

今号の主な内容	
2面	あなたのまちの民生委員・児童委員 区営住宅 入居者募集
4・5面	子育てしやすいまち新宿を目指して
8面	特殊詐欺に気を付けて 防災啓発冊子 災害に備えて・マンション防災はじめての一步

広報 しんじゅく

「新宿力」で創造する、
やすらぎとにぎわいのまち

平成30年(2018年)

5・5

第2246号



しんじゅくコール

☎03(3209)9999 ☎03(3209)9900
土・日曜日、夜間もご案内 午前8時～午後10時

発行 新宿区 編集 区政情報課 (毎月5・15・25日発行)
〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 ☎03(3209)1111
ホームページ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>
携帯電話版 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/m/>



携帯電話用二次元コード

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせ・申し込みをご希望の際は、しんじゅくコール☎03(3209)9900をご利用ください。



消防団は、災害に備えてまちを守る最も身近な防災機関です。区内には、四谷・牛込・新宿の3消防団が配置されています。災害現場における消火・救助・応急救護活動をはじめ、地域で行う防火防災訓練の指導や防火防災に関する普及啓発活動等を、消防署と連携して幅広く活動しています。今号をとおして、消防団の活動への理解を深め、身近な地域の防災活動について考えるきっかけにしてみませんか。

【問合せ】危機管理課地域防災係(本庁舎4階)☎(5273)3874・☎(3209)4069へ。



私たちと一緒に 地域のために活躍しませんか 消防団員を募集

消防団員は、火災・風水害・震災時に活動する非常勤・特別職の地方公務員で、仕事や学業を持ちながら、日頃から災害対応の知識や技術の向上に努め、昼夜を問わず火災時などへの出動に備えています。各消防団の区域に在住・在勤・在学する18歳以上で健康な方が入団でき、会社員、自営業、学生、主婦などさまざまな方が消防団員として活躍しています。

【問合せ】▶四谷☎(3357)0119、▶牛込☎(3267)0119、▶新宿☎(3371)0119の各消防署へ。入団方法等詳しくは、お問い合わせください。

消防団に入ったきっかけ・入ってよかったこと

新宿消防団第7分団所属の皆さん

▶宮田克久さん
(みやたかつひさ)

▶川嶋真渚さん
(かわしままな)

▶橋本真依さん
(はしもとまい)

親戚が消防団に所属しており、活躍する姿に憧れて入団しました。もともと消防操法に興味があったので、楽しく訓練に取り組んでいます。

消防団は地域のために活躍できると思い入団しました。入団して、地域での知り合いが増えて挨拶する人が増えました。

応急救護の資格が取れると知り、入団しました。いろいろなことに挑戦するきっかけやチャンスもらえるので、入団してよかったと思います。

日頃の訓練の成果を発揮します 消防操法大会

区内の3消防団では毎年、消防操法大会を実施しています。大会では、消防ポンプによる放水や応急救護の日頃の訓練成果を披露します。今、各消防団は、6月の大会に向けて道路や公園等の屋外で消防操法訓練を実施しています。

【日時・会場】▶牛込消防団…6月3日(日)午前9時30分～12時/総務省統計局(若松町19-1)、▶新宿消防団…6月10日(日)午前9時～12時/西戸山公園野球場(百人町4-1)、▶四谷消防団…6月17日(日)午前10時～12時/聖徳記念絵画館前(霞ヶ丘町1)



●消防操法大会の訓練にご理解とご協力を

日頃から騒音等に配慮しておりますが、訓練は休日・夜間に行われることが多く、また大きな掛け声や消防ポンプの操作音が生じます。消防活動能力向上のために実施していますので、ご理解とご協力をお願いします。

◆区内消防署等との合同水防訓練

【日時】5月12日(土)午前10時～11時30分
【内容】区と消防による合同水防訓練、各種水防工法の実施
【参加機関】新宿区、区内各消防署・消防団、防災区民組織、下水道局ほか



【会場・申込み】当日直接、聖徳記念絵画館前区道(霞ヶ丘町1)へ。
【問合せ】▶危機管理課地域防災係、▶道路課計画係(本庁舎7階)☎(5273)3525・☎(3209)5595、▶牛込消防署警防課消防係☎(3267)0119へ。

長崎への平和派遣に親子で参加してみませんか



▲昨年の広島への派遣から

平和祈念式典への参列・施設見学・交流等を通して戦争の悲惨さを知り、平和の尊さへの認識を深めます。派遣された方には、報告書の作成、報告会での発表(10月開催予定)など、区の平和事業にご協力いただきます。

【派遣期間】8月8日(水)~10日(金)(2泊3日)

【対象】29年4月1日以降、引き続き区内在住の小学4年生~中学3年生と保護者、7組14名(これまで平和派遣に参加していない方)

【費用】行程に含まれる交通費、宿泊費は区が負担、食事代の一部は各自負担。

【申込み】所定の申込書(裏面の原稿用紙に「平和派遣参加に期待すること」がテーマの保護者の作文(500字程度)を記入)を、5月7日(月)~21日(月)に総務課総務係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階)☎(5273)3505へ郵送(必着)またはお持ちください。申込書は同係・特別出張所・地域センター・生涯学習館・子ども総合センター(新宿7-3-29)・男女共同参画推進センター(ウイズ新宿、荒木町16)で配布しています。電子申請(新宿区ホームページからリンク)も利用できます。

※派遣者は新宿区平和派遣選考会で選考し、結果をお知らせします。作文等は選考以外には使用しません。前回の長崎派遣(28年度)の報告書を希望する方は、総務課総務係にご連絡ください。

区営住宅入居者募集

●募集案内の配布は5月18日(金)から【募集戸数】22戸

【申込資格】区内在住で住宅に困り、世帯の収入が所得基準内(右表)の方。詳しくは、募集案内をご覧ください。募集案内は5月18日(金)~28日(月)に住宅課、区政情報センター(本庁舎1階)、区役所第1分庁舎1階受付、特別出張所、区立中央・四谷・鶴巻図書館(施設の休館日を除く)で配布します。5月18日(金)からは新宿区ホームページからも取り出せます。

●優遇抽選制度
次に該当する方で希望する場合

は、1件の申し込みにつき抽選番号を2つ割り当てます。

▶23年5月以降の募集で「高齢者単身者向」または「障害者単身者向」の住宅に申し込み、同一種別の住宅で3回以上落選、▶27年5月以降の募集で「シルバーピア単身者向」の住宅に申し込み、3回以上落選

【申込み】募集案内に折り込みの申込書を郵送で住宅課区立住宅管理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階)☎(5273)3787へ。5月29日(火)までの消印で、5月30日(水)までに届いたもの限り受け付けます。

一般世帯	家族数	年間所得金額基準
	単身	0~189万6,000円
	2人	0~227万6,000円
	3人	0~265万6,000円

障害者等の世帯	家族数	年間所得金額基準
	単身	0~256万8,000円
	2人	0~294万8,000円
	3人	0~332万8,000円

※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4人以上の場合は、1人につき38万円を加算してください。

納期限は5月31日(木) 軽自動車税の納税通知書をお送りします

軽自動車税は、毎年4月1日現在、区内を定置場として原動機付自転車、小型特殊自動車、オートバイ、軽自動車を所有している方が納める税金です。30年度の納税通知書を5月10日(木)に発送します。

●納めることができる窓口
金融機関、コンビニエンスストア(納付書裏面に記載)、特別出張所・区税務課の窓口(「モバイルレジ」でも納めることができますが、領収証は発行できません。領収証や軽自動車の継続検査用(車検)の納税証明書が必要な方は、窓口等で納めてください)

●30年度グリーン化特例(軽課税)

軽自動車(三輪・四輪)のグリーン化特例(軽課税)が、30年度も適用されます。30年度は、29年4月1日~30年3月31日に新規取得した排ガス性能・燃費性能の優れた環境負荷の小さい新車対象です(29年度の適用車両を除く)。



【問合せ】税務課収納管理係(本庁舎6階)☎(5273)4139へ。

地域ささえあい活動助成金(第2期)助成団体の募集

区社会福祉協議会が、共同募金を主な財源に、地域の皆さんの活動を応援します。

【対象団体】区内で活動する、福祉団体、町会・自治会、市民活動団体、当事者団体ほか

【対象事業】30年7月1日以降に実施する、▶地域福祉の視点が盛り込まれた行事や活動、学習会、▶地域で

の支え合い・助け合い活動、▶ふれあい・いきいきサロンの運営、▶障害者・難病患者などの当事者団体の活動ほか

【申込み】事前連絡の上、所定の申請書等を5月21日(月)までに同協議会法人経営課(高田馬場1-17-20)☎(5273)2941へ直接お持ちください。要綱・申請書は同協議会で配布するほか、同協議会ホームページ(<http://www.shinjuku-shakyo.jp/>)からも取り出せます。要綱や助成対象費用の一部に変更があります。詳しくは、お問い合わせください。



▲民生委員・児童委員イメージキャラクター「ミンジー」

みんなでつくりよう 地域のつながり 支え合い

あなたのまちの民生委員・児童委員

◆民生委員・児童委員とは

民生委員は民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。任期は3年です(再任も可)。全ての民生委員は児童福祉法に定める児童委員を兼ねていて、子どもたちの健全育成を支援しています。給与は支給されず、ボランティアとして活動し、個人の人格を尊重し、秘密を守ることが法律で義務付けられています。

民生委員・児童委員は、福祉の仕事に理解と熱意があり、地域の実情に詳しい方です。担当の区域を持ち、地域の中でさまざまな役割を担っています。

区では4月1日現在、296名の民生委員・児童委員が、地域で活動を行っています。

◆主任児童委員とは

子育てを社会全体で支える「健やかに子どもを産み育てる環境づくり」を進めるために、民生委員・児童委員の中から厚生労働大臣に指名されます。担当の区域を持たず、民生委員・児童委員と連携しながら、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。

▼昨年のパレードから



平成30年は東京の民生委員制度誕生100周年です

制度100周年記念活動PRイベント

100周年の節目を機に、民生委員・児童委員が、多くの関係機関と連携しながら活動していることを広くお知らせするため、イベントを実施します。

新宿通りをパレード 【日時】5月13日(日)午前10時40分~11時20分
【会場】新宿通り(新宿三丁目交差点~JR新宿駅東口広場)

民生委員・児童委員活動紹介パネル展 【日時】5月13日(日)~15日(火)午前10時~午後7時(15日(火)は午後4時まで)

【会場】新宿駅西口広場イベントコーナー

地域でこんな役割を担っています 民生委員・児童委員・主任児童委員

子どもの健全育成や安全を守る取り組みを行っています

関係機関と協力して、子育ての支援や虐待防止、犯罪被害から子どもを守る活動などに取り組んでいます。

福祉関係機関や団体につながります

福祉サービスなどの情報提供や、必要に応じて地域の専門機関への橋渡しを行っています。
【地域の専門機関】福祉事務所、保健センター、高齢者総合相談センター、子ども家庭支援センター、学校、社会福祉協議会ほか

地域福祉の推進に協力します

孤独死や消費者被害の防止、災害に備えた見守りなどの地域の福祉課題に、関係団体と協力して取り組んでいます。



生活上のさまざまな相談をお受けします

一人暮らしの不安や介護の悩み、妊娠や子育ての不安、不登校やいじめ、失業や経済困窮による生活上の心配ごとなど、さまざまな相談に応じています。

地域をいつも見守っています

一人暮らしの高齢者や障害のある方の安否確認、子育て世帯への訪問など、地域の現状を把握し、見守り活動をしています。

からだにいいこと
はじめよう!

公衆浴場で湯ゆう健康教室

【日時・会場・内容】下表のとおり。時間は弁天湯は午後1時30分～2時15分、栄湯・第三玉の湯は午後2時～2時45分
 【対象】区内在住の60歳以上で「ふれあい入浴証」をお持ちの方、各回20名程度
 【申込み】「ふれあい入浴証」をお持ちの上、当日直接、会場へ。先着順。
 【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へ。

会場	第1回	第2回	第3回	第4回
弁天湯 余丁町5—1 ☎(3357)7370	5月17日(木) ころもをこめて フラダンス	5月24日(木) 元気なからだを つくりましょう	5月31日(木) 健口生活 送りましょう	6月7日(木) 私の健康を守る 食事
栄湯 西落合2—6—2 ☎(3953)6562	5月23日(水) 健口体操で いつまでも 元気に	5月30日(水) 健康長寿を 支える食生活	6月6日(水) カラオケで 楽しもう	6月13日(水) 健康寿命を 延ばすための ココモ対策
第三玉の湯 白銀町1—4 ☎(3260)9326	6月12日(火) 私の健康を 守る食事	6月19日(火) 健口生活 送りましょう	6月26日(火) 元気なからだを つくりましょう	7月3日(火) 楽しく歌おう

新宿区の国民健康保険に加入している方へ

夏季旅行の宿泊料を一部補助します

夏の期間、JTB、近畿日本ツールのうち、区が指定する営業所等で取り扱う宿泊施設等を利用する場合、宿泊料の一部を補助します。国内の宿泊施設と国内旅行(パッケージツアー等)の利用が対象です。区民保養施設(グリーンヒル八ヶ岳、箱根つつじ荘、ヴィレッジ女神湖)は対象外です。詳しくは、医療保険年金課・各特別出張所で5月15日(火)から配布する「平成30年度新宿区国民健康保険 夏季保養施設宿泊補助のご案内」でご確認ください。

●補助対象者

新宿区の国民健康保険に加入している方
 ※国民健康保険料を滞納している世帯の方、ほかの保険制度(後期高齢者医療制度等)に加入している方、宿泊料が発生しない場合は対象になりません。

●補助期間

7月1日(日)～9月30日(日)の宿泊分

●補助金額等

1人1泊につき3,000円を限度に、期間中1人2泊まで

●補助の手続き

▶区が指定する営業所等に施設等の空き情報を確認してください。

▶左記ご案内に綴じ込んである往復はがきで、医療保険年金課に宿泊補助を申し込んでください。

▶医療保険年金課で申し込み内容を確認し、承認後、申込代表者に宿泊補助券を交付します。

▶旅行会社で旅行代金を支払う際に、宿泊補助券を提出して補助額相当分を差し引いた額をお支払いください。※宿泊施設等利用後は補助できません。事前に手続きをしてください。

【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273)4078へ。

●補助金額等

1人1泊につき3,000円を限度に、期間中1人2泊まで

▶区が指定する営業所等に施設等の空き情報を確認してください。

▶左記ご案内に綴じ込んである往復はがきで、医療保険年金課に宿泊補助を申し込んでください。

▶医療保険年金課で申し込み内容を確認し、承認後、申込代表者に宿泊補助券を交付します。

▶旅行会社で旅行代金を支払う際に、宿泊補助券を提出して補助額相当分を差し引いた額をお支払いください。※宿泊施設等利用後は補助できません。事前に手続きをしてください。

【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273)4078へ。

5月18日 住宅宿泊事業者等向け研修会

住宅宿泊事業法の施行に当たり「新宿区ルール」について研修会を行います。
 【日時】5月18日(金) ▶午前9時30分から、▶午前11時から、▶午後1時30分から、▶午後3時から(いずれも1時間程度)
 【対象】区内で事業を行う予定の住宅宿泊事業者・登録済みの住宅宿泊管理業者、各回40名

【会場】区役所第2分庁舎分館1階会議室(新宿5—18—21)
 【申込み】5月7日(月)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で衛生課環境衛生係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3870・FAX(3209)1441へ。

新宿区シルバー人材センター

6月・7月のパソコン教室

Windows10のノートパソコンを使用します。講師はセンターの会員です。
 【日時・内容等】下表のとおり。午前クラスは午前9時30分～午後0時20分、午後クラスは午後1時～3時50分、各全2回
 【対象】区内在住・在勤で、Aはパソコン未経験の方、BEは文字入力ができる方、CDはワード・FGはエクセルの基本操作ができる方、各クラス8名

【費用】Aは3,000円、B～Gは4,000円(2日分。別途テキスト代500円。)
 【会場・申込み】はがきかファックスに4面記入例のほか教室名(A～Gの別)、日程・クラス(①②の別。ABEは午前・午後の別も)を記入し、5月18日(必着)までに同センター(〒160-0022新宿7—3—29、新宿ここ・から広場しごと棟) ☎(3209)3181・FAX(3209)4288へ。応募者多数の場合は抽選。

教室名	主な内容	日程	クラス
A 初めてのパソコン	パソコンの動かし方、マウス操作、文字入力の基礎	①6月4日(月)と5日(火) ②7月2日(月)と3日(火)	午前・午後 午前・午後
B ワード基礎	文書作成の基本操作、イラスト入りの文書を作る	①6月6日(水)と13日(水) ②7月5日(水)と12日(水)	午前・午後 午前・午後
C ワード中級	ワードの表作成機能を使い、見やすい文書を作る	①6月18日(月)と25日(月) ②7月18日(水)と25日(水)	午前 午後
D ワード活用	アート機能などを使い、見栄えの良い文書を作る	①6月19日(火)と26日(火) ②7月19日(水)と26日(水)	午前 午後
E エクセル基礎	データ入力・数式の使い方から表作成	①6月7日(木)と14日(木) ②7月4日(水)と11日(水)	午前・午後 午前・午後
F エクセル中級	集計表・グラフの作成	①6月18日(月)と25日(月) ②7月18日(水)と25日(水)	午後 午前
G エクセル活用	データベース操作(データの並び替え・抽出)	①6月19日(火)と26日(火) ②7月19日(水)と26日(水)	午後 午前

●新規会員の募集

センターの会員になって就業を希望する方は、説明会に参加してください。説明会参加後、入会申し込みを受け付けます。入会した方には後日、接遇研修を受けていただきます。
 【対象】区内在住の60歳以上、健康で就業意欲のある方

【説明会日時】5月15日(火)・22日(火)、6月12日(火)・19日(火)、いずれも午前9時30分から
 【持ち物】▶顔写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、▶郵便局(ゆうちょ銀行)の通帳(就業に対する配分金の振り込み用)、▶住所が確認できるもの(健康保険証、運転免許証等)、年度会費2,000円
 【会場・申込み】電話で同センターへ。

就職支援セミナー
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

合同企業説明会
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

就職支援セミナー
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

就職支援セミナー
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

就職支援セミナー
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

就職支援セミナー
 ●U29中小企業 de 働く魅力発見事業(区委託事業)
 【日時・内容】5月26日(土) ①就職支援セミナー：午後1時～1時45分、午後4時40分～5時30分/自分にあった仕事の見つけ方、面接突破講座ほか、
 ▼②合同企業説明会：午後2時～4時30分/首都圏で働く

消費者活動促進等事業助成

区内消費者団体の活動の活性化のため、事業に必要な経費の一部を助成します。

【対象】▼新宿消費生活センター分館の登録団体、▼区の消費者行政に協力する団体、▼区内で活動するボランティア・NPO等の社会貢献的活動団体ほか

【対象事業】31年3月31日まで実施する消費者市民社会や消費生活に関する学習、講演会、調査・研究、普及啓発活動など公益性的のある事業(他の補助を受けている事業、営利、政治活動を主とする事業を除く)

【助成額】対象事業経費の3分の2以内(1事業20万円、年間40万円を限度)

【助成金の交付】審査会で事業金額を審査し、7月中旬に交付予定

【申込み】事前連絡の上、所定の申請書、団体の会則・規約、年間の活動予定と収支予算書を、5月7日(月)～25日(金)に新宿消費生活センター(第2分庁舎3階) ☎(5273)3834へお持ちください。申請書等は、同センターで配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。



くらし

【全国転動のない企業特集】
 【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

【会場】A P 西新宿(西新宿7—2—4)
 【申込み】電話で同事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)18001へ。①は各回30名、②は当日、会場でも受け付けます。詳しくは、ホームページ <http://shinjuku-u29.jp/> を案内してあります。

5月14日(必着)までに新宿区消費者団体連絡会(〒169-0075高田馬場1—32—10、新宿消費生活センター分館内)へ。応募者多数の場合は抽選。
 【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

【問合せ】新宿消費生活センター ☎(5273)3834へ。

子どもの笑顔があふれるまち 子育てしやすいまち 新宿

区では、子どもと子育て家庭を社会全体で応援し、さらに「子育てしやすい」と実感できるまちになるよう、子育て支援サービスの充実に取り組んでいます。今回は、区の主な子育て支援サービス等を紹介いたします。

【問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4260・☎(5273)3610へ。

子育てに関する情報がいっぱい

新宿区子育て応援サイト はっぴー子育て

妊娠期から就学前のお子さんを持つ方を対象に、子育て支援サービスや相談窓口など子育てに関するさまざまな情報を発信する子育て応援サイトです。



育児に関する行政サービスガイド

はっぴー子育て

http://shinjuku-city.mamafre.jp/



子育てに関する情報をお届け スマートフォン用アプリ

しんじゆく子育て応援ナビ



アプリダウンロード用 二次元コード ▶

乳幼児のお子さんを連れた外出時に便利な、授乳スペース・おむつ替え設備・幼児用便座・ベビーカーのある区の施設や区内の子育てに優しいお店を掲載しています。また、妊娠期から就学前のお子さんを持つ方を対象に、健診・予防接種・イベント・各種サービスなど子育てに関する情報を、プッシュ通知でお知らせします。

【対応バージョン】▶iOS 11まで、▶Android 8.0まで

子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館

子育て中の方や18歳未満のお子さんが地域で安心して暮らせるよう、さまざまな子育て支援事業を実施しています。また、地域の児童館・児童コーナーでは、独自の乳幼児サークルや子育て講座・イベントなど、親子で参加できるプログラムを開催しています。楽しみながら育児に関する情報交換や仲間づくりの輪を広げることができます。 ※子ども総合センター、信濃町・榎町・中落合子ども家庭支援センターには、中学生・高校生の専用室もあります。

館名	所在地	電話番号	館名	所在地	電話番号
子ども総合センター	新宿7-3-29 新宿ここから広場内	(3232)0695	早稲田南町	早稲田南町50	(5287)4321
支庁子ども家庭支援センター	信濃町 信濃町20 榎町 榎町36	(3357)6851 (3269)7304	富久町	富久町22-21	(3357)7638
児童館	中落合 中落合2-7-24 北新宿 北新宿3-20-2	(3952)7751 (3365)1121	百人町	百人町2-18-21	(3368)8156
	本塩町 四谷本塩町4-9 北山伏 北山伏町2-17 中町 中町25 東五軒町 東五軒町5-24 薬王寺 市谷薬王寺町51	(3350)1456 (3269)7196 (3267)3321 (3269)6895 (3353)6625	高田馬場第一	高田馬場3-18-21	(3368)8167
			高田馬場第二	高田馬場1-4-17	(3200)5038
			上落合	上落合2-28-8	(3360)1413
			中井	中井1-8-12	(3361)0075
			西落合	西落合1-31-24	(3954)1042
			北新宿第一	北新宿2-3-7	(3369)5856
			西新宿	西新宿4-35-28	(3377)9352

未就園児親子の交流の場(子ども園)

子ども園では、在宅で子育てする未就園児親子が交流できます。利用時間や申し込み方法等詳しくは、下表の各子ども園へ直接、お問い合わせください。

子ども園	交流の場	所在地	電話番号
四谷子ども園	つどいのへや	四谷2-6	(5369)3170
あいじつ子ども園	ことりクラブ	北町17	(3267)3950
西新宿子ども園	ひよこクラブ	西新宿4-35-5	(3377)9351
柏木子ども園	カンガルークラブ	北新宿2-3-7	(3369)1062
おちごなかい子ども園	さくらんぼクラブ	上落合3-1-6	(3227)2048
大木戸子ども園	にじのひろば	四谷4-17	(3358)1431
しなのまち子ども園	にこにこクラブ	信濃町20	(3357)5136
戸山第一子ども園	といちこひろば	戸山2-26-101	(3202)7820
西落合子ども園	めだかクラブ	西落合1-31-24	(3954)1064
北新宿子ども園	にこにこ会	北新宿3-20-2	(3365)0225
しんえい子ども園もくもく	つくしんぼ	高田馬場4-36-12	(5332)5544
茶々ひがしとやま子ども園	うさこちゃん広場ひよこクラブ	戸山2-34-101	(5155)4321
大久保わかさ子ども園	さくらんぼクラブ	大久保1-4-1	(6265)9992
富久ソラのこども園	大きなおうちひろば	富久町14-1	(6380)0414
ちいさなうちゅう			
新宿せいが子ども園	かぜとひかりひろば	下落合2-10-20	(3954)4190

相談したいとき

子どもと家庭の総合相談

来所・電話で、子育ての不安や悩み、困り事などを伺い、相談員と一緒に考えアドバイスするほか、関係機関の情報提供をします。中学校卒業後のお子さんの相談もお受けします。

★子ども総合センター

【相談日時】▶月～土曜日…午前8時30分～午後7時

▶日曜日・祝日(電話相談のみ)…午前8時30分～午後5時

【相談場所・相談電話番号】子ども総合センター ☎(3232)0675

※保育士がご自宅を訪問し、相談をお受けするサービスも実施しています。電話でお申し込みください。

★子ども家庭支援センター

【相談日時】▶月～金曜日…午前8時30分～午後5時

▶土曜日(来所相談のみ)…午前9時30分～午後6時

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午後1時～5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午前10時～午後4時(女性の相談員が対応)

▶土曜日…午後1時～4時(男性の相談員が対応)

☎(3341)0905

★区役所第1分庁舎2階区民相談室

月曜日午前10時～午後4時(女性の相談員が対応)

☎(5273)3646

子育て電話相談

区立保育園・子ども園の保育士・看護師等が、育児やしつけ、食事など子育て全般の相談を電話でお受けします。

★区立保育園

【相談日時】火～金曜日午後1時～3時(祝日等を除く)

★区立子ども園

【相談日時】月～土曜日午前9時～午後5時(祝日等を除く。土曜日は一部の園を除く)

【相談日時】▶月～金曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後6時

【相談日時】▶月～金曜日…午前9時～午後5時

【相談日時】▶月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午後1時～5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

【相談日時】▶月～金曜日午前10時～午後4時(女性の相談員が対応)

▶土曜日…午後1時～4時(男性の相談員が対応)

☎(3341)0905

★区役所第1分庁舎2階区民相談室

月曜日午前10時～午後4時(女性の相談員が対応)

☎(5273)3646

【相談日時】▶月～金曜日午後1時～5時(祝日等を除く)

【相談場所・問合せ】子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4558

お子さんの一時預かり

保育園・子ども園等の一時保育

区内在住の生後6か月～未就学児で、集団保育が可能なお子さんを理由を問わずお預かりします(保育園・子ども園在園児を除く。幼稚園在園児は幼稚園の長期休業期間中のみ利用可)。出産や病気、リフレッシュしたいときなどにご利用ください。専用室型の利用は、事前に登録が必要です。

★保育園(専用室型)

【費用】1日2,300円

【利用先・申込み】▶富久町保育園(富久町22-21) ☎(3357)7720

▶原町みゆき保育園(原町2-43) ☎(3356)2762

▶オルト保育園(高田馬場3-40-3) ☎(5332)7083

▶新宿こども保育園(中落合4-25-19) ☎(5988)7807

▶新宿いるま保育園(戸山1-21-1) ☎(6302)1221

▶二葉南元保育園(南元町4) ☎(3351)3819

▶新栄保育園(百人町3-21-14) ☎(6304)0241

★子ども園(専用室型)

【費用】1日3,400円

【利用先・申込み】▶四谷子ども園(四谷2-6) ☎(5369)3170

▶あいじつ子ども園(北町17) ☎(3267)3950

▶西新宿子ども園(西新宿4-35-5) ☎(3377)9351

▶柏木子ども園・乳児園(北新宿2-3-7) ☎(3369)1062

▶おちごなかい子ども園・乳児園(中井1-8-12) ☎(3361)1296

▶大木戸子ども園(四谷4-17) ☎(3359)4212

▶しんえい子ども園もくもく(高田馬場4-36-12) ☎(5332)5544

▶茶々ひがしとやま子ども園(戸山2-34-101) ☎(5155)4321

▶大久保わかさ子ども園(大久保1-4-1) ☎(6265)9992

▶富久ソラのこども園ちいさなうちゅう(富久町14-1) ☎(6380)0414

▶新宿せいが子ども園(下落合2-10-20) ☎(3954)4190

★保育園・子ども園・保育ルーム・事業所内保育所(空き利用型)

上記の専用室型実施園以外の区内認可保育園・子ども園・保育ルーム・事業所内保育所で各園の定員に空きがある場合に、1日1,000円で利用できます(月5日まで)。利用方法等詳しくは、保育課入園・認定係(本庁舎2階) ☎(5273)4527へお問い合わせください。

トワイライトステイ

夜間(午後5時～10時)お子さんを養育できないときに、協力家庭でお預かりします(年間12回まで)。利用要件について詳しくは、お問い合わせください。

【対象】生後6か月～小学生

【利用料】2,000円(減免あり)

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

【申込み】子ども総合センター ☎(3232)0675

子ども総合センター発達支援コーナー

「あいあい」の支援事業 ☎(3232)0679

●子どもの心身の発達に関する相談
お子さんの発達や成長に不安があるなどの相談を来所・電話でお受けするほか、関係機関やサービスについて情報提供します。来所相談は予約制です。

【相談日時】▶月～金曜日…午前9時～午後6時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

▶日曜日…午前9時～午後5時

▶土曜日…午前9時～午後5時

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、返信用にも住所・氏名)

※往復はがきは、各記事で指定がある場合のみ。
※費用の記載のないものは、原則無料。

区立障害者福祉センターの講座・講習会

①パソコン講座
【日時・クラス】▼水曜クラス：【日時】6月8日(31年2月15日)の金曜日午後7時～8時30分全2回
②手話講習会・補講コース
【対象】区内在住・在勤・在学の方15歳以上(18歳未満の方は保護者の同意が必要で、同センターの手話講習会受講コースを修了)

【会場】区内在住で障害のある方、各クラス10名(定員に余裕がある場合は家族の参加も可)
【費用】エクセル活用(費用)1回100円(減免制度あり)
③手話講習会・補講コース
【日時】6月8日(31年2月15日)の金曜日午後7時～8時30分全2回
④手話講習会・補講コース
【対象】区内在住・在勤・在学の方15歳以上(18歳未満の方は保護者の同意が必要で、同センターの手話講習会受講コースを修了)

【会場】区内在住で障害のある方、各クラス10名(定員に余裕がある場合は家族の参加も可)
【費用】エクセル活用(費用)1回100円(減免制度あり)
⑤手話講習会・補講コース
【日時】6月8日(31年2月15日)の金曜日午後7時～8時30分全2回
⑥手話講習会・補講コース
【対象】区内在住・在勤・在学の方15歳以上(18歳未満の方は保護者の同意が必要で、同センターの手話講習会受講コースを修了)

【会場】区内在住で障害のある方、各クラス10名(定員に余裕がある場合は家族の参加も可)

製造業を営む 事業所の皆さんへ

工業統計調査にご協力を

●調査期日は6月1日

1年間の生産活動に伴う製造品の出荷額や原材料使用額などを調査することで製造業の実態を明らかにするため、経済産業省が製造業を営む事業所を対象に全国一斉に実施します。

調査結果は、国や地方公共団体の施策立案の資料となるほか、民間企業のマーケティングや大学の研究資料となるなど、国民生活の幅広い分野で活用されます。調査対象の事業所には、5月中旬から調査員証を携帯した調査員がお伺いします。

調査の回答内容は、統計法により厳重に保護され、調査目的以外には利用しません。正確なご記入にご協力をお願いいたします。

【問合せ】地域コミュニティ課 統計係(本庁舎1階) ☎(5273)4096へ。

催し・講座

初心者ゲートボール教室

【日時・会場】5月11日(土)25日の月・水・金曜日午前9時30分〜12時：都立戸山公園いきいき広場(箱根山地区、戸山3-2) ◆5月13日・20日・27日の日曜日午前10時〜12時：よつや運動広場(四谷1-1)、清水川橋公園(下落合1-1)(雨天・荒天時中止)

【対象】区内在住・在勤・在学中、おむね10〜70歳代の方、各日10名

【内容】基礎から指導。動きやすい服装・運動靴でおいでください。用具は貸し出します。

【費用】1回200円

【主催・申込み】5月7日(月)から電話で各日3日前までに区ゲートボール協会 ☎(3362)1357(田林)へ。先着順。

【問合せ】地域コミュニティ課 統計係(本庁舎1階) ☎(5273)4096へ。

協働推進基金助成金 一般事業助成

●公開プレゼンテーション 区では、区民・事業者の皆さんからの寄附金を基金に積み立て、NPO等の非営利の団体が

【日時】5月26日(土)午後1時30分〜3時

【対象】妊娠16週以降の妊婦とパートナー、8組

【内容】妊婦向けのヨガ、パートナーによる肩・腕のタッチケア

【費用】700円(茶菓代等)

【日時】5月26日(土)午後1時30分〜3時

【対象】小学生まで、10名(未就学児は保護者同伴)

【内容】釣り体験ができる魚のおもちゃ作り

【日時】6月9日(土)午後2時〜3時

【対象】小学生までのお子さん

親子で楽しむ工作会

●牛乳パックでオリジナルフィギュア作り

【日時】6月3日(日)午前11時〜12時

【対象】小学生まで、15名

【内容】紙コップと輪ゴムを使って動くおもちゃ作り

【日時】5月9日(水)から

【対象】小学生まで、10名

【内容】釣り体験ができる魚のおもちゃ作り

【日時】6月9日(土)午後2時〜3時

【対象】小学生までのお子さん

【日時】5月9日(水)から

区民バドミントン大会

【日時】6月17日(日)午前9時〜午後7時

【対象】区内在住・在勤の高校生以上と区バドミントン連盟登録者、30名(1チーム6名以上)

【費用】1チーム6千円(連盟未登録者は1人に付き500円を計算)

【主催・申込み】申込書(新宿スポーツセンター・新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)で

【日時】5月20日(日)午後2時〜3時

【対象】小学生まで、10名

【内容】釣り体験ができる魚のおもちゃ作り

【日時】6月10日(日)午後2時〜3時

【対象】小学生までのお子さん

【日時】5月9日(水)から

新宿NPO活動基礎講座

●法務講座とそのNPO活動、法律違反になっていませんか

【日時】6月1日(金)午後6時45分〜8時45分

【対象】社会貢献活動を行っている方、これから始める方、20名

【内容】NPO法人の設立・運営・活動を行う上で知っておくべき法律ほか(講師は石田学/エイジックス総合法律事務所弁護士)

【費用】千円(資料代)

【会場・申込み】5月7日(月)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協働推進センター(高田馬場4-36-12) ☎(5386)1315

【日時】5月20日(日)午後2時〜3時

【対象】小学生まで、10名

【内容】釣り体験ができる魚のおもちゃ作り

【日時】5月9日(水)から

区民のひろば

●費用・申込み・問合せ

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へ。

★催し・講座★

◆看護の日・看護週間「第16回看護フェスタ」 5月12日(土)正午〜午後4時、新宿駅西口広場イベントコーナーで。健康チェック、ミニ講座ほか。☎無料。☎当日直接、会場へ。☎東京都看護協会・伊勢谷 ☎(5229)1281

◆明治学院大学管弦楽団第91回定期演奏会 5月18日(金)午後7時〜8時45分(午後6時15分開場)、新宿文化センターで。ドヴォルザーク「交響曲第8番」ほか。☎700円。☎当日直接、会場へ。先着1,802名。☎同楽団・要田 ☎090(2415)8479

◆早稲田大学SDCヒューマンライブラリー 5月26日(土)午前10時30分〜午後3時30分(午前10時開場)、同大学国際会議場(西早稲田1)で。さまざまな方との対話で価値観を広

げる。☎無料。☎当日直接、会場へ。☎同大学学生チューデントダイバーシティセンター ☎(5286)3990

◆第19回マンション大規模修繕セミナー 5月27日(日)午後1時〜5時、西新宿7丁目。修繕計画の読み解き方ほか。☎5月25日(金)までに電話で。先着50名。☎マンション大規模修繕協議会・松井 ☎0120(972)841

◆新宿混声合唱団第51回定期演奏会に区民50組100名を招待 5月27日(日)午後2時30分から(午後2時開場)、新宿文化センターで。宮崎駿アニメ映画音楽集ほか。4歳以上対象。☎5月19日(土)までに電話で。先着順。☎同合唱団・青木 ☎090(8270)7370

区民のひろばパソコン教室

【日時】5月13日(日)正午〜午後4時

【会場】落合第一地域センター(下落合4-6-7)

【内容】対談「佐伯祐三と下落合」下落合周辺のまち歩き

【費用】500円(資料代)

【申込み】当日直接、会場へ。

【問合せ】中村舞生誕130年記念カレンカフェ実行委員会・根本 ☎090(5212)8265へ。

【日時】5月26日(土)午後6時10分〜9時30分(受け付けは午後6時から)

【会場】新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)

【対象】区内の分譲マンション管理組合役員、区分所有者等、30名

【内容】管理運営上のさまざまな問題の事例と対応策の講話ほか

四谷ひろばパソコン教室

【日時】5月6日(土)27日の水曜日午後1時〜3時、Bインターネッ活用：6月8日、29日の金曜日午前10時〜12時、いずれも全4回

【費用】5千500円(教材費等)

【会場・申込み】往復はがきに4面記入例のほか開催月(6月)と講座名(A・Bの別)を記入し、5月25日(必着)までに四谷ひろばパソコン教室係(〒160-0004四谷4-20)へ。先着各15名。申し込みが3名に満たない場合は中止します。

【問合せ】四谷ひろば運営協議会 長谷川 ☎090(3400)0371へ。

土曜日夜間や 日曜日・祝日に 急病になったら

新宿区医師会区民健康センター
新宿7-26-4 ☎(3208)2223
【診療時間(内科・小児科(午後5時まで))】
▶土曜日…午後5時～10時
▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時
※受診前に電話でお問い合わせください。

東京都医療機関案内
ひまわり ☎(5272)0303
☎(5285)8080
http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

★★★★★★ 保健だより各事業の問い合わせ先 ★★★★★★

牛込保健センター ☎(3260)6231 ☎(3260)6223 〒162-0851 弁天町50
四谷保健センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 三栄町25
東新宿保健センター ☎(3200)1026 ☎(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
女性の健康支援センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 三栄町25 (四谷保健センター内)

年に1度の健康チェック 無料 健康診査

【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207・☎(5273)3930へ。

★ 75歳以上の方は5月1日から健康診査が始まりました ★

65歳以上で東京都後期高齢者医療制度に加入している方も対象です。

※16～39歳の方(学校・勤務先等で検診を受ける機会がある方を除く)、40～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方、生活保護を受けている方は6月1日(金)から開始します。

※40歳～74歳で新宿区の国民健康保険以外の健康保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合等)に加入している方(被扶養者を含む)の健康診査は、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保険者へお問い合わせください。

■ 実施場所

区の委託医療機関(区内診療所など)

■ 検査内容

※診断書は発行しません。
●問診 ●身体計測 ●血圧測定
●尿検査 ●血液検査 ほか
※50歳以上の男性は、前立腺がん検診(200円)も同時に受診できます。

■ 受診の流れ

受診には健康診査票が必要です。お手元がない方は、健康づくり課健診係または各保健センターへご連絡ください。

※がん検診(有料)を実施している医療機関もあります。受診には「がん検診票」が必要です。

※75歳以上で、27年度以降に健康診査・がん検診を受診した方には、4月25日に健(検)診票を発送しました。

▶①区の指定医療機関を確認…健康診査票に同封の「健康診査・がん検診のご案内」または新宿区ホームページをご覧の上、医療機関へ直接お問い合わせください。

※「ご案内」に掲載している医療機関リストは変更する場合があります。最新の情報は新宿区ホームページをご覧ください。

▶②受診…健康診査票と健康保険証をお持ちください。

▶③結果説明…後日、対面等で通知します。

東京都難病医療費助成 対象疾病が追加されました

● 区の心身障害者福祉手当の対象疾病も拡大します

4月1日から6疾病が追加され(下記参照)、指定難病は全体で331となりました。該当の疾病の東京都難病医療受給者証を取得した方は、心身障害者福祉手当の受給対象となります(所得・年齢制限あり)。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】▶難病医療費助成申請について…各保健センター、▶心身障害者福祉手当について…障害者福祉課相談係☎(5273)4518・経理係☎(5273)4520(いずれも本庁舎2階・☎(3209)3441)へ。

対象疾病として追加された6疾病

▶①関節型若年性特発性関節炎、▶②ジューバル症候群関連疾患、▶③自己免疫性後天性凝固第Ⅴ/Ⅴ因子(F5)欠乏症、▶④A20ハプロ不全症、▶⑤先天性声門下狭窄症、▶⑥特発性多中心性キャスルマン病

※①～⑤は、既存の指定難病と統合されたため、対象拡大後の指定難病名とは疾病名が異なる場合があります。⑥は新規に追加された疾病です。

講演「脱水を予防するための食生活」

【日時】6月8日(金)午後2時～4時
【対象】区内在住の方、30名
【講師】牛込恵子/済生会横浜市東部病院周術期支援センター管理栄養士
【会場・申込み】5月7日(月)から電話で落合保健センターへ。先着順。試食あり。

膠原病講演会

【日時】6月14日(木)午後2時～4時
【対象】膠原病患者と家族ほか、40名(区内在住・在勤・在学の方を優先)

リウマチ講演会

● 関節の痛みや腫れでお困りの方へ
【日時】6月6日(水)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名
【内容】リウマチの症状・検査・治療(講師は平形道人/慶應義塾大学病院リウマチ内科医師)
【会場・申込み】5月7日(月)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で牛込保健センターへ。先着順。

4月の新宿区の人口 1日現在 (増減は前月比)

住民基本台帳人口	342,867人(609人増)	
世帯数	217,006世帯(747世帯増)	
	日本人	外国人
人口計	301,163人(1,075人増)	41,704人(466人減)
男	150,438人(389人増)	21,639人(253人減)
女	150,725人(686人増)	20,065人(213人減)

新宿区東京2020大会 区民協議会

【日時】5月14日(月)午前10時から
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎5階大会議室へ。
【問合せ】東京オリンピック・パラリンピック開催等担当課(第1分庁舎7階)☎(5273)2200へ。

6月の保健だより

保健センターの教室・相談

◆予約制のものは5月7日(月)から受け付けます◆

●母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・ここにこ歯科相談	牛込	7(木)★・21(木)◎	9:00～10:00	予約制。むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方 ◎印…はじめて歯科相談(1歳児) ★印…ここにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	1(金)◎・8(金)★		
	東新宿	4(月)◎・11(月)★		
	落合	12(火)◎・19(火)★		
もぐもぐごっくん歯科相談	四谷	1(金)	9:00～10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医による食べ方についての相談
	落合	12(火)		
母親学級	牛込	9(土)・16(土)	9:30～12:00	予約制。もぐ浴・安産のための実習、歯の健康と食事の話。定員30名
	東新宿	13(水)・20(水)・27(水)		
育児相談	牛込	8(金)	10:00～10:30	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	四谷	7(木)	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
	東新宿	12(火)	10:45～11:30	【会場】高田馬場第二児 個別相談とグループワーク 童館
育児・おっぱい相談	東新宿	22(金)	9:30～11:00	保健師・助産師・栄養士の個別相談 おっぱい相談は予約制
	落合	6(水)	13:00～14:30	
双子の会	落合	19(火)	13:30～15:00	子育て情報交換(初めての方はお問い合わせください)
はじめまして赤ちゃん応援教室	牛込	12(火)	13:30～15:30	予約制。妊娠している方とおおむね4か月までのお子さんのお母さんの育児体験教室
	四谷	7(木)		
	東新宿	21(木)		
	落合	27(水)		
離乳食講習会	牛込	19(火)	13:30～15:30	予約制。5～6か月児対象。離乳食の話と調理実演・試食、事故防止の話
	四谷	28(木)		
	東新宿	18(月)		
1歳児食事講習会	牛込	21(木)	9:00～10:00	1歳～1歳6か月児対象。離乳完了時期の食事の話 ※はじめて歯科相談と同時開催。
	四谷	1(金)		
	東新宿	4(月)		
骨粗しょう症予防検診	牛込	26(火)	9:00～10:30	予約制。20歳以上対象(1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員50名。骨密度測定(かかと)の測定・超音波法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。300円
	四谷	15(金)		
	東新宿	6(水)		
	落合	7(木)		
女性の健康専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	1(金)産婦人科系全般 26(火)更年期専門	14:00～16:00	予約制。女性の産婦人科医などの個別相談。思春期から更年期の女性のからだや婦人科系の症状などを相談できます。
	牛込	19(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医師による思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談
	四谷	11(月)	14:00～16:15	
うつ専門相談	牛込	5(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医の個別相談 パーキンソン病の方とその家族が対象。運動療法と患者・家族の交流
	東新宿	4(月)	13:30～15:30	
	落合	1(金)	14:00～16:15	
訪問指導	牛込	11(月)	13:30～15:30	予約制。理学療法士・作業療法士が自宅を訪問し、実技指導のほか、リハビリ等のアドバイス ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施(予約制)
	四谷	8(金)・25(月)		
	東新宿	25(月)		
	落合	5(火)		
健康相談(生活習慣病や歯周病予防に関する相談)	牛込	26(火)	9:00～10:30	予約制。16歳以上対象。保健師・栄養士・歯科衛生士等の個別相談。成人健康診査の結果の見方、食事や健康面、歯周病の予防などについて相談できます。 ※最近、健康診査を受けた方は、健診結果をお持ちください。
	四谷	15(金)		
	東新宿	6(水)		
	落合	7(木)		

審議会

【内容】全身性エリテマトーデス、筋炎、強皮症を中心に膠原病に関する講演と質疑応答(講師は金子礼志/国立国際医療研究センター病院膠原病科診療科長)
【会場・申込み】5月7日(月)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で四谷保健センターへ。先着順。

両親学級

妊娠している方とパートナーを対象に、もぐ浴実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを迎えるに当たっての講義を実施します。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。お問い合わせの際は「両親学級の件」とお伝えください。
【日時】6月23日(土)午前9時30分～12時・午後1時～3時30分(2回とも同じ内容)
【会場】四谷保健センター
【問合せ】NPO法人産師みらいSHINJUKU ☎080(3710)0361(日曜日、祝日・年末年始を除く午前9時～午後6時)へ。詳しくは、同法人ホームページ(http://jyosanshi-mirai.org/)をご覧ください。

ご自宅や地域での防災対策にご活用ください

防災啓発
冊子

災害に備えて・
マンション防災はじめの一步

区では、大地震による災害に対し、日頃の備えや発災時の適切な行動等について記載した「災害に備えて」と、発災時に中高層マンションに生じる問題に対する備えや自主防災組織について記載した「マンション防災はじめの一步」を作成しました。危機管理課、特別出張所、区立図書館で配布しています。



【問合せ】危機管理課地域防災係(本庁舎4階) ☎(5273)3874・FAX(3209)4069へ。

特殊詐欺に気を付けて!

29年の区内の特殊詐欺被害件数は130件で、前年に比べ、55件増えていきます。被害者の約80%が女性で、年代別では60~80歳代の方が9割近くを占めています。今回は特殊詐欺の手法と、対処方法をご案内しています。この記事を取り取って、電話の近くに置いてご活用ください。

【問合せ】危機管理課危機管理係(本庁舎4階) ☎(5273)3532・FAX(3209)4069、▶牛込 ☎(3269)0110、▶新宿 ☎(3346)0110、▶戸塚 ☎(3207)0110、▶四谷 ☎(3357)0110の各警察署へ。

犯人からの電話に出ないために

➡ 自宅の電話を常に留守番電話に設定しましょう。

もし電話に出ってしまったら...

●オレオレ詐欺①

～息子や孫を装う



息子や孫の名前を
言わないでください
息子や孫に電話で確認しましょう

●還付金詐欺編

～区等の職員・銀行を装う



部署や担当者名前を
聞いてください
ATMで還付金は受け取れません

●オレオレ詐欺②

～大手百貨店などを装う



暗証番号は絶対に
教えないで下さい

●架空請求詐欺編



連絡しないでください
はがき等を廃棄してください

!! 電話でお金の話が出たら、家族・警察・区に相談しましょう!!



野菜に首ったけ!

～毎月8日はしんじゅく野菜の日

今回紹介するのは、区の保育園・子ども園で人気の大人でもおいしく食べられるサラダのレシピです。野菜をゆでることでかさが減るので、たくさんの野菜を食べることができます。

【問合せ】健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047・FAX(5273)3930へ。

5月のレシピ

たっぷり野菜のドレッシングサラダ

●材料(2~3人分)

- キャベツ...240g(4枚程度)
 - ニンジン...40g(4cm程度)
 - キュウリ...60g(2/3本)
 - ホールコーン缶...40g
 - 玉ねぎ(すりおろし)...小さじ2
 - りんご(すりおろし)...小さじ1
 - と1/2(りんごジュースでも可)
- A { 酢...大さじ1/2
砂糖...大さじ1/2
しょうゆ...大さじ1/2
油...大さじ1弱

●作り方

- ①キャベツは太めのせん切り、ニンジンはちょう切り、キュウリは半月切りにする。
- ②キャベツとニンジンをお好みの硬さにゆで、キュウリ・ホールコーン缶はさっとゆでて水気を切る。
- ③玉ねぎと皮をむいたりんごをすりおろす。
- ④③とAを混ぜ合わせてひと煮立ちさせる。
- ⑤②の野菜に④のドレッシングをかけて、あえる。



体験! 発見! 社会貢献!

NPOまつり
in新宿 2018



【日時】5月20日(日)午前10時~午後4時

【会場】新宿NPO協働推進センター
(高田馬場4-36-12)

NPOまつりは、区民とNPOの交流ができるイベントです。新宿区を中心にさまざまな活動をしている団体が、日頃取り組んでいる課題等を区民の皆さんに知っていただくため、活動紹介・各種相談・体験プログラム・模擬店・スタンプラリーなどの催しを実施します(プログラムは下表参照)。地域貢献、社会貢献活動という新しいつながりを探しに来てみませんか。

【問合せ】同センター ☎(5386)1315・FAX(5386)1318へ。

*マークのプログラム...参加は有料です。

★マークのプログラム...雨天時は中止する場合があります。

♥マークのプログラム...参加費400円をお持ちの上、早稲田大学大隈講堂前に午前9時30分に直接集合して下さい(詳しくは、新宿区ウォーキング協会 ☎090(3217)4109へお問い合わせください)。

NPOまつりin新宿 2018プログラム

※内容は変更する場合があります。

プログラム	実施団体	プログラム	実施団体
ラッキーカラー相談とアートカード体験*	日本カラーアートセラピー協会	ネットで若者支援~あなたもできること	OVA
世界一簡単な絵パステルアート!ご存知ですか?*	癒しの空間「きらきらハート♡」	住宅・マンション「なんでも無料相談会」	建築ネットワークセンター
春色ネイルでお爪のオシャレ!しませんか?*	福祉ネイル	心理テストからライフスタイルを考える	健康心理教育実践センター
自分だけのオリジナルパペットを作ろう!*	ファミリーカウンセリングサービス ON WISH	草笛を吹いてみよう!葉っぱで笛作り!	森とでんえん倶楽部
まりそるの焼きたてパン・焼き菓子販売*	高田馬場福祉作業所	初めてでも楽しいウクレレワークショップ*	ココロとカラダを育てるハッピープロジェクト
人生を変える出会いの力~闇から光へ*	マザーハウス	歩いて元気になりましょう!!*	新宿区ウォーキング協会♥
地域猫対策で成功!のら猫ゼロの町のバザー*	戸塚町四丁目南町会	やさしい絵本から始めよう~英語多読体験会	NPO多言語多読
地域猫対策6年め!区立公園のバザー*	葛ヶ谷公園サポーター地域猫班	南スーダンで今何が起きているの?*	コンフロントワールド
みんなの居場所、笑顔のトライアングル	いきいきトライアングル	ぼくらのことば~遊んで学んで笑顔になって!	ことば
凸面点字器で名刺を作ってみよう!	日本点字普及協会	パネル展示(社会貢献団体への寄付について紹介)	新宿NPOネットワーク協議会
あなたは何W?発電自転車体験してみよう	環境ベテランズファーム	グラウンドゴルフ体験★	
シニアの充実した生きがいを目指した諸活動	ワールドステイクラブ	模擬店(綿菓子、ポップコーン、ワッフル等)*	