

地域の絆をつなぐ町会・自治会

区内には、200の町会・自治会があります。

今回は、地域交流を深めるためのさまざまな活動を行っている若葉三丁目町会が、今年度から開始したヨガ教室を紹介します。

若葉三丁目町会 ヨガ教室

地域住民の健康維持・多世代の交流を目指して

「新型コロナの中でも、健康維持のため運動できる場がほしい」という声が地域で増えてきたことや、地域に住んでいるファミリー世帯にも町会活動の認知度を高めたいという思いもあり、6月から町会主催でヨガ教室を始めました。



◀▶ ヨガ教室の様子
(毎月第2土曜日に開催)



◀町会がどのような活動を行っているか知ってもらうため、町会の活動報告やイベントの情報発信を掲示板で行っています。

ヨガ教室の開催についても、掲示板で周知しています。



ヨガ教室の先生や参加者の皆さんに感想を聞きました

柴田先生(ヨガ講師)

回を重ねるごとに皆さんの動きがどんどん良くなってきていることがうれしいです。

参加者の声

▶ ヨガは初めてで思うようにできないこともあります。楽しいです。

▶ 教室への参加をきっかけに、自宅でも体を動かすようになりました。



▲参加者の皆さんと講師(右)

支え合い、みんなが楽しめる地域づくりのために



わたなべかずゆき
▲渡邊和幸町会長

今後も、町会がさまざまな活動を行っていることをアピールして、若い世代の方々にも気軽に町会活動に来てもらえる環境をつくっていきたくです。

広い世代に参加したいと思ってもらえるような、地域みんなで楽しむことができるイベントを、企画していこうと考えています。

●あなたも町会・自治会に加入しませんか

町会・自治会の連絡先は特別出張所・地域コミュニティ課でご案内しています。皆さんも、地元の町会・自治会の活動に積極的に参加し、一緒により良い地域社会をつくっていきませんか。また、区内の町会・自治会に関する情報は、区町会連合会のホームページ「シンジユクイレブン」(右二次元コード。HP <http://www.shinjuku11.jp/>)でご案内しています。新型コロナ対策をしながら活動している町会・自治会等地域団体の取り組みも掲載しています。

HPで詳しく



問合せ 地域コミュニティ課コミュニティ係(本庁舎1階) ☎(5273)4127・FAX(3209)7455

新型コロナ(COVID-19)の予防接種証明書を コンビニエンスストアで取得できます

マルチコピー機(キオスク端末)が設置されている全国の対象店舗で予防接種証明書の写しを取得できます。

取得できる時間 午前6時30分～午後11時

取得できる店舗 (株)セブン-イレブン・ジャパン、(株)セイコーマートほか

※今後、対象店舗を拡大していく予定です。

持ち物 マイナンバーカード、接種証明書発行料(1通につき120円)

※海外用の接種証明書を取得するためには、区新型コロナウイルスワクチン接種対策室(第2分庁舎分館分室5階)または接種証明書アプリでパスポート番号等をあらかじめ入力しておく必要があります。

新型コロナワクチン接種証明書アプリで 接種証明書を画像保存できます

アプリのバージョンを1.4.0以降にアップデートすると、発行した証明書を画像保存できます。また、プリンター等を使ってご自身で証明書を印刷できます。

※1.3.0以前のバージョンのアプリで発行した証明書は画像保存できません。

※A4サイズで印刷すると、二次元コードを鮮明に印刷できます。

問合せ 新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎03(4333)8907 午前8時30分～午後7時

HPで詳しく

☎0570(012)440 (ナビダイヤル)

FAX050(3852)1343(聴覚に障害のある方等向け)



かんたん野菜料理を作って、
写真を撮って、
景品をゲットしよう

9月は野菜大好き月間

菜々しんじゅく健康フレンズ

抽選で70名にオリジナルクオカード(500円分)が当たります

問合せ 健康づくり課健康づくり推進係(〒160-0022新宿5-18-14、新宿北西ビル4階) ☎(5273)3047・FAX(5273)3930

期間 9月1日(木)～30日(金)(消印有効)

対象 区内在住で区に住民登録のある小学生以上

参加方法 ▶案内リーフレット(右図)で紹介している野菜料理から好きなレシピを選んで調理し、写真撮影します。

▶郵送のほか、新宿区ホームページから応募できます。

※写真の郵送方法等詳しくは、案内リーフレットでご案内しています。案内リーフレットは、健康づくり課・特別出張所・区立図書館・保健センターなどで配布しています。

