

区シルバー人材センター 大人のための英会話教室 ここから英会話

新規開講

英会話経験の豊かな会員が講師の少人数制・初心者向けの教室です。

- 【日時・クラス】▶①初めての英会話…火曜日午後1時～2時40分(初回は6月13日(火))
- ▶②海外旅行に行く英会話…火曜日午後3時～4時40分(初回は6月13日(火))
- ▶③楽しく習って身に付く英会話…木曜日午前10時～11時40分(初回は6月8日(木))
- ▶④初歩からやり直す英語・英会話…木曜日午後1時～2時40分(初回は6月8日(木))
- ▶⑤世界の文化を知る英会話…金曜日午前10

時～11時40分(初回は6月9日(金))

▶⑥自信がつく英会話…金曜日午後1時～2時40分(初回は6月9日(金))

※いずれも月3回(1か月ごとに更新可)。コースの内容等詳しくは、お問い合わせください。

【対象】区内在住・在勤の方、各コース8名

【費用】各コース月4,000円(別途テキスト代として①④⑤は500円、②③は1,500円が必要)

【会場・申込み】5月17日(水)から電話で同センター(新宿7-3-29、新宿ここから広場しごと棟)☎(3209)3181へ。先着順。

認知症の相談・学習会

認知症介護者相談

【日時】6月5日(月)午後2時～4時

【会場】区役所第1分庁舎2階区民相談室

【対象】認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名

【内容】専門医による個別相談(相談医は西新宿コンシエリアクリニック精神科医師)

【申込み】5月17日(水)から電話で高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階)☎(5273)4593へ。先着順。

認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】▶①6月8日(木)…落合保健センター(下落合4-6-7)、▶②6月29日(木)…戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20)、いずれも午後2時30分～4時30分

【対象】区内在住で最近もの忘れが多いと心配のある方、各

日4名

【内容】医師による個別相談(相談医は新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医)

【申込み】5月17日(水)から電話で①は落合第一高齢者総合相談センター☎(3953)4080、②は戸塚高齢者総合相談センター☎(3203)3143へ。先着順。

認知症介護者の学習会・交流会

介護に役立つ知識を学ぶほか、介護者同士の仲間づくりができる交流会も実施します。

【日時】6月8日(木)午後1時30分～3時30分

【会場】百人町地域交流館(百人町2-18-21)

【対象】認知症の方を介護している区内在住の家族ほか、20名

【内容】介護者が知っておきたい福祉用具の使い方(講師は山上智史・福祉用具専門相談員)

【申込み】電話で高齢者支援課

高齢者相談第二係(本庁舎2階)☎(5273)4594へ。

認知症サポーターフォローアップ講座

【日時】6月7日(水)午前10時～12時

【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室

【対象】区内在住・在勤・在学で認知症サポーター養成講座を受講した方、35名

※当日は、オレンジリングをお持ちください。

【内容】講義「認知症の方を地域で支えるために」、高齢者への声掛け訓練(講師は下垣光・日本社会事業大学教授、阿部章弘・牛込警察署防犯係長)

【申込み】5月17日(水)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。先着順。

シニア活動館の催し

区内在住の
50歳以上対象

西新宿シニア活動館

- ①台湾文化を学ぼう
【日時・定員】5月28日(日)午前10時30分～11時30分(25名)
- 【内容】台湾を中心に離島の文化・観光を解説、台湾語の体験
- ②終活講座「エンディングノート」の作り方
【日時・定員】5月31日(水)午後2時～4時(30名)
- 【内容】終活の始め方ほか(講師は櫻井清一・マイウエイ協会)
- ③オペラ入門講座
【日時・定員】6月5日(月)午前10時30分～12時(30名)
- 【内容】オペラの解説、発声方

信濃町シニア活動館

- ④膝関節痛の予防対策講座
【日時・定員】6月14日(水)午前10時～11時30分(30名)
- 【内容】膝の痛み・関節痛の原因や治療・予防方法(講師は西新宿整形外科クリニック)
- ④ i Padで遊びながら脳トレ
【日時・定員】6月15日(木)午前10時～12時(5名)
- 【内容】インターネット検索、ゲーム

法、身体の作り方

【会場・申込み】5月17日(水)から電話または直接、同館(西新宿4-8-35)☎(33377)9380へ。先着順。

①役に立つ実用英会話・初級
【日時・定員】6月3日・17日、7月1日・15日・29日の土曜日午前10時～12時、全5回(8名)

【内容】便利で簡単な英会話の例文を日本語訳とあわせて学習

【会場・申込み】5月25日(木)までに電話かファックス(3面記入例のとおり記入)または直接、同館(信濃町20)☎(53369)6737・☎(53369)6738へ。応募者多数の場合は抽選。



新宿いきいき体操サポーター養成セミナー

●体操の指導員になりませんか
新宿いきいき体操は「平成新

はがき・ファックスの記入例

講座・催し等の申し込み

①講座・催し名
②〒・住所
③氏名(ふりがな)
④電話番号

(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)

※宛先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは、原則無料。

こども・教育

説明会「就学に向けて」

障害のあるお子さん・発達に気になるお子さんの保護者向けに、30年4月の就学に当たって、区の就学相談等の利用方法を説明します。

【日時】5月23日(火)午前10時15分～12時

【会場】申込み電話で子ども総合センター発達支援コーナー

【対象】区内在住の小学生、60名程度

【講師】▼かけっこ教室：秋本真吾・200mハードルアジア最高記録保持者、▼ラグビー教室：齊藤祐也・元ラグビー日本代表選手

※大妻女子大学川口ゼミによる食育ゲームもあります。

【費用】500円

【申込み】電話かファックス・電子メール(3面記入例のほか学年を記入)で、6月2日(必着)までに地域スポーツ推進クラブCrillac(クリアソン)☎(6908)8119・☎(6908)8908・info@ciacao.or.jpへ。

かけっこ教室 & ラグビー教室

●協働事業提案制度実施事業

【日時】6月4日(日)午前9時30分～午後0時30分

【会場】新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)

【対象】区内在住の小学生、60名程度

【講師】▼かけっこ教室：秋本真吾・200mハードルアジア最高記録保持者、▼ラグビー教室：齊藤祐也・元ラグビー日本代表選手

※大妻女子大学川口ゼミによる食育ゲームもあります。

【費用】500円

【申込み】電話かファックス・電子メール(3面記入例のほか学年を記入)で、6月2日(必着)までに地域スポーツ推進クラブCrillac(クリアソン)☎(6908)8119・☎(6908)8908・info@ciacao.or.jpへ。

かがく工作会

●スーパーストーンを作ろう

【日時】6月4日(日)午前10時～12時・午後2時～4時

【会場】四谷地域センター(内藤町87)

【対象】小学生、各回10名(保護者の同伴可)

【内容】ラテックス(ゴム)でスーパーストーン作り(講師は太田孝二郎・元高校化学教師)

【申込み】5月17日(水)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87)☎(3341)0095へ。先着順。

ちぎり絵で作るうちわ工作会

【日時】6月17日(土)午後2時～3時

【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)

【対象】中学生まで、15名

【申込み】5月17日(水)から電話または直接、戸山図書館(戸山2-11-101)☎(3207)1191へ。先着順。

家族介護者講座・家族会

●食事を通して認知症予防を考える(試食あり)

【日時】6月30日(金)午後2時～3時30分

【会場】原町高齢者複合施設(原町3-84)

【対象】区内在住で高齢者の介護をしている方、介護経験がある方、30名

【講師】栗原百恵・管理栄養士

【申込み】5月17日(水)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)または直接、榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)☎(5227)1757・☎(5227)1758へ。先着順。

※介護のため参加が難しい方はご相談ください。