

ささえーる 薬王寺の講座

- ①ささえーる歌声広場
日時 1月24日(火)午前10時～11時30分
対象 区内在住の方、8名
内容 ハミング・歌・リズム活動とおし
た嚙下機能・身体機能のトレーニング
- ②ストレッチ3B(さんびー)体操
日時 1月27日(金)▶午後1時35分
～2時25分、▶午後2時30分～3
時20分(いずれも同じ内容)
対象 区内在住の方、各回14名
内容 ポール・ベル・ベルター(3B)
の補助具を使ったストレッチ
- ③パソコン講座
日時 1月27日(金)午後1時30分～3時
対象 区内在住の方、5名
内容 Excelで医療費の計算

- ④プロから学ぶ!紙面作り
～広報紙を作ってみよう
日時 2月8日・15日、3月1日・8日の
水曜日午前10時～12時、全4回
対象 区内在住・在勤・在学の方(初
めて受講の方優先)、5名
内容 写真の撮り方、記事の書き方、
編集の仕方を学び広報紙を作る
………<①～④共通>………
申込み ▶①②③は1月12日(木)、
▶④は1月24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

- 傾聴ライター養成講座
高齢者の人生の回想を聴きA4
用紙1枚の「自分史」としてまとめる
手法を学びます。
日時 2月1日・8日・15日、3月8日・29
日の水曜日午前10時～12時、全5回
※参加者の日程を調整し、期間内に
区内施設等での実習を2回行います。
- 対象 区内在住・在勤・在学の方、
12名
申込み 1月25日(木)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(日曜日を除
く午前9時～午後6時)

令和4年度 区登録手話通訳者選考試験

- 申し込みは1月12日(木)まで
詳しくは、お問い合わせください。
日時 2月12日(日)午前9時から
会場 区役所本庁舎6階
対象 区内在住・在勤で、区の手話講習
会の上級以上を修了、またはこれに
相当する手話技術を習得している方
選考 筆記(社会福祉に関する知識
等)、手話の読み取り、手話表現、面接
申込み 任意の用紙に必要事項を記
入の上、返信用封筒(長形3号・84円

切手を貼る)を同封し、
1月12日(必着)までに
郵送で問合せ先へ。申込
者には1月31日(火)までに詳しい
内容を連絡します。
※新宿区ホームページで申し込み様式
や試験の出題傾向をご案内しています。
問合せ 障害者福祉課福祉推進係
(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁
舎2階) ☎(5273)4516・☎(3209)3441



区立図書館 HPで発信 図書館のイベント情報

- 一般対象 ※()内は開催日です。
中央図書館 ☎(3364)1421
▶ふるさと新聞展示(1/7～29)
北新宿図書館 ☎(3365)4755
▶ブックコート体験講座(1/21)
角筈図書館 ☎(5371)0010
▶キネマ角筈「そして父になる」(1/22)
戸山図書館 ☎(3207)1191
▶楽しみながら筋力向上「サッ
カーdeポーリング」(1/25)

- 中町図書館 ☎(3267)3121
▶子ども読書リーダー講座「図書
館員になろう!」(1/28)
- 子ども対象
北新宿図書館
▶新春こども映画会「からすのパン
やさん」「どろぼうがっこう」(1/14)
角筈図書館
▶プークの人形劇(1/15)

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

介護者家族会

当日直接、会場へおいでください。
1月の日時・会場 ▶四谷の会…5日(木)午
後1時30分～3時30分/四谷保健セン
ター等複合施設(四谷三栄町10-16)、
▶フレンズ2…24日(火)午後1時～3時/
牛込笹笥地域センター(笹笥町15)、
▶わきあいあい…11日(水)午後1時30分
～3時30分/若松地域センター(若松
町12-6)、▶大久保・あった会…10日
(火)午後1時30分～3時30分/大久保地
域センター(大久保2-12-7)、▶ひと
やすみの会…28日(土)午後1時30分～4
時/新宿リサイクル活動センター(高
田馬場4-10-2)、▶かずら会…19日
(木)午後1時～3時/落合第二地域セン
ター(中落合4-17-13)
問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二
係(本庁舎2階) ☎(5273)4254

全世代向けの 多彩な イベント

水曜上映会

日時 2月8日(水)午後2時から(午後1時
40分開場)
会場 新宿コズミックセンター8階プラ
ネタリウム(大久保3-1-2)
上映作品 「アンを探して」(1時間45分)

申込み 1月12日(木)～2月7日(火)午後5
時に電話で問合せ先へ。先着80名。
問合せ 中央図書館 ☎(3364)1421

角筈区民ホール ピアノ試奏会

日時・定員 2月27日(月)・28日(火)いづれ
も午前9時・午前10時15分・午前11時
30分・午後0時45分・午後2時・午後3
時15分・午後4時30分・午後5時45分・
午後7時から。各回1時間(1組5名。同
伴者含む。18歳までは保護者同伴)
設備 スタインウェイD274、ヤマハCF
Ⅲ(各1台)
費用 1回1,000円
申込み 1月10日(火)午前10時から電話
で問合せ先へ。各回先着順。
会場・問合せ 同ホール(西新宿4-33
-7) ☎(3377)1372

育児ママの仕事支援講座

- 再就職に役立つイメージアップ術
～似合う色とメイクのポイント
日時 2月28日(火)午前10時～午後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・在学の子育て中ま
たは子育てが一段落した女性、15名
申込み 12月27日(火)から電話で問合せ
先へ。先着順。託児あり(未就学児対象。
1月31日(火)までに電話予約)。
問合せ 男女共同参画推進センター
☎(3341)0801

住宅・まちづくり

西新宿地区再整備方針(素案) 意見募集・説明会

- 閲覧・意見書の提出
期間 12月26日(月)～1月24日(火)
閲覧場所 新宿駅周辺基盤整備担当課
※新宿区ホームページからもご覧いた
だけます。
提出方法 任意の用紙に氏名・住所・利
害関係・意見を記入し、ファックスまた
は直接、問合せ先へ。
- 説明会
日時 1月12日(木)▶①午後2時30分～4
時、▶②午後6時30分～8時(いずれも
同じ内容)
会場 新宿ファーストウエスト(西新宿
1-23-7)
申込み 12月27日(火)から電話かファッ
クス(6面記入例のほか希望時間(①②の
別)を記入)で問合せ先へ。各回先着80名。
問合せ 新宿駅周辺基盤整備担当課(歌
舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273)
4164・☎(3209)9227

神楽坂三・四・五丁目地区 地区計画原案の縦覧等・説明会

- 縦覧・意見書の提出
縦覧期間 1月17日(火)～30日(月)
縦覧場所 景観・まちづくり課
提出方法 任意の用紙に氏名・住所・利

害関係・意見を記入し、1月18日(水)～2
月7日(火)に郵送(必着)または直接、問
合せ先へ。

- 説明会
1月16日(月)から新宿区ホームペー
ジでも動画を公開します。
日時 1月18日(水)▶①午後2時～3時30
分、▶②午後6時～7時30分
会場 牛込笹笥地域センター(笹笥町15)
申込み 12月27日(火)から電話かファッ
クス(6面記入例のほか希望時間帯(①
②の別)を記入)で問合せ先へ。各回先
着80名。手話通訳あり。
問合せ 景観・まちづくり課
(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎
8階) ☎(5273)3831・☎(3209)9227

マンション管理セミナー

- 管理会社まかせでホントにいいの?
～給排水管改修工事のキモはこれだ!
日時 1月30日(月)午後6時20分～8時
会場 四谷区民ホール(内藤町87)
対象 区内分譲マンションの管理組合
役員・区分所有者・居住者ほか…50名、
賃貸マンション所有者…50名
申込み 1月4日(水)～18日(水)に電話かフ
ァックス(6面記入例のほか賃貸所有
者・分譲所有者の別、このセミナーを知
った媒体を記入)または直接、問合せ先
へ。先着順。新宿区ホームページからも
申し込みます。
問合せ 住宅課居住支援係(本庁舎7階)
☎(5273)3567・☎(3204)2386