

イベントのつづき

四谷ひろば スマホ・パソコン講座

日内 ▶①Windows入門…2月3日・17日の月曜日午後3時30分～5時30分、全2回、▶②ワード入門…2月5日～26日の水曜日午後1時～3時、全4回、▶③エクセル入門…2月7日～28日の金曜日午後1時～3時、全4回

費 ▶①3,000円、▶②③6,000円(いずれも教材費等)

場申 往復はがきに3面記入例のほか希望講座(①②③の別)を記入し、1月17日(金)～28日(必着)に四谷ひろば「パソコン教室」係(〒160-0004四谷4-20)へ。申し込みが2名以下の場合は中止します。

問同ひろば運営協議会・鈴木 ☎080(3219)0087

食育講演会

●知ってトクする!トクホの活用術
～わたしに合うトクホの見つけ方

日 2月7日(金)午後2時～4時

場 四谷保健センター(四谷三栄町10-16)

対 区内在住・在勤・在学の方、50名

講 福山勝実(日本健康・栄養食品協会理事)

申 1月17日(金)～2月6日(木)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)からも申し込みめます。

問 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494

創業セミナー

●スモールビジネス向け金融のプロに聞く
創業融資のポイントとコツ

日 2月8日(土)午後2時～4時30分

申 1月17日(金)から電話かファックス・電子メール(3面記入例のほか現在の仕事内容を記入)で問合せ先へ。先着36名。

場 問 高田馬場創業支援センター(高田馬場1-32-10) ☎(3205)3031・FAX(3205)1007・✉incu@shinjuku-center.jp

病態別講演会(高血圧)

●高血圧ってそういうものだったんだ!

日 2月10日(月)午後3時～4時30分

対 区内在住・在勤の方、30名

講 井口信雄(榊原記念病院附属クリニック院長)

申 1月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。

場 問 四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161

ささえーる 薬王寺の講座

1 スマートフォン講座

日 2月12日(水)午後2時～4時

対 区内在住の60歳以上、5名

内 スマートフォンの基礎、区の防災情報の確認方法

講 NPO法人竹箒の会

2 パソコン講座

日 2月14日(金)午後1時30分～3時

対 区内在住の60歳以上、5名

内 パソコンへの写真の取り込み

講 松元美紀恵(NPO法人テラ・ガーデン新宿)

3 マニキュアと爪のお手入れで
指先と心もリフレッシュ!

日 2月19日(水)午後2時～3時

対 区内在住の50歳以上、15名程度

施 術 早稲田美容専門学校生徒

共 通事項

申 ▶1 2 は1月29日(木)まで、▶3 は2月5日(木)までに電話または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

場 問 同館(市谷薬王寺町20-40) ☎(3353)2333(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

リサイクル講座

●余り布からフクロウのブローチ作り

日 2月14日(金)午後1時～3時

対 区内在住・在勤の方、15名

費 250円(材料費等)

持 余り布2種類(各15cm×15cm)、裁縫道具、筆記用具

共 新宿環境リサイクル活動の会

申 往復はがきに3面記入例のとおりに記入し、1月28日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

場 問 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)



「思春期の子どもと向き合う」シンポジウム

●「思春期の心に寄り添い、育ちあう」

同イベントは2月24日(休)～3月3日(月)にYouTubeでも配信します。視聴方法等詳しくは、特別出張所・区立図書館等で配布しているチラシや新宿区ホームページ(右下二次元コード)をご覧ください。

日 2月15日(土)午後1時30分～4時30分(午後1時開場)

場 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

対 区内在住・在勤・在学の方、120名

講 竹原幸太(東京都立大学准教授)、有馬祐子(助産師)、山中多民子(公認心理師)

費 500円(資料代等。YouTube配信は無料)

申 1月17日(金)から電話か申込書(チラシ下部)をファックスでNPO法人非行克服支援センター ☎(5348)6996(月～金曜日午後1時～8時)・FAX(5337)7912へ。先着順。新宿区ホームページ(右上二次元コード)からも申し込みめます。託児あり(小学生までのお子さん、先着10名。保険料として270円が必要。2月5日(木)までに申し込み)。

問 子ども家庭支援課子育て支援係 ☎(3232)0695

生ごみからたい肥づくりサロン

日 2月16日(日)午後1時30分～3時

対 区内在住・在勤の方、20名

内 ダンボールたい肥や土づくりの情報交換

申 往復はがきか電子メールに3面記入例のとおりに記入し、2月4日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。問合せ先ホームページ(右二次元コード。☎https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)からも申し込みめます。

場 問 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



女性しごと応援キャラバンin新宿

日 2月18日(水) ▶①セミナー…午前10時～12時、▶②個別相談会…午後0時20分～1時25分(1人につき30分)

場 TKP新宿西口カンファレンスセンター(西新宿1-10-1)

対 就職活動中の女性、▶①100名、▶②12名

内 仕事の事情や仕事の特徴の捉え方、求人情報を多角的に見る方法

共 新宿区

申 1月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。問合せ先ホームページ(右上二次元コード。☎https://josei-caravan.jp/)からも申し込みめます。託児あり(生後6か月以上の未就学児、先着10名。2月12日(水)正午までに申し込み)。

問 同イベント運営事務局 ☎(6734)1346



シニア就職1dayトライ面接会in新宿

日 2月19日(木)正午～午後3時、午後2時～5時(いずれも同じ内容)

場 新宿エルタワー30階サンスカイルーム(西新宿1-6-1)

対 55歳以上の求職者、各回40名

共 新宿区

申 1月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。同イベントホームページ(右上二次元コード。☎https://senior-1day.com)からも申し込みめます。

問 同イベント事務局 ☎(6256)9094(月～金曜日午前9時～午後6時)



新宿いきいき体操講習会

持ち物等詳しくは、参加者に郵送でご案内します。介護予防のミニ講座「ひざ痛対策 ～ひざが痛む人のための のぼルン おりルン ひざラク体操」もあります。

日 2月19日(木)午後2時～4時

場 大久保地域センター(大久保2-12-7)

対 区内在住・在勤の方、30名

申 1月17日(金)～2月5日(木)に電話かファックス(3面記入例のとおりに記入)で問合せ先へ。先着順。

問 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568・FAX(6205)5083