皆さんの保険料と公費で支えられています

介護保険サービス

【問合せ】介護保険課推進係（本庁舎2階）☎(5273)4596・FAX(3209)6010へ。

保険料負担と給付のしくみ

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるよう、新宿区が保険者となって運営しています。

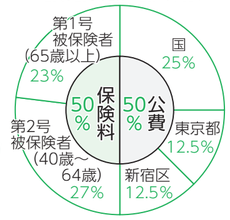
介護保険サービスにかかる費用

原則として、利用者本人がサービスにかかる費用の1割（所得状況に応じて2割または3割）を負担します（下図参照）。

サービスにかかる費用の負担割合

1割（2割または3割）	9割（8割または7割）	
利用者負担	2分の1 保険料	2分の1 公費

9割（8割または7割）の内訳



9割（8割または7割）のうち、半分を被保険者である皆さんからの保険料で、半分を公費（国・都・区）で負担しています（上図・上グラフ参照）。

介護保険サービスの給付状況

平成30年度決算に基づく実績

サービスの区分（主なサービス）	31年3月の利用者数	年間給付額 ※自己負担を除いたもの	利用者1人当たりの年間給付額
居宅サービス（訪問介護、通所介護、特定施設入居者生活介護等）	8,458人	114億8,353万6,525円	135万7,712円
地域密着型サービス（認知症高齢者グループホーム、小規模多機能型居宅介護等）	1,733人	24億9,307万431円	143万8,586円
施設サービス（特別養護老人ホーム、老人保健施設等）	1,617人	54億2,998万3,232円	335万8,060円

★介護保険料はサービス利用量の増加に伴い上昇します★

介護保険料は介護保険事業計画期間中のサービスの利用見込み量に応じて算定します。健康に心掛け介護予防や重度化防止に努めることが、ひいては保険料負担の軽減にもつながります。

シニア活動館・地域交流館の催し　イ 講

区内在住でシニア活動館は50歳以上、地域交流館は60歳以上が対象

◎戸山シニア活動館

①文学講演会
【日時・定員】11月22日㈮午後2時～3時30分（40名）
【内容】二つの青春 漱石と鴎外（講師は立石伯／法政大学名誉教授）

②戸山の歴史を語り継ぐ集い
【日時・定員】11月23日㈯午後2時～4時（50名）
【内容】尾張藩主「徳川慶勝物語」づくり
【共催】新宿区史跡めぐりの会、生涯現役の会
……＜①②共通＞……
【会場・申込み】10月27日㈰から電話または直接、**同館**（戸山2―27―2）☎(3204)2422へ。先着順。

◎西早稲田地域交流館

●活動発表会「新しき御代の祝い」
【日時】11月17日㈰午前10時～午後4時（入退場自由）
【内容】地域の団体・サークルの発表会・展示会・吹奏楽団オデッセイの演奏会
【会場・申込み】当日直接、**同館**（西早稲田1―22―2）☎(5286)8311へ。

◎北新宿地域交流館

●誤嚥（ごえん）防止・ごっくん体操講習
【日時・定員】11月21日㈭午後1時30分～3時（30名）
【講師】小野有香里（メディカルケア協会）
【会場・申込み】10月27日㈰から電話または直接、**同館**（北新宿2―3―7）☎(3369)5856へ。先着順。

◎北新宿第二地域交流館

①ピロースプレー作り
【日時・定員】11月14日㈭午前10時30分～11時30分（12名）
【講師】吉野節子（アロマインストラクター）
【費用】500円（材料費）

②秋の美容講習会
【日時・定員】11月19日㈫午後2時30分～4時（20名）
【講師】カネボウビューティカウンセリング㈱

③成年後見制度入門＆相談会
【日時・定員】11月20日㈬午後2時～3時30分（30名）

④上手なおくすりとの付き合い方 ～健康食品・サプリメント編
【日時・定員】11月22日㈮午後2時～3時30分（30名）
【講師】龍生堂薬局
……＜①～④共通＞……
【会場・申込み】①は11月4日㈪まで、②は11月8日㈮まで、③④は10月27日㈰から電話または直接、**同館**（北新宿3―20―2）☎(5348)6751へ。①②は応募者多数の場合は抽選、③④は先着順。

◎高田馬場地域交流館

●落語会
【日時・定員】11月10日㈰午後2時～3時40分（80名）
【出演】笑福亭べ瓶、柳家小太郎ほか
【会場・申込み】当日直接、**同館**（高田馬場1―4―17）☎(3200)5816へ。先着順。

イベント

全世代向けの多彩な

小説「草枕」の美術世界 ～新・草枕絵展　イ

小説の世界を表現した絵画展と夏目漱石ゆかりの地の俳句写真展です。
【期間】11月2日㈯～29日㈮
【共催】新宿区
【会場・申込み】当日直接、漱石山房記念館（早稲田南町7）へ。
【主催・問合せ】**玉名市ふるさとセールス課観光振興係**☎0968(73)2222へ。

芸術サロン・映画会　イ

【日時】11月7日㈭午後2時～3時40分（午後1時45分開場）
【内容】「あに・いもうと」（監督／成瀬巳喜男、出演／京マチ子ほか）
【会場・申込み】当日直接、**四谷地域センター**（内藤町87）☎(3351)3314へ。先着80名。

落合第二地域センターまつり　イ

●きてみて 見てみて きいてみて
【日時】11月10日㈰午前10時～午後3時30分
【内容】同センター登録団体のステージ発表（コーラス・ダンス・武道・ジャズバンド・バレエ等）、体験コーナー、模擬店
【会場・問合せ】**同センター**（中落合4―17―13）☎(3951)9941へ。

講演会「おいしいお茶の入れ方と環境への取り組み」　講

【日時】11月22日㈮午後1時30分～3時30分
【会場】角筈地域センター（西新宿4―33―7）
【対象】区内在住・在勤・在学の方、50名
【講師】㈱伊藤園
【申込み】電話かファックス（3面記入例のとおり記入）で10月28日㈪～11月15日㈮に**角筈地区協議会**（角筈特別出張所内）☎(3377)4381・FAX(5350)2868へ。先着順。

「おもてなし」英会話講座　講

●テーマは「観光する」
【日時】11月10日㈰午後2時～4時
【会場】角筈地域センター（西新宿4―33―7）
【申込み】10月27日㈰から電話または直接、**角筈図書館**（西新宿4―33―7）☎(5371)0010へ。先着40名。

中央図書館上映会　イ

【日時・上映作品】▶映画の夕べ…11月8日㈮午後6時から（午後5時40分開場）／「裏窓」（114分、日本語字幕）、▶水曜上映会…11月13日㈬午後2時から（午後1時40分開場）／「風といのちの詩（うた）」（90分）
【会場・申込み】当日直接、新宿コズミックセンター8階プラネタリウム（大久保3―1―2）へ。各日先着80名。
【問合せ】**中央図書館**☎(3364)1421へ。

四谷まち歩き　イ

●宿場町・内藤新宿の風情を訪ねて
【日時】11月16日㈯午前10時に四谷区民センター1階（内藤町87）前集合、正午ころ太宗寺（新宿2―9―2）で解散（雨天実施）
【行き先】内藤新宿分水散歩道、成覚寺、太宗寺ほか
※まち歩き終了後に茶話会と内藤七色（七味）新物の調合イベントを実施します（希望者のみ当日申し込み）。
【費用】100円（資料代等。茶話会は別途、茶菓子代300円程度）
【申込み】10月28日㈪～11月14日㈭に電話で**四谷地区協議会**（四谷特別出張所内）☎(3354)6171へ。先着20名。初めて参加する方には当日、四谷まち歩き手帖を差し上げます。

朗読講座「漱石を読む」　講

【日時】11月26日㈫・12月10日㈫午後2時～4時、全2回
【会場】牛込簞笥地域センター（簞笥町15）
【内容】夏目漱石「夢十夜」より「第一夜」（講師は飯田すみえ／朗読の会「言の葉」）
【申込み】10月29日㈫から電話で**中町図書館**☎(3267)3121へ。先着15名。

料理講習会　講

●中東のパン・ピタパンでサンドウィッチ作り
【日時】11月17日㈰午前10時～午後1時30分
【対象】区内在住・在勤・在学の18歳以上、12名
【講師】山本ゆみえ（アトリエ ラ・ブランシェ代表）
【費用】1,500円（材料費を含む）
【持ち物】エプロン・三角巾・タオル
【会場・申込み】11月1日㈮までに電話で**戸塚地域センター**（高田馬場2―18―1）☎(3209)8001へ。応募者多数の場合は戸塚地区在住、初めての方を優先して抽選。

かんたん料理教室　講

【日時】11月22日㈮午後6時30分～8時30分
【会場】柏木地域センター（北新宿2―3―7）
【対象】区内在住・在勤・在学で18歳～おおむね50歳、15名程度
【メニュー】魚の照り焼き、なめ茸おろし、卵の野菜あんかけ、みそ汁
【費用】500円（材料費）
【申込み】10月28日㈪～11月13日㈬に電話かファックス（3面記入例のとおり記入）で**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。先着順（今年度、同料理教室に初めて参加する方を優先）。

早島万紀子クリスマスオルガンコンサート　イ

●聖母マリアに捧ぐ
【日時】12月7日㈯午後4時から（午後3時30分開場）
【曲目】J.Sバッハ『クリスマスの歌によるカノン風変奏曲「高き天よりわれは来たれり」』ほか
【費用（全自由席）】2,000円、区内在住の方は1,000円、友の会会員は800円
【会場・問合せ】**新宿文化センター**（新宿6―14―1）☎(3350)1141へ。

染ものまち歩き　イ

●新宿の地場産業を知ろう
【日時】11月23日㈷午後1時に下落合図書館集合、4時解散
【対象】小学生以上、10名（小学生は保護者同伴）
【内容】同館周辺の染物工房の見学とトートバッグへの型染め体験（トートバッグは持ち帰り可）。歩きやすい靴、汚れてもよい服装でおいでください。
【協力】染の小道実行委員会
【申込み】10月27日㈰から電話または直接、**下落合図書館**（下落合1―9―8）☎(3368)6100へ。先着順。

北新宿寄席　イ

【日時】11月30日㈯午後2時～3時
【会場】北新宿生涯学習館（北新宿3―20―2）
【出演】三笑亭夢丸ほか
【申込み】10月27日㈰から電話または直接、**北新宿図書館**（北新宿3―20―2）☎(3365)4755へ。先着30名。

はじめてのおんがくかい クリスマスコンサート　イ

小さなお子さんや障害のあるお子さんも楽しめます。開場時間（午後1時）から開演まで楽器体験もあります。
【日時】12月15日㈰午後2時30分～3時40分（入退場自由）
【出演】松村秀明／指揮、赤星啓子／歌・司会、高橋博子／オルガン、宮﨑幸次／監修、東京フィルハーモニー交響楽団ミニオーケストラ／管弦楽
【費用（全指定席）】3,000円（小学生までは1,000円）。区内在住の方は2,800円（小学生までは800円）。保護者のひざ上で鑑賞する2歳までのお子さんは無料
【会場・問合せ】**新宿文化センター**（新宿6―14―1）☎(3350)1141へ。車椅子席・ヒアリングループ席を希望する方はチケット購入前、点字プログラム（子ども用）を希望する方は、チケット購入後、12月8日㈰までにご連絡ください。

こども・教育

令和2年度新入園児募集

●区立幼稚園・子ども園（幼稚園機能）
各園で入園申請書を配布しています。
【対象】保護者と区内在住で集団生活に支障がなく、保護者等の送り迎えが可能な3～5歳児
【申請書受付日】11月5日㈫～7日㈭
【問合せ】▶幼稚園…**学校運営課幼稚園係**（第1分庁舎4階）☎(5273)3103へ。▶子ども園…**保育課入園・認定係**（本庁舎2階）☎(5273)4527へ。詳しくは、問合せ窓口、各園、特別出張所等で配布している募集案内をご覧ください。新宿区ホームページでもご案内しています。
※私立幼稚園・子ども園（幼稚園機能）の募集は、各園へお問い合わせください。

英語であそぼう　イ

【日時】11月10日㈰午前11時～11時45分
【対象】小学生までのお子さんと保護者、20名
【会場・申込み】10月27日㈰から電話または直接、**角筈図書館**（西新宿4―33―7）☎(5371)0010へ。先着順。

子ども映画会　イ

【日時】11月10日㈰午後2時～2時30分
【対象】中学生まで、40名（保護者の同伴可）
【上映作品】「きょうはなんてうんがいいんだろう」「はらぺこおおかみとぶたのまち」（日本語字幕）
【会場・申込み】当日直接、**こども図書館**（大久保3―1―1、中央図書館内）☎(3364)1421へ。先着順。

お絵かき・読み聞かせワークショップ　イ

【日時】11月16日㈯午後2時～3時
【会場】北新宿生涯学習館（北新宿3―20―2）
【対象】小学3年生まで、20名
【講師】ひろたあきら（お笑い芸人）
【申込み】10月27日㈰から電話または直接、**北新宿図書館**（北新宿3―20―2）☎(3365)4755へ。先着順。

本と絵本の講座　講

●絵本のある子育て
【日時】11月20日㈬午前10時～11時30分
【対象】未就学児の保護者ほか、30名
【講師】神保和子（子どもの本の家「ちゅうりっぷ」主宰）

●子どもたちに読書の楽しさを
【日時】11月27日㈬午前10時～11時30分
【対象】小学生の保護者ほか、30名
【講師】片居木薫（EhonCafeイングリッシュ・ブルーベル）
……＜以下共通＞……
【会場】中央図書館（大久保3―1―1）
【申込み】10月27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。

講演会「のびのび育つほめ方・しかり方のポイント」　講

【日時】11月20日㈬午前10時～11時30分
【対象】区内在住の3歳未満のお子さんの保護者、15名（お子さんと一緒に参加可）
【講師】内田良子（心理カウンセラー）
【会場・申込み】10月28日㈪から電話かファックス（3面記入例のとおり記入）で**東新宿保健センター**（新宿7―26―4）☎(3200)1026・FAX(3200)1027へ。先着順。

11月は児童虐待防止月間

189（いちはやく） ちいさな命に 待ったなし

【問合せ】**子ども家庭支援課総合相談係**☎(3232)0675へ。

※189は児童相談所全国共通3桁ダイヤルです（下記「通告・相談窓口」参照）。

区で実施する「子どもと家庭の総合相談」の件数は年々増加傾向にあり、その中には虐待に関する相談も含まれます。虐待には、身体的虐待・性的虐待・ネグレクト（養育放棄）・心理的虐待があります。虐待に気付いた方には通告義務があります。ご協力をお願いします。

こんな様子に気づいたらご連絡を

□いつも子どもの泣き声がする
□夜間子どもだけで過ごしている
□表情や反応が乏しく、笑顔が少ない
□サイズ・季節が合わない衣服を着ている

★「もしかして？」虐待の疑いだけでもご連絡ください。虐待でなかったとしても、責められることは一切ありません。
★連絡した方の秘密は守られます。

通告・相談窓口

▶**子ども総合センター**（新宿7―3―29 新宿ここ・から広場内）☎(3232)0675（電話相談は日曜日、祝日を含む）
▶**信濃町子ども家庭支援センター**（信濃町20）☎(3357)6855
▶**榎町子ども家庭支援センター**（榎町36）☎(3269)7345
▶**中落合子ども家庭支援センター**（中落合2―7―24）☎(3952)7752
▶**北新宿子ども家庭支援センター**（北新宿3―20―2）☎(3362)4152
▶**児童相談所全国共通3桁ダイヤル**（24時間受け付け）☎189（いちはやく）

養育家庭体験発表会

親と一緒に暮らすことができないお子さんを一定期間家庭で養育する「養育家庭制度」の説明や体験者の話のほか、講演「孤立した若年女性たちの妊娠相談窓口の取り組み」を実施します。
【日時】11月28日㈭午後2時～4時30分
【会場】四谷地域センター（内藤町87）
【申込み】10月29日㈫から電話で**子ども家庭支援課総合相談係**へ。先着80名。

子どもショートステイ協力家庭を募集

昼夜を通してお子さんを養育する方がいないときに地域の家庭が協力家庭となりお子さんを預かる事業です。

児童虐待防止キャンペーン

11月18日㈪午後3時～4時、高田馬場駅ビッグボックス前で啓発グッズを配布し、虐待防止を呼び掛けます。

LINE相談～児童虐待を防止するために

●LINE公式アカウント子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京
【対応時間】▶月～金曜日午前9時～午後9時、▶土・日曜日、祝日午前9時～午後5時

●電話で相談したいとき
▶保護者の方…☎(3366)4152
▶お子さん…☎0120(874)374
【問合せ】**東京都福祉保健局計画課**☎(5320)4137へ。

新宿区×よしもと ワクワク！スポーツ体験プロジェクト

陸上教室　イ

11月30日㈯開催

～オリンピックメダリストから走り方を学ぼう

塚原直貴

北京2008オリンピック4×100mリレーで銀メダルを獲得した塚原直貴さんが講師となり、トークショーと実技の二部構成でお届けします。スタートの仕方、綺麗な走り方など、速く走るためのコツを教えます。
【日時】11月30日㈯午後1時～2時45分（受け付けは午後0時30分から）
【会場】新宿ここ・から広場多目的運動広場（新宿7―3―29）、雨天時は、新宿コズミックセンター大体育室（大久保3―1―2）
【対象】小学生、60名
【司会等】キクチウソツカナイ。（**右写真**）、ゲストにジャングルポケット太田・おたけ、とにかく明るい安村（いずれもよしもと芸人）
【申込み】はがきかファックス（3面記入例のほか、陸上競技の経験、年齢・学年を記入）、または電話で、11月15日（必着）までに**吉本興業㈱ワクワク！スポーツ体験プロジェクト事務局**（〒160-0022新宿5―18―21）☎(3209)8197・FAX(3209)8264へ。同事務局ホームページ（HPhttps://wakuwakusports.yoshimoto.co.jp）からも申し込めます。応募者多数の場合は抽選。定員に空きがある場合は、11月19日㈫から電話かファックスで先着順に受け付けます。応募者全員にメールと郵送で結果をお知らせします。当日、会場内には当選者と保護者以外は入場できません。会場を変更する場合は、同事務局ホームページ、新宿区ホームページでお知らせするほか、対象者には電話でお知らせします。
【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

ささえーる 薬王寺の催し　イ 講

いずれの講座も区内在住の方が対象です。

①蘇るレシピ＆カフェボランティア
カフェのレシピを再現する調理実習を、3歳以上のお子さん・保護者（5組10名）と5名の方に実施。カフェボランティア（3名）にはコーヒーの入れ方を教えます。
【日時】11月8日㈮午後1時～3時30分

②ウォーキング講座
【日時・定員】11月19日㈫午前10時～12時（20名）

③パソコン講座～年賀状作成
【日時・定員】11月22日㈮午後1時30分～3時（5名）

④ストレッチ3B（さんびー）体操
【日時・定員】11月22日㈮午後1時30分～3時30分（20名）

⑤ハンドトリートメント
早稲田美容専門学校の学生ボランティアが実施します。
【日時・定員】11月22日㈮午後2時～3時（15名）（1人20分程度）

⑥ささえーる歌声広場
【日時・定員】11月26日㈫午前10時～11時30分（20名）

⑦写真で魅せる新聞づくり講座（全4回）
【日時・定員】11月13日㈬午前9時30分～午後0時40分、11月27日㈬、12月11日㈬・25日㈬午前10時～午後0時10分（15名）
【内容】写真の撮り方・記事の書き方・編集方法を学び、ささえーる新聞を制作

⑧昼食を作って食べよう
【日時・定員】11月15日㈮午前9時30分～午後0時30分（6名）

⑨無理なくできるバランスごはん
【日時・定員】11月19日㈫午前10時～午後0時30分（6名）

⑩男のおつまみ講座（男性対象）
【日時・定員】11月28日㈭午後2時～4時30分（6名）
……＜①～⑩共通＞……
【会場・申込み】11月6日㈬までに、電話または直接、**同館**（市谷薬王寺町51）☎(3353)2333（土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後6時）へ。応募者多数の場合は抽選。⑧～⑩は当日、400円をお支払いください。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。

自転車での加害事故による高額賠償事例が増えています。万が一に備え、自転車の傷害保険・賠償責任保険等に加入しましょう。補償内容等詳しくは、各損害保険会社へ。