

傍聴できる 審議会

総合教育会議

【日時】8月28日(水)午後1時30分～3時
【内容】教育における重点施策ほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所第1分庁舎7階会議室へ。
【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505へ。

消防団運営委員会

【日時】8月29日(木)午前10時～11時45分
【内容】特別区消防団の組織力強化の方策
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所第2分庁舎分館1階会議室(新宿5-18-21)へ。
【問合せ】危機管理課地域防災係(本庁

舎4階) ☎(5273)3874へ。

みどりの推進審議会

【日時】9月2日(月)午前10時～12時
【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室
【内容】保護樹木等の指定・解除ほか
【申込み】傍聴を希望する方は、電話でみどり公園課みどりの係(本庁舎7階) ☎(5273)3924へ。

高齢者保健福祉推進協議会

【日時】9月3日(火)午前9時30分～11時30分
【内容】新宿区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の推進
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎地下1階11会議室へ。
【問合せ】地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係(本庁舎2階) ☎(5273)4193へ。

飲食店管理者の方へ

9月1日までに店頭喫煙場所の有無の表示をお願いします

東京都受動喫煙防止条例の一部施行に伴い、9月1日(日)から飲食店では、店頭喫煙場所の有無を表示することが義務付けられます。現在の店内の喫煙状況(禁煙であることまたは喫煙場所があること)を正しく表示するようお願いします。
また、令和2年4月1日(水)からは原則屋内禁煙となります。お店を禁煙にするか、基準に沿った喫煙室を整備するかを決めて必要な対策を講じてください。対策を講じたお店の店頭に表示する標識(シール型)は、区内の飲食店に



▲実際に貼るステッカー(例)

順次発送するほか、東京都、区衛生課管理係(第2分庁舎3階)でも配布します。
※制度に関する詳しい内容は、東京都受動喫煙防止対策相談窓口 ☎(0570)069690(もくもくゼロ)や、東京都「東京都受動喫煙防止条例」ホームページ(☎http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/tokyo/kangaekata_public.html)でご案内しています。
【問合せ】衛生課管理係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3838へ。

保健・衛生

乳がん体験者の会「るびなす」

乳がん体験者同士の情報交換の場です。
【日時】9月10日(火)午後2時～4時
【会場】四谷保健センター(四谷三栄町10-16)
【対象】区内在住・在勤・在学で乳がんを体験した方
【内容】講話(講師は本間亜希子/東京女子医科大学病院乳がん看護認定看護師)と交流会
【申込み】電話で女性の健康支援センター(四谷保健センター内) ☎(3351)5161へ。託児あり。

女性の健康づくりサポーター推進員養成研修

自らの健康づくりに取り組むとともに、将来的に女性の健康づくりのためのボランティア活動に取り組んでいただきます。
【コース・日時】▶①1日で学ぶコース…9月15日(日)午前9時30分～午後4時15分、▶②2日で学ぶコース…11月13日(水)午後3時～6時、12月20日(金)午後2時～5時………<①②共通>………
【会場】四谷保健センター(四谷三栄町10-16)
【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名
【内容】女性の世代ごとの健康づくりと健康寿命の延伸
【申込み】8月19日(月)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で女性の健康支援センター(四谷保健センター内) ☎(3351)5161・FAX(3351)5166へ。先着順。託児あり(定員12名。先着順)。

夏バテ回復料理教室

●健康を考え楽しく作って食べよう
【日時】9月12日(木)午前11時～午後2時
【会場】新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)
【対象】区内在住・在勤の方、20名
【メニュー】黒豆ご飯・塩麴を使った惣菜ほか
【費用】700円(材料費)
【持ち物】エプロン・三角巾・タオル
【申込み】往復はがきかファックス(2面記入例のとおり記入)で9月5日(必着)までに新宿区消費者大学OB&エシカルの会(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内) ☎(3205)1007へ。応募者多数の場合は抽選。
【問合せ】同会・田中 ☎(3202)4746へ。



親子ぜん息デイキャンプ～遠足

観光バスで川崎市黒川青少年野外活動センター(川崎市麻生区)に行きます。
【日時・集合場所】10月5日(土)午前9時に区役所第2分庁舎分館(新宿5-18-21)集合、午後5時に解散
【対象】区内在住で気管支ぜん息の小中学生と保護者、30組(小学5年生以上は1人での参加も可)
【申込み】8月19日(月)～30日(金)に電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で健康政策課公害保健係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3048・FAX(5273)3930へ。先着順。申し込み後、かかりつけ医が記入する医師意見書等必要書類を送付します。

元気館 10月～12月のプログラム

◆コース型プログラム
【日時・対象・内容】右表のとおりに
※回数はプログラムによって異なります。
※妊娠中の方、医師から運動を禁止されている方は参加できません。
【費用】400円×プログラム開催回数(3か月分をまとめて事前に支払い)
【申込み】▶来館の場合…8月31日(土)までに同館へ。▶郵送の場合…はがき(1コースにつき1枚。1人2コースまで)に2面記入例のほか年齢・生年月日、希望のプログラム名・コース(曜日・時間)を記入し、8月31日(必着)までに同館へ。
※定員を超えたコースは、区内在住の方を優先して抽選します。結果は9月2日(月)に館内に掲示するほか、同館ホームページ(☎https://www.sportsoasis.co.jp/sh45/)でもお知らせします。定員に満たないコースは、9月2日(月)午前9時から先着順で申し込みを受け付けます。

◆フリー型プログラム
【日時・対象・内容】右表のとおりに
【費用】1回400円
※祝日は、夜間のプログラム(午後6時～9時)をお休みします。
◆トレーニング室
【日時】▶月～土曜日…午前9時～午後8時45分
▶日曜日、祝日等…午前9時～午後5時45分
【内容】ランニングマシンなどの有酸素系マシンや筋肉トレーニングマシン、体成分測定、姿勢柔軟性チェックほか
【費用】400円。当日、同館でお支払いください。
※通年型・コース型プログラム参加者は、通年型・コース型プログラムへの参加日の退館までは無料、再入館・その他の日は400円。フリー型プログラムとトレーニング室の併用は合わせて400円。
※月～土曜日午後8時以降と日曜日、祝日午後5時以降は200円で利用できます。

NEW 水曜日20:05～20:35 優しい体幹エクササイズ
体幹を中心に鍛え、身体のつながりを強化することで綺麗な姿勢づくりやけがの予防を目的としたプログラムです。

スタジオスケジュール (10月～12月)

Table with 2 columns: Course Type (Course type, Annual type, Free type) and Description (Advance application 3 months, 400 yen per session, etc.)

- ★のプログラムは、かっこ内の年齢・学年の方が対象です(そのほかのプログラムの対象年齢は15歳以上)。
●通年型・コース型プログラムは、申し込みをした曜日・時間のプログラムのみ受講可能です。
●通年型クラスは年度(令和元年度)参加クラスです(先着順)。退会申請するまで継続できます。(満員)のクラスはキャンセル待ちを受け付けています。
●参加要件等詳しくは、電話でお問い合わせください。

Main studio schedule table with columns for days of the week (Monday to Sunday) and rows for various activities like body care, stretching, dance, and fitness classes with their respective times.