

育児支援家庭訪問事業

4月から 利用機会を拡充します

これまで、育児や家事などの支援を必要とするとき、ご家庭を訪問してもく浴やおむつ交換・簡単な家事を行う援助者を派遣する「育児支援家庭訪問事業」は、利用が産後に限られていましたが、4月から、産前も利用が可能になりました。ぜひ、ご利用ください。

【対象】区内在住で妊娠中の方と0歳児の保護者
【利用できる時間数】1日1回、2時間～4時間で、計40時間。産後のみ利用する場合は30時間。多胎児の場合は60時間(多胎児で産後のみ利用する場合は45時間)
【費用】1時間1,000円(減免あり)
【申込み】利用希望日の1週間前までに電話で子ども総合センター☎(3232)0675へ。

産後だけでなく、
産前も利用できる
ようになりますよ



ささえーる 薬王寺の催し

世代にかかわらず、区内在住のどなたでも利用できます。

①パソコン講座入門編 ～マウス操作上達の道

【日時・定員】4月12日(金)午後1時30分～3時(5名)

②からだ元気体操講座

【日時・定員】4月8日～7月29日の月曜日(4月29日、5月6日、7月15日を除く)午前10時～12時、全14回(20名)

【内容】ストレッチと筋力アップのための体操



体操の講座 (コソニサイズ)の様子

③屋上庭園サポーター養成講座

【日時・定員】4月15日～9月17日の毎月第3月曜日 (7月・9月は第3火曜日)午前10時～12時、全6回(15名)

【内容】同館の屋上庭園で庭造りや植物の手入れ・栽培を学ぶ

④お手軽薬膳フッキング

【日時・定員】4月4日(木)午後1時30分～4時(6名)

⑤夕食を作って食べよう

【日時・定員】4月8日(月)午後3時30分～5時30分(6名)

⑥男のおつまみ講座(男性対象)

【日時・定員】4月11日(木)午後2時～4時30分(6名)

……………(以下共通)……………
【会場・申込み】3月25日(月)までに電話



屋上庭園サポーター養成講座の様子

または直接、同館(市谷薬王寺町51)☎(3353)2333へ。応募者多数の場合は抽選。

※④～⑥は当日、400円をお支払いください。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。



料理講座(ごきげんキッチン)の様子

3月27日説明会を実施 介護予防・健康づくり等の活動を行う団体への空きスペースの提供にご協力ください

介護予防・健康づくり等の活動や、サロン等の交流活動を住民主体で行っている、または、これから活動を始めようとしている団体が安定的に活動できるよう、活動場所を貸していただけませんか。説明会では、事業概要や手続き方法についてご案内します。なお、説明会に参加できない場合は個別相談をお受けします。下記申込み先へお問い合わせください。

【日時】3月27日(木)午前10時～11時
【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室
【対象】法人・任意団体・個人ほか、40名
【申込み】電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で3月26日(水)までに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・☎(6205)5083へ。

ふれあい入浴証を 発行しています



60歳以上の方等を対象に、区内の公衆浴場(右表)を月4回無料で利用できる「ふれあい入浴証」を発行しています。

【対象】区内在住で次のいずれかに該当する方

▶60歳以上、▶身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを持っている、▶児童育成手当を受給し未就学児を扶養している

●26年度以降に入浴証を申請した方は

31年度の入浴証を3月22日(金)から順次発送します(申請不要)。4月1日(月)までに届かない場合は、地域包括ケア推進課へお問い合わせください。

●初めて申請する方・25年度以前に申請した方は

住所・氏名等が分かるもの(健康保険証等、障害者手帳、児童育成手当認定兼支払通知書(児童扶養手当証書は不可)のいずれか)をお持ちの上、地域包括ケア推進課または特別出張所へ申請してください。

【問合せ】地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階)☎(5273)4567へ。

浴場名	所在地
鶴巻湯	早稲田鶴巻町533
竹の湯	改代町2
熱海湯	神楽坂3-6
第三玉の湯	白銀町1-4
弁天湯	余丁町5-1
大星湯	市谷台町18-3
塩湯	四谷三栄町1-3
柏湯	北新宿4-3-7
柳湯	市谷柳町25
金沢浴場	新宿7-22-11
東玉湯	新宿7-11-5
万年湯	大久保1-15-17
松の湯	西早稲田1-4-12
金泉湯	西早稲田2-16-20
世界湯	高田馬場3-8-31
福の湯(休業中)	高田馬場4-18-2
梅の湯	上落合2-6-4
松の湯	上落合3-9-10
三の輪湯	上落合3-31-2
福の湯	下落合4-25-10
ゆーザ中井	中落合1-13-8
栄湯	西落合2-6-2

●渋谷区の羽衣湯(渋谷区本町3-24-20)も利用できます(利用者負担100円)。

いきいきウオーーク新宿
●鉄炮組百人隊ゆかりの地から新たな歌舞伎町へ
【日時】3月22日(金)午前9時10分～9時30分(大久保2丁目7)に集合。
正午に西武新宿線西武新宿駅で解散予定(雨天実施)
【内容】初心者向け歩き方教室と約4.5kmのウォーキング
【持ち物】飲み物、帽子、タオル、雨具、運動靴と動きやすい服装で両手が自由になるようにしてください。
【共催】NPO法人新宿区ウォーキング協会
【申込み】当日直接、集合場所へ。

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、返信用にも住所・氏名)

【問合せ】健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)30047へ。
※長い距離(約8km)を歩く、レガス新宿の健康ウォーキングが3月20日(木)に行われます。詳しくは「新宿未来創造財団」☎(3232)7701へ。

【問合せ】健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)30047へ。のみ当日申し込み。
【別用】100円資料代等、茶話会は別途、茶菓子代(30円程度)
【申込み】3月18日(月)～4月1日(月)に電話で四谷地区協議会(四谷特別出張所内)☎(3354)6171へ。先着20名。
※初めて参加する方には当日、「四谷まち歩き手帖」を差し上げます。
●NPO設立講座
◇定款作成から設立登記まで
【日時】4月18日(木)午後6時45分～8時45分
【対象】社会貢献活動に興味のある方、活動に関わっている方、これから始める方、20名
【内容】基本事項を決定することから認証決定後の官公署への届け出まで法人設立に必要な手続き(講師は瀧口徹/B.L.P.I.Network副代表)

【日時】4月7日(日)午後1時～2時40分
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3丁目5-1)
【対象】6歳～65歳、30名
【内容】受け身・基本技・護身術ほか、運動ができる服装でおいでください。
【主催・申込み】3月17日(日)から

【日時】3月22日(金)午後1時30分～3時
【会場】申込み「傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第4委員会室へ」
【問合せ】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(本庁舎1階)☎(5273)43508へ。

【日時】4月7日(日)午後1時～2時40分
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3丁目5-1)
【対象】6歳～65歳、30名
【内容】受け身・基本技・護身術ほか、運動ができる服装でおいでください。
【主催・申込み】3月17日(日)から

【日時】3月20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、区役所本庁舎6階第3委員会室へ」

ご利用ください 協働推進基金一般事業助成

区では、NPO等の多様な団体と地域課題の解決に向けて共に取り組む「協働」を推進しています。

より効果的に協働を推進するために、区民の皆さんからの寄付による「協働推進基金」を活用して、助成制度を行っています。

助成には、団体が単独で実施する事業が対象の「一般事業助成」と区との協働で実施する事業が対象の「協働事業助成」の2つの区分があります。今回は一般事業助成についてご案内します(助成総額は200万円)。
※協働事業助成は5月ごろに募集予定です。

一般事業助成の募集内容

【対象事業】区の地域課題や社会的課題の解決を目的とした社会貢献事業
【対象団体】NPO法人、ボランティア活動団体等営利を目的としない団体
【助成額】助成対象事業費の3分の2(1事業当たり50万円を限度)
※30年度までに助成を受けた事業と同一事業を申請する場合は、助成対象事業費の2分の1(NPO活動資金助成実績を含む)
※同一事業に対する助成は3回まで(NPO活動資金助成実績を含む)
【選考等】▶1次…書類(5月8日)、▶2次…1次合格者は公開プレゼンテーション(5月22日(木))。6月上旬に助成決定
【申込み】事前連絡の上、所定の申請書等を4月1日(月)～11日(木)に地域コミュニティ課管理係へ直接、お持ちください。
※要件等詳しくは助成の手引きをご覧ください。助成の手引きは同係で配布しているほか、申請書は新宿区ホームページから取り出せます。
※申請内容を確認するため、事業内容が分かる方がおいでください。

説明会を開催します

申請書の記載方法、必要書類等についての説明会を開催します。助成申請予定の方は、ぜひご参加ください。
【日時・内容】▶①3月25日(月)午後2時～4時…説明会と講演会「助成金を活用しよう～申請と審査のポイント」(講師は関口宏聡/認定NPO法人シーズ・市民活動を支える制度をつくる会代表理事)
▶②26日(火)午後6時30分～8時30分…説明会と講演会「審査員の心を動かす申請書～なんで今なの課題解決」(講師は伊藤清和/元富士ゼロックス東京㈱CSR部社会貢献推進グループ)
▶③28日(木)午前10時～11時…説明会
※説明会はいずれの回も同じ内容です。

……………(以下共通)……………
【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室
【申込み】事前に電話かファックス(5面記入例のほか団体名、参加人数を記入)で地域コミュニティ課管理係へ。

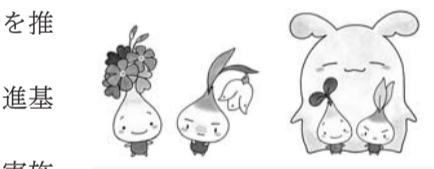
【日時】4月21日(日)午前9時～午後5時
【会場】甘泉園公園庭球場(西早稲田3丁目5)
【対象】区内在住・在勤の18歳以上、30組
【申込み】往復はがきに代表者に「申込み」は複数名のほかにパートナリ1名代表者、パートナー1両方の年齢・性別を記入し、3月30日(必着)までに区硬式庭球連盟古川寛(〒162-0041早稲田鶴巻町33)☎(3202)5876へ。応募者多数の場合は抽選。

【日時】4月7日(日)午後1時～2時40分
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3丁目5-1)
【対象】6歳～65歳、30名
【内容】受け身・基本技・護身術ほか、運動ができる服装でおいでください。
【主催・申込み】3月17日(日)から

【日時】3月22日(金)午後1時30分～3時
【会場】申込み「傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第4委員会室へ」

【日時】3月25日(月)午後2時～4時
【会場】申込み「傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ」

【問合せ】地域コミュニティ課管理係(本庁舎1階)☎(5273)3872・☎(3209)7455へ。



寄付を通して 社会貢献しませんか

区民・事業者の皆さんからの寄付金を「協働推進基金」に積み立て、NPO等の非営利の団体が行う地域課題の解決を目的とした社会貢献活動に助成しています。

寄付金の額に制限はなく、寄付をしたい分野を希望できます。ご理解とご協力をお願いします。

●寄付の方法

電話で寄付申請書を地域コミュニティ課管理係へ請求してください。特別出張所でも配布しています。

寄付金は直接、同係・特別出張所にお持ちいただくか、振り込みで受け付けます。

協働推進基金にご協力いただく、税制上の優遇措置(寄付金控除)が受けられます。寄付金控除について詳しくは、管轄の税務署・お住まいの区市町村の税務担当課にお問い合わせください。

……………(以下共通)……………
【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室
【申込み】事前に電話かファックス(5面記入例のほか団体名、参加人数を記入)で地域コミュニティ課管理係へ。

全世代の 方対象 シルバー人材センターの英会話教室

★同センターの会員でなくても受講できます。
〒160-0022 新宿7-3-29 ☎(3209)3181

クラス	主な内容	日時
A	場面に応じた英語での受け答えを学ぶ(中学3年生レベル)	毎月第1・第2・第4火曜日午後1時30分～3時(初回は4月2日(火))
B	多くの単語で英会話経験を積む(中学2年生レベル)	毎月第1・第2・第4火曜日午後3時30分～5時(初回は4月9日(火))
C	易しい英語で言いたいことを表現する力を養う(中学2年生レベル)	毎月第1・第2・第4木曜日午前10時～11時30分(初回は4月4日(木))
D	基礎を学びながら、日常の簡単な英会話力を養う(中学2年生レベル)	毎月第1・第2・第4木曜日午後1時～2時30分(初回は4月4日(木))
E	世界の共通語を通じて視野を世界に広げる(高校1年生レベル)	毎月第1・第2・第4金曜日午前10時～11時30分(初回は4月5日(金))
F	易しい英語を反復して、自らの英語教材を作る(中学1年生レベル)	毎月第1・第2・第4金曜日午後1時～2時30分(初回は4月5日(金))

シニア活動館・地域交流館の催し

シニア活動館は区内在住50歳以上、地域交流館は60歳以上の方が対象です。

戸山シニア活動館	戸山の歴史を語り継ぐ集い	ジェイ神原/笑い気功協会)	④ハーバリウム教室	後2時～3時30分(40名)
【日時・定員】3月24日(日)午後2時～4時(60名) 【内容】徳川慶勝物語・関連資料の展示 【会場・申込み】当日直接、同館(戸山2-27-2)☎(3204)2422へ。先着順。	【日時・定員】3月24日(日)午後2時～4時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】4月11日(木)14日(日)午前10時～12時(各回9名) 【内容】瓶にドライフラワーとオイルを入れた雑貨作り(2日間とも同じ内容) 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】4月11日(木)14日(日)午前10時～12時(各回9名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【内容】朗読の基本や楽しみ方を学ぶ(講師は河原田ヤスケ/俳優) 【会場・申込み】当日直接、同館(早稲田南町50)☎(3208)2552へ。先着順。 高田馬場地域交流館 【日時・定員】3月24日(日)午後2時～3時30分(50名) 【内容】お座敷芸(暫間(ほうかん)芸・太鼓もち芸)(出演は悠玄亭玉八師匠/暫間芸人ほか) 【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17)☎(3200)5816へ。
【日時・定員】3月20日(木)午後2時～4時(60名) 【内容】徳川慶勝物語・関連資料の展示 【会場・申込み】当日直接、同館(戸山2-27-2)☎(3204)2422へ。先着順。	【日時・定員】3月20日(木)午後2時～4時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月24日(日)午後2時～3時30分(50名) 【内容】お座敷芸(暫間(ほうかん)芸・太鼓もち芸)(出演は悠玄亭玉八師匠/暫間芸人ほか) 【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17)☎(3200)5816へ。
【日時・定員】3月22日(金)午後1時30分～3時(60名) 【内容】徳川慶勝物語・関連資料の展示 【会場・申込み】当日直接、同館(戸山2-27-2)☎(3204)2422へ。先着順。	【日時・定員】3月22日(金)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月24日(日)午後2時～3時30分(50名) 【内容】お座敷芸(暫間(ほうかん)芸・太鼓もち芸)(出演は悠玄亭玉八師匠/暫間芸人ほか) 【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17)☎(3200)5816へ。
【日時・定員】3月22日(金)午後1時30分～3時(60名) 【内容】徳川慶勝物語・関連資料の展示 【会場・申込み】当日直接、同館(戸山2-27-2)☎(3204)2422へ。先着順。	【日時・定員】3月22日(金)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月31日(日)午後1時30分～3時(60名) 【内容】懐かしの名曲生演奏、シニア世代向けファッションショー 【費用】700円(材料費)………(以下共通)……… 【会場・申込み】②は当日直接、①③④は3月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(3377)9380へ。先着順。	【日時・定員】3月24日(日)午後2時～3時30分(50名) 【内容】お座敷芸(暫間(ほうかん)芸・太鼓もち芸)(出演は悠玄亭玉八師匠/暫間芸人ほか) 【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17)☎(3200)5816へ。