

福祉

任意後見講座・成年後見相談会

●「将来」のこと考えてみませんか？
【日時・内容・定員】1月29日(金)▶①任意後見講座…午前10時～12時/任意後見制度の仕組み、利用までの流れ(講師は小野田朋恵/弁護士)(30名)▶②成年後見相談会…午後1時～1時45分/午後2時～2時45分/弁護士・司法書士による個別相談(4組)
【会場】牛込竈竈地域センター(竈竈町15)
【対象】区内在住・在勤・在学の方、区内

在住の方の親族
【申込み】①は1月21日(木)までに、②は1月4日(月)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のほか、区内在住・在勤・在学・区内在住者の親族の別、ファックスで申し込みの方は別々の番号を記入)または直接、成年後見センター(高田馬場1—17—20)☎(5273)4522・☎(5273)3082・✉skk@shinjuku-shakyo.jpへ。①は応募者多数の場合は抽選し、落選した方にご連絡します。②は先着順。

身近な糖とのおつきあい講座
【日時】1月28日(木)午後1時30分～3時
【対象】区内在住の50歳以上、10名
【内容】糖の消化吸収、効果効能、糖と上

はがき・ファックス等の記入例

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。
※電子メールは、件名に講座・催し名を記入。

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)

手に付き合う食事のとり方ほか(講師は石坂友美/東京都栄養士会栄養ケア・ステーション管理栄養士)
【会場・申込み】1月7日(木)から電話または直接、西新宿シニア活動館(西新宿4—8—35)☎(3377)9380へ。先着順。

高額障害福祉サービス等給付費を払い戻します

●申請書は1月上旬に発送します
払い戻しには申請が必要です。該当する方には、区から1月上旬に各申請書を発送します。
【対象期間】令和元年8月～2年7月利用分
【対象・払い戻し金額】▶①住民税課税世帯で、障害福祉サー

ビス等を利用する方が複数いる、または介護保険サービスを併せて利用した月の利用者負担額の合算が基準額を超えた場合、超えた分の金額
▶②住民税非課税世帯で、65歳に到達するまでの5年間にわたり、介護保険相当障害福祉サービス(居宅介護、短期入所等)を利用していた場合(一

定の要件あり)、介護保険サービス(訪問介護、通所介護等)で支払った利用者負担額
※②に該当する方で、60～65歳の間に新宿区に転入した場合は、お問い合わせください。
【問合せ】障害者福祉課経理係(本庁舎2階)☎(5273)4520・☎(3209)3441へ。

広げよう支えあいの輪
高齢者が安心して暮らせる地域づくりを進めています

★①②は重複して利用できません いずれかをご利用ください★

①生活を見守りながら「ぬくもりだより」をお届けします

●75歳以上で一人暮らしの方が対象
月2回、75歳以上の一人暮らしの方のご自宅を訪問し、元気な様子を確認しながら、情報紙「ぬくもりだより」をお届けしています。現在、感染予防策を講じながら訪問しています。事前に地区の民生委員が生活状況や訪問配布の希望を伺い、その後、希望者に配布員がお届けします。「ぬくもりだより」には、季節の話題や簡単な料理のレシピ、高齢者が利用できるサービスなど、生活に役立つ情報を掲載しています。特別出張所や高齢者総合相談センターでも配布していますので、訪問配布の対象でない方もご覧ください。
【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。



②地域見守り協力員が訪問し生活を見守ります

●75歳以上の一人暮らしの方
または75歳以上のみの世帯の方(日中に同様の状態となる世帯も可)が対象
地域見守り協力員(地域のボランティア)が月2回程度ご自宅を訪問します。現在、感染予防策を講じながら訪問しています。希望する方は、お問い合わせください。
●地域見守り協力員(ボランティア)を募集しています
高齢者のご自宅の見守り活動のほか、定期的に開催する連絡会で、協力員同士の情報交換や研修等も行います。詳しくは、お問い合わせください。
【問合せ】区社会福祉協議会地域活動支援課☎(5273)9191・☎(5273)3082へ。



③地域の事業者が高齢者を見守ります

高齢者に身近な事業者が、業務中に気付いた高齢者の異変を高齢者総合相談センター等へ連絡し、関係機関と連携して地域の高齢者を見守ります。
【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係へ。
●高齢者を見守る事業者を募集しています
高齢者が安心して暮らせる地域づくりに協力いただける事業者を募集しています。
【登録事業者の例】▶新聞販売店、▶理容室、▶美容院、▶牛乳販売店、▶公衆浴場、▶商店会、▶郵便局、▶金融機関、▶宅配業者、▶薬局、▶コンビニエンスストア等(11月1日現在495事業者)



▲高齢者見守り事業登録ステッカー

子ども・教育

特別支援学級・新宿養護学校連合作品展

●心ゆたかに のびやかに
【日時】1月14日(木)～26日(火)午前9時～午後5時
【会場】新宿文化センター(新宿6—14—1)
【内容】児童・生徒の図画工作・書写ほか
【参加校】▶新宿養護学校 ▶愛日小学校(若竹学級) ▶東戸山小学校(若草学級) ▶花園小学校(新苑学級) ▶落合第二小学校(若葉学級) ▶柏木小学校(柏葉学級) ▶四谷中学校(新苑学級) ▶西新宿中学校(B組) ▶新宿中学校(若草学級)
【問合せ】教育支援課特別支援教育係(大久保3—1—2、新宿コズミックセンター4階)☎(3232)3074へ。



全世代向けの多彩なイベント

琵琶がたり

【日時】1月17日(日)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名
【曲目】「禪師と正宗」「舟弁慶」
【会場・申込み】往復はがきに4面記入例のとおり記入し、1月9日(必着)までに大久保地域センター(〒169-0072大久保2—12—7)☎(3209)3961へ。応募者多数の場合は抽選。

新宿NPO活動基礎講座

①まちづくり講座～ローカルデザインの視点から地域を応援するノウハウを学ぶ
【日時】1月23日(土)午後1時～5時
【内容】効果的に地域課題を解決する「ローカルデザイン」の全国各地での実践事例とノウハウを紹介(講師は鈴木輝隆/江戸川大学名誉教授・ローカルデザイン研究所BEENS代表)



ご参加ください みんなの区民ギャラリー展ワークショップ

①牛乳で文字を書く
書いた作品は後日お渡しします。
【日時】2月9日(火)午後2時～3時30分
【費用】400円
【協力】大道書学院新宿支部・松朋会
②彩色水墨画
～早春の花をはがきに描く
【日時】2月10日(水)午後2時～3時30分
【費用】300円
【講師】谷頭紅苑/国際書画連盟副理事長
③生け花体験
【日時】2月11日(木)午後2時30分～

3時30分
【費用】1,000円
【協力】華道映月松風流新宿地区映月会
④ドライフラワーでスワッグ
【日時】2月12日(金)▶A午後2時から・▶B午後3時から
【内容】花や葉を束ねて壁にかける飾り作り
【費用】400円
【協力】エコギャラリー新宿サポーターチーム

②NPOのためのPR活用講座～PR視点のコミュニケーション
【日時】1月26日(火)・2月2日(火)午後6時45分～8時45分、全2回
【内容】広報(PR)の概要と基礎的な知識、実践する際に注意すべきポイント(講師は天野渉/㈱ベクトルPRプロデューサー) ……<①②共通>…
【費用】2,000円(資料代)
【会場・申込み】12月27日(日)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のほか希望講座(①②の別)を記入)で新宿NPO協働推進センター(高田馬場4—36—12)☎(5386)1315・☎(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.netへ。先着20名。オンラインでの受講もできます(①②いずれも2,000円)。詳しくは、同センターホームページ(☎https://snponet.net)でご案内しています。

シニアゴルフ・コースレッスン会

【日時】1月29日(金)午前7時30分～午後3時30分
【会場】東京五日市カントリー倶楽部(あきる野市網代745)



【対象】区内在住・在勤のおおむね60歳以上、5組15名
【内容】1組3ホール毎のコースラウンドレッスン(講師は三浦辰施/日本プロゴルフ協会・東京五日市カントリー倶楽部所属プロゴルファー)
【費用】1,000円(別途プレー費等15,959円が必要)
【申込み】12月28日(月)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のほか参加者全員の生年月日を記入)で新宿区ゴルフ連盟事務局(早稲田南町20、公和ビル3階)☎(6302)1571・☎(6302)1572・✉sgr@dream.ocn.ne.jpへ。先着順。

四谷音楽祭 ベートーヴェンを楽しもう!

●ベートーヴェン生誕250周年
【日時】1月31日(日)午後1時30分～4時
【会場】四谷区民ホール(内藤町87)
【内容】音楽ライター・片桐卓也によるトークとピアノ生演奏、カラヤン指揮交響曲第9番「合唱」の上映
【申込み】1月17日(必着)までに往復は

がき(4面記入例のとおり記入)または直接、四谷地域センター(〒160-8581内藤町87)☎(3351)3314へ。定員150名(全指定席)。応募者多数の場合は抽選。

バドミントン大会

●男女別団体戦
【日時】2月14日(日)午前9時～午後7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)、区バドミントン連盟登録者、300名(1チーム6名以上)
【内容】3ダブルス1部～4部(4部は60歳以上と初心者)
【費用】1チーム6,000円(連盟未登録者1人に付き500円を加算)
【申込み】所定の申込書(新宿スポーツセンター・新宿コズミックセンター(大久保3—1—2)で配布)に記載の方法で費用を振り込み、封書(申込書と振込明細書の写しを同封)で1月19日(必着)までに区バドミントン連盟・望月久美(〒161-0034上落合1—20—2)☎090(2631)3244へ。応募者多数の場合は抽選。



ふるさと新聞展示会 図書館の催し

【期間】1月9日(土)～31日(日)(12日(火)・18日(月)・21日(木)・25日(月)は休館)
【内容】全国各地の主な地方紙の元日号と各地方に関する図書館の展示
【会場・問合せ】中央図書館(大久保3—1—1)☎(3364)1421へ。

下落合アカデミアナイト

【日時】1月22日(金)午後7時～8時30分
【対象】18歳以上、15名
【内容】民間の保険と国の制度の上手な利用法(講師は貞隆康利/ファイナンシャルプランナー)
【会場・申込み】12月27日(日)から電話または直接、下落合図書館(下落合1—9—8)☎(3368)6100へ。先着順。

新春「初笑い」戸山寄席 桂扇生独演会

【日時】1月24日(日)午後2時～3時30分
【会場】戸山生涯学習館(戸山2—11—101)
【申込み】1月5日(火)から電話または直接、戸山図書館(戸山2—11—101)☎(3207)1191へ。先着30名。

本と絵本の講座 「科学の本を楽しもう!」

【日時】1月27日(水)午前10時～11時30分
【会場】中央図書館(大久保3—1—1)
【対象】小学生までのお子さんの保護者ほか、20名
【講師】近藤君子(日本子どもの本研究会・科学読物研究会)
【申込み】1月5日(火)から電話または直接、子ども図書館(中央図書館内)☎(3364)1421へ。先着順。

四谷図書館ブックポストの一時移転

四谷特別出張所等区民施設の工事に伴い、一時移転します。
【移転先】四谷特別出張所御苑側自転車置き場
【問合せ】中央図書館☎(3364)1421へ。

【内容】木製のコマに色付け
【申込み】12月27日(日)から電話または直接、北新宿図書館(北新宿3—20—2)☎(3365)4755へ。先着順。

子ども読書リーダー講座 「図書館員体験」

【日時・内容】▶本の修理などをしよう…1月24日(日)午前10時～12時、2月7日(日)午後1時45分～3時45分、▶POPをつくろう…1月24日(日)午後1時45分～3時45分、2月7日(日)午前10時～12時
【会場】中央図書館(大久保3—1—1)
【対象】小学4年生～中学生、各回10名
【申込み】1月7日(木)から電話または直接、子ども図書館(中央図書館内)☎(3364)1421へ。先着順。

新春「初笑い」戸山寄席 桂扇生独演会

【日時】1月24日(日)午後2時～3時30分
【会場】戸山生涯学習館(戸山2—11—101)
【申込み】1月5日(火)から電話または直接、戸山図書館(戸山2—11—101)☎(3207)1191へ。先着30名。

本と絵本の講座 「科学の本を楽しもう!」

【日時】1月27日(水)午前10時～11時30分
【会場】中央図書館(大久保3—1—1)
【対象】小学生までのお子さんの保護者ほか、20名
【講師】近藤君子(日本子どもの本研究会・科学読物研究会)
【申込み】1月5日(火)から電話または直接、子ども図書館(中央図書館内)☎(3364)1421へ。先着順。

【移転期間】1月6日(水)～6月30日(水)
【移転先】四谷特別出張所御苑側自転車置き場
※現在のブックポストの右手奥です。