

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

こども・教育

NPO法人市民の芸術活動 推進委員会講座

①親子でアート

日 11月～令和8年3月の第4日曜日(12月は21日)午前10時30分～12時、全5回

対 5歳～小学生のお子さんと保護者、15組30名

費 各回1組につき1,500円(材料費等)

②こども図工室

日 11月～令和8年3月の第2土曜日午前10時30分～12時、全5回

対 5歳～小学生、25名(保護者同伴)

費 各回1,000円(材料費等)

共通事項

場 CCAAアートプラザ(四谷4-20)

申 往復はがきかファックス・電子メールに4面記入例のほか希望講座(①②の別)を記入し、10月17日(金)～31日(必着)に問合せ先へ。先着順。

問 NPO法人市民の芸術活動推進委員会・大澤
(〒160-0004四谷4-20) ☎(3359)3413・FAX(3354)2708・✉ccaa4420@gmail.com

高齢者・介護

しんじゅく介護の日・介護福祉展

●転ばないで元気に過ごそう、新宿のまち

11月11日の介護の日になんで開催します。

日 10月30日(木)午前10時～午後4時

内 介護サービスのパネル展示、福祉用具・訪問入浴の展示・体験、スタンプラリー(先着250名に記念品あり)ほか

場 申 当日直接、区役所本庁舎1階ロビーほかへ。

問 介護保険課推進係 ☎(5273)4212

筋骨・体力確認会～きがるにチェック！

運動能力・骨密度・血管年齢測定等を実施します。

日 11月12日(水)午後2時～4時

場 落合第一地域センター(下落合4-6-7)

対 区内在住の65歳以上で医師から運動を禁止されていない方、30名

申 10月17日(金)～29日(水)に電話で問合せ先へ。先着順。

問 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568

認知症に関する相談

●認知症介護者相談

日 11月20日(木)午前9時30分～11時30分

場 区役所本庁舎3階302会議室

対 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 精神科医師による相談

申 10月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。

問 高齢者支援課高齢者相談第一係 ☎(5273)4593

●認知症・もの忘れ相談

日 場 ▶①11月20日(木)・・・四谷高齢者総合相談センター(四谷三栄町10-16)、▶②11月26日(水)・・・落合保健センター(下落合4-6-7)、いずれも午後2時30分～4時

対 区内在住でもの忘れが心配な方、各日4名

内 医師による相談

申 10月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。

問 ▶①四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770、▶②落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080

介護者講座

●おなか元気教室

日 11月27日(木)午後2時～3時

場 北新宿特別養護老人ホーム(北新宿3-27-6)

対 区内在住・在勤の方、20名

申 10月17日(金)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 柏木高齢者総合相談センター ☎(5348)9555・FAX(5348)9556

高田馬場地域交流館の催し

●トランペットと電子ピアノで奏でる秋の調べ

日 11月30日(日)午後2時～3時

対 区内在住の60歳以上、60名

出演 藤島さゆり(トランペット)、大塚耕祐(電子ピアノ)

申 11月2日(日)～29日(土)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。

場 問 同館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816

すべての方

五感で楽しむ！野菜の料理講座

●野菜たっぷりハロウィン

YouTubeで講座の動画(30分程度)

を配信しています。申込者には動画サイトとレシピのURLを送信します。

配信期間 11月14日(金)まで

対 区内在住・在勤・在学の方

メニュー ▶パプリカのジャック・オー・ランタン、▶マッシュポテトおばけ、▶ウインナーミラ、▶カボチャプリン、▶フランスパン

申 11月10日(月)まで新宿区ホームページ(右上二次元コード)から申し込みます。

問 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494

四谷文化祭

日 10月26日(日)午前10時～午後3時

場 四谷地域センター・四谷区民ホール(いずれも

内藤町87)

内 フリーマーケット、歌や踊りのステージほか
※四谷清掃協力会によるリサイクルフェアを同時開催します。

問 四谷地域センター ☎(3351)3314

若松ふれあいまつり

日 10月26日(日)午前10時30分～午後3時

内 縁日喫茶、工作、ゲーム、スタンプラリーほか

場 問 若松地域センター(若松町12-6) ☎(3209)6030

わたしらしく生きる

●現代美術家の生き方に学ぶ

ひきこもりの経験者が自分らしく生きること等を語ります。

日 10月30日(木)午後2時30分～4時30分

場 大久保地域センター(大久保2-12-7)

対 ひきこもり状態にある方や生きづらさを感じている方、30名程度

申 10月17日(金)～29日(水)に電話で問合せ先へ。先着順。同イベントホームページ(上二次元コード。HP <https://www.andante-shinjuku.net/1030watashirashiku>)からも申し込みます。

問 区勤労者・仕事支援センター ☎(3200)3311

高遠城址もみじ祭り

約250本のカエデが紅葉し、友好提携都市・長野県伊那市の高遠城址公園を赤く染め上げます。

日 11月1日(土)～9日(日)(芋煮会は8日(土)・9日(日))

場 高遠城址公園(長野県伊那市高遠町)

主 問 伊那市観光協会 ☎0265(96)8100

アトムフェスタ

日 11月2日(日)午前10時～午後3時(入館は午後2時30分まで)

内 ストラップ作り体験、絵本の交換会、模擬店ほか

場 問 ▶新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-2) ☎(5330)5374(月曜日休館)、▶高田馬場福祉作業所(高田馬場4-10-2) ☎(3367)2939(土・日曜日、祝日を除く)

手作り作品講習会

●レジンで箸置き作り

日 11月6日(木)午後2時～4時

対 18歳以上、16名

費 1,000円(材料費)

申 10月17日(金)～31日(金)に直接、問合せ先へ。先着順。

場 問 四谷地域センター(内藤町87) ☎(3351)3314