区のサービス・手続き・施設のご案内は ★しんじゅくコール★
☎(3209)9999 午前8時～午後10時 FAX(3209)9900

保健

牛込保健センター 弁天町50	☎(3260)6231
四谷保健センター 四谷4-17	☎(3351)5161
西新宿保健センター 西新宿7-5-8	☎(3369)7118
落合保健センター 下落合4-6-7	☎(3952)7161

認知症・もの忘れ相談

【日時】8月28日㈫午後2時～4時
【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」とお悩みの方、5名程度
【内容】専門医の個別相談（櫻井博文・東京医科大学病院老年病科医師）
【会場・申込み】電話で**保健予防課保健相談係**（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3862へ。先着順。

精神保健講演会

●統合失調症の正しい理解と接し方
【日時】9月14日㈮午後2時～4時
【会場】西新宿保健センター
【対象】区内在住・在勤で統合失調症を持つ方の家族、身近に接している方、50名
【講師】根本隆洋（東邦大学医学部精神神経医学講座医師）
【申込み】電話で**保健予防課保健相談係**（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3862へ。先着順。

骨粗しょう症予防検診

【日時・会場】▼9月11日㈫・25日㈫…牛込、▼12日㈬・26日㈬…西新宿、▼13日㈭・27日㈭…落合の保健センター、いずれも午前9時～10時に受け付け
【対象】区内在住で20歳以上の方（1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く）
【内容】骨密度測定（かかとの測定・超音波法）、医師の結果説明、保健・栄養相談
【費用】300円
【申込み】電話で**会場の保健センター**へ。先着順。

両親学級

●おとうさん出番ですョ！
【日時】9月15日㈯午前9時30分～12時
【対象】区内在住でもうすぐ赤ちゃんを迎えるカップル、20組
【内容】体験実習「赤ちゃんのお風呂」と話「赤ちゃんのいる生活～医師とパパの立場から」
【持ち物】母子健康手帳、エプロン
【会場・申込み】電話で**四谷保健センター**へ。先着順。

1歳児食事講習会

●離乳食から幼児食へのステップアップ
【日時】9月20日㈭午前11時～午後1時
【対象】区内在住で1歳～1歳6か月ころのお子さんと保護者、20組
【内容】離乳完了時期の食事とおやつの話、調理実演と試食（栄養士）、口の発育の話（歯科衛生士）
【持ち物】母子健康手帳、子ども用エプロン
【会場・申込み】電話で**西新宿保健センター**へ。先着順。託児あり。

発酵調味料で健康美容講座

●塩麹を使った簡単ワンプレート料理
【日時】9月28日㈮午前10時～午後1時
【対象】区内在住の方、20名
【内容】調理実習（キノコと秋野菜の塩麹パスタ・塩麹漬けほか）と生活習慣病予防の話
【会場・申込み】電話で**落合保健センター**へ。先着順。

低負荷バランス体操教室

●10月～12月コース
【日時・コース】▼水曜コース…10月3日～12月19日の水曜日、①午前10時40分～11時40分、②午前11時50分～午後0時50分（①②のいずれかに参加）、▼金曜コース…10月5日～12月21日の金曜日、午前9時30分～10時30分。いずれも全12回。血圧等測定のため開始時刻の15分前に集合
【内容】高齢者の方の運動機能改善と筋力向上のため、いすに座って行う運動が中心のゆっくりした体操
【費用】4千800円（12回分）
【会場・申込み】電話で8月31日㈮までに**元気館**（戸山3－18－1）☎(3202)6291（午前9時～午後5時）へ。各コース15名。応募者多数の場合は抽選。

審議会

環境審議会

【日時】8月20日㈪午後2時～4時
【内容】新宿区第二次環境基本計画の策定ほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎3階302会議室へ。
【問合せ】**環境対策課環境計画係**（本庁舎7階）☎(5273)3763へ。

しんじゅく情報局

東日本大震災復興支援イベント「新宿スマイル」

【日時】8月18日㈯・19日㈰午前11時～午後7時
【会場】新宿モア4番街、新宿駅東口前広場
【内容】新宿の文化PRファッションショー、ウルトラマンショー、吉本お笑いライブほか
【後援】新宿区
【主催・問合せ】**東京青年会議所新宿区委員会**☎(5276)6161へ。

8月29日～9月9日 東京都耐震キャンペーン

①木造住宅、ビル・マンション耐震改修工法等展示会
【日時】8月29日㈬～31日㈮午前10時～午後6時（31日は午後5時まで）
【会場・申込み】当日直接、新宿駅西口広場イベントコーナーへ。個別相談会も実施します。
②マンション耐震セミナー・個別相談会
【日時】9月1日㈯午後1時30分～5時
【会場】都庁都民ホール（西新宿2－8－1、都議会議事堂1階）
【申込み】電話でNPO法人建築技術支援協会☎(5689)2911へ。先着250名。
③耐震フォーラム・個別相談会
【日時】9月3日㈪午後2時～5時
【会場】都庁第一本庁舎5階大会議場（西新宿2－8－1）
【申込み】電話で耐震キャンペーン事務局☎(3370)2411へ。先着500名。
【問合せ】①③は**東京都都市整備局建築企画課**☎(5388)3348、②は**同局マンション課**☎(5320)4944へ。詳しくは、東京都耐震ポータルサイト（HP http://www.taishin.metro.tokyo.jp/）でご案内しています。

高田馬場公証役場の移転

左記に移転しました。電話番号・ファックス番号も変わりました。
【所在地】高田馬場3－3－3、NIAビル502
【問合せ】**同公証役場**☎(5332)3309・FAX(3362)3370へ。

9月の各種相談

※複雑な相談内容には資料をお持ちください

くらし・法律

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問合せ
区民相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	本庁舎1階 区民相談コーナー	区政情報センター ☎（5273）4585
法律相談・交通事故相談	水・木曜日（祝日等除く）	13:00～15:30（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	広聴担当課広聴係 ☎（5273）4065
行政相談	7㈮・21㈮	13:00～16:00	本庁舎1階ロビー	
人権・身の上相談	7㈮・21㈮	13:00～16:00	第1分庁舎2階 区民相談室	総務課総務係 ☎（5273）3505
公益通報相談	27㈭	14:00～16:00		
悩みごと相談室	月曜日（祝日等除く）	10:00～16:00	第1分庁舎2階区民相談室 電話相談☎（5273）3646	男女共同参画課・面接相談（電話予約）☎（3341）0801
	月～土曜日（祝日等除く）		男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）（荒木町16）電話相談☎(3353)2000、※男性相談員による電話相談（土曜日午後1時～4時）☎(3341)0905	
女性相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	生活福祉課相談支援係（第2分庁舎1階） ☎（5273）3884	
消費生活相談	月～金曜日（祝日等除く）	電話…9:00～17:00 来所…9:00～16:30	新宿消費生活センター（第2分庁舎3階） ☎（5273）3830	
多重債務特別相談	10㈪・24㈪	13:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	新宿消費生活センター ☎（5273）3830
就労支援総合相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～17:00	消費者支援等担当課就労支援係（第2分庁舎3階）☎(5273)3925	
内職相談		8:30～17:00		
若者の仕事と心の相談室	火曜日（祝日等除く）	15:30～18:50（電話予約）	若年者就労支援室「あんだんて」（新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内）☎(3200)3329	
商工相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～16:00（電話予約）	BIZ新宿（西新宿6-8-2）	産業振興課産業振興係 ☎（3344）0702
図書館でのビジネス情報支援相談会	15㈯	13:00～17:00（申込書で予約）	中央図書館（下落合1-9-8） ☎（3364）1421	
	26㈬	17:00～21:00（申込書で予約）	角筈図書館（西新宿4-33-7） ☎（5371）0010	
税務相談	4㈫・18㈫	13:30～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	税務課税務係 ☎（5273）4135
緑化（園芸・盆栽）相談	3㈪	13:30～15:30	本庁舎1階ロビー	みどり公園課みどりの係 ☎（5273）3924
外国人相談	英語☎(5272)5060・中国語☎(5272)5070・韓国語☎(5272)5080 【実施日時】月～金曜日（祝日等を除く）9:30～12:00、13:00～16:30 【相談場所】本庁舎1階区民相談コーナー			
	英語・中国語・韓国語・タイ語・ミャンマー語（日時は要問い合わせ）		しんじゅく多文化共生プラザ（歌舞伎町2-44-1）☎（5291）5171	

福祉

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問合せ
福祉サービスに関する法律相談	18㈫	14:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	地域福祉課福祉計画係 ☎（5273）3623
成年後見・権利擁護相談	月・水・金曜日（祝日等除く）	13:00～16:00（電話予約）	新宿区成年後見センター（高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内）☎(5273)4522	
障害者相談窓口	障害者福祉課☎(5273)4518・FAX(3209)3441、保健予防課☎(5273)3862、あゆみの家☎(3953)1230、保健センター、★区立障害者福祉センター☎・FAX(5292)7890、まど☎(3200)9376、★オフィスクローバー☎(3365)4180、★ラバンス☎(3364)1644、ファロ☎(3350)4437、風☎(3952)6014へ。★はピアカウンセリングも実施			

子ども・教育

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問合せ
子どもと家庭の総合相談	月～土曜日（祝日等除く）	8:30～19:00	子ども総合センター（新宿7-3-29） ☎（3232）0675	
	日曜日・祝日（電話相談のみ）	8:30～17:00	※心身の発達への不安や障害に関する相談もお受けします。	
	月～土曜日（祝日等除く）	信濃町☎(3357)6855・榎町☎(3269)7345・中落合☎(3952)7752の子ども家庭支援センターへ。		
子ども家庭相談	地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、児童館へ。			
家庭相談	月～金曜日（祝日等除く）	13:00～17:00	子ども家庭課育成支援係（本庁舎2階） ☎（5273）4558	
ひとり親相談		8:30～17:00		
子育て電話相談	火～金曜日（祝日等除く）	13:00～15:00	お近くの公立の各保育園へ。	
教育相談	月～金曜日（祝日等除く）	電話…9:00～17:00 来所…9:00～18:00	教育センター（大久保3-1-2）☎(3232)3071 電話相談☎（3232）2711	
子ども相談	電話…月～金曜日9:00～20:30、土・日曜日、祝日9:00～17:00 来所…月～金曜日9:00～17:00		東京都児童相談センター（戸山3-17-1） 電話相談☎（3202）4152 来所相談☎（3208）1121	

住宅・建築

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問合せ
住み替え相談・不動産取引相談	7㈮・14㈮・21㈮・28㈮	13:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	住宅課居住支援係 ☎（5273）3567
マンション管理相談	14㈮・28㈮	13:00～15:50（電話予約）		
安全安心・建築なんでも相談	17㈷	10:00～15:00	早稲田地球感謝祭の会場（西早稲田1-6-1）	建築指導課建築企画係 ☎（5273）3732
建築紛争相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	本庁舎8階	建築調整課 ☎（5273）3544

年金・労務等無料相談	14㈮	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎（5363）5554
不動産登記無料相談	11㈫	13:00～16:00	区役所第1分庁舎2階区民相談室	主催・東京司法書士会新宿支部☎(5464)5887 東京土地家屋調査士会新宿支部☎(3363)0588
行政手続無料相談	4㈫・18㈫	12:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都行政書士会新宿支部 ☎（5332）5625
マンション問題無料なんでも相談	5㈬・19㈬	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・新宿区マンション管理士会 ☎（3361）9305
法律テレフォンガイド ☎(5367)5290	月～金曜日	10:00～12:00、13:00～15:00		主催・弁護士会が運営する法律相談センター