

くらし



リサイクル講座



●古布から夏のリバーシブル帽子作り 持ち物等詳しくは、新宿リサイクルセンターホームページ([HP](http://www.shinjuku-rc.org)<http://www.shinjuku-rc.org>)でご案内しています。

日時 6月17日(金)午前10時～午後4時

対象 区内在住・在勤の方、10名

費用 300円(材料費等)

共催 新宿環境リサイクル活動の会

申込み 往復はがきに5面記入例のとおり記入し、5月27日(必着)までに問合せ

先へ。応募者多数の場合は抽選。

会場・問合せ 新宿リサイクル活動センター(〒169-0075高田馬場4-10-2) ☎(5330)5374(月曜日休館)

衣類・靴・バッグ・ぬいぐるみ・毛糸の回収

種別ごとに分けてお持ちください(子ども服・和服も回収可。虫食い・汚れのひどいもの・カビ等劣化しているものは回収不可)。駐車場はありません。

日時 6月6日(月)午後1時～4時

会場・問合せ 環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277

6月～9月に開設

暑さが厳しいときは「まちなか避暑地」のご利用を

下記の期間中、高齢者等の日中の居場所として、21か所の区の施設が利用できます。熱中症予防にご活用ください。施設の利用証がない方も利用できます。

利用できる施設・利用時間

ささえーる 薬王寺・シニア活動館・地域交流館・ささえーる 中落合/午前9時～午後6時

利用期間 6月1日(水)～9月30日(金)(土・日曜日、祝日も利用可。ささえーる 中落合は日曜日休館)。

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



▲この「のぼり」が目印です

福祉



認知症に関する相談・学習会・講座



●認知症介護者相談

日時 6月6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 精神科医師による個別相談

申込み 5月17日(火)から電話で問合せ先へ。先着順。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階) ☎(5273)4593

●認知症・もの忘れ相談

日時・会場 ▶①6月8日(水)…戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会1階)、▶②6月23日(水)…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)、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 新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医による個別相談

申込み 5月17日(火)から電話で問合せ先へ。先着順。



問合せ ▶①戸塚高齢者総合相談センター ☎(3203)3143、▶②四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770

●認知症介護者家族会(学習会)

日時 6月10日(金)午後1時30分～3時30分

会場 四谷保健センター(四谷三栄町10-16)

対象 区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか

内容

講座「知っておきたい薬のはなし～認知症薬&薬の疑問を解決」ほか(講師は関下祥美/薬剤師)

申込み 電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

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

●認知症サポーター養成講座

日時 7月1日(金)▶午前10時～11時30分、▶午後1時30分～3時

会場 四谷保健センター(四谷三栄町10-16)

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係

おてがる体力確認会



詳しくは、参加者に郵送でご案内します。

7月～9月の教室参加者を募集

元気な高齢者向け介護予防教室

日程・会場・内容等 下表のとおり。午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分。各全9回(祝日を除く)。1回100円

対象 区内在住の65歳以上(健康状態により参加をお断りする場合があります。介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業の対象の方は参加不可)。

申込み はがき(1人に付き1枚)に5面記入例のほか生年月日・希望教室の受付番号(第2希望まで希望順)を記入し、5月24日(火)(消印有効)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は、昨年度参加していない方を優先して抽選。結果を6月1日(水)ころお知らせします(同時期に下表の複数の教室に参加不可)。

問合せ 地域包括ケア推進課介護予防係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4568

教室名・内容	受付番号	会場	曜日・時間	定員
脳はつらつ教室 認知症の予防(認知症と診断された方を除く)	1	早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	火曜日 午後	7名
	2	中落合地域交流館(中落合2-7-24)	水曜日 午後	7名
シニアバランス トレーニング教室 座って行う運動を中心に、上半身を鍛えて若々しく動ける体づくり	3	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	月曜日 午前	10名
	4	高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	火曜日 午前	10名
	5	上落合地域交流館(上落合2-28-8)	木曜日 午前	10名
シニアスポーツ チャレンジ教室 立って行う運動を取り入れ下半身の筋力を鍛えて転倒予防	6	高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	金曜日 午前	10名
	7	細工町高齢者在宅サービスセンター(細工町1-3)	月曜日 午前	7名
	8		木曜日 午前	7名
	9	ささえーる 中落合(中落合1-7-1)	火曜日 午前	7名
	10	東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	火曜日 午前	10名
	11	西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	金曜日 午前	10名
	12	戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	金曜日 午後	15名

