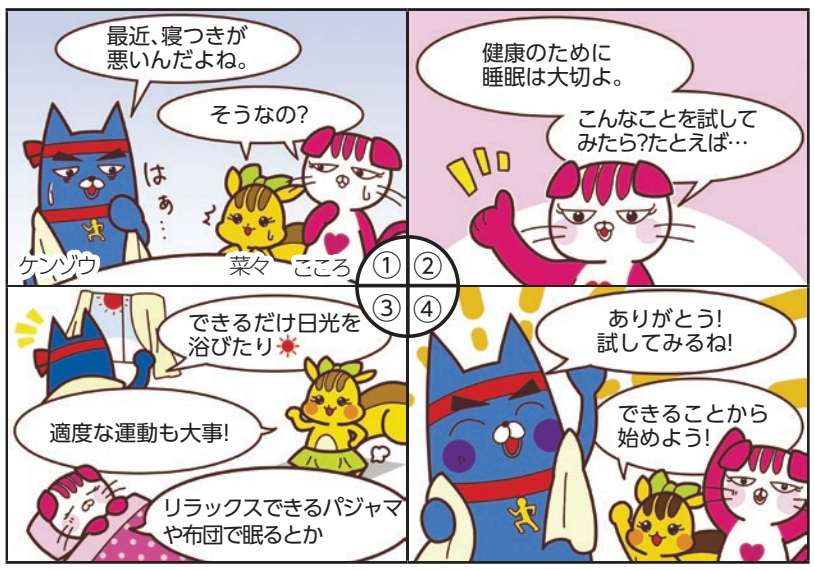
区政情報を発信しています
区公式LINEアカウント
アカウント名／新宿区
登録はこちらから

すすめ！しんじゅく健康フレンズ!!

睡眠不足は、眠気や疲労だけでなくさまざまな病気の発症リスクの上昇など、心身の健康に大きく影響します。食事や運動などの生活習慣やアルコールなどの嗜好品に注意し、良質な睡眠でしっかり疲れを取りましょう。

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5階）☎(5273)3494

Vol.24　睡眠・休養しっかり確保!!



長野県伊那市長谷の仙流荘周辺が「南アルプス 長谷 戸台パーク」としてリニューアルオープンしました

南アルプス北部の玄関口として親しまれる北沢峠行きの南アルプス林道バスに、パワースポットとして人気を集める分杭峠行きの「分杭気の里ライン」が加わりました。また、北沢峠行きは、仙丈ヶ岳が南アルプスの女王と呼ばれることから「南アルプスクイーンライン」と名称を変更しました。2路線の発着点の仙流荘周辺を、皆さんが利用しやすい施設となるよう、「南アルプス 長谷 戸台パーク」として整備しました。

問合せ 伊那市商工観光部南アルプス課☎0265(98)2211

広報新宿5月25日号 お詫びと訂正

8面「パブリック・コメント実施結果を公表しています」の記事で、変更後の名称に誤りがありました。

正しくは、「（仮称）新宿駅周辺地域の安全で秩序ある環境の確保に関する条例」です。お詫びして訂正します。

令和6年第2回区議会定例会　提出議案

問合せ 総務課総務係（本庁舎3階）☎(5273)3505

区長が提出した議案は、予算案2件、条例案9件、その他10件です。提出議案を追加する場合があります。提出議案の内容は、新宿区ホームページ（右二次元コード）で閲覧できます。

傍聴できる 審議会

「（仮称）新宿区町会・自治会活性化推進条例」検討委員会

日時 7月4日㈭午後3時～5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4委員会室へ。
問合せ 地域コミュニティ課コミュニティ係（本庁舎1階）☎(5273)4127

保健・衛生

女性の健康づくりサポーター養成講座　講座

●理学療法士が伝える女性のライフステージと身体のメンテナンス方法

日時 7月20日㈯午前10時～11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・在勤・在学の方、40名
申込み 6月17日㈪から電話で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページからも申し込めます。
問合せ 女性の健康支援センター（四谷保健センター内）☎(3351)5161

今から知っておこう、赤ちゃんとアレルギー　講座

ウェブ会議ツール「Zoom」による講座です。

日時 7月9日㈫午後2時～3時30分
対象 妊娠している方とそのご家族ほか、30組
内容 小児病院医師・看護師・管理栄養士によるアレルギーミニ講座
申込み 6月17日㈪～前日に電話で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ（上二次元コード）からも申し込めます。
問合せ 健康政策課公害保健係（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3048

区関連・官公署情報

SOMPO美術館「フィロス・コレクション ロートレック展」　イベント

日時 6月22日㈯～9月23日㈷午前10時～午後6時（金曜日は午後8時まで。入館は閉館30分前まで。祝日等を除く月曜日休館）
会場 同館（西新宿1―26―1）
費用 ▶一般1,800円、▶大学生1,200円、▶高校生以下無料
後援 新宿区
問合せ ハローダイヤル☎050(5541)8600

新宿まちなかサロン　イベント

●ウクレレ練習会

日時 ▶①小滝橋ひろば水曜初心者コース…7月10日㈬・24日㈬、8月7日㈬・21日㈬午前11時～午後0時30分、▶②神楽坂サロン土曜初心者コース…7月13日㈯・27日㈯、8月10日㈯・31日㈯午前11時～午後0時30分
会場 ▶①新宿NPO協働推進センター（高田馬場4―36―12）、▶②神楽坂コモンズ1st（神楽坂3―2）
持ち物 ウクレレ（有償貸与あり）
費用 いずれも1か月に付き5,000円
後援 新宿区
申込み 6月17日㈪から電話かファックス・電子メール（3面記入例のほか希望コース（①②の別）を記入）で問合せ先へ。各コース先着12名程度。
主催・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・EMhiroba@s-nponet.net

親子体験食味学習会　講座

●おいしい夏休みを体験しよう2024

日時 7月23日㈫午前10時30分～午後2時30分
会場 新宿京懐石 柿傳（新宿3―37―11、安与ビル）
対象 小・中学生と保護者、15組30名
内容 茶会体験と懐石料理のマナー
費用 1組9,000円
持ち物 白い靴下または足袋、ハンカチ、小さめの扇子
主催 国際観光日本レストラン協会
後援 新宿区
申込み 6月20日㈭午前10時から電話で問合せ先へ。先着順。
問合せ 柿傳本部☎(3352)5115

女子中高生必見!理系分野の魅力発見「オフィスツアー」　イベント

日程・見学先 ▶7月23日㈫…㈱ファーストリテイリング（江東区）、▶7月25日㈭…㈱サイバーエージェント（江東区）、▶7月30日㈫…㈱メルカリ（港区）
申込み 6月25日㈫午後5時までに東京都ホームページ（HPhttps://www.24summer-office.metro.tokyo.lg.jp）からお申し込みください。
問合せ 東京都生活文化スポーツ局☎(5388)3189

区民のひろば

¥費用・問問合せ

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

★催し・講座★

◆夏季無料法律相談会　▶民事…8月1日㈭～4日㈰、▶家事・労働…8月22日㈭～25日㈰、時間はいずれも午前10時～午後6時、早稲田大学（西早稲田1）で。同大学法科大学院生による相談。¥無料。問午前9時30分～午後5時30分に弁護士法人早稲田大学リーガル・クリニック☎(5272)8156

★サークル・会員募集★

◆麻雀　月4回木曜日午後1時～3時30分、東五軒町地域交流館で。¥1回100円。問フリージア・高橋☎080(8716)6436

◆学習塾　毎週木曜日午後3時～8時、北新宿生涯学習館で。小学生対象。¥無料。問学習塾寺子屋・小泉☎090(9818)5554・EMcueillirchocora@sage.ocn.ne.jp