



【日時】5月24日(水)午後2時～4時
 【会場】角苦地域センター(西新宿4-33-17)
 【対象】区内在住・在勤の方、40名程度
 【ミニ講座の内容】ロコモ予防講座、筋肉元氣度をチェックしてみよう
 【持ち物】上履き、飲み物。動きやすい服装でおいでください。
 【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・☎(6205)5083へ。

新宿いきいき体操講習会
 5月の講習会参加者を募集
 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。
 講習会では、体操だけでなく、介護予防運動指導員による介護予防のミニ講座も実施します。講習会は各地域センターで5月～30年2月に順次開催します。6月以降の募集は「広報しんじゅく」後号等でお知らせします。

申し込みは随時受け付けています
子育てファミリー世帯(中堅所得者)向け
区立住宅(特定住宅)入居者募集

29年4月から、国内在住で、扶養する20歳未満のお子さんと同居している世帯の申し込みができるようになりました

所得基準表

家族数	年間所得金額
2人	227万6,000円～622万4,000円
3人	265万6,000円～660万4,000円
4人	303万6,000円～698万4,000円

区立住宅(特定住宅)の使用期間は原則として5年で、使用料は定額です。要件を満たしていれば再契約でき、入居や再契約の際に礼金・仲介手数料はかかりません。

※所得金額は所得税法上の所得金額をいい、給与所得控除後または必要経費控除後の前年中の所得金額です。計算方法は「募集案内」をご覧ください。
 ※家族数には申込者本人を含みます。家族数が5人以上の場合は、1人に付き38万円を加算してください。

【申込資格】国内在住で、扶養する20歳未満のお子さんと同居し、世帯の収入が所得基準内(右表)の方

【申込み】所定の申請書を住宅課区立住宅管理係(本庁舎7階) ☎(5273)3787へ。募集情報、申請書以外の必要書類等詳しくは、お問い合わせください。

元気な高齢者向け 体力測定

●2会場の参加者を募集します
 今回の募集は、北山伏地域交流館(25名)、山吹町地域交流館(20名)の2会場(右表★)です。

★今回募集する会場

会場	実施日(2日制)	時間
北山伏地域交流館(北山伏町2-17)	5月30日(火)、6月6日(火)	午前
山吹町地域交流館(山吹町342)	6月15日(木)・22日(木)	午後

区内の10会場で、2日間の体力測定を実施します。自分の体力を知り、今後の生活改善や現在の状態を維持する方法を考えましょう。時間の午前は10時～12時、午後は2時～4時です。

●下記会場実施分の募集は「広報しんじゅく」後号でご案内します

会場	実施日(2日制)	時間
信濃町シニア活動館(信濃町20)	7月3日(月)・10日(月)	午後
下落合地域交流館(下落合3-12-33)	7月19日(水)・26日(水)	午後
百人町地域交流館(百人町2-18-21)	9月20日(水)・27日(水)	午前
戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	10月17日(火)・24日(火)	午後
西早稲田地域交流館(西早稲田1-22-2)	11月10日(金)・17日(金)	午後
上落合地域交流館(上落合2-28-8)	12月6日(水)・13日(水)	午前
高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	30年1月11日(木)・18日(木)	午後
北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	30年2月1日(木)・8日(木)	午後

【対象】区内在住の65歳以上で、2日間とも参加でき、医師から運動を禁止されていない方

※体の状態によっては参加をお断りする場合があります。

※参加は1年間に1人1回です。

【内容】▶1日目…体力測定(筋力・身体バランスほか)、脳年齢測定、▶2日目…測定結果を基にした運動機能の低下・認知症予防のための個別相談・ミニ講座(いずれの会場も同じ内容)

【申込み】電話で4月27日(木)～5月26日(金)に地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568へ。先着順。

緑の募金にご協力を
 5月31日(水)まで実施しています。募金は、東京緑化推進委員会の森林整備、地域の緑化推進、普及啓発事業に活用されます。

赤十字運動にご協力を
 5月は「赤十字運動月間」です。赤十字の活動は、皆さんの善意によりお寄せいただくと活動資金に支えられています。お寄せいただいた活動資金は、救急救護活動、血液事業、赤十字奉仕団活動などに使われます。

リサイクル工場見学会
 【日時】5月26日(金)午前10時に西武新宿線航空公園駅改札口に集合、午後3時30分ごろ解散
 【対象】区内在住・在勤の方、15名
 【内容】建物の解体廃棄物のコンクリート・木材・金属等を資源に変え、環境と地域との共生にも力を入れている石坂産業(株)玉泉入間郡三芳町を見学
 【費用】千500円(森の保全協力金)

講座「食品ロスを減らす暮らし方」
 ●新宿消費生活センター委託講座
 【日時】5月21日(日)午前10時～12時
 【会場】新宿文化センター(新宿6-14-1)
 【対象】区内在住・在勤・在学の方、50名
 【内容】食べ残しを防ぎ食べ残す方法、エネルギー削減につながる調理法ほか(講師は近藤恵津子/NPO法人コミュニティスクール・まちデザイン)
 【申込み】往復はがきに4面記入例のとおり記入し、5月12日(必着)までに新宿未来創造財団文化・学習課(〒160-0002新宿6-14-1、新宿文化センター内) ☎(3350)1141へ。応募者多数の場合は抽選。

新宿ビジネス交流会
 東京商工会議所新宿支部との共催で開催します。さまざまな業種の方と交流し、新たな事業展開のきっかけづくりにご活用ください。
 【日時】5月31日(水)午後2時～5時
 【会場】区立産業会館(BI2新宿、西新宿6-8-2)
 【対象】区内外の中小企業・個人事業主、60社(1社につき2名まで)
 【内容】▼第一部：基調講演「社員のモチベーションを上げる対話のあり方」講師は平尾貴治(株)シー・シー・アイ取締役、▼第二部：グループ交流、▼第三部：名刺交換会
 【申込み】所定の申込書を4月27日(木)～5月17日(水)にファックスで東京商工会議所新宿支部 ☎(3345)3251へ。先着順。申込書は新宿区ホームページから取り出せます。
 【問合せ】産業振興課産業振興係 ☎(3344)0701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ついて

住宅・まちづくり
 建築計画概要書の写しを交付しています
 区では、4月から建築計画概要書の写しを、原本と相違ない旨の証明を添付し、1件につき300円で交付していますので、ご利用ください。
 【問合せ】建築指導課建築企画担当(本庁舎8階) ☎(5273)3732へ。

家族介護者交流会
 高年齢者を介護している方と介護を経験した方が介護について

家族介護者交流会
 高年齢者を介護している方と介護を経験した方が介護について

住宅・まちづくり
 建築計画概要書の写しを交付しています
 区では、4月から建築計画概要書の写しを、原本と相違ない旨の証明を添付し、1件につき300円で交付していますので、ご利用ください。
 【問合せ】建築指導課建築企画担当(本庁舎8階) ☎(5273)3732へ。

家族介護者交流会
 高年齢者を介護している方と介護を経験した方が介護について