都心共同住宅供給事業
住宅の共同建て替えを支援します

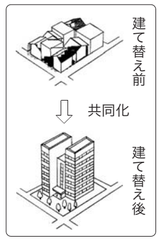
「土地が狭く、不整形だ」「道路に接していないため建て替えができない」などの場所を、隣同士が敷地を一体として活用し、共同で住宅を建て替えるために支援します。応募要件等詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】**地域整備課**（本庁舎8階）☎（5273）3842へ。

◎**支援の概要**

【対象】2年以上区内在住の地権者で、この事業による共同建て替え後も権利のある方

【選定方法等】応募のあった事業計画から、地域特性や事業内容等を考慮し、補助対象候補の事業を採択します。その計画が、東京都の事業計画認定を受けるとともに、東京都と区の補助事業として決定された場合、一定の範囲で助成を受けることができます。



【助成内容】建築物の除去・整地、共同施設の整備にかかる費用の一部

【申込み】具体的な事業計画をお持ちの上、地域整備課（本庁舎8階）へ、パンフレットと所定の応募用紙は、同課で配布しています。相談・応募は随時受け付けています。

■**まちづくり相談員の派遣**

地権者の皆さんが共同化を進めるための勉強会を行う場合などに、専門知識のある「まちづくり相談員」を派遣する制度もあります。ご相談ください。

区（産業振興課）と民間の協働事業
ビズ新宿パソコン教室

【日時・講座名・受講料】下表のとおり（受講料にはテキスト代を含む）

【対象】区内在住・在勤の方、各講座12名（定員に満たない場合は区外の方も受講可）

【会場・申込み】電話かファックス（講座名と日時・住所・氏名・電話番号・ファックス番号を記入）で、**ビズ新宿パソコン教室**（西新宿6－8－2、BIZ新宿3階）☎（3344）3255（平日午前10時～午後6時）・FAX（3344）3715へ。先着順。

講座名	日時	受講料
パソコンくらぶ 自習形式でのレッスン	6月7日～21日の木曜日 午後1時～4時（全3回）	5,000円
初めてのパソコン操作 電源の入れ方、マウスの操作からインターネットまで	6月19日～7月24日の火曜日 午前10時30分～12時（全6回）	20,000円
ワード使いこなし ヘッダー・フッター、図形描画、段組みレイアウトほか	6月19日～7月17日の火曜日 午後1時～2時30分（全5回）	20,000円
実用ワード 図表の活用、はがきの作成、データ差し込み	6月16日(土) 午前10時30分～午後5時	10,000円
エクセル使いこなし 計算式、関数（基本と応用）、テーブルの便利な使い方	6月19日～7月17日の火曜日 午後3時～4時30分（全5回）	20,000円
パワーポイント作成 サイト作成から更新方法まで	6月30日(土) 午前10時30分～午後5時	12,000円
写真＋画像＋はがき ゆっくり作成 イラスト・写真を使って作成する季節のあいさつ状	6月8日～7月6日の金曜日 午後3時～4時30分（全5回）	12,000円
	6月18日～7月23日の月曜日（7月16日を除く） 午前10時30分～12時（全5回）	12,000円
スマートフォン・iPad（アイパッド）・タブレットくらぶ 基本操作、アプリの使い方ほか	6月8日～22日の金曜日 午前10時～12時（全3回）	5,000円
iPad（アイパッド）体験 操作方法、アプリの使い方ほか（定員 各日4名）	6月7日(木)午前10時～12時	5,000円
	6月12日(火)午後3時～5時	5,000円
Facebook（フェイスブック）でつながろう 登録、写真・文章の投稿方法	6月4日～18日の月曜日 午後1時～2時30分（全3回）	10,000円
ツイッター登録・活用 画面の見方、登録、使い方	6月4日～18日の月曜日 午後3時30分～5時30分（全3回）	10,000円
ホームページ作成 完成までサポート（定員3名）	6月4日～7月2日の月曜日 午後1時～3時（全5回）	25,000円
ホームページビルダー初級 サイト作成から更新方法まで	6月23日(土) 午前10時30分～午後5時	15,000円

催し・講座

ティータイムコンサート

●**ギターラテン・カーニバル**

【日時】6月2日(土)午後3時～4時

【プログラム】「忘れな草をあなたに」「コーヒールンバ」ほか（HGCOBギタークラブ）

【会場・申込み】当日直接、**エコギャラリー新宿**（西新宿2－11－4、新宿中央公園内）☎（3348）6277へ。

芸術サロン「オペラ入門」

【日時】6月6日(水)午後6時15分～8時55分（午後6時開場）

【内容】ロッシーニ「セビリアの理髪師」のDVD上映

【会場・申込み】当日直接、**四谷地域センター**（内藤町87）☎（3351）3314へ。先着80名。

講演「若者の心理状態と親の関わり方」

【日時】6月10日(日)午後1時30分～3時30分

【会場】若年者就労支援室「あんだんて」（新宿7－3－29、新宿ここ・から広場しごと棟）

【対象】区内在住で、ひきこもりがちな方（おおむね40歳までの保護者）40名

【講師】谷口英子（NPO法人相談室ハーモニー・心理カウンセラー）

【申込み】電話で、**あんだんて**☎（3200）3329（月～土曜日（水曜日を除く）午後1時～5時）または**区勤労者・仕事支援センター**☎（3200）3311へ。先着順。

※「あんだんて」では、毎月第2・第4金曜日（6月は8日・22日）に、若年非就業者の保護者向けにワークショップを開催しています。

16ミリ発声映写機練習会・講習会

●**操作修了証既取得者練習会**

【日時】6月7日(木)午前10時～午後4時の間で随時

【対象】区内在住・在勤で、16ミリ映写機操作講習修了証をお持ちの方

【会場・申込み】修了証をお持ちの上、当日直接、**中央図書館**へ。

●**操作講習会**

【日時】6月28日(木)・29日(金)午前10時～午後3時30分

【対象】区内在住・在勤の18歳以上で、2日とも出席できる方、15名

【会場・申込み】任意の用紙に記載例（2面参照）のほか生年月日（在勤の方は勤務先の名称・所在地・電話番号も）を記入し、返信用封筒（80円切手を貼る）を同封の上、6月5日（必着）までに**中央図書館資料係**（〒160－0033下落合1－9－8）☎（3364）1421へ。応募者多数の場合は抽選し、結果を6月14日(木)までにお知らせします。

水曜上映会

【日時】6月13日(水)午後2時から

【上映作品】「鷗外の恋人～百二十年後の真実」（1時間28分・ドキュメンタリー）

【会場・申込み】当日直接、**中央図書館**（下落合1－9－8）☎（3364）1421へ。先着100名。

朗読で味わう文学

【日時】6月16日(土)午後2時～4時

【会場】戸山生涯学習館（戸山2－11－101）

【上演作品】柏葉幸子「ピグマリオン」、太宰治「葉桜と魔笛」ほか（朗読・こうばこの会）

【申込み】事前に電話または直接、**戸山図書館**（戸山2－11－101）☎（3207）1191へ。先着40名。

スポーツ

硬式テニス教室

【日時】7月3日～24日の火・金曜日（17日を除く）、午後7時30分～9時30分、全6回

【会場】大久保スポーツプラザ（大久保3－7－42）

【対象】区内在住・在勤の18歳以上で初心者～初級程度の方、35名

【費用】5千円（保険料・施設利用料ほか）

【主催・申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のほか年齢・性別を記入し、6月10日（必着）までに**区硬式庭球連盟・古山寛**（〒162－0041早稲田鶴巻町535）☎（3202）5876へ。応募者多数の場合は抽選。

夏休みラジオ体操指導者講習会

【日時】6月15日(金)・16日(土)午後6時30分～8時

【対象】区内在住・在勤の方、200名

【内容】「ラジオ体操第一・第二」「みんなの体操」の実技と指導法（多胡肇／NHKテレビ・ラジオ体操指導者）

【会場・申込み】当日直接、東戸山小学校（戸山2－34－2）へ。先着順。体操のできる服装で室内用運動靴をお持ちください。

【主催・問合せ】**区ラジオ体操会連盟・桑原**☎（3366）0071へ。

春期卓球教室

【日時】6月10日(日)・▼午前の部…9時30分～12時、▼午後の部…1時30分～4時

【会場】東京富士大学二上講堂（下落合1－9－7）

【対象】区内在住・在勤の16歳以上で経験者の方、各50名

【内容】高度な技術の習得

【費用】500円（施設利用料）

【主催・申込み】費用をお持ちの上、6月1日(金)までに直接、**区卓球連盟**（高田馬場1－28－18、国際卓球㈱内）☎（3205）1601へ。先着順。

区民ダブルス卓球大会

【日時】7月22日(日)午前9時～午後7時

【会場】新宿コズミックセンター（大久保3－1－2）

【対象】区内在住・在勤の方、区卓球連盟チーム登録者・個人登録者（個人登録は当日登録可、年間登録料千円）、200組

【内容】一般の部・110歳以上の部で男子・女子・混合ダブルス（重複出場は不可）

【費用】1組千600円（施設利用料ほか）

【主催・申込み】費用をお持ちの上、6月24日(日)午後6時までに直接、**区卓球連盟**（高田馬場1－28－18、国際卓球㈱内）☎（3205）1601へ。先着順。

エコギャラリー新宿 6月の展示

【期間・内容】時間はお問い合わせください。

●**区民ギャラリー**

▶6日(水)～10日(日)…障害者のカルチャースクール第26期作品展とパラアート工房作品展、▶11日(月)～17日(日)…第21回月の会展、▶19日(火)～24日(日)…第23回真美会展、第11回光彩会写真展、▶26日(火)～7月1日(日)…第22回彩色水墨画合同展

●**環境学習情報センター**

▶15日(金)～19日(火)…ニューシティ絵手紙の会第22回心のこだま展～50円のありがとう～

※5月30日(水)～6月3日(日)は環境月間イベントを開催

※その他の期間は常設展示

【会場・問合せ】**エコギャラリー新宿**（西新宿2－11－4、新宿中央公園内）☎（3348）6277へ。

6月から開始
40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方の
健康診査（特定健診 特定保健指導）がん検診

40歳～74歳の方には、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した「特定健康診査」を実施します。

また、メタボリックシンドロームの危険が高い方は、健康状態やライフスタイルに応じた生活習慣の改善策を医師・保健師・管理栄養士等と一緒に考える「特定保健指導」を受けることができます。

年に1度の健康チェックで、生活習慣病の早期発見・早期改善にお役立てください。

【問合せ】**健康推進課健診係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）4207・FAX（5273）3930へ。

★**健康診査**

40歳～74歳の方の健康診査（特定健診・特定保健指導）は、医療保険者が実施します。

▼新宿区の国民健康保険に加入している方、生活保護を受けている方へは、新宿区が無料で実施します。定期通院中の方も受診できます。

▼健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合に加入している方（被扶養者を含む）へは、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保険者へお問い合わせください。

★**がん検診**

加入している健康保険に関係なく受診できます（**右下表**）。

区民健康センターでのがん検診は、4月から実施しています（検診票は、予約後に区民健康センターから郵送）。

★**健（検）診票の郵送**

40歳～74歳で次のいずれかに該当する方へは、5月29日(火)に送りします。

▼健康診査票…新宿区の国民健康保険に加入している方、生活保護を受けていて21年度以降に区の健康診査を受けた方

▼がん検診票…区の委託医療機関で21年度以降にがん検診を受けた方

★**受診方法**

健（検）診票がお手元に届いたら、同封の「健康診査・がん検診のご案内」をご覧の上、受診してください（**右下表**の「予約方法」参照）。

75歳以上の方の健康診査・がん検診

5月から開始しています。予約時に健（検）診票が必要です。健（検）診票がお手元にない方は、電話で健康推進課健診係または新宿区健康診査ご案内センター（**上記**）へ請求してください。

16歳～39歳の方の健康診査

4月から開始しています。予約時に健診票は必要ありません。直接、**右下表**の健診予約センターまたは区民健康センターへ予約してください。

区が実施する健（検）診の内容・対象・実施場所・費用（年齢は25年3月30日現在）

健（検）診の種類 予約方法	健（検）診の実施場所：保健センター 健診予約センター ☎(3200)1508へ予約 月～金曜日午前9時～午後6時に受け付け	区民健康センター 区民健康センター ☎(3208)2222へ予約 月～金曜日午前8時30分～午後5時に受け付け	区の委託医療機関（区内診療所など） 各医療機関へ直接予約	費用
健康診査（診断書は発行しません）	▶16歳～39歳の方 ※学校等で健診を受ける機会がある方を除く ▶40歳～64歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方	▶16歳～39歳の方 ※学校等で健診を受ける機会がある方を除く ▶40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方 ▶75歳以上の方	▶40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方 ▶75歳以上の方	無料
がん検診：前立腺がん検診	健康診査を受診する50歳以上の男性で希望する方 ※区の委託医療機関では、区の健康診査を受ける機会のない50歳以上の男性にも実施			200円
がん検診：胃がん検診		20歳以上の方	35歳以上の方	1,900円 大腸がん検診と同時に受診する方は2,400円
がん検診：大腸がん検診		20歳以上の方	35歳以上の方	600円 胃がん検診と同時に受診する方は2,400円
がん検診：肺がん検診		20歳以上の方 ※胸部X線と喀痰（かくたん）細胞診のセットのみ	40歳以上の方	900円 喀痰細胞診も受診する方は1,200円
がん検診：子宮がん検診★		20歳以上で偶数年齢の女性 ※区民健康センターでは体部細胞診は実施しません		900円 体部細胞診も受診する方は2,000円
がん検診：乳がん検診★			40歳以上で偶数年齢の女性	800円
がん検診：乳がん自己検診個別指導			30歳～39歳の女性	無料

★子宮がん検診・乳がん検診は、奇数年齢で23年度に検診を受けていない方も受診できます。

新宿区健康診査ご案内センター ☎0120(502)252

特定健康診査の対象者に電話をおかけし、受診の確認・健（検）診票の再発行等をご案内します。ご不明な点など、お気軽にお問い合わせください。

【開設日時】6月1日(金)～9月29日(土)の月～土曜日（祝日を除く）午前9時～午後7時

区民健康センターの日曜総合健診（健康診査とがん検診）

日曜日に健康診査と各種がん検診（希望する方）を同時に受診できます。年20回、男女別に実施しています。

【日時】男性は7月8日(日)、女性は7月29日(日)、いずれも午前8時30分から

【会場】区民健康センター（大久保3－1－1、旧戸山中学校）

【対象】区内在住で、健康診査は16歳以上（40歳～74歳は新宿区の国民健康保険に加入している方）、がん検診は20歳以上で、いずれも平日に受診できない方、15名程度（胃がん検診は8名程度、前立腺がん検診は50歳以上の男性の方）

【内容】▶健康診査…問診・内科診察・身体計測・血圧測定・尿検査・心電図・血液検査、▶希望できる追加検査…胃・大腸・肺・前立腺がん検診、B型C型肝炎ウイルス検査

※65歳以上の方は、胸部X線撮影があります。

【費用】▶健康診査…無料、▶胃・大腸がん検診…2,400円、▶肺がん検診…1,200円、▶前立腺がん検診…200円、▶肝炎ウイルス検査…原則として有料（これまでに受けたことがない方は無料）

【申込み】6月8日(金)午前9時から、電話で**区民健康センター**☎(3208)2222へ。先着順。

※健康診査を希望する40歳以上（昭和48年3月31日以前の生まれ）の方は、お手元に健診票を用意して予約してください（健診票がない方は、電話で健康推進課健診係☎(5273)4207または新宿区健康診査ご案内センター☎0120(502)252へ請求してください）。

65歳以上の方へ
生活機能評価で介護予防

生活機能とは、食事や歩行など日常生活に必要な機能のことで、年齢を重ねると少しずつ低下していきます。いつまでも生き生きと過ごすため、現在の生活機能をチェックしましょう。機能の低下が見られる方には、区の介護予防教室をご案内します。

【対象】区内在住で65歳以上（24年3月30日現在）の方（介護保険で「要介護」「要支援」と認定されている方を除く）

※64歳（24年3月30日現在）で生活機能に不安のある方は、高齢者総合相談センター（**左表**）へご相談ください。

【問合せ】**高齢者福祉課高齢者事業係**（本庁舎2階）☎（5273）4568・FAX（5272）0352へ。

生活機能評価の受け方

★65歳～74歳の方は加入している健康保険等で実施方法が異なります

●**75歳以上の方**

●**65歳～74歳で区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方**

区の健康診査（年1回受診可）と同時に生活機能評価を実施します。健診票と一緒に郵送する「介護予防のための基本チェックリスト」に記入し、区民健康センターか区の委託医療機関で健康診査を受けてください。

●**65歳～74歳で健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合に加入している方と被扶養者の方**

5月23日に「生活機能チェックのご案内」を発送しました。案内に沿って、チェックリストの質問にお答えください。

チェックリストの結果が一定の項目数に該当した方は、お住まいの地域の高齢者総合相談センター（**左表**）へご相談ください。後日、高齢者福祉課から「介護予防のための生活機能検査票」をお送りしますので、区の委託医療機関で検査を受けてください。

高齢者総合相談センターは高齢者の方の総合的な相談窓口です

センター	所在地	電話番号
四谷	左門町9、玉盛ビル1階	(5367)6770
箪笥町	北山伏町2－12、特別養護老人ホームあかね苑新館内	(3266)0753
榎町	弁天町50 牛込保健センター1階	(5227)1757
若松町	若松町25－19	(5292)0710
大久保	百人町2－8－13、Fiss1階	(5332)5585
戸塚	高田馬場1－17－20 新宿区社会福祉協議会1階	(3203)3143
落合第一	中落合2－5－21 聖母ホーム内	(3953)4080
落合第二	上落合2－22－11 バインフィールドビル3階	(5348)5566
柏木・角筈	西新宿7－21－21 西新宿成和ビル4階	(5338)9531
新宿区役所	歌舞伎町1－4－1 高齢者福祉課（本庁舎2階）内	(5273)4568