

- 2面 8月13日 住居表示を実施「三栄町」から「四谷三栄町」へ
- 4面 区立小・中学校の学校公開と説明会
- 6面 30年度の年金額
- 7面 年に一度の特定健康診査
- 8面 高齢者が安心して暮らせる地域を目指して子育て住宅 入居者を募集



しんじゅくコール

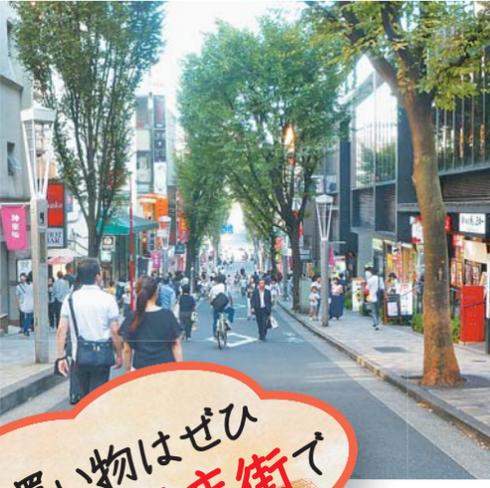
☎03(3209)9999 ☎03(3209)9900
土・日曜日、夜間もご案内 午前8時～午後10時

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。



お買い物はぜひ
地元の商店街で



気になっていた喫茶店で



いつもの食品店で

新宿応援 セール

おかげさまで10周年
最大1,000円の金券が当たります

区内の商店街約3,000店舗で実施します

キャンペーン参加店で500円の利用ごとにスクラッチくじを1枚配布します。当りは、1,000円が1万2,000本、100円が18万本です。毎日通うあのお店で、前から気になっていたあのお店で、お買い物を楽しんでみませんか。

【問合せ】▶ 産業振興課産業振興係(西新宿6-8-2、BIZ新宿4階) ☎(3344)0701・☎(3344)0221、
▶ 新宿区商店会連合会事務局 ☎(3344)3130・☎(3342)1108へ。

★参加店等詳しくは、同会ホームページ(<http://shinjuku-loupe.info/>)でご案内しています。

500円の利用ごとに
くじを1枚

もらう



1,000円・100円の
当たり券を金券として
キャンペーン参加店で

使える



コインで 削る



このポスターが
参加店の目印

新宿区内全域の商店街にて
6/1から!!

2018
おかげさまで10周年
**新宿応援
セール**
総額**3,000万円!**
その場で当たる! その場で使える!
スクラッチくじ

※参加店とも、スクラッチくじの配布枚数に限りがあります。

期間中、ポスターの貼ってある各参加店でお買物やサービスのご利用500円ごとにスクラッチくじ1枚を差し上げます。スクラッチを削って、当たり金額が出たら同額の金券として使用できます。

配布期間 6/1(金)～20(水)	12,000本 1,000円の金券
使用期間 6/1(金)～30(土)	180,000本 100円の金券

新宿区・新宿区商店会連合会

★抽選券(スクラッチくじ)の配布

6月1日(金)～20日(水)

★当たり券の使用

6月30日(土)まで

勤労者・仕事支援センターは若者の自立をサポートします

若年者等就労支援事業は、就労や進学など自立に向けたさまざまな支援プログラムやイベントを無料でを行っています。

【問合せ】勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内) ☎(3200)3311・☎(3208)3100へ。

5月28日 募集開始

若年者就労支援「はじめの一步応援事業」

就労経験がない等の理由で自信が持てず、働くことへの不安を抱えている若者のはじめの一步をサポートします。一人一人の状況や目標に合わせて支援する最長8か月間のプログラムです。

【対象】区内在住の義務教育修了後～おおむね39歳の現在就労していない方(週20時間以下)

下の就労は可)、8名。面談があります。

【申込み】5月28日(月)～7月20日(金)に電話で同センターへ。同センター若年者就労支援室ホームページ(HP: <http://andante-shinjuku.net/>)からも申し込みます。



高等学校卒業程度認定試験受験サポート等プログラム

就労や進学等で自立に向けて「高卒認定試験に合格したい」「勉強に取り組むことで自信をつけたい」など悩んでいる方に、少人数制の学習支援をします。

利用には登録が必要です。事前に電話でお問い合わせください。

【対象】区内在住の義務教育修了後～おおむね39歳の方

【申込み】電話または直接、同センターへ。

5月29日(火)～6月10日(日)

「ここ・からステップアップ」活動紹介展示会

中央図書館(大久保3-1-1)で、義務教育修了後～25歳の若者が就労や進学など自立に向けて活動するフリースペース「ここ・からステップアップ」の活動内容をパネル等で紹介します。当日直接、同館へおいでください(6月4日(月)を除く)。

8月13日 住居表示を実施します

「三栄町」から「四谷三栄町」に変わります

8月13日(月)から三栄町の住居表示は地番(番地)を使わず、「新町名(四谷三栄町)」「街区符号(番)」「住居番号(号)」で表示します。

区で管理する住民票等は、住居表示の実施に合わせて、自動的に新表示に変更しますが、免許証や不動産登記簿等に記載の所有者の住所欄は、ご自身で変更手続きをしてください。

また、住居表示の実施に伴い各戸の玄関先に「町名表示板」「住居番号表示板」を、各街区の角に「街区表示板」を取り付けます。建物等の所有者の方はご協力をお願いします。

【問合せ】地域コミュニティ課住居表示係(本庁舎1階) ☎(5273)3521へ。

●三栄町にお住まいの方へ

三栄町にお住まいの方や事業所宛てに、次のものをお届けします。

▶新しい住所をお知らせする「通知書」、▶住居表示新旧対照案内図、▶住居表示実施に伴う手続きのしおり、▶お知り合いの方に住所変更をお知らせするための無料通信はがき(1世帯につき50枚)

●住所変更手続きの説明会

通知書に同封の「住居表示実施に伴う手続きのしおり」をお持ちの上、当日直接、会場へおいでください。

【日時】▶7月6日(金)午後7時から、▶7日(土)午後2時から、▶8日(日)午前10時から(いずれも1時間程度。各回とも同じ内容)

【会場】四谷保健センター(三栄町25)

利用者の安全確保のため

建築物等は定期的な調査・検査を

【問合せ】建築調整課(本庁舎8階) ☎(5273)4323・☎(3209)9227へ。

建築物等は、劣化による外壁・看板等の落下や、地震等による大きな被害の発生を未然に防ぐため、計画的な修繕・改修で適切に維持管理することが必要です。

不特定多数の方が利用する特定建築物、防火扉などの防火設備、非常用照明装置などの建築設備、昇降機等の所有者・管理者には、1年または3年に1回、構造や設備等を調査・検査し、結果を区に報告することが建築基準法で義務付けられています(敷地内に延床面積1万㎡を超える建築物がある場合は東京都へご報告ください)。

【30年度の報告の対象】右表のとおり

※共同住宅の住戸内は、特定建築物・防火設備・建築設備の定期調査・検査結果の報告対象から除きます。

※新築の建築物は、検査済証の交付を受けた直後は報告不要です。

【報告方法】専門技術を持つ1級・2級建築士または国土交通大臣が定める調査・検査員に依頼し、下記の報告先に報告してください。

【報告先】区が業務を委託している次の受託者

- 特定建築物・防火設備…東京都防災・建築まちづくりセンター定期報告担当(〒150-8503 渋谷区渋谷2-17-5、シオノギ渋谷ビル) ▶特定建築物…☎(5466)2001 ▶防火設備…☎(5466)4031

- 建築設備…日本建築設備・昇降機センター定期報告部(〒105-0003港区西新橋1-15-5、内幸町ケイズビル2階) ☎(3591)2421

- 昇降機等…東京都昇降機安全協議会(〒151-0053渋谷区代々木1-35-4、代々木クリスタルビル2階) ☎(6304)2225

	用途	報告の対象となる規模	報告時期
特定建築物	①劇場・映画館・演芸場	次のいずれかのもの、▶地下または3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもの、▶用途の床面積が200㎡以上のもの、▶用途が1階にない建築物の床面積が100㎡を超えるもの	【毎年報告】 11月1日 ～翌年1月31日 30年度の報告対象
	②観覧場(屋外観覧席のものを除く)・公会堂・集会場	次のいずれかのもの、▶地下または3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもの、▶用途の床面積が200㎡以上のもの(平屋建てで客席・集会室の床面積の合計が400㎡未満の集会場を除く)	
	③旅館・ホテル	3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもので、	
	④百貨店・マーケット・勝馬投票券発売所・場外車券売場・物品販売業を営む店舗	③は用途の床面積が2,000㎡を超えるもの ④は用途の床面積が3,000㎡を超えるもの	
	⑤地下街	用途の床面積が1,500㎡を超えるもの	
	⑥児童福祉施設等(高齢者・障害者等向けの就寝施設を除く)	次のいずれかのもの	【3年ごとの報告】 31年5月1日 ～10月31日
	⑦病院・診療所(患者の収容施設があるものに限る)・児童福祉施設等(高齢者・障害者等向けの就寝施設に限る)	▶⑥は3階以上、⑦⑧は地下または3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもの ▶用途の床面積が300㎡以上のもの(平屋建てで床面積の合計が500㎡未満のものを除く)	
	⑧旅館・ホテル(③を除く)	次のいずれかのもの、▶3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもの、▶⑨は用途の床面積が2,000㎡を超えるもの、⑩は用途の床面積が2,000㎡以上のもの	
	⑨学校・学校に付属する体育館	5階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもので、用途の床面積が1,000㎡を超えるもの	
	⑩博物館・美術館・図書館・ボウリング場・スキー場・スケート場・水泳場・スポーツの練習場ほか	次のいずれかのもの ▶地下または3階以上(⑩は3階以上)にある用途の床面積が100㎡を超えるもの ▶用途の床面積が500㎡以上のもの	【3年ごとの報告】 32年(2020年)5月1日 ～10月31日
	⑪下宿・共同住宅・寄宿舎の用途と、この表(⑭を除く)の用途の複合建築物	用途の床面積が1,000㎡を超えるもの(5階建て以上の建築物で延べ面積が2,000㎡を超えるもののうち、3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるものに限る)	
	⑫百貨店・マーケット・勝馬投票券発売所・場外車券売場・物品販売業を営む店舗(④を除く)	5階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもので、用途の床面積が1,000㎡を超えるもの	
	⑬展示場・キャバレー・カフェ・ナイトクラブ・バー・ダンスホール・遊技場・公衆浴場・待合・料理店・飲食店	次のいずれかのもの、▶地下または3階以上にある用途の床面積が100㎡を超えるもの、▶2階にある用途の床面積が300㎡以上のもの	【3年ごとの報告】 30年5月1日 ～10月31日 30年度の報告対象
	⑭複合用途建築物(⑪⑬を除く)	A 上記①～⑭の特定建築物に設置するもの B 病院・診療所(患者の収容施設があるものに限る)・高齢者・障害者等向けの就寝施設(老人ホーム・グループホーム・助産施設等)で床面積が200㎡以上のものに設置するもの	
	⑮事務所・その他これに類するもの	上記①～⑭の特定建築物に設置するもの ※換気設備は自然換気設備を除き、火気使用室・窓のない居室・集会場等の居室に設けられたもの	【毎年報告】 前年の報告日の翌日から起算して1年を経過する日まで(遊戯施設等は6か月ごと)に報告 ※防火設備は30年度までの経過措置あり 30年度の報告対象 ※防火設備⑩は、Aの⑥～⑭とBの特定建築物に設置するものを除く
⑯下宿・共同住宅・寄宿舎(⑰を除く)	⑰ 高齢者・障害者等向けの共同住宅・寄宿舎(サービス付き高齢者向け住宅、認知症高齢者グループホーム、障害者グループホーム)等		
防火設備	⑯ 随時、閉鎖または作動できるもの(防火扉・防火シャッター・耐火クロススクリーン・ドレンチャー等) ※防火ダンパーを除く	上記①～⑭の特定建築物に設置するもの	【毎年報告】 前年の報告日の翌日から起算して1年を経過する日まで(遊戯施設等は6か月ごと)に報告 ※防火設備は30年度までの経過措置あり 30年度の報告対象 ※防火設備⑩は、Aの⑥～⑭とBの特定建築物に設置するものを除く
	⑰ 換気設備 排煙設備(排煙機・送風機があるもの) 非常用の照明装置 給排水設備(給水タンク等を設置するもの)	上記①～⑭の特定建築物に設置するもの ※換気設備は自然換気設備を除き、火気使用室・窓のない居室・集会場等の居室に設けられたもの	
建築設備	⑰ エレベーター(工場など労働安全衛生法の性能検査を受けているものを除く) エスカレーター 小荷物専用昇降機(テーブルタイプを除く) 遊戯施設等(乗用エレベーター・エスカレーターで観光用を含む) ※一戸建て・長屋・共同住宅の住戸内に設置したもの(例:ホームエレベーター)を除く		

さまざまな地域活動団体の取り組みを応援します

第2回 地域コミュニティ事業助成

区民主体の地域活動団体が行う取り組みを支援し、地域コミュニティの活性化・絆づくりを推進します。

【対象】次のいずれかの団体
▶町会・自治会、地区町会連合会、地区協議会、またこれらいずれかの団体を含む実行委員会

▶一定の要件を備えた地域活動団体やNPO法人等

【助成対象事業】7月1日(日)～31年3月31日(日)に実施する次の事業

- ▶地域全体の課題解決に資する
- ▶安全安心なまちづくりに資する
- ▶地域交流の促進に資する

【助成金額等】原則として助成対象経費の10分の9(1事業につき上限10万円)

【申込み】事前予約の上、6月1日(金)～29日(金)に所定の申請書等を事業を実施する地域の特別出張所(特別出張所所管地区以外は地域コミュニティ課コミュニティ係(本庁舎1階) ☎(5273)4127)へ。

※申請について詳しくは、新宿区ホームページ、特別出張所・地域コミュニティ課コミュニティ係で配布する募集要項でご案内しています。※助成の可否等については、7月中旬に実施する審査会を経て、8月1日(水)までに決定します。

※申請等の状況によっては、第3回目の募集を9月に実施します。詳しくは広報しんじゅく 後号等でお知らせします。

人権擁護委員制度 70周年

人権相談をご利用ください

●6月1日は人権擁護委員の日
法務大臣から委嘱された人権擁護委員が、人権相談や啓発活動に取り組んでいます。区では、毎月「人権・悩みごと相談」を

行っています。秘密は厳守します。人権に関する悩みを、お気軽にご相談ください。
【日時】毎月第1・第3金曜日(1月の第1週と祝日を除く。6月は1日・15日)午後1時～4時(受け付けは午後3時30分まで)
【会場・申込み】当日直接、区役所第1分庁舎2階区民相談室へ。
【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505・☎(3209)9947へ。

チャドクガの幼虫にご注意を

チャドクガの幼虫は、春と秋にかけて、ツバキやサザンカに発生する黄褐色に黒い模様の体長3cmくらいの毛虫(写真)です。毒針毛があり、毛に触れると激しいかゆみに襲われ発疹ができます。下記のことにご注意しましょう。



- ▶素手で触らない(幼虫の抜け殻や死骸を含む)
 - ▶刺されたと感じたら、セロテープなどで毛を取り除きせっけんでよく洗う
 - ▶発疹がひどいときは皮膚科を受診する
 - ▶市販の薬剤で幼虫を駆除する(各特別出張所で噴霧器を貸し出しています)
- 【問合せ】みどり公園課みどりの係(本庁舎7階) ☎(5273)3924へ。

【対象】区内在住・在勤の方、各20名
【費用】300円(材料費等)
【共催】新宿環境リサイクル活動の会
【会場・申込み】往復はがき(1枚に付き1講座に3面記入例のほかに希望講座①②の別)を記入し、6月6日(必着)までに新宿リサイクル活動センター(〒169-0075 高田馬場4-10-2) ☎(5330)5374(月曜日休館)へ。応募者多数の場合は抽選。

【持ち物】古布(和服地の場合は幅37～38cm×310cm、洋服地の場合は幅110cm×140cm)、裁縫道具
……以下共通……
②夏のブラウス作り
【日時】6月27日(水)午前10時～午後4時

【日時】6月14日(木)午後1時30分～3時30分
【会場】新宿消費生活センター1分

【対象】区内在住・在勤の方、30名
【内容】講話「我が家の被害を最小限に」と心臓マッサージ簡易体験
【主催・申込み】往復はがきに3面記入例のとおり記入し、5月31日(必着)までに新宿区消費者大学OB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】同会・平田 ☎(335)2101へ。

【日時】6月30日(土)午後2時～4時
【会場】落合第一地域センター(下落合4-6-7)
【対象】区内在住・在勤・在学の方
【内容】成年後見制度の概要・費用の目安など基本を説明(講師は吉田なつみ・司法書士)
【申込み】電話かはがき・ファックス・電子メール(3面記入例のほか

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月30日(土)～7月1日(日)(1泊2日)
※6月16日(土)午後2時～4時の事前説明会の出席が必要です。
【会場】宿泊地「朝日里山学校、つくばねオートキャンプ場(いずれも茨城県石岡市)
※区役所第2分庁舎分館集合・解散。宿泊地へは往復バスを利用します。

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月30日(土)～7月1日(日)(1泊2日)
※6月16日(土)午後2時～4時の事前説明会の出席が必要です。
【会場】宿泊地「朝日里山学校、つくばねオートキャンプ場(いずれも茨城県石岡市)
※区役所第2分庁舎分館集合・解散。宿泊地へは往復バスを利用します。

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月14日(木)午前10時～午後4時
【持ち物】古いズボンやスカートなどの木綿の布で異なる色柄を2～3種類(約70cm×70cm。ほどこいてアイロンをかける)、型紙用の紙、物差し、裁縫道具、布に合ったミシン糸ほか
②夏のブラウス作り
【日時】6月27日(水)午前10時～午後4時

はがき・ファックスの記入例

講座・催し等の申し込み

※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。

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)

【日時】6月30日(土)午後2時～4時
【会場】落合第一地域センター(下落合4-6-7)
【対象】区内在住・在勤・在学の方
【内容】成年後見制度の概要・費用の目安など基本を説明(講師は吉田なつみ・司法書士)
【申込み】電話かはがき・ファックス・電子メール(3面記入例のほか

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月30日(土)～7月1日(日)(1泊2日)
※6月16日(土)午後2時～4時の事前説明会の出席が必要です。
【会場】宿泊地「朝日里山学校、つくばねオートキャンプ場(いずれも茨城県石岡市)
※区役所第2分庁舎分館集合・解散。宿泊地へは往復バスを利用します。

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月30日(土)～7月1日(日)(1泊2日)
※6月16日(土)午後2時～4時の事前説明会の出席が必要です。
【会場】宿泊地「朝日里山学校、つくばねオートキャンプ場(いずれも茨城県石岡市)
※区役所第2分庁舎分館集合・解散。宿泊地へは往復バスを利用します。

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

【日時】6月30日(土)～7月1日(日)(1泊2日)
※6月16日(土)午後2時～4時の事前説明会の出席が必要です。
【会場】宿泊地「朝日里山学校、つくばねオートキャンプ場(いずれも茨城県石岡市)
※区役所第2分庁舎分館集合・解散。宿泊地へは往復バスを利用します。

【日時】6月27日(水)午後1時30分～3時
【会場】聖母ホーム(中落合2-5-21)
【内容】講座「高齢者施設でボランティア活動を始めるための基礎知識」、高齢者施設や高齢者との接し方ほか
※活動に応じて貯めたポイントを換金・寄付できる区の介護支援等ボランティア・ポイント事業も紹介します。
【申込み】6月20日(水)までに電話で区社会福祉協議会地域活動支援課(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191へ。定員20名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選した場合のみお知らせします。

区立小・中学校の学校公開と説明会

当日直接、会場へおいでください

中学校の学校選択制度

【対象】31年4月に区立中学校に入学する新1年生
 【選択できる学校の範囲】区内全域の区立中学校
 【入学可能者数】各中学校の施設規模等に応じて、上限を設定します。
 【選択方法】通学区域外の学校

を選択する場合は、対象者全員へ9月末ころ配布する学校選択票を10月31日(木)までに郵送(必着)または直接、学校運営課へ提出してください。
 ※入学希望者が入学可能者数を超えた場合は、公開抽選を行います。抽選に漏れた場合は通学区域の学校を指定しますが、選択した学校の補

31年4月に区立小・中学校に入学する新1年生と保護者の皆さんへ

魅力ある教育活動と開かれた学校づくりを目指して、入学前のお子さんや保護者に授業や学校の様子を見ていただく学校公開と説明会を、年2回開催しています。また、中学校では、通学区域制度を原則として、学校選択制度を実施しています。
 第1回の学校公開・説明会の日程(下表)をお知らせします。第2回は、小学校は2学期中、中学校は9月下旬～10月下旬に開催する予定です。
 31年4月に入学する新1年生には学校案内冊子を、小学校は8月末、中学校は9月末ころ配布します。各学校ではホームページを開設しています。新宿区ホームページからご覧いただけます。
 【問合せ】学校運営課学校運営支援係(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎4階) ☎(5273)3089・☎(5273)3580へ。

学校公開・学校説明会日時(第1回)

※公開時間は原則として授業時間内です。31年4月に入学する新1年生と保護者のほか、どなたでも見学できます。公開期間以外も見学を受け付けています。詳しくは、各学校へお問い合わせください。

小学校	中学校	小学校	中学校
学校名	学校公開期間	学校公開期間	学校説明会日時
天神小学校(新宿6-14-2) ☎(3358)3769	6月15日(金)・16日(土)	落合中学校(下落合2-24-6) ☎(3565)0701	6月15日(金)午後3時30分～4時30分
戸山小学校(百人町2-1-38) ☎(3205)9507	6月21日(木)～23日(土)	落合第二中学校(西落合1-6-5) ☎(3565)0702	6月22日(金)午後3時30分～4時30分
戸塚第一小学校(西早稲田3-10-12) ☎(3205)9508	6月14日(木)～16日(土)	西新宿中学校(西新宿8-2-44) ☎(5330)0661	6月7日(木)午後3時～4時
戸塚第三小学校(高田馬場1-25-21) ☎(3205)9509	6月14日(木)～16日(土)	新宿中学校(新宿6-15-22) ☎(3357)6191	6月23日(土)午前10時35分～11時10分
戸塚第三小学校(高田馬場3-18-21) ☎(3227)2101	6月9日(土)・12日(火)・13日(水)	新宿西戸山中学校(百人町4-3-1) ☎(3227)2110	6月15日(金)午後4時～5時
落合第一小学校(中落合2-13-27) ☎(3565)0940	6月22日(金)・23日(土)		
落合第二小学校(上落合2-10-23) ☎(3227)2102	6月16日(土)・19日(火)・20日(水)		
落合第三小学校(西落合1-12-20) ☎(3565)0941	6月14日(木)～16日(土)		
落合第四小学校(下落合2-9-34) ☎(3565)0942	6月21日(木)～23日(土)		
落合第五小学校(上落合3-1-6) ☎(3227)2103	6月14日(木)～16日(土)		
落合第六小学校(西落合4-11-21) ☎(3565)0943	6月7日(木)～9日(土)		
淀橋第四小学校(北新宿3-17-1) ☎(3227)2105	6月21日(木)～23日(土)		
柏木小学校(北新宿2-11-1) ☎(3227)2104	6月23日(土)・26日(火)・27日(水)		
西新宿小学校(西新宿4-35-5) ☎(3373)6031	6月21日(木)～23日(土)		
西戸山小学校(百人町4-2-1) ☎(3227)2107	6月14日(木)～16日(土)		

小学校	中学校	小学校	中学校
学校名	学校公開期間	学校公開期間	学校説明会日時
津久戸小学校(津久戸町2-2) ☎(3266)1601	6月21日(木)～23日(土)	東戸山小学校(戸山2-34-2) ☎(3205)9504	6月23日(土)・26日(火)・27日(水)
江戸川小学校(水道町1-28) ☎(3266)1602	6月13日(火)・14日(水)・16日(土)	四谷小学校(四谷2-6) ☎(5369)3776	5月31日(木)～6月2日(土)
市谷小学校(市谷山伏町1-3) ☎(3266)1603	6月23日(土)・25日(月)・26日(火)	四谷第六小学校(大京町30) ☎(3358)3767	6月16日(土)・19日(火)・20日(水)
愛日小学校(北町26) ☎(3266)1604	6月14日(木)～16日(土)	花園小学校(新宿1-22-1) ☎(3353)8276	6月21日(木)～23日(土)
早稲田小学校(早稲田南町25) ☎(3205)9501	6月14日(木)～16日(土)	大久保小学校(大久保1-1-21) ☎(3205)9506	6月15日(金)午前10時40分～11時10分
鶴巻小学校(早稲田鶴巻町140) ☎(3205)9502	6月12日(火)・13日(水)・16日(土)		
牛込仲之小学校(市谷仲之町4-33) ☎(3358)3762	6月14日(木)～16日(土)		
富久小学校(富久町7-24) ☎(3358)3763	6月8日(金)・9日(土)・11日(月)		
余丁町小学校(若松町13-1) ☎(3205)9503	6月14日(木)～16日(土)		

小学校特別支援学級	中学校特別支援学級
学校・学級名	学校・学級名
東戸山小学校…若草学級(戸山2-34-2) ☎(3205)9504	落合中学校(下落合2-24-6) ☎(3565)0701
落合第二小学校(上落合2-10-23) ☎(3227)2102	落合第二中学校(西落合1-6-5) ☎(3565)0702
柏木小学校…柏葉学級(北新宿2-11-1) ☎(3227)2086	西新宿中学校(西新宿8-2-44) ☎(5330)0661
花園小学校…新苑学級(新宿1-22-1) ☎(3358)8362	新宿中学校(新宿6-15-22) ☎(3357)6191
愛日小学校…若竹学級(北町26) ☎(3266)1604	新宿西戸山中学校(百人町4-3-1) ☎(3227)2110



催し・講座

初夏にうたおう

【日時】6月9日(土)正午～午後7時
 【内容】新宿区合唱連盟加盟の45団体が合唱曲・童謡などを合唱
 【会場・申込み】当日直接、新宿文化センター(新宿6-14-1) ☎(3350)1141へ。途中入退場自由。
新宿NPO協働推進センターの催し
 ①交流事業実行者とNPOの協働―学生団体や若者中心の団体の活動紹介と交流会です。
 【日時】6月9日(土)午後1時30分～4時30分
 【対象】NPO団体、学生団体ほか、50名
 ②新宿NPO活動基礎講座
 【日時・内容】▼6月15日(金)…活動企画の立て方を学ぶ、▼22日(金)…活動企画を立て、いずれも午後6時45分～8時45分(講師は柳田好史・本多絵理子/NPO法人としまNPO推進協議会代表理事)
 【対象】活動企画の見直しを考えている方ほか各回20名
 【費用】①は500円、②は各回千円(以下共通)……………

オヘアパル鑑賞の集い

【日時】6月30日(土)午前11時～12時
 【会場】新宿コスミックセンター8階プラネタリウム(大久保3-1-2) ☎(3205)9506
 【対象】対象に障害のある方と同伴者ほか、70名(小学3年生までは20歳以上の保護者同伴)
 【費用】100円(中学生までと同伴者は無料)
 【申込み】はがきに3面記入例のほか年齢・障害者手帳の種類、車いす使用の有無・電動手動の別も(同伴者の有無と人数を記入し、6月11日(月)までに郵送(必着)または直接新宿未来創造財団スポーツ課〒160-0072大久保3-1-2 ☎(3205)9506
 【会場】大久保スポーツプラザ(大久保3-1-42)
 【対象】区内在住・在勤の18歳以上で、初心者・初級者の方、35名
 【費用】5千円(保険料等)
 【主催・申込み】往復はがきに3面記入例のほか年齢・性別を記入し、6月10日(必着)までに区硬式蹴球連盟・古山寛 〒162-0041早稲田鶴巻町35 ☎(3205)5876へ。応募者多数の場合は抽選。

わくわくパルプラザ大久保

【日時】7月3日、24日の火・金曜日(17日(火)を除く)、午後7時30分～9時30分、全6回
 【会場】大久保スポーツプラザ(大久保3-1-42)
 【対象】区内在住・在勤の18歳以上で、初心者・初級者の方、35名
 【費用】5千円(保険料等)
 【主催・申込み】往復はがきに3面記入例のほか年齢・性別を記入し、6月10日(必着)までに区硬式蹴球連盟・古山寛 〒162-0041早稲田鶴巻町35 ☎(3205)5876へ。応募者多数の場合は抽選。

付窓口へお問い合わせください

【受付窓口】(株)日本旅行新宿区役所内営業所(本庁舎1階) ☎(3308)11
 【受付専用電話】☎(3308)11
 【受付日時】月～金曜日午前9時～午後5時
 ※土・日曜日、祝日等は(株)本旅行 ☎(3306)3990
 2(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】6月1日～11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。6月18日(月)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。
 【9月の休館日】箱根つつじ荘・グリーンヒルハケ岳ともに4日(火)・6日(水)
 ※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

図書館の催し

人形劇

●大久保図書館
 【日時】6月3日(日)午後3時～4時
 【対象】小学3年生までのお子さんと保護者、100名
 【上演作品】『町のねずみ』といなかのねずみほか(出演はオフィスやまひら)
 【会場】申込み当日直接大久保地域センター(大久保2-12-17)へ。先着順。
 【問合せ】大久保図書館 ☎(3209)3812へ。
 ●西落合図書館
 【日時】6月16日(土)午後2時～3時
 【対象】小学生までのお子さんと保護者、35名
 【上演作品】『赤きんぐ』うっかりにんげいのかくれんぼ』(出演は人形劇団ポポロ)
 【会場】申込み5月27日(日)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3395)4373へ。先着順。
 ●16ミリ発声映画機練習会・講習会
 ①操作講習修了証取得者練習会
 【日時】6月7日(木)午前10時～午後4時の間で随時
 【対象】16ミリ発声映画機操作講習修了証をお持ちの方
 ②操作講習会
 【日時】7月5日(木)6日(金)午前10時～午後3時30分、全2回
 【対象】18歳以上で2日とも出席できる方、15名
 【会場】申込み①は修了証をお持ちの上、当日直接、②は任意の用紙に3面記入例のほか生年月日、在勤の方は勤務先の名称・所在地を記入し、返信用封筒(82円切手を貼る)を同封の上、6月12日(必着)までに中央図書館 〒169-0007 大久保3-1-1 ☎(3364)1421へ。②は応募者多数の場合は区内在住・在勤の方を優先して抽選。結果は6月19日(火)までに応募者全員にお知らせします。

大人のための工作会

【日時】6月10日(日)午後2時～4時
 【内容】ペーパークラフトで「E-F 52形電気機関車」作り(講師は千葉浩司/造形作家)
 【会場・申込み】5月27日(日)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3395)4373へ。先着順。
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。
 ●水曜上映会
 【日時】6月13日(木)午後2時～3時55分(午後1時40分開場)
 【内容】アガサ・クリスティ「そして誰もいなくなった」(前編)【日本語音声・字幕】
 【会場】申込み当日直接新宿コスミックセンター(大久保3-1-1)へ。先着80名。
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。
 ●翻訳家が教える日常英語表現
 【日時】6月17日(日)午後2時～3時30分
 【内容】「サザエさん」の英訳を使い、日常生活の英語表現や勉強法などを紹介(講師は松村哲哉/翻訳家)
 【会場】申込み5月27日(日)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3395)4373へ。先着20名。
 ●「暗記も辞書もいらない英語多読」
 【日時】6月24日(日)7月8日(日)午後2時～4時(全2日)(講師は繁村一義/NPO多言語多読会)
 【会場】四谷地域センター(内藤町87) ☎(3341)0095
 【対象】高校生以上で本講座を初めに受講する方、25名
 【申込み】5月27日(日)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。
 ●シナリオライター入門講座Ⅱ
 【日時】6月29日(金)午後7時～9時
 【対象】20歳以上、20名
 【内容】テレビドラマや映画などのシナリオの魅力に迫り、執筆を体験するワークショップ
 【協力】(株)シナリオセンター
 【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-10) ☎(3207)1911へ。先着35名。

水曜上映会

【日時】6月13日(木)午後2時～3時55分(午後1時40分開場)
 【内容】アガサ・クリスティ「そして誰もいなくなった」(前編)【日本語音声・字幕】
 【会場】申込み当日直接新宿コスミックセンター(大久保3-1-1)へ。先着80名。
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。
 ●翻訳家が教える日常英語表現
 【日時】6月17日(日)午後2時～3時30分
 【内容】「サザエさん」の英訳を使い、日常生活の英語表現や勉強法などを紹介(講師は松村哲哉/翻訳家)
 【会場】申込み5月27日(日)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3395)4373へ。先着20名。
 ●「暗記も辞書もいらない英語多読」
 【日時】6月24日(日)7月8日(日)午後2時～4時(全2日)(講師は繁村一義/NPO多言語多読会)
 【会場】四谷地域センター(内藤町87) ☎(3341)0095
 【対象】高校生以上で本講座を初めに受講する方、25名
 【申込み】5月27日(日)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。
 ●シナリオライター入門講座Ⅱ
 【日時】6月29日(金)午後7時～9時
 【対象】20歳以上、20名
 【内容】テレビドラマや映画などのシナリオの魅力に迫り、執筆を体験するワークショップ
 【協力】(株)シナリオセンター
 【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-10) ☎(3207)1911へ。先着35名。

特別支援学級・特別支援学校の見学・説明会

本を読んでみませんか

【日時・会場】右表のとおり
 【対象】31年4月に小・中学校に入学予定で、障害等のため特別な配慮が必要なお子さんの保護者・幼稚園・保育園・子ども園・療育機関で療育相談等に関わっている方ほか
 【内容】学級・学校見学、就学相談等の概要説明、質疑応答ほか
 【問合せ】教育支援課特別支援教育係(大久保3-1-2、新宿コスミックセンター4階) ☎(3232)3074・☎(3232)1079へ。国立・都立・私立の特別支援学校(盲学校ろう学校を含む)の見学会の日程も、区教育支援課特別支援教育係へお問い合わせください。
 【日時】6月17日(日)午後2時～4時
 【会場】大久保地域センター(大久保2-12-17)
 【対象】日本語が母語でない方、20名(ひらがなが少し読めれば参加可)
 【協力】NPO多言語多読会
 【申込み】5月27日(日)から電話または直接、大久保図書館(大久保2-12-17) ☎(3209)3812へ。先着順。
 【日時】6月20日(木)午前10時～11時45分
 【会場】中央図書館(大久保3-1-1)
 【対象】小学校等で読み聞かせを始めたばかりの方、予定のある方、30名(乳幼児の同伴はご遠慮ください)
 【基本と本の紹介】
 【申込み】5月27日(日)から電話または直接、こども図書館(中央図書館内) ☎(3364)1421へ。先着順。
 【対象】3歳～小学生、10名(未就学児は保護者同伴)
 【内容】英語絵本の読み聞かせと英語の語や歌の紹介
 【会場・申込み】5月27日(日)から電話で中町図書館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。
 【日時】6月24日(日)午後2時～3時30分
 【会場】牛込笹岡地域センター(單笥町15)

【日時】6月10日(日)午後2時～4時
 【会場】大久保地域センター(大久保2-12-17)
 【対象】小学生、各回10名(保護者の同伴可)
 【講師】太田孝二郎/元高校化学教師
 【申込み】6月1日(金)までに電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095
 【対象】小学生、各回10名(保護者の同伴可)
 【講師】太田孝二郎/元高校化学教師
 【申込み】6月1日(金)までに電話または直接、大久保図書館(大久保2-12-17) ☎(3209)3812へ。先着順。
 【日時】6月10日(日)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)
 【講師】太田孝二郎/元高校化学教師
 【申込み】6月1日(金)までに電話または直接、大久保図書館(大久保2-12-17) ☎(3209)3812へ。先着順。
 【日時】6月13日(木)午後2時～3時55分(午後1時40分開場)
 【内容】アガサ・クリスティ「そして誰もいなくなった」(前編)【日本語音声・字幕】
 【会場】申込み当日直接新宿コスミックセンター(大久保3-1-1)へ。先着80名。
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。
 ●水曜上映会
 【日時】6月13日(木)午後2時～3時55分(午後1時40分開場)
 【内容】アガサ・クリスティ「そして誰もいなくなった」(前編)【日本語音声・字幕】
 【会場】申込み当日直接新宿コスミックセンター(大久保3-1-1)へ。先着80名。
 【問合せ】中央図書館 ☎(3364)1421へ。
 ●翻訳家が教える日常英語表現
 【日時】6月17日(日)午後2時～3時30分
 【内容】「サザエさん」の英訳を使い、日常生活の英語表現や勉強法などを紹介(講師は松村哲哉/翻訳家)
 【会場】申込み5月27日(日)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3395)4373へ。先着20名。
 ●「暗記も辞書もいらない英語多読」
 【日時】6月24日(日)7月8日(日)午後2時～4時(全2日)(講師は繁村一義/NPO多言語多読会)
 【会場】四谷地域センター(内藤町87) ☎(3341)0095
 【対象】高校生以上で本講座を初めに受講する方、25名
 【申込み】5月27日(日)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。
 ●シナリオライター入門講座Ⅱ
 【日時】6月29日(金)午後7時～9時
 【対象】20歳以上、20名
 【内容】テレビドラマや映画などのシナリオの魅力に迫り、執筆を体験するワークショップ
 【協力】(株)シナリオセンター
 【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-10) ☎(3207)1911へ。先着35名。

【日時】6月24日(日)午後2時～3時30分
 【会場】牛込笹岡地域センター(單笥町15)



男女共同参画フォーラム 実行委員

31年2月16日(土)開催のフォーラムを企画・運営します。

【実行委員会日時】7月12日(木)26日(木)、8月23日(木)、9月13日(木)...

【対象】区内在住・在勤・在学中、全回出席できる方、7名程度

【会場・申込み】所定の応募用紙を、6月15日(金)までに男女共同参画推進センター...

【職種】保健師(1類) 【採用予定数】若干名

【受験資格】国籍を問わず、保健師の免許があり、次のいずれかに該当する方

▼平成8年9月1日までの生まれ、▼平成8年9月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業...

【採用予定日】9月1日(土)以降 【任期】おおむね6か月〜3年

(職員の育児休業請求期間に応じて、採用時に決定)

【選考】7月7日(土)・8日(日) 【申込み】所定の申込書を、6月25日(月)午後5時までに人事課...

【会場】四谷保健センター(三栄町25) 【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名(男性の参加も可)



ウォーキングと筋力アップ講座

●めざせマイナス5歳

【日時・内容】①6月26日(火)午前9時30分〜12時:身体機能測定、正しい姿勢とウォーキング...

②7月6日(金)午前10時〜12時:講話「筋力づくりを助ける食事」と筋力アップエクササイズ...

③7月13日(金)午前10時〜12時:講話「お口から元気にオーラルケアレッスン」と筋力アップエクササイズ...

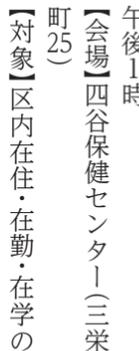
【対象】区内在住・在勤で69歳までの運動制限がない方、30名

【会場・申込み】5月28日(月)から電話かファックス(3面記入例のほかに①のみ参加希望の方はその旨を記入)で落合保健センター...

【日時】6月27日(水)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・在学の方、30名(男性の参加も可)



東京都調理師試験

●30年度試験の願書を配布しています

【願書配布・受付期間】6月25日(月)まで

【願書配布場所】衛生課(第2分庁舎3階)、保健センターほか

【試験日】10月13日(土)

【問合せ】調理技術技能センター 調理師試験担当 ☎(3667)1815

【会場】区内在住で4か月〜1歳程度のお子さんの保護者、30名

【内容】口の発達に合わせた離乳食の取り方ほか(講師は富田かをり/歯科医師・昭和大学歯学部講師)

【会場・申込み】5月28日(月)から電話で落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952)7161

【日時】6月29日(金)午前10時〜11時30分

【対象】区内在住で生後4〜11か月の第1子のお子さんと母親、20組

【内容】講話「ママになった今だから考える身体のこと」と実技「ママとベビーのふれあい遊び」「ママのエクササイズ」



しんじゆく 情報局

●明治150年から見える測量と地図のあゆみ

【日時】6月6日(水)〜8日(金) 午前10時〜午後7時(8日(金)は午後5時まで)

【内容】明治期から今日における測量機器・測量施設・地図等を紹介

【後援】新宿区 【会場・申込み】当日直接、新宿駅西口広場イベントコーナーへ。

【問合せ】「測量の日」東京地区実行委員会事務局(国土地理院関東地方測量部内) ☎(5213)2051

【日時】6月14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】社会的養護の必要な子どもたちに対して、より良い養育・養護の実践、養育家庭制度の充実、地域社会での理解増進等に取組むNPO法人東京養育家庭の会の活動を紹介(語り手は同法人)

【費用】千円(資料代等) 【主催・申込み】5月27日(日)から電話かファックス・電子メール(3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

【日時】6月23日(土)午後6時〜7時30分

【会場】四谷区民ホール(内藤町87)

新宿芸術家協会舞踊公演 「彩なす色を踊る」

●区民20名を自由席に招待

【日時】6月23日(土)午後6時〜7時30分

【内容】「色」をテーマにした現代舞踊・フラメンコ・インド舞踊 中国舞踊ほか

【後援】新宿区ほか 【主催・申込み】5月30日(水)から電話で同協会事務局(スタジオK内) ☎(3320)9834

【日時】①6月5日(火)・12日(火) 午前10時〜12時、②6月19日(火)・26日(火) 午前10時〜12時、いずれも全2回

【会場】四谷ひろば(四谷4-20)

【対象】おおむね60歳以上で、①はスマートフォンをこれから使ってみよう、②はスマートフォンを活用したい方、各15名

【費用】各3千円 【主催・申込み】5月28日(月)から、①は5月31日(木)まで、②は6月14日(木)までに電話でNPO自立化支援ネットワーク ☎(3400)0371

【日時】6月5日(火)・12日(火) 午前10時〜12時、②6月19日(火)・26日(火) 午前10時〜12時、いずれも全2回

【会場】四谷ひろば(四谷4-20)

【対象】おおむね60歳以上で、①はスマートフォンをこれから使ってみよう、②はスマートフォンを活用したい方、各15名

30年度の年金額

30年度の年金額は下表のとおりです。【問合せ】▶ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004、▶新宿年金事務所(大久保2-12-1) ☎(5285)8611、▶区医療保険年金課年金係(本庁舎4階) ☎(5273)4338へ。

Table with 2 columns: 年金の種類, 30年度の年金額. Rows include 老齢基礎年金, 障害基礎年金, 遺族基礎年金, and 子の加算額.

●納め忘れた国民年金保険料は後納制度をご利用ください 過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方は、申し込みにより、30年9月までの間、未納分の国民年金保険料を納めることができます。後納制度を利用することで、将来受け取る年金額が増えたり、年金の受給資格を得られる可能性があります。 ※60歳以上で、老齢基礎年金を受け取っている方は申し込みできません。詳しくはお問い合わせください。

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★ ◆新宿の街を描く会発足20年展 5月30日(木)まで、午前10時〜午後8時(30日(木)は午後4時まで)、東京都健康プラザハイジア(歌舞伎町2)で。☎同会・佐野 ☎(3203)6342 ◆新宿区手話学習者全体研修会 6月10日(日)区立障害者福祉センターで。手話のレベルアップを目指す。 ¥500円。 ☎6月7日(木)までに電話かファックスで。先着100名。☎新宿区手話サークル・賀来 ☎(3364)3485・☎(3364)5732

◆アミーゴフェスティバル 6月2日(土)午前10時〜午後2時、シャロームみなみ風(弁天町)で。作品販売、ステージイベントほか。☎午前10時〜午後5時に南風会シャロームみなみ風・柏木 ☎(5579)8412 ◆広告を作ってみよう 6月10日(日)午後2時〜5時(午後1時30分開場)、市谷田町2丁目で。広告代理店スタッフの指導で広告を制作。小学3〜6年生対象(保護者同伴)。 ¥無料。 ☎6月6日(木)までに電話で(土・日曜日を除く)午前10時〜午後6時。先着10名。☎㈱ファインドスター・朝比奈 ☎070(6962)3292 ★サークル紹介・会員募集★ ◆史跡めぐり 原則として毎月第2日曜日午前9時30分〜午後0時30分、区内・首都圏の文化財・史跡等を散策。 ¥入会金1,000円・年5,000円。 ☎新宿区史跡めぐりの会・芳川 ☎(3203)3137 ◆俳句 毎月第1水・土曜日午後1時〜4時、水曜日は俳句文学館(百人町3)、土曜日は若松町地域センターで。初心者歓迎。 ¥月1,500円。 ☎遠矢俳句会・檜 ☎(3952)3131 ◆カラオケ・ポイストレーニング 毎月第1〜4木曜日午前10時〜12時、東五軒町地域交流館で。女性対象。第1〜3木曜日は講師の指導あり。 ¥月2,500円。 ☎さつき会・関口 ☎(3266)8077 ◆日常英会話 毎週木曜日午後6時〜7時、戸塚地域センターで。50歳以上の初心者対象。無料体験あり。 ¥月4,000円。 ☎ローズ・星野 ☎080(4819)0634

40歳～74歳で国民健康保険にご加入の方へ

30年6月1日～31年3月31日実施



しんじゅく健康フレンズ

無料で
受けられます

年に一度の 特定健康診査

区民の死亡原因の割合は、「悪性新生物(がん)」「心疾患」「脳血管疾患」の順に多く、生活習慣病が上位を占めています。生活習慣病は、初期段階ではほとんど自覚症状がありません。年に1度の健康診査を活用して、自分の健康状態を知って生活習慣を見直すなど、自分の体と向き合みましょう。31年3月31日までに区の指定医療機関で受診してください。

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

特定健康診査とは

40歳以上を対象に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群※1)が糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病に影響していることに着目し、関係する項目を検査することで、生活習慣の改善に役立てていただくものです。特定健康診査の結果、「生活習慣の改善が必要」と判定された方には、健診受診月のおよそ2か月後に「特定保健指導・非肥満保健指導※2」の案内をお送りします。

※1 メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群)

食べ過ぎ・飲み過ぎ・運動不足・喫煙など、好ましくない生活習慣により内臓脂肪がたまり、さまざまな病気を引き起こしやすくなった状態です。そのままにしておくと、糖尿病・心臓病・脳卒中等を引き起こす危険があります。

※2 特定保健指導・非肥満保健指導

運動や食事等の生活習慣の見直しに取り組むための3か月間のサポートプログラムです。専門職(医師、保健師、管理栄養士等)が一人一人の生活スタイルに合わせて丁寧にサポートします。費用は無料です。

主な検査内容

※診断書は発行しません

問診



身体計測



尿検査



血液検査



血圧測定



対象

- 40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方(※年齢は31年3月末時点)
- ※16歳～39歳(学校・勤務先等で受診機会がある方を除く)、75歳以上、40歳～74歳で生活保護を受けている方等の健康診査も、区が無料で実施しています。

忙しい方ほど要注意

時間がない
忙しい



忙しい方ほど生活習慣病になりやすい傾向があります。日曜日に実施している医療機関もあります。

通院している方も受診しましょう

通院中だし
大丈夫



特定健康診査は病院で行う「治療」とは目的が異なります。通院中の方も主治医に相談の上、受診しましょう。

※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)の特定健康診査は、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。

● 人間ドックや事業主健診等を受ける方へ

特定健康診査を受けずに人間ドックや事業主健診等を受ける方も、必要項目を満たした健康診査の結果を提出し区の保健指導等の対象になった場合には、保健指導等の健康支援が無料で受けられる利用案内をお送りします。詳しくは、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

自費で受診する場合の1割程度の金額で受診できます

がん検診も受けましょう

検診の種類は下表のとおりです(医療機関によって実施している検診の種類が異なる場合があります)。加入している健康保険に関係なく受診できます(受診には区のがん検診票が必要)。



また、住民税が非課税世帯の方と生活保護を受給している世帯等の方は、検診費用の免除制度があります。詳しくは、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

【対象年齢は31年3月31日時点】

がん検診の種類		対象	費用
胃がん	胃内視鏡	50歳以上 ※胃部エックス線は40歳～49歳も受診できます。	2,000円
	胃部エックス線		1,900円
大腸がん		40歳以上	600円
肺がん	胸部エックス線のみ	40歳以上	900円
	喀痰細胞診も受診	50歳以上で喫煙指数の高い方 ※2	1,200円
子宮頸がん		20歳以上で偶数年齢の女性 ※3	900円
乳がん		40歳以上で偶数年齢の女性 ※3	800円
前立腺がん		50歳以上の男性	200円

- ※1…胃内視鏡か胃部エックス線いずれかを選択。受診は原則として2年に1回(胃部エックス線を継続受診する場合は毎年受診可)
- ※2…1日の喫煙本数×喫煙年数(過去の喫煙年数を含む)が600以上の方
- ※3…偶数年齢の方が対象。29年度に検診を受診していない方は、奇数年齢でも受診可

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン等を発送しました

【対象年齢は30年4月1日時点】

子宮頸がん検診は20歳の方、乳がん検診は40歳の方に6月から利用できる無料クーポン・検診票等を5月18日に発送しました。



6月4日～10日は歯と口の健康週間

「のばそうよ 健康寿命 歯磨きで」

(平成30年度 歯と口の健康週間標語)

歯科健康診査

【期間】6月1日(金)～12月28日(金)

【対象】区内在住で20歳以上の方

※31年3月31日(日)までに20歳になる方も対象です。

【内容】問診、口腔内(歯と歯ぐきの状態)の診査、総合判定。必要な方には歯科相談と指導

【費用】400円(70歳以上の方、生活保護を受給している世帯の方、30年度の住民税が非課税世帯の方等は無料。受診前に非課税であることを確認するための同意書の提出が必要)

【受診方法】区が発行する問診票・受診票をお持ちの上、指定歯科医療機関(問診票・受診票に同封のご案内に一覧を掲載)で受診してください。要介護等で通院できない方には、歯科医師の訪問による受診もできます。

※20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳・75歳・80歳の方には、5月28日(月)に受診票を発送します。その他の年齢の方や、上記の年齢で受診票がお手元がない方は、健康づくり課健康づくり推進係へご連絡ください。



「聞いて」「見て」「体験する」親子で学ぶ デンタルセミナー2018

【日時】6月30日(土)午前10時～12時

【対象】区内在住・在勤・在学の小学1～3年生と保護者、50組

【内容】▶保護者向けセミナー「家族そろって歯(は)っぴいライフ～むし歯・歯周病予防とお子さまの歯並びまで、家庭でできる最新ケア」(講師は倉治ななえ/歯科医師・日本歯科大学附属病院臨床教授)、▶お子さん向けセミナー「歯の博士になろう」、▶体験ブース…歯の染め出し・噛む力をアップするおやつ作りと試食・歯医者さんのお仕事体験・噛む力のチェックほか

【会場・申込み】5月28日(月)から電話かファックス(3面記入例とおり記入)で四谷保健センター(三栄町25)☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。先着順。

歯科医師会のイベント

● 四谷牛込歯科医師会主催

区内在住の方を対象に、歯の健診や相談、口の清掃方法をアドバイスします。

【日時】6月9日(土)午後1時～4時

【会場】善國寺境内(毘沙門天、神楽坂5-36)

【問合せ】四谷牛込歯科医師会 ☎(3356)6367へ。

● 新宿区歯科医師会主催

区内在住で、80歳で20本の歯を残す「8020(ハチマルニイマル)」を達成した方の表彰式と講演会を開催します。

【日時】6月2日(土)午後3時～4時30分

【会場】東新宿保健センター(新宿7-26-4)

【問合せ】新宿区歯科医師会 ☎(3200)5064へ。

高齢者が安心して暮らせる地域を目指して

広げよう 支え合いの輪

区では、「誰もが人として尊重され、ともに支え合う地域社会」を目指し、見守り訪問や地域の支え合いを促進する活動に取り組んでいます。一人一人が高齢者に対する思いやりの気持ちを持ち、支え合いの輪を広げましょう。

生活を見守りながら「ぬくもりだより」をお届けします



●75歳以上で一人暮らしの方が対象
一人暮らしの皆さんの安心につながるため、月2回、75歳以上の一人暮らしの方のご自宅を訪問し、元気な様子を確認しながら情報紙「ぬくもりだより」をお届けしています。事前に地区の民生委員が一人暮らしの状況や訪問配布の希望を伺います。その後、配布員が配布を希望する方に毎号お届けします。

「ぬくもりだより」には、季節の話題や簡単な料理のレシピ、高齢者が利用できるサービスなど、生活に役立つ情報を掲載しています(上図)。特別出張所や高齢者総合相談センターでも配布しています。訪問配布の対象でない方もご覧ください。
【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)☎(5273)4594・FAX(5272)0352へ。

ぬくもりだより5月15日号

地域見守り協力員が訪問し生活を見守ります

75歳以上の一人暮らしの方、75歳以上のみの世帯の方(日中に同様の状態となる世帯も可)を対象に、地域見守り協力員(地域のボランティア)が月2回程度ご自宅を訪問し、生活を見守ります。一人暮らしで心細い、近所に気軽に声をかけられる人が欲しいなど、見守りと訪問を希望される方は、お問い合わせください。

●見守り協力員(ボランティア)を募集しています

高齢者の自宅訪問の見守り活動のほか、定期的に開催する連絡会で、協力員同士の情報交換や研修等も行います。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】区社会福祉協議会地域活動支援課☎(5273)9191・FAX(5273)3082へ。



地域の事業者が高齢者を見守ります

高齢者に身近な事業者が、業務中に気付いた高齢者の異変を高齢者総合相談センター等へ連絡し、関係機関と連携して地域の高齢者を見守っています。

【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係へ。

●高齢者を見守る事業者を募集しています

右記の業種にかかわらず、高齢者が安心して暮らせる地域づくりにご協力いただける事業者を募集しています。

登録事業者の例(30年4月1日現在461事業者)

▶新聞販売同業組合、▶公衆浴場業生活衛生同業組合、▶宅配便サービス事業者、▶薬局・スーパー・コンビニエンスストア ほか



ささえーる 薬王寺をご利用ください



ささえーる薬王寺は、地域のためにやりたいことがある方や何かを始めたい方のために、活動・相談の場や多彩な講座を提供しています。活動の相談や支援には館専属の活動支援員が応じます。打ち合わせスペース、パソコン、カラー印刷機も予約不要でご利用いただけます(左写真)。「地域支え合い活動」を実現する場として、ぜひご利用ください。

【問合せ】同館(市谷薬王寺町51)☎(3353)2333・FAX(3353)6640へ。

●●● ささえーる 薬王寺の講座 ●●●

- ① 昼食を作って食べよう
【日時・定員】6月1日(金)・15日(金)午前9時30分～午後0時30分(各回6名)
- ② 簡単に作れる 心と体にやさしい料理
【日時・定員】6月5日(火)午前10時～午後1時30分(6名)
- ③ 愛妻に捧げる 男の料理講座(男性対象)
【日時・定員】6月6日(水)午前10時～午後0時30分(6名)
- ④ お手軽薬膳クッキング
【日時・定員】6月7日(木)午後1時30分～4時(6名)
【内容】スーパーで買える身近な食材で薬膳料理作り
- ⑤ 夕食を作って食べよう
【日時・定員】6月11日(月)午後2時30分～5時15分(6名)
- ⑥ 男のおつまみ講座
【日時・定員】6月14日(木)午後2時～4時30分(6名)
- ⑦ ウォーキング講座 ～歩いて知る薬王寺の魅力
【日時・定員】6月5日(火)・19日(火)午前10時～12時(各回20名)
- ⑧ 地域ささえあいライター養成講座
【日時・定員】6月20日(水)、6月27日～10月24日の第2・第4水曜日午前10時～午後0時10分、全10回(20名)
【内容】ささえーる薬王寺の館だよりを題材に、取材方法・文章の書き方・写真撮影を学ぶ(講師は真下聡・朝日新聞ジャーナリスト学校)



……………<以下共通>……………

【対象】①～⑦は区内在住の方、⑧は区内在住・在勤の方
【会場・申込み】5月31日(木)までに電話または直接、同館へ。応募者多数の場合は抽選。
※①～⑥は400円(材料費)を当日、同館でお支払いください。エプロン、三角巾をお持ちの上、爪を切っておいでください。

子育て住宅 入居者を募集します

募集案内の配布は6月1日(金)～11日(月)

- 礼金・手数料・再契約料は不要
- 保証方法を「連帯保証人」「保証会社」「敷金(使用料3か月分)」から1つ選択可



子育て住宅(特定住宅)は、20歳未満のお子さんがある世帯向けの区立住宅です。使用期間は原則として5年(使用料は定額)で、使用期間満了時に要件を満たしていれば再契約できます。
【募集戸数】5戸
【申込資格】国内在住で、同居する20歳未満のお子さんを扶養し、世帯の収入が所得基準内(下表)の方。詳しくは、募集案内をご覧ください。
【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・FAX(3204)2386へ。6月12日(火)までの消印で、13日(水)までに届いたものを受け付けます。
※募集案内は、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・鶴巻図書館で配布します(施設の休館日を除く)。6月1日(金)からは、新宿区ホームページからも取り出せます。
※先着順で随時申し込みを受け付けている住宅もあります。詳しくは、お問い合わせください。

所得基準表

家族数	年間所得金額
2人	227万6,000円～1,206万8,000円
3人	265万6,000円～1,244万8,000円

※所得金額は所得税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人に付き38万円を加算してください。

5月31日は世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間

世界禁煙デーは、「たばこを吸わないことが一般的な社会習慣となるよう、さまざまな対策を講ずるべきである」という世界保健機関(WHO)の決議により、平成元年に定められました。また、厚生労働省は、平成4年から禁煙週間を設け、たばこ対策を進めています。

【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。



区のとばこ対策

- ▶飲食店等の食品衛生責任者を対象とした食品衛生大会で、たばこによる健康被害の知識を普及啓発するパンフレットを配布
- ▶希望する飲食店等に禁煙・分煙を表示するステッカーを配布
- ▶妊娠届出や乳幼児健診の際に家族の禁煙を促すリーフレット・マグネットを配布
- ▶区のホームページに禁煙治療ができる医療機関一覧を掲載
- ▶条例により区長の指定する喫煙場所を除き路上喫煙を禁止

ケーブルテレビの広報番組

地域の多彩な魅力を紹介する区の広報番組です。6月は、運動会に向けて「ソーラン」を練習する新宿西戸山中学校生徒の皆さん(写真)のほか、区内の銭湯「世界湯」を紹介します。

番組の放送

6月1日(金)～30日(土)、ジェイコム港・新宿(11チャンネル)で、毎日3回放送します(20分番組)。6月から、放送時間を以下のとおり変更します。
▶午前9時から、▶午後6時35分から、▶午後11時から
※番組は、新宿区ホームページでも動画配信します。また、6月6日(水)から、区政情報センター(本庁舎1階)、区立図書館(所蔵は中央・四谷・下落合図書館のみ)でDVDを貸し出します。

6月はわたしのまち新宿



【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階)☎(5273)4064・FAX(5272)5500へ。

※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム港・新宿☎0120(914)000へ。