

11月は 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しません。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しません)
 ▶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)
 ▶特別永住者に関する申請等

※システム休止のため、住民基本台帳カード・マイナンバーカード関連事務(カード利用の継続、カードの表面記載事項(住所・氏名等)の変更等)・電子証明書関連事務(発行・暗証番号変更等)は取り扱いしません。
 【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。

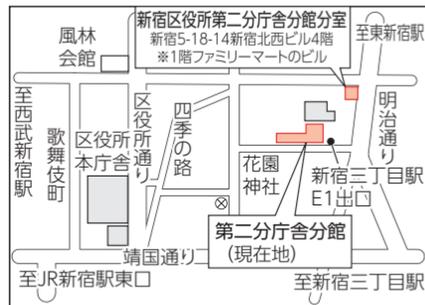
住民税の納税相談・国民健康保険料の納付相談も実施します

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。

11月24日 健康づくり課の一部が移転します

【移転先】新宿5-18-14 (新宿北西ビル4階)



※移転先に駐車場・駐輪場はありません。

健康増進(健康ポイント、ウォーキング、しんじゅく100トレ)、母子保健(妊娠届、母子健康手帳の交付、ゆりかご・しんじゅく面談)、歯科保健(歯科健診票の交付)、栄養・食育(給食施設指導、食品表示の相談・指導(栄養成分表示等))、健康診査票・がん検診票の交付などの業務を行う同課健康づくり推進係・健診係の窓口が移転します。

※同課在宅医療支援係(区役所第2分庁舎分館1階)は移転しません。

【問合せ】▶健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3047、▶健診係 ☎(5273)4207、▶在宅医療支援係 ☎(5273)3839(いずれも ☎(5273)3930)へ。

※在宅医療支援係は、11月24日(火)からファックス番号が ☎(5273)3876 に変わります。

※健康づくり推進係・健診係の電話番号・ファックス番号は、変わりません。

牛込消防団長

中村功さんが退任・原田義明さんが任命されました



10月29日に発令式があり、10月31日付で前団長が退任、11月1日付で新団長が任命されました。

中村前団長(左写真・中央右)は昭和59年に入団以来、36年余の長期間にわたり地域の防火・防災活動や安全・安心の向上に貢献されました。

原田新団長(左写真・中央左)は、平成3年に入団以来、長期間にわたり消防団活動に従事され、平成26年からは副団長として団長を支えてこられました。

退任・任命発令式では、宇田川牛込消防署長も立ち会い、吉住新宿区長から新旧団長に退任・任命発令書が渡され、原田新団長が「地域防災力の向上のため、精強い消防団の育成に努めます」と抱負を述べました。



消防団員を募集しています



◆「まちの安全・安心を守る」ために皆さんの力を消防団で発揮してみませんか

消防団は、消防組織法に基づき市区町村に設置されている消防機関です。平常時・非常時を問わず住民の安全・安心を守る重要な役割を担っています。

【対象】消防団員は、各消防団の区域に在住・在勤・在学する18歳以上で健康な方
 【問合せ】▶四谷 ☎(3357)0119、▶牛込 ☎(3267)0119、▶新宿 ☎(3371)0119の各消防署へ。

元気館

令和3年1月～3月のプログラム 講
 〒169-0052 戸山3-18-1
 ☎(3202)6291・☎(3202)6292
 https://www.sports Oasis.co.jp/sh45/

◆フリー型プログラム

【日時・対象・内容】右表のとおり

【費用】400円

【申込み】各プログラム開始30分前から1階受け付けで配布する整理券をお受け取りの上、チケットを購入してください。整理券がないとご希望のプログラムへの参加ができません。

※フリー型プログラム参加者は、在館中に限りトレーニング室を利用できます。

※回数券(11回分)の販売もしています(費用4,000円、有効期限3か月)。

◆トレーニング室の利用

【日時】▶月～土曜日…午前9時～午後8時45分

▶日曜日、祝日等…午前9時～午後5時45分

【内容】ランニングマシン等の有酸素マシンや筋肉トレーニングマシン、体成分測定ほか

【費用】400円

※月～土曜日午後8時以降と日曜日、祝日午後5時以降は200円で利用できます。

◆キッズプログラム(コース型・通年型)

【日時・対象・内容】右表のとおり

4～6月に新型コロナの影響による臨時休館があったため、原則として4～6月期当選者を対象に実施しますが、定員に空きがあるプログラムは募集しますので、お問い合わせください。

※成人コース型・通年型プログラムの募集は行いません。

当面の間、フリー型として開催します。



▲同館のスタジオ

キッズプログラム (満員)表示のプログラムはキャンセル待ちを受け付けています。表示のないプログラムは定員に空きがある場合がありますので、お問い合わせください。
 フリー型 年齢の記載のないプログラムは15歳以上対象。
 ●…定員24名、★…定員20名

※■のプログラムは、同日に重複して参加できません。
 ※祝日は夜間プログラム(午後6時～9時)をお休みします(キッズプログラムは実施)。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
らくトレ・ストレッチ ● 9:30～10:15	シニア健康体操 ● 9:25～10:10	らくトレ・ストレッチ ● 8:35～9:20	シニア機能改善体操 ● 9:30～10:15	低負荷バランス体操 ● (60歳以上) 9:30～10:15	親子運動教室(1歳6か月～3歳) (満員) 9:30～10:15	リラックスヨガ ● 9:30～10:15
エアロシンプル ★ 10:45～11:30	フラダンス ★ 10:40～11:25	らくトレ・ストレッチ ● 9:50～10:35	ピラティス ● 10:45～11:30	ピラティス ● 10:45～11:30	幼児運動教室(年少) (満員) 10:45～11:30	ボディシェイプ・ストレッチ ● 10:45～11:30
ボディシェイプ・ストレッチ ● 12:00～12:45	ベビーマッサージ ● (1～11か月児と保護者) 11:55～12:40	低負荷バランス体操 ● (60歳以上) 11:05～11:50	ボディシェイプ・ストレッチ ● 12:30～13:15	ヨガ ● 12:00～12:45	幼児運動教室(年中) (満員) 12:00～12:45	ボディシェイプ・ストレッチ ● 12:00～12:45
ボディシェイプ・ストレッチ ● 13:15～14:00	ママフィット with ベビー ● (1～11か月児と母親) 13:10～13:55	低負荷バランス体操 ● (60歳以上) 12:20～13:05	ボディシェイプ・ストレッチ ● 13:45～14:30	リラックスヨガ ● 13:15～13:45	小学生運動教室(1～3年生) 13:15～14:00	ボディシェイプ・ストレッチ ● 12:00～12:45
ボディシェイプ・ストレッチ ● 14:30～15:15	幼児運動教室(年中) 15:00～15:45	リフレッシュムーブ ● 13:35～14:20	ボディシェイプ・ストレッチ ● 15:00～15:45	エアロシンプル ★ 14:15～15:00	小学生運動教室(1～3年生) 13:15～14:00	リラックスヨガ ● 13:15～14:00
キッズチアリーディング(年中・年長) 15:45～16:30	幼児運動教室(年少) 16:15～17:00	フラダンス ★ 15:10～15:55	リトルクラシックバレエ(年少～年長) (満員) 16:15～17:00	骨盤スリム ● 15:30～16:15	幼児運動教室(年少) 16:45～17:30	リラックスヨガ ● 14:30～15:15
ジュニアチアリーディング(小学生) 17:00～17:45	小学生運動教室(1～3年生) 17:30～18:15	キッズ空手(年中・年長) (満員) 16:25～17:10	姿勢改善ヨガ ● 17:30～18:15	小学生クラシックバレエ(1～4年生) 18:00～18:45	小学生クラシックバレエ 15:45～16:30	リラックスヨガ ● 14:30～15:15
キッズダンス(年長～小学生) (満員) 18:15～19:00	リラクソヨガ ● 18:45～19:30	ジュニア空手(小学生) (満員) 17:40～18:25	骨盤スリム ● 18:45～19:30	クラシックバレエ ★ 19:15～20:00	リンパ体操 ● 15:45～16:30	クラシックヨガ ● 15:45～16:30
	ピラティス ● 20:00～20:45	リセット 自力整体 ● 18:55～19:40	リラクソヨガ ● 20:00～20:45		ボディシェイプ・ストレッチ ● 17:00～17:45	クラシックバレエ ★ 15:45～16:30
		優しい体幹エクササイズ ● 20:10～20:40			クラシックバレエ ★ 18:15～19:00	