

くらし	2面	子ども・教育	4面
福祉	3・4・5面	▶4月から高校生等への医療費を助成します	
▶認知症になってもみんなで安心して暮らせるまちへ		保健・衛生	5・8面
▶ふれあい入浴証を発行します		▶産後ケア事業 デイサービス型とアウトリーチ型が始まります	

しんじゅくコール
土・日曜日、夜間もご案内
受付時間:午前8時~午後10時

☎ 3209-9999
FAX 3209-9900

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。

※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。

区主催のイベントは基本的な感染対策を講じて実施しています。感染対策へのご理解・ご協力をお願いします。最新の情報は新宿区ホームページ等でご確認ください。

春 桜に誘われて

saku sakura sansaku 咲くさくら 散策



春の訪れとともに、区内のあちこちで桜が花開きます。今号では、区内のおすすめの散策スポット5カ所を紹介。お出かけしてお気に入りの桜を探してみませんか。
問合せ みどり公園課みどりの係(本庁舎7階) ☎(5273) 3924・FAX(3209) 5595

1 新宿中央公園 (西新宿2-11)

ソメイヨシノ、タカトコヒガンザクラ等、数種類の桜が楽しめます

2 神田上水公園 (北新宿4-37)

ソメイヨシノのトンネルが続きます

3 外堀 (市ケ谷~飯田橋)

目の前で開く桜の並木が、土手の若草とともに目を楽しませます

4 妙正寺川 (西落合公園付近)

西武新宿線新井薬師前駅徒歩9分

5 神田川 (曙橋~仲之橋)

都電荒川線面影橋停留場・早稲田停留場徒歩1分
東京メトロ東西線早稲田駅徒歩15分

桜の見どころパンフレット
新宿さくらMAP
を配布しています

文化観光課、特別出張所、新宿観光案内所(新宿3-37-2)等で配布しているほか(数に限りあり)、新宿区ホームページにも掲載していますので、ご活用ください。
問合せ 文化観光課文化観光係(第1分庁舎6階) ☎(5273) 4069・FAX(3209) 1500

3月22日(水)から **4・5** では夜のライトアップも行います
LEDライトで照らされた、昼とは違う夜桜の美しさをお楽しみください。
日時 3月22日(水)~4月上旬午後6時~9時(桜の開花状況に合わせて変更の場合あり)

近隣の方のご迷惑となりますので、飲食や大声を出す等の行為はご遠慮ください。

コラム 新宿の未来のために

▼3月は小学校や中学校をはじめ、高校、大学等で卒業式が行われます。卒業される皆さんの中には、進学や就職等、新たな道に進まれる方も多いと思います。4月からの生活に希望や不安、緊張など色々な想いがあると思いますが、新たなステージでの活躍を祈っています。保育園や幼稚園、小学校、中学校で卒業・卒業を迎えられるお子さんには、国や東京都の方針を踏まえ、原則として、式典にお子さんへのマスクの着用を求めないことにしました。一生に一度の卒園式・卒業式では、同級生や教職員の間、表情を見ながら「おめでとう」を願っています。

▼寒さも和らぎ、春らしい陽気となってきました。区内には、桜を楽しめる場所が数多くあります。また、今年度は妙正寺川(西落合公園付近)と神田川(曙橋から仲之橋まで水辺のライトアップを実施します。桜の見所については、新宿さくらMAPを作成し、紹介しています。MAPを活用いただき、お楽しみいただければと思います。

▼3月11日で東日本大震災から12年が経過しました。震災によってお亡くなりになった方々とそのご遺族の皆さん、被災されたすべての皆さんに改めてお見舞い申し上げます。被災地では現在も、復興に向けたさまざまな努力が続けられています。区では、福島県、宮城県、岩手県内の自治体に延べ186人の職員を派遣する等、復興に向けた支援を行ってまいりました。今後も、被災地の自治体からの要請に基づき、支援を続けていきたいと考えています。また、今年の9月1日で関東大震災から100年になります。首都直下地震など、区にも大きな被害が想定される大地震が、近い将来発生すると言われています。東日本大震災等のこれまでの災害の教訓を活かしながら、災害予防や応急対策、復旧等の災害対策を進めていきます。皆さんも、停電や断水に備えて備蓄をする等、災害への備えを進めていただきますようお願いいたします。

▼新宿区サッカー協会の代表チームであるクリアソン新宿が、4月9日に国立競技場でホーム試合を行います。JFL挑戦2年目となります。今シーズンの幸運のいいスタートが切れるよう、スタジアムに足を運んでいただき、応援をよろしくお願いします。

区長 古住 健一

令和5年度 協働推進基金 助成事業を募集

区の地域課題や社会的課題の解決を目的としたNPO等団体の活動に助成します

区は、地域課題や社会的課題を解決し、区民の生活をよりよくするために、NPO等の団体が行う事業活動を支援します。

■募集概要

対象 NPO法人・ボランティア活動団体等営利を目的としない団体による、区の地域課題や社会的課題の解決を目的とした社会貢献活動

助成額 助成対象経費の3分の2(1事業につき50万円を限度)

選考等 ▶1次…書類(5月上旬)、▶2次…公開プレゼンテーション(5月下旬)

申込み 事前連絡の上、4月3日(月)～17日(月)に所定の申請書等を郵送(必着)または直接、問合せ先へ。

※要件・助成額等詳しくは、募集要項をご覧ください。申請書・募集要項は問合せ先で配布しているほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。



■オンライン説明会(Zoom)を開催

申請書の記載方法、必要書類等の説明会をウェブ会議ツール「Zoom」で開催します。申請予定の団体は、ご参加ください。また、説明会に併せて講演会も実施します(説明会の内容はいずれも同じ)。

日時・内容 ▶①3月28日(火)午後2時～4時…説明会・講演会「一般事業助成にチャレンジ!～申請 & 評価のポイント解説」(講師は関口宏聡/NPO法人セイエン代表理事)、▶②3月30日(木)午後6時30分～8時30分…説明会・講演会「新宿をより豊かに～一般事業助成で新宿区の課題解決を」(講師は伊藤清和/元富士ゼロックス東京(株)CSR部社会貢献推進グループ)

申込み ▶①は3月27日(月)午後5時まで、▶②は3月29日(水)午後5時までに電話かファックス(5面記入例のほか団体名・参加希望回(①②の別)を記入)で問合せ先へ。

問合せ 地域コミュニティ課管理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎1階) ☎(5273)3872・FAX(3209)7455

●過去の助成事業



▲地域交流で災害弱者をなくすための活動に助成(多文化共生型 災害に強い地域づくり)



▼食で地域の多世代をつなぐ活動に助成(えんがわ菜園・家族食堂)



コンビニ交付サービスで各種証明書が取得できます

マイナンバーカードをお持ちの方は、お近くのコンビニ等で下表の証明書を取得できます。

証明書の種類	請求できる内容
住民票の写し(除かれた住民票の写しを除く)	本人・同一世帯の方のもの
印鑑登録証明書	印鑑登録をしている本人のもの
特別区民税・都民税課税(非課税)証明書 特別区民税・都民税納税証明書(申告等により税情報がある方のみ)	現年度と過去3年度分

利用時間 午前6時30分～午後11時(年末年始を除く)

利用できる店舗 キオスク端末(マルチコピー機)を設置している全国のコンビニエンスストアほか

証明書交付手数料 各証明書1通につき200円

※区の窓口よりも100円安く取得できます。

問合せ ▶住民票の写し・印鑑登録証明書・マイナンバーカードの申請方法…戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601

▶税に関する証明書…税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139

まちなみ推進 ごみ減量・リサイクル功労者を表彰



1月20日、下記の方々を表彰しました。

●まちなみ推進の部(順不同、敬称略)

▶伊藤雅昭(百人町東町会理事)、▶市川まさ子(百人町東町会)、▶山口芳雄(鶴巻東町会厚生部長)、▶桐生清人(鶴巻東町会相談役)、▶松村美沙子(改代町町会)、▶星野元貴(西新宿角三町会防犯・交通部長)



▲まちなみ推進の部

●事業者の部(敬称略)

早稲田大学

●集団回収の部

下記のほか、活動が5年以上の団体に感謝状を贈呈しました。

(個人50音順、団体登録番号順、敬称略)

活動が10年以上の個人 ▶長谷川千鶴恵(市谷台町町会)、▶牧野瑞子(鶴巻西町会)、▶松井将(都営百人町3丁目2号棟会)、▶三上美智子(一二三の会)、▶山田弘敏(戸塚町4丁目南町会)

活動が10年以上の団体 ▶赤城下町町会、▶高田馬場町会、▶中落合三丁目辻町会、▶ライオンズマンション新宿原町管理組合、▶若三リサイクル委員会

問合せ 新宿清掃事務所事業係

☎(3950)2962



▲事業者の部



▲集団回収の部





くらし

①第三次環境基本計画 ②一般廃棄物処理基本計画を改定

計画の改定にあたり、パブリック・コメント(意見公募)や地域説明会でお寄せいただいたご意見を参考にしました。たくさんのご意見をいただきありがとうございました。各計画書等は、問合せ先・新宿清掃事務所(下落合2-1-1)・環境学習情報センター(西新宿2

-11-4)・リサイクル活動センター・区政情報課(本庁舎3階)・区政情報センター(本庁舎1階)・特別出張所・区立図書館で閲覧できるほか、新宿区ホームページでもご覧いただけます。

問合せ ▶①環境対策課環境計画係 ☎(5273)3763、▶②ごみ減量リサイクル課ごみ減量計画係 ☎(5273)3318(いずれも本庁舎7階)

自転車等の利用と駐輪対策に関する総合計画を改定

計画の改定にあたり、パブリック・コ

メント(意見公募)でお寄せいただいたご意見を参考にしました。たくさんのご意見をいただきありがとうございます。計画書等は、問合せ先・区政情報課(本庁舎3階)・区政情報センター(本庁舎1階)・特別出張所・区立図書館で閲覧できるほか、新宿区ホームページでもご覧いただけます。

問合せ 交通対策課交通企画係(本庁舎7階) ☎(5273)4265

リサイクル講座



日時 4月14日(金)午後1時～4時

対象 区内在住・在勤の方、12名

内容 オリジナルエコバッグ作り

費用 200円(材料費等)

持ち物 古布(木綿地・ナイロン地)90cm幅×100cm程度、裁縫道具、筆記用具

共催 新宿環境リサイクル活動の会

申込み 往復はがきに5面記入例のとおり記入し、3月30日(必着)までに問合せ先へ。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)

認知症になっても みんなで安心して暮らせるまちへ

認知症は早めの気づき大切です

区では、認知症の方とご家族が安心して暮らせるように、相談・支援体制への取り組みや、地域で支える仕組みづくりを進めています。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・FAX(5272)0352

◆認知症に関する困りごとをサポートします

■高齢者総合相談センター(地域包括支援センター)

センター名	所在地	電話	ファックス
四谷	四谷三栄町10-16 四谷保健センター等複合施設4階	☎(5367)6770	FAX(3358)6922
笹塚	北山伏町2-12、あかね苑新館内	☎(3266)0753	FAX(3266)0786
榎町	市谷仲之町2-42、防災センター1階 (令和6年9月ごろまでの仮移転先)	☎(5312)8442	FAX(5312)8443
若松町	戸山2-27-2 戸山シニア活動館1階	☎(5292)0710	FAX(5292)0716
大久保	百人町2-8-13、Fiss1階	☎(5332)5585	FAX(5332)5592
戸塚	高田馬場1-17-20 区社会福祉協議会1階	☎(3203)3143	FAX(3203)1550
落合第一	中落合2-5-21、聖母ホーム内	☎(3953)4080	FAX(3950)4130
落合第二	上落合2-22-19 キャンパスエール上落合2階	☎(5348)8871	FAX(5348)8872
柏木	北新宿3-27-6 北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑)内	☎(5348)9555	FAX(5348)9556
角筈	西新宿4-8-35 西新宿シニア活動館3階	☎(5309)2136	FAX(5309)2137
新宿区役所	本庁舎2階(高齢者支援課内)	☎(5273)4593 ☎(5273)4254	FAX(5272)0352

受付時間(新宿区役所を除く) 月～土曜日午前9時～午後5時30分(年末年始を除く)
※新宿区役所高齢者総合相談センターは、月・水～金曜日午前8時30分～午後5時、火曜日午前8時30分～午後7時(祝日、年末年始を除く)に受け付けます。

◆介護している方を支援しています

■認知症介護者の学習会と交流会

認知症の方を介護しているご家族等が対象です。病気への理解や対応、介護に役立つ情報に関する講座のほか、介護者同士の交流の場としてもご利用ください。

4月の日時 19日(水)午前10時30分～12時

会場 西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)

対象 区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか、10名

内容 講座「介護者のための認知症の基礎知識」(講師は木原幹洋/鈴木医院医師)、介護者同士の交流会

申込み 3月17日(金)から電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係

◆医師が無料で相談をお受けしています

■認知症・もの忘れ相談

区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配のある方を対象に実施しています。

4月の日時 20日(木)午後2時30分～4時

相談医 新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医

申込み 3月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着4名。

会場・問合せ 戸塚高齢者総合相談センター

■認知症介護者相談

認知症の方の介護をする中で悩みを抱えている方を対象に、西新宿コンシェルジュクリニック精神科医師による相談を月1回実施しています。

4月の日時 10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

申込み 3月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着3名。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階) ☎(5273)4593

◆認知症の方と家族を地域で支えよう

■認知症サポーター養成講座

地域での支え合いの輪を広げるため、認知症の正しい知識などを学ぶ講座です(約90分)。受講した方には「認知症サポーターカード」(右図)を差し上げます。日程等は広報新宿後号や新宿区ホームページでお知らせします。認知症の方を地域で支える活動を希望する方には、講座修了後に認知症サポーター活動登録者になっていただきます。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係



◆認知症安心ガイドブックを ご存じですか

認知症の正しい理解や対応の仕方、区の医療・サービス等の情報を掲載した冊子です。令和5年度版は、4月から高齢者支援課・高齢者総合相談センター・特別出張所・区立図書館等で配布します。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係



ふれあい入浴証を発行します

60歳以上の方等を対象に、区内の公衆浴場(下表)を月4回無料で利用できる「ふれあい入浴証」を発行しています。令和4年度の入浴証をお持ちでない方は、申請が必要です。

対象 区内在住で次のいずれかに該当する方、▶60歳以上、▶身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを持っている、▶児童育成手当を受給し未就学児を扶養している

🔥令和4年度の入浴証をお持ちの方

令和5年度の入浴証を3月下旬から順次発送します(申請不要)。4月3日(月)までに届かない場合はお問い合わせください。

🔥初めて申請する方

住所・氏名等が分かるもの(健康保険証、障害者手帳、児童育成手当認定兼支払通知書等(児童扶養手当証書は不可))をお持ちの上、問合せ先または特別出張所で申請してください。

問合せ 地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階) ☎(5273)4567・FAX(6205)5083

区内の公衆浴場(19浴場)	
浴場名	所在地
鶴巻湯	早稲田鶴巻町533
竹の湯	改代町2
熱海湯	神楽坂3-6
第三玉の湯	白銀町1-4
弁天湯	余丁町5-1
大星湯	市谷台町18-3
塩湯	四谷三栄町1-3
柏湯	北新宿4-3-7
柳湯	市谷柳町25
金沢浴場	新宿7-22-11
東宝湯	新宿7-11-5
万年湯	大久保1-15-17
金泉湯	西早稲田2-16-20
世界湯	高田馬場3-8-31
松の湯	上落合3-9-10
三の輪湯	上落合3-31-2
福の湯	下落合4-25-10
ゆ〜ざ中井	中落合1-13-8
栄湯	西落合2-6-2

※渋谷区の羽衣湯(渋谷区本町3-24-20)も利用できます(利用者負担100円)。

福祉タクシー利用券を発送します

令和5年度の心身障害者福祉タクシー利用券(年額4万8,000円分)、車いす利用券、ストレッチャー利用券を受給している方に、3月17日(金)から、簡易書留で順次発送します。4月になっても届かない方は、お問い合わせください。

※福祉タクシー利用券は、受給者本人が使用できる券です(同乗は可)。

※3月31日(金)までに使用しなかった令和4年度(有効期限が令和5年3月31日まで)の利用券は問合せ先に郵送で返還してください。

問合せ 障害者福祉課経理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4520・FAX(3209)3441

★下記の方で、まだ申請がお済みでない方は申請が必要です

●心身障害者福祉タクシー利用券

対象 次のいずれかがある方、▶身体障害者手帳(肢体不自由(下肢・体幹・移動機能障害)1～3級、内部機能障害1～3級、視覚障害1～2級、平衡機能障害3級)、▶愛の手帳1～2度

●車いす利用券・ストレッチャー利用券

対象 次の全てに該当する方、▶移動に車いすやストレッチャーを利用している、▶身体障害者手帳(肢体不自由(下肢・体幹・移動機能障害)1～3級、内部機能障害1～3級、平衡機能障害3級)がある

申請方法 身体障害者手帳または愛の手帳をお持ちの上、障害者福祉課相談係(本庁舎2階) ☎(5273)4518・FAX(3209)3441で申請してください。

ささえーる 中落合の講座

①認知症予防説明会

講座②③に参加を希望する方は、本説明会の受講が必要です。

日時 4月14日(金)午前9時30分～11時30分

対象 区内在住の50歳以上、40名

内容 最新研究からの報告「なぜ、絵本の読み聞かせと囲碁で脳と地域を活性化なのか?」、専門家による読み聞かせの実演、囲碁の体験会

②囲碁で認知症予防と世代間交流～囲碁超入門講座

認知症予防のための囲碁実践講座です。



日時 4月21日～7月28日(5月5日を除く)の金曜日午前10時～11時30分、全14回

対象 ①を受講した、区内在住の50歳以上の囲碁未経験者、12名

③シニアの絵本読み聞かせ講座

認知症予防のための絵本読み聞かせの実践講座です。



日時 4月21日～7月28日(5月5日を除く)の金曜日(5月5日を除く)午前9時30分～11時30分、全14回

対象 ①を受講した、区内在住の50歳以上、24名

……<①②③共通>……

申込み ▶①は4月7日(金)までに電話で問合せ先へ。▶②③は①の説明会終了後、会場で申し込みを受け付けます。応募者多数の場合は抽選。

※②③は、4月21日(金)と7月28日(金)に健康調査、全日程修了後にフォローアップ講座があります。

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)

ささえーる 薬王寺の講座

①男性向けアンチエイジング講演会

日時 4月17日(月)午後2時～3時45分
会場 牛込笹笠地域センター(笹笠町15)

対象 区内在住の方、40名

内容 加齢と男性ホルモンの関係、いつまでも若々しくいるためにできること

講師 松下一仁(右写真。順天堂大学医学部泌尿器科学講座准教授)



②人生100年時代、これからはおもしろい!退職後の生き方塾

日時 5月10日・17日・24日、6月7日・14日・21日の水曜日午前9時30分～11時30分、全6回

会場 西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)

対象 区内在住のおおむね55歳以上、20名

内容 定年後の時間を充実させる

ための健康・教養・社会貢献を考える

講師 NPO法人男女共同参画おおた

③男の筋力アップ講座

「ダンディエクササイズ」

日時 5月11日～8月10日の木曜日午後1時～3時、全14回(うち4回は会場で自主活動)

会場 ささえーる 薬王寺(市谷薬王寺町51)

対象 区内在住の男性、9名

内容 筋力アップのトレーニング

講師 郷間正典(介護予防主任運動指導員)

……<①②③共通>……

申込み ▶①は4月4日(火)まで、▶②③は4月24日(月)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

問合せ ささえーる 薬王寺 ☎(3353)2333(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

宝塚大学の学生が制作した 健康づくりポスターを展示しています

地域連携の取り組みの一環で、宝塚大学東京メディア芸術学部1年生の皆さんが制作した健康づくりがテーマのポスターを展示しています。

※区と同学部は、平成29年に区民の健康づくりの推進を目的に協定を締結し、相互に協力した取り組みを行っています。

▶同展示ポスター

展示期間 3月24日(金)まで

会場 新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)

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



子ども医療費助成の対象年齢を拡大します

4月から高校生等への医療費を助成します

対象 新宿区に住民登録があり、15歳に達する日以後の最初の3月31日を経過し、18歳に達する日以後の最初の3月31日までにある、日本の健康保険制度に加入しているお子さん

助成範囲 令和5年4月1日以降の保険診療の自己負担分・食事療養標準負担額 ※所得制限はありません。

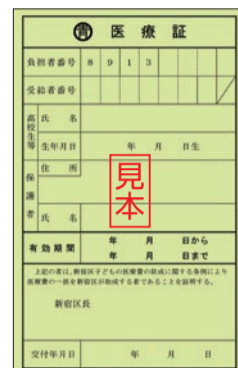
◆高校生等医療証(マル青)を3月17日に発送します

3月中に届かない場合はお問い合わせください。

発送対象 ▶平成19年4月2日～20年4月1日生まれ(新高校1年生相当年齢の方)で子ども医療証をお持ちの方(申請不要)

▶平成17年4月2日～19年4月1日生まれ(新高校2・3年生相当年齢の方)で2月15日までに申請した方

※新高校2・3年生相当年齢の方は、下記のとおり申請が必要です。申請は随時受け付けています。 ▲高校生等医療証(マル青)



●申請がお済みではない方はお早めに申請を

申請方法 所定の申請書を郵送または直接、問合せ先・特別出張所へ。申請書は新宿区ホームページから取り出せます。マイナポータルでの申請方法等詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。

 HPで詳しく



問合せ 子ども家庭課子ども医療・手当係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4546

高遠城址公園さくら祭り2023を開催

 イベント

友好提携都市・長野県伊那市の高遠城址公園は「天下第一の桜」と呼ばれ、「日本さくら名所100選」に選ばれています。園内には、約1,500本のタカトオコヒガンザクラ(※)があり、満開時には一面ピンク色の景色が広がります。



※ソメイヨシノより小ぶりで赤みが強い花が特徴の桜です。

会場 高遠城址公園(長野県伊那市高遠町東高遠)

公園入園料 ▶高校生以上は500円(20名以上の団体は1名400円)

▶小・中学生は250円(20名以上の団体は1名200円)

▶未就学児は無料

駐車料金 ▶普通車…1,000円、▶2輪車…500円

アクセス ▶自動車…中央自動車道諏訪インターから国道152号で50分または小黒川スマートインターから伊那市街地経由で25分

▶鉄道…新宿駅からJR中央本線・飯田線で伊那市駅へ約3時間30分、徒歩2分で伊那バスターミナル(★)へ

▶高速バス…バスタ新宿から約3時間25分で伊那バスターミナル(★)へ

★伊那バスターミナルからJRバスで高遠駅へ25分、高遠駅から徒歩20分(循環バスあり)

問合せ ▶伊那市観光協会(伊那市役所内) ☎0265(96)8100

▶伊那市高遠町観光案内所 ☎0265(94)1745

HP <https://takato-inacity.jp/2023/>

※新宿区と伊那市の交流については、区文化観光課文化観光係(第1分庁舎6階) ☎(5273)4069へ。

 HPで詳しく



▲開花情報等詳しくはこちら

区と協働で

男女共同参画に関する情報誌の制作や講座を開催しませんか

問合せ 男女共同参画課

(〒160-0007荒木町16、ウィズ新宿)

☎(3341)0801(日曜日、祝日を除く)

◆男女共同参画情報誌「ウィズ新宿」編集委員を募集

編集の基礎を編集の専門家から学びながら、男女共同参画に関する情報や区の取り組みなどを紹介する情報誌「ウィズ新宿」を区と協働で作りませんか。

※同誌バックナンバーは新宿区ホームページで閲覧できます。

制作期間 4月～12月

会場 男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒木町16)

※オンラインで開催する場合があります。

対象 区内在住・在勤・在学の18歳以上で、下記編集講座・編集会議に毎回出席でき、ワードで文章作成ができる方ほか、7名程度

●主な活動日時・内容

男女共同参画の基本的な知識・視点、情報誌の役割や企画の立て方、取材方法、文章の書き方等を学びます。

▶編集講座…5月13日(土)・27日(土)午前10時～午後3時、全2回

▶編集会議…6月10日(土)・24日(土)、7月15日(土)、8月5日(土)・26日(土)、9月16日(土)

午前10時～12時、全6回

※託児があります(未就学児)。

※日時は変更になる場合があります(交通費等は各自負担)。

申込み 所定の応募用紙を4月7日(金)までに郵送(必着)または直接、問合せ先へ。選考の上、応募者全員に結果を4月28日(金)までに郵送でお知らせします。

募集要項・応募用紙は問合せ先・特別出張所・地域センター・区立図書館等で3月17日(金)から配布するほか、新宿区ホームページ(右上二次元コード)からも取り出せます。



▲「ウィズ新宿142号(令和4年12月発行)」

HPで詳しく



▲編集委員募集

◆男女共同参画をテーマに

区と協働で講座を開催する団体を募集

ウィズ新宿と連携して講座を開催しませんか。

※講師への謝礼が必要な場合は、区が基準に基づいて負担します。

募集期間

4月1日(土)～12月15日(金)

募集団体 区内で継続的に活動し、構成員(10名以上)の半数以上が区内在住・在勤の非営利団体

対象講座 次の全てに該当する講座

▶令和6年3月25日(月)までに対面またはYouTube配信等のオンラインで実施

▶男女共同参画をテーマとする

▶団体の構成員以外も受講できる

▶営利・宗教・政治目的でなく、受講料を徴収しない

申込み 電話連絡の上、所定の申請書を講座実施希望日の3か月前までに直接、問合せ先へ。申請書は問合せ先で配布しているほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。

HPで詳しく



▲連携講座募集



福祉



おてがる体力確認会



年度内1人に付き1回まで参加できます。令和5年度5月以降の日程は、広報新宿後号等でお知らせします。

持ち物等詳しくは、後日、参加者に郵送でご案内します。

日時 4月26日(水)

▶第1部…午後1時30分～2時45分

▶第2部…午後3時15分～4時30分

※先着の方を優先に、各部希望時間は振り分け時の参考とします。

会場 戸山シニア活動館(戸山2-27-2)

対象 区内在住の65歳以上で、医師から運動を禁止されていない方、各部18名

内容 運動能力測定、介護予防体操の紹介ほか

申込み 3月17日(金)～4月18日(火)に電話で問合せ先へ。

問合せ 地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568

全世代向けの多彩なイベント



オンデマンド・コンサート



●クラリネットの愉しみ

区公式YouTubeチャンネル「新宿区チャンネル」(右二次元コード)。

HP <https://youtu.be/gLLz7olYq0c>



で動画を配信しています。

配信期間 10月31日(火)まで

内容 クラリネットの名曲の演奏(出演は高橋大海)、解説

問合せ 中央図書館 ☎(3364)1421

はじめてのおしばい



●はるなつあきふゆあそびあそび

YouTubeで動画を配信(35分程度)します。新宿区ホームページ(右二次元コード)に動画ページのリンクを掲載します。



配信期間 3月17日(金)午前9時～27日(月)午後4時

内容 ベイビーシアター(出演は民族芸能アンサンブル若駒)

問合せ 文化観光課文化観光係(第1分庁舎6階) ☎(5273)4069

四谷まち歩き



●外堀の桜鑑賞と

四谷見附界限

日時・集合場所等

4月1日(土)午前9時

45分に東京メトロ

南北線市ヶ谷駅市谷八幡方面改札出口付近集合、正午ころ四ツ谷駅付近で解散(雨天決行)

費用 100円

申込み 3月17日(金)～31日(金)に電話で問合せ先へ。先着15名。

問合せ 四谷地区協議会(四谷特別出張所内) ☎(3354)6171



スポーツ



硬式テニス・混合ダブルス大会



日時 4月16日(日)午前9時～午後5時

会場 甘泉園公園庭球場(西早稲田3-5)

対象 区内在住・在勤で18歳以上の男女ペア、28組

内容 6ゲーム先取1セットマッチ

費用 1組3,000円(保険料別)

持ち物 ボール1缶

申込み 往復はがきに5面記入例のほかパートナーの氏名、全員の年齢を記入し、3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 区硬式テニス連盟・篠田康美(〒162-0052戸山2-33-1231) ☎090(3812)8603



傍聴できる審議会



住宅まちづくり審議会

日時 3月30日(休)午後1時30分～2時30分

会場 区役所本庁舎5階大会議室

内容 マンション管理適正化推進計画ほか

申込み 傍聴を希望する方は、事前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。

問合せ 住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5273)3567・FAX(3204)2386

保健・衛生



ぜん息児向け体力づくり教室



①こども健康水泳教室

日時 5月30日～6月30日の火・金曜日

午後4時～6時、全10回

対象 区内在住で気管支ぜん息の診断を受けている小学1～3年生、30名

②親子ぜん息デイキャンプ

日時 6月18日(日)午前9時～12時

対象 区内在住で気管支ぜん息の診断を受けている小学1～3年生のお子さん

と保護者、20組40名

内容 ぜん息の学習会、ダンス教室ほか

……………<①②共通>……………

会場 新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)

申込み 4月3日(月)～21日(金)に電話で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みます。

問合せ 健康政策課公害保健係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3048



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

(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)
※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。



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

3月26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。

※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)が必要です。

▶マイナンバーカード(個人番号カード)の交付・届出等

▶公的個人認証(電子証明書の発行等)

▶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)のみです。

▶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対象です。

問合せ 税務課収納管理係(本庁舎6階) ☎(5273)4139

国民健康保険料の納付相談を実施します

やむを得ない理由で納付が困難な場合は、分割納付もできます。この機会にご相談ください。納付や電話での相談も受け付けます。

開設時間 午前9時～午後5時(受け付けは午後4時30分まで)

開設場所・問合せ 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ます。

開設日時 4月8日(土)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

区民のひろば

▼費用・申込み・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★

◆吹奏楽団クリア・オーケストラ・カンパニー「THE CONCERT 2023」 3月21日(祝)午後2時から、新宿文化センターで。プロとアマチュアのアンサンブル。▼前売り2,000円、当日2,500円。☎事前に電話で。先着1,300名。☎午後6時以降に同楽団・小倉 ☎080(3175)0962

◆聴覚ボランティア・自分の生き方講座(聴覚から人との関わり方を学ぶ) 4月13日(木)午後1時～3時、東京ボランティア市民活動センター(神楽河岸1)で。講師は末松渉(東京いのちの電話理事長)。▼1,000円。☎4月7日(金)までに電話で。先着15名。☎火～金曜日午前10時30分～午後4時30分にNPO法人東京コミュニティカレッジ ☎(5371)0743

◆太極拳・始める前のお試し講座 4月5日(水)・9日(日)午前10時～11時、西戸山生涯学習館で。体を大きく柔らかく使い全身の可動域を広げる。初心者・高齢者歓迎。▼無料。☎当日直接、会場へ。☎西戸山太極拳歩の会・長谷川 ☎(3951)1788

4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。

Table with columns: 相談名, 実施日時, 相談場所, 問合せ. Includes categories like 区民相談, 法律相談, 福祉サービス, etc.

症状・感染予防・受診等・ワクチンについて

▶詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)でもご覧いただけます。
▶新宿区ホームページは外国語でも閲覧できます。



内容	相談先	電話・ファックス等
発熱、咳・痰、味覚・嗅覚異常、全身倦怠感等の症状がある方の相談	《新宿区》発熱等電話相談センター(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時) 《東京都》発熱相談センター	☎(5273)3836・FAX(5273)3820 ☎(5320)4551・☎(5320)4411 ☎(5320)4592・☎(6258)5780
新型コロナの発生届の対象とならない方への申請手続き・健康観察等のサポート	《東京都》陽性者登録センター専用コールセンター	☎0570(080)197
発熱等の症状がある方への医療機関案内 ※医療機関案内のみ。症状等の相談は、上記各相談センターへ。	《東京都》発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル	☎(5320)4327 ☎(5320)5971 ☎(5320)7030
新型コロナに関する一般的な相談(症状はないが心配、予防方法など)	《新宿区》新型コロナウイルス電話相談センター(後遺症の相談含む) (土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時)	☎(5273)3836 FAX(5273)3820
	《東京都》新型コロナ・オミクロン株コールセンター(一般電話相談)(午前9時～午後10時)	☎0570(550)571
	《厚生労働省》電話相談窓口(午前9時～午後9時) 《東京都・LINE相談》新型コロナ対策パーソナルサポート@東京	☎0120(565)653 HPhttps://lin.ee/dCynj8n
【多言語の医療機関案内サービス】 【聴覚障害のある方向け】症状・予防など	《東京都》保健医療情報センター「ひまわり」(午前9時～午後8時) 《東京都》新型コロナウイルス感染症相談窓口	☎(5285)8181 FAX(5388)1396
【妊産婦の方向け】症状・予防など	《東京都》妊娠相談ほっとライン(午前10時～午後10時) 《東京都》オンライン助産師相談(月・水・金・土曜日午前10時～午後5時)	☎(5339)1133 HPhttps://coubic.com/jmat/834046
【外国人向け生活相談】	《東京都》東京都多言語相談ナビ(TMC Navi)(土・日曜日、祝日等を除く午前10時～午後4時)	☎(6258)1227
【接待を伴う飲食店等の従業員と利用者向け】 店舗での感染防止対策や症状が出た際の対応	《東京都》もしサポコールセンター(午前9時～午後10時)	☎0570(057)565
ワクチン接種予約・会場、接種券の発送、 ワクチン接種証明書の発行など	《新宿区》新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター (午前8時30分～午後7時)	☎(4333)8907・☎0570(012)440 FAX050(3852)1343
ワクチン接種後に医学的知見が必要となる専門相談 ワクチンの有効性や安全性など	《東京都》新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター 《厚生労働省》新型コロナワクチンコールセンター(午前9時～午後9時)	☎(6258)5802 ☎0120(761)770

経済支援について



内容	相談先	電話・ファックス
東京都出産応援事業	《新宿区》子ども家庭課子ども医療・手当係(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	☎(5273)4546・FAX(3209)1145
個人向け 傷病手当金 ※支給適用期間は5月7日まで	▶①国民健康保険…《新宿区》医療保険年金課国保給付係(午前8時30分～午後5時) ▶②後期高齢者医療制度…《東京都》後期高齢者医療広域連合(午前9時～午後5時) ※いずれも土・日曜日、祝日等を除く。	①☎(5273)4149・FAX(3209)1436 ②☎0570(086)519・IP電話等☎(3222)4496
休業支援金・給付金	《厚生労働省》新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金コールセンター(午前8時30分～午後8時、土・日曜日、祝日は午後5時15分まで)	☎0120(221)276
住居確保給付金	《新宿区》生活支援相談窓口(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	☎(5273)3853・FAX(3209)0278
企業向け 中小企業の相談・支援	《新宿区》産業振興課産業振興係(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時) ※商工相談(予約制)は午前9時～午後4時	☎(3344)0701・FAX(3344)0221
業態転換支援 ※申請期限は3月31日(金)(消印有効)	《東京都》東京都中小企業振興公社業態転換事務局(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後4時30分)	☎(6260)7027
雇用調整助成金	《厚生労働省》雇用調整助成金コールセンター(午前9時～午後9時)	☎0120(603)999
小学校休業等対応助成金・支援金	《厚生労働省》小学校休業等対応助成金・支援金コールセンター(午前9時～午後9時)	☎0120(876)187

区税・保険料の納付等について

内容	相談先	電話・ファックス
特別区民税・都民税、軽自動車税の納付相談	《新宿区》税務課納税係(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	☎(5273)4534・FAX(3209)1460
国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料の減免 ※申請期限は3月15日(必着)	《新宿区》保険料減免担当(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時)	☎(5273)4189・FAX(3209)1436
国民年金の特例免除・学生納付特例	《新宿区》医療保険年金課年金係(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	☎(5273)4338・FAX(3209)1436
	《新宿年金事務所》(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時15分)	☎(6278)9311・FAX(6278)9320
区立住宅使用料等の減免	《新宿区》住宅課区立住宅管理係(土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	☎(5273)3787・FAX(3204)2386
新型コロナの影響で経済支援等を受ける際に必要な各種証明書(課税・非課税・納税証明、住民票等)の事務手数料の免除	《新宿区》①戸籍住民課住民記録係 ②税務課収納管理係 (いずれも土・日曜日、祝日等を除く午前8時30分～午後5時)	①☎(5273)3601・FAX(3209)1728 ②☎(5273)4139・FAX(3209)1460

区関連・官公署情報

消費税の確定申告はお早めに

●個人事業者の消費税・地方消費税の申告・納税は3月31日まで
確定申告書はご自宅からスマホ・パソコンで作成・送信できます。詳しくは、国税庁ホームページ(上二次元コード。HPhttps://www.nta.go.jp/)をご覧ください。
●10月1日から「インボイス制度」が始まります
税務署では説明会を実施しています。詳しくは、国税庁ホームページ「インボイス制度特設サイト」(右二次元コード。

HPhttps://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/zeimokubetsu/shohi/keigenzeiritsu/invoice.htm)をご覧ください。

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

新宿御苑 入園の事前予約制

●桜の時期は入園に予約が必要
混雑緩和のため、下記日程の入園には予約が必要です。詳しくは、同園ホームページ(HPhttp://www.env.go.jp/garden/shinjukugyoen/)をご覧ください。
予約が必要な日程 3月21日(祝)・25日(土)・26日(日)・31日(金)、4月1日(土)・2日(日)・8日(土)・9日(日)
問合せ 同園☎(3350)0151(午前9時～午後6時)

アートとハンドメイドの祭典「グラフィカリエ」

●独自の世界観で作品を制作している作家が大集合
日時 3月30日(木)～4月3日(月)午前11時～午後6時30分
会場 ヒルトピア アートスクエア(西新宿6-6-2、ヒルトン東京地下1階)
内容 ミニチュア作品の展示ほか
後援 新宿区
問合せ グラフィカリエ実行委員会☎090(7345)8864(月～金曜日午後1時～5時)

新宿まちなかサロン

日時・内容 4月12日(水)・26日(水)、5月10日(水)・24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 3月17日(金)から電話かファックス・電子メール(5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)・FAX(5386)1318・Ehiroba@s-nponet.net

産後ケア事業

4月1日
から

デイサービス型(通所型)と
アウトリーチ型(訪問型)が始まります

区は、産後ケア事業について、これまで行ってきたショートステイ型(宿泊型)に加えて、4月から、お母さんと赤ちゃんが日帰りで支援施設に通うデイサービス型(通所型)と、助産師が自宅を訪問するアウトリーチ型(訪問型)を新たに開始します。詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。

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・FAX(5273)3930

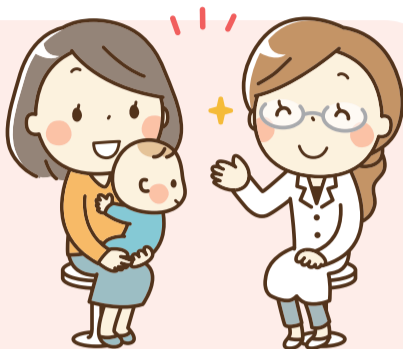


HPで詳しく

●産後ケア事業とは

出産後、育児について相談できる人が身近にいないお母さんや、心身不調や育児不安があるお母さんと赤ちゃんを支援する事業です。

産後に、お母さんと赤ちゃんが、健康状態の確認や授乳のアドバイス、沐浴の練習、育児相談などを受けられます。



●産後ケアの種類(★…4月1日から開始分)

ショートステイ型…支援施設(病院や助産院)に宿泊して産後ケアを受ける

★デイサービス型…支援施設(病院や助産院)に通って産後ケアを受ける

★アウトリーチ型…自宅に訪問した助産師により産後ケアを受ける

●対象

下記の全てに該当する方

- ▶お母さん・赤ちゃんともに区に住民登録がある
- ▶産後のお母さんの体調不良や育児不安などがある
- ▶お母さん・赤ちゃんともに医療行為・入院加療の必要がない

身近に
相談できる人が
いない

産後に
心身の不調や育児の
不安がある



●申請方法

●利用には事前の利用登録が必要です

妊娠8か月(28週)以降、利用希望日の2週間前までに利用登録申請書を郵送または直接、担当保健センターに提出してください。利用登録申請書は下記保健センター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。申請先の保健センターは、お住まいの住所により、異なります。下二次元コードからご自身の住所地を担当する保健センターを確認し、申請してください。

●区内保健センター

- ▶牛込(〒162-0805矢来町6) ☎(3260)6231・FAX(3260)6223
- ▶四谷(〒160-0008四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161・FAX(3351)5166
- ▶東新宿(〒160-0022新宿7-26-4) ☎(3200)1026・FAX(3200)1027
- ▶落合(〒161-0033下落合4-6-7) ☎(3952)7161・FAX(3952)9943



◀ご自身の住所地を担当する保健センターの一覧はこちらから

区広報番組

「しんじゅく情報局」を ご覧ください



△視聴はこちらから

区の広報番組「しんじゅく情報局」では、さまざまな区政情報を映像を通して発信しています。

毎日午後4時～4時5分・午後10時～10時5分に、ケーブルテレビ(ジェイコムチャンネル港・新宿(11チャンネル))で、ご覧いただけます。

また、新宿区ホームページ、区公式YouTubeチャンネル「新宿区チャンネル」でもご覧いただけます。

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

※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム東京 ☎0120(999)000へ。



▲しんじゅく情報局の画面

LINEを活用した 道路の通報システムを 3月20日から開始します



友だち登録
はこちらから

区では、LINEを活用した道路通報システムを開始します。道路等の不具合や損傷を見つけたときは、LINEで区へ通報できます。

※通報にかかる通信費等は利用者の負担となります。

※対応できる通報は、区が管理する道路等の情報に限ります。国や東京都が管理する道路等の通報については、各管理者へ対応を依頼します。私道は、応急処置を除き対応できません。

問合せ 道路課工事調整係(本庁舎7階) ☎(5273)3579・FAX(3209)5595

●通報の流れ

- ①道路などの異常を
発見
- ②LINEで通報
※区公式アカウントの
友だち登録が必要
- ③区が確認・対応



●通報の注意点

緊急時や返信を要するときは、電話でご連絡ください。

▶月～金曜日(土・日曜日、祝日等を除く)午前8時30分～午後5時15分…道路課工事調整係(本庁舎7階) ☎(5273)3579

▶土・日曜日、祝日等・夜間…新宿区役所(代表番号) ☎(3209)1111

制作の様子

制作は、目白大学の学生さんにご協力いただいています。
※写真はともにイメージです。



ニュースのナレーションを
読んだり、実際に現地に足を
運んでレポートすること
もあります。