

9月29日(木)から 後期高齢者医療制度 秋季保養施設の一般受け付けを開始

温泉で秋を感じてみませんか



秋の行楽シーズンに、一般より安い料金で宿泊できます。いずれも高齢者に配慮したバリアフリー対応の施設です。

はがきでの抽選に申し込んだ方も、再度申し込みます。

【対象】新宿区の後期高齢者医療被保険者を含め、2名以上で利用する方

【施設】

- ▼湯本富士屋ホテル(神奈川県箱根町)
- ▼おんやど恵(神奈川県湯河原町)
- ▼四万やまぐち館(群馬県中之条町)

▼ホテル神の湯温泉(山梨県甲斐市)

▼ホテル暖香園(静岡県伊東市)

【利用期間】10月15日(土)～11月15日(火)(チェックアウトの日)。

利用は1回につき2泊まで。1泊2食(夕食・朝食)付き。食事なしの利用はできません。

【施設利用料】1泊1部屋千700円

【食事料金】7千500円～8千円(中学生以上)

※3歳～小学生の料金はお問い合わせください。

【申込み】9月29日(木)から予約専用電話 ☎(5273)4203(午前9時～午後5時)へ。

9月29日(木)は電話予約のみ受け付けます。9月30日(金)からは、電話予約のほか高齢者医療担当課の窓口で受け付けます。後期高齢者医療被保険者証・施設利用料をお持ちください。

【問合せ】高齢者医療担当課高齢者医療係(本庁舎4階) ☎(5273)4203・FAX(3203)6083へ。

※各施設の空き室状況はお問い合わせください。新宿区ホームページでもご案内しています。



赤い羽根共同募金運動にご協力を

●じぶんの町を
良くするこくみ

10月1日(土)から始まります。募金は、地域の福祉施設・団体の活動支援や備品の整備などに役立てられるほか、被災地支援にも活用されます。

【募金箱の設置場所】区役所本庁舎内、特別出張所、区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)ほか

【問合せ】区社会福祉協議会 ☎(5273)2941・FAX(5273)3082へ。

家族介護者交流会

高齢者を介護している方と介護を経験した方が、介護に関する情報交換や介護の悩みを語り合う場です。当日直接、会場へおいでください(途中入退場自由)。

【10月の日時・会場】

- ▼①四谷の会：6日(木)午後1時30分～3時30分/四谷保健センター等複合施設(三栄町25)
- ▼②フレンズ：26日(水)午後1時30分～4時/デンマークイン新宿(原町2-43)
- ▼③わきあいあい：12日(水)午後1時30分～3時30分/マザアス新宿(新宿7-3-31)
- ▼④大久保・あつた会：11日(火)午後1時30分～3時30分/まちカフェふるさと(大久保1-10-22)
- ▼⑤いっぶくの会：22日(土)午後1時30分～4時/聖母ホーム(中落合2-5-21)
- ▼⑥かずら会：21日(金)午後2時～4時/落合第二地域センター(中落合4-17-13)
- ▼⑦ひととき：20日(木)午後2時～4時/かしわ苑(北新宿3-27-6)

【費用】①～③⑤⑦は無料、④は100円(飲み物代)

【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4254・FAX(5272)0352へ。

※介護のため参加が難しい方には、デイサービス、ヘルパー派遣等の支援をします。ご相談ください。

●いつまでも輝いて
過ごすために

新宿いきいき体操サポーターの皆さんと一緒に加齢に負けない体を作る「新宿いきいき体操」を覚えませんか。

介護予防のためのミニ講座「高齢者の食事と栄養」低栄養にならないためにできることも開催します。

【日時】11月1日(火)午後2時～4時

【会場】若松地域センター(若松町12-6)

【対象】区内在住・在勤の方、40名程度

【持ち物】上履き、飲み物

※動きやすい服装でおいでください。

戸山シニア活動館 指定管理者選定 公開プレゼンテーション

29年4月から施設を運営する指定管理者を選定するため、1次審査を通過した事業者の公開プレゼンテーションを実施します。

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、教育センター(大久保3-1-2、新宿コズミックセンター5階)へ。

【問合せ】地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階) ☎(5273)4567・FAX(6205)5083へ。

【日時】10月8日(土)午後2時～3時(午後1時45分開場)

【申込み】電話で地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568・FAX(6205)5083へ。

※他の会場の参加者は、「広報しんじゆく」後号で募集します。

●あゆみ祭の
ボランティアを募集

あゆみ祭は、区内にお住まいの心身に障害のある方等の生活を支援する施設あゆみの家で開催するお祭りです。

あゆみの家の利用者と一緒に過ごしたり、模擬店・バラエティショー等のお手伝いをしていただける方を募集します。

【祭りの日時】11月13日(日)午前9時～午後4時

【会場・申込み】10月21日(金)までに電話かファックス(3面記入例のとおり記入)であゆみの家(西落合1-30-10) ☎(3953)1230・FAX(3953)1053へ。

60歳以上の方へ 高齢者マッサージサービスのご利用を



健康増進のため、お近くの地域交流館等で毎月1～2回程度実施しています。10月～29年3月までの日程をご案内します。

【日時・会場】右表のとおり。時間はいずれも午後1時～5時

【費用】1回1,000円(施術は30分)

【申込み】当日直接、各施設へ。

※予約受け付けは当日分のみで、各館の開館時間からです。日程は変更することがあります。各施設にご確認ください。

※初めて施設を利用する方には、「利用証」を発行します。健康保険証等をお持ちください。

【問合せ】地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階) ☎(5273)4567・FAX(6205)5083へ。

施設名(所在地)	電話番号	ファックス番号	日程					
			10月	11月	12月	29年1月	2月	3月
薬王寺ことぶき館(市谷薬王寺町51)	(3353)6625	(3353)6640	19(水)	9(水)・30(水)	21(水)			
高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	(3362)4560	(3368)8169	5(水)	2(水)・17(木)	7(水)	11(水)・19(木)	1(水)	1(水)・16(木)
信濃町シニア活動館(信濃町20)	(5369)6737	(5369)6738	12(水)	2(水)・16(水)	14(水)	11(水)・18(水)	8(水)	1(水)・15(水)
戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	(3204)2422	(3204)2421	18(火)	8(火)・25(金)	13(火)	10(火)・25(水)	21(火)	14(火)・29(水)
西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	(3377)9380	(3377)9231	21(金)	11(金)・25(金)	16(金)	13(金)・27(金)	17(金)	10(金)・24(金)
早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	(3208)2552	(3208)2552	21(金)	11(金)・25(金)	16(金)	13(金)・27(金)	17(金)	10(金)・24(金)
西早稲田地域交流館(西早稲田1-22-2)	(5286)8311	(5286)8314	12(水)	9(水)・24(木)	14(水)	11(水)・25(水)	8(水)	8(水)・22(水)
新宿地域交流館(新宿5-3-13)	(3341)8955	(3341)8955	12(水)	2(水)・16(水)	14(水)	11(水)・18(水)	8(水)	1(水)・15(水)
山吹町地域交流館(山吹町342)	(3269)6189	(3269)6189	11(火)	8(火)・22(火)	13(火)	10(火)・24(火)	14(火)	14(火)・28(火)
上落合地域交流館(上落合2-28-8)	(3360)1414	(3360)1477	17(月)	10(木)・28(月)	19(月)	12(木)・23(月)	13(月)	9(木)・27(月)
北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	(3369)5856	(3369)5877	20(木)	9(水)・24(木)	1(木)	12(木)・26(木)	23(木)	2(木)・29(水)
下落合地域交流館(下落合3-12-33)	(3951)0023	(3951)0023	6(木)	10(木)・24(木)	8(木)	12(木)・26(木)	9(木)	9(木)・23(木)
百人町地域交流館(百人町2-18-21)	(3368)8156	(3368)8157	12(水)	1(火)・23(水)	13(火)	11(水)・24(火)	15(水)	7(火)・22(水)
東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	(3269)6895	(3269)6357	19(水)	9(水)・23(水)	21(水)	11(水)・25(水)	15(水)	8(水)・22(水)
中町地域交流館(中町25)	(6265)0608	(3267)3325	12(水)	9(水)・23(水)	14(水)	11(水)・25(水)	8(水)	8(水)・22(水)
本塩町地域交流館(本塩町8)	(3350)1456	(3350)1457	13(木)	10(木)・24(木)	8(木)	12(木)・26(木)	9(木)・23(木)	9(木)・23(木)・30(木)
北山伏地域交流館(北山伏町2-17)	(3269)7197	(3269)7197	21(金)	11(金)・25(金)	16(金)	13(金)・20(金)・27(金)	17(金)・24(金)	10(金)・17(金)・24(金)
中落合地域交流館(中落合2-7-24)	(3952)7163	(3565)2530	7(金)	11(金)・25(金)	9(金)	6(金)・20(金)	10(金)	10(金)・24(金)
北新宿第二地域交流館(北新宿3-20-2)	(5348)6751	(3369)0081	3(月)	14(月)・25(金)	12(月)	9(水)・27(金)	13(月)	13(月)・24(金)
高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	(3200)5816	(3200)5816	13(木)	10(木)・24(木)	8(木)	12(木)・26(木)	9(木)	9(木)・23(木)
高齢者いこいの家 清風園(中落合1-7-26)	(3951)0086	(5982)9808	12(水)	9(水)・30(水)	14(水)	11(水)・25(水)	8(水)	8(水)・22(水)