

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。

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064へ。

★催し・講座★

◆秋の健康フェスタ2018講演会・健康相談「あなたの心臓、だいじょうぶ?」 11月21日(水)午後1時～4時(講演会は午後2時～3時)、JCHO東京山手メディカルセンター(百人町3)で。無料。当日直接、会場へ。平日午前9時～午後4時に同センター・出口 ☎(3364)0251

◆地球環境フォーラム「ごみを減らす社会の実現を!子供たちの未来のために」 12月4日(火)午後1時～3時30分、都議会議事堂都民ホール(西新宿2)で。プラスチックの課題に関する講演とパネルディスカッション。無料。当日直接、会場へ。

◆講演会「50代60代人生巻き返し戦略」 12月8日(土)午後1時30分～3時30分、東京富士大学(高田馬場3)で。学び直しに興味のある50代以降対象。無料。11月30日(金)までに電話で。先着100名。同大学経営学研究所・渡邊 ☎(3362)8479

◆健康麻雀 毎週土・日曜日・祝日 正午～午後6時20分、西新宿1で。基本的な役のわかる方対象。1日1,000円。新宿健康マージャンクラブ・佐藤 ☎090(6546)9286

◆健康3B体操 毎週月曜日午後2時～3時30分・火曜日午前10時～11時30分、高田馬場シニア活動館で。健康増進のための体操。50歳以上対象。入会金1,000円・月3,000円(月2回の方は1,500円)・ハロー3B体操・三井 ☎090(7225)2332

◆ウクレレ入門 11月23日(水)午後3時30分～5時、戸塚地域センターで。20歳以上対象。2,000円。11月22日(木)までに電話で。先着20名。ギター・ウクレレの会・長谷部 ☎090(9140)6745

◆西早稲田こども天国 11月25日(日)午前11時～午後3時、西早稲田大隈通り・仲通り(西早稲田1)で。移動動物園、ポニー乗馬(小学生まで)、縁日ほか。無料。当日直接、会場へ。大隈通り商店会・佐藤 ☎090(3910)6293

◆講演「植物が好き!～植物科学が拓く新しい世界」 12月22日(土)午後2時～4時、東京理科大学神楽坂キャンパス(神楽坂1)で。無料。12月7日(金)までに電話で。先着130名。平日午前10時～午後4時に日本植物学会・二宮 ☎(3814)5675

★サークル紹介・会員募集★

◆水墨画 毎月第1・第3土曜日 午前10時30分～午後0時30分、西新宿カルチャープラザ(北新宿2)で。四季の花や風景を描く。初心者歓迎。無料見学あり。入会金5,400円(70歳以上無料)・月4,968円。光和会・吉川 ☎070(3199)5323

◆健康麻雀 毎週土・日曜日・祝日 正午～午後6時20分、西新宿1で。基本的な役のわかる方対象。1日1,000円。新宿健康マージャンクラブ・佐藤 ☎090(6546)9286

◆健康3B体操 毎週月曜日午後2時～3時30分・火曜日午前10時～11時30分、高田馬場シニア活動館で。健康増進のための体操。50歳以上対象。入会金1,000円・月3,000円(月2回の方は1,500円)・ハロー3B体操・三井 ☎090(7225)2332

【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

●卒乳ってどうするの? 【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

●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:4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:11日(火)午前10時45分～11時45分(20名)、ADL体操:18日(火)午後1時30分～2時30分(20名) 【会場】高齢者福祉施設・神楽坂 013-8-nihoba@snipnet

【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

【日時】12月13日(木)午前10時～12時 【対象】区内在住で満2歳未満のお子さんの保護者、20名 【会場・申込み】11月19日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

●小滝橋ひろば 【日時】内容・定員 フラワーセラピー:2日(日)午後1時30分～3時30分(20名)、ウクレレ:5日(水)19日(水)午後6時30分～8時(15名)、メンタルヘルス相談会:7日(金)午前10時～午後4時、26日(水)午後1時～4時(4名)、アロマカフェ(ハンドマッサージ体験):24日(水)午前9時30分～10時30分(2名)、色絵(いろこ)カフェ:10日(月)24日(水)午前11時～12時(6名)、パステルアート:10日(月)24日(水)午後2時～4時(8名) 【会場】新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12) ……(以下共通) ……

●親子のための観劇会 【日時】12月8日(土)午前10時～11時15分、午後1時30分～2時45分(2回とも同じ内容) 【会場】目白大学新宿キャンパス 佐藤重遠記念館(中落合4-31-1) 【対象】小学生までのお子さんと保護者ほか、50名 【内容】子どもと創作ダンス、音楽演奏ほか

●司法書士の無料相談会 相続による不動産登記や成年後見等の相談を、東京司法書士会新宿支部の司法書士がお受けします。 【日時】11月26日(月)午前10時～午後4時 【会場】区役所本庁舎1階ロビー 【申込み】11月22日(木)までに電話で同支部 ☎(3369)0838 (月)金曜日午前9時～12時へ。

●司法書士の無料相談会 相続による不動産登記や成年後見等の相談を、東京司法書士会新宿支部の司法書士がお受けします。 【日時】11月26日(月)午前10時～午後4時 【会場】区役所本庁舎1階ロビー 【申込み】11月22日(木)までに電話で同支部 ☎(3369)0838 (月)金曜日午前9時～12時へ。

12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 4 columns: 相談名, 実施日時, 相談場所, 問合せ. Rows include 区民相談, 法律相談, 交通事故相談, 行政相談, 人権・身の上相談, 公益通報相談, 悩みごと相談室, 女性相談, 消費生活相談, 多重債務特別相談, 仕事と家計に関する相談, 若年者の就労に関する相談, 商工相談, 図書館でのビジネス情報支援相談会, 税務相談, 外国人相談, 福祉サービスに関する法律相談, 成年後見権利擁護相談, 障害者相談窓口.

Table with 4 columns: 相談名, 実施日時, 相談場所, 問合せ. Rows include 子どもと家庭の総合相談, 発達相談, 子ども家庭相談, 家庭相談, ひとり親相談, 子育て電話相談, 教育相談, いじめの相談, 住み替え相談, マンション管理相談, 住宅資金融資相談, 安全安心・建築なんでも相談, 建築紛争相談, 年金・労務等無料相談, 税理士による無料税務相談, マンション問題無料なんでも相談, 無料不動産相談所(不動産取引相談), 不動産登記無料相談, 行政手続・法務等行政書士による無料相談, 弁護士会電話無料相談.