



精神保健講演会

●快眠のコツ

【日時】7月26日(水)午後5時30分～7時30分

【会場】区役所第2分庁舎分館1階会議室(新宿5-18-21)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、50名

【内容】ストレス等による睡眠障害(講師は亀井雄一/国立精神・神経医療研究センター医師)

【申込み】6月27日(火)から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。

女性の体験型健康セミナー

●食べてキレイに！元気に！

【日時】7月25日(火)午前11時～午後1時

【会場】四谷保健センター(三栄町25)

【対象】区内在住・在勤・在学の女性と小学4年生～中学3年生の女性の親子、12組

【内容】思春期・更年期の女性の食事の講話と調理実習・試食(講師は宇野薫/ラブレテリゼネラルマネジャー・管理栄養士)

【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル

【申込み】6月27日(火)から電話で女性の健康支援センター(四谷保健センター内)☎(3355)5161へ。先着順。託児あり(未就学児対象)。

育児講座「子育てママの気持ち」

【日時】7月28日(金)午前10時～12時(午前9時45分開場)

【対象】区内在住で乳幼児のお子さん(15名)

【講師】有安淑子/子どもの虐待防止センター専門相談員

【会場・申込み】6月27日(火)から根本☎090(5212)826

【対象】区内在住・在勤・在学の女性と小学4年生～中学3年生の女性の親子、12組

【内容】思春期・更年期の女性の食事の講話と調理実習・試食(講師は宇野薫/ラブレテリゼネラルマネジャー・管理栄養士)

【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル

【申込み】6月27日(火)から電話で女性の健康支援センター(四谷保健センター内)☎(3355)5161へ。先着順。託児あり(未就学児対象)。

中村粂生誕130年記念 ガーデンカフェ

【日時】7月3日(月)午前11時～午後4時

【内容】ガーデンカフェ、屋内展示ほか

【会場】申込み当日直接、中村粂アトリエ記念館(下落合3-5-7)へ。講演は先着30名。

【主催・問合せ】同実行委員会☎090(5212)826

市民とNPOの交流サロン

【日時】7月13日(木)午後6時45分～8時45分

【会場】新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12)

【内容】子どもが生きやすい社会の実現に取り組むNPO法人チャイルドライン支援センターの活動を紹介(語り手は同法人)

【費用】千円(資料代等)

【申込み】6月27日(火)から電話かファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)で新宿NPOネットワーク協議会事務局☎(5206)6527・FAX(5386)1318・mailto:nponet.netへ。先着20名。

女子プロ野球公式戦

【日時】7月17日(祝)午後7時～9時

【会場】ガルバホール(西新宿6-21-1、アイタウンプラザ地下1階)

【曲目】「赤とんぼ」ほか

【後援】新宿区

【費用】全自由席)3千円。区内在住・在勤の方は2千800円

【主催・申込み】6月27日(火)から電話でピアチエンテ☎042(580)6848へ。先着70名。

キッズ伝統芸能体験

【日時】7月17日(祝)午後7時～9時

【会場】ガルバホール(西新宿6-21-1、アイタウンプラザ地下1階)

【曲目】「赤とんぼ」ほか

【後援】新宿区

【費用】全自由席)3千円。区内在住・在勤の方は2千800円

【主催・申込み】6月27日(火)から電話でピアチエンテ☎042(580)6848へ。先着70名。

日本の歌コンサート

【日時】7月27日(木)午後2時～4時

【会場】三味線、箏曲、日

【コース】三味線、箏曲、日

【問い合わせ】キッズ伝統芸能体験事務局芸団協内☎(5909)3060へ。申し込み方法等詳しくは、同事務局ホームページhttp://www.geidankyo.or.jp/kids-dento/をご覧ください。

箱根つつじ荘・グリーンヒル八ヶ岳 10月宿泊 区民保養施設の利用申し込み

【受付窓口】日通旅行(株)新宿区役所内営業所(本庁舎1階)
【受付専用電話】☎(5273)3881
【受付日時】月～金曜日午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日等は日通旅行(株)☎(3573)8350(午前10時～午後6時。電話受け付けのみ)へ)

●抽選(区民抽選予約)
区内在住の方のみ申し込みます。
【申込期間】7月1日～10日(必着)
【申込方法】受付窓口・特別出張所・生涯学習スポーツ課で配布の「抽選はがき」でお申し込みください。7月18日(火)ころまでに結果通知が届かない場合は、受付窓口へお問い合わせください。
※抽選はがきには往信用・返信用ともに62円切手を貼付してください。

●空き室予約
抽選後の空き室は区内在住の方のみ申し込める「区民優先予約(当選者を含む)」、どなたでも申し込める「一般予約」の順に、先着順で予約を受け付けます。空き室の状況は、受付窓口・特別出張所のほか、日通旅行(株)ホームページhttp://www.nbs-tokyo.co.jp/でも確認できます。

【申込開始日】▶区民優先予約…7月21日(金)、▶一般予約…8月1日(火)
【10月の休館日】グリーンヒル八ヶ岳…3日(火)～5日(木)
※利用料金には各種割引制度があります。箱根つつじ荘に宿泊する方には、小田急線の運賃割引証を発行します。利用のご案内「区民保養施設ハンドブック」は、受付窓口等で配布しています。

【区の担当課】生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(本庁舎1階)☎(5273)4358
グリーンヒル八ヶ岳からのお知らせ

●新宿駅西口発観光バスツアー
往復バスと宿泊・観光のセットです(2泊3日)。申し込みには、事前に宿泊予約が必要です。
【10月の出発日・コース】▶10日(火)…阿寺溪谷・油木美林・苔の森・白駒池散策、▶17日(火)…戸隠鏡池と高ボッチ高原からの眺望、▶25日(水)…上高地紅葉散策、▶30日(月)…松代城・上田城・小諸城・甲府城散策
【問合せ】グリーンヒル八ヶ岳☎0551(32)7011へ。

区民のひろば

掲載行事は区の主催ではありません。
【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階)☎(5273)4064・FAX(5272)5500へ。

- ★催し・講座★
◆社会の謎解明 示現塾行政理解への講座 7月1日(土)午後7時～10時、新宿コズミックセンターで。現代社会の謎を解き明かし、行政の仕組みに反映。¥1,000円。☎6月30日(金)までに電話で。先着10名。☎示現塾法合企画工房・小松☎(3205)1083
◆60歳からの初心者英会話講座 7月11日(火)・25日(火)午後3時15分～4時45分、どちらか一日の参加も可。戸塚地域センターで。60歳以上対象。¥無料。☎両日とも前日までに電話で。各日先着10名。☎さくらの会・岡部☎070(3816)2697
◆お笑いライブ「笑ギャラリー」に区民5組10名を招待 7月16日(日)・9月17日(日)・10月15日(日)午後2時～3時15分、新宿永谷ビル(歌舞伎町2)で。漫才・コント・手品ほか。☎招待は公演日の1週間前までに電話で。一般は当日券1,300円。☎劇団吹きだまり・大島☎090(1256)7385
★サークル紹介・会員募集★
◆絵画 毎月第1～第4水曜日午後6時30分～8時30分、戸山生涯学習館で。油絵・水彩・パステルほか。講師の指導あり。¥月4,000円・6か月4,000円(材料費)☎戸山アート・解田(ときた)☎(3352)4306
◆かな書道・ペン習字 毎月第1・第3火曜日午後2時～4時。西早稲田地域交流館で。講師の指導あり。中高

- 年の初心者対象。¥月2,000円～3,000円。☎プラザ書の会・後藤☎090(4920)3380
◆詩吟 月3回月曜日午後4時30分～6時30分、明治安田生命ビル(西新宿1)で。¥入会金1,000円・月3,100円。☎千代田岳精会神田教場・平井☎090(6511)6090
◆女声合唱 毎月第1・第3水曜日は午後1時～2時30分、戸塚地域センターで、第2・第4水曜日は午後1時～2時30分、落合第二地域センターで。初心者歓迎。¥入会金1,000円・月3,000円。☎エーデルワイス・高橋☎090(2254)0085
◆健康麻雀 毎週月～金曜日午前10時～午後4時、高田馬場1丁目。初心者・女性・中高年歓迎。¥1日1,500円。☎健康麻雀鳩の会・福原☎080(6704)2980
◆英会話 毎週月・火・土曜日午前11時～12時、毎週水曜日午前11時～12時、午後7時～8時、毎週金曜日午後7時30分～8時30分、神楽坂2丁目。英単語と基本英会話。45歳以上の未経験者対象。¥1回500円。☎平日午前8時～9時または日曜日に超初心者向け英会話グループ45・小沼☎090(6713)2877
◆太極拳 原則として第1月曜日は四谷ひろば、第3月曜日は四谷地域センターで。時間はいずれも午前10時15分～11時45分。初心者対象。¥入会金1,000円・1回1,000円。☎四谷太極拳・平野☎090(7902)1430
◆低山登山 定例会は毎月第1水曜日午前10時～12時に落合第二地域センターで、日帰り登山は毎月第3水曜日に関東近郊で。中高年対象。¥年3,000円。☎丸山の会・黒森☎(3232)8604

【日時】7月17日(祝)午後7時～9時
【会場】ガルバホール(西新宿6-21-1、アイタウンプラザ地下1階)
【曲目】「赤とんぼ」ほか
【後援】新宿区
【費用】全自由席)3千円。区内在住・在勤の方は2千800円
【主催・申込み】6月27日(火)から電話でピアチエンテ☎042(580)6848へ。先着70名。
キッズ伝統芸能体験
プロの指導で伝統芸能の稽古を重ね、舞台で発表します。
●長期プログラム
「キッズ伝統芸能体験」(小学生～高校生対象)
【コース】▼謡・仕舞/狂言、▼三味線/篠笛/小鼓・太鼓、▼箏曲(おこと)/尺八、▼日本舞踊
【期間】10月～30年3月(稽古16回)リハールサル・発表会)
●ユースプログラム
「伝統芸能☆ミカタ計画」(中学生・高校生対象)
【コース】▼三味線、▼箏曲、▼日
【問い合わせ】キッズ伝統芸能体験事務局芸団協内☎(5909)3060へ。申し込み方法等詳しくは、同事務局ホームページhttp://www.geidankyo.or.jp/kids-dento/をご覧ください。

【日時】7月17日(祝)午後7時～9時
【会場】ガルバホール(西新宿6-21-1、アイタウンプラザ地下1階)
【曲目】「赤とんぼ」ほか
【後援】新宿区
【費用】全自由席)3千円。区内在住・在勤の方は2千800円
【主催・申込み】6月27日(火)から電話でピアチエンテ☎042(580)6848へ。先着70名。
キッズ伝統芸能体験
プロの指導で伝統芸能の稽古を重ね、舞台で発表します。
●長期プログラム
「キッズ伝統芸能体験」(小学生～高校生対象)
【コース】▼謡・仕舞/狂言、▼三味線/篠笛/小鼓・太鼓、▼箏曲(おこと)/尺八、▼日本舞踊
【期間】10月～30年3月(稽古16回)リハールサル・発表会)
●ユースプログラム
「伝統芸能☆ミカタ計画」(中学生・高校生対象)
【コース】▼三味線、▼箏曲、▼日
【問い合わせ】キッズ伝統芸能体験事務局芸団協内☎(5909)3060へ。申し込み方法等詳しくは、同事務局ホームページhttp://www.geidankyo.or.jp/kids-dento/をご覧ください。