

暮らし	2・3・8面	イベント	4・5・8面
▶みんなの国民年金		▶漱石山房記念館特別展「救い出された文学コレクション」	
住宅・まちづくり	2・3面	▶車いすバスケットボール教室	
▶民間賃貸住宅の家賃を助成します		▶ラグビーワールドカップ2019™パブリックビューイングを実施します	
福祉	4面	施設	5面
こども・教育	5面	保健・衛生	6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  
FAX 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。

## みんなで作る! 地域支え合いのまち

新宿区では、地域の方が健康づくりや会食などの支え合い活動を通して積極的に交流しています。ぜひ、地域支え合い活動に参加してみませんか。今回は地域の皆さんが実施しているさまざまな活動や、区の事業等を紹介します。



### 仲間と元気に介護予防 『戸山未来・あうねっと』



集合住宅内にある施設の地域交流スペースで、週1回土曜日に介護予防運動や脳トレゲームを行っています。

利用者・運営者ともに毎週土曜日が楽しみです。お互いに誰かに元気をもらい、誰かを元気にしています(矢沢正春さん/戸山未来・あうねっと代表)。

### 保育園で読み聞かせ 『りぷりんと・新宿』



ささえーる 薬王寺の「シニアの絵本読み聞かせ講座」を修了したメンバーが立ち上げた自主活動団体です。



子どもの笑顔が楽しみです。私たちの健康づくりにもなります(活動メンバー)。

### 楽しい会食と交流 『グループぶどう』



にぎやかな食事を楽しんでいただき、地域を盛り上げようと楽しく活動しています(涌井博子さん/グループぶどう代表)。

一人暮らしの高齢者の皆さんに、会食の場を提供しています。

▼調理の様子



### 地域支え合い活動のきっかけ作りに

現在活動している方もご利用ください。

- ①新宿区社会福祉協議会  
活動団体の紹介、活動立ち上げの支援などを実施しています。詳しくは、お問い合わせください。
- ②ささえーる 薬王寺(薬王寺地域ささえあい館)  
地域支え合い活動の場所を提供するほか、地域支え合い活動のきっかけとなる多彩な講座も実施しています(4面参照)。

### 地域支え合い活動に関する制度の活用を

- ③地域支え合い活動にかかる費用の補助・助成  
補助・助成には要件があります。詳しくは、お問い合わせください。
- ④活動スペースの紹介  
活動場所探しで悩んでいる住民主体の団体に、法人等が提供する空きスペースを区が紹介しています。要件等詳しくは、お問い合わせください。

### 地域支え合い活動に関するシンポジウムや講座を実施

12月14日(土)にシンポジウム「新宿 いきいき令和大作戦!」を実施するほか、10月~11月に現在地域支え合い活動をしている方向けの講座を、令和2年1月~3月にこれから地域支え合い活動をしたい方向けの講座を実施します。詳しくは、広報新宿後号でご案内します。

### 【問合せ】

- ▶地域支え合い活動全般に関すること、②③④…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・FAX(6205)5083へ。
- ▶①…区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191・FAX(5273)3082へ。

### コラム 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

▼今年も、100歳を迎えた「長寿の区民の方」を訪問し、お祝いさせていただきました。ご長寿の方と接すると、朗らかな方が多いと感じます。朗らかな雰囲気、楽しい場であれば、自然と人が集まってくる。地域支え合い活動の拠点である「ささえーる 薬王寺」では、地域の皆さんによる体操教室や多世代が参加できる料理教室等さまざまな活動が楽しく実施されています。今後さらに

に地域支え合い活動を区全域に広げていくため、秋以降、ささえ合い活動を紹介するシンポジウムや活動スタート講座、活動している人同士の交流の場づくり等を行っていきます。無理のない範囲で楽しみながら地域と関わる支え合い活動を皆で広げていきましょう。▼四谷区民センター9階屋外植栽スペースで養蜂事業を始めました。区内の障害者福祉事業所による連携事業「しんじゅクオアリティ」(事務局は新宿区勤労者・仕事支援センター)では、障害者の就労や地域との交流促進を目指し、『しんじゅクオアリティみつばちプロジェクト』をスタートしました。区内在住の養蜂家の先生にご指導いただき、巣箱の検査や採蜜、蜂蜜の瓶詰め、ラベル貼りなどの作業を障害者福祉事業所の利用者と職員が行っています。糖度も抜群のとも美味しい蜂蜜になりました。今後、生産量を増やし、区観光振興協会や百貨店、企業とのコラボを進め、さまざまにお届けしていく予定です。▼糖尿病予防啓発イベント「けんこうマルシェ」を今月28日(土)に東新宿保健センターで開催します。糖尿病は年々患者数が増えています。若いうちから食事や運動等により予防することが大切です。専門医による講演のほか、健康相談や血管年齢測定等のブースを設けます。お子さんも楽しめるゲームコーナーや野菜等の出張販売もあります。ぜひご家族皆様でお越しください。▼10月1日より、区立の施設を外国人に対する「ハイトスピーチ(憎悪表現)活動に使わないためのガイドライン」を運用します。明治以降、日本人も海外への移住をしましたが、現地の排斥運動で苦しんだ歴史もあり、他人にされて嫌なことは、自分も人にしてはならないと考えています。本来「表現の自由」は、守られるべき権利ですが、法令の趣旨に反する施設使用は、ガイドラインに基づいて制限されることとなります。

区長 吉住 健一  
よしずみ けんいち