イベントのつづき

リサイクル講座

●ネクタイからスマホポシェット作り(中級)

日12月15日㈫午前10時～午後4時
対区内在住・在勤の方、10名
費500円(材料費等)
持ネクタイ1本、裏地用の布(木綿等)30㎝×60㎝、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11面記入例のとおり記入し、11月27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)



しんじゅく女性団体会議公開講座

●子どもの貧困を知っていますか
～現状とこれからの課題

日12月18日㈭午前10時～12時
対区内在住・在勤・在学の方、15名程度
申11月16日㈪から電話で問合せ先へ。先着順。託児あり(未就学児対象。12月3日㈬までに電話予約)。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込めます。
場問**男女共同参画推進センター**(ウィズ新宿、荒木町16)☎(3341)0801(日曜日、祝日を除く)

女性の健康づくりサポーター養成講座

●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12月19日㈯午後2時～3時30分
対区内在住・在勤・在学の方、40名
申11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(右二次元コード)からも申し込めます。
場問**女性の健康支援センター**(四谷三栄町10-16、四谷保健センター内)☎(3351)5161

マンション管理組合交流会

日12月21日㈪午後6時15分～8時10分
場戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
対区内の分譲マンションの管理組合役員・区分所有者ほか、40名程度
内マンションの規模やテーマごとの交流会(テーマは▶大規模修繕工事に向けた取り組み、▶管理会社との付き合い方、▶管理組合運営(総会・理事会運営、管理規約の改正等)、▶居住者間の良好なコミュニケーション(マンション内のコミュニティ形成、外国人とのコミュニケーション対応、マンション防災ほか))
※各グループには区マンション管理相談員等も参加します。
申11月17日㈫～27日㈮に電話または直接、問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(下二次元コード)からも申し込めます。申込時にマンションの築年数・階数・戸数、参加したいテーマ(第2希望まで)を伺います。
問**住宅課居住支援係**(本庁舎7階)☎(5273)3567

食生活改善教室

●ローリングストックのある暮らし
～ふだんからの防災・備蓄食品の健康的な活用法

無理なく災害時に備える方法、備蓄食品の健康的な活用方法を紹介します。試食もあります。

日12月22日㈪午後2時～3時30分
対区内在住の方、40名
申11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(右二次元コード)からも申し込めます。
場問**東新宿保健センター**(新宿7-26-4)☎(3200)1026



心のサポーター養成研修

●働く世代向けストレスマネジメント講座

修了者には認定証を交付します。

日12月23日㈫午後2時～4時20分
場区役所第2分庁舎分館1階会議室
対区内在住・在勤の方、40名程度
内メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識と理解、ストレスに対処するためのセルフケア
申11月24日㈫～12月15日㈫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)からも申し込めます。申し込みには電子メールアドレスが必要です。
問**保健予防課保健相談係**☎(5273)3862

元気館 令和9年1月～3月のプログラム

詳しくは、同館ホームページ(右二次元コード。HP https://shinjuku-genkikan.com)でご案内しています。

●コース型・通年型プログラム

費1回400円(開催回数分必要)

●フリー型プログラム

費1回400円

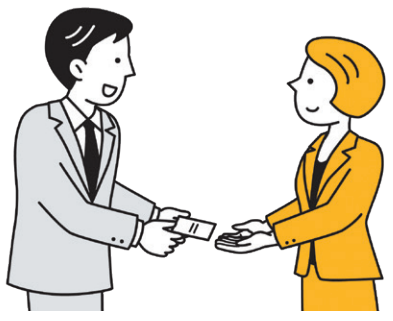
●トレーニング室の利用

費1回400円
場問**同館**(戸山3-18-1)☎(3202)6291

新入社員・若手社員のためのビジネス基礎研修

詳しくは、問合せ先ホームページ(下二次元コード。HP https://www.pal-shinjuku.jp)でご案内しています。

日令和9年4月15日㈬午前9時30分～午後5時
対区内在住で中小企業に勤めている方、区内の中小企業に勤めている方(いずれも採用予定者を含む)、20名程度
内ビジネスマナー・ビジネススキル・コミュニケーションの基本
費2,500円(テキスト代等)
申はがきかファックス・電子メール(11面記入例のほか勤務先の名称・所在地・電話番号を記入)で令和9年1月8日㈭までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は1月15日㈭までに全員にお知らせします。
場問**ぱる新宿**(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここ・から広場しごと棟)☎(3208)2311・FAX(3208)3100・✉order@pal-shinjuku.jp



区民のひろば

この欄は区民の方相互の情報交換の場です。日時・会場は予定です。各主催者に内容をよくご確認の上、参加してください。

同じ団体の掲載申し込みは、1年間(4月1日～翌年3月31日)に1回です。「催し・講座」は、掲載希望号の2か月前までにお申し込みください。「サークル紹介・会員募集」の掲載は受け付け順です。

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

催し・講座

◆お金の基礎からの学び直し 12月13日㈯午後1時～3時、桜美林大学新宿キャンパス(百人町3)で。費無料。申当日直接、会場へ。先着500名。問日本応用老年学会事務局✉honbu@sag-j.org