

福祉

西新宿シニア活動館の催し

①私の思い出ノートづくり
～私が来た道・私が行く道

【日時】1月29日(金)午後2時～4時
【内容】自分史を作るためのグループワーク、自分史の作成体験(講師は新宿傾聴しおひの会)

②カラダ目覚める
バーチャルボクシング

【日時】2月2日(火)午前10時30分～11時30分
【内容】ボクシングを基にした体操(講師は茂呂一雄/バーチャルボクシング協会)

……………<①②共通>……………
【対象】区内在住の50歳以上、①は9名、②は10名
【会場・申込み】1月17日(日)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。先着順。

認知症に関する相談・学習会

●認知症介護者相談
【日時】2月1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】西新宿コンシェルリアクリニック精神科医師による個別相談

【申込み】1月18日(月)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】▶①2月4日(木)…四谷高齢者総合相談センター

【申込み】1月18日(月)～28日(木)に電話

ター等複合施設4階) ☎(5367)6770、▶②2月16日(火)…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、もの忘れが心配な方、各日4名

【内容】医師による個別相談(相談医は①は新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医、②は東京医科大学病院高齢診療科医師)

【申込み】1月18日(月)から電話で会場の高齢者総合相談センターへ。先着順。

●認知症介護者家族会(学習会)
【日時】2月4日(木)午後1時30分～3時30分

【会場】百人町地域交流館(百人町2-18-21)

【対象】区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか、10名

【内容】講座「日常で活用できる介護技術と環境の工夫」(講師は山上智史/福祉用具専門相談員)と介護者同士の交流会
【申込み】電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。

新宿いきいき体操講習会

介護予防のミニ講座「高齢者のうつ予防」も実施します。

【日時】2月10日(水)午後2時～4時

【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)

【対象】区内在住・在勤の方、20名

【持ち物】飲み物・室内履き(スリッパ不可)、汗拭き用のタオル。動きやすい服装でおいでください。

【申込み】1月18日(月)～28日(木)に電話

かファックス(2面記入例のとおり記入)で地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568・☎(6205)5083へ。先着順。

「遺言」講座・成年後見相談会

①今すぐ書ける「遺言」講座
【日時】2月12日(金)午後1時～2時50分

【内容】公正証書遺言と自筆遺言(講師は西村逸夫/公証人)

②成年後見相談会
【日時】2月12日(金)▶午後3時から・▶午後4時から

【内容】弁護士による個別相談……………<①②共通>……………

【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、被後見人等が区内在住の方、①は50名、②は各回1組

【申込み】①は2月5日(金)まで、②は1月18日(月)から電話かファックス・電子メール(2面記入例のほか区内在住・在勤等の別、希望する回(①②の別と②は希望する時間)を記入)または直接、区成年後見センター(高田馬場1-17-20) ☎(5273)4522・☎(5273)3082・☎skc@shinjuku-shakyo.jpへ。

①は応募者多数の場合は抽選し、落選者へのみ結果をお知らせします。②は先着順。

●認知症サポーター養成講座
【日時】2月18日(木)午前10時～12時

【対象】区内在住の60歳以上、12名

【内容】認知症の正しい知識

【共催】榎町高齢者総合相談センター

【会場・申込み】1月17日(日)から電話または

は直接、同館(早稲田南町50) ☎(3208)2552へ。先着順。

介護者講座

●有料老人ホームの上手な選び方
【日時】2月19日(金)午後1時～3時

【会場】落合第一地域センター(下落合4-6-7)

【講師】高橋えり(老人ホーム入居アドバイザー)

【申込み】1月18日(月)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)または直接、落合第一高齢者総合相談センター(中落合2-5-21) ☎(3953)4080・☎(3950)4130へ。先着15名。

※介護のため参加が難しい方は、ご相談ください。

地域ささえあい活動助成金 助成団体の募集

区社会福祉協議会が地域の皆さんの活動を応援します。助成金ガイドライン等詳しくは、お問い合わせください。

【対象団体】区内で活動する福祉団体、町会・自治会、市民活動団体、当事者団体ほか

【対象事業】4月1日以降に実施する▶地域福祉の視点が盛り込まれた行事や活動、学習会、▶地域での支えあい・助けあい活動、▶ふれあい・いきいきサロンの運営、▶障害者・難病患者などの当事者団体の活動ほか

【申込み】事前連絡の上、所定の申請書等を2月22日(月)(消印有効)までに同協議会法人経営課(〒169-0075高田馬場1-17-20) ☎(5273)2941へ郵送してください。要綱・申請書は同協議会で配布するほか、同協議会ホームページ(☎http://www.shinjuku-shakyo.jp)から取り出せます。

シルバー人材センターからのお知らせ

【問合せ】同センター(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここから広場しごと棟) ☎(3209)3181・☎(3209)4288・☎https://webc.sjc.ne.jp/shinjuku/

◆新規会員募集
センターの会員になって就業を希望する方はインターネット説明会(約30分)または対面説明会(約1時間)を受講してください。後日、選考研修等があります。

【対面説明会日時】▶1月20日(木)午前10時から・午後1時30分から、▶1月21日(木)午後1時30分から

◆パソコン教室受講生募集(ウィンドウズ10) 講師
●年齢にかかわらず受講できます

本操作ができる方、各クラス4名

【費用】Aは3,000円、B～Hは4,000円(2日分。別途テキスト代500円)

【会場・申込み】1月25日(必着)までにはがきかファックス(2面記入例のほかクラス(①～②の別)を記入)で同センターへ。応募者多数の場合は抽選。

教室名	主な内容	日程(いずれも2日制)	クラス
A 初めてのパソコン	パソコンの動かし方、マウス操作、文字入力的基础	2月2日(火)・3日(水) 3月3日(火)・4日(水)	①午前・②午後 ③午前・④午後
B ワード基礎	文書作成の基本操作、イラスト入りの文書作り	2月5日(金)・12日(金) 3月9日(火)・16日(火)	⑤午前・⑥午後 ⑦午前・⑧午後
C ワード中級	表作成機能を使った見やすい文書作り	2月17日(水)・24日(水) 3月17日(水)・24日(水)	⑨午前 ⑩午後
D ワード活用	アート機能などを使った文書作り	2月18日(木)・25日(木) 3月18日(木)・25日(木)	⑪午前 ⑫午後
E エクセル基礎	データ入力、数式の使い方、表作成	2月8日(月)・15日(月) 3月8日(月)・15日(月)	⑬午前・⑭午後 ⑮午前・⑯午後
F エクセル中級	集計表・グラフの作成	2月17日(水)・24日(水) 3月17日(水)・24日(水)	⑰午前 ⑱午後
G エクセル活用	データベース操作(データの並び替え・抽出)	2月18日(木)・25日(木) 3月18日(木)・25日(木)	⑲午後 ⑳午前
H インターネット・メール講座	インターネットの使い方、メール作成・送受信	2月19日(金)・26日(金) 3月12日(金)・19日(金)	㉑午前 ㉒午後

子ども・教育

地域活動者実践講座 公開講座(オンライン)

●子育てで自分の魅力を再発見
～子どもと向き合うと見えてくる

ウェブ会議ツール「Zoom」を利用した講座です。Zoomを利用できない方は、区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)で受講できます。

【日時】2月3日(水)午前10時30分～12時

【対象】区内在住・在勤・在学の子育て中の方ほか、①Zoom利用…30名、②区社会福祉協議会で受講…10名

【内容】子育てに関わる方が、客観的に「自分」を見つめ直すヒント(講師は高祖常子/NPO法人ファザーリング・ジャパン理事)

【申込み】電話かファックス・電子メール(2面記入例のほか受講方法(①②の別)、①の方は電子メールアドレスを記入)で1月25日(月)までに、区社会福祉協議会 ☎(5273)9191・☎(5273)3082・☎shinjuku-vc@shinjuku-shakyo.jpへ。応募者多数の場合は抽選し、落選し方にのみ結果を連絡します。

はじめてのクラシックコンサート

●新宿区乳幼児文化体験事業
【日時・対象】2月6日(土)▶①午後2時30分～3時20分…1歳までのお子さんと保護者▶②午後4時30分～5時20分…未就学児のお子さんと保護者(各回50名)

【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

【内容】乳幼児向けの弦楽四重奏クラン

ックコンサート(出演は東京交響楽団)【申込み】往復はがきに2面記入例のほか希望時間(①②の別)、保護者の参加人数(2名まで)、お子さんの参加人数・月齢・年齢を記入し、1月29日(必着)までにNPO法人あそびと文化のNPO新宿子ども劇場(〒162-0853北山伏町2-17、ゆったりーの共同事務所内) ☎(5261)8696へ。応募者多数の場合は抽選。

全世代向けの多彩なイベント

新宿NPO協働推進センターの催し

①新宿NPO活動交流事業「地域とNPOの交流会～災害時の被災地支援」

【日時】2月5日(金)午後6時30分～9時

【対象】NPO団体、中間支援団体ほか、20名

【内容】▶講演「被災地支援におけるNPOの役割について」(講師は加納佑一/東京ボランティア・市民活動センター災害担当)、▶活動紹介(認定NPO法人全国災害ボランティア支援団体ネットワークほか)、▶トークセッション

②NPO活動基礎講座「明日から使えるファシリテーション実践講座」

【日時】2月13日(土)午後1時～5時

【対象】社会貢献活動をしている方、NPOで活躍している方ほか、20名

【内容】多様な人々が参加する会議・組織で参加者の自由な対話を生み出しながら協働を促進する方法(講師は長畑誠/明治大学公共政策大学院ガバナンス研究科教授)

【費用】2,000円(資料代)

……………<①②共通>……………
【会場・申込み】1月17日(日)から電話かファックス・電子メール(2面記入例のとおり記入)で新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12) ☎(5386)1315(毎月第2火曜日を除く午前10時～午後6時)・☎(5386)1318・☎hiroba@s-nponet.netへ。先着順。
※オンラインでの受講もできます(費用は②は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。

ささえーる 薬王寺の講座

①ささえーる歌声広場
【日時】2月9日(水)午前10時～11時30分

【内容】ハミングによるえん下機能等の促進とリズム活動を通して体幹訓練(講師は佐谷優佳/音楽療法士)

②パソコン講座
【日時】2月12日(金)午後1時30分～3時

【内容】ワードを使った文書や町内会等案内文の作成(講師は松元美紀恵/NPO法人テラ・ガーデン新宿)

……………<①②共通>……………

【対象】区内在住の方、①は8名、②は5名

【会場・申込み】1月22日(金)まで電話または直接、同館(市谷薬王寺町51) ☎(3353)2333(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)へ。応募者多数の場合は抽選。

「思春期の子どもと向き合う」シンポジウム(オンライン)

YouTubeで講義等の動画(90分程度)を配信します。申込者へ動画サイトのURLを送ります(通信料等は申込者負担)。

【配信期間】2月19日(金)～25日(木)

【対象】区内在住・在勤・在学で、YouTube動画を視聴できる機器をお持ちの方

【講師】遠藤まめた(にじず代表)

【申込み】1月18日(月)～2月20日(土)にチラシ裏面の申込用紙をファックス等で男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒木町16) ☎(3341)0801(日曜日、祝日を除く)・☎(3341)0740へ。チラシは同センター・特別出張所・区立図書館等で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

拡方町国有地を活用した

認知症高齢者グループホーム・障害者グループホーム等 整備・運営事業者を募集します

【問合せ】▶公募全般・介護施設整備について…介護保険課推進係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4212・☎(3209)6010、▶障害者グループホーム等整備について…障害者福祉課事業指導係(本庁舎2階) ☎(5273)4253・☎(3209)3441へ。

【整備概要】▶所在地…拡方町35-1 ▶敷地面積…1,099.34㎡ ▶施設開設予定…令和6年度

【整備事業・規模】下記①～③の事業が必須。任意事業として、下記④が併設可

①認知症高齢者グループホーム…2～3ユニット、18名～27名程度

②障害者グループホーム(日中サービス支援型グループホーム)…2～3ユニット、20名程度

③障害者短期入所…定員は1床以上

④事業者が提案するその他の事業…小規模多機能型居宅介護など、社会福祉法に規定する第一種社会福祉事業または第二種社会福祉事業のうち、事業者の利点が生かせる介護施設

【整備運営方法】事業者は国と土地の賃貸借契約(貸付期間50年に建築工事を加えた期間)を結び、整備・運営します。区は事業者に対し、整備費補助等を行います。

【応募資格】▶社会福祉法第22条に規定する社会福祉法人であること、▶介護保険サービス事業と障害福祉サービス事業等の運営実績が各1年以上あることほか

◆応募事業者向け説明会

応募には説明会への参加が必要です。応募を予定している事業者

**1月27日(水)の
応募事業者向け説明会
は中止になりました。**

等で介護保険課推進係へ。参加申込書は新宿区ホームページから取り出せます。

図書館の催し

認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識等を学びます。参加した方には、認知症サポーター養成講座受講の印「オレンジリング」(写真)を差し上げます。

【日時】1月30日(土)午後2時～4時

【会場・申込み】1月17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10名(家族等の同伴可)。

【対象】小学生までのお子さん、10名(保護者の同伴可)

【内容】絵本の読み聞かせ

【申込み】1月17日(日)から電話または直接、大久保図書館(大久保2-12-7) ☎(3209)3812へ。先着順。

新春おはなし会

【日時】1月30日(土)午後3時～3時30分

【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)

【対象】小学生までのお子さん、10名(保護者の同伴可)

【内容】絵本の読み聞かせ

【申込み】1月17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。各回先着1名。

人形劇団ブークの人形劇

【ねこのてかします】
【にんぎょうおもちゃ箱】
【日時】2月14日(日)午後2時～3時

ご利用ください

ヴィレッジ女神湖(長野県立科町)

【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。

★ゴールデンウィークの利用抽選

【対象】区内在住・在勤の方と同行する方

【利用期間】4月25日(日)～5月10日(月)

【宿泊日数】3泊4日まで(1グループ5室まで)

【申込み】1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グループに付き1枚)。抽選結果は、2月8日(月)までに応募者全員にお知らせします。

【当選した方】2月14日(日)までに宿泊受付窓口へ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)を取り消します。

※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

★指定管理者を指定しました

審査・議会の議決を経て、次のとおり決定しました。
【指定管理者】信州リゾートサービス(株)

【指定期間】4月1日～令和8年3月31日

【問合せ】教育支援課教育活動支援係 ☎(3232)1058へ。