代表者について3面記入例のほかチーム全員の氏名・性別・年齢を記入し、4月24日(必着まで)に新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折富美子(〒160-0011 若葉2-16-2) ☎(3358)6130へ。応募者多数の場合は抽選。

4月22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。 【費用】1組3千600円 【主催】申込み(往復はがき)に代表者について3面記入例のほかチーム全員の氏名・性別・年齢を記入し、4月24日(必着まで)に新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折富美子(〒160-0011 若葉2-16-2) ☎(3358)6130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。 【問合せ】戸籍住民課 戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。 【問合せ】戸籍住民課 戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。 【問合せ】戸籍住民課 戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509へ。

# 図書館の催し

| 問合せ先   |                           |
|--------|---------------------------|
| 西落合図書館 | 西落合4-13-17<br>☎(3954)4373 |
| 戸山図書館  | 戸山2-11-101<br>☎(3207)1191 |
| 北新宿図書館 | 北新宿3-20-2<br>☎(3365)4755  |
| 中町図書館  | 中町25<br>☎(3267)3121       |
| 角筈図書館  | 西新宿4-33-7<br>☎(5371)0010  |
| 下落合図書館 | 下落合1-9-8<br>☎(3368)6100   |

## ぬいぐるみおとまり会

おはなし会に参加後、ぬいぐるみをお泊りさせてみませんか。翌日のお迎えの際(4月29日(祝)午後1時~4時)、お泊りした時の様子が分かる写真をお渡しします。  
【日時】4月28日(土)午後3時~4時  
【対象】小学4年生までのお子さんと保護者、25名  
【会場・申込み】4月17日(火)から電話で西落合図書館へ。先着順。

## つのはずスペシャルおはなし会

【日時】4月29日(祝)午前11時~11時45分  
【対象】おおむね3歳~小学生のお子さんと保護者、20名  
【内容】特大絵本・紙芝居の読み聞かせ  
【会場・申込み】当日直接、角筈図書館へ。先着順。

## 青空がみしばい

雨天の場合は館内で実施します。  
●西落合図書館  
【日時】4月29日(祝)午前11時~12時  
【対象】小学生までのお子さんと保護者、30名

【講師】野間成之(のまりん)／のまひょうしぎの会  
【会場・申込み】4月17日(火)から電話または直接、同館へ。先着順。

●下落合図書館  
【日時】5月6日(日)午前11時~12時  
【対象】小学生までのお子さんと保護者、20名程度  
【講師】じゃんぼ／街頭紙芝居師・児童文学研究者  
【会場・申込み】当日直接、同館へ。先着順。

## 行政書士無料法律相談会

【日時】5月11日(金)午後6時~6時30分・午後6時45分~7時15分・午後7時30分~8時  
【協力】東京都行政書士会  
【会場・申込み】4月18日(水)から電話または直接、下落合図書館へ。各回先着3名。

## 読み聞かせ実践講座

【日時】5月11日(金)・25日(金)、6月8日(金)いずれも午前10時~11時30分、全3回  
【会場】牛込笹笥地域センター(笹笥町15)  
【対象】これから読み聞かせ活動に取り組む方ほか、10名  
【内容】図書館・学校等での読み聞かせの手法や本の選び方(講師は山本美恵子/絵本専門士)  
【申込み】4月17日(火)から電話で中町図書館へ。先着順。

## 外国語おはなし会

【日時】5月12日(土)午後2時~3時  
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)  
【対象】5歳~小学6年生、20名  
【内容】日本の祝日と世界の祝日のクイズ、レクリエーションほか。動きやすい服装(スカート不可)でおいでください。  
【申込み】4月17日(火)から電話

または直接、北新宿図書館へ。先着順。

## マルチメディアデイズーのおはなし会

読書に困難を持つ方向けに開発された電子書籍「マルチメディアデイズー」を使ったおはなし会です。  
【日時】5月12日(土)午前11時~11時30分  
【対象】小学生までのお子さんと保護者、20組  
【会場・申込み】当日直接、戸山図書館へ。先着順。

## 北新製本工作会

【日時】5月19日(土)午後1時30分~4時30分  
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)  
【対象】中学生以上、10名  
【内容】和とじ(てっちょう装)のノート作り(講師は津村明子・東京製本倶楽部)

【申込み】4月17日(火)から電話または直接、北新宿図書館へ。先着順。

## ワークショップ「経済学でレッツ脳トレ!」

【日時】5月19日(土)午後2時~4時  
【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)  
【対象】小学生以上、30名  
【内容】フランス通信社のワールドアカデミックアーカイブを活用し、「節約」「合理的な判断」をテーマに意見交換  
【申込み】4月18日(水)から電話または直接、戸山図書館へ。先着順。

## 朗読へのいざない

【日時】5月27日(日)午後2時~3時30分  
【会場】牛込笹笥地域センター(笹笥町15)  
【朗読作品】宮部みゆき「鯉千

両」、あさのあつこ「甚三郎始末記」(朗読は飯田すみえ/朗読の会「言の葉」主宰)

【申込み】電話で中町図書館へ。定員50名。

## 四谷図書館のDVDの保管場所を変更します

●借りるときは書架に並べたケースをお持ちください  
現在はDVDをケースに入れ書架に並べていますが、特別図書整理期間後の7月16日(祝)から、ケースのみを書架に置き、DVD本体はカウンター内で保管します。DVDを借りるときは、ケースをカウンターへお持ちください。職員がDVDを用意します。変更後は、DVDの自動貸出機での貸し出しはできませんので、ご了承ください。  
【問合せ】中央図書館視聴覚担当 ☎(3364)1421へ。

## 第四次

# 子ども読書活動推進計画の達成状況

計画では、子どもの読書活動について5つの目標値を定めています(計画期間は28年度~31年度)。29年度(29年2月~30年1月)までの目標達成状況は下表のとおりです。今後も全ての目標達成に向けて取り組みを続けていきます。  
【問合せ】こども図書館(大久保3-1-1、中央図書館内) ☎(3364)1421・☎(3208)2303へ。

| 目標(対象)  | 28年1月末(基準値)                      | 29年1月末   | 30年1月末   | 31年度(目標値) |          |
|---|----------------------------------|----------|----------|-----------|----------|
| 区立図書館の子どもの延べ利用人数の増加(区内在住者対象)                    | 小学生以下                            | 101,517人 | 107,971人 | 122,267人  | 102,000人 |
|   | 中学生                              | 12,788人  | 13,478人  | 14,650人   | 14,500人  |
|   | 高校生等(16~18歳)                     | 7,275人   | 7,326人   | 7,926人    | 7,600人   |
| 合計  | 121,580人                         | 128,775人 | 144,843人 | 124,100人  |          |
| 区立図書館における子どもの年間貸し出し冊数の増加(区内在住者対象)               | 小学生以下                            | 375,274冊 | 392,973冊 | 435,518冊  | 384,500冊 |
|   | 中学生                              | 32,869冊  | 32,814冊  | 35,841冊   | 37,500冊  |
|   | 高校生等(16~18歳)                     | 16,833冊  | 15,669冊  | 16,622冊   | 17,600冊  |
| 合計  | 424,976冊                         | 441,456冊 | 487,981冊 | 439,600冊  |          |
| 区立図書館における団体貸し出し冊数の増加                            | 区内の公立・私立の幼稚園、保育園、子ども園、児童館、小・中学校等 | 47,735冊  | 57,609冊  | 57,868冊   | 57,000冊  |
| 区立図書館における団体貸し出しの利用率の増加                          |                                  | 71.9%    | 70.8%    | 73.3%     | 75%      |
| 区立小・中学校の児童・生徒の不読者率(1か月間に本を1冊も読んでいない児童・生徒の割合)の減少 | 小学生                              | 0.1%     | 0.1%     | 0.1%      | 2%以下     |
|   | 中学生                              | 0.9%     | 0.2%     | 0.2%      | 5%以下     |

## 地域で子育てを応援しています

# ファミリー・サポート・センター会員募集

区社会福祉協議会のファミリーサポート事業は、子育ての援助を受けたい方(利用会員)と援助を行いたい方(提供会員)の、相互援助活動です。いずれも会員登録が必要です。

### ●主な援助活動の例

▶ 保育園・子ども園等への送迎、▶ 保育時間終了後などの子どもの預かりほか

### (1) 利用会員の登録を希望する方

説明会に参加してください(予約制)。

### 【説明会日時・会場】

▶ ①区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)・・・4月18日(水)・23日(月)・5月8日(火)・12日(土)・17日(木)・6月4日(月)・16日(土)・21日(木)、▶ ②ゆったりーの(北山伏町2-17)・・・5月25日(金)、▶ ③中落

合子ども家庭支援センター(中落合2-7-24)・・・6月25日(月) ※説明会は、7月以降にも開催します。

※②③は午前10時から。①の時間等はお問い合わせください。

【対象】区内在住・在勤・在学で、子育ての援助を必要とする生後43日~18歳(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)の児童の保護者、各回20名程度

### (2) 提供会員の登録を希望する方

4日間の提供会員講習会に参加してください。受講できなかった科目は次回の講習会で受講できます。講習会終了後に、(1)の説明会にもご参加ください。

【講習会日時】6月7日(木)・8日(金)・



11日(月)・12日(火)午前9時~午後5時10分(終了時間は日によって変わります)、全4日  
※講習会は、9月・31年1月にも開催します。  
【会場】区社会福祉協議会  
【対象】区内在住・在学の18歳以上で心身ともに健康な方、30名  
【申込み】4月17日(火)から(1)は電話で、(2)は電話かファックス(3面記入例のほか生年月日を記入)で、新宿区ファミリー・サポート・センター ☎(5273)3545・☎(5273)3082へ。先着順。

## ご利用ください

# ヴィレッジ女神湖(長野県立科町)

【宿泊受付窓口】(株)日本旅行新宿区役所内営業所(区役所本庁舎1階) ☎(5273)3881  
【受付時間】月~金曜日午前9時~午後5時(祝日等を除く)

※土・日曜日、祝日等は(株)日本旅行 ☎(5369)3902(午前10時~午後6時)

### ●夏休み期間の利用抽選

【利用期間】7月15日(日)~8月31日(金)  
※北(学校)棟は学校行事のため利用できない日程があります。

【対象】区内在住・在勤の方と同行する方

【宿泊日数】3泊4日以内(1グループ5室以内)

【申込み】宿泊受付窓口・特別出張所で配布の専用往復はがきで4月25日(必着)までにお申し込みください(1グループにつき1枚)。

【抽選結果】当落にかかわらず5月7日(月)までにお知らせします。

【当選した方】5月14日(月)までに電話または直接、宿泊受付窓口で利用申請をしてください。期限までに利用申請がない場合は、当選結果(予約)を取り消します。

※抽選後の空室は、通常どおり「利用希望日の2か月前の同日から2日前まで」宿泊受付窓口で予約を受け付けます。

【区の担当課】教育支援課教育活動支援係 ☎(3232)1058

募集

特定健診・保健指導栄養士 非常勤職員

【対象】管理栄養士の資格をお持ちで、特定保健指導に関する業務(同等の業務を含む)の経験がある方、1名

【勤務日時】月～金曜日のうち週4日、午前8時30分～午後5時のうち7時間30分

【勤務内容】特定健康診査・特定保健指導等の事務

【報酬(月額)等】22万9千円程度、交通費は実費支給(限度額あり)。社会保険等に参加

【採用予定日】6月1日

【選考】①1次:書類、②2次:1次合格者へ面接

【勤務場所】申込み所定の申込書と作文(テーマは募集案内に記載)を5月7日(月)までに健康づくり課健診係(〒160-0002新宿5-18-21、第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207へ郵送(必着)またはお持ちください。募集案内・申込書・作文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。

審議会

都市計画審議会

【日時】4月27日(金)午後2時から

【会場】区役所本庁舎6階第2委員会室

【内容】東京都都市計画地区計画歌舞伎町シネシティ広場周辺地区地区計画の変更(案)について(内閣総理大臣認定(審議))

【申込み】傍聴を希望する方は、電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で都市計画課都市計画係(本庁舎8階)☎(5273)3527・FAX(3209)9227へ。

保健

未来のパパ向け 健康づくり講座

●パパ大好きって言われちゃう【日時】5月19日(土)午前9時30分～12時

【対象】区内在住で妊娠中の方とパートナー、20組

【内容】講演「必見!パパが健康で楽しく育児できるコツ」講師は滝村雅晴・パパ料理研究家、食事に関する栄養士の話、パパの育児体験タイム

【会場・申込み】4月17日(火)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で、牛込保健センター(〒160-0002新宿5-18-21)☎(3260)6231・FAX(3260)6223へ。先着順。

しんじゅく情報局

新宿まちなかサロン

近隣の高齢者の方が気軽に立ち寄れるサロンの5月のイベントを紹介いたします(事前予約制)。

◎神楽坂・坂上サロン

【日時・内容・定員】▼アロマケアハンドトリートメント:1日(火)午前11時30分～12時(4名)▼歌声サロンで脳と心の健康づくり:8日(火)午前10時45分～11時45分(20名)▼ADL体操:22日(火)午前10時45分～11時45分(20名)

※「住まいと暮らしの相談」高齢者相談「パソコンサロン」健康麻雀も開催します。

【会場】高齢者福祉施設・神楽坂(矢来町10)

◎小滝橋ひろば

【日時・内容・定員】▼グラウンドゴルフ:13日(日)・27日(日)午前10時～12時(16名)▼ハンドマッサージ体験:28日(月)午前9時30分～10時30分(2名)▼色絵(いろえ)カフェ:14日(月)・28日(月)午前11時～12時(6名)▼ネイルケアカフェ:14日(月)・28日(月)午後1時～5時(4名)▼パステルアート:14日(月)・28日(月)午後2時～4時(8名)

【後援】新宿区

【申込み】電話か電子メール(3面記入例のとおり記入)で4月25日(必着)までにアンサンブルみらいTokyo☎042(507)9036・otonowaring@gmail.comへ。応募者多数の場合は抽選し、当選した方に招待券を5月初旬ころ発送します。一般は千500円(全自由席)。

【費用】一回500円程度(別途材料費が必要な場合あり)。パソコンサロンは月2千円

【主催・申込み】4月18日(水)から電話かファックス・電子メール(3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(第2火曜日を除く)午前11時～午後6時・FAX(5206)1318・shiroba@snponet.netへ。先着順。

【問合せ】「新宿明るい社会を作る区民の会」☎(6842)2334(須永)へ。

【問合せ】「新宿御苑開園時間の変更」音の環コンサート

【日時】5月25日(金)午後6時～8時30分(午後5時30分開場)

【会場】牛込算筒区民ホール(算筒町15)

【内容】ブラームス「バイオリンソナタ」、リスト「メフィストワルツ」、トスカ「星は光りぬ」ほか

【問合せ】内閣府☎(5253)2111へ。

【日時】4月21日(土)は午前10時30分に開園

内閣総理大臣主催の「桜を見る会」が開催されるため、開園時間を変更します。

【問合せ】内閣府☎(5253)2111へ。

★サークル紹介・会員募集★

◆水彩画 毎月第1・第3火曜日午後2時～4時、住吉町生涯学習館で。東京芸術大学大学院修了の講師が基礎から指導。初心者歓迎。☎月3,000円。

◆登山 毎月第2・第4日曜日、関東近郊で。歩程は4～5時間。☎入会金1,000円・年1,200円。RAC(レッドアローマウンテンクラブ)藤田☎090(5405)7607

◆混声合唱 毎週月曜日午後6時30分～8時30分、西新宿中学校で。バス(低声)の方歓迎。☎月5,000円。混声合唱団エルム・山本☎(3260)3097

★催し・講座★

◆ゲートボール無料体験会 4月18日(水)・26日(木)午前9時～11時、北新宿公園で。50歳～85歳対象。☎前日までに電話で。各日先着20名。☎平日午前9時～午後6時にゲートボール教室エトハ・山下☎(6300)6647

◆水曜水彩画・渡口(とぐち)☎090(7269)4733

◆登山 毎月第2・第4日曜日、関東近郊で。歩程は4～5時間。☎入会金1,000円・年1,200円。RAC(レッドアローマウンテンクラブ)藤田☎090(5405)7607

◆混声合唱 毎週月曜日午後6時30分～8時30分、西新宿中学校で。バス(低声)の方歓迎。☎月5,000円。混声合唱団エルム・山本☎(3260)3097

区民のひろば

掲載行事は区の主催ではありません。各主催者へ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・FAX(5272)5500へ。

★催し・講座★ ◆ゲートボール無料体験会 4月18日(水)・26日(木)午前9時～11時、北新宿公園で。50歳～85歳対象。☎前日までに電話で。各日先着20名。☎平日午前9時～午後6時にゲートボール教室エトハ・山下☎(6300)6647

◆水彩画 毎月第1・第3火曜日午後2時～4時、住吉町生涯学習館で。東京芸術大学大学院修了の講師が基礎から指導。初心者歓迎。☎月3,000円。 ◆登山 毎月第2・第4日曜日、関東近郊で。歩程は4～5時間。☎入会金1,000円・年1,200円。RAC(レッドアローマウンテンクラブ)藤田☎090(5405)7607 ◆混声合唱 毎週月曜日午後6時30分～8時30分、西新宿中学校で。バス(低声)の方歓迎。☎月5,000円。混声合唱団エルム・山本☎(3260)3097

◆水曜水彩画・渡口(とぐち)☎090(7269)4733 ◆登山 毎月第2・第4日曜日、関東近郊で。歩程は4～5時間。☎入会金1,000円・年1,200円。RAC(レッドアローマウンテンクラブ)藤田☎090(5405)7607 ◆混声合唱 毎週月曜日午後6時30分～8時30分、西新宿中学校で。バス(低声)の方歓迎。☎月5,000円。混声合唱団エルム・山本☎(3260)3097

5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

Table with columns: 相談名, 実施日時, 相談場所, 問合せ. Includes categories like 区民相談, 法律相談, 福祉サービスに関する法律相談, etc.

Table with columns: 相談名, 実施日時, 相談場所, 問合せ. Includes categories like 子どもと家庭の総合相談, 子育て電話相談, 住宅・建築, etc.

# 若者ここ・からステップアップ事業 若者の自立支援のための フリースペース「ここ・からステップアップ」

新宿ここ・から広場しごと棟に、フリースペース「ここ・からステップアップ」がオープンしました。ここでは、社会とのつながりに不安や悩みを抱える若年者の方が社会とつながるきっかけづくりになるよう、次のステップに向けた支援を行います。支援内容等詳しくは、同センター若年者就労支援室ホームページ(<http://andante-shinjuku.net/>)でご案内しています。ご利用には利用登録が必要です。まずは、お電話でお問い合わせください。  
【利用時間】午後1時～5時(水・土・日曜日、祝日等を除く)  
【問合せ】勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内) ☎(3200)3311・☎(3208)3100へ。



フリースペースは、若者の自宅以外で安心して過ごせる場所となることを目指して設置しました。パソコンや読書等好きなことをして過ごすことができるほか、スタッフが常駐しているのでいつでも日々の悩みや不安を相談できます。



▲▶画像はイメージです

4月9日(月)  
オープンしました

こんな方はご利用ください

## 中央図書館で 開催 ここ・からステップアップの体験講座・利用相談会

フリースペース「ここ・からステップアップ」で実施するイベントの体験講座・利用相談会を開催します。

- ①体験講座「IT倶楽部 ～パソコンの構造ってどうなってるの?」  
パソコンの分解・組み立てを行い、普段とは違う視点からパソコンについて学びます。
- ②若年者就労支援事業利用相談会  
企業見学やインターンシップ等の同センター

ターの支援を利用するための相談会です。  
【日時】4月25日(水) ▶①午後2時～3時30分、  
▶②午後3時30分～4時30分  
【会場】中央図書館(大久保3-1-1)  
【対象】区内在住で義務教育終了後～25歳の若者と家族ほか。①は先着10名、②は先着3組(1組15分程度)  
【申込み】4月17日(火)から電話または直接、勤労者・仕事支援センターへ。

# ささえーる 薬王寺の講座

## ①ささえーる歌声広場

【日時・定員】4月24日(火)午前10時～11時30分(20名)  
【内容】生伴奏に合わせて合唱

## ②ストレッチ3B体操

【日時・定員】4月27日(金)午後1時30分～3時30分(15名)  
【内容】ボールなどを使い、音楽に合わせて行う体操

## ③パソコン講座

【日時・定員】4月27日(金)午後1時30分～3時(5名)  
【内容】初心者向けインターネットの使い方

## ④からだ元気体操

【日時・定員】4月26日(木)～7月26日(木)の毎週木曜日午前10時～12時、全13回(20名)  
【内容】ストレッチと筋力アップのための体操



## ⑤夕食を作って食べよう

【日時・定員】4月23日(月)午後2時30分～5時15分(6名)

## ⑥おひとり様のお手軽クッキング

【日時・定員】4月24日(火)午前10時～午後1時30分(6名)  
【内容】一人分を効率的に作る工夫とコツ

## ⑦男のおつまみ講座(男性対象)

【日時・定員】4月26日(木)午後2時～4時30分(6名)

………〈以下共通〉………  
【対象】区内在住で①～③、⑤～⑦は60歳以上、④は50歳以上の方  
【会場・申込み】4月20日(金)までに電話または直接、同館(市谷薬王寺町51) ☎(3353)2333・☎(3353)6640へ。応募者多数の場合は抽選。  
※④は3か月間の連続講座、⑤～⑦は調理実習の講座です。  
※⑤～⑦は400円(材料代)を当日、同館でお支払いください。エプロン、三角布をお持ちの上、爪を切っておいでください。

# 応援します 区内の中小企業

## 人材確保を支援

職場環境の整備や採用力強化などの取り組みを支援し、区内中小企業の人材確保をサポートしています。いずれも区の委託事業で募集数に達し次第、締め切ります(参加には一定の要件あり)。  
【問合せ】消費生活就労支援課消費生活就労支援係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3925・☎(5273)3110へ。

## 生産性向上推進事業

【対象】人材力を高めることで生産性の向上に取り組む意欲のある区内の中小企業等、30社  
【支援内容】生産性向上のためのコンサルタントの派遣(月1回程度)、企業合同セミナーの開催(月30回程度)ほか  
【申込み】電話で同事業事務局(マンパワーグループ(株)内) ☎(3342)4760へ。

## 女性の活躍推進企業サポート事業

【対象】女性の採用・継続雇用など、女性が働きやすい環境整備(制度導入・意識啓発)に意欲のある区内の中小企業、20社  
【支援内容】コンサルタントの派遣(月1回程度)による環境整備、女性採用支援、女性求職者とのマッチングイベントの開催ほか  
【申込み】電話で同事業事務局(アデコ(株)内) ☎(5326)2116へ。

## U29中小企業de働く魅力発見事業

【対象】若者を正規雇用し、育成する意欲のある区内の中小企業、10社  
【支援内容】「U29しごと図鑑(<http://shinjuku-u29.jp/>)」への求人掲載、合同企業説明会の開催(説明会への参加も応相談)  
【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)1801へ。

## 新製品・新サービス開発を支援

### 新製品・新サービス開発支援補助金

新規性・市場性のある製品・サービスの開発に対し、経費の一部を補助します。  
【補助金額】補助対象経費の3分の2以内(1件につき100万円を限度)  
【補助件数】選考により7件程度  
【申込み】交付申請書と必要書類を、4月17日(火)～5月31日(木)に産業振興課産業振興係(〒160-0023西新宿6-8-2、BIZ新宿4階) ☎(3344)0701・☎(3344)0221へ。応募要項・交付申請書等は、新宿区ホームページから取り出せます。先着40件まで申し込みを受け付けます。補助対象経費等詳しくは、お問い合わせください。

## 省エネを支援

地球環境への負荷の低減や、地域の環境保全などに積極的に取り組む企業や団体を支援しています。申し込み方法や要件等詳しくは、環境対策課で配布するパンフレット・新宿区ホームページでご案内しています。申し込みはいずれも先着順で受け付けます。予定件数に達した日に複数の申請があった場合は、当日の申請から抽選します。  
【問合せ】環境対策課環境計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3763・☎(5273)4070へ。

### 環境マネジメント規格認証取得費用助成

【対象】法人格があり、区内の事業所を適用範囲として環境マネジメントシステムの規格(ISO14001、エコアクション21など)の認証を新たに取得する、または認証の適用範囲を区内の事業所に拡大する団体、5件  
【補助金額】補助対象経費の2分の1(上限10万円)  
【申込期間】31年3月29日(金)まで(認証取得前に申請が必要)

### 省エネルギー対策支援

省エネルギー診断の専門家が訪問し、設備の効率化の提案や、省エネのアドバイスを無料で行います。  
【対象】区内の中小規模の事務所・工場・店舗・テナントビル等、10件  
【申込期間】5月1日(火)～31年1月15日(火)

### 事業所用LED照明設置費用助成

【対象】省エネルギー対策支援(上記)か過去に区が実施した省エネルギー診断で、LED照明設置の提案を受けた中小事業者(個人事業者を含む)、10件  
【補助金額】設置に掛かる施工経費の2分の1(上限40万円)  
【申込期間】5月1日(火)～31年2月28日(木)(設置・施工前に申請が必要)

## ものづくりマイスター 「技の名匠」の認定候補者を募集します



▲29年度認定 高橋俊隆さん(琴・三味線修理)



▲29年度認定 遠藤興喜さん(手描友禅・金彩)

区内のものづくり産業の振興を目的に、優れた技術・技能を有し、他の模範となる方を「新宿ものづくりマイスター(技の名匠)」に認定しています。  
【対象】区内の事業所で、ものづくり産業に10年以上従事し、優れた技能を有し、後進の指導に取り組んでいる方  
【選考】現地調査・書類審査・面接審査  
【申込み期限】6月15日(金)まで。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。申し込みには推薦者が必要です。  
【問合せ】産業振興課産業振興係(〒160-0023西新宿6-8-2、BIZ新宿4階) ☎(3344)0701・☎(3344)0221へ。