

歩いて楽しいまちへ

変わる新宿駅周辺エリア

レストラン、コーヒースタ、アウトドアフィットネスクラブが入る「SHUKNOVA(シュクノバ)」がオープン。
緑を感じながら憩いのひとときを!



① 新宿中央公園

交流拠点施設「SHUKNOVA」がオープン!
芝生広場もリニューアル!

区で制作したケーブルテレビの広報番組「わたしのまち新宿 プラス」で10月は「変わる西新宿」を特集します



区長と新宿中央公園で対談
詳しい内容と放送時間等は7面をご覧ください。

▲新宿に縁のあるゲスト・俳優の遠藤憲一さん

② 新宿住友ビル 三角広場

雨風関係なし!
全天候型イベントスペース



施設内には26の飲食店もある賑わいスポット!

③ SOMPO美術館

大きなガラスを用いた
エントランスが目を引く



アジアで唯一ゴッホの「ひまわり」が観られる!
※開館日は、同館ホームページでご確認ください。

オフィス街や歓楽街のイメージが強い新宿ですが、新宿駅東西自由通路が開通し、西新宿に新たな賑わいスポットができるなど、「歩いて楽しいまち」に変わろうとしています。今号では歩行者の回遊性を高める7月以降の新宿駅周辺エリアの変化を紹介します。

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064・FAX(5272)5500



④ 新宿駅・東口駅前広場

新たなランドマーク「花尾(Hanao-San)」が誕生!



撮影協力: 東日本旅客鉄道(株)

ルミネエスト新宿前の駅前広場にパブリックアートをを用いた賑わい空間を、東日本旅客鉄道(株)と(株)ルミネが共同で創出しました。

⑤ 新宿駅・東西自由通路

歩行者の利便性が向上



JR駅構内に25mの幅で整備!
東西の往来が活性化!

撮影協力: 東日本旅客鉄道(株)

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

▼今年新たに100歳を迎える区民の方は82人。その方たちを含めた100歳以上の方は224人いらっしゃいます。例年は、新100歳の皆さまを訪問し、お祝いさせていただいていますが、今年は新型コロナウイルス感染防止のため断念いたしました。また、77歳以上の皆さまを新宿文化センターにお招きして開催する敬老会も今年は中止となり、心苦しく思っております。▼重症化のリスクが高いとされる高齢者の方の多くが外出を控えがちになっていますが、長引くと、運動量の低下や孤立化につながります。「三密を避けること」や「マスク・手洗い」といった予防効果が高い対策を徹底していただきながら、少人数で出かけること、運動することは推奨されています。ご自身の体調と相談しながら、お元気に過ごしてください。▼区内の新型コロナウイルスの感染者数は、7月1,188人に対し8月は64人と減少傾向にありますが、経済活動の再開により、職場感染から家庭内感染などへ生活の場にも広がっています。こうしたことから、区では、感染防止に取り組みながら出産を迎えたご家庭の経済的負担を軽減するため、新生児の保護者に給付金を支給します。対象は新宿区に住民登録があり、令和2年4月28日以降に生まれた児童の保護者で、10月初めより順次、対象者の方に区からご案内を送付する予定です。お子さんの健やかな成長の一助になればと考えています。▼まだ残暑が続く時期ですが、今年は、インフルエンザの対策を早めに行うことが重要です。冬に季節性インフルと新型コロナウイルスの同時流行が起これば、医療現場の混乱とひっ迫をまねくことになり大変心配です。そのため、今年度に限り、65歳以上の方(60歳から64歳の障害者の方含む)への定期接種、13歳未満の方への任意接種のいずれも自己負担無しで接種できるようにします。接種するための予約票を9月末に郵送します。インフルの予防と重症化防止だけでなく、医療体制のひっ迫回避のため、ワクチンの接種をお願いします。▼感染症との闘いは、人類の歴史をひもとけば、長ければ数百年がりとなります。持続可能でメリハリのある感染拡大防止対策を実施し、安心して暮らせる環境を取り戻せるように取り組んでまいります。

区長 古住 健一

よしずみ けんいち

くらし



講座「首都直下地震に備えて～我が家で準備できること」講

【日時】10月15日(木)午後1時30分～3時30分

【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、12名

【内容】防災情報を共有し、家庭でできる備えを考える(講師は四海こずえ／防災士)

【主催・申込み】往復はがきに3面記入例のとおり記入し、9月30日(必着)までに消費者大学OB&エシカルの会(〒169-0075高田馬場1—32—10、新宿消費生活センター分館内)☎(3357)2101へ。応募者多数の場合は抽選。

基礎から学ぶ寄せ植え講座講

●秋の草花で寄せ植え作り

【日時】10月17日(土)午前10時～11時30分・午後1時30分～3時

【講師】星野学／テクノ・ホルティ園芸専門学校講師

【費用】2,000円(材料費。自宅学習用の苗を追加する場合は2,500円)

【持ち物】筆記用具、園芸用手袋(お持ちの方)、エプロン、持ち帰り用の袋

【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)、苗の追加希望の有無を記入し、9月30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15名(小学生は保護者同伴)。応募者多数の場合は抽選。



令和2年度版

障害者福祉の手引をご活用ください

相談窓口・手帳の申請方法・生活支援など
障害のある方が利用できるサービスを掲載しています



【配布場所】▶障害者福祉課、▶保健予防課(第2分庁舎分館1階)、▶保健センター、▶子ども総合センター(新宿7—3—29)、▶特別出張所、▶障害者福祉センター(戸山1—22—2)、▶あゆみの家(西落合1—30—10)、▶区社会福祉協議会(高田馬場1—17—20)、▶地域活動支援センター(まど・ラバンス・ファロ・風)、▶障害者生活支援センター(百人町4—4—2)、▶シャロームみなみ風(弁天町32—6)、▶勤労者・仕事支援センター(新宿7—3—29)

【問合せ】障害者福祉課相談係(本庁舎2階)☎(5273)4518・FAX(3209)3441へ。

みんなの
国民年金

日本に住む20歳以上60歳未満の
全ての方が加入します

公的年金制度は、現役で働く世代が高齢者世代を支えることを基本としていますが、老後の生活のためだけでなく、家計を支える方が亡くなったときや、病気やけがで障害の状態になった時も、皆さんの生活を支えています。

加入者の種類

◆第1号被保険者【保険料は自分で納付】

自営業などの方と配偶者、学生・アルバイトなどで20歳以上60歳未満の方

◆第2号被保険者【保険料は給料から天引き】

会社員・公務員(厚生年金の加入者)などで原則として70歳未満の方(65歳以上の加入者は老齢年金などの受給資格のある方を除く)

◆第3号被保険者【保険料は配偶者が加入する年金制度が負担】

第2号被保険者に扶養されている配偶者で、20歳以上60歳未満の方

※任意加入被保険者

次のいずれかに該当する方は、希望すれば任意加入できます。

▶60歳以上65歳未満で、年金額を増やしたい方

▶60歳以上70歳未満で、受給資格期間を満たしていない方

▶日本国籍で海外に住む20歳以上65歳未満の方

国民年金の3つの給付

充実した老後のために

老齢基礎年金

保険料の納付期間・免除期間等の合計(受給資格期間)が原則として10年以上の方が、65歳になったときから受け取れます。

病気やけがで障害が残ったら

障害基礎年金

病気やけがで、日常生活に著しく支障のある障害の状態になったときに一定の要件を満たせば受け取れます。

もしものとき残された家族のために

遺族基礎年金

国民年金に加入中の被保険者が亡くなったとき、18歳(障害のある場合は20歳)未満のお子さんのいる妻または夫、両方ともいないときは子どもが一定の要件を満たせば受け取れます。

国民年金の加入・変更の届け出をお忘れなく

現在の状況	届け出理由	届け出先	届け出後の種別
自営業・学生・無職などの方	20歳になった	届け出不要※	第1号被保険者
第2号被保険者の被扶養配偶者	20歳になった	配偶者の勤務先	第3号被保険者
第1号被保険者	就職した	勤務先	第2号被保険者
	第2号被保険者である配偶者の扶養になった	配偶者の勤務先	第3号被保険者
第2号被保険者	退職した	区医療保険年金課・特別出張所	第1号被保険者
	第2号被保険者である配偶者の扶養になった	配偶者の勤務先	第3号被保険者
第3号被保険者	就職した	勤務先	第2号被保険者
	配偶者が退職した・配偶者が65歳になった・扶養ではなくなった	区医療保険年金課・特別出張所	第1号被保険者
	配偶者が転職した(配偶者は第2号被保険者を継続)	配偶者の新しい勤務先	第3号被保険者

※20歳前後に海外から転入した方は区医療保険年金課・特別出張所へ届け出が必要

保険料の支払いが難しいときは

所得が少ないなどで保険料の支払いが難しい場合には、保険料の納付が免除・猶予される制度があります。区医療保険年金課年金係にご相談ください。

保険料の免除等は、原則として毎年度申請が必要です。免除の期間は、国民年金の受給資格に必要な期間に算入されます。

●免除(全額免除・一部納付等)申請

▶本人だけでなく、配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が全額または一部免除になります。

▶退職(失業)した方は、特例免除制度を利用できます(配偶者・世帯主の所得が一定額以上の場合には利用できません)。申請には雇用保険受給資格者証・雇用保険被保険者離職票等の写しが必要です。

●納付猶予申請

50歳未満の方で世帯主の所得にかかわらず本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。納付猶予の期間は老齢基礎年金の受給額には反映されません。

●学生納付特例申請

対象校の学生で本人の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。学生納付特例の期間は老齢基礎年金の受給額には反映されません。

●産前産後期間の免除制度

平成31年2月1日以降に妊娠85日以後で出産または出産予定の第1号被保険者が対象です。出産(予定)日の前月から4か月間(多胎妊娠の場合は出産(予定)日の3か月前から6か月間)が免除の対象です。産前産後免除期間として認められた期間は老齢基礎年金の受給額には反映されません。

●臨時特例措置

新型コロナの影響により国民年金保険料の納付が困難な方は、保険料の免除申請が可能です。

【申請対象期間】

▶令和元年度分…令和2年2月分～6月分(学生の方は令和2年2月分～3月分)

▶令和2年度分…令和2年7月分～3年6月分(学生の方は令和2年4月分～3年3月分)

【対象者】

以下の2点をいずれも満たす方

▶令和2年2月以降に新型コロナの影響により収入が減少した

▶令和2年2月以降の所得等の状況から見て、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除等に該当する水準になることが見込まれる

国民年金に関する問い合わせ

◆国民年金の資格の取得・喪失、保険料の免除
区医療保険年金課年金係(本庁舎4階)☎(5273)4338

◆国民年金の給付の相談・申請
区医療保険年金課年金係(本庁舎4階)☎(5273)4338、新宿年金事務所(大久保2—12—1)☎(5285)8611

◆国民年金の納付・厚生年金の申請
新宿年金事務所☎(5285)8611

◆ねんきんダイヤル(一般の年金相談)
☎0570(05)1165(050から始まる電話からは☎(6700)1165)

◆日本年金機構ホームページ…HPhttp://www.nenkin.go.jp/

福祉



認知症の相談・講座

●認知症介護者相談

【日時】10月5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】専門医による個別相談(相談医は西新宿コンシェルシアクリニック精神科医師)

【申込み】9月17日(木)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】▶①10月8日(木)…四谷高齢者総合相談センター(四谷三栄町10-16、四谷保健センター等複合施設4階) ☎(5367)6770、▶②10月22日(木)…戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20) ☎(3203)3143、いずれも午後2時30分～4時



【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】医師による個別相談(相談医は新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医)

【申込み】9月17日(木)から電話で会場の高齢者総合相談センターへ。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「オレンジリング」(写真)を差し上げます。

【日時・会場】▶①10月19日(月)午前9時45分～11時15分…大久保地域センター(大久保2-12-7)、▶②10月28日(水)午後2時～3時30分…区立産業会館(BIZ新宿、西新宿6-8-2)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、①は20名、②は30名

【申込み】9月17日(木)から電話かファックス(3面記入例のほか希望する回(①②の別)を記入)で、高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・FAX(5272)0352へ。先着順。



新宿区ユニバーサルデザインまちづくり条例の概要パンフレットを配布しています

10月1日(木)に新宿区ユニバーサルデザインまちづくり条例が全面施行されることに先立ち、条例の内容等が分かる概要パンフレットを景観・まちづくり課(本庁舎8階)、特別出張所、区立図書館で配布しています。事業者向け施設整備マニュアルは区政情報センター(本庁舎1階)で有償頒布しているほか、新宿区ホームページでもご覧いただけます。

◆ユニバーサルデザインまちづくりとは

建築物、道路、公園、公共交通施設等の都市施設において、全ての人が安全で安心して快適に暮らしたり、訪れることができるまちの実現のため、大人が横になれる大型ベッドをトイレに設置したり、手すりの端部に点字で行先情報を標示するなどの施設整備等を行う取り組みです。



▲条例概要パンフレット



▲施設整備マニュアル

【問合せ】景観・まちづくり課ユニバーサルデザインまちづくり担当(本庁舎8階) ☎(5273)3843・FAX(3209)9227へ。

介護者講座「耳より情報」

●難聴の高齢者と話したいあなたへ

【日時】10月14日(水)午後2時～3時

【会場】榎町地域センター(早稲田町85)

【内容】加齢による聞こえの変化やリスク、難聴の高齢者とのコミュニケーション方法(講師は小杉義／福祉用具専門相談員)

【申込み】9月17日(木)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)または直接、榎町高齢者総合相談センター(弁天町50) ☎(5227)1757・FAX(5227)1758へ。先着20名。

※介護のため参加が難しい方はご相談ください。

認知症高齢者等支援ボランティア養成講座

講座修了後は講座で得た知識を生かして地域でのボランティア活動に参加していただきます。

【日時】11月5日(木)・13日(金)・26日(木)いずれも午後1時30分～4時、全3回



【会場】区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)

【対象】認知症サポーター養成講座を修了した方で、講座受講後に区内で認知症高齢者等へのボランティア活動ができる方、15名

【内容】医師による認知症の基礎知識の講義、施設職員・認知症介護者の体験談、オンラインでの認知症高齢者施設入所者の方への傾聴ボランティア

【申込み】電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で10月16日(金)までに、区社会福祉協議会地域活動支援課 ☎(5273)9191・FAX(5273)3082へ。応募者多数の場合は抽選し、落選者にも結果を連絡します。

はがき・ファックスの記入例

講座・催し等の申し込み

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)

※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。

子育てファミリー世帯向け

民間賃貸住宅の家賃を助成します



【対象】10月1日(基準日)現在、次の全てを満たす50世帯

▶区内の民間賃貸住宅にお住まいで、基準日の前日までに新宿区に住民登録している、▶義務教育修了前のお子さんを扶養し、同居している、▶令和元年(平成31年1月1日～令和元年12月31日)中の世帯の年間総所得が510万円以下、▶月額家賃が22万円以下で滞納していない、▶住民税の滞納がない、▶令和2年

度に区の転居助成・多世代近居同居助成・次世代育成転居助成による予定登録申請中でない、予定登録決定・助成を受けていない(予定登録決定は令和2年9月30日以前に有効期間が満了しているものを除く)、▶生活保護等を受けていない

【助成期間・金額】5年間を限度に月額30,000円(月額家賃が30,000万円未満の場合はその額)

【申込み】所定の申込書を郵送で住宅課居住支援係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273)3567へ。10月15日(木)までの消印があり、19日(月)までに到着したものを受け付けます。申込書と募集案内は、10月1日(木)～15日(木)に住宅課、区政情報センター(本庁舎1階)、子ども家庭課(本庁舎2階)、特別出張所、区立中央・四谷・鶴巻図書館で配布します(図書館は休館日、そのほかは土・日曜日、祝日等を除く)。10月1日(木)からは新宿区ホームページから取り出せます。応募者多数の場合は10月30日(金)午前10時から区役所第1分庁舎1階ロビーで公開抽選を行います。

※上記対象欄に記載の要件のほかにも要件があります。詳しくは、募集案内をご確認ください。

※今年度から学生・勤労単身者向けの募集は行いません。

9月21日
～30日

秋の全国交通安全運動

～世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。交通事故防止のため、交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践しましょう。



●運動の重点

- ▶子どもを始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- ▶高齢運転者等の安全運転の励行
- ▶夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止
- ▶二輪車の交通事故防止
- ▶自転車・二輪車の放置防止

●子どもを交通事故から守ろう!

新型コロナの影響で、新たに進学したお子さんへの交通安全教育のための十分な時間を確保することが困難な状況です。

警視庁公認交通安全情報サイト「TOKYO SAFETY ACTION」(下左図QRコード)や東京都教育委員会作成安全教育動画「見て学ぼう安全」(下右図QRコード)では、正しい道路の横断の仕方や自転車の安全な乗り方など交通安全を分かりやすく説明する動画を配信しています。ご家庭でご活用ください。

【問合せ】交通対策課交通企画係(本庁舎7階) ☎(5273)4265へ。

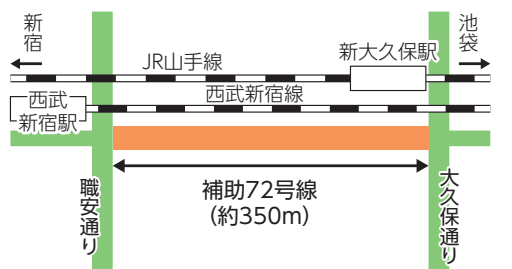


9月20日(日)から

都市計画道路補助第72号線の新線が開通します

大久保通りと職安通りを結ぶ約350mの区間(右図 ■ 部分)の整備が完了し、都市計画道路補助第72号線は、靖国通りから新目白通りまでの約2,550mの全線が開通します。新宿・新大久保・高田馬場の各駅を結ぶ南北の幹線道路として、都市交通ネットワークを形成し、生活道路への通過交通の抑制や、防災性の向上、景観にも寄与するため、地域の発展に大きな役割を果たすことが期待されます。

【問合せ】道路課計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3525へ。



参加者募集中 イ キッズ伝統芸能体験

●スタンダードプログラム
【練習期間】11月～令和3年3月(稽古14回とリハーサル・発表会)
【対象・定員】小学生～高校生(いずれのコースも4～10人程度)
【コース】▶能楽…謡・仕舞／狂言、▶長唄…三味線／篠笛／小鼓・太鼓、▶三曲…箏曲／尺八、▶日本舞踊
●ユースプログラム
【練習期間】12月～令和3年3月
【対象・定員】中学生・高校生(いずれのコースも8～10人程度)
【コース】▶長唄…三味線、▶三曲…箏曲、▶日本舞踊
……………<以下共通>……………

【練習場】新宿文化センター(新宿6—14—1)、芸能花伝舎(西新宿6—12—30)のほか、コースにより中野区・渋谷区・千代田区・東

提供:「キッズ伝統芸能体験」事務局／撮影:武藤奈緒美



村山市・立川市で実施
【発表会会場】能楽は宝生能楽堂(文京区本郷1—5—9)、長唄・三曲・日本舞踊は国立劇場大劇場(千代田区隼町4—1)(いずれも令和3年3月実施)
【費用】各コース15,000円(教材費等。ほかに実費負担あり)
【主催】東京都、アーツカウンシル東京、日本芸能実演家団体協議会
【後援】新宿区
【申込み】9月30日(水)までに所定の申込用紙をファックスで「キッズ伝統芸能体験」事務局 ☎(5909)3060・FAX(5909)3061へ。申込用紙は文化観光課(第1分庁舎6階)・特別出張所・区立図書館等で配布しています。同事務局ホームページ(HP)https://www.geidankyo.or.jp/kids-dento/からも申し込みめます。応募者多数の場合は抽選。

なるほど！ TOKYO2020

東京2020大会をより楽しめる情報をご紹介します。
【問合せ】東京オリンピック・パラリンピック開催等担当課(第1分庁舎7階) ☎(5273)4220へ。

西新宿小学校のうちわ作り



西新宿小学校の6年生(令和元年度)が東京2020大会への期待や西新宿のまちの伝統をテーマに図案を考え、うちわを作成しました。外国人の来街者にも地域の魅力が伝わるよう、英語の説明も記載しています。

うちわ30,000枚を西新宿エリアの商店街や区の施設、新宿中央公園などで配布し、まち全体で東京2020大会を盛り上げていきます。

新宿区 よしもと ワクワク！スポーツ体験プロジェクト イ 車いすバスケットボール教室 ～パラスポーツを体験しよう

車いすバスケットボール日本代表の永田裕幸さんから、競技の魅力やパラリンピックの思い出などを伺うトークショーと実技の二部構成です。実技では、競技用車いすの乗り方や車いすに乗りながらボールを扱う方法などをよしもと芸人と一緒に体験します。
【対象】5歳～小学生までのお子さんと保護者、25組50名
【講師・司会等】講師は永田裕幸さん、佐藤太一さん(車いすバスケットボール選手)、齋藤祐介さん(車いすバスケットボール選手)、司会はキクチウソツカナイ。さん、ゲストは麒麟・田村裕さん、サバンナ・八木真澄さん、大西ライオンさん(いずれもよしもと芸人)
【申込み】電話かはがき・ファックス(3面記入例

のほかパラスポーツ経験、年齢、学年を記入)で、10月2日(金)午後6時までに吉本興業(株)スポーツ事業部ワクワク！スポーツ体験プロジェクト事務局(〒160-0022新宿5—18—21) ☎(3209)8197・FAX(3209)8264へ。同事務局ホームページ(HP)https://wakuwakuports.yoshimoto.co.jp/からも申し込みめます。応募者多数の場合は抽選。結果は応募者全員に10月6日(火)以降にメールと郵送でお知らせします。定員に空きがある場合は10月6日(火)から電話かファックスで先着順で受け付けます。イベント当日は当選者と保護者以外は入場できません。
【区の担当課】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(本庁舎1階) ☎(5273)4358・FAX(5273)3590

【日時】10月18日(日)
午後1時～2時45分
(受け付けは午後0時30分から)
【会場】新宿スポーツセンター
(大久保3—5—1)



永田裕幸さん



佐藤太一さん



齋藤祐介さん



キクチウソツカナイ.さん



サバンナ・八木さん



麒麟・田村さん



大西ライオンさん

新型コロナに関する子育て世帯・事業者向け経済支援

新型コロナで不安を抱えて出産を迎えた家庭の経済的な負担を軽減します

新生児 子育て応援臨時給付金

区独自の新型コロナに対する経済支援として、4月28日以降に出生したお子さんの保護者に支給します。原則として申請は不要です。
【対象】4月28日～令和3年3月31日にお子さんが生まれ、新宿区に子とともに住民登録がある方(令和2年8月28日以前に転出した方を除く)
※9月18日(金)時点で給付対象となるお子さんがいる方には10月上旬に案内を送ります。9月19日(土)以降に生まれた方には個別に案内します。
【給付額】4月28日～令和3年3月31日に生まれたお子さん1人に付き10万円
※支給開始は10月下旬を予定しています。
【問合せ】子ども家庭課子ども医療・手当係(本庁舎2階) ☎(5273)4546へ。



中小企業者・個人事業主の方へ 新型コロナウイルス感染拡大防止休業協力金

区内店舗等施設で従業員等に5人以上の新型コロナ感染者が発生した場合に、区からの要請に応じて連続10日以上営業自粛を行った事業者には休業協力金を交付します。
【対象者】区内に店舗等施設がある中小企業者、個人事業主
【交付額】店舗等施設1事案につき50万円
【対象期間】令和3年3月31日(水)まで
【申請方法】従業員等に5人以上の感染者が発生した事業者に対し区から休業要請します。要請に応じていただける場合は、区から申請書をお送りします。
【問合せ】▶休業協力金について…産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701、▶従業員等の感染について…保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859へ。

新型コロナの影響を受けている
ひとり親家庭(母子・父子)等の方へ
申請期限は令和3年2月26日(金)まで

ひとり親世帯 臨時特別給付金

【対象・給付金額】
◎基本給付(1世帯50,000円、第2子以降1人に付き30,000円)
以下のいずれかに該当する方
▶①新型コロナの影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当の支給対象となる水準に下がった方
▶②5月31日時点で児童扶養手当の受給資格はあるが、公的年金給付等を受けていることにより、手当の支給対象とならなかった方(前年度所得が児童扶養手当の支給制限限度額を下回る方に限る)
▶③令和2年6月分の児童扶養手当の支給を受けている方(申請不要。対象者には既に8月14日に支給済み)
◎追加給付(1世帯50,000円)
上記②③のうち、新型コロナの影響を受けて家計が急変し、収入が大きく減少しているとの申し出があった方
【申請方法】令和3年2月26日(金)までに戸籍謄本、家計の状況に関する書類等の必要書類を郵送(必着)または直接、子ども家庭課育成支援係(〒160-8484歌舞伎町1—4—1、本庁舎2階) ☎(5273)4558へ。要件等詳しくは、お問い合わせください。申請書等は新宿区ホームページから取り出せます。

9月24日～30日は結核予防週間

結核は今も 注意が必要な病気です

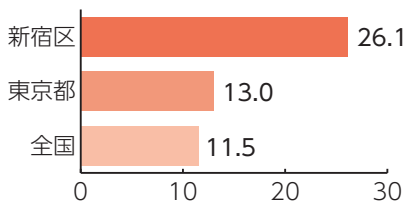


結核予防会複十字シール
運動キャラクター・結核と
闘う「シールぼうや」

新宿区では昨年、全国平均の2倍以上の方が発病しました(右グラフ参照)。区内の結核り患率は、高齢者と若年層で高くなっています。

【問合せ】保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3862へ。

人口10万人当たりの結核り患率(令和元年)



■ 早期発見・早期治療を

結核の主な症状は、継続する咳・痰です。風邪と似た症状ですが、2週間以上症状が続く場合は、結核の可能性があります。すぐに呼吸器内科を受診しましょう。他にも、微熱・倦怠感・体重減少・血痰などの症状が出ることもあります。

■ お子さんの予防接種(BCGワクチン)

現在ワクチンは、生後5～8か月での接種をお勧めしています。区が発行する「予防接種予診票」をお持ちの上、指定医療機関で接種してください。予診票がお手元ない方は、保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3859へお問い合わせください。

病気に伴う心と体の「つらさ」をやわらげるために

緩和ケアは早い時期から

緩和ケアは、がん等の病気と診断されたときの気持ちの落ち込みや治療中の痛みなど、さまざまなつらさを持つ患者と家族のための治療や支援等のことです。早い段階から緩和ケアを受けられるよう、相談窓口をご利用ください。

【問合せ】健康づくり課在宅医療支援係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3839へ。

相談窓口で相談できること

- ▶ 治療について医師に聞くときのポイント
 - ▶ 治療中の働き方 ▶ 在宅療養や療養生活の悩み
 - ▶ 家族ががん等の病気にになったときの関わり方 ほか
- ※「さまざまな心配ごとについて、ゆっくり話を聞いてほしい」などの相談も受け付けます。

区の相談窓口

がん療養相談窓口(暮らしの保健室)	在宅医療相談窓口
戸山2ー33、都営戸山ハイツ33号棟125 ☎(3205) 3114・☎(3205) 3115	(健康づくり課在宅医療支援係) ☎(5273) 3839・ FAX(5273) 3930
【相談受付日時】 ▶ 月～金曜日午後1時～4時 ▶ 第4土曜日午前10時～午後1時30分	



40歳～74歳の新宿区の国民健康保険ご加入の方へ

年に一度の
無料

特定健康診査を受けましょう

令和3年3月31日まで実施

特定健康診査は、40歳以上の方を対象としたメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診査です。年に一度の健康診査を活用して、自分の健康状態を知り、生活習慣を改善しましょう。

【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 4207へ。



新宿区特定健康診査・がん検診 ご案内センター

☎0120(016)377(無料)

9月25日(金)～令和3年1月31日(日)

※12月29日(火)～令和3年1月3日(日)を除く

午前9時～午後8時(土・日曜日、祝日は午後6時まで)

こんなときは
お気軽に
お電話ください

- ▶ 健康診査・がん検診の内容が知りたい
- ▶ 健康診査票・がん検診票を請求したい ほか

※同センターでは、区特定健康診査の対象者で、まだ受診していない方に、ご案内センターから、電話で特定健診の受診勧奨をする場合があります。

◆受診場所 区の指定医療機関

新宿区ホームページ・「健康診査・がん検診のご案内(健(検)診票発送時に同封)」でご案内しています。

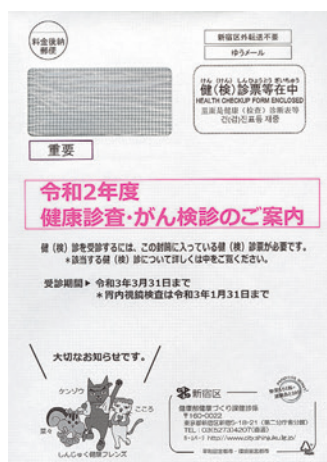
◆対象 40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方

●受診には「健康診査票」が必要です

対象の方には、右写真封筒で、5月末までに健康診査票を発送しました。

お手元ない方は、右記ご案内センターへ連絡してください。

◎16歳～39歳(学校・勤務先等で受診する機会がある方を除く)、75歳以上、40歳～74歳で生活保護等を受けている方の健康診査も、区が無料で実施しています。



※健康保険組合、共済組合、協会けんぽ、国民健康保険組合等に参加している方(被扶養者を含む)の特定健康診査は、各医療保険者が実施します。詳しくは、参加している医療保険者へお問い合わせください。

人間ドックや事業主健診等を受ける方へ

特定健康診査を受けずに人間ドックや事業主健診等を受ける方も、必要項目を満たした健康診査の結果を提出し、区の保健指導等の対象になった場合には、保健指導等の健康支援が無料で受けられる利用案内をお送りします。

【対象】40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方
詳しくは、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

◆主な検査内容

※診断書は発行しません。



特定健診・がん検診受診の流れ

STEP 1

健(検)診票を取り寄せる

健(検)診票の取り寄せは、上記ご案内センターへ

STEP 2

医療機関を選び、 電話で予約

新宿区健康診査・
がん検診ホームページ
から医療機関一覧へ



STEP 3

受診する

※受診の際は、各医療機関の感染予防策にご協力ください。

健(検)診票、健康保険証を忘れずにお持ちください

令和2年第3回
区議会定例会

提出議案

区長が提出した議案は次のとおりです。
【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階)
☎(5273)3505へ。
※提出議案を追加する場合があります。

◆予算案4件

○令和2年度補正予算

- 令和2年度新宿区一般会計補正予算(第7号)
- 令和2年度新宿区国民健康保険特別会計補正予算(第3号)
- 令和2年度新宿区介護保険特別会計補正予算(第1号)
- 令和2年度新宿区後期高齢者医療特別会計補正予算(第1号)

◆決算認定4件

- 令和元年度新宿区一般会計歳入歳出決算
- 令和元年度新宿区国民健康保険特別会計歳入歳出決算
- 令和元年度新宿区介護保険特別会計歳入歳出決算
- 令和元年度新宿区後期高齢者医療特別会計歳入歳出決算

◆条例案7件

○一部改正の条例

- 新宿区立新宿生活実習所条例の一部を改正する条例
- 新宿区立保育所条例の一部を改正する条例
- 新宿区特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例の一部を改正する条例
- 新宿区保健センター条例の一部を改正する条例
- 新宿区自転車等の適正利用の推進及び自転車等駐輪場の整備に関する条例の一部を改正する条例
- 新宿区地区計画の区域内における建築物の制限に関する条例の一部を改正する条例
- 新宿区立の小学校、中学校及び特別支援学校の非常勤の学校医、学校歯科医及び学校薬剤師の公務災害補償に関する条例の一部を改正する条例

区政に関する
ご意見等をお寄せください

区では、区民の声を広く聴取し、区政運営の参考とするため、「区長へのはがき」をはじめ、手紙・ファックス・区ホームページの専用フォームでご意見・ご要望をうかがっています。

お寄せいただいたご意見等は、関係部署で協議の上、14日程度(土・日曜日、祝日等を除く)で回答します。匿名(氏名・住所の記載がないもの)のご意見等は回答できません。

【問合せ】区政情報課広聴係(本庁舎3階)☎(5273)4065・FAX(5272)5500へ。

開催を
中止区長と話そう～しんじゅくトーク
しんじゅく若者会議

新型コロナの影響で、令和2年度は開催を中止します。

▶区長と話そう～しんじゅくトーク…地域が取り組んでいる身近な課題をテーマに、区内10か所の地域センターで区長が区民の皆さんと意見交換を行う事業(去年は10月・11月に開催)

▶しんじゅく若者会議…若者に区政に関心を持ってもらい、区政への関わりを高めるきっかけとして討議や発表等を行う事業(去年は7月・11月に開催)

【問合せ】区政情報課広聴係(本庁舎3階)☎(5273)4065へ。

人材募集



角筈地域センター事務補助員

【対象】パソコン入力(ワード・エクセル等)ができる方、1名

【勤務期間】10月1日(木)～令和3年3月31日(水)

【勤務日時】月10日程度(土・日曜日、祝日等の勤務あり)、午後4時30分～10時のシフト制

【勤務内容】事務補助・消毒等

【賃金(時給)】1,100円。交通費は実費支給(上限あり)

【選考】▶1次…書類、▶2次…面接(9月下旬)

【勤務場所・申込み】履歴書(写真を貼る)を9月22日(祝)までに直接、角筈地域センター(西新宿4-33-7)☎(3377)1373へお持ちください。

施設

落合中央公園庭球場の
利用休止

- 11月1日(日)～令和3年3月31日(水)

落合中央公園庭球場(上落合1-2)では、照明のLED化、人工芝の改修工事等のため、上記期間中の利用を休止します。ご理解・ご協力をお願いします。

※工期は変更する場合があります。

【問合せ】

▶利用について…新宿未来創造財団

☎(3232)7701

▶工事について…生涯学習スポーツ課

生涯学習スポーツ係(本庁舎1階)

☎(5273)4358へ。

ヴィレッジ女神湖(長野県立科町)
年末年始期間の利用抽選

【宿泊受付窓口】新宿区保養施設受付(区役所本庁舎1階)

☎(5273)3881(月～金曜日(祝日等を除く)の午前9時～午後5時)へ。

※土・日曜日、祝日等は☎(5369)3902(午前10時～午後6時)へ。

【対象】区内在住・在勤の方と同行する方

【利用期間】12月20日(日)～令和3年1月5日(火)

【宿泊日数】3泊4日以内(1グループ5室まで)

【申込み】9月25日(必着)までに、宿泊受付窓口と各特別出張所で配布している「専用往復はがき」でお申し込みくだ

さい(1グループにつき1枚)。抽選結果は、10月7日(水)までに応募者全員にお知らせします。

【当選した方】10月14日(水)までに宿泊受付窓口に直接または電話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)は取り消します。

※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



9月は27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(本庁舎1階の出入口が利用できます)

●取り扱い事務と注意事項

下記事務以外は取り扱いません。必要書類・本人確認書類等を事前に必ず担当係へお問い合わせの上、おいでください。

◆住民記録

▶転入・転出・転居・世帯変更の届出(前住所地の市区町村に確認が必要な場合は手続きできない場合があります。国外からの転入は取り扱いません)

▶マイナンバーカード(個人番号カード)・住民基本台帳カードによる転入届出(事前に前住所地でカードによる転出届出をする必要があります)

▶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、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)

▶不在住証明書の交付

▶印鑑登録申請・廃止の届出

▶印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証(カード)が必要)

▶マイナンバーカード(個人番号カード)の交付・届出等

▶公的個人認証(電子証明書の発行等)

▶特別永住者に関する申請等

【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階)

☎(5273)3601へ。

◆戸籍

▶戸籍届書の預かり(届書の内容確認等は翌開庁日に行います)

▶埋火葬・改葬許可証、区民葬儀券の交付

▶戸籍・除籍・改製原戸籍謄抄本、戸籍・除籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写しの交付(請求できるのは、その戸籍に記載されている方とその配偶者、直系血族(関係が確認できる戸籍等が必要)のみ)

▶身分証明書、不在籍証明書の交付

【問合せ】戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階)

☎(5273)3509へ。

◆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(申告等により税情報がある方のみ)

【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階)

☎(5273)4139へ。

9月27日(日)は住民税の納税相談・
国民健康保険料の納付相談
も実施します

平日の納付相談が困難な方は、収入や生活状況を確認できる書類などをお持ちの上、この機会に相談においでください。納付や電話での相談も受け付けます。

【開設時間】午前9時～午後4時30分

【開設場所・問合せ】▶特別区民税・都民税…税務課納税係(本庁舎6階)☎(5273)4534、▶国民健康保険料…医療保険年金課納付推進係(本庁舎4階)

☎(5273)4158へ。

※火曜日は午後7時まで窓口を延長して受け付けています。

ケーブルテレビの
広報番組(10月放送)

わたしのまち新宿プラス

テーマ

変わる西新宿～歩いて楽しいまちへ

10月は、発展する西新宿を紹介。芝生広場がリニューアルし、交流拠点施設「SHUKNOVA(シュクノバ)」が開業した新宿中央公園のほか新宿住友ビルの三角広場やSOMPO美術館などをMCがリポートします。さらに、ゲストに俳優の遠藤憲一さんをお招きし、西新宿の新たな魅力を紹介します。

- 番組の放送
- 10月1日(木)～31日(土)、ジェイコムチャンネル港・新宿(11チャンネル)で、
▶午前9時から、▶午後6時30分から、▶午後11時から(18日(日)・25日(日)は午後9時30分から)の毎日3回放送します(20分番組)。
※番組は、新宿区ホームページでも動画配信します。また、10月7日(水)から、区政情報センター(本庁舎1階)、区立図書館(所蔵は中央・四谷・下落合図書館のみ)でDVDを貸し出します。
【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階)☎(5273)4064へ。
※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム東京☎0120(914)000へ。



▲リニューアルした新宿中央公園芝生広場

区関連・官公署情報

食事付きトレーラーハウス型
自習室「スタディキャンプ」

- 利用者募集
- Wi-Fiを完備し、コピーができるほか、軽食や飲み物を提供する自習室です(全て無料)。利用には事前に登録が必要です。
【利用日時】令和3年3月31日までの月～金曜日午後6時～9時(祝日等を除く)
【所在地】西新宿6―12―30(芸能花伝舎内)
【利用登録対象】日本語で読み書き・意思疎通ができる小学4年生～中学3年生で、塾通いができないまたは家庭等での勉強が困難などの事情がある方、200名(一度に利用できるのは当面の間、5名まで)
【後援】新宿区
【申込み】電話でNPO法人維新隊ユネスコクラブ事務局☎050(7110)1820(土・日曜日、祝日等を除く午前10時～午後7時)へ。同事務局ホームページ(<http://studycamp.net/how/>)からも申し込めます。



陶芸講座

講



- ①親子陶芸教室(初心者向け)
- 【日時】10月～令和3年2月の第1・第3日曜日(1月は第3・第5日曜日)午前10時～12時、全10回
【対象】5歳以上のお子さんと保護者、30名
【費用】1人1回1,000円(材料費等。各回ごとに会場で支払い)
- ②四谷陶芸サロン(経験者向け)
- 【日時・定員】10月～令和3年3月の第1・第3日曜日(1月は第3・第5日曜日)午後1時30分～3時30分、全12回、15名
【費用】1回3,500円(材料費等。指定口座に振り込み)
……………<①②共通>……………
【会場】CCAAアートプラザ(四谷4―20、四谷ひろば内)
【申込み】往復はがきかファックス・電子メール(3面記入例のほか希望講座(①②の別)、①はお子さんの氏名(ふりがな)・年齢、お持ちの方はファックス番号、電子メールの場合は件名に講座名を記入)で9月23日(水)(消印有効)までに市民の芸術活動推進委員会・大澤(〒160-0004四谷4―20、四谷ひろば内)☎(3359)3413・FAX(3354)2708・ccaa4420@gmail.comへ。応募者多数の場合は抽選。

区民のひろば

費用・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。各主催者に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へ。

★催し・講座★

- ◆遺言・相続110番～無料電話相談会☎(3595)1154 9月24日(木)午前10時～午後3時。弁護士による遺言・相続などの相談。☎第一東京弁護士会遺言センター☎(3595)1154
- ★サークル・会員募集★
- ◆合唱 月3回金曜日午後1時30分～3時30分、赤城生涯学習館で。童謡・愛唱歌。¥1回1,500円。☎くりの実うたの会・住岡☎090(5751)0992

10月の各種相談

※中止・変更となる場合があります。事前に各主催者へご確認ください。

くらし・法律	相談名	実施日時	相談場所	問合せ
	区民相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00	本庁舎1階 区民相談コーナー	区政情報センター☎(5273)4585
くらし・法律	法律相談	水・木曜日(祝日等除く)13:00～15:30(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	区政情報課広報係☎(5273)4065
	交通事故相談	2(金)・16(金)13:00～16:00	本庁舎1階ロビー	
	行政相談			
	公益通報相談	【公益保護委員(弁護士)による電話相談】☎(3516)1141(横山敏秀)・☎(5733)0133(大野徹也)・☎(3580)5456(松田育子)		総務課総務係☎(5273)3505
	悩みごと相談室	月曜日(祝日等除く)10:00～16:00	第1分庁舎2階区民相談室 電話相談は☎(5273)3646	男女共同参画課☎(3341)0801 電話相談受け付けは15:30まで
		月～土曜日(祝日等除く)10:00～16:00	男女共同参画推進センター(ウィズ新宿・荒木町16)電話相談は☎(3353)2000 ※男性相談員による電話相談(土曜日13:00～16:00)は☎(3341)0905	
	女性相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00	生活福祉課相談支援係(第2分庁舎1階)☎(5273)3884	
	消費生活相談	月～金曜日(祝日等除く)9:00～17:00(電話相談)	新宿消費生活センター(第2分庁舎3階)☎(5273)3830	
	多重債務特別相談	27(火)13:00～16:00(電話予約)		
	仕事と家計に関する相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00	第2分庁舎1階	生活支援相談窓口☎(5273)3853
福祉	若年者の就労に関する相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00	新宿区勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)☎(3200)3311	
	商工相談	月～金曜日(祝日等除く)9:00～19:00(電話予約)	BIZ 新宿4階(西新宿6-8-2)	産業振興課産業振興係☎(3344)0702
	図書館でのビジネス情報支援相談会	17(土)12:00～16:00(申込書で予約) 28(木)16:30～20:30(申込書で予約)	中央図書館(大久保3-1-1)☎(3364)1421 角筈図書館(西新宿4-33-7)☎(5371)0010	
	税務相談(電話相談)	6(火)・20(火)13:30～16:00(電話予約)	税務課税務係☎(5273)4135	
	外国人相談	英語☎(5272)5060・中国語☎(5272)5070・韓国語☎(5272)5080 【実施日時】月～金曜日(祝日等除く)9:30～12:00・13:00～17:00 【相談場所】本庁舎1階区民相談コーナー		
		英語・中国語・韓国語・タイ語・ミャンマー語・ネパール語(日時は要問い合わせ)	しんじゅく多文化共生プラザ(歌舞伎町2-44-1)☎(5291)5171	
	福祉サービスに関する法律相談	19(月)14:00～16:00(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	地域福祉課福祉計画係☎(5273)3623
	成年後見権利擁護相談	月・水・金曜日(祝日等除く)13:00～16:00(電話予約)	新宿区成年後見センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)☎(5273)4522	
	障害者相談窓口★はピアカウンセリングも実施	障害者福祉課☎(5273)4518・☎(3209)3441、保健予防課☎(5273)3862、保健センター、★区立障害者福祉センター☎(5292)7890、区立障害者生活支援センター☎(5937)6824、シャロームみなみ風☎(5579)8412、まど☎(3200)9376、★ラバンス☎(3364)1603、ファロ☎(3350)4437、風☎(3952)6014へ。		

子ども・教育

住宅・建築

区民のひろば

子ども・教育

相談名	実施日時	相談場所	問合せ
子どもと家庭の総合相談	月～土曜日…8:30～19:00 日曜日・祝日(電話相談のみ)…8:30～17:00	子ども総合センター (新宿7-3-29) ☎(3232)0675	
	月～金曜日(祝日等除く)…8:30～17:00 土曜日(来所相談のみ)…9:30～18:00	信濃町 ☎(3357)6855・榎町 ☎(3269)7345・ 中落合 ☎(3952)7752・北新宿 ☎(3362)4152 の子ども家庭支援センターへ。	
発達相談	子ども総合センター発達支援係(あいあい) (新宿7-3-29) ☎(3232)0679へ。		
子ども家庭相談	地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、各児童館へ。		
家庭相談	月～金曜日(祝日等除く)13:00～17:00	子ども家庭課育成支援係 (本庁舎2階) ☎(5273)4558	
ひとり親相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00		
子育て電話相談	保育園…火～金曜日13:00～15:00、子ども園…月～土曜日(土曜日は一部の園で実施)9:00～17:00、いずれも祝日等除く。	公立の保育園、子ども園	
教育相談	月～金曜日(祝日等除く) 電話…9:00～17:00 来所…9:00～18:00(電話予約)	教育センター(大久保3-1-2) ☎(3232)3071 電話相談は ☎(3232)2711	
いじめの相談	月～金曜日…17:00～22:00、土・日曜日、祝日等…12:00～22:00(電話相談のみ)	新宿子どもほっとライン ☎(3232)2070	

住宅・建築

住み替え相談 不動産取引相談	1(木)・2(金)・8(木)・9(金)・15(木)・16(金)・22(木)・23(金) 13:00～16:00(電話予約)	本庁舎7階	住宅課居住支援係 ☎(5273)3567
マンション管理相談	9(金)・23(金)13:00～15:50(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	住宅課居住支援係 ☎(5273)3567
住宅資金融資相談	2(金)・16(金)13:00～15:15(電話予約)		
安全安心・建築 なんでも相談	22(木)9:30～16:00 (電話予約)	区役所本庁舎1階ロビー	
建築紛争相談	月～金曜日(祝日等除く) 8:30～17:00	本庁舎8階	建築調整課 ☎(5273)3544

マンション問題 無料なんでも相談	7(木)・21(木) 13:00～16:00	区役所本庁舎 1階ロビー	主催・東京都マンション管理士会新宿支部 ☎090(1033)9386
無料不動産相談所 (不動産取引相談)	14(木)13:00～16:00	区役所本庁舎 1階ロビー	主催・東京都宅地建物取引業協会新宿区支部 ☎(3361)7171
リフォーム 無料相談	28(木)13:00～16:00	区役所本庁舎 1階ロビー	主催・新宿区住宅リフォーム協議会 ☎(3362)2161
不動産登記 無料相談	13(火)13:00～16:00 (9:00～12:00に電話予約)	区役所第1分庁舎 2階区民相談室	主催・東京司法書士会新宿支部 ☎(3369)0838 東京土地家屋調査士会新宿支部 ☎(3364)6510
行政手続・法務等 行政書士による無料相談	6(火)・20(火)12:00～16:00…区役所本庁舎1階ロビー 特別出張所・地域センター等は別日に実施。	主催・東京都行政書士会新宿支部 ☎0120(917)485	

弁護士会電話無料相談
☎0570(200)050

月～金曜日(祝日等除く) 10:00～16:00	主催・弁護士会の法律相談センター ※都内からかけた電話のみ対応します。
-----------------------------	--

残暑厳しい
この時季も

熱中症にご注意を



熱中症は、本人だけでなく周囲の人が気付き、適切に対処すれば防ぐことができます。今年は、新型コロナ感染対策のためのマスク着用で、例年以上に熱中症になるリスクが高まっています。暑さが続く今後も、予防と対策を徹底しましょう。

【問合せ】健康政策課健康企画係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3024・FAX(5273)3930へ。

！要注意 熱中症になる主な条件

出典：環境省「熱中症環境保健マニュアル2018年度版」

環境

- ▶ 気温が高い
- ▶ 湿度が高い
- ▶ 風が弱い
- ▶ 日差しが強い
- ▶ 締め切った室内
- ▶ エアコン未使用



からだ

- ▶ 糖尿病・心臓病などの持病
- ▶ 低栄養状態
- ▶ 下痢などによる脱水状態
- ▶ 寝不足や二日酔いなどの体調不良

行動

- ▶ 激しい運動
- ▶ 慣れない運動
- ▶ 長時間の屋外作業



※体温調節機能が未熟な乳幼児や暑さやのどの渇きを感じづらい高齢者は、特にご注意ください。



予防のポイント

水分補給と暑さを避けることが大切です



- 例年以上に意識して
小まめな水分・塩分補給
- 体調を整える
 - ▶ バランスの良い食事や十分な睡眠・休養
 - ▶ 日頃から体温測定・健康チェック
 - ▶ 規則正しい生活
 - ▶ 体調が悪いときは無理せず自宅で静養
- 屋外で2m以上人と距離を確保できるときはマスクをはずす
 - ※マスクを着用しているときは、負のかかる運動は避け、適宜休憩しましょう。



- 住まい・服装等の工夫
 - ▶ エアコンや扇風機で温度・湿度の上がりすぎを防ぐ
 - ※熱帯夜等寝苦しい夜も上手にエアコンを使用しましょう。
 - ▶ 通気性が良く、吸汗性・速乾性がある衣服を選ぶ
 - ▶ 外出時は日傘・帽子で直射日光を避ける
 - ※風の流れができるように、2方向の窓を1回数分程度、1時間に2回以上のペースで小まめに換気しましょう。



症状と対処

こんな症状は熱中症の可能性あります

症状

めまい、軽い頭痛、吐き気、体が熱い、多量の発汗、筋肉痛

対処

- ▶ 風通しのいい日陰や冷房の効いている室内に移動する
- ▶ 衣服を緩め体を楽にする
- ▶ 水分・塩分を補給する
- ▶ 冷やしたタオルなどで脇の下や足のつけ根を冷やす

こんな症状が出たら医療機関へ

- ▶ 頭痛 ▶ 吐き気 ▶ おう吐 ▶ 倦怠感 ▶ 虚脱感
- ▶ 疲労感 ▶ 呼びかけに対し反応がおかしい ほか

◎意識がない場合は、
すぐに救急車を呼びましょう。



高齢者の皆さんへ 9月30日まで開設

まちなか避暑地のご利用を

次の施設の個人利用スペースなどを開放し、施設利用証なしで利用できます。

【利用日時・対象期間】9月30日(水)までの ▶ ささえーる薬王寺・シニア活動館・地域交流館は午前9時～午後6時 ▶ 清風園は午前9時30分～午後6時(9月15日(火)は休園)

【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・FAX(6205)5083へ。

秋の文化財特別公開

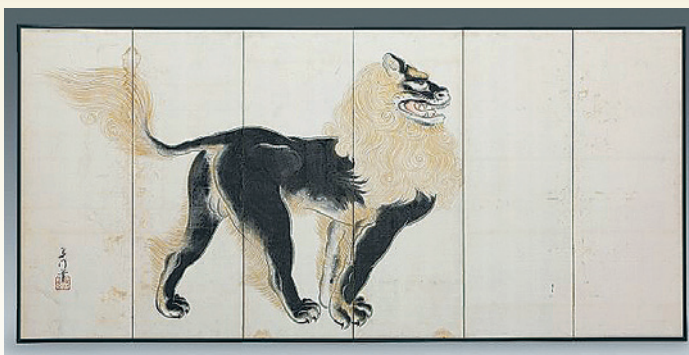
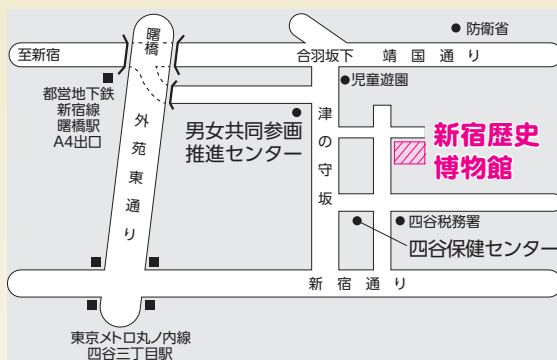
区が寄贈・寄託を受けた文化財を新宿歴史博物館常設展示室で公開します。下記期間中直接、会場へおいでください。

【期間】9月23日(水)～11月30日(月)
午前9時30分～午後5時30分
(入館は午後5時まで。9月28日(月)、10月12日(月)・26日(月)、11月9日(月)・24日(火)は休館)

【会場】新宿歴史博物館
(四谷三栄町12—16)

【観覧料】▶ 一般…300円、▶ 小・中学生…150円(常設展示観覧料)

【問合せ】▶ 文化観光課文化資源係(第1分庁舎6階)
☎(5273)4126・FAX(3209)1500
▶ 新宿歴史博物館 ☎(3359)2131・FAX(3359)5036へ。



巴講睦の獅子図屏風(区地域文化財)

鎧神社の巴講睦に伝わる一対の獅子を描いた屏風
※9月23日(水)～10月31日(土)は雄獅子、11月1日(日)～30日(月)は雌獅子を展示します。



聖徳太子画像(区指定文化財)

四谷左官組合の太子講で使用した掛軸