

くらし	2・3・8面	イベント	4・8面
子ども・教育	4面	▶新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソンの交通規制	
▶新宿子育てメッセ出展説明会の参加者を募集		人材募集	6面
		▶令和5年度会計年度任用職員	
		保健・衛生	7面

新型コロナの状況によりイベント等は中止・変更する場合があります。
最新の情報は新宿区ホームページ等でご確認ください。

しんじゅくコール ☎ 3209-9999
土・日曜日、夜間もご案内
受付時間:午前8時～午後10時
FAX 3209-9900
※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせは、しんじゅくコールのファックスをご利用ください。

新小学1年生・新中学1年生

入学祝金のご案内

区教育委員会は、入学時の家庭の経済的負担を軽減し、児童・生徒の健やかな成長を支援するため、入学祝金を支給します。詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。

HPで詳しく



対象

下記①②のいずれにも該当するお子さん

- ▶①平成28年4月2日～29年4月1日生まれ(新小学1年生の学齢)または、平成22年4月2日～23年4月1日生まれ(新中学1年生の学齢)
- ▶②令和5年1月1日(基準日)に、新宿区に住民登録がある

支給金額

- ▶新小学1年生の学齢のお子さんがある世帯…お子さん1人に付き5万円
- ▶新中学1年生の学齢のお子さんがある世帯…お子さん1人に付き10万円

案内通知

対象世帯へ1月24日(火)に発送予定です

問合せ 区入学祝金コールセンター

☎0120(005)885・FAX(5273)3510

(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)

■代筆・代読が必要な方や電話での問い合わせが困難な方へ

1月24日(火)～3月31日(金)に、区役所本庁舎4階に相談窓口を開設します。

手続き方法フローチャート

下記①②のいずれにも該当するお子さんがいる

- ▶①平成28年4月2日～29年4月1日生まれ(新小学1年生の学齢)または、平成22年4月2日～23年4月1日生まれ(新中学1年生の学齢)
- ▶②令和5年1月1日(基準日)に、新宿区に住民登録がある(※)

はい

※DV等の特別な事情があり、住民登録がない方は、問合せ先へご相談ください。

いいえ

1月1日現在、対象のお子さんの児童手当を区から受給している(対象のお子さんと児童手当受給者が同一世帯の場合に限る)

はい

児童手当が振り込まれている口座への振り込みに問題がない

はい

いいえ(★) ★児童手当口座を解約しているなど、振込口座の変更がある場合

いいえ

手続きは必要なし

振込予定日 2月28日(火)

児童手当の振込口座へ、入学祝金を振り込みます。

手続きが必要

提出期限 2月7日(火)(消印有効)

案内通知に同封の振込口座変更届を返信用封筒で郵送してください。提出期限までに提出がない場合、2月28日(火)に児童手当の振込口座へ入学祝金を振り込みます。

手続きが必要

提出期限 3月31日(金)(消印有効)

案内通知に同封の確認書に必要書類を添付し、返信用封筒で郵送してください。入学祝金の振込予定日は、別途送付する支給決定の案内でお知らせします。

特別区民税・都民税の支払い・申告

住民税の支払いは納期限までに

- 普通徴収の第4期分納期限は1月31日
- 納付窓口** 銀行等金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、区税務課・特別出張所
- ※電子マネー等での納付については、新宿区ホームページでご案内しています。
- ※納期限を過ぎると、延滞金が加算される場合があります。
- 便利な口座振替のご利用を
口座振替を希望する方は、依頼書をご自宅へ郵送します。
- 問合せ** 税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139
- 納税でお困りの方へ
納付の時期・方法等、相談は随時受け付けています。
- 問合せ** 税務課納税係(本庁舎6階) ☎(5273)4534

住民税の申告を

- 申告期間は2月6日～3月15日
令和5年度の申告書を2月3日(金)に発送します。上記期間に郵送で申告してください。相談等は電話で受け付けます。
- 対象** 令和4年度の住民税(特別区民税・都民税)を申告した方ほか
- 必要書類** 運転免許証等の本人確認書類(代理申告の場合、委任状・代理人の本人確認書類・申告者本人のマイナンバー確認書類も必要)
- 申告先・問合せ** 税務課課税第一係 ☎(5273)4107・課税第二係 ☎(5273)4108(いずれも〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎6階)

公開プレゼンテーション 観覧者募集

U35新宿ビジネスプランコンテスト

- 日時** 2月7日(火)午後5時～8時
- 会場** 区立産業会館(BIZ新宿、西新宿6-8-2)
- 申込み** 2月6日(月)までに電話で問合せ先へ。同コンテストホームページ
- ([HP](https://shinjuku-sda.com) <https://shinjuku-sda.com>)からも申し込みめます。先着100名。
- 問合せ** 産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701



3月からの利用者募集

高田馬場創業支援センター

- 同センターに電話で施設見学を予約の上、申請方法等の説明を受け、2月7日(火)までに所定の書類等を直接、産業振興課産業振興係(BIZ新宿、西新宿6-8-2)へお持ちください。要件や施設概要等詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。
- 対象** 区内で創業を目指す方、創業して間もない方ほか
- 利用期間** 利用承認日から6か月間(最長2年間まで更新可)
- 開館時間** 午前8時30分～翌午前0時(年末年始は休館)
- 利用料金** 月額1万円
- 問合せ** ▶同センター(高田馬場1-32-10) ☎(3205)3031、▶産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701



くらし

新宿中央公園植物クラブ

- 冬芽観察会
- 日時** 1月24日(火)午前10時～12時(雨天実施)
- 持ち物** ルーペ(拡大鏡)、飲み物
- 申込み** 1月23日(月)までに電話で問合せ先へ。
- 集合場所・問合せ** 同公園管理事務所(西新宿2-11-1) ☎(3342)4509

講座「持続可能な未来へ命と環境を守る取り組み」

- 日時** 2月4日(土)午後1時30分～3時30分
- 会場** 新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)
- 対象** 区内在住・在勤の方、36名
- 申込み** 1月27日(必着)までに往復はがきに4面記入例のとおり記入し問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
- 問合せ** 有機農産物愛好グループすずな会(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内) ☎(5273)3834

エシカル消費とバレンタインデーチョコレートケーキ講座

- 日時** 2月5日(日)午後2時～3時30分
- 会場** 新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)
- 対象** 区内在住・在勤・在学の方、14名
- 費用** 500円(材料費)
- 持ち物** エプロン、三角巾、ふきん、持ち

帰り用容器

- 申込み** 1月24日(必着)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
- 問合せ** 日本消費者協会 ☎(5282)5311(月～金曜日午前9時30分～午後5時)・☎(5282)5315
- 区の担当課** 消費生活就労支援課消費生活就労支援係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3834

参鶏湯(サムゲタン)の会

- 日時** 2月6日(月)午後1時30分～3時30分
- 会場** 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
- 対象** 区内在住・在勤の方、15名
- 費用** 1,500円(材料費等)
- 持ち物** エプロン、三角巾、大きめの袋
- 申込み** 1月25日(必着)までに往復はがきに4面記入例のとおり記入し問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
- 問合せ** 新宿区消費者の会・伊藤(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内) ☎(3368)6616

リサイクル講座

- ①ステンシルでオリジナルのマルシェバッグ作り
日時 2月12日(日)午後1時30分～3時30分
対象 区内在住・在勤・在学の方、10名(小学2年生までは保護者同伴)
- 持ち物** エプロン、筆記用具
- ②余り布からフクロウのブローチ作り
日時 2月17日(金)午後1時～3時

対象 区内在住・在勤の方、12名

- 費用** 200円(材料費等)
- 持ち物** 布2種類(各15cm×15cm)、安全ピン、裁縫道具、手芸用綿、筆記用具
- 共催** 新宿環境リサイクル活動の会……………<①②共通>……………

- 申込み** ▶①は1月31日(必着)まで、▶②は1月28日(必着)までに往復はがきに4面記入例のとおり記入し、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)

いちご大福講座

- 和菓子文化に学ぶ消費者の心
- 日時** 2月12日(日)午後1時～4時
- 対象** 区内在住・在勤・在学の方、18名
- 持ち物** エプロン、三角巾、筆記用具
- 申込み** 1月17日(火)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。
- 会場・問合せ** 新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10) ☎(3205)1008・☎(3205)1007・☎consu@shinjuku-center.jp

講座「子ども・若者を取りまくネット社会の現状とトラブル対策」

- 子どもを守るために
知っておきたいこと
ウェブ会議ツール「Zoom」を利用した講座です。
- 日時** 2月18日(土)午後1時～3時
- 申込み** 1月17日(火)午前10時～2月16日(木)午後5時にあんだんてホームページ

- ([HP](https://www.andante-shinjuku.net/) <https://www.andante-shinjuku.net/>)から申し込みめます。先着30名。
- 問合せ** 勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内) ☎(3200)3311

生ごみからたい肥づくりサロン

- 日時** 2月19日(日)午後1時30分～3時
- 申込み** 2月3日(必着)までに往復はがき・ファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選。環境学習情報センターホームページ([HP](https://www.shinjuku-ecocenter.jp/) <https://www.shinjuku-ecocenter.jp/>)からも申し込みめます。
- 会場・問合せ** 環境学習情報センター(〒160-0023西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277・☎(3344)4434(第4月曜日休館)・☎info@shinjuku-ecocenter.jp

選べる! 実務講座 (Web通信講座)

- 「資格の大原」提携
費用・申込方法等詳しくは、ぱる新宿ホームページ([HP](https://www.pal-shinjuku.jp/) <https://www.pal-shinjuku.jp/>)をご覧ください。
- 対象** 区内在住で中小企業に勤めている方や区内の中小企業に勤めている方、全30名
- 科目** ▶経理実務講座、▶簿記3級合格コース、▶MOS Excel試験対策コース、▶MOS Word試験対策コース、▶社労士、▶医療事務、▶宅建士
- 問合せ** ぱる新宿 ☎(3208)2311

診療日数等の受診内容をご確認ください

①区の国民健康保険に加入している方へ 医療費のお知らせを発送します

お知らせには、令和3年12月～4年11月の診療分の医療費を記載しています。

このお知らせは、確定申告(医療費控除)に使用できる場合があります。再発行はできませんので、大切に保管してください。

対象 区国民健康保険の資格があり、令和3年12月～4年11月に保険診療で医療機関等への受診履歴がある方

問合せ 医療保険年金課国保給付係(本庁舎4階) ☎(5273)4149

②後期高齢者医療制度に加入している方へ 医療費等通知書を発送します

通知書には、令和3年9月～4年8月の診療分の医療費を記載しています。

このお知らせは、確定申告(医療費控除)に使用できる場合があります。大切に保管してください。

対象 令和4年12月1日現在、東京都後期高齢者医療の被保険者資格があり、令和3年9月～4年8月に保険診療で医療機関等への受診履歴がある方

問合せ 東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター ☎0570(086)519(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時)

区の担当課 高齢者医療担当課高齢者医療係(本庁舎4階) ☎(5273)4562

……………<①②共通>……………

※医療費控除の申告の際、医療費のお知らせに記載されない診療月分(①は令和4年12月分、②は令和4年9月～12月)や保険適用外負担分等は、医療機関が発行する領収書をもとに申告してください。

※高額療養費の受給などで、医療費のお知らせに記載された自己負担相当額と実際に支払った金額が異なる場合があります。

※医療費のお知らせを使用して医療費控除を受ける手続き方法は、税務署にお問い合わせください。

福祉



通所型住民主体サービス活動報告会

介護予防・健康づくり等の活動を行っている団体の活動を紹介します。同サービスに係る補助金の申請をご検討の方は、同報告会または問合せ先へおいでください。

※補助金の申請期間は2月6日(月)～28日(火)です。

日時 1月30日(月)午後6時～7時30分
会場 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

申込み 1月17日(火)～25日(水)に電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着20名。

問合せ 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係(本庁舎2階) ☎(5273)4193・☎(6205)5083

電話リレーサービス利用登録会

電話リレーサービスとは、聴覚に障害がある方の電話による意思疎通を、通話者が手話等で通話し、仲介するサービスです。同サービスの体験、アプ

リの登録サポートを行います。

日時 1月31日(火)午後1時30分～3時30分
会場 区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)

対象 区内在住・在勤・在学の聴覚か音声言語機能に障害がある方
※手話通訳と要約筆記があります。

持ち物 スマートフォン、身体障害者手帳
申込み 1月23日(月)までに郵送(必着)・ファックス(4面記入例のほかファックス番号、アプリの登録希望の有無を記入)で問合せ先へ。

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

認知症に関する相談・学習会

●認知症・もの忘れ相談

日時・会場 ▶①2月2日(木)…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)、▶②2月9日(木)…落合保健センター(下落合4-6-7)、▶③2月22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)、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、

シルバー人材センターのお知らせ

■受講生を募集(2月開催分)

英会話教室もあります。各教室とも詳しくは、同センターへお問い合わせください。

●パソコン教室(Windows10使用)

日程・内容 ▶「ワード基礎」「エクセル基礎」…2月6日(月)・13日(月) ▶「ワード中級」「エクセル中級」…2月14日(火)・21日(火) ▶「ワード活用」「エクセル活用」…2月15日(水)・22日(水) ▶「インターネット・メール」…2月20日(月)・27日(月)

■インターネット入会申し込み

同センターホームページ(右二次元コード。)

☎https://www.s22s.jp/

ef/1332/flow) から入会説明会の動画をご覧いただくと、いつでも入会申し込み・個別面談予約ができます。

対象 区内在住で健康な60歳以上

問合せ 同センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場しごと棟)

☎(3209)3181



マイナポイント

地域センターで申請をお手伝い

問合せ先へ電話予約の上、おい

てください。
日時・会場 下表のとおり。各回午前

は10時～12時、午後は1時～4時
※1月の実施日時・会場についてはお問い合わせください。

対象 マイナンバーカードをお持ちで、マイナポイントをまだ申請していない方

持ち物 マイナンバーカード、電子

証明書の4桁の暗証番号、ポイントの受け取りに利用するクレジットカードや電子マネー等の決済サービスのID・セキュリティコード、本人名義の口座情報が分かるもの

問合せ 区マイナポイントコールセンター ☎(5273)4111

会場(地域センター)	日時
四谷(内藤町87)	2月3日(金)午前・20日(月)午後
牛込算筈(算筈町15)	2月13日(月)午後・22日(水)午前
榎町(早稲田町85)	2月10日(金)午前・21日(火)午前
若松(若松町12-6)	2月2日(水)午前・15日(水)午後
大久保(大久保2-12-7)	2月7日(火)午前・27日(月)午前
戸塚(高田馬場2-18-1)	2月8日(水)午前・17日(金)午後
落合第一(下落合4-6-7)	2月1日(水)午後・16日(水)午前
落合第二(中落合4-17-13)	2月9日(水)午後・14日(火)午前
柏木(北新宿2-3-7)	2月6日(月)午後・24日(金)午後
角筈(西新宿4-33-7)	2月28日(火)午前

各回4名

申込み 1月17日(火)から電話で問合せ先へ。先着順。

問合せ ▶①四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770、▶②落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080、▶③戸塚高齢者総合相談センター ☎(3203)3143

●認知症介護者相談

日時 2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 介護等でお悩みの方、3名

申込み 1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

●認知症介護者家族会(学習会)

医師による認知症の講義です。
日時 3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方ほか

申込み 3月10日(金)午後1時までに電話かファックス(4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

介護者講座・交流会



●正しい爪の切り方を学ぼう

日時 2月16日(水)午後2時～4時
会場 北新宿特別養護老人ホーム(北新宿3-27-6)

申込み 1月17日(火)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着15名。

問合せ 柏木高齢者総合相談センター(北新宿3-27-6) ☎(5348)9555・☎(5348)9556

新宿いきいき体操講習会



持ち物等詳しくは、参加者に郵送でご案内します。

日時 2月20日(月)午後2時～4時
会場 百人町地域交流館(百人町2-18-21)

対象 区内在住・在勤の方、7名

申込み 1月17日(火)～2月10日(金)に電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問合せ 地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568・☎(6205)5083



出展説明会への参加者募集

HPで詳しく



6月開催予定の新宿子育てメッセへの出展をご希望の方・団体は、説明会にご参加ください。出展には説明会への参加が必須です。

日時 2月16日(木)午前10時～12時

会場 子ども総合センター(新宿7-3-29、

新宿ここ・から広場内)

対象 主に区内で活動する子育て支援団体・個人

申込み 2月15日(水)までに電話で問合せ先へ。

問合せ 同実行委員会事務局(子ども家庭支援課子育て支援係) ☎(3232)0695

子どもショートステイの「協力家庭」研修を受けて地域で子育て支援をしませんか

講座

●協力家庭を希望する方向け 受講者募集 子どもショートステイは、保護者が一時的に昼夜を通してお子さんを養育できない時に、区内の施設や協力家庭で、最長7泊まで預かる事業です(協力家庭の募集は随時実施)。

協力家庭の条件 ▶区内在住で18歳以上の同居者がいる25歳以上、▶住居が2室10畳以上ほか

日時・対象 ▶①1月28日(土)午前9時30分～午後0時30分…保育士・看護師・教員の資格をお持ちの方、東京都養育家庭またはフレンドホームとして認定されている方、ファミリー・サポート・センター提供会員、ホームビジター

の登録者、子育て支援者養成講座修了者、子育て支援員研修修了者、15名

▶②3月14日(火)午前9時30分～午後5時…①の対象に該当しない方、8名(①の受講も必要)

会場 子ども総合センター(新宿7-3-29)

内容 事業の概要、区の子育て支援(②は実習もあり)

申込み 1月25日(水)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

問合せ 子ども家庭支援課総合相談係 ☎(3232)0674・☎(3232)0666

ささえーる 薬王寺の講座

①ささえーる 薬王寺フェスタ イベント

2月4日(土)に開催します。

時間 午前10時～10時50分・午前11時10分～12時

対象 区内在住の未就学児と保護者、各回30名

内容 おもちゃ釣り、くじ引き、ボウリング、輪投げ、工作

●フレイル予防講座～栄養士の講話と体操体験

時間 午後1時30分～2時35分・午後2時50分～3時55分

対象 区内在住のおおむね60歳以上、各回15名

●楽しく実践!元気に歳を重ねよう「体操体験会」

時間 午後1時45分～3時25分

対象 区内在住のおおむね60歳以上、12名

②スマートフォン講座 講座

日時 2月8日(水)午後1時～3時

対象 区内在住の方、5名

③パソコン講座(写真加工) 講座

日時 2月10日(金)午後1時30分～3時

対象 区内在住の方、5名

……………<①②③共通>……………

申込み 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)

こども・教育

特別支援学級・新宿養護学校連合作品展 イベント

日時 1月21日(土)～2月2日(木)午前9時～午後5時

会場 新宿文化センター(新宿6-14-1)

内容 図画工作・書写ほか

参加校 ▶新宿養護学校、▶小学校…愛日(若竹学級)・東戸山(若草学級)・花園(新苑学級)・落合第二(若葉学級)・柏木(柏葉学級)、▶中学校…四谷(新苑学級)・西新宿(E組)・新宿(若草学級)

問合せ 教育支援課特別支援教育係 ☎(3232)3074

児童虐待防止に関する研修会 講座

日時 2月3日(金)午後2時～4時

会場 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

内容 ネット・ゲーム・スマホ等の過剰使用・依存の実態と対応方法

申込み 1月17日(火)～30日(月)に電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着150名。

問合せ 子ども家庭支援課総合相談係 ☎(3232)0674・☎(3232)0666

「思春期の子どもと向き合う」シンポジウム 講座

YouTubeで動画配信します(90分程度)。詳しくは、問合せ先・特別出張所等

で配布しているチラシをご覧ください。

配信期間 2月9日(木)午前9時～16日(木)午後4時

対象 区内在住・在勤・在学の方、200名

申込み 1月17日(火)～2月2日(木)に申し込みサイト(右二次元コード。☎https://ws.formzu.net/sfgen/S10715866/)から申し込みます。先着順。

問合せ 子ども家庭支援課子育て支援係 ☎(3232)0695

全世代向けの多彩なイベント

明るい選挙啓発ポスター展 イベント

①小学生の作品

各特別出張所または地域センターで、各管内の小学校の応募作品を展示します。

日時 1月16日(月)～30日(月)(16日は午後1時から、30日は正午まで)

②小・中学生、高校生の入選・佳作作品

日時 2月1日(水)～13日(月)(1日は午後1時から、13日は午後3時まで)

会場 四谷地域センター(内藤町87)

問合せ 区選挙管理委員会事務局(第1分庁舎3階) ☎(5273)3740

協働推進基金を活用したNPO主催の催し イベント

●吃音を知るオンライン座談相談会

ウェブ会議ツール「Zoom」を利用し、講演・相談会・交流会等を開催します。

日時 1月21日(土)、2月18日(土)各回

午後1時～3時

申込み 1月17日(火)から電話か電子メール(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。吃音協会ホームページ(☎https://www.npo-scw.org/contact/)からも申し込みます。先着15名。

問合せ NPO法人日本吃音協会事務局 ☎(5801)0947・☎info@npo-scw.org

区の担当課 地域コミュニティ課管理係(本庁舎1階) ☎(5273)3872

四谷音楽祭 イベント

●歌と弦楽器を味わう初春のひと時

日時 1月22日(日)午後2時～3時10分(午後1時30分開場)

会場 四谷区民ホール(内藤町87)

曲名 ノクターン(F.ショパン)ほか

出演 井坂恵(メゾソプラノ)、松川儒(ピアノ)ほか

申込み 当日直接、会場へ。先着250名(お子さんの入場可)。

問合せ 四谷地域センター ☎(3351)3314

パンデミックの経験がもたらすNPOへの新たな役割としくみ イベント

日時 1月28日(土)午後1時30分～4時

内容 NPOや市民活動の専門家・有識者によるパネル・ディスカッション

申込み 1月17日(火)～28日(土)正午に電話で問合せ先へ。新宿NPO協働推進センターホームページ(☎https://snponet.net/)からも申し込みます。先着▶会場20名、▶Zoom40名。

会場・問合せ 新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12) ☎(5386)1315

藤沢周平の世界 イベント

●朗読と尺八・バイオリンの生演奏

詳しくは、若松地域センターホームページ(☎https://wakamatsucenter.com/)をご覧ください。

日時 2月5日(日)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)

対象 区内在住・在勤・在学の方、100名

演目 「贈り物」(市井小説集「驟り雨」より)

出演 河原田ヤスケ(朗読)、松本浩和(尺八)、有働皆美(バイオリン)

申込み 当日直接、会場へ。先着順。

会場・問合せ 若松地域センター(若松町12-6) ☎(3209)6030

DV防止啓発講座 講座

●スマホ時代のデートDV

～これって恋愛?それとも暴力?

YouTubeで動画配信します(90分程度)。

配信期間 2月10日(金)～23日(祝)

申込み 2月21日(火)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 男女共同参画課 ☎(3341)0801

はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み

- 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。

(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)

住民記録・戸籍は1階、国民健康保険は4階、税証明は6階に窓口を開設

1月22日 第4日曜日の区役所本庁舎窓口開設

開設時間 午前9時～午後5時

開設場所 区役所本庁舎▶住民記録・戸籍…1階、▶国民健康保険…4階、▶税証明…6階

取扱事務 下記の事務に限ります。

注意事項 必要書類・本人確認書類等を事前に必ず担当係へお問い合わせの上、おいでください。

◆住民記録

▶転入・転出・転居・世帯変更の届出(前住所地の市区町村に確認が必要な場合は手続きできない場合があります。国外からの転入は取り扱いませぬ)、▶マイナンバーカード(個人番号カード)・住民基本台帳カードによる転入届出(事前に前住所地でカードによる転出届出が必要)、▶外国人住民の住居地届(在留カードまたは特別永住者証明書(在留カード等へ切り替える前の方は外国人登録証明書)が必要)、▶住民票の写し、住民票記載事項証明書の交付(請求できるのは、本人か同一世帯の家族のみ。広域交付住民票の写しは発行できません)、▶不在住証明書の交付、▶印鑑登録申請・廃止の届出、▶印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証(カード)が必要)、▶特別永住者に関する申請等

問合せ 戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601

◆戸籍

▶戸籍届書の預かり(届書の内容確認等は翌開庁日に行います)、▶埋火葬・改葬許可証、区民葬儀券

の交付、▶戸籍・除籍・改製原戸籍謄抄本、戸籍・除籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写しの交付(請求できるのは、その戸籍に記載されている方とその配偶者、直系血族(関係が確認できる戸籍等が必要)のみ)、▶身分証明書、不在籍証明書の交付

問合せ 戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階) ☎(5273)3509

◆国民健康保険

▶加入・脱退の届出

問合せ 医療保険年金課国保資格係(本庁舎4階) ☎(5273)4146

◆税証明

▶課税(非課税)・納税証明書の交付(申告等により税情報がある方のみ)

問合せ 税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139

住民税・国民健康保険料の納付相談も実施

納付が困難な方や滞納している方はご相談ください。電話相談のほか、来庁相談や納付もできます。

日時 1月22日(日)午前9時～午後5時(受け付けは午後4時30分まで)

会場・問合せ ▶住民税・税務課納税係(本庁舎6階) ☎(5273)4534、▶国民健康保険料…医療保険年金課納付推進係(本庁舎4階) ☎(5273)4158

マイナンバーカードの受け取り窓口を臨時開設

受け取りには予約が必要です。詳しくは、マイナンバーカード交付申請後に届く「交付通知書」に同封の案内をご覧ください。当日は、交付業務のみ取り扱いします。

開設日時 2月5日(日)・11日(祝)午前9時～午後5時

開設場所・問合せ 戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601



▲マイナちゃん

ゴールデンウィーク期間の利用抽選

ヴィレッジ女神湖(長野県立科町)

受付窓口 ▶月～金曜日…区保養施設受付(区役所本庁舎1階) ☎(5273)3881(午前9時～午後5時)、▶土・日曜日、祝日等…☎(5369)3902(午前10時～午後6時)

対象 区内在住・在勤の方とその同行者

利用期間 4月25日(火)～5月10日(水)

宿泊日数 3泊4日以内(1グループ5室以内)

申込み 1月25日(必着)までに受付窓口・特別出張所で配布している「専用往復はがき」で申し込めます(1グループ1枚)。

抽選結果 2月8日(水)までに全員にお知らせします。

当選した方 2月14日(火)までに受付窓口で電話または直接、利用申請してください。期限までに利用申請がない場合は、当選結果(予約)は取り消しとなります。

※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～2日前に、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

区関連・官公署情報



税理士による確定申告無料申告相談

日程等詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。利用には、電話かインターネットでの予約が必要です。

問合せ ▶新宿税務署 ☎(6757)7776、▶四谷税務署 ☎(3359)4451

新宿まちなかサロン

日時・内容 2月8日(水)・22日(水)、3月8日(水)・22日(水)、▶①スマホ・PC相談会…午前10時30分～12時、▶②エキセントリック体操…午前10時30分～11時30分

会場 新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12)

持ち物 ▶①スマートフォン・パソコン、▶②飲み物

費用 各回200円

後援 新宿区

申込み 1月17日(火)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のほか希望日・希望内容(①②の別)を記入)で問合せ先へ。各回先着▶①6名、▶②20名。

問合せ 新宿NPOネットワーク協議会事務局 ☎(5206)6527(第2火曜日を除く午前11時～午後4時)・☎(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.net

神田川上流懇談会委員募集

東京都では、5区2市(新宿・文京・中野・杉並・豊島・武蔵野・三鷹)と協力し、江戸川橋から上流の神田川流域について意見交換する委員を募集しています。

対象 神田川流域に在住で年2回の会議(平日昼間を予定)に出席できる個人・団体

任期 3年(報酬・交通費の支給はなし)

申込み 任意の用紙に「神田川等について思うこと」がテーマの作文(400～800字程度)と4面記入例のほか生年月日を記入し、2月10日(必着)までに郵送・電子メールで問合せ先へ。応募書類は返却しません。

問合せ 東京都第三建設事務所工事第二課 神田川上流懇談会事務局(〒164-0001中野区中野4-8-1) ☎(3387)5137・☎S0200196@section.metro.tokyo.jp

四谷ひろばスマホ・パソコン講座

日時・内容 ▶①スマホ入門…2月6日～27日の月曜日午前10時～12時(全4回)、▶②シニアのためのスマホ講座…

2月14日・28日の火曜日午後1時～3時(全2回)、▶③Windows入門…2月1日～22日の水曜日午後1時～3時(全4回)

費用 ▶①③6,000円、▶②3,000円(いずれも教材費等)

会場・申込み 往復はがきに4面記入例のとおり記入し、1月17日(火)～25日(水)に四谷

ひろば「パソコン教室」係(〒160-0004四谷4-20)へ。いずれも先着6名(申し込みが2名以下の場合は中止)。

問合せ 四谷ひろば運営協議会・鈴木 ☎080(3219)0087

いのちを守る何でも相談会

●面談相談

日時 1月～3月の毎月第4日曜日午後6時～9時(受け付けは午後8時まで)

会場・申込み 当日直接、司法書士会館(四谷本塩町4-37)へ。

●電話相談 ☎0120(107)123

日時 3月20日(月)までの毎月第1・3月曜日(祝日を除く)午後6時～9時(受け付けは午後8時30分まで)

後援 新宿区ほか

問合せ 東京司法書士会 ☎(3353)9191

シニア就職1dayトライ面接会 in新宿



日時 2月21日(火)▶正午～午後3時、▶午後2時～5時(いずれも同じ内容)

会場 新宿エルタワー30階(西新宿1-6-1、サンスカイルーム)

対象 55歳以上の求職者、各40名

主催 東京都、東京しごと財団

申込み 1月20日(金)から電話で問合せ先へ。同面接会ホームページ(☎https://senior-1day.com)からも申し込みます。先着順。

問合せ シニア就職1dayトライ事務局 ☎(6256)9094

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。
戸山図書館 ☎(3207)1191
▶医療セミナー「認知症の原因、予防、治療」(2/4)
北新宿図書館 ☎(3365)4755
▶朗読会～夢十夜(2/4)
鶴巻図書館 ☎(3208)2431
▶コロナ時代のスマホ使いこなし術(2/5)
四谷図書館 ☎(3341)0095
▶講演「暗記も辞書もいらぬ英語多読」(2/12)

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

区民のひろば

費用・問合せ

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

★催し・講座★

◆和の輪合唱団定期演奏会 1月28日(土)午後2時開演(午後1時開場)、角筈区民ホールで。演目はフォーレクワイエム、愛唱歌集よりほか。¥1,000円。
☎和の輪合唱団・☎090(9829)5768・✉wanowa2021@gmail.com



人材募集 令和5年度 会計年度任用職員

任用期間は、4月1日から1年間です。募集案内・申込書等は、各問合せ先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。

■ 宿直相談員

対象 国籍・性別を問わず、窓口・電話対応に必要な日本語の文章理解・会話、パソコンでキーボード入力ができる、次の①または②の経験がある方、若干名

▶①窓口・電話対応業務

▶②夜間・深夜の施設警備または宿直業務

勤務日時 月～金曜日は午後5時～翌日午前9時、土・日曜日は午前8時30分～翌日午前8時45分のシフト制。年平均週30時間。深夜帯に仮眠時間あり

報酬等(月額) 18万7,000円程度。交通費・期末手当・社会保険等あり

勤務場所 区役所本庁舎宿直室

勤務内容 区の執務時間外(夜間)、休日の宿日直事務(窓口・電話対応ほか)

選考 ▶1次…書類・作文、▶2次…面接

申込み 所定の申込書(写真を貼る)、作文(A4判横書き原稿用紙に800字程度、テーマは募集案内に掲載)を1月27日(金)午後5時までに郵送(必着)または直接、問合せ先へ。

問合せ 総務課庁舎管理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階) ☎(5273)3495

■ 子ども総合センター職員

①児童指導ワーカー

②療育指導員(発達支援)

対象 次のいずれかに該当する方、若干名▶保育士か社会福祉士の資格をお持ちの方、▶大学・大学院で心理学・教育学・社会学・社会福祉学・芸術学・体育学のいずれかを専修する学科またはこれらに相当する課程を修めて卒業した方、▶幼稚園・小学校・中学校・高等学校のいずれかの教員免許をお持ちの方、▶都道府県知事の指定する児童福祉施設の職員を養成する学校その他の養成学校を卒業した方

勤務日時 月～土曜日のうち週5日▶①午前9時～午後7時15分のうち6時間、▶②午前9時30分～午後6時のうち6時間

③作業療法士(発達支援)

対象 作業療法士の資格をお持ちで、相当の実務経験のある方、若干名

勤務日時 月～土曜日のうち月16日、午前9時30分～午後6時のうち6時間

④理学療法士(発達支援)

対象 理学療法士の資格をお持ちで、相当の実務経験のある方、若干名

勤務日時 月～土曜日のうち月4日、午前9時30分～午後6時のうち6時間

⑤心理指導員(子ども家庭相談)

対象 公認心理師・臨床心理士・臨床発達心理士のいずれかの資格を

お持ちで、相当の実務経験のある方、若干名

勤務日時 月～金曜日のうち週4日、午前8時30分～午後5時のうち7時間30分(年数回土・日曜日、祝日の出勤あり)

⑥地域活動指導員

対象 次のいずれかに該当する方、若干名▶大学で生涯学習概論・生涯学習支援論・社会教育経営論・社会教育特講・社会教育実習・社会教育演習・社会教育実習・社会教育課題研究またはこれらに相当する単位を修めて卒業した方、▶大学を卒業し、社会教育主事の講習を修了した方

勤務日時 月～金曜日のうち週4日、午前8時30分～午後5時

……………<①～⑥共通>……………

勤務場所 子ども総合センター(①は子ども家庭支援センターでの勤務あり)

報酬等(月額) ▶①②22万円程度、▶③32万円程度、▶④8万円程度、▶⑤36万円程度、▶⑥24万円程度。交通費・期末手当・社会保険等あり(④は交通費のみ)

選考 ▶1次…作文等、▶2次…面接

問合せ 子ども総合センター(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)、

▶①⑥子育て支援係 ☎(3232)0695、▶②③④発達支援係 ☎(3232)0679、▶⑤総合相談係 ☎(3232)0674

■ 戸籍住民課職員

●住民記録・戸籍事務補助員

対象 ▶国籍を問わず、窓口・電話対応に必要な日本語文章の理解や会話、パソコンでキーボード入力ができる方、若干名

勤務日時 月～金曜日の週5日、午前9時～午後5時30分のうち1日6時間(週30時間を超えない範囲で土・日曜日の勤務あり)

報酬等(月額) 21万円程度(地域手当相当分を含む)。交通費・期末手当・社会保険等あり

勤務場所 戸籍住民課(本庁舎1階)

戸籍係または住民記録係

勤務内容 各種証明書の請求等の窓口受付、電話対応ほか

選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接

申込み 所定の申込書(自筆)、論文(所定の用紙に自筆。日本語800字以内。課題は募集案内に掲載)を2月3日午後5時(必着)までに郵送(封筒の表に「選考書類在中」と朱書き)または直接、問合せ先へ。

問合せ 戸籍住民課調整係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎1階) ☎(5273)3622

2月の各種相談		※中止・変更となる場合があります。事前に各主催者へご確認ください。	
相談名	実施日時	相談場所	問合せ
区民相談	月～金曜日(祝日等除く) 8:30～17:00	本庁舎1階 区民相談コーナー	区政情報センター ☎(5273)4585
法律相談	水・木曜日(祝日等除く) 13:00～15:30(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	区政情報課広報係 ☎(5273)4065
交通事故相談	3(金)・17(金)13:00～16:00	本庁舎1階ロビー	
行政相談			
公益通報相談	【公益保護委員(弁護士)による電話相談】 ☎(6632)2760(大野徹也)・☎(3470)3311(水嶋一途)・☎(5204)6707(岩田登希子)		総務課総務係 ☎(5273)3505
悩みごと相談室	月曜日(祝日等除く) 10:00～16:00(受付は15:30まで) 月～土曜日(祝日等除く) 10:00～16:00(受付は15:30まで)	第1分庁舎2階区民相談室 電話相談は ☎(5273)3646 男女共同参画推進センター(ウイズ新宿・荒木町16)電話相談は ☎(3353)2000 ※男性相談員による電話相談(土曜日13:00～16:00)は ☎(3341)0905	男女共同参画課 ☎(3341)0801
女性相談	月～金曜日(祝日等除く) 8:30～17:00	生活福祉課相談支援係(第2分庁舎1階)	☎(5273)3884
消費生活相談	月～金曜日(祝日等除く) 9:00～17:00(電話相談) 9:00～16:30(来所相談)	新宿消費生活センター(第2分庁舎3階)	☎(5273)3830
多重債務特別相談	28(火)13:00～16:00(電話予約)		
仕事と家計に関する相談	月～金曜日(祝日等除く) 8:30～17:00	第2分庁舎1階	生活支援相談窓口 ☎(5273)3853
若年者の就労に関する相談	月～金曜日(祝日等除く) 8:30～17:00	新宿区勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)	☎(3200)3311
商工相談	月～金曜日(祝日等除く) 9:00～16:00(電話予約)	BIZ新宿4階 産業振興課産業振興係(西新宿6-8-2)	☎(3344)0702
図書館でのビジネス情報支援相談会	22(水)16:30～20:30	角筈図書館(西新宿4-33-7)	☎(5371)0010
税務相談(電話相談)	7(火)・21(火)13:30～16:00(電話予約)	税務課税務係	☎(5273)4135
外国人相談	英語 ☎(5272)5060・中国語 ☎(5272)5070・韓国語 ☎(5272)5080 【実施日時】月～金曜日(祝日等除く)9:30～12:00・13:00～17:00 【相談場所】本庁舎1階区民相談コーナー 英語・中国語・韓国語・タイ語・ミャンマー語・ネパール語(日時は要問い合わせ)	しんじゅく多文化共生プラザ(歌舞伎町2-44-1)	☎(5291)5171
福祉サービスに関する法律相談	20(月)14:00～16:00(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	地域福祉課福祉計画係 ☎(5273)3623
成年後見権利擁護相談	月・水・金曜日(祝日等除く) 13:00～16:00(電話予約)	新宿区成年後見センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)	☎(5273)4522
障害者相談窓口 ★はピアカウンセリングも実施	障害者福祉課 ☎(5273)4518・☎(3209)3441、保健センター、保健予防課 ☎(5273)3862、★区立障害者福祉センター ☎(5292)7890、区立障害者生活支援センター ☎(5937)6824、シャロームみなみ風 ☎(5579)8412、まど ☎(3200)9376、ラバンス ☎(3364)1603、ファロ ☎(3350)4437、風 ☎(3952)6014へ。		
子ども教育	子どもと家庭の総合相談	月～土曜日…8:30～19:00 日曜日・祝日(電話相談のみ)…8:30～17:00 月～金曜日(祝日等除く)…8:30～17:00、土曜日(来所相談のみ)…9:30～18:00	子ども総合センター(新宿7-3-29) ☎(3232)0675 信濃町 ☎(3357)6855・榎町 ☎(3269)7345・中落合 ☎(3952)7752・北新宿 ☎(3362)4152 子ども家庭支援センターへ。
発達相談	子ども総合センター発達支援係(あいあい)	(新宿7-3-29) ☎(3232)0679へ。	
子ども家庭相談	地域子育て支援センター二葉・原町みゆき・ゆったりーの、各児童館へ。		
家庭相談	月～金曜日(祝日等除く)13:00～17:00	子ども家庭課育成支援係	(本庁舎2階) ☎(5273)4558
ひとり親相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00		
子育て電話相談	保育園…火～金曜日13:00～15:00、子ども園…月～土曜日(土曜日は一部の園で実施)9:00～17:00、いずれも祝日等を除く。		公立の保育園、子ども園
教育相談	月～金曜日(祝日等除く) 来所(電話予約)…9:00～18:00(受付は17:30まで)電話…9:00～17:00		教育センター(大久保3-1-2) ☎(3232)3071 電話相談は ☎(3232)2711
いじめの相談	月～金曜日…17:00～22:00、土・日曜日、祝日等…12:00～22:00(電話相談のみ)		新宿子どもほっとライン ☎(3232)2070
住み替え相談	2(木)・3(金)・9(木)・10(金)・16(木)・17(金)・24(金) 13:00～16:00(電話予約)	本庁舎7階	住宅課居住支援係 ☎(5273)3567
不動産取引相談			
マンション管理相談	10(金)・24(金)13:00～15:50(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	住宅課居住支援係 ☎(5273)3567
住宅資金融資相談	3(金)・17(金)13:00～15:15(電話予約)		
安全安心・建築なんでも相談	9(木)9:30～16:00(電話予約)	区役所本庁舎1階ロビー	建築指導課 ☎(5273)3732
建築紛争相談	月～金曜日(祝日等除く)8:30～17:00	本庁舎8階	建築調整課 ☎(5273)3544
年金・労務等無料相談	10(金) 13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎(6302)1353
税理士による無料税務相談	①13(月)半込算算、20(月)榎町・27(月)若松、②24(金)落合第一の各地域センター(要電話予約)、時間は13:00～16:00		主催①東京税理士会四谷支部 ☎(3357)4858・主催②新宿支部 ☎(3369)3235
マンション問題無料なんでも相談	1(水)・15(水) 13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都マンション管理士会新宿支部 ☎090(1033)9386
無料不動産相談所	8(水) 13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都宅地建物取引業協会新宿支部 ☎(3361)7171
リフォーム無料相談(お住いの困りごと)	22(水) 13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・新宿区住宅リフォーム協議会 ☎(3362)2161
不動産登記無料相談	14(火) 13:00～16:00(電話予約)	区役所第1分庁舎2階区民相談室	登記全般については①、測量境界問題については②へ。主催・①東京司法書士会新宿支部 ☎(6279)1945 ②東京土地家屋調査士会新宿支部 ☎(3364)6510
行政手続・法務等行政書士による無料相談	7(火)・21(火)12:00～16:00…区役所本庁舎1階ロビー。特別出張所、地域センター、BIZ新宿(西新宿6-8-2)、下落合図書館(下落合1-9-8)等は別日時に実施。		主催・東京行政書士会新宿支部 ☎0120(917)485(下落合図書館の相談は ☎(3368)6100)
弁護士会電話無料相談	月～金曜日(祝日等除く) 10:00～16:00		主催・弁護士会の法律相談センター ※都内からかけた電話のみ対応します。

2月の保健センター等の教室・相談

母子関係の事業は、母子健康手帳をお持ちください。

予約制のものは1月17日(火)から受け付けます

新型コロナウイルスの状況により変更の可能性がありますので、お問い合わせください。

事業名	担当	日	時間	内容	
はじめて・ ここにこ 歯科相談	牛込	2(木)★・9(木)○	9:00～10:30	予約制。虫歯予防等の相談・お口のケアのアドバイス ○…はじめて歯科相談(1歳児) ★…ここにこ歯科相談(2歳児)	
	四谷	3(金)○・24(金)★			
	東新宿	6(月)○・13(月)★			
	落合	14(火)○・21(火)★			
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	四谷	3(金)	9:00～10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医師による食べ方についての相談	
	落合	14(火)			
母親学級	牛込	4(土)・18(土)	9:30～11:30	予約制。定員30名、2日制。 1日目:沐浴実習、歯の健康 2日目:分娩の経過・呼吸法、食事の話	
	東新宿	15(水)・22(水)			13:30～15:30
育児相談	牛込	10(金)	9:00～10:00	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)	
	四谷	2(木)			9:00～11:00
	東新宿	24(金)			9:00～10:00
	落合	1(水)			13:00～14:30
育児 (双子の会)	落合	21(火)	13:30～15:00	予約制。子育ての情報交換・交流会	
はじめまして 赤ちゃん 応援教室 (産婦クラス)	牛込	24(金)○	13:15～14:15 15:00～16:00	○…産婦クラス(予約制) グループでのミニ講話・情報交換 (おおむね4か月までのお子さんを 育てているお母さんと赤ちゃん) ★…妊婦クラス(予約制) 助産師によるお話やストレッチなど (希望者に乳頭チェック有)	
	四谷	2(木)○			
	東新宿	9(水)○			
	落合	15(水)○			
(妊婦クラス)	四谷	17(金)★	13:00～14:00 14:30～15:30		
離乳食講習会	牛込	21(火)	13:00～14:00 14:30～15:30	予約制。 おおむね5～6か月児対象。 離乳食の話と調理実演。	
	四谷	16(木)			
	東新宿	20(月)			
	落合	17(金)			
1歳児 食事講習会	牛込	9(木)	9:00～10:30	1歳～1歳6か月児対象。 離乳完了時期の食事の話。 ※はじめて歯科相談と同時開催。	
	四谷	3(金)			
	東新宿	6(月)			
	落合	14(火)			

★★★★★★ 保健センター等の問い合わせ先 ★★★★★★

牛込保健センター	☎(3260)6231	FAX(3260)6223	〒162-0805 矢来町6
四谷保健センター	☎(3351)5161	FAX(3351)5166	〒160-0008 四谷三栄町10-16
東新宿保健センター	☎(3200)1026	FAX(3200)1027	〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター	☎(3952)7161	FAX(3952)9943	〒161-0033 下落合4-6-7
女性の 健康支援センター	☎(3351)5161	FAX(3351)5166	〒160-0008 四谷三栄町10-16 (四谷保健センター内)

事業名	担当	日	時間	内容	
骨粗しょう症 予防検診	牛込	28(火)	13:00～14:30	予約制。20歳以上の方対象(1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員40名。骨密度測定(かかとの測定・超音波法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。300円	
	四谷	17(金)			
	東新宿	1(水)	9:00～10:30		
	落合	9(木)			
女性の健康 専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	3(金) 28(火)	14:00～16:00	予約制。女性の婦人科系等の個別相談。思春期から更年期の女性のからだや婦人科系の症状等を相談できます。	
	更新期専門	28(火)			
精神保健相談	四谷	16(木)	9:15～11:30	予約制。精神科医師による思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談	
	東新宿	8(水)	13:45～16:00		
依存症相談	落合	14(火)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による個別相談	
うつ専門相談	牛込	9(木)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による個別相談	
パーキンソン 体操教室	牛込	21(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医師による個別相談	
	東新宿	6(月)			
訪問指導	牛込	6(月)	13:30～15:30	予約制。理学療法士・作業療法士が自宅を訪問し、実技指導のほか、リハビリ等のアドバイスをします。 ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施(予約制)	
	四谷	10(金)・20(月)			
	東新宿	15(水)・27(月)			
	落合	7(火)			
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	28(火)	13:00～14:30	予約制。16歳以上対象。保健師・管理栄養士・歯科衛生士等の個別相談。健康診断の結果の見方、食事や健康面、歯周病の予防などについて相談できます。 ※最近、健康診断を受けた方は、健診結果をお持ちください。	
	四谷	17(金)			
	東新宿	1(水)			9:00～10:30
	落合	9(木)			

両親学級

妊娠している方とパートナーを対象に、赤ちゃんを迎えるための講義を実施します。詳しくは、お問い合わせください。

日時 2月25日(土)午前9時30分～11時、午後1時～2時30分(いずれも同じ内容)

会場 四谷保健センター

問合せ NPO法人助産師みらい SHINJUKU ☎080(3710)0361(日曜日、祝日等を除く午前9時～午後6時)・
http://jyosanshi-mirai.org/

土曜日夜間や日曜日・祝日に急病になったら

新宿区医師会区民健康センター
新宿7-26-4 ☎(3208)2223
【診療時間】受け付けは終了時間の30分前まで
▶土曜日…午後5時～10時(内科)
▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時(内科)
午前9時～午後5時(小児科)
※必ず電話で予約してから受診してください。

東京都医療機関案内ひまわり
☎(5272)0303(24時間)
FAX(5285)8080
https://www.himawari.metro.tokyo.jp/

傍聴できる 審議会

消防団運営委員会

日時 1月23日(月)午前10時～11時30分
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎5階大会議室へ。
問合せ 危機管理課地域防災係(本庁舎4階) ☎(5273)3874

産業振興会議

日時 1月23日(月)午後6時～8時
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6-8-2)へ。
問合せ 産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701

環境審議会

日時 1月24日(火)午後3時～4時
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第2委員会室へ。
問合せ 環境対策課環境計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3763

リサイクル清掃審議会

日時 1月26日(木)午前9時30分～10時30分
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。

問合せ ごみ減量リサイクル課ごみ減量計画係(本庁舎7階) ☎(5273)3318

高齢者保健福祉推進協議会

日時 2月1日(水)午後2時30分～4時30分
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎5階大会議室へ。
問合せ 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係(本庁舎2階) ☎(5273)4193

自転車等駐輪対策協議会

日時 2月6日(月)午前10時～11時30分
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、新宿ファーストウエスト(西新宿1-23-7)へ。
問合せ 交通対策課交通企画係(本庁舎7階) ☎(5273)4265

保健・衛生

精神保健講演会

●インターネット・ゲーム依存についての基本的理解とその対応
3月3日(金)～19日(日)にYouTubeで動画配信します。
申込み 3月19日(日)(講師に質問がある方は1月31日(火)まで新宿区ホームページから申し込みます。
問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862

ペット防災講座

①避難所におけるペットの対応方法
日時 1月28日(土)午後2時～4時
②災害が起こる前に
～飼い主には何が出来るだろうか
日時 2月18日(土)午後2時～3時30分
③ペットと避難所～HUG(避難所運営ゲーム)動物版で対応策を考えよう
日時 3月12日(日)午後1時30分～4時30分
……<①②③共通>……
会場 ▶①③四谷地域センター(内藤町87)、▶②牛込笹岡地域センター(笹岡町15)
対象 ▶①③区内在住で避難所運営に係る方、▶②区内在住の飼い主ほか
持ち物 スリッパ等の室内履き
申込み ▶①1月27日(金)まで、▶②1月17日(火)～2月17日(金)、▶③3月10日(金)までに電話で問合せ先へ。②は先着40名。
問合せ 衛生課管理係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3148

初心者向けメンズクッキング

日時 2月7日(火)午前10時～午後1時
対象 区内在住の男性、6名
メニュー 豚肉の洋風照焼き、長芋の梅肉和えほか
申込み 1月17日(火)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 牛込保健センター

女性のための健康セミナー

配信期間 2月9日(木)～23日(祝)
内容 オンライン講座▶「SRHRIについて知ろう」▶「プレコンセプションケアって、何?」
申込み 2月8日(水)まで新宿区ホームページから申し込みます。
問合せ 女性の健康支援センター

歯科医師による支援者向け講演会

●難病患者の口腔ケアを中心とした口腔衛生・環境管理の重要性と実際
YouTubeで2月14日(火)～28日(火)に動画配信(60分程度)します。
対象 区内在住・在勤の医療・福祉職ほか
申込み 1月17日(火)～2月13日(月)に新宿区ホームページから申し込みます。
問合せ 落合保健センター

料理が好きになる 野菜の料理講座

YouTubeで2月14日(火)まで動画配信(15分程度)します。
対象 区内在住・在勤・在学の方
メニュー タラのラビゴットソースかけ、大根と貝柱のサラダ、ミネストローネ
申込み 2月10日(金)まで新宿区ホームページから申し込みます。
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

1月23日～27日 イベント

薬物乱用防止ポスター・標語の展示

区立中学校の生徒の皆さんによる応募作品から、東京都薬物乱用防止推進新宿地区協議会が選考した優秀作品を展示します。

時間・会場 区役所本庁舎1階ロビー(午前9時～午後5時、1月27日(金)は午後4時まで)

ポスター



▲東京都優秀賞・新宿地区会長賞 西早稲田中・2年 及川 由樹菜
▲新宿地区会長賞 西早稲田中・2年 筋野 友介
▲新宿地区会長賞 新宿西戸山中・2年 長瀬 陽奈

標語

受賞	学校名	氏名	作品
新宿地区会長賞	西新宿中・2年	新井 大貴	一度だけ 甘い気持ちで踏み込めば 君を待つのは 悲しい未来
	新宿中・2年	鱸居 仁菜	手放すの? あなたの未来と周りの信頼
	落合第二中・3年	小野田 侑奈	「少しだけ」 そんな気持ちが命取り NO!と言える 勇気を持とう

問合せ 衛生課医薬衛生係(第2分庁舎3階) ☎(5273) 3845・FAX(3209) 1441

自分と大切な人の命を守るために 首都直下地震に備えを

住宅用家具転倒防止器具の取り付け

専門業者をご自宅に派遣し、設置場所に適した家具転倒防止器具の取り付け方法を相談の上、無料で取り付けます。

対象 区内在住の方

対象となる家具 たんす、戸棚・棚類、冷蔵庫、テレビ

※住宅部分にある家具で、区の指定器具で取り付け可能なものに限りです。

費用 器具の購入費用、天井や壁等に補助工事が必要な場合の費用は利用者負担

※家具転倒防止器具は、区が派遣する取り付け業者からも購入できます(▶ベルト式金具…1,650円、▶L字型金具…1,100円、▶突っ張り棒(小)…5,830円、▶突っ張り棒(大)…4,950円、▶転倒防止板…1,320円)。

申込み 所定の申請書を郵送・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申請書は問合せ先や特別出張所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。

問合せ 危機管理課危機管理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎4階) ☎(5273) 4592・FAX(3209) 4069

●生活保護を受給している世帯の方

災害時要援護者名簿に登録している方へ

器具が5点まで無料になります(1回限り)。名簿への登録について詳しくは、下記問合せ先へご連絡ください。

問合せ 地域福祉課福祉計画係(本庁舎2階)

☎(5273) 3517・FAX(3209) 9948



当日は開会式を午前8時から行うほか、下記のとおりイベントを開催します。
時間 午前7時～午後4時
内容 ステージパフォーマンス、物販・体験コーナーほか
会場 国立競技場(霞ヶ丘町10-1)
問合せ 同マラソン実行委員会事務局(新宿未来創造財団内) ☎(3232) 7701・FAX(3209) 1833

規制内容 ※時間は目安です。

規制区間	時間
1 明治神宮外苑周辺	午前7時30分～午後3時30分ころ
2 スタジアム通り(仙寿院→日本青年館前)	午前8時～午後3時30分ころ
3 外苑西通り(東京体育館→四谷四丁目) ※北参道・東京体育館前から通行規制	午前8時～11時ころ
4 外苑西通り(①四谷四丁目→外苑橋) (②外苑橋→仙寿院)	①午前8時～午後0時45分ころ ②午前8時～午後3時30分ころ
5 外苑西通り(四谷四丁目⇄富久町西)	午前8時～10時40分ころ
6 甲州街道(御苑トンネル)下り、新宿通り(新宿二丁目交差点) ※四谷三丁目から通行規制	午前8時～11時ころ
7 御苑大通り(新宿五丁目東→新宿二丁目南、千駄ヶ谷五丁目→新宿二丁目南)	午前8時～11時ころ
8 靖国通り上り(住吉町→市谷八幡町)	午前8時～10時30分ころ
9 靖国通り下り(市谷八幡町→新宿五丁目東)	午前8時～10時40分ころ
10 外堀通り(市谷見附→飯田橋)	午前8時15分～10時30分ころ
11 神楽坂通り(神楽坂上⇄神楽坂下)	午前8時15分～10時15分ころ
12 大久保通り(飯田橋→神楽坂上) ※新隆慶橋西詰から通行規制	午前8時15分～10時15分ころ
13 慶應病院南側新宿区道(信濃町駅前⇄大京町)	午前8時～午後0時45分ころ
14 首都高速道路4号新宿線上り線外苑出口 ※上り線外苑入口(北参道方向から)と下り線外苑入口(仙寿院方向から)・出口は通行可	午前8時15分～午後0時45分ころ

1月29日は交通規制にご理解・ご協力をお願いします

大会当日は、下図のとおり交通規制を実施します。最新情報等詳しくは、問合せ先ホームページ(右二次元コード。HP:https://www.shinjukucity-halfmarathon.jp/)でご案内しています。



▶ 東方向へは甲州街道へ、西方向は青山通りか大久保通りへ、南北方向へは外苑東通りへう回してください。
▶ 交通規制中は、コースへの立ち入りや横断ができません。ランナー通過時は、歩行者・自転車の横断も制限します。
▶ コース場の路上パーキングは、1月28日(土)午後7時以降の利用ができません。駐車している場合、レッカー移動の対象になります。
▶ 沿道上の大会準備作業は、当日午前0時から行います。

都営バス白61・飯62・橋63・高71・宿75・黒77・早81・品97系統、新宿WEバスは、時間により休止・う回・短縮運行します。詳しくは、停留所でご確認ください。