

国民年金を受給している方へ

令和5年度の国民年金額と年金生活者支援給付金の相談電話

●令和5年度の年金額(年額)

種類・年金額	昭和31年4月1日以前生まれ	昭和31年4月2日以降生まれ
老齢基礎年金(満額の場合)	79万2,600円	79万5,000円
障害基礎年金	1級	99万750円
	2級	79万2,600円
遺族基礎年金	79万2,600円	79万5,000円

※障害基礎年金・遺族基礎年金の子の加算額▶第1子・第2子…22万8,700円ずつ加算、▶第3子以降…7万6,200円ずつ加算

●年金生活者支援給付金の電話相談は

ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165(ナビダイヤル)へ

※050から始まる電話からは ☎(6700)1165へ。

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給するものです。

受付時間 ▶月～金曜日(祝日等を除く)…午前8時30分～午後5時15分(月曜日は午後7時まで。月曜日が祝日の場合は、翌日以降の営業日初日に午後7時まで受け付け)、▶第2土曜日(祝日含む)…午前9時30分～午後4時

問合せ ▶新宿年金事務所(新宿5-9-2) ☎(3354)5048

▶区医療保険年金課年金係(本庁舎4階) ☎(5273)4338

▶日本年金機構ホームページ(右二次元コード)

<https://www.nenkin.go.jp/index.html>



若年者就労支援室「あんだんて」 家族向けイベント

子どもの自立を支える 家族の会「紬の会」

ひきこもりや非就業状態等で子どもの自立に悩んでいる家族が集い、困りごとや不安を語り合い、互いに支え合う会です。専門家スタッフがご家族に寄り添い、心の負担が軽くなるように支援します。各回のテーマに沿って、家族同士での語り合いや臨床心理士等によるミニ講座を行います。

日時・テーマ等 下表のとおり。時間はいずれも午前10時30分～12時

日程	テーマ
6月12日(月)	家族ができること(前編)
7月10日(月)	家族ができること(後編)
8月21日(月)	楽しむ心理療法!①
9月11日(月)	リクエスト(参加者から希望のあったテーマ)①
11月6日(月)	親子のコミュニケーション(前編)
12月11日(月)	親子のコミュニケーション(後編)
令和6年1月15日(月)	楽しむ心理療法!②
令和6年2月19日(月)	リクエスト(参加者から希望のあったテーマ)②

対象 区内在住で社会的自立に課題を抱える15歳～おおむね39歳のお子さんがいる方ほか、8名程度

申込み 参加希望日の前日までに電話または直接、問合せ先へ。先着順。

会場・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

くらし

新宿エコライフまつり

●ゼロカーボンシティ新宿フェス2023

詳しくは、エコギャラリー新宿ホームページ(右二次元コード。
<https://www.shinjuku-ecocenter.jp/>)をご覧ください。



日時 6月3日(土)午前10時～午後3時

内容 エコ工作、環境ゲーム等の体験型ワークショップ、フォーラムほか

申込み 当日直接、会場へ。

会場・問合せ エコギャラリー新宿(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

エコギャラリー新宿6月の展示

展示時間はお問い合わせください。

日程・内容

●環境学習情報センター

▶6月17日(土)…自然の樹木と遊んで育てるクリエイティビティ(ワークショップ)

●区民ギャラリー

▶14日(水)～18日(日)…真美会(絵画)

▶22日(木)～25日(日)…山吹絵画クラブ

▶27日(火)～7月3日(月)…国際水墨画交流協会

会場・問合せ エコギャラリー新宿(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

「みどりの小道」環境日記 日記帳(新宿版)を配布します

環境について調べ・考え・実践したこと等を記録できる日記帳とガイド

ブックを区立小学4～6年生の全児童に各学校から配布します。

※ご希望の方には、5月26日(金)から環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)で配布します(なくなり次第終了)。

●「みどりの小道」環境日記コンテスト

同日記に5週間以上取り組むと、コンテストに応募できます。

※上位受賞者は12月3日(日)に開催する新宿子ども環境シンポジウム2023で表彰します。

対象 区内在住・在学の小学生

申込期限 9月2日(土)まで。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 環境学習情報センター ☎(3348)6277

高齢者就職面接会

参加企業等詳しくは、お問い合わせください。勤労者・仕事支援センターホームページ(右二次元コード。
<https://www.sksc.or.jp/>)でもご案内しています。



※参加には無料職業紹介所「新宿わく☆ワーク」への登録・予約が必要です。

日時 6月21日(水)～23日(金)午後2時～5時

対象 都内在住のおおむね55歳以上、各回20名

持ち物 履歴書(写真を貼る。面接1社に付き1通)

申込み 5月29日(月)午前9時から電話または直接、問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 新宿わく☆ワーク(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場しごと棟) ☎(5273)4510

生涯現役セミナー シニア期に向けた暮らしと働き方

日時 6月23日(金)午後1時～3時45分

会場 牛込笹笥地域センター(笹笥町15)

対象 55歳以上、25名

申込み 5月29日(月)から電話で同セミナー予約専用ダイヤル ☎(5422)1399(月～金曜日午前9時～午後5時)へ。先着順。同セミナーホームページ(右二次元コード。
<https://wac.or.jp/>)から



も申し込みます。

問合せ 東京しごとセンターシニアコーナー ☎(5211)2335

リサイクル講座

①和綴じのメモ帳作り

日時 6月24日(土)午後1時30分～3時30分



▲完成イメージ

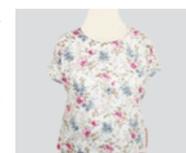
持ち物 物差し(30cm)、はさみ、表紙用のA4大の紙2枚(絵入りのカレンダー等)

②古布から夏のブラウス作り

日時 6月27日(火)午前10時～午後4時

費用 300円(材料費込み)

持ち物 古布(和服地(幅38cm×310cm)



▲完成イメージ

または洋服地(幅110cm×140cm))、裁縫道具

共催 新宿環境リサイクル活動の会

……………<①②共通>……………

対象 区内在住・在勤の方、10名

申込み 往復はがきに5面記入例のとおり記入し、▶①は6月13日、▶②は6月7日(いずれも必着)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)

求職者向けセミナー・説明会

①求職者向けセミナー

～適職診断付き仕事の選び方

日時 6月29日(休)午前10時30分～12時

内容 適職診断、自分自身に合った会社・仕事を探すための考え方や情報収集

②合同企業説明会

～やりがいのある仕事を見つける

日時 6月29日(休)午後1時30分～4時30分

内容 区内企業12企業が参加する企業説明、個別相談

……………<①②共通>……………

会場 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

対象 区内在住の方、区内で就職を希望する方、▶①20名、▶②40名

申込み 5月29日(月)から

電話で問合せ先へ。先着順。新宿区しごと 図鑑



(右二次元コード。
<https://shinjuku-4510.jp/>)からも申し込みます。

問合せ 中小企業へのマッチング支援事業事務局(株HRP内) ☎(3222)1801