

## 認知症の相談・講座・学習会

### ◎認知症介護者相談

【日時】1月6日(月)午後2時～4時  
【会場】区役所第1分庁舎2階区民相談室  
【対象】認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名  
【内容】西新宿コンシェルシアクリニック精神科医師による個別相談  
【申込み】12月17日(火)から電話で高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階) ☎(5273)4593へ。先着順。

### ◎認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】▶①1月9日(木)…四谷高齢者総合相談センター(四谷三栄町10-16、四谷保健センター等複合施設4階)、▶②1月30日(木)…落合保健センター(下落合4-6-7)、いずれも時間は午後2時30分～4時  
【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配のある方、各日4名  
【内容】新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医による個別相談  
【申込み】12月17日(火)から電話で①は四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770、②は落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080へ。先着順。

### ◎認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識や、認知症の方や家族への配慮などを学ぶ講座です。受講した方には、認知症サポーターの印「オレンジリング」を差し上げます。  
【日時】1月22日(水)午後2時～3時30分  
【会場】区役所本庁舎地下1階11会議室  
【対象】区内在住・在勤・在学の方、45名  
【申込み】12月17日(火)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で、高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。先着順。

### ◎認知症介護者家族会(学習会)

【日時】1月15日(水)午前10時30分～12時  
【会場】西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)  
【対象】区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか、20名  
【内容】講座「介護ストレス解消法～気持ちいいを体験しよう」と介護者同士の交流会  
【費用】100円(交流会の茶菓代)  
【申込み】電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。

## 介護予防・健康づくり等の活動を行う団体の方へ

### 地域の空きスペースをご利用ください

区では、事業者等から地域の空きスペースの提供を受け、介護予防・健康づくり等の活動やサロン等の交流活動を住民主体で行っている、またはこれから始めようとしている団体へ活動場所を紹介しています。ご利用いただけるスペースは下表のとおりです。利用申し込み・時間・利用料等詳しくは、お問い合わせください。

#### ◆ご利用いただけるスペース

提供者	建物名(所在地)	スペースの面積
(株)東京在宅サービス	YKBマイクガーデン(新宿1-5-4)	110㎡
社会福祉法人 新宿区社会福祉事業団	北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑、北新宿3-27-6)	40㎡
	中落合高齢者在宅サービスセンター(中落合1-7-1)	57㎡
社会福祉法人マザアス	地域密着型複合施設マザアス新宿(新宿7-3-31)	72㎡
社会福祉法人 シルヴァーウィング	戸山いつきの杜(戸山2-4-101)	62㎡
社会福祉法人邦友会	新宿けやき園(百人町4-5-1)	200㎡×2か所
みやびサポート(株)	レンタルギャラリー&レンタルスペース LUMO(矢来町81)	46㎡
社会福祉法人サン	より処まんまる庵(デイサービスルーム)(高田馬場1-20-16)	45㎡
特定医療法人研精会	介護老人保健施設デンマークイン新宿(原町2-43)	35㎡

#### ●地域の空きスペースの提供にご協力ください

区では、介護予防・健康づくり等の活動を行う団体へ活動場所を提供するため、地域の空きスペースを随時募集しています。  
【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。

## 高額障害福祉サービス等給付費を払い戻します

#### ●申請書は12月下旬に発送します

払い戻しには申請が必要です。該当する方には、12月下旬に各申請書を発送します。  
【対象期間】平成30年8月～令和元年7月利用分  
【対象・払い戻し金額】▶①住民税課税世帯で、障害福祉サービス等を利用する方が複数いる、または介護保険サービスを併せて利用した月の利用者負担額の合算が基準額を超えた場合、超えた分の金額

▶②住民税非課税世帯で、65歳に到達するまでの5年間にわたり、介護保険相当障害福祉サービス(居宅介護、短期入所等)を利用していた場合(一定の要件あり)、介護保険サービス(訪問介護、通所介護等)で支払った利用者負担額  
※②に該当する方で、60～65歳の間に新宿区に転入した場合は、お問い合わせください。  
【問合せ】障害者福祉課経理係(本庁舎2階) ☎(5273)4520・☎(3209)3441へ。

## こども・教育

### おたのしみかるた会

【日時】1月12日(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】小学生までのお子さん、20名  
【内容】かるた大会と絵本の読み聞かせ  
【申込み】12月18日(水)から電話または直接、北新宿図書館(北新宿3-20-2)

## 全世代向けの多彩なイベント

### 戸山の歴史を語り継ぐ集い

【日時】12月22日(日)午後2時～4時  
【対象】区内在住の50歳以上、60名  
【内容】江戸無血開城と徳川慶勝  
【会場・申込み】当日直接、戸山シニア活動館(戸山2-27-2) ☎(3204)2422へ。先着順。

### 講座「インターネット活用術」

【日時】1月12日(日)午後2時～4時  
【対象】パソコンのキーボード操作やインターネット使用経験のある16歳以上、10名  
【内容】データベースの役立て方を、新聞記事等の検索を通じて学ぶ  
【会場・申込み】12月19日(木)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。

### プロボノとNPOの交流事業

プロボノは、個人が持つ職業上のスキルや知識を「公共善」のために生かすボランティア活動です。講演会や活動紹介、参加者同士の意見交換会を行います。  
【日時】1月18日(土)午後1時30分～4時30分  
【対象】NPO団体、中間支援団体ほか、50名  
【費用】500円(資料・飲食代等)  
【会場・申込み】12月17日(火)から電話かファックス・電子メール(2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(毎月第2火曜日を除く午前10時～午後6時)・☎(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.netへ。先着順。

### 男女共同参画推進センターの講座

①あなたの髪、大丈夫?  
～髪と長く付き合うために  
【日時】1月18日(土)午後2時～4時  
②男に介護は難しい?  
～男らしさとケアの危険な関係  
【日時】1月25日(土)午後2時～4時  
………<①②共通>………  
【対象】区内在住・在勤・在学の方、30名  
【会場・申込み】12月17日(火)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で同センター(ウィズ新宿、荒木町16) ☎(3341)0801・☎(3341)0740へ。先着順。

### 英語多読祭

【日時・内容】1月19日(日)、▶①午後1時30分～3時…多読経験者向け講演とワークショップ、▶②午後3時15分～4時30分…多読相談会  
【会場】四谷地域センター(内藤町87)  
【申込み】①は12月18日(水)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着25名。②は当日直接、会場へ。

☎(3365)4755へ。先着順。

### 双子の会講演会・交流会

●先輩ママに聞く双子の育児  
【日時】1月21日(火)午後1時30分～3時  
【対象】乳幼児の双子を子育て中の方、双子を妊娠中の方、20名  
【会場・申込み】12月17日(火)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952)7161・☎(3952)9943へ。先着順。託児あり(先着15組)。

### 介護高齢者支援「趣味」講座

●腕編みでスヌード作り  
【日時】1月20日(月)午後2時～3時  
【会場・申込み】12月18日(水)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8名。

### かんたん料理教室

【日時】1月22日(水)午後6時30分～8時30分  
【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18歳～おおむね50歳、15名程度  
【メニュー】具たくさん中華丼ほか  
【費用】500円(材料費)  
【申込み】12月17日(火)～1月10日(金)に電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047・☎(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)。

### バドミントン大会

●男女別団体戦  
【日時】2月23日(祝)午前9時～午後7時  
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)  
【対象】区内在住・在勤の15歳以上(中学生は不可)、区バドミントン連盟登録者、300名(1チーム6名以上)  
【内容】3ダブルス1部～4部  
【費用】1チーム6,000円(連盟未登録者は1人に付き500円を加算)  
【主催・申込み】所定の申込書(新宿スポーツセンター・新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)で配布)に記載の方法で費用を振り込み、封書(申込書と振込明細書の写しを同封)で1月30日(必着)までに区バドミントン連盟(〒161-0034上落合1-20-2) ☎090(2631)3244(望月久美)へ。応募者多数の場合は抽選。

### 人形劇

【日時】1月25日(土)午後3時～4時  
【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)  
【演目作品】「八郎」(上演は人形劇団プーク)  
【申込み】12月18日(水)から電話または直接、戸山図書館(戸山2-11-101) ☎(3207)1191へ。先着100名。

### 新春初笑い戸山寄席

●「桂扇生」独演会  
【日時】1月18日(土)午後2時～3時30分  
【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)  
【申込み】12月17日(火)から電話または直接、戸山図書館(戸山2-11-101) ☎(3207)1191へ。先着100名。