

## 10月～12月は定員を拡大して募集 元気な高齢者向け介護予防教室

**日程・会場等** 右表のとおり。時間の午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分

★脳はつらつ教室の水曜日の会場は、10月から右表のとおり変更します。

**対象** 区内在住の65歳以上

※健康状態により参加をお断りする場合があります(介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業の対象の方は参加不可)。

**費用** 1回100円

**申込み** はがき(1人に付き1枚)に5面記入例のほか生年月日・希望する教室の受付番号(1～12の別。第2希望まで希望順)を記入し、8月24日(木)(消印有効)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は、令和5年度に参加していない方を優先して抽選し、結果を9月1日(金)ころお知らせします。同時期に右表の複数の教室には参加できません。

**問合せ** 地域包括ケア推進課介護予防係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4568

教室名・内容	受付番号	会場	曜日・時間・初回の日程(祝日を除く。各全9回)	定員
脳はつらつ教室 認知症の予防 (認知症と診断された方を除く)	1	早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	火曜日・午後・10月3日	15名
	2	落合第一地域センター(下落合4-6-7)★	水曜日・午後・10月4日	15名
シニアバランス トレーニング教室 座って行う運動を中心に、上半身を鍛えて若々しく動ける体づくり	3	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	月曜日・午前・10月2日	20名
	4	高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	火曜日・午前・10月3日	20名
	5	上落合地域交流館(上落合2-28-8)	木曜日・午前・10月5日	15名
	6	高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	金曜日・午前・10月6日	20名
シニアスポーツ チャレンジ教室 立って行う運動を取り入れ下半身の筋力を鍛えて転倒予防	7	細工町高齢者在宅サービスセンター(細工町1-3)	月曜日・午前・10月2日 木曜日・午前・10月5日	7名 7名
	8	ささえーる中落合(中落合1-7-1)	火曜日・午前・10月3日	14名
	9	東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	火曜日・午前・10月3日	15名
	10	西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	金曜日・午前・10月6日	20名
	11	戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	金曜日・午後・10月6日	22名
	12			

## 認知症に関する 相談・学習会・講座

### ●認知症介護者相談

**日時** 9月4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** 認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名

**内容** 精神科医師による相談

**申込み** 8月17日(木)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・もの忘れ相談

**日時・会場** ▶①9月5日(火)…落合保健センター(下落合4-6-7)、▶②9月21日(木)…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、各日4名

**内容** 医師による相談

**申込み** 8月17日(木)から電話で問合せ先へ。先着順。

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

### ●認知症介護者家族会(学習会)

**日時** 9月14日(木)午後1時30分～3時30分

**会場** 百人町地域交流館(百人町2-18-21)

**対象** 区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか

**内容** 講座「認知症の人へのケア方法」、介護者同士の交流会

**申込み** 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** 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352

### ●認知症サポーター養成講座

**日時** 9月29日(金)午後2時～3時30分

**会場** 大久保地域センター(大久保2-12-7)

**対象** 区内在住・在勤・在学の方、30名

**申込み** 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** 高齢者支援課高齢者相談第二係

## 区立幼稚園入園説明会

### ●教育方針や14園の特色を説明する合同説明会を開催します

当日、各会場で入園相談会も実施します。

**日時・会場** ▶8月26日(土)…四谷地域センター(内藤町87)、▶8月29日(火)…戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)、いずれも午前10時～11時45分

**対象** 令和6年度に区立幼稚園の入園を検討している未就園児の保護者

**申込み** 事前に電話で学校運営課幼稚園係 ☎(5273)3103へ。

### ●各幼稚園でも説明会を開催します

詳しくは、各園へお問い合わせください。

**日時・会場等** 下表のとおり



 HPで詳しく



幼稚園名	所在地・電話番号	説明会日時
津久戸	津久戸町2-2 ☎(3266)0129	9月5日(火)から休園日を除く毎週火曜日午前10時～11時30分
市谷	市谷山伏町1-3 ☎(3266)0184	9月5日(火)午後2時30分～3時30分
早稲田	早稲田南町25 ☎(3205)9086	9月14日(木)午前10時～11時
鶴巻	早稲田鶴巻町140 ☎(3205)9167	9月15日(金)午前10時～11時
牛込仲之	市谷仲之町4-33 ☎(3358)3880	9月7日(木)・29日(金) 午後2時30分～3時30分
余丁町	若松町13-1 ☎(3205)9255	9月1日(金)午後1時～1時45分
四谷第六	大京町30 ☎(3358)3774	随時個別に対応します。
花園	新宿1-22-1 ☎(3353)8277	9月19日(火)・27日(水)・10月5日(木)・17日(火) 午前11時～11時30分
大久保	大久保1-1-21 ☎(3205)9425	9月12日(火)午前10時～11時(見学あり)
戸塚第二	高田馬場1-25-21 ☎(3205)9609	8月31日(木)午前11時30分～12時 9月5日(火)・26日(火)・10月3日(火)午前10時30分～11時
落合第三	西落合1-12-20 ☎(3565)0914	随時個別に対応します。
落合第四	下落合2-9-34 ☎(3565)0939	11月1日(水)午前10時～10時30分 (見学会は10月25日(水)午前10時30分～11時に実施)
淀橋第四	北新宿3-17-1 ☎(3227)2165	9月13日(水)・21日(木)午前10時～11時
西戸山	百人町4-7-1 ☎(3362)0400	9月22日(金)午前10時～11時

## くらし

### 夏のゴーヤーサロン

**日時** 9月10日(日)午後1時30分～3時

**内容** ゴーヤーの食べ方等の情報交換

**申込み** 往復はがきか電子メールに5面記入例のとおり記入し、9月1日(必着)までに問合せ先へ。定員15名。応募者多数の場合は抽選。

**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・☎info@shinjuku-ecocenter.jp

### リサイクル講座

#### ●古布からエプロンドレス作り

**日時** 9月14日(木)午前10時～午後4時

**対象** 区内在住・在勤の方、10名

**費用** 300円(材料費等)

**持ち物** 古布(着物地は浴衣・ウール・ポリエステル等で1着分、洋服地は幅1m×長さ2m30cm)、バイアステープ(幅2cm×長さ3m)、裁縫道具、まち針20本以上、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、8月27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)

## 住宅・まちづくり

### 建築ふれあいフェア

「建築士と考えるカーボン・ゼロ社会」を

テーマにさまざまなイベントを開催します。

**日時** ▶9月9日(土)午前10時～午後6時、▶10日(日)午前10時～午後4時

**内容** スタンプラリー、折り紙建築体験等のワークショップ、建築児童画等の作品展、建築相談ほか

**会場・申込み** 当日直接、新宿駅西口広場イベントコーナーへ。

**主催・問合せ** 東京都建築士事務所協会 ☎(3203)2601

**区の担当課** 建築指導課(本庁舎8階) ☎(5273)3732