

水泳・水中ウォーキング教室

期間 4月～令和6年3月(いずれのクラスも休館日・閉館日・区事業開催日・8月を除く)
クラス・対象・時間 医師から運動を禁止されていない方、団体行動ができ指導員の指示に従える方、各クラス若干名(下表のとおり)
会場 新宿コズミックセンター(大久保3—1—2)
費用(年額) ▶月曜日…3万1,000円、

▶火曜日・水曜日…3万8,000円(いずれも保険料を含む)
申込み はがきに7面記入例のほか希望クラス(第2希望まで)・性別・生年月日・年齢(学年)を記入し、1月31日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
主催・問合せ 新宿区水泳連盟(〒169-8799 新宿北郵便局留) ☎090(4020)9810(午後7時～9時)

	クラス	対象	時間
月曜日	S1 初心者	初めて水に入る方から	午前9時20分～10時25分
	W1 水中ウォーキング	一人で歩行・衣服の着脱ができる方 ※腰痛予防に適しています。	午前10時25分～11時30分
	W2 水中ウォーキング		
火曜日	S2 初級・中級	クロールで15m泳げる方から	午前11時30分～午後0時35分
	S3 中級	3泳法を25m以上泳げる方	午前9時20分～10時25分
	W3 水中ウォーキング	一人で歩行・衣服の着脱ができる方 ※腰痛予防に適しています。	午前10時25分～11時30分
水曜日	S4 初心者～中級	初めて水に入る方から3泳法習得	午前11時30分～午後0時35分
	S5 中級・上級	3泳法を25m以上泳げる方から資格習得を目指す方	午前9時20分～10時25分
	S6 初級・中級	クロールで15m泳げる方から	午前10時25分～11時30分
水曜日	S7 ゆっくり	65歳以上でゆっくり泳ざいたい方	午前11時30分～午後0時35分
	S8 初心者～中級	初めて水に入る方から3泳法習得	午後12時35分～1時40分
	W4 水中ウォーキング	1人で歩行・衣服の着脱ができる方 ※腰痛予防に適しています。	午後1時40分～2時45分
	K1 幼児(4歳児～)	平成29年4月2日～平成31年4月1日生まれの方	午後3時15分～4時
	K2 小学生(1～3年生)	初めて水に入る方から4泳法習得(低学年)	午後4時10分～5時
水曜日	K3 小学生(4～6年生)	初めて水に入る方から4泳法習得(高学年)	午後5時10分～6時5分
	S9 初心者～(中学生～大人)	初めて水に入る方から4泳法習得(中学生も可)	午後6時10分～7時15分
	S10 中級	3泳法を25m以上泳げる方	午後7時20分～8時25分
	S11 上級	個人メドレーを泳げる方(飛び込み練習あり)	午後8時30分～9時35分

ゆげじいデジタルNFTスタンプラリー

区内の各銭湯に設置された二次元コードを読み取ることで、各銭湯オリジナルデザインの来店記念NFT(★)を獲得できます。NFTの種類や達成条件により、3段階の称号や各種ゆげじいグッズを差し上げます。

問い合わせは各銭湯でも受け付けています。
★…NFT(エヌエフティー)とは、「固有の価値を持つ偽造できないデジタルデータ」のことをいいます。
期間 3月5日(日)まで
対象 中学生以上
後援 新宿区
会場・主催 区内銭湯18か所
問合せ 地域コミュニティ課管理係(本庁舎1階) ☎(5273)3519



▲新宿浴場組合公式キャラクターゆげじい

区立図書館 HPで発信 イベント情報

●一般対象 ※()内は開催日です。
角筈図書館☎(5371)0010
▶「誰でもなれる色鉛筆画伯!」静物画講座(2/10)
▶「誰でもなれる色鉛筆画伯!」風景画講座(2/17)
下落合図書館☎(3368)6100
▶もふもふ♪腕編みでスヌードを作ろう!(2/13)
戸山図書館☎(3207)1191
▶尾張藩徳川家下屋敷(戸山荘)の姿とその歴史(2/25)

北新宿図書館☎(3365)4755
▶北新宿歴史講座(2/26)
●子ども対象
こども図書館☎(3364)1421
▶中国語と日本語のおはなし会(2/11)
▶絵本作家講演会(2/25)
下落合図書館
▶絵本ライブ(2/12)
北新宿図書館
▶世界のコマの回し方ワークショップ(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




←子ども対象ページ

全世代向けの多彩なイベント

区軟式野球連盟の登録・審判講習会

①登録
現在、登録しているチームは更新が必要です。更新登録が165チームに満たない場合は、区内在住・在勤・在学の9名～100名で構成する新規に受け付けたチームから抽選で補充します。
令和5年度と同連盟第1回大会参加申し込みも受け付けます。
日時 2月4日(土)午後5時～7時
費用 ▶1チーム3,200円(年間登録料)、▶1名900円(都軟式野球連盟年間納付金)
※大会に参加する場合は別途、1大会につき1チーム1万4,000円
会場・申込み 費用と登録申込書3枚をお持ちの上、当日直接、新宿コズミックセンター(大久保3—1—2)へ。登録申

込書は、東京都軟式野球連盟ホームページ(<http://www.tnbb.or.jp/>)から取り出せます。
※登録したチームを対象に、2月18日(土)午後5時30分から同センターで、区軟式野球連盟総会・代表者会議を開催します。
②審判講習会
当日は昼食をお持ちの上、運動のできる服装でおいでください。
日時 2月12日(日)午前9時～午後5時
※雨天の場合翌週へ順延します。
対象 区内在住・在勤・在学の16歳以上
会場・申込み 当日直接、西戸山公園野球場(百人町4—1)へ。
……………<①～④共通>……………
問合せ 同連盟・金子☎090(8348)1692
野沢温泉シニアスキー教室 
日時 2月17日(金)午後8時～20日(月)午後7時30分
会場・宿泊施設 野沢温泉スキー場くつ

ろぎの宿池元(長野県下高井郡野沢温泉村豊郷9603) ☎0269(85)2209
対象 都内在住の60歳以上、17名
費用 4万3,000円(3泊5食・講習費・往復バス代)
主催・申込み 往復はがき・電子メールに7面記入例のとおり記入し、2月2日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
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・☎fukufukanoyuki@yahoo.co.jp

新宿NPO活動基礎講座

●ファシリテーション講座
日時 2月18日(土)午後1時30分～5時30分
対象 社会貢献活動・NPOで活動している方、20名
内容 多様な人々が参加する話し合いの場、スムーズな組織運営の進行を促す方法
費用 2,000円(資料代等)

申込み 1月27日(金)から電話かファックス・電子メール(7面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着順。オンライン受講もできます。詳しくは、お問い合わせください。
問合せ 新宿NPO協働推進センター(高田馬場4—36—12) ☎(5386)1315・☎(5386)1318・☎hiroba@s-nponet.net

ささえーる 薬王寺の講座

①男のおつまみ講座(男性対象)
日時・定員 2月16日(土)午後2時～4時(6名)
内容 大根でおつまみを作る
②パソコン講座
日時・定員 2月24日(金)午後1時30分～3時(5名)
内容 画像入りチラシの作成
③ストレッチ3B(さんびー)体操
日時・定員 2月24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、各回14名)

区の会計年度任用職員等を募集します

任用期間は4月1日～令和6年3月31日です(交通費支給。上限あり)。いずれも勤務内容・報酬・申し込み方法等詳しくは、各申し込み先等で配布する募集案内や新宿区ホームページ(右二次元コード)でご案内しています。



商工相談員

対象 中小企業診断士、公認会計士または税理士の資格をお持ちの方、1名
勤務日時 原則として月～金曜日のうち週4日、午前9時～午後4時
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接

木工相談員

申込み 所定の申込書等を2月10日(金)までに問合せ先へ。
勤務場所・問合せ 産業振興課産業振興係(B1Z新宿、西新宿6—8—2) ☎(3344)0702

高齢者福祉相談員

対象 社会福祉士・保健師・看護師・主任介護支援専門員のいずれかの資格をお持ちで、地域包括支援センター等で高齢者相談の実務経験が1年以上ある方、若干名
勤務日時 原則として月～金曜日のうち週4日、1日7時間30分(午前8時30

保健師

分～午後5時)
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接
申込み 所定の申込書等を2月9日(木)までに問合せ先へ。
勤務場所・問合せ 高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階) ☎(5273)4593

新型コロナウイルス感染症対策業務専門員

対象 保健師または看護師の資格をお持ちの方、若干名
勤務日時 原則として月～金曜日のうち週4日、1日7時間30分(週30時間)
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接

保健師

申込み 所定の申込書等を2月10日(金)までに問合せ先へ。
勤務場所・問合せ 保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859

柏木地区コミュニティ推進員

対象 地域のコミュニティ活動に理解があり、パソコン(ワード・エクセル・パワーポイント等)ができる方、1名
勤務日時 原則として月～金曜日の午前9時～午後4時または午前10時～午後5時

保健師

選考 ▶1次…書類、▶2次…面接
申込み 所定の申込書等を2月15日(水)午後5時までに問合せ先へ。
勤務場所・問合せ 柏木特別出張所(北新宿2—3—7) ☎(3363)3641

内容 ボール・ペル・ペルター(3B)の補助具を使い、音楽に合わせてストレッチ

④ささえーる歌声広場

日時・定員 2月28日(火)午前10時～11時30分(8名)

内容 ハミングや歌による嚙下機能等の促進とリズム活動をととした身体機能のトレーニング
……………<①～④共通>……………

対象 区内在住の方

申込み 2月3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(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)

ビジネス情報支援講演会

●女性の働き方
～お悩み解決には図書館を
課題解決のための図書館の便利な使い方の動画を、区公式YouTubeチャンネル「新宿区チャンネル」(右上二次

元コード)で配信しています。
配信期間 2月28日(火)まで
問合せ 中央図書館☎(3364)1421



新宿プロGRESSリーグ卓球大会

日時 2月28日(火)午前9時～午後6時
会場 新宿スポーツセンター(大久保3—5—1)
対象 区内在住・在勤の15歳以上、210名(中学生不可)
内容 1ブロック6～7名の男女別・ランク別(上級・中級・初級)シングルス
費用 1,200円(保険料含む)
申込み 往復はがきに7面記入例のほか全員分(複数名での申し込みの場合)の性別・年齢・ランクを記入し、2月2日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
主催・問合せ 新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折(〒160-0011 若葉2—6—2) ☎090(2622)8752

女性の健康支援員①・②

対象 保健師・看護師・助産師いずれかの資格をお持ちで、パソコン(ワード・エクセル等)ができる方、各1名
勤務日時 ▶①原則として月～金曜日のうち週4日、午前8時30分～午後5時15分の間で、1日7時間30分(週30時間)、▶②原則として月～金曜日のうち

週1日、1日6時間
選考 ▶①1次…書類・論文、2次…面接、▶②1次…書類、2次…面接
申込み 所定の申込書等を1月31日(火)までに問合せ先へ。
勤務場所・問合せ 四谷保健センター(四谷三栄町10—16) ☎(3351)5161

精神障害者相談支援員

対象 精神保健福祉士の資格をお持ちで、精神障害者支援の実務経験がある方、若干名
勤務日時 原則として月～金曜日のうち週4日、午前8時30分～午後5時15分の間で、1日7時間30分(週30時間)
勤務場所 保健予防課または牛込保健

センター(矢来町6)
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接
申込み 所定の申込書等を2月10日(金)までに問合せ先へ。
問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862

診療放射線技師

対象 診療放射線技師の資格をお持ちで、パソコン(ワード・エクセル)ができる方、1名
勤務日時 原則として月～金曜日のうち週4日(月・水・金は必須)、午前8時30分～午後5時
勤務場所 保健予防課、区保健所健診会場

(西新宿7—5—8、新宿都税事務所1階)
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接
申込み 所定の申込書等を2月10日(金)までに問合せ先へ。
問合せ 保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859

保健衛生業務員①・②

対象 ▶①保健師・助産師・看護師のいずれかの資格をお持ちで、パソコン(ワード・エクセル等)ができる方、1名
▶②歯科衛生士の資格をお持ちで、パソコン(ワード・エクセル等)ができる方、1名
勤務日時 ▶①原則として月～金曜日のうち週1日、1日6時間
▶②原則として月～金曜日のうち週3日、午前8時30分～午後5時15分のうち4時間(1週間で12時間または4週間

で48時間)
勤務場所 ▶①牛込保健センターほか、▶②四谷保健センターほか
選考 ▶1次…書類・論文、▶2次…面接
申込み 所定の申込書等を▶①は2月3日(金)まで、▶②は1月31日(火)までに問合せ先へ。
問合せ ▶①牛込保健センター(矢来町6) ☎(3260)6231、▶②四谷保健センター(四谷三栄町10—16) ☎(3351)5161

箱根山駅伝大会2023

●参加チームを募集
東京23区内(山手線の内側)で標高が一番高い箱根山を周回し、5人1チームでたすきをつなぐ駅伝大会です。正午から開会式を行います。
日時 3月12日(日)正午～午後3時30分
コース等 東戸山小学校(戸山2—34—2)をメイン会場とする戸山公園内の箱根山を周回するコース(1周約1,200m)
対象 区内在住・在勤・在学の5人で編成するチーム、▶若松地区町会・自治会の部…16チーム、▶一般の部…20チーム、▶小学生の部…20チーム
費用 一般の部のみ1チーム5,000円(中学生のみのチーム3,000円)
申込み 所定の申込書を2月1日(火)～17日(金)午後4時に直接、若松町特別出張所(若松町12—6)へお持ちください(郵送・ファックス不可)。
問合せ 同センター(3232)0171(午前9時～午後10時)

