

10月の介護者家族会・認知症介護者家族会

1

高齢のご家族や認知症のご家族を介護している方、介護していた方同士が、介護の悩みを語り合い、情報交換する場です。介護のために参加が難しい方は、ご相談ください。

日時・会場・内容等 右表のとおり

申 ▶ ①～⑥⑧⑨は当日直接、会場へ(入退場自由)。

▶ ⑦は9月27日(金)から電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で柏木高齢者総合相談センター ☎(5348)9555・FAX(5348)9556へ。先着15名。

▶ ⑩は電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

問 高齢者支援課高齢者相談第二係 ☎(5273)4594・FAX(5272)0352

	グループ名	10月の日時等	会場
介護者家族会	① 四谷の会	3日(木)午後1時30分～3時30分	四谷保健センター等複合施設(四谷三栄町10-16)
	② フレンズ	22日(火)午前10時～12時	デンマークイン新宿(原町2-43)
	③ わきあいあい	9日(水)午後1時30分～3時30分	若松地域センター(若松町12-6)
	④ 大久保・あった会	8日(火)午後1時30分～3時30分	大久保地域センター(大久保2-12-7)
	⑤ いっぱくの会	26日(土)午後1時30分～3時30分	落合第一地域センター(下落合4-6-7)
	⑥ かずら会	18日(金)午後1時～3時	落合第二地域センター(中落合4-17-13)
認知症介護者家族会	⑦ ひととき講座・交流会	17日(木)午後1時30分～3時30分 ※講座「『聞こえ勉強会』～耳のしくみと補聴器を学ぼう」を実施します。	柏木地域センター(北新宿2-3-7)
	⑧ 水曜日の会	16日(水)午前10時30分～12時	西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)
	⑨ 木曜日の会	10日(木)午後1時30分～3時30分	百人町地域交流館(百人町2-18-21)
	⑩ 金曜日の会 学習会・交流会	11日(金)午後1時30分～3時30分 ※講座「認知症介護の困りごと」を実施します。 ☑区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか	四谷保健センター等複合施設(四谷三栄町10-16)

区内在住の 60 歳以上の方へ マッサージサービスが利用できます

1

回場 右表のとおり。いずれも時間は午後1時～5時

内 専門家による指圧等のマッサージ(針灸による施術はなし)

費 1回30分1,000円

申 希望日の当日午前9時から電話で各施設へ。

※初めて利用する場合や、ささえーる 中落合を利用する場合は、住所・氏名・年齢が確認できるもの(個人番号カード・運転免許証・健康保険証等)をお持ちください。

問 地域包括ケア推進課高齢いきがい係 ☎(5273)4567

会場	電話	10月	11月	12月	令和7年1月	2月	3月			
ささえーる 薬王寺(市谷薬王寺町20-40)	☎(3353)2333	16(水)	13(水)	27(水)	18(水)	8(水)	22(水)	19(水)	12(水)	26(水)
高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	☎(3362)4560	14(祝)	11(月)	25(月)	9(月)	13(祝)	27(月)	10(月)	10(月)	24(月)
信濃町シニア活動館(信濃町20)	☎(5369)6737	9(水)	6(水)	20(水)	11(水)	8(水)	15(水)	12(水)	5(水)	19(水)
戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	☎(3204)2422	15(火)	12(火)	20(水)	17(火)	14(火)	22(水)	18(火)	11(火)	19(水)
西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	☎(3377)9380	18(金)	8(金)	22(金)	20(金)	10(金)	24(金)	21(金)	14(金)	28(金)
早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	☎(3208)2552	18(金)	8(金)	22(金)	20(金)	10(金)	24(金)	21(金)	14(金)	28(金)
西早稲田地域交流館(西早稲田1-22-2)	☎(5286)8311	9(水)	13(水)	27(水)	11(水)	8(水)	22(水)	12(水)	12(水)	26(水)
新宿地域交流館(新宿5-3-13)	☎(3341)8955	26(土)	9(土)	23(祝)	28(土)	11(土)	25(土)	22(土)	8(土)	22(土)
山吹町地域交流館(山吹町342)	☎(3269)6189	8(火)	12(火)	26(火)	10(火)	14(火)	28(火)	11(祝)	11(火)	25(火)
上落合地域交流館(上落合2-28-8)	☎(3360)1414	14(祝)	14(木)	25(月)	9(月)	9(木)	20(月)	10(月)	13(木)	24(月)
北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	☎(3369)5856	10(木)	5(火)	21(木)	12(木)	14(火)	23(木)	13(木)	11(火)	27(木)
下落合地域交流館(下落合3-12-33)	☎(3951)0023	10(木)	7(木)	21(木)	12(木)	9(木)	23(木)	13(木)	6(木)	20(祝)
百人町地域交流館(百人町2-18-21)	☎(3368)8156	22(火)	4(木)	30(土)	14(土)	4(土)	13(祝)	15(土)	15(土)	31(月)
東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	☎(3269)6895	2(水)	6(水)	20(水)	11(水)	8(水)	22(水)	5(水)	5(水)	26(水)
中町地域交流館(中町25)	☎(6265)0608	9(水)	13(水)	27(水)	11(水)	8(水)	22(水)	12(水)	12(水)	26(水)
本塩町地域交流館(四谷本塩町4-9)	☎(3350)1456	10(木)	14(木)	28(木)	12(木)	9(木)	23(木)	13(木)	13(木)	27(木)
北山伏地域交流館(北山伏町2-17)	☎(3269)7197	18(金)	8(金)	22(金)	20(金)	10(金)	24(金)	21(金)	14(金)	28(金)
中落合地域交流館(中落合2-7-24)	☎(3952)7163	25(金)	8(金)	22(金)	27(金)	10(金)	24(金)	28(金)	14(金)	28(金)
北新宿第二地域交流館(北新宿3-20-2)	☎(5348)6751	4(金)	1(金)	26(火)	6(金)	7(火)	28(火)	7(金)	7(金)	25(火)
高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	☎(3200)5816	8(火)	12(火)	26(火)	10(火)	14(火)	28(火)	11(祝)	11(火)	25(火)
ささえーる 中落合(中落合1-7-1)	☎(3565)6375	4(金)	1(金)	15(金)	6(金)	17(金)	31(金)	7(金)	7(金)	21(金)

区民保養施設の利用申し込み

令和7年1月6日～31日宿泊分 箱根つつじ荘・グリーンヒルハヶ岳

受付窓口・電話 区保養施設受付(本庁舎1階) ☎(5273)3881
受付日時 月～金曜日午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日等は(株)日本旅行 ☎(5369)3902(午前10時～午後6時。電話受け付けのみ)へ。
インターネット予約(空き室予約のみ) 新宿区ホームページ(右二次元コード)から利用者登録・宿泊予約ができます。



抽選(区民抽選予約)

区内在住の方のみ申し込みます。

申込期間 10月1日(火)～10日(必着)

申込方法 受付窓口・特別出張所・生涯学習スポーツ課(第1分庁舎7階)で配布している抽選はがきでお申し込みください。10月18日(金)ころまでに結果通知が届かない場合は、受付窓口へお問い合わせください。

空き室予約(抽選後)

抽選後の空き室は、「区民優先予約」「一般予約」の順に、電話や受付窓口、インターネットで予約できます(いずれも先着順)。空き室の状況は、受付窓口・特別出張所のほか、(株)日本旅行の空室情報ホームページ(<https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/calendar-availability>)で確認できます。

申込開始日 ▶ 区民優先予約…10月21日(月)、▶ 一般予約…11月1日(金)

令和7年1月の休館日 箱根つつじ荘…21日(火)～24日(金)

●新宿駅西口発グリーンヒルハヶ岳直行便バスツアー

往復バスと宿泊・観光(2泊3日)のセットです。申し込みには宿泊予約が必要です。

出発日・コース 令和7年1月15日(火)…信州善光寺、三島スカイウォーク

問 グリーンヒルハヶ岳 ☎0551(32)7011

区の担当課 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎(5273)4358