/www.city.shinjuku.lg.jp/

発行:新宿区 編集:区政情報課 〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 **☎**03-3209-1111

▶後期高齢者医療制度 保険料 の軽減特例が見直されました

今号の主な内容

2・3面

福祉 - 4∙5∙8面

▶健康づくり・介護予防出前講座 ▶介護予防教室

▶高齢者マッサージサービス ▶バリアフリーマップ作成の 委託事業者を募集

こども・教育 5.8面

▶ひとり親家庭(母子・父子)等の 方へ 福祉制度をご利用ください

▶保育所として活用できる物 件の情報を募集しています

イベント・ 6.8面

▶芸術体験ひろば

人材募集 6面

保健·衛生 7.8面

しんじゅくコール 🕔 03-3209-9999 土・日曜日、夜間もご案内 受付時間:午前8時~午後10時 **600** 03-3209-9900

聴覚に障害がある方で「ファックス番号の ない記事」へのお問い合わせは、しんじゅ くコールのファックスをご利用ください。

地震に強い住まいのために

区の支援事業をご活用ください

昭和56年5月31日以前に着工した建築物の 耐震化を支援しています

昭和56年(1981年)6月に建築基準法の改正で建築物の耐震基準が強 化されました。阪神・淡路大震災では、法改正以前に建てられた建築物の 中・小破以上の被害が約65%以上にのぼったことが報告されています(右 グラフ)。このことから、昭和56年5月31日以前に建てられた建築物は、 耐震診断で地震に対する安全性を調べることが重要です。

区では、昭和56年5月31日以前に着工した建築物を対象に、耐震化を啓 発するとともに、耐震診断や耐震改修工事への助成を行うなど建築物や 建築敷地の耐震化を進めています。今回は、区の支援事業をご紹介します。 ぜひご活用ください。助成要件・金額等詳しくは、お問い合わせください。 【問合せ】防災都市づくり課(本庁舎8階)☎(5273)3829・囮(3209)9227へ。

パンフレット「地震に強いあなたの住まい」

各支援事業について詳しくご案内しています。 防災都市づくり課・特別出張所で配布しているほ か、新宿区ホームページからご覧いただけます。

阪神・淡路大震災 建築年別の被害状況

軽微•無被害 中·小破 昭和56年 以前の建物 約36% 昭和57年 軽微・無被害

大破以上 約29%

中·小破 大破以上 約74% 約16% 約9%

80% 40% 60% 100% 出典:阪神·淡路大震災建築震災調査委員会報告書

木造住宅の耐震化

【対象】昭和56年5月31日以前に着工した木造2階建て以下の住宅・共同住宅・店舗等併用住 宅(2分の1以上が住宅)ほか

■ 耐震診断のための建築士派遣(無料)

区から建築士を派遣し、耐震診断を行います。診断には、簡易な診断を 行う「予備耐震診断」と、地震による損壊等に対する建物の強度(耐震性能)の 評価を行う「詳細耐震診断」があります。



0%

■ 補強設計・耐震改修工事等への助成

▶補強設計等

補強設計に掛かる費用の一部 を助成します(限度額/17万円)。 ※詳細耐震診断と補強設計を合 わせて実施する場合、助成限度額 は30万円です。

▶耐震改修工事

補強設計に基づいて行う耐震改修工事に掛かる費 用の一部を助成します。

※申請者が個人の場合は、申請者を含む世帯全員が住民 税を滞納していないこと等が要件です。消費税等や耐 震補強とは関係のないリフォームは助成対象外です。

★耐震フォローアップ(5月ころ)

区の耐震化支援事業を利用し、改修 工事が必要と診断され、耐震改修工事に 至っていない建物に再度、耐震化の呼 び掛けや助成制度のご案内をするほか、 希望する方に訪問でご自身の建物につ いて耐震化に関する説明を行います。

★耐震化に関する説明会・個別訪問(7月以降)

区の耐震化支援事業を利用したことのな い昭和56年5月31日以前に建てられた木造 住宅等を対象に、説明会と個別訪問を行いま す。説明会は、特別出張所管轄地区ごとに開 催し、耐震化の必要性等を説明するほか、7月 から順次行う個別訪問をご案内します。

非木造建築物の耐震化

耐震アドバイザー派遣・簡易耐震診断(無料)、耐 震診断、補強設計、耐震改修工事への助成を行って います。

【対象】昭和56年5月31日以前に着工した鉄骨造、鉄筋 コンクリート造、鉄骨鉄筋コンクリート造の建築物



特定緊急輸送道路沿道の 建築物の耐震化

補強設計・耐震改修工事・除却・建替えの助成

特定緊急輸送道路は、震災時における救急消火活動や 緊急物資輸送等を担い、応急活動の中心となる防災拠点 を結ぶ重要な道路「緊急輸送道路」のうち、東京都の条例 で特に耐震化が必要とされる道路です。



★補強設計・耐震改修工事等の助成期限を延長

補強設計・耐震改修工事等への助成期限を延 長し、「2023年3月31日までに補強設計等に着 手するもの |が助成対象になりました。

2面でも区の 支援事業を紹 介しています

広報新宿 新聞折り 込み日の変更

次号4月15日号は、4月14日(日)の朝刊に 折り込みます。

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3 階)☎(5273)4064·**胍**(5272)5500へ。

地震に強いまちのために

区の支援事業をご活用ください

① ブロック塀等の除去



道に沿った高さ1m以上のブロック塀・万年塀・大谷石塀などの除去に掛かる 費用の一部を助成します。

【助成金額】40万円を限度に▶実際の工事に掛かる費用、▶除去するブロック塀 等の面積(m)×面積当たりの単価(※)で算出した費用のいずれかのうち低い額 ※面積当たりの単価は▶万年塀…6,000円/㎡、▶ブロック塀・大谷石塀等… 12,000円/m²

新設への助成も行っています (2020年度末まで)

ブロック塀等除去後のフェンス等の【助成金額】12万円を限度に次のいずれかのうち低い 額の2分の1▶実際にフェンス等の新設に掛かる費 用、▶新設するフェンス等の長さ(m)×12,000円

② 接道部の緑化

新たに生垣等を作る際の費用の 一部を助成します。同時にブロック 塀等を撤去する場合は、その費用の 一部も併せて助成します。

【助成要件】次の全てに該当すること

▶道路に直接面するように樹木を植える(2m以上。道路 側にフェンス等の設置は不可)、▶前面の道路の幅が4m 以上あるか、4m以上確保できる、▶工事完了後、5年以内 に改造や撤去をしない

※売買目的や、みどりの推進モデル地区を除き緑化計画 書が必要な場合は対象外です。

【助成金額等】右表のとおり。上限額は接道部緑化(生垣・植 樹帯)、ブロック塀等撤去、各40万円

種別 助成額 高さ1m~1.5m未 7.000円~/m 満の樹木を植栽 高さ1.5m以上の樹 20,000円~/m 木を植栽 低木+中木 7,000円/m 低木+高木 14,000円/m 高さ1m以上の万年 6,000円/m² 塀等 高さ1m以上のブロ 12,000円/㎡ ック塀・大谷石塀等

1面に引き続き、区の支援事業を紹介します。いつ起こる か分からない首都直下型地震に備えましょう。要件等詳し くは、お問い合わせください。

【問合せ】▶①は防災都市づくり課(本庁舎8階)☎(5273) 3829、▶②はみどり公園課みどりの係(本庁舎7階)☎(5273) 3924、▶③④は建築指導課(本庁舎8階)☎(5273)3745へ。

擁壁・がけの耐震化

地震・集中豪雨による災害を未然に防ぐため、擁壁・がけ を安全に維持管理することが大切です。

改修等を実施する擁壁等の高さが1.5m以上で以下のい ずれかに該当する擁壁等を新設する場合等の改修工事費 の一部を助成します。

【対象の擁壁等】▶道に近 接する、▶居住用の建築 物に近接する

※専門技術者の無料派 遣も行っています。詳し くは、お問い合わせくだ さい。



▲擁壁の耐震化の例

エレベーターの耐震化

すでに設置済みのエレベーター を対象に、地震時の閉じ込め・挟まれ 事故防止のための装置設置や耐震 補強等の防災対策改修工事へ補助 しています。

【対象工事】▶P波感知型地震時管制 運転装置の取り付け、▶主要機器の 耐震補強(耐震クラスA14)、▶戸開 走行保護装置の取り付け

万円以下)



6月1日~30日実施

新宿応援セー

区と新宿区商店会連合会では、商店街の 活性化のため、区内の商店街で買い物やサ ービスを利用した方に総額3,000万円の金 券が当たるキャンペーンを実施します。詳 しくは、広報新宿5月25日号でお知らせする 予定です。

【問合せ】産業振興課産業振興係(西新宿6― 8-2、BIZ新宿4階)☎(3344)0701、新宿区 商店会連合会事務局☎(3344)3130へ。

新宿応援セール

参加店を募集します



新宿区商店会連合会にお申し込みいただ くと、新宿応援セールに参加できます(事 務費負担等あり)。詳しくは、4月15日(月)ま でに新宿区商店会連合会事務局へお問い 合わせください。

後期高齢者医療制度に加入している方へ

保険料の軽減特例が。



見直されました

【問合せ】高齢者医療担当課高齢者医療係(本庁舎4階) **☎**(5273)4562**△**。

後期高齢者医療制度では法律に基づき、所得が一 定基準以下の方の保険料を軽減しています。特に所 得の低い方等は、特例としてさらに軽減し、軽減した 分は国の費用で補っています(保険料の軽減特例)。

今後、医療費の増大が見込まれる中、皆さんが低負 担で安心して医療にかかることができる制度を維持 するため、保険料の軽減特例が見直されました。

見直しの概要

均等割額の軽減割合(右表)

均等割額(年間43,300円)は、同じ世帯の後期高齢者医療制度の 被保険者全員と世帯主の総所得金額等を合計した額をもとに一定 の割合を軽減しています。総所得金額等の合計額が33万円以下で 被保険者全員が公的年金所得のみ(公的年金収入80万円以下)の世 帯は、本来7割軽減のところ保険料の軽減特例が適用され、30年度 まで9割軽減していましたが、31年度から8割軽減になります。 ※65歳以上(31年1月1日時点)の方の公的年金所得は、高齢者特

別控除額15万円を差し引いた額で判定します。

★軽減割合5割・2割は総所得金額等の上限を緩和(右図)

▶5割軽減の世帯

【30年度】33万円+(27万5,000円×世帯の被保険者の数)以下 【31年度】33万円+(28万円×世帯の被保険者の数)以下

▶2割軽減の世帯

【30年度】33万円+(50万円×世帯の被保険者の数)以下 【31年度】33万円+(51万円×世帯の被保険者の数)以下

• 被扶養者軽減が期限付きに(右図)

会社の健康保険等(国保・国保組合は除く)の被扶養者だった方が後期 高齢者医療制度の対象となった場合、均等割額が5割軽減されます。31 年度から、5割軽減となるのは、後期高齢者医療制度に加入してから2年 を経過する月までとなりました。

※29年4月30日以前に後期高齢者医療制度の対象となった被扶養者の 方は、31年3月31日に軽減期間が終了しました。

※低所得による軽減に該当する場合は、軽減割合の高い方が優先されます。 ※当面の間、所得割額は掛かりません。

【保険料の軽減特例 軽減割合の変更】

被保険者と世帯主の 均等割額の 軽減割合 総所得金額等の合計 自己負担額 33万円以下で被保険 9割 4,300円 者全員が公的年金所得 のみ(公的年金収入80

8割

8,600円

33万円+(A×世帯の被保険者の数) のAについて

5割軽減 2割軽減 非該当 27万5,000円超 50万円超 0~ 27万5,000円 ~50万円 28万円超~ 51万円 31年度 0~28万円 51万円超 27万5,000円超~ 50万円超~51万円 28万円の世帯は 2割軽減→5割軽減 軽減なし→2割軽減

軽減割合5割

(自己負担額21,600円)

制度加入から2年を経 過する月を過ぎると

軽減割合なし

(自己負担額43,300円)



地域活動への助成制度をご活用ください

助成事業・金額は審査の上、決定します。いずれも他の助成を受けている事業、特定の方が対象の事業、営利目的、政治・宗教 活動を含む事業等を除きます。申請書等は申込先で配布するほか、新宿区ホームページから取り出せます。

住民等提案型事業助成•高齢者福祉活動基金助成

高齢者の介護予防・福祉増進の活動

【対象】実施団体の 会員以外の高齢者 を対象とした、新 規またはこれまで の活動を充実させ



る次の事業(いずれも助成終了後も 継続的に活動することが条件)

▶区内在住の高齢者のための介護予 防、認知症・うつ・閉じこもり防止、生 活支援・生きがいづくり・健康づくり 等に関する活動(介護予防教室、健康 指導、高齢者向けの啓発講座等)、

▶区内在住の高齢者が主体となって 行う社会貢献活動(地域の清掃、防犯・ 防災活動等)、▶区内に居住する高齢 者を対象とした地域支え合い活動

【助成額】対象経費の4分の1~4分の4 (30万円を限度。地域支え合い活動は 5万円を限度)。同一内容の事業への 助成は1年度1回(通算して3回まで)。 回数によって助成率が異なります。 【交付時期】6月上旬(予定)

【申込み】事前連絡の上、所定の申請書 等を4月26日金までに直接、地域包括 ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2 階)☎(5273)4567へ。

●説明会を開催します

【日時】4月16日(火)午後6時~7時 【会場】区役所本庁舎地下1階11会議

【申込み】4月15日例までに電話で同 係へ。

プレイパーク活動

プレイパークとは、「自分の責任 で自由に遊ぶ」をモットーにした 子どもの遊び場です。

【対象】区と協働し、区内の公園で 「プレイパーク活動」「プレイパー クの普及啓発事業」を実施する区 内の団体

【交付時期】6月中旬(予定) 【申込み】所定の申請書等を4月15 日川までに直接、子ども家庭支援 課子育て支援係(新宿7-3-29、 新宿ここ・から広場内)☎(3232) 0695^.



新宿区子ども未来基金助成

子どもの育ちを支援する活動



【対象】区内のお子さんと子育て家 庭を対象とした次のいずれかの活

- ▶学び・共食・体験の機会や活動の 場の提供、子どもの情緒や創造性 の育成、孤食や育児の孤立化を防 止する活動
- ▶ひとり親家庭·生活困窮家庭等、 困難を抱えた子どもや家庭を支援 する活動
- ▶子どもの発育発達や不登校、思 春期のこころの問題などを抱える 子どもと保護者を地域でサポート

する活動

【対象団体】次の全てを満たす団体

- ▶活動する会員数が5人以上
- ▶原則として助成を受けようとす る活動の実績がある
- ▶継続的に活動する意思がある 【助成額】▶助成回数1·2回目…対 象経費の4分の3(30万円を限度)
- ▶助成回数3回目…対象経費の2分 の1(20万円を限度)
- ▶助成回数4回目…対象経費の4分 の1(10万円を限度)

【助成金の交付】審査の上、助成活動・ 金額を決定し、6月中旬ころに交付 予定

【申請受付期限】4月22日(月) 【問合せ】子ども家庭課企画係(本庁 舎2階)☎(5273)4261へ。

障害のある方の自立・社会参加支援活動

【対象】▶自立のための社会的活動を 行う障害者と家族、▶区内在住で障 害のある方への援助活動を行う個人・

【対象事業】障害者の自立や社会参加 を促進するために31年度に実施する、 ▶学習·研修、▶調査研究、▶福祉教育· 啓発、▶福祉器具等の開発整備ほか

【対象経費】謝礼、消耗品費、会場·付帯 設備利用料、材料費、宿泊費、バス等 交通機関利用料(バスの借り上げを

伴う事業は遠隔地での実施が障害者 の社会参加や自立訓練に必要不可欠 な場合のみ助成。レクリエーション が目的の経費は対象外)

【助成額】対象経費の合計額の5分の3 以内(100万円を限度)

【交付時期】6月~7月(予定) 【申込み】所定の申請書等を4月12日 (金)~26日金に直接、障害者福祉課福 祉推進係(本庁舎2階)☎(5273)4516・

 $\mathbf{M}(3209)3441$ \wedge 。

ご活用ください

コミュニティ活動補償制度

皆さんが安心して町会・自治会活動やボランティア活動などができるよう、区 が保険料を負担し、コミュニティ活動中の事故による損害を補償しています。 原則として事前の登録は不要です。補償内容等詳しくは、地域コミュニティ課・ 特別出張所で配布するパンフレットでご案内しています。新宿区ホームペー ジからもご覧いただけます。

【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。

【補償の対象となる活動】次の①~⑤ 全てを満たす活動

- ▶①区内在住または区内に活動拠点が ある方で構成される地域団体の活動
- ▶②広く公共の利益を目的とした自 発的な活動
- ▶③年間を通じて計画的に行う活動
- ▶④無報酬で行う活動(交通費等の実 費は無報酬とみなします)
- ▶⑤区内での活動または区民が行う 国内での活動

【公益活動の具体例】▶町会・自治会活

- ▶地区協議会活動
- ▶ 防災·防犯活動
- ▶資源ごみの回収・リサイクル活動
- ▶交通安全活動 ほか

【対象外の例】政治・宗教・営利を目的 とした活動、有償で行う活動、会員同





士の懇親・親睦を目的とした活動、職 場や学校などの行事として行う活動、 趣味のサークル・スポーツ活動 ほか

●事故が発生したときは

傷害や賠償責任が生じる事故が発 生したときは、事故発生日から14日 以内に地域団体の代表者が「コミュニ ティ活動事故報告書」を地域団体を所 管する区の担当課または地域コミュ ニティ課コミュニティ係へ提出して ください。報告書は、同課・特別出張所 で配布するほか、新宿区ホームページ から取り出せます。

くらし

基礎から学ぶ寄せ植え講座 🧱

●母の日に贈る寄せ植え

【日時】5月6日(株)午前10時~12時·午後 1時30分~3時30分

【対象】小学生以上(小学生は保護者同

【内容】カーネーションが中心の寄せ植 え作り(講師は星野学/テクノ・ホルテ ィ園芸専門学校講師)

【費用】2,500円(受講料、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、筆記用具

【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)、小学 生の場合は同伴する保護者の氏名を記 入し、4月22日(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)☎(3348) 6277へ。各回定員20名。応募者多数の 場合は抽選。定員に空きがある場合は 4月23日似から電話で受け付けます (先着順)。



はがき・ファックスの記入例

講座• 催し等の 申し込み

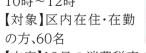
※往復はがきは、各 記事で指定がある 場合のみ。 ※費用の記載のな いものは、原則無料。

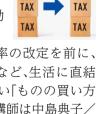
①講座・催し名 ②〒•住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 (往復はがきの場 合は、返信用にも 住所·氏名)

消費者講座「消費税率改定で どう変わる消費生活」

● 新宿消費生活センター 委託講座

【日時】5月25日出午前 10時~12時 【対象】区内在住·在勤





【内容】10月の消費税率の改定を前に、 軽減税率や経過措置など、生活に直結 する消費税を知り、賢い「ものの買い方 とやりくり」を学ぶ (講師は中島典子/ 東京都金融広報委員会金融広報アドバ イザー)

【会場・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 新宿文化センター(〒160-0022新宿 6-14-1) (3350) 1141へ。応募者多 数の場合は抽選。

受講者 募集

区立障害者福祉センターの講座

①パソコン講座

● ワード基礎〜応用

【日時・クラス】▶水曜クラス…5月8日~ 7月3日(6月5日(水)を除く)の水曜日午前 10時~11時30分、▶木曜クラス…5月9 日~7月4日(6月6日休)を除く)の木曜日 午後1時30分~3時、各全8回

②フラワーアレンジメント講座 【日時】5月29日似午後1時30分~3時 ······⟨①②共通⟩·······

【対象】区内在住の障害のある方、各クラ ス10名

当日直接、会場へ

【費用】1回100円(減免制度あり。②は生 花代が別途1,000円程度かかります) 【会場・申込み】4月19日金までに電話か ファックス(3面記入例のほかお持ちの 方は手帳の種類(障害名も)、①は希望ク ラス(水・木曜日の別)を記入)または直 接、同センター(戸山1─22─2)☎(3232) 3711(日曜日、祝日を除く)・111(3232)3344 へ。応募者多数の場合は、身体障害者手 帳・精神障害者手帳・愛の手帳のいずれ かをお持ちの方を優先して抽選(定員 に余裕がある場合は家族も参加可)。

シニア向け 健康づくり・介護予防出前講座

ン専門職や保健師・栄養士・歯科衛生士 護予防につながる運動・食事などの具体 ほか 的な方法を指導します。

【対象】区内在住で65歳以上の方5~50 名で構成するグループ(おたっしゃ運動 実践コース(右表①)は医師から運動を 禁止されている方は参加できません)。 【内容】右表のとおり

【利用日時】土・日曜日、祝日等を除く午 前10時~午後5時

◆ほっと安心カフェ(3か所)

温かい雰囲気の憩いの場です。

【会場・日時】▶すみれ…百人町四丁目ア

パート10号棟集会室(百人町4-7-

10)/每月第4水曜日午後1時~3時(次

日頃の活動場所にリハビリテーショ 【利用回数】1グループ3コース合計年間 8回まで(①は最大6回、②③は1回ずつ) 等が出向き、高齢者の健康づくりや介 【会場】区内公共施設等の会議室・集会室

> ※会場は講座を受けるグループが確保 してください(個人宅は不可)。

> 【申込み】所定の申込書を希望日の前月 10日までに地域包括ケア推進課介護予 防係(〒160-8484歌舞伎町1─4─1、本 庁舎2階)☎(5273)4568へ郵送(必着) またはお持ちください。申込書は電話 でご請求ください。



コース名 内容 ↑護予防運動の専門イン ①おたっしゃ ストラクターによるミニ 運動実践 講座と運動(1回60分ま コース たは90分)

リハビリテーション専門 ②おたっしゃ 職による日常生活動作の 機能維持 工夫のポイントの説明(1 回60分または90分)

|保健センターの専門職に ③おたっしゃ よる健康・食事・□腔ケア がテーマの講話(1回60 コース

ぬいぐるみおとまり会 🚹

こども映画会 🚹

30分

伴可)

こども・教育 🚜

● ねぎぼうずのあさたろう 巻之一

【日時】4月14日(日)午後2時30分~3時

【対象】小学生まで、100名(保護者の同

【会場・申込み】当日直接、大久保地域セ

【問合せ】大久保図書館☎(3209)3812へ。

ンター(大久保2-12-7)へ。先着順。

おはなし会に参加 後、ぬいぐるみを図書 館にお泊りさせませ んか。お迎えの際、お 泊りの様子が分かる

写真をお渡しします。 【日時】4月20日生)午後3時~4時 ※4月21日(日)午後1時~4時にぬいぐ るみと写真をお渡しします。

【対象】小学4年生までのお子さんと保 護者、20名

【会場・申込み】4月7日(日)から電話で西落 合図書館(西落合4─13─17)☎(3954) 4373へ。先着順。

のまりん青空紙芝居劇場 📶

【日時】4月21日(日)午前11時~12時 【対象】小学生までのお子さんと保護 者、30名

【内容】紙芝居、手遊び(出演は野間成之 (のまりん)/のまひょうしぎの会) 【会場・申込み】4月7日(日)から電話また は直接、西落合図書館(西落合4-13-17)☎(3954)4373へ。先着順。

農業体験参加者を募集 📶

●新宿で体験できる農業 お米や野菜を育ててみよう

【日時】4月27日出~11月下旬の毎週土 曜日午前10時~12時(作物の生育状況 や天候で変更する場合あり)

【会場】新宿ここ・から広場(新宿7-3-29) 【対象】区内在住・在学の小学3~6年生、 30名程度

【内容】畑や田んぼの 土作り、種まき、作物 の世話、収穫

※11月下旬に収穫

祭を実施します(食材費等が必要) 【主催・申込み】往復はがきに3面記入例 のほか、性別・学校名・学年・保護者の氏 名・ファックス番号(お持ちの方)を記入 し、4月16日(必着)までに**新宿区青少年** 活動推進委員会事務局(〒160-0022新 宿7-3-29、子ども家庭支援課子育て 支援係内)☎(3232)0695へ。応募者多

青空かみしばい 📶

数の場合は抽選。

【日時】5月4日紀午前11時~12時 【対象】小学生までのお子さんと保護 者、20名程度

【内容】オープンライブラリーで紙芝居 (講師はじゃんぼ/街頭紙芝居師・児童 文学研究家)

【会場・申込み】当日直接、下落合図書館 (下落合1-9-8)☎(3368)6100へ。先 着順。

※雨天時は、同館多目的室で開催します。

アニメ上映会 🚹

●こどもの日上映 【日時】5月5日俶午後2時~3時

【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)

【上映作品】「ちいさな英雄」(「カニーニ とカニーノ」「サムライエッグ」「透明 人間」の短編集)

【協力】(株)スタジオポノック

【申込み】4月7日(日)から電話または直 接、戸山図書館(戸山2-11-101) ☎(3207)1191へ。先着100名。

就学相談

談ください。

お子さんの心身の 状態や発達段階、障 害の特性などに応じ て適切な教育を受け

られるようにするため、専門の相談員 が教育環境や教育内容などについて、 保護者と一緒に考えます。お子さんの 入学・進学・転学について、心配や不安 のある方は12月下旬ごろまでにご相

【対象】▶32年(2020年)4月に小・中学 校へ入学予定の方

▶現在小・中学校に在籍し、特別支援学 級または特別支援学校への転学をお考 えの方

※現在小・中学校に在籍し、まなびの教 室へ通う希望のある方は、各学校にご 相談ください。

援教育係(大久保3―1―2、新宿コズミ ックセンター4階)☎(3232)3074へ。

児童扶養手当

【対象】18歳に達する日以後

の最初の3月31日まで(児

童に中度以上の障害がある

場合は20歳に達するまで)

の児童を監護・養育し、児童

【手当額(月額)】所得に応じ

て10,120円~42,910円。

【相談場所・申込み】教育支援課特別支

どなたでも お気軽に

地域安心カフェをご利用ください

地域のつながりや支え合いの輪を広げるため、高齢者や介護者が気軽に立ち寄れる場として、「地域安心カフェ」を区内8か 所で実施しています。茶菓等を楽しみながら交流・相談などができます。

【日時】毎月第2木曜日午後1時~3時(次

【会場】戸山シニア活動館2階(戸山2-

書道や茶道、リハビリ体操など毎週異

なるプログラムを実施しています。事前

【日時】原則として毎週木曜日午後2時~

【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)☎(5273)4594・弧(5272)0352へ。

27—2)

回は4月11日(木))

【費用】200円(茶菓代)

◆Café Memory 原町

に申し込みが必要です。

3時(次回は4月11日休)・書道)

【費用】プログラムにより異なる

◆げんき応援教室(各回定員30名)

会場/大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)

日常的に取り組める運動や介護予防の講話などを実施します。 【日時】4月(初回は18日休)~32年(2020年)3月の毎月第1火曜日・第3木曜日(5月・8 月・32年(2020年)1月は第4木曜日に実施。10月の第3木曜日の教室はお休み)、時間 はいずれも午後1時30分~2時45分(受け付けは午後1時15分から)

区内在住の65歳以上で運動を禁止されていない方が対象です。飲み物、汗拭き用の

タオル、室内履き(スリッパ不可)をお持ちの上、動きやすい服装でおいでください。

【問合せ】**地域包括ケア推進課介護予防係**(本庁舎2階)☎(5273)4568へ。

◆腰痛・膝痛予防教室 (各回定員40名)

正しい姿勢を身に付けて、痛みの出にくい体をつくり

【日時・会場】下表のとおり。時間はいずれも午後1時30 分~2時30分(受け付けは午後1時15分から)

※戸塚・柏木地域センターは外履きで参加できます。



★は32年(2020年)

地域センター	実施日			
柏木(北新宿2-3-7)	4月10日(水)	10月25日金		
四谷(内藤町87)	4月26日金	11月29日金		
牛込簞笥(簞笥町15)	5月15日(水)	10月9日(水)		
榎町(早稲田町85)	5月31日金	11月13日(水)		
若松(若松町12-6)	6月12日(水)	12月11日(水)		
大久保(大久保2-12-7)	6月28日金	★2月12日(水)		
戸塚(高田馬場2-18-1)	7月10日(水)	★1月31日金		
落合第一(下落合4-6-7)	7月26日金	★2月28日金		
角筈(西新宿4-33-7)	9月11日(水)	★3月11日(水)		
落合第二(中落合4-17-13)	9月27日金	★1月15日(水)		

月18日(木)) ▶ひまわり…百人町四丁目アパート16

号棟集会室(百人町4-4-16)/毎月第 1土曜日午後1時~3時(次回は4月6日生) 【費用】200円(茶菓代)

確認ください。

◆カフェ「だんだん」

回は4月24日(水))

▶たんぽぽ…百人町四 🦠

/毎月第1・第3木曜日

午後1時~3時(次回は4

丁目アパート14号棟集

会室(百人町4―5―14) 🕌 📗

地域のボランティア と戸山シニア活動館が 協働で、健康に役立つ 講話などのプログラム を実施しています。



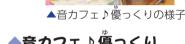
【申込み】電話で原町ホーム☎(3359)5651へ。 【費用】200円(茶菓代)

【費用】200円(茶菓代)

◆カフェ「マザアス」

生活に密着したさまざまなテーマの 講話や、和踊りなどを楽しめます。 【日時】毎月第3月曜日午後2時~3時30

分(次回は4月15日(月)) 【会場】地域密着型複合施設「マザアス新 宿」(新宿7-3-31)



◆音カフェ♪優っくり

音楽に関するプログラムを楽しめる ほか、手作りのお菓子を準備しています。 【日時】毎月第2金曜日午後2時~3時30 分(次回は4月12日金))

【会場】原町高齢者複合施設(原町3―84) 【会場】優っくり村新宿西落合(西落合 2-8-7)

◆30(サンマル)**カフ**エ

朝の時間帯に実施している、軽食メニ ューもあるカフェです。 【日時】毎週土曜日午前8時~10時40分

(次回は4月6日生)) 【会場】戸山ハイツ30号棟集会室(戸山

2-30) 【費用】飲食メニューにより異なる

ひとり親家庭(母子・父子)等の方へ 福祉制度をご利用ください

家事・育児のお手伝いが必要なとき 家事援助者雇用費助成

一時的な残業・出張・病気等で、ベビーシッターやホームヘルパ ーを雇用する場合に、雇用費を助成します。利用時間は午前7時~ 午後10時の間で、1回に付き2時間~8時間利用できます。利用する 前に利用登録をしてください。所得により助成額が異なります。 【対象】義務教育修了前の子どもがいるひとり親家庭の親(子ど もが中学生の方はひとり親家庭になってから6か月以内)

仕事を探しているとき

自立支援促進事業

就労・資格・技術取得の情報提供、職業訓練校の 紹介、ハローワークへの付き添い、履歴書等の書 き方や採用面接のアドバイス、カウンセリング等を行います。 【対象】20歳未満の子どもがいるひとり親家庭の親。所得制限等

の要件があります。事前にご相談ください。

リフレッシュしたいとき

ひとり親家庭休養ホーム 指定の宿泊施設と日帰り施設を無料または低額な料金 で利用できます。親のみ、子どものみでは利用できません。

就学・就職の資金が必要なとき 母子及び父子福祉資金貸付

就学・就職等の資金を貸し付けます。

※面接による審査があります。早めにご相談ください。 【対象】都内に6か月以上お住まいで、20歳未満の子どもを扶養 しているひとり親家庭の親

離婚や養育費の相談をしたいとき 家庭相談・ひとり親相談

離婚・養育費等の家庭内の相談や、ひとり親家庭の子育ての 童を養育していて、児童が右 悩み・子どもの学費等の各種相談を子ども家庭課育成支援係 📗 でお受けしています。

ひとり親家庭等への生活支援、就業支援、経済的支援等を行 っています。対象の要件等詳しくは、お問い合わせください。 相談先に困ったときは、まずお問い合わせください。

【問合せ】子ども家庭課育成支援係(本庁舎2階)☎(5273)4558へ。

【ひとり親冢庭等への手当・医療費助成】

いずれも所得制限があります。手当の支給は、原則として 申請の翌月分からです。

児童育成手当

○育成手当

【対象】18歳に達する日以後 の最初の3月31日までの児 童を養育し、児童が右下枠内 のいずれかに該当する方 【手当額(月額)】児童1人に付が下枠内のいずれかに該当

き13,500円 ○障害手当

【対象】心身に障害(身体障害 者手帳1級~2級程度、愛の手 児童が2人以上のときは、第 帳1度~3度程度、脳性まひ、進 2子は5,070円~10,140 行性筋萎縮症)がある20歳未 円、第3子からは1人に付き 満の児童を養育している方 【手当額(月額)】児童1人に付 (平成31年4月1日現在) き15,500円

医療費助成

医療機関で健康保険による 診療を受けた場合に、窓口で 支払う自己負担分のうち、一 部負担金相当額を除く医療費 を、申請日から助成します。 【対象】18歳に達する日以後 の最初の3月31日まで(児童 に中度以上の障害がある場 合は20歳に達するまで)の児 枠内のいずれかに該当する 方とその児童

3,040円~6,080円を加算

する方

▶父母が離婚した、▶父また は母が死亡・生死不明・重度 の障害の状態にあるか、法令 により引き続き1年以上拘禁 されている、▶父または母に 引き続き1年以上遺棄されて いる、▶父または母が裁判所 からのDV(ドメスティック バイオレンス)保護命令を受 けた、▶婚姻によらない出生 |である(子の父(父子家庭の 場合は母)に扶養される場合 を除く)

60歳以上の方へ体の凝り・姿勢の改善に



施設名 (所在地)	电站	番号						
	番号		4月	5月	6月	7月	8月	9月
ささえーる 薬王寺 (市谷薬王寺町51)	(3353) 2333	(3353) 6640	17炒	8%・22%	19(水)	10%、24%	21(水)	11%・25%
高田馬場シニア活動館 (高田馬場3-39-29)	(3362) 4560	(3368) 8169	8(月)	13(月)・27(月)	3(月)	1(月)・22(月)	5(月)	2(月)・30(月)
信濃町シニア活動館 (信濃町20)	(5369) 6737	(5369) 6738	10(水)	1俶·15俶	12炒	3(水)・17(水)	14%	4%・18%
戸山シニア活動館 (戸山2-27-2)	(3204) 2422	(3204) 2421	16似	7(火)・15(火)	18(火)	2(火)・17(火)	13(火)	3(火)・18(水)
西新宿シニア活動館 (西新宿4-8-35)	(3377) 9380	(3377) 9231	19金	10金・24金	21金	12億・26億	16金	13金・27金
早稲田南町地域交流館 (早稲田南町50)	(3208) 2552		19金	10金・24金	21儉	12億・26億	16金	13金・27金
西早稲田地域交流館 (西早稲田1-22-2)	(5286) 8311	(5286) 8314	10(水)	8(水)・22(水)	12(水)	10%、24%	14炒	11%・25%
新宿地域交流館 (新宿5-3-13)	(3341) 8955		10(水)	1(祝・15(水)	12(水)	3(水)・17(水)	14炒	4%・18%
山吹町地域交流館 (山吹町342)	(3269) 6189		9(火)	14似•28似	11(火)	9以•23以	13(火)	10以24以
上落合地域交流館 (上落合2-28-8)	(3360) 1414	(3360) 1477	8月)	9休・27月)	10(月)	11(木)・22(月)	12休	12休•23俶
北新宿地域交流館 (北新宿2-3-7)	(3369) 5856	(3369) 5877	24(水)	22(水)・30(木)	26休)	4(木)・24(水)	28休)	5(木)・25(水)

健康増進のため、お近くの地域交流館等で毎月実施 しています。

【日時·会場】下表のとおり。時間はいずれも午後1時~5 ※初めて施設を利用する方には、「利用証」を発行します。氏

【内容】あん摩マッサージ指圧師の資格を持つ専門家が 一人一人の希望に合わせて指圧等でマッサージ

※はり・きゅうによる施術は行いません。

【費用】1回1,000円(施術は30分) 【申込み】当日直接、会場へ。

名・年齢が確認できるもの(健康保険証等)をお持ちくださ

【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)4567-11(6205)5083へ。

施設名(所在地)	電話	ファックス	日程					
地致石 (別在地)	番号	番号	4月	5月	6月	7月	8月	9月
下落合地域交流館 (下落合3-12-33)	(3951) 0023		18休)	9(木)・30(木)	20休)	11(木)・25(木)	15休)	5(木)・26(木)
百人町地域交流館 (百人町2-18-21)	(3368) 8156	(3368) 8157	17法)	6(休)•21(火)	17(月)	9(火)・29(月)	7(JK)	4%)・16(祝)
東五軒町地域交流館 (東五軒町5-24)	(3269) 6895	(3269) 6357	17法)	8%・22%)	12(水)	10%・24%	14%	4炔18炔
中町地域交流館 (中町25)	(6265) 0608	(3267) 3325	10%	8休,22休	12(水)	10%~24%	14%	11%、25%
本塩町地域交流館 (四谷本塩町4-9)	(3350) 1456	(3350) 1457	11(木)	9(木)・23(木)	13休)	11(木)・25(木)	8休)	12(木)・26(木)
北山伏地域交流館 (北山伏町2-17)	(3269) 7197		19金	10金・24金	21金	12(金)・26(金)	16金	13(金)•27(金)
中落合地域交流館 (中落合2-7-24)	(3952) (3565) 7163 2530	, ,	12金	10金·24金	14金	12億・26億	9金	13(金)•27(金)
北新宿第二地域交流館 (北新宿3-20-2)	(5348) 6751	(3369) 0081	5金	8例・17金	12%	10% 19金	9金	11%·20金
高田馬場地域交流館 (高田馬場1-4-17)		(3200) 5816		9(木)・23(木)	13休)	11(木)・25(木)	8休)	12(木)・26(木)
清風園 (中落合1-7-26)	(3951) 0086	(5982) 9808	10%	8休,22休	12(水)	10%、24%	14%	11(水)・25(水)
※予約受け付けは当日分のみで、各館の開館時間からです。日程は変更することがあります。各施設にご								

3-7-42

場合は抽選。

上の方、2名

す。

す。

【任期】7月から2年間

硬式テニス教室 🧱

【日時】5月4日~19日の

土・日曜日午後1時30分

~3時30分、全6回 【会場】大久保スポーツプラザ(大久保

【対象】区内在住・在勤の18歳以上の初

【主催・申込み】往復はがきに3面記

入例のほか年齢・性別を記入し、4月

20日(必着)までに区硬式庭球連盟・

古山寬(〒162-0041早稲田鶴巻町

535)☎ (3202)5876へ。応募者多数の

心者~初級程度の方、35名

【費用】5,000円(保険料等)

材募集

からご意見をいただきます。

消費生活地域協議会区民委員

消費者教育の推進や、地域で消費者

の安全を確保するためのさまざまな取

り組みについて、区民の皆さんの視点

【対象】区内在住で申し込み時に20歳以

【謝礼】協議会に出席の都度、5,000円

※平日の日中に年2回程度開催しま

【申込み】原稿用紙に「新宿区における

消費者教育及び消費者安全の確保に ついて」がテーマの作文(800字程度)

と住所・氏名・年齢・電話番号・職業を記

入し、5月7日(火)までに**消費生活就労支**

援課(〒160-0022新宿5-18-21、第

2分庁舎3階)☎(5273)3834へ郵送(必

着)または直接、お持ちください。選考

結果は、応募者全員にお知らせしま

子育て環境の整備や、仕事と子育て

の両立のための取り組みなどについて

【対象】区内在住で31年4月1日現在18

※平日の日中に年3回程度開催しま

【申込み】「子どもから若者までの総

合的な次世代育成支援」がテーマの

作文(日本語で800字~1,000字)

と、作文とは別の用紙に住所・氏名・

年齢・電話番号・職業を記入し、4月

23日火までに子ども家庭課企画係

(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁

舎2階)☎(5273)4261へ郵送(必着)ま

たは直接、お持ちください。

次世代育成協議会区民委員

ご意見をいただきます。

【任期】6月23日から2年間

【報酬】会議に出席の都度、1万円

歳以上の方、3名

全世代向けのイベントト

手作り作品講習会 🧱

●母の日に贈るハーバリウム作り



【日時】4月28日(日)午 後1時30分~3時30

【講師】松永和子・ル ーチェ協会認定講師 【費用】1,800円(材料

【持ち物】はさみ、ピンセット、持ち帰り 用の袋(高さ10cm、厚み5cmの作品が 入る大きさ)

【会場・申込み】4月7日(日)から費用をお 持ちの上直接、四谷地域センター(内藤 町87)☎(3351)3314へ。先着15名。

北新宿第二地域交流館の催し 📶

初めてご利用の方は、登録が必要と なります。身分証明書をご提示くださ



①カラオケ歌唱講座

【日時·定員】4月8日·22日、5月13日·27 日、6月10日・24日の月曜日午後2時~ 4時(各回40名)

【内容】基本的な発声、カラオケ歌唱法 (講師は藤田友和・ボーカルトレーナー) ②ワクワク

ぬり絵サロン

【日時·定員】4月9日· 23日の火曜日午前 10時30分~12時 (各回20名)

③ポップスコンサート

【日時·定員】4月21日(日)午後2時~3時 30分(40名)

【内容】懐かしの50~60年代の流行歌 の演奏(出演は加橋章ほか)



……√(1)~③共通〉…… 【対象】区内在住の60歳以上 【会場・申込み】当日直接、同館(北新宿 3-20-2)**2**(5348)6751 $^{\circ}$.

区民のひろば

¥費用·申申込み·問問合せ

この欄は区民の方相互の情報交換 の場です。

掲載行事は区の主催ではありませ ん。日時・会場等は予定です。ご自分で 各主催者に内容をよくご確認の上、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・1 (5272)5500

新宿春の楽しいジャズ祭り 2019

【日時】5月11日出午前11時~午後7時 40分

【費用(全自由席)】▶前売…3,000円、▶当 日…3,500円(区内在住の方は前売・当日 いずれも2,700円)



※高校生以下は無料(学生証の提示が 必要)

【会場・申込み】新宿文化センター(新宿 6—14—1)☎(3350)1141へ。

初心者ゲートボール教室 🧱

【日時・会場】▶4月10日~22日の月・水・ 金曜日午前9時30分~12時…都立戸 山公園いきいき広場(箱根山地区、戸山 3-2)、▶4月14日・21日の日曜日午前 10時~12時…よつや運動広場(四谷 1-1)、清水川橋公園(下落合1-1)(雨 天・荒天時は中止します)

【対象】区内在住・在勤・在学で、おおむね

10歳代~70歳代の 方、各日10名

【内容】基礎から指 導。動きやすい服装・ 運動靴でおいでくだ さい。用具は貸し出 します。



【主催・申込み】4月7日印から電話で各 日3日前までに区ゲートボール協会・ 田林☎(3362)1357へ。先着順。

新宿ABC=XYZ卓球大会 🚄

【日時】5月2日(休)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15歳以上(中学 生は不可)、120組(1組3~4名。会員、区 内在住・在勤の方116組、一般4組)

【内容】1試合3名の団体戦。3組の予選 リーグ後、同順位トーナメント

【費用】会員、区内在住・在勤の方は 3,600円、一般4,500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11日 (必着)までに新日本スポーツ連盟新宿

卓球協議会•竹折冨美子 (〒160-0011若葉2-6-2)☎(3358)6130へ。応募 者多数の場合は抽選。



★催し・講座★

★極拳入門無料体験 4月17日(水)・ 24日似午後1時~2時25分、西戸山生 涯学習館で。Ұ無料。申当日直接、会場 へ。問西戸山成安会・丸山☎(3368) 5003

★サークル紹介・会員募集★

●パソコン 毎月第2·第4木曜日午前 高齢者福祉施設神楽坂(矢来町)で。パソ コン・タブレット・スマートフォンを個 **●カラオケ** 毎月第2・第4月曜日午後 回)。**問**ひとまちネット神楽坂・志小田

1,000円。週パソコン倶楽部・田中☎080 (4950)0077

●囲碁 毎週日曜日午後1時~4時、中 町地域交流館で。初心者対象。¥年600 円。週中町囲碁クラブ・坂本☎(3203) 4586

●鎌倉彫 毎月第1·第3木曜日午後1 時30分~4時40分、赤城生涯学習館 10時30分~12時・午後1時30分~3時、 で。¥3か月13,000円。週七彫会・清水 **2**(3268)4035

別指導。初心者・シニア歓迎。₩1回 1時30分~3時30分、西新宿1丁目で。 (しこた)☎090(3503)4667

特別区立幼稚園教員等 採用候補者

①幼稚園教員

【対象】昭和60年4月2日以降に生まれ、 幼稚園教諭普通免許状をお持ちの方 (32年 (2020年)4月1日までに取得見 込みの方も含む)

【選考】▶1次…筆記(6月23日(日))

②妊娠出産休暇•育児休業補助教員 (臨時的任用教員)

【対象】昭和34年4月2日以降に生まれ、 幼稚園教諭普通免許状をお持ちで、次 のいずれかの勤務実績がある方

- ▶国公私立幼稚園の正規任用教員とし て1年以上
- ▶国公私立幼保連携型認定こども園に おいて満3歳以上を担当する正規任用 保育教諭として1年以上
- ▶特別区の区立幼稚園の臨時的任用教 員もしくは学級を専任する非常勤講師 として通算12か月以上

【選考】書類選考、面接

※面接は、新規応募者と特別区立幼稚 園の臨時的任用教員として最近5年間 に勤務実績のない方が対象です。

······⟨①②共通⟩·······

【勤務場所】特別区の区立幼稚園(大田 区・足立区を除く)

【申込み】所定の書類を、▶①は5月7日 (火)・8日(水)、▶②は6月3日(月)・4日(火)に特 別区人事•厚生事務組合教育委員会事 務局人事企画課採用選考担当(〒 102-0072千代田区飯田橋3-5-1、東 京区政会館17階、▶①は☎(5210) 9751、▶②は☎(5210)9857へ本人が 直接、お持ちください。

※①は5月7日(火) (消印有効)まで郵送 でも受け付けます。

※②は登録更新者で過去5年間に区立 幼稚園の臨時的任用教員として勤務 実績のある方のみ、5月1日(祝~24日 (金) (消印有効)に郵送でも受け付けま

※募集・選考内容等について詳しくは、 同事務組合ホームページ(**III** http: //www.tokyo23city.or.jp/)でご案内 しています。選考案内は区教育指導課 (本庁舎4階)でも配布しています。

3月の新宿区の人口 (増減は前月比)

住民基本台帳人口 345,931人(378人減)

世帝致	219,362	世帝(323世帝淑)
	日本人	人国人
人口計	303,313人 (7人増)	42,618人 (385人減)
男	151,720人 (50人減)	21,787人 (219人減)
女	151,593人 (57人増)	20,831人 (166人減)

¥入会金500円・1回2,150円。間生き 生き会会(3373)7260

●合唱 月3回金曜日午後1時~3時、 赤城生涯学習館・榎町地域センター で。季節の歌・童謡・愛唱歌などを歌う。

¥入会金1,000円·1回1,300円。個く りの実うたの会・菊地☎(3269)4210

●健康ストレッチ 毎月第2・第4木曜 日午前10時~11時30分、牛込簞笥地 域センターで。¥年10,000円(年間20 土曜日夜間や

新宿区医師会区民健康センター 新宿7—26—4 ☎(3208)2223

【診療時間】受け付けは30分前まで

日曜日・祝日に ▶土曜日…午後5時~10時(内科)

急病になったら ▶日曜日、祝日…午前9時~午後10時(内科)¦ mhttp://www.

東京都医療機関案内 ひまわり

2(5272)0303 (5285)8080

午前9時~午後5時(小児科)! himawari.metro. ¦tokyo.jp/

※受診前に電話でお問い合わせください。

国民生活基礎調査にご協力を

保健・福祉・医療・年金・所得等についての

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

生活の基礎的事項を施策の資料とするため、厚生労働 省が毎年調査しています。今年は、区内では4地区・約320 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。



区関連·官公署情報

東京都子育て支援員研修 🧱

● 地域保育コース

地域型保育(小規模保育、家庭的保 育、事業所内保育)や一時預かり事業、 企業主導型保育事業等に従事する上で 必要な知識・技能等を有する「子育て支 援員」の養成研修です。詳しくは、お問 い合わせください。

【対象】都内在住・在勤で、今後子育て支 援員として就業する意欲のある方

【申込み】所定の申込用紙を4月17日(必 着)までに郵送 (簡易書留)で東京都福祉 保健財団子育て支援員担当(〒163-0718 西新宿2-7-1、小田急第一生命ビル18 階)☎ (3344)8533へ。募集要項・申込用 紙は同財団、区子ども家庭課(本庁舎2 階)で配布するほか、同財団ホームページ (Phttp://www.fukushizaidan.jp/ 111kosodateshien/)から取り出せます。

市民とNPOの交流サロン 🧱



【日時】4月11日休午後6時45分~8時45分 【会場】新宿NPO協働推進センター(高 田馬場4-36-12)

【内容】自然や歴史的遺産を守り、地域 の経済振興につなげる取り組みを行う NPO法人日本エコツーリズム協会の 活動を紹介(語り手は同法人)

【費用】1,000円(資料代等)

【申込み】4月7日印から電話かファッ 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⋅☎(5386)1318・ ■hiroba@s-nponet.netへ。先着20名。

新宿御苑開園時間の変更

●4月13日出は午前10時30分に開園 内閣総理大臣主催の「桜を見る会」開 催のため、開園時間を変更します。 【問合せ】内閣府☎(5253)2111へ。

新宿御苑 夜間の八重桜ライト アップ 🚹

【日時】4月8日(月)~20日(土)午後7時~9 時(4月11日休)・12日金・13日生を除く) ※期間を変更する場合があります。 ※4月14日(日)~18日(木)は、キッチンカ ー等での飲食物の提供や、ステージイ ベントを実施します。

【会場】新宿御苑(内藤町11)新宿門~風 景式庭園エリア

【問合せ】新宿御苑管理事務所☎(3350) 0152 ^ 。

家庭教育セミナー 「すまいりーカフェ」 🧱

【日時】4月19日金午前10時30分~12時 【内容】講演「入園・入学~子ども達大丈 夫?」(講師は丸山貴代・元東京家庭教育 研究所所長)

【後援】新宿区、区教育委員会

【会場・申込み】当日直接、天祖神社(早稲 田鶴巻町530)へ。先着20名(手話通訳 あり。お子さんの同伴可)。

【問合せ】新宿明るい社会をつくる区民 の会・須永☎(6842)2334へ。

協力隊まつり2019 🚹



【日時】4月20日出・21日(日)午前10時~

【内容】青年海外協力隊やJICAボラン ティアの活動と派遣された国について の展示・物販・食販・講演・映画上映

【会場・申込み】当日直接、国際協力機構 (JICA)市ヶ谷ビル(市谷本村町10―5)へ。 【問合せ】協力隊まつり実行委員会 $\mathbf{2}$ (5226)9323 $\mathbf{3}$.

いじめ・虐待防止フォーラム 🧱



【日時】4月21日(日)午後1時30分~5時 【会場】大久保地域センター(大久保2― 12-7)

【内容】特別講演「カウンセリング事例 報告会~岡田式AC判別法による事例 と解決策を検証する」、パネルディスカ ッション

【後援】新宿区、区教育委員会ほか 【主催・申込み】電話で4月20日生までに **サークル・ダルメシアン・垣内**(かいと) ☎090(3342)8562へ。定員30名。応募 者多数の場合は抽選。

四谷ひろばパソコン教室 🧱



【日時】▶Aインターネットと電子メー ル…5月6日~27日の月曜日午前10時~ 12時、全4回、▶Bインターネット活用… 5月10日~31日の金曜日午後1時~3時、 全4回、▶Cシニアのためのスマホ入 門…5月28日(火)午前10時~午後3時 【費用】ABは5,500円、Cは3,000円(教 材費等)

【会場・申込み】往復はがきに3面記入例の ほか、開催月(5月)と希望講座(A~Cの 別)を記入し、4月25日(必着)までに四谷 ひろばパソコン教室係(〒160-0004四 谷4-20)へ。いずれも先着15名。申し込 みが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・鈴木 **☎**080(5451)0006**△**。

の保健だよ 5月

保健センターの教室・相談

母子関係の事業は母子健康 手帳をお持ちください。

★★★★★★★ 保健だより各事業の問い合わせ先 ★★★★★★

牛込保健センター ☎(3260)6231 ☎(3260)6223 〒162-0851 弁天町50

四谷保健センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16

東新宿保健センター ☎(3200)1026 ☎(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4

落合保健センター ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7

☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16 女性の 健康支援センター (四谷保健センター内)

◆予約制のものは4月8日側から受け付けます◆

± 344 67	10.14			1			
事業名	担当		時間	内容			
けいかて	牛込	9(h)★·16(h)◎		 予約制。むし歯予防等の相談・歯磨きの			
はじめて・ にこにこ 歯科相談	四谷	10金◎・17金★	9:00~10:00	仕方 ◎印…はじめて歯科相談(1歳児)			
	東新宿	13例◎・20例★		★印…にこにこ歯科相談(1歳児)			
	落合	14巛◎•21似★					
もぐもぐごっ	牛込	16休)	9:00~10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医による食べ方についての相談			
くん歯科相談	東新宿	13例					
母親学級	四谷	16休・23休・30休	13:30~16:00	予約制。もく浴・安産のための実習、歯の健康と食事の話。定員30名。3日制			
育児相談	牛込	17金	10:00~10:30	個別相談(おおむね1歳までの乳児)			
FI TUTTE DE	四谷	9休)	9:30~11:30	さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)			
すこやか子ど も発達相談	牛込	28(以)	13:40~16:20	予約制。小児専門医による発達相談			
育児・おっぱい	東新宿	24金	9:00~10:30				
相談	落合	15例	13:00~14:30	おっぱい相談は予約制			
育児(双子の 会)	落合	14以	13:30~15:00	子育て情報交換 (初めての方はお問い合わせください)			
	牛込	31金					
はじめまして	四谷	9休)	12.20 15.20	予約制。妊娠している方とおおむね4			
赤ちゃん 応援教室	東新宿	23休)	13:30~15:30	か月までのお子さんを育てているお母 さんの育児体験教室			
	落合	29休)					
	牛込	21以					
離乳食	四谷	30休)	1000 1500	予約制。5~6か月児対象。 離乳食の話と調理実演・試食、事故防止 の話			
講習会	東新宿	20月)	13:30~15:30				
	落合	17金)					
	牛込	16休)					
1歳児	四谷	10金		1歳〜1歳6か月児対象。離乳完了時期 の食事の話 ※はじめて歯科相談と同時開催			
食事講習会	東新宿	13(月)	9:00~10:00				
	落合	14(火)					
	牛込	28似		予約制。20歳以上対象(1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員50名。骨密度測定(かかとの測定・超音波法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。300円			
骨粗しょう症	四谷	24金					
予防検診	東新宿	8(x)·22(x)	9:00~10:30				
	落合	9(木)					
女性の健康	女性の 健康支援	18出 産婦人科系全般	14:00~16:00	予約制。女性の産婦人科医などの個別 相談。思春期から更年期の女性のから			
専門相談	センター (四谷)	28巛 更年期 専門	11.00	だや婦人科系の症状などを相談できす。			
	牛込	7火1火	14:15~16:30	77 (A. Hall Met L. A. C.			
 精神保健相談	四谷	17金	14:00~16:15	予約制。精神科医師による思春期から 高齢期(認知症を含む)までの「こころ」			
	東新宿	10金	13:15~15:30	の相談			
	落合	16休)	13:00~15:15				
うつ専門相談	東新宿	8(水)	13:15~15:30	予約制。精神科医の個別相談			
パーキンソン 体操教室	東新宿	13月	13:30~15:30	パーキンソン病の方とその家族が対象。運動療法と患者・家族の交流			
	牛込	13(月)		予約制。理学療法士・作業療法士が自宅を計開し、実法指導、エルビル第のスド			
計問指道	四谷	20月)	13:30~15:30	を訪問し、実技指導、リハビリ等のアバイス			
訪問指導	東新宿	15例	12,20, 213,30	※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導 (栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は			
	落合	7火・24金		随時実施(予約制)			
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	28似		予約制。16歳以上対象。保健師·栄養士·			
	四谷	24金	0.00 - 10.20	歯科衛生士等の個別相談。成人健康診査の結果の見方、食事や健康面、歯周病の予防などについて相談できます。 ※最近、健康診査を受けた方は、健診結果をお持ちください。			
	東新宿	8(水)	9:00~10:30				
	落合	9休)					

両親学級

【日時】5月25日仕▶午前9時30分~12時、 ▶午後1時~3時30分(2回とも同じ内容) 【会場】牛込保健センター 【対象】妊娠している方とパートナー

【内容】もく浴実習、パパの妊婦体験、赤ち

ゃんを迎えるに当たっての講義を実施し ます。申し込み方法等詳しくは、お問い合 わせください。

【問合せ】NPO法人助産師みらいSHINJUKU (3710)0361 (日曜日、祝日等を除く午前 9時~午後6時)

教育長が再任しました

3月15日の区議会定例会で、教育長の任命の同意を得て、酒井敏男教育長が4月1日付けで再任しました。 【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階)☎(5273)3505・ ☎(3209)9947へ。



酒井敏男教育長

い し か じ ゆ い の 日

毎月8日はしんじゅく野菜の日野菜に首ったけ!

区では、野菜をもっと食べていただくきっかけとなるよう、レシピの紹介等を行っています。今回は、野菜がたっぷり入ったシンプルな味付けの卵焼きのレシピを紹介します。

【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)3047**・四**(5273)3930へ。

アスパラガスのスパニッシュオムレツ



材料(20cm程度のフライパン1つ分)

アスパラガス 8本	卵4個
玉ねぎ1個	オリーブオイル… 大さじ2
ミニトマト 8個	∫ 牛乳 大さじ3
	A 〈 ピザ用チーズ····· 20g
塩少々	塩・こしょう 少々

パススススススススス 作り方 パススススススススス

- ●アスパラガスは根元を切り落とす。切った根元から4cm程度までピーラーで皮をむき5cmの斜め切りにする。玉ねぎは半分に切ってスライス、ミニトマトは1/4、ベーコンは1cm幅に切る。
- ②ボウルに卵を割り入れ、Aを入れてよく混ぜる。
- ③フライパンに大さじ1のオリーブオイルをひき、玉ねぎを炒める。全体に火が通ったらベーコンを加え軽く塩
- を振り、アスパラガス・ミニトマトを加え軽く炒め、粗熱をとる。
- ④②に③を入れよく混ぜる。フライパン に残りのオリーブオイルをひき、ボウル の中身を流し入れ、蓋をして弱火で焼く。
 - ⑤中心部が半熟状に固まったら、一旦火を止め、大きめの皿をフライパンに被せフライパンをひっくり返し、オムレツを皿に移す。オムレツをフライパンに戻して裏面も焼く。

建物・土地を保育所に有効活用しませんか

保育所として活用できる・・・ 物件の情報を募集しています



【保育所として活用した場合のメリット】

- 行政からの財政支援を受けるため、安定的な事業となります
- 固定資産税や都市計画税の減免が受けられる場合があります

保育所として活用できる物件(建物・土地)を募集しています。いただいた物件の情報は、登録した保育所運営事業者に提供し、保育所の整備を進めていきます。子育て支援を通じた地域貢献にご協力をお願いします。

【物件の主な条件】▶建物は延床面積250㎡以上、土地はおおむね200㎡以上

- ▶保育室は原則、建物の1~3階の階層の範囲を使用
- ▶敷地外への2方向避難路が確保されている
- ※このほかにも物件の条件があります。詳しくは、新宿区ホームページでご案内 しています。

※賃貸借契約等は、物件所有者と保育所運営事業者の責任で締結していただきます。

【問合せ】保育課施設整備係(本庁舎2階)☎(5273)4162・囮(3209)2795へ。

バリアフリーマップ作成の 委託事業者を募集します



障害者や高齢者等が安心して外出できるよう、トイレ等のバリアフリー設備情報の検索ができ、スマートフォンにも対応できるバリアフリーマップを作成する委託事業者を募集します。

【委託期間】平成31年(2019年)7月1日(月)~32年(2020年)年3月31日(火) 【委託内容】区が保有するバリアフリー設備情報を簡単に分かりやすく提供できる バリアフリーマップシステムの作成と作成後の管理保守

【選考】プロポーザル方式、▶1次…書類、▶2次…プレゼンテーション・質疑応答 【申込み】電話予約の上、参加申請書等を4月17日(水までに直接、**障害者福祉課福祉** 推進係(本庁舎2階)☎(5273)4516・囮(3209)3441へ。詳しくは、同係で配布する 募集要項でご確認ください。新宿区ホームページでもご案内しています。

芸術体験ひろば、

[日時] **5月5日(祝)** 午前10時~午後4時30分 [会場] **芸能花伝舎** (西新宿6—12—30)

こどもの日の5月5日、お子さん向けの体験プログラムや、親子で鑑賞できるプログラムを用意した「芸術体験ひろば」を開催します。会場には、地元の町会や商店会等の協力で、焼きそば・飲み物などの模擬店も出店します。ぜひ、ご家族でお出掛けください。

【問合せ】日本芸能実演家団体協議会(芸団協)☎(5909)3060へ。詳しくは、芸団協ホームページ(聞http://www.geidankyo.or.jp/)でもご案内しています。

◆右表の事前申込欄に○のあるプログラム…参加には事前の申し込みが必要です。申し込み方法は次のとおりです。

はがきか電子メールにプログラム番号(時間が重複しない場合は複数記入可)、参加を希望する方の氏名・学年(未就学児は年齢)、保護者または代表者の住所・氏名・電話番号を記入し、4月22日(必着)までに芸団協「芸術体験ひろば」係(∓160 -8374西新宿6-12-30) © hiroba55@geidankyo.or.jpへ。応募者多数の場合は抽選し、結果を4月24日(水)ころまでにお知らせします。定員に満たないプログラムは、当日会場でも受け付けます。

●右表の事前申込欄に▲のあるプログラム…参加には整理券が必要です。整理券は、当日午前9時30分から総合案内で配布します。

	番号	事前申込	時間	プログラム	対象
	1		10:20~11:00		2歳未満の
	2		12:20~13:00	ベイビーミニシアター「MARIMO」	お子さんと 保護者
	3				3歳以下
	4		11:40~12:30	ポロロンシアター「げんきかーい」	3歳以上
J	5		15:10~16:10	ファミリーコンサート「瑠璃色の星の子どもたちへ」	4歳以上
	6	•	13:30~14:20	初めてのバレエ体験Ⅰ	4歳~ 小学1年生
	7		10:00~11:00	 人形劇[グリムのかばん]	5歳以上
	8		13:10~14:00		フルメレスユ
	9		14:40~15:30	あそぶんぶんとわくわくの森	5歳~
	10		13:20~14:20	きみもアクションスターになろう!	─ 小学3年生
					小学生~
	11		15:10~16:10	サムライになってチャンバラ体験	中学生
	12		15:00~16:30	おどるって楽しい!日本舞踊	小学生
	13		10:00~11:00	伝統芸能「能know体験!」	小学生以上
	14		13:30~14:30	伝統芸能「にほんの楽器、お囃子体験!」	小子王以工
	15		11:10~12:10	伝統芸能「キッズ落語講座」	
	16		10:00~11:00	 伝統芸能「三味線ちんとんしゃん♪」	小学生
	17	_	11:30~12:30		
	18		14:50~15:40	初めてのバレエ体験Ⅱ	小学2~6 年生
	19		11:10~12:00	テーブルマジックにチャレンジ!	
	20		14:30~15:30	ヴィヴィマンへ w いい フロークショップ ★ # # F O O II	一 小学生
	21		15:30~16:30	ヴィヴィアンヘッドドレスワークショップ ★材料費500円	
	22		13:30~16:00	新宿区こども会議所〜名刺づくり・交換体験	小学生~ 中学生
	23	_	11:40~12:40	伝統芸能「お箏をひいてみよう!(尺八体験もあり!)」	小学3年生 ~中学生
	24	•	14:00~15:00	シンセサイザーで音楽しよう!	小学3年生 ~高校生
	25		11:00~15:30	撮影スタジオジオラマで あなたも特撮ファン!	
	26		13:30~14:30	t************************************	
	27		14:40~15:40	だれも見たことのない生き物をつくろう ★材料費200円	
	28		13:00~13:40	ファミリーコンサート「ボクたちのうた 手のひらを太陽に」	
	29		12:30~13:00	アイルランド音楽ライブ	 どなたでも
	30	_	10:20~11:40	アコーディオン·打楽器体験で ペットボトルオーケストラと合奏しよう! ★材料費200円	
	31		13:10~14:10	ヘットボトルオーケストラと□奏しよう! ▼材料負200円 ファミリー寄席	-
	32			ファミヮー奇病 イリュージョン マジックSHOW	\dashv \mid
	33			村のユーション マシック3HOVV 校庭にお絵描きしよ!	-
	رد		13.30 - 13.30	12	

※プログラム内容等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。