

地域人財塾 自分探しでスキルアップ

地域人財塾は、皆さんが地域活動に参加するきっかけを作る講座です。地域ですでに活動している方は、より力をつけるためにご参加ください。初めてのの方は、自分のやりたいこと探しのほか、プレゼンテーション・仲間づくりの方法が学べます。

【日時・内容】下表のとおり。いずれも午後2時～5時。1日単位の受講もできます。

【対象】区内在住・在勤の方、各30名

【会場】四谷ひろば（四谷4―20）

【講師】森良（学びと参加をつなぐコーディネーター）

【費用】無料

【申込み】はがきかファックス（記載例（4面参照）のほか希望日（複数可）を記入）で、2月10日（必着）までに生涯学習コミュニティ課生涯学習コミュニティ係（〒160・848 歌舞伎町1―4―1、本庁舎1階）☎（5273）4127・☎（5273）3590へ。応募者多数の場合は抽選。

日程	講座名	内容
2月19日(出)	マインドマップ作りで情報整理	アイデアと思考を整理するために作成する「マインドマップ」の利用法
3月5日(出)	コミュニケーション力・プレゼン力アップの秘けつ	話しやすい雰囲気作りや自己紹介の方法、初対面の人との距離の縮め方ほか
3月19日(出)	ワールドカフェで交流	地域活動の現状や、これから挑戦したいことなどの話し合い

新宿区シルバー人材センター

〒169-0075高田馬場1―32―10 ☎(3209)3181・☎(3209)4288

新規会員の募集

就業を希望する方は、説明会にご参加ください。説明会終了後に入会申し込みを受け付けます（説明会に参加しないと会員登録はできません）。入会した方には後日、接遇研修を受けていただきます。

【対象】区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方

【説明会日時】①2月8日(火)・②2月23日(水)・③3月9日(水)、①③は午後1時30分から、②は午前9時30分から

【持ち物】▼顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚、▼郵便局（ゆうちょ銀行）の通帳（就業に対する配分金の振り込み用）、▼住所が分かるもの（健康保険証・運転免許証等）、▼年会費2千円

【会場・申込み】電話で同センターへ。

パソコン教室の受講生を募集

センターの会員が講師となり、地域の皆さんに学習の機会を提供しています。

【日時・内容等】下表のとおり。午前クラスは午前9時30分～午後0時20分、午後クラスは午後1時～3時50分。各教室とも全2日

【対象】区内在住・在勤で、(1)はパソコン未経験の方、(2)～(4)は文字入力ができる方、(5)～(9)はキーボード・マウスの操作ができる方、各教室各クラス8名。定員に満たない場合は、区外の方も参加できます。

【費用】(1)は3千500円・(2)～(9)は4千500円（テキスト代を含む）

【会場・申込み】はがきかファックス（記載例（4面参照）のほか教室名(1)～(9)の別、複数記入可。(1)(2)(5)は午前・午後クラスの別もを記入）で、2月15日（必着）までに同センターへ。応募者多数の場合は抽選。

★シルバー人材センターの移転に伴い、4月からパソコン教室の会場が変わります。

【4月からの会場】新宿ここ・から広場しごと棟4階（新宿7―3―29、旧東戸山中学校）

★教室に通えない方のための「パソコン訪問お手伝い」サービスを実施しています。詳しくは、お問い合わせください。

教室名	内容	日程	クラス
(1)初めてのパソコン	スイッチの入れ方から簡単な文字入力の練習まで	3月1日(火)・2日(水)	午前・午後
(2)ワード初級	文字入力、文書作成の基本操作	3月7日(月)・8日(火)	午前・午後
(3)ワード中級	文章の編集、簡単な図形描画	3月10日(水)・11日(金)	午前
(4)ワード応用	文書編集のテクニック、図形の活用ほか	3月16日(水)・17日(木)	午前
(5)エクセル初級	基本操作	3月3日(水)・4日(金)	午前・午後
(6)エクセル中級	エクセル機能の活用（グラフ・カレンダーの作成ほか）	3月10日(水)・11日(金)	午後
(7)エクセル応用	関数機能の活用（住所録編集、スケジュール表の作成ほか）	3月16日(水)・17日(木)	午後
(8)インターネット入門	基礎から	3月14日(月)・15日(火)	午後
(9)Eメール入門	基礎から	3月14日(月)・15日(火)	午前

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は☎（3209）1111、新宿区ホームページは☎http://www.city.shinjuku.lg.jp/です。



催し・講座

朗読で味わう文学

【日時】2月26日(出)午後2時～4時

【会場】戸山生涯学習館（戸山2―11―101）

【内容】「こうばこの会」の朗読（佐野洋子「嘘ばつかく新釈・世界おとぎ話」から「シンデレラ」、澤田ふじ子「花暦く花にかかわる十二の短篇」から「寒椿」、志賀直哉「小僧の神様」ほか）

【申込み】電話で戸山図書館☎（3207）1191へ。先着40名。

性と生の講座 気づいて！DV

【日時】3月2日(水)午後2時～4時

【内容】DV（ドメスティック

箱根山駅伝大会

【日時】3月6日(日)午前8時～午後1時30分

【コース】都立戸山公園内箱根山周回コース（1人1周1km程度）

【対象】区内在住・在勤・在学の方（小学生以上）5名のチーム、24チーム

【主催】若松地区町会連合会

【申込み】所定の申込書を、2



スポーツ

区軟式野球連盟

登録更新と新規受け付け

現在登録しているチームは、更新が必要です。登録が170チームに満たない場合は、区内在住・在勤の方12名～20名で構成するチームを新規に受け付けます（応募者多数の場合は抽選）。

【受け付け日時】2月12日(出)午後5時～7時（新規のチームは午後6時30分から）

【費用】1チーム千500円（年間登録料）、1名500円（都軟式野

区軟式野球審判講習会

【日時】2月20日(日)午前9時～午後3時（雨天中止）

【対象】区内在住・在勤で16歳以上の方

【会場・申込み】当日直接、西戸山公園野球場（百人町4―1）へ。

【主催・問合せ】区軟式野球連盟・主沢☎（3207）1786へ。

【日時】2月27日(日)午後4時～6時30分

【対象】区内在住・在勤の方、

スキー教室

【日時】3月11日(金)～14日(月)。11日午後7時30分に新宿コズミックセンター（大久保3―1―2）前集合（往復バス利用）

【行き先】志賀高原スキー場（宿泊は志賀一井ホテル）

【対象】区内在住・在勤で18歳以上の方、30名

【内容】カービングスキー講習

【費用】3万7千円（宿泊費・往復バス代・保険料を含む）

【主催・申込み】往復はがきに記載例（4面参照）のほか年齢・性別を記入し、2月14日

硬式テニス

シングルス大会

【日時】3月20日(日)午前9時～午後5時

【会場】有明テニスの森公園（江東区有明2―2―22）

【対象】区内在住・在勤で18歳以上の方、男女各32名

【費用】2千500円（施設利用料等）

【持ち物】ボール2個入り1缶

【主催・申込み】往復はがきに記載例（4面参照）のほか年齢・性別を記入し、2月21日

【新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折富美子（〒160・0011若葉2―6―2）☎（3358）6130へ。先着順。

春季

シングルス卓球大会

【日時】3月20日(日)午前9時～午後7時

【会場】新宿スポーツセンター（大久保3―5―1）

【対象】区内在住・在勤で中学生以上の方、304名

【内容】男女別クラス別（初級・中級・上級）リーグ戦（原則として1チーム7名）

【費用】1チーム千円（保険料を含む）

【主催・申込み】往復はがきに代表者について記載例（4面参照）のほかチーム名、選手全員の氏名・性別・参加クラスを記入し、2月12日（必着）までに