

## ささえーる 薬王寺の講座・催し

①スマートフォン講座

日時・定員 10月12日(火)午後1時～3時(5名)

講師 NPO法人竹箒の会

②パソコン講座

日時・定員 10月14日(金)午後1時30分～3時(5名)

内容 エクセルでスケジュールカレンダー作成

講師 松元美紀恵(NPO法人テラ・ガーデン新宿)

③カメラボランティア養成講座

高齢者等支援団体のイベント等で写真を撮影するボランティアを養成する講座です。

日時・定員 10月27日、11月10日・17日・24日、12月1日・8日の木曜日午後1時～3時、全6回(12名)

内容 カメラの基本操作、風景・人物撮影のコツ

講師 久米たかし(写真家)

持ち物 デジタルカメラ(種類は不問。スマートフォンは不可。お持ちでない方には貸し出しします(3台まで))

④ハロウィンスタンプラリー

同館を出て、まちでスタンプラリーを楽しみましょう。

日時・定員 10月29日(出)午前9時45分～11時45分(10組)

……<①～④共通>……

対象 ①～③は区内在住の方、④は区内在住の未就学児と保護者

申込み ①②は9月26日(月)、③は10月14日(金)、④は10月4日(火)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

会場・問合せ 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)

## ささえーる 中落合の講座

●料理超初心者講座(全6回)

日時 ①10月14日、②11月18日、③12月16日、④令和5年1月20日、⑤2月17日、⑥3月17日の金曜日午後3時30分～5時30分

対象 区内在住の50歳以上、8名

内容 ▶①炊飯、▶②包丁の持ち方・野菜の切り方・和え物作り、▶③みそ汁作り、▶④食品衛生・野菜の切り方・炒め物作り、▶⑤食の地図を持って買い物、▶⑥食の地図

を使って調理実習

講師 吉田美代子(管理栄養士)

申込み 10月7日(金)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

会場・問合せ 同館(中落合1-7-1) ☎(3565)6375(午前9時～午後6時)

## 区立図書館 図書館のイベント情報

●一般対象 ※( )内は開催日です。

戸山図書館 ☎(3207)1191

▶オリジナル手帳作り(9/24)

北新宿図書館 ☎(3365)4755

▶北新宿寄席(10/1)

●子ども対象

北新宿図書館 ☎(3365)4755

▶外国語のおはなし会(英語)

(10/8)

ホームページでもイベント情報を発信しています



←一般対象ページ



←子ども対象ページ

## 福祉

### シルバー人材センター 新規会員募集

家事援助や施設管理、清掃業務などの仕事をしてみませんか。区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方を募集しています。

●対面式入会説明会

日時・会場 ▶四谷地域センター(内藤町87)…10月6日(木)午後2時から・午後3時30分から、▶牛込笹岡地域センター(笹岡町15)…10月12日(火)午後2時から・午後3時30分から、▶戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)…10月13日(木)午後2時から・午後3時30分から、▶区シルバー人材センター(新宿7-3-29)…10月20日(木)午前10時から・午後1時30分から、10月21日(金)午前10時から

※各回1時間程度、いずれも同じ内容です。

申込み 事前に電話で問合せ先へ。各回先着10名(戸塚地域センターは各回先着20名)。

問合せ 区シルバー人材センター ☎(3209)3181

### 初心者向け陶芸のすゝめ

日時 10月11日(火)・25日(火)午後2時～4時(全2回)

対象 区内在住の60歳以上、20名(2回とも参加できる方)

内容 ▶11日(火)…お皿作り、▶25日(火)

…絵付けと釉薬がけ

費用 500円(材料費)

持ち物 飲み物。エプロンまたは汚れてもよい服装でおいでください。

申込み 10月1日(土)～10日(祝)(午前9時～午後6時)に電話で問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816

### 介護者講座

回復期リハビリテーションについて病院の相談員がお話しします。

日時 10月18日(火)午後1時～2時30分

会場 原町高齢者複合施設(原町3-84)

申込み 9月17日(土)から電話かファックス(5面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着10名。

問合せ 榎町高齢者総合相談センター(市谷仲之町2-42) ☎(5312)8442・☎(5312)8443

### 認知症サポーター ステップアップ講座

日時 11月10日(木)・15日(火)・24日(木)午後1時30分～4時(全3回)

対象 認知症サポーター養成講座を修了し、本講座受講後に区内で認知症高齢者等へのボランティア活動ができる方、15名

申込み 9月20日(火)から電話かファックス・電子メール(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191・☎(5273)3082・☎shinjuku-vc@shinjuku-shakyo.jp

## 全世代向けの多彩なイベント

### 戸塚地域センターまつり

日時 9月18日(日)午前10時～午後1時

内容 パレード、ポッチャ、体力測定、血管年齢測定などの体験コーナー、神田川で鯉のぼりの川流し、消防の放水体験、こども緑日ほか

申込み 当日直接、会場へ。

会場・問合せ 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1) ☎(3209)8001

### 地域の防犯講演会

ふれあいポリス(新宿警察署の警察官)が講師をします。

日時 10月12日(火)午後2時～3時30分

会場 エコギャラリー新宿(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)

対象 区内在住・在勤の方、40名

申込み 9月20日(火)～10月3日(月)に電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問合せ 角筈特別出張所 ☎(3377)4381・☎(5350)2868

### 四谷文化祭

●お楽しみ演芸会

日時 10月23日(日)正午～午後1時30分

会場 四谷区民ホール(内藤町87)

申込み はがきに5面記入例のほか同伴者の氏名・ふりがなを記入し、10月14日(必着)までに問合せ先へ。定員200名。応募者多数の場合は抽選。

問合せ 四谷地域センター(〒160-8581

内藤町87) ☎(3351)3314

### ジュニアスキー教室

日時 ①12月23日(金)午後7時30分～25日(日)午後8時、②令和5年2月24日(金)午後7時30分～26日(日)午後8時

会場・宿泊施設 白樺高原国際スキー場、区立女神湖高原学園

対象 10月27日(木)午後8時からの参加者説明会に出席できる都内在住の方で、①小学3年生～中学2年生、②小学3年生～高校2年生、各回20名(保護者同伴)

内容 スキーの基礎

費用 受講生1万3,000円(宿泊代等)、保護者2万1,000円(宿泊代・往復バス代) ※レンタル代は別途必要です。

申込み 9月17日(土)～22日(水)に往復はがき・電子メールに5面記入例のほか日時(①②の別)・年齢・性別・保護者氏名を記入し、問合せ先へ。先着順。

問合せ 区スキー連盟・小林(〒167-0031杉並区本天沼2-32-16) ☎080(5094)6923・☎fukafukanoyuki@yahoo.co.jp

## 施設

### ウィズ新宿 図書資料室の利用休止

特別図書整理のため、資料の閲覧、館内資料・予約した本等の貸し出しを休止します。

※会議室・ワーク室等は通常どおり利用できます。

日程 10月12日(火)・13日(水)

問合せ 男女共同参画推進センター(ウ

イズ新宿、荒木町16) ☎(3341)0801

### 西新宿児童館・上落合児童館の休館

受変電設備の交換工事のため下記のとおり休館します。

日程・場所・問合せ ▶9月25日(日)…西新宿児童館(西新宿4-35-28) ☎(3377)9352、▶10月9日(日)・10日(祝)…上落合児童館(上落合2-28-8) ☎(3360)1413

## 保健・衛生

### 専門医による神経難病療養相談

日時 10月11日(火)午後1時30分～4時30分

対象 パーキンソン病・脊髄小脳変性症・多発性硬化症・重症筋無力症・筋萎縮性側索硬化症等の神経難病と診断されている方やそのご家族、5名

内容 神経内科医による個別相談(中原仁/慶応義塾大学教授、理学療法士によるリハビリ指導(廣瀬昇/帝京科学大学大学院准教授)

申込み 9月20日(火)から電話で問合せ先へ。初めての方を優先して先着順。

会場・問合せ 落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952)7161

### ウォーキングマスター養成講座

日時 10月7日・14日・21日、11月4日・11日・18日、12月9日の金曜日午前9時～12時(全7回)

会場 大久保スポーツプラザ(大久保3

## 料理が好きになる 野菜の料理講座

野菜のおいしさや魅力を知り、もっと食べるきっかけになるよう、YouTubeを利用した15分程度の料理講座を開催します。料理のコツも学べますので、ぜひお申し込みください(通信費等は申込者負担)。

申込者には後日、動画サイトのURLとレシピを送信します。

配信期間 10月14日(金)まで

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

メニュー じゃこと青菜のご飯、肉団子の照り煮～彩り野菜添え、空也蒸し、包丁いらすのすまし汁

※この1食で、1日に必要な野菜の3分の1以上がとれます。

講師 北川智恵子(管理栄養士)

申込み 10月10日(祝)まで新宿区ホームページ(右二次元コード)から申し込みます。

問合せ 健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館分室4階) ☎(5273)3047



## ヴィレッジ女神湖(長野県立科町) 年末年始の利用抽選

年末年始(12月20日(火)～令和5年1月5日(木))の利用抽選を行います。利用する方は、9月25日(必着)までにお申し込みください。

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) ※土・日曜日、祝日等は ☎(5369)3902(午前10時～午後6時)で受け付けます。

対象 区内在住・在勤の方と同行する方

宿泊日数 3泊4日以内(1グループ5室以内)

申込み 9月25日(必着)までに、宿泊受付窓口と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、10月7日(金)までに応募者全員にお知らせします。当選した方は10月14日(金)までに電話または直接、宿泊受付窓口へ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。

※抽選後の空室については、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

いに関して、特定個人情報保護評価指針に規定する重要な変更を行う必要があるため、パブリック・コメント制度(意見公募)でご意見を募集します。

対象となる事務 新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく予防接種・新型コロナウイルス感染症に係る予防接種に関する事務

評価書(素案)の全文は、閲覧場所でご覧いただけるほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)でご覧いただけます。

閲覧場所 保健予防課(第2分庁舎分館1階)・区政情報課(本庁舎3階)・特別出張所・区立図書館・区政情報センター(本庁舎1階)

提出方法 閲覧場所にある意見用紙に

### 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)

## 区民のひろば

※費用・申込み・問合わせ

掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場は予定です。

問合せ 区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064・☎(5272)5500

★催し・講座★

◆アテンポハンドベルリンガーズ14thコンサート 10月9日(日)午後6時から(午後5時30分開場)、東京オペラシティリサイタルホール(西新宿3)で。「ウィリアム・テル序曲」、ドラゴンクエストより「広野を行く」、

歌劇「カルメン」より前奏曲ほか。

☎火・金曜日の午前10時～午後3時

¥2,000円(大学生は1,500円、高校生までは1,000円)。全席自由。☎当日直接、会場へ。先着200名。☎アテンポハンドベルリンガーズ・飯田

☎atempohr@yahoo.co.jp

◆第28回世界アルツハイマーデー記念講演会 10月15日(出)午後1時30分～3時30分(午後1時開場)、四谷区民ホールで。認知症に関する最新の医学情報等の講演。☎無料。☎9月27日(火)までに電話で。先着390名。

☎火・金曜日の午前10時～午後3時 ☎(5367)8853