

# 新宿 Shinjuku City Half Marathon 第12回 区民健康マラソン

## 26年1月26日(日) 国立霞ヶ丘競技場スタート・ゴール

区内在住の方の先行申し込みは8月30日(金)から

【部門・定員】  
 ▼①ハーフマラソン(日本陸連公認)：4千500名  
 ▼②10km(日本陸連公認)：2千500名  
 ▼③健康マラソン：小学生・中学生・一般ファミリー(小学生と保護者は2km、小学生・70歳以上の方・障害のある方は競技場内の300m、ひよこ(未就学児と保護者は競技場内の42・195m、計2千300名)  
 【費用】①は4千500円、②は3千500円、③は500円、千500円(①②は費用のうち500円を東日本大震災復興支援に活用します)  
 【主催】新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン実行委員会(新宿区、区教育委員会、新宿未来創造財団、区陸上競技協会ほか)  
 【申込み】  
 ▼区内在住の方の先行申し込み(各部門いずれも先着順)：8月30日(金)～9月10日(火)に、募集パンフレットの専用振込用紙でお申し込みください。  
 ※パンフレットは、新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)・新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)・特別出張所等に備えてあります。  
 ▼一般申し込み(ハーフマラソンの部は抽選。10km健康マラソンの部は先着順)：ハーフマラソンの部は9月11日(水)午前9時～9月25日(水)午後5時に、10km健康マラソンの部は9月11日(水)午前9時～9月25日(水)午後5時に、ランテス(ランネット)ホームページ(<http://runnet.jp>)からお申し込みください。携帯電話からも申し込み可能です。  
 ※大会当日に、コースの沿道整理・参加者受け付け等をお手伝いいただくボランティア(16歳以上)を募集しています。  
 【問合せ】同実行委員会事務局(新宿未来創造財団内) ☎(3232)7701へ。



保 健

### 区民健康センターの日曜健康診査・がん検診(10月分)

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。

【日時】男性は10月6日(日)、女性は10月27日(日)、いずれも午前8時30分から  
 【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10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：2千400円、肺がん検診：千200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のない方は無料)  
 【会場・申込み】9月6日(金)午前9時から、電話で区民健康センター(大久保3-1-1、旧戸山中学校 ☎(3208)2222)へ。先着順。25年度の健康診査票をお持ちの方は、お手元にご用意の上、お申し込みください。

### 食品衛生講習会

調理従事者、食品関係事業者向け

【日時】9月13日(金)午後2時～4時  
 【内容】最新の食品衛生事情「ノロウイルスとカンピロバクター」

【会場・申込み】当日直接、四谷区民ホール(内藤町87)へ。先着順。  
 【問合せ】衛生課食品監視第二係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3837へ。

### ぜん息・アレルギー予防相談

【日時】10月3日(木)午後1時15分～3時  
 【会場】牛込保健センター(弁天町50)

【対象】区内在住の15歳未満でぜん息・アトピー性皮膚炎などアレルギー症状でお悩みの方、10名  
 【内容】問診、専門医の診察、保健師・栄養士の相談、住まいの環境衛生相談  
 【申込み】電話で9月19日(木)までに健康推進課公害保健係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3048へ。先着順。

### ヘルスアップ料理講座

からだのキレイは腸内から  
 【日時】9月10日(火)午前10時30分～午後1時30分  
 【対象】区内在住の方、20名  
 【内容】腸内環境を整えるレシピの紹介と調理実習  
 【会場・申込み】電話で落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952)7161へ。先着順。

### 育児講演会

【日時】9月30日(月)午前10時30分～12時  
 【対象】区内在住で1歳6か月～3歳未満のお子さんと保護者、25組  
 【内容】イヤイヤ期(2歳ころ)の対応(宮田由紀子・臨床心理士)  
 【会場・申込み】電話で牛込保健センター(弁天町50) ☎(3260)6231へ。先着順。託児あり。



催し・講座

### 落語in和室

【日時・会場・出演】①9月2日(月)昔昔亭A太郎・古今亭今いち：大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)、②20日(金)春風亭昇也・瀧川鯉ん：新宿文化センター(新宿6-14-1)、いずれも午前10時30分～11時20分(午前10時開場)  
 【費用】400円(回数券あり)

### 協力落語芸術協会

【問合せ】①は新宿未来創造財団施設課 ☎(3232)7701、②は新宿文化センター ☎(3350)1141へ。

### オルガンリサイタル

●ノートル・ダムのヴィエルヌが奏でる、荘厳で優雅な音色をお楽しみください。  
 【日時】9月4日(水)午後7時～9時

### 四谷を識(し)る勉強会

●文学のまち四谷の昔と今  
 【日時】9月14日(土)午後1時～3時  
 【内容】講演「四谷ゆかりの作家・文学編(新宿歴史博物館学芸員)」「文学座と四谷」「文学座職員」・区民でつくる文学散歩コース「四谷文学地図」の作成  
 【会場・申込み】当日直接、四谷地域センター(内藤町87)へ。先着80名。  
 【問合せ】四谷地区協議会事務局(四谷特別出張所内) ☎(3354)6171へ。

### ランチタイムコンサート

●オペラアリアの魅力  
 【日時】9月5日(木)午後0時15分～1時15分(正午開場)  
 【プログラム】オペラ「椿姫」から(出演)菊池大翼・テノール、奈良原蘭里・ソプラノ、松岡なぎさ・ピアノ  
 【会場・申込み】当日直接、新宿文化センター(新宿6-14-1) ☎(3350)1141へ。途中入退場自由。4歳未満は入場できません。

### シルバー大学「神田川探訪」

【日時】9月8日(日)午後2時～3時30分(午後1時開場)  
 【対象】区内在住の方、50名  
 【会場・申込み】当日直接、西早稲田地域交流館(西早稲田1-22-2) ☎(5286)8311へ。先着順。  
 ※同館ロビーでは、9月6日(金)～13日(金)に神田川の歴史を紹介するパネルを展示します(午前9時～午後6時)。

### 映画会

【日時・上映作品】水曜上映会：9月11日(水)午後2時から「9・11生存者が語る真実」(ドキュメンタリー・46分)・映画の夕べ：20日(金)午後6時から「フラガール」(監督/李相日・2時間)  
 【会場・申込み】当日直接、新宿コズミックセンター8階プラネタリウム(大久保3-1-2)へ。各日先着80名。  
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。

### 地球規模の現象」

●古生代を生き抜いた「三葉虫」の観察  
 【日時】9月28日(土)午前10時～12時  
 【対象】小学4年生以上、20名(小学生は保護者同伴)  
 【講師】伊津野都平(オリンパス株)  
 【会場・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のほか小学生は学年と保護者名を記入し、9月21日(必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023 西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へ。先着順。

### 講座「顕微鏡で観る」

●古生代を生き抜いた「三葉虫」の観察  
 【日時】9月28日(土)午前10時～12時  
 【対象】小学4年生以上、20名(小学生は保護者同伴)  
 【講師】伊津野都平(オリンパス株)  
 【会場・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のほか小学生は学年と保護者名を記入し、9月21日(必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023 西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へ。先着順。

### 映画会・キネマ角筈

【日時】9月29日(日)午後2時～4時  
 【会場】角筈地域センター(西新宿4-33-7)  
 【上映作品】「たけくらべ」(原作・樋口一葉、モノクロ1時間35分)  
 【申込み】8月27日(火)から電話または直接、角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。先着60名。

### セミナー投資信託入門

【日時】10月3日(木)午後7時～9時  
 【会場】BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6-8-2)  
 【対象】区内在住で中小企業に勤める方、区内の中小企業に勤める方、50名

【内容】初心者向けに投資信託の基本を解説  
 【申込み】往復はがきかファックス(記載例(4面参照)のほか勤務先の名称・所在地・電話番号を記入)で、9月20日(必着)までに新宿(区勤労者・仕事支援センター勤労者サービス課、〒160-0022 新宿7-3-29) ☎(3208)2311・☎(3208)3100へ。はがき・ファックス1通に1名。応募者多数の場合は抽選し、応募が10名に満たない場合は中止します。当選者には、詳しいご案内を9月25日(水)に発送します。



スポーツ

### 秋季合気道体験会

【日時】9月1日(日)午後1時～4時  
 【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)  
 【対象】6歳～65歳の方、60名  
 【内容】受け身・基本技・護身術ほか  
 【主催】申込み電話で区合気道連盟・島田 ☎(3200)0516(午前10時30分～午後5時)へ。先着順。当日、会場でも受け付けます。

### エコギャラリー新宿9月の展示

【期間・内容】展示時間は、お問い合わせください。  
 ▼8月28日(水)～9月1日(日)：夏だ、わっしょい展、7日(土)・8日(日)：日本春秋書院城西東書道団展、12日(木)～16日(祝)：第4回新宿みんなのアート展、17日(火)～18日(水)：女子大展、20日(金)～23日(祝)：第20回玄麟書塾展、25日(水)～29日(日)：第10回創彩会展、27日(金)～30日(月)：第25回東京都伯水会伯水展  
 ※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) ☎(3348)6277へ。