

イベント

講座や催事などに関する情報を掲載しています

高齢者・介護

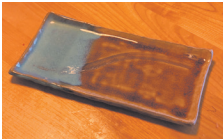
①

5月の介護者家族会・
認知症介護者家族会

●**介護者家族会**
会場▶①四谷の会…8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2…27日(火)午後1時～3時／高齢者福祉施設神楽坂(矢来町104)、▶③わきあいあい…14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…13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ひとやすみの会…24日(土)午後1時30分～3時30分／新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-2)、▶⑥かずら会…16日(金)午後1時30分～3時30分／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**
会場▶⑦水曜日の会…21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)、▶⑧木曜日の会…8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)、▶⑨金曜日の会…9日(金)午後1時30分～3時30分／四谷保健センター等複合施設
※⑦は講座「認知症介護の困りごと」を実施します。
共通事項
申▶①～⑥⑧⑨は当日直接、会場へ(入退場自由)。▶⑦は電話かファックス(4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・📠(5272)0352

初心者向け陶芸教室で長皿作り

汚れてもいい服装でおいでください。
日5月11日(日)午後2時～3時30分
対 区内在住の60歳以上、6名
費300円(材料費等)
申5月1日(木)～10日(土)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場 **問** **高田馬場地域交流館**(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816



仕事帰りに参加できる
「人生ドック(老後への備え)」講座

●**キャッシュフロー表を作成して老後の生活資金を設計する!**
日5月14日(水)午後7時～9時
対 区内在住の50歳以上、20名
申5月1日(木)午前9時から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場 **問** **戸山シニア活動館**(戸山2-27-2) ☎(3204)2422

すべての方

👤

新宿歴史博物館所蔵資料展
「新宿の郷土史家たち」

新宿歴史博物館にゆかりのある6名の郷土史家を紹介し、旧蔵品を展示します。
日4月26日(土)～6月29日(日)午前9時30分～午後5時30分(入館は午後5時まで)
場 **問** **新宿歴史博物館**(四谷三栄町12-16) ☎(3359)2131(第2・第4月曜日(月曜日が祝日等の場合は翌平日)を除く)

市民とNPOの交流サロン

●**NPO法人山の自然学クラブの活動紹介**
ウェブ会議ツール「Zoom」を利用したイベントです。
日5月8日(木)午後6時45分～8時45分
内 自然を守る活動をしているNPO法人山の自然学クラブの活動紹介(語り手は同団体)
申 電話かファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。問合せ先ホームページ(右二次元コード。📠https://snponet.net/)からも申し込みます。
問 **新宿NPOネットワーク協議会**(高田馬場4-36-12) ☎(5206)6527・📠(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.net



四谷まち歩き

●**甲州街道界隈まち歩きと新宿歴史博物館**
日時・集合場所等 5月17日(土)午前9時45分にアトレ四谷(四谷1-5-25)1階エスカレーター前集合、正午ごろ新宿歴史博物館(四谷三栄町12-16)で解散
費100円(資料代等。新宿歴史博物館入館料300円は別途負担)
申4月28日(月)～5月16日(金)に電話で問合せ先へ。先着15名。
問 **四谷地区協議会**(四谷特別出張所内) ☎(3354)6171

認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識等を学びます。参加者には、同講座を受講した印の認知症サポーターカードを差し上げます。
日5月17日(土)午後2時～3時30分
場 若松地域センター(若松町12-6)
対 区内在住・在勤・在学の方、30名
申4月28日(月)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。
問 **若松町高齢者総合相談センター** ☎(5292)0710・📠(5292)0716

新宿混声合唱団第56回定期演奏会

区内在住の方の無料招待もあります。5月11日(日)まで専用フォーム(右二次元コード。📠https://blog.shinjukumixedchoir.com/wordpress/)から申し込みます。一般の申し込みは電話でも受け付けます。
日5月18日(日)午後2時から(午後1時30分開場)
場 杉並公会堂(杉並区上荻1-23-15)
費1,000円
後援 新宿区ほか
問 **同合唱団・近久** ☎090(2366)7219



ささえーる 薬王寺の講座

①**ウォーキング講座**
日時・集合場所等 5月20日(火)午前9時にささえーる 薬王寺集合(市谷薬王寺町20-40)、神楽坂善國寺(神楽坂5-36)で解散
内 牛込濠から神楽坂方面を巡る
②**ストレッチ3B(さんびー)体操**
日5月23日(金)午後1時30分～3時
場 ささえーる 薬王寺
内 ボール・ベル・ベルター(3B)の補助具を使い、音楽に合わせてストレッチ
③**おとな時間をもっと楽しく! ～「学び」「つながり」「これから」のを見つけ方**
日5月28日、6月11日・18日・25日、7月9日・23日の水曜日午後2時～4時
場 高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)
内 人生後半を充実させるコミュニケーション・運動・調理
共通事項
対 区内在住の▶①②は60歳以上、20名、▶③はおむね55歳以上、20名
申▶①②は5月9日(金)まで、▶③は4月28日(月)から電話または直接、問合せ先へ。①②は応募者多数の場合は抽選。③は先着順。
問 **ささえーる 薬王寺** ☎(3353)2333(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

ささえーる 中落合の講座

●**ガーデニングボランティア講座**
ガーデニングに必要な知識や技術、ものの作り等を学べます。講座中は体験ボランティアとして花壇の植え込みやお手入れもします。講座修了後は既存団体に加入、または新規団体を立ち上げて、継続的に活動できます。
※既存団体の活動は講座開催時にお伝えします。
日5月21日、7月16日、9月17日、11月19日、令和8年1月21日、2月18日の水曜日午後1時～3時
対 区内在住・在勤・在学の方、12名
申5月13日(火)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
場 **問** **同館**(中落合1-7-1) ☎(3565)6375(日曜日を除く午前9時～午後6時)