中小企業展示会等出展支援補助金 4月1日から募集を開始します

区内の中小企業者が、販路拡大のため展示会・見本市等に出展す る費用の一部に対し、区が補助金を交付します。オンライン開催の 展示会への出展も対象です。



必要書類等詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご 覧ください。

【対象】次の全てに該当する法人または個人

▶法人…区内に本店登記がある、本店(営業の本拠)が区内、事業税の納税地が新宿 区、法人税(事業税・都民税)を滞納していない

▶個人…本店(営業の本拠)が区内にある、事業税の納税地が新宿区、事業税・住民 税を滞納していない

※対象外となる事業者や条件等詳しくは、お問い合わせください。

【対象事業】販路拡大を目的とした、オンライン開催を含む展示会・見本市への 出展事業

【対象経費】出展小間料・小間装飾費、オンライン展示で使用するコンテンツ作 成費ほか

【補助金額】いずれも対象経費の3分の2以内で、▶国内・オンライン…上限30万円 ▶国外…1件40万円

【申込み】4月1日倫~令和5年3月15日(水)に所定の申請書・必要書類を郵送(消印 有効)で**産業振興課産業振興係**(〒160-0023西新宿6―8―2、BIZ新宿4階) ☎(3344)0701へ。申請書は新宿区ホームページから取り出せるほか、同課で配布 しています。

※予算額に達し次第、受け付けを終了します。

住宅・まちづくり

イベント・催し等の開催の有無等は事前にご確認を!

新宿駅直近地区に係る 都市計画の説明会・縦覧等

●説明会

【日時】4月19日(火)▶①午後2時30分~ 4時、▶②午後6時30分~8時(2回とも 同じ内容)

【会場】新宿ファーストウエスト(西新 宿1-23-7)

【内容】地区計画原案(新宿駅直近地 区)、都市計画素案(都市計画駐車場(新 宿駅南口))

【申込み】3月28日側から電話かファッ クス(5面記入例のほか希望時間帯 (①②の別)を記入)で新宿駅周辺基盤 整備担当課(本庁舎7階)☎(5273) 4164・風(3209)9227へ。各回先着70 名。手話通訳あり。

● 説明動画の配信

新宿区ホームページ (右二次元コード)で都 市計画変更原案・素案を 説明する動画を配信し



【配信開始日】4月15日金

● 地区計画原案の縦覧・意見書の提出 区域内の土地・建物の所有者または

一定の利害関係者で原案の内容に意見 がある方は、意見書を提出できます。 【縦覧期間】4月18日(月)~5月2日(月) 【提出期間】4月19日(火)~5月9日(月) 【提出先】新宿駅周辺まちづくり担当課 (本庁舎7階)☎(5273)4214へ。

介護者家族会 🗹

高齢のご家族を介護している方、介 護していた方同士が、介護の悩みを語 り合い、情報交換する場です。当日直 接、会場へおいでください(入退場自 由)。介護のために参加が難しい方は、 ご相談ください。

【4月の日時・会場】▶四谷の会…7日休) 午後1時30分~3時30分/四谷保健セ ンター等複合施設(四谷三栄町10― 16)、▶フレンズ…26日(火)午後1時~3 時/榎町地域センター(早稲田町85)、 ▶わきあいあい…13日(水)午後1時30分 ~3時30分/戸山シニア活動館(戸山2 ―27―2)、▶大久保・あった会…12日 (火)午後1時30分~3時30分/大久保地 域センター(大久保2―12―7)、▶いっ ぷくの会…23日出午後1時30分~3時 30分/落合第一地域センター(下落合4 ―6―7)、▶かずら会…21日休午後1時

30分~3時/落合第二地域センター(中 落合4-17-13)、▶ひととき…21日休 午後2時~4時/北新宿特別養護老人 ホーム(北新宿3-27-6、かしわ苑) 【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二 係(本庁舎2階) ☎(5273) 4254へ。



夏目漱石朗読会 「漱石のえがいた生き物」

区公式YouTubeチャンネル「新宿 区チャンネル」、区立図書館ホーム

ページ(右二次元コー ド)でぐるーぷ・カナリ ヤによる朗読動画を配 信しています。

【問合せ】中央図書館☎(3364)1421へ。

新宿NPO活動基礎講座 🧱

●助成金獲得講座

~申請書作成のポイントを教えます 「Zoom」を利用したオンライン講座 です(通信費等は申込者負担)。

【日時】4月16日出午後1時~3時 【対象】社会貢献活動をしている方、活 動資金確保にお悩みの方ほか、20名

【内容】助成金の基本、活動に適した助 成金の申請(講師は武藤良太/トヨタ 財団プログラムオフィサー・国内助成 グループ)

【費用】1,000円(資料代)

【申込み】3月27日印から電話かファッ クス・電子メール(5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 · **™** (5386) 1318 · **™**hiroba@ s-nponet.netへ。先着順。詳しくは、同 センターホームページ

(右二次元コード。 mhttps://snponet.net) でご案内しています。

ささえーる 薬王寺の講座 🧱

①ストレッチ3B体操

【日時】4月22日金) ▶午後1時35分~2時25分、▶午後2時

30分~3時20分(いずれも同じ内容) 【対象】区内在住の方、各回10名

【内容】ボール・ベル・ベルダー(3B)の 補助具を使い、音楽に合わせてストレ ッチ(講師は金子和子/日本3B体操 協会公認指導者)

②ささえ一る歌声広場

【日時】4月26日(火)午前10時~11時

【対象】区内在住の方、8名

【内容】ハミングや歌による嚥下機能等 の促進とリズム活動を通じた身体機能 のトレーニング(講師は佐谷優佳/音 楽療法士)

③からだ元気体操

【日時】5月9日·16日·23日·30日、6月 6日・13日・20日・27日、7月4日・11日・ 25日、8月1日・8日の月曜日(祝日を除 く)いずれも午後1時~3時、全13回(う ち3回は自主活動)

【対象】区内在住で初め て同講座を受講する 方、15名

【内容】ストレッチと筋力アップの体操 (講師は郷間加奈子/理学療法士)

……<①~③共通>……

【会場・申込み】①②は4月4日(月)、③は 4月14日休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、祝日を除く午前9 時~午後6時)へ。応募者多数の場合 は抽選。

ギャラリー"みるっく" 展示作品募集(6~9月分)

【展示期間・場所】▶6月~9月…新宿コ ズミックセンター(大久保3-1-2)、新 宿スポーツセンター(大久保3-5-1)、 四谷スポーツスクエア(四谷1-6-4) ▶6月~7月…健康プラザハイジア(歌 舞伎町2-44-1)

※10月以降分は、広報新宿後号等でお

知らせします。

【対象】区内在住の方、または、会員数が 5名以上で8割以上が区内在住・在勤で

構成されているグループ 【申込み】所定の申請書に必要事項を 記入し、4月15日(必着)までにファッ クスまたは直接、生涯学習スポーツ課 **生涯学習スポーツ係**(3月27日まで・・ 本庁舎1階、3月28日から…第1分庁舎 7階)☎(5273)4358・111(5273)3590 へ。申請書は同係で配布しているほ か、新宿区ホームページから取り出せ

展示方法等詳しくは、同係へお問い 合わせください。新宿区ホームページ でもご案内しています。

※ギャラリーオーガード"みるっく" (歌舞伎町1―30)は、JRの耐震工事終 了後、「新宿の観光スポット」等のテー マ写真を装飾し、明るく美しい都市空 間としてリニューアルの予定です。

はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の 🧗 ①講座・催し名 申し込み

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。 ※電子メールは、件名に 住所・氏名) 講座・催し名を記入。

②〒•住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 合は、返信用にも

商店会に加入していない商店の方へ

新宿応援セール 参加店を募集します

区と新宿区商店会連合会では、商店街の活性 化のため、区内の商店街で買い物やサービスを 利用した方に総額6,000万円の金券が当たる「新 宿応援セール」を6月下旬に実施予定です。

詳しくは、広報新宿後号等でお知らせします。 商店会に加入していない商店の方も新宿区商 店会連合会にお申し込みいただくと、新宿応援 セールに参加できます(事務費負担等あり)。詳 しくは、4月12日火までに下記事務局へお問い合 わせください。

省令の改正により、下表のとおり変更されます。

※地方公共団体情報システム機構が交付申請書を受理した日

■区がカードの申請をお手伝いします

申請受付日※

令和4年4月1日より前

令机4年4月1日以降

【会場】戸籍住民課

【対象】新宿区に住民登録のある方

直接、受け取りにおいでください。

▶毎月第4日曜日…午前9時~午後5時



新宿区·新宿区商店会連合会

▲令和3年度に配付したくじ

▶20歳以上…発行後10回目の誕生日まで

▶20歳未満…発行後5回目の誕生日まで

▶18歳未満…発行後5回目の誕生日まで

【問合せ】▶新宿応援セールについて…産業振興課産業振興係☎(3344)0701、 ▶新宿応援セールの参加について…**新宿区商店会連合会事務局☎**(3344)3130へ。

マイナンバーカードの交付申請をご希望の方に、申請に必要な写真撮影から申請

までの手続きを区がお手伝いするマイナンバーカードオンライン申請サポートサー

【受取方法】交付準備ができ次第、「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発

行通知書」を郵送します。同封の案内にしたがって受取場所・日時を予約し、本人が

ビス(無料)を行っています。その場で申請できますので、ご利用ください。

【受付時間】▶月~金曜日…午前8時30分~午後5時(火曜日は午後7時まで)

【持ち物】運転免許証・パスポート・健康保険証等の本人確認書類

多世代近居同居助成•次世代育成転居助成 転居費用等の一部を助成します

いずれの助成も住み替え先の住宅を契約する前に「予定登録申請」が必要です。 申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

【募集期間】4月1日金~6月30日休

【対象】▶多世代近居同居助成…区内で新たに近居または同居する子世帯とその親 世帯のうち、引っ越しする世帯(すでに近居の状態にある方は新たに同居する場合 のみ対象)、先着15世帯

▶次世代育成転居助成…義務教育修了前のお子さんを扶養し同居している子育て 世帯、先着15世帯

【助成額】▶多世代近居同居助成…初期費用(引っ越し代・礼金・仲介手数料・不動産 登記費用)の一部(複数世帯は20万円、単身世帯は10万円を限度)

▶次世代育成転居助成…区内で民間賃貸住宅から民間賃貸住宅に住み替える際の 転居に伴う家賃の上昇分(月額35,000円を限度・最長2年間)・引っ越し代(10万円 を限度)

【問合せ】住宅課居住支援係(本庁舎7階)☎(5273)3567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、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に対し、事業者等から地域の空きスペース の提供を受け、活動場所を紹介しています。ご利用いただける空き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。

●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。

建物名(所在地)★ はプロジェクタ等の映像設備あり	面積	提供者
YKBマイクガーデン(新宿1―5―4)★	110m²	㈱東京在宅サービス
北新宿特別養護老人ホーム(北新宿3―27―6、かしわ苑)★	40m²	新宿区社会福祉事業団
地域密着型複合施設マザアス新宿(新宿7─3─31)★	72m²	マザアス
戸山いつきの杜(戸山2-4-101)	62m²	シルヴァーウィング
新宿けやき園(百人町4―5―1)★	200㎡×2か所	邦友会
より処まんまる庵(デイサービスルーム) (高田馬場1―20―16)★	45m²	サン
介護老人保健施設デンマークイン新宿(原町2―43)	35㎡	研精会

健康的に長生きを目指しましょう

しんじゅく健康長寿ガイドブックを

区で行っている、健康づくりや介護予防・フレ イル予防などさまざまな教室や講座等をまとめ た冊子です。

これからの人生100年時代、健康づくりや介 護予防・フレイル予防の取り組みを始めるきっ かけにしていただけるよう作成しました。

【内容】

▶運動・体力づくり、趣味・交流等、カテゴリー別 の教室や講座の紹介

▶心身の状況に応じた取り組みを確認できるチ エックリスト



▲しんじゅく健康長寿 ガイドブック表紙

マイナンバーカードの有効期間が変わります 電子マネーが住民税・保険料等の 【問合せ】戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階)☎(5273)3601へ。 支払いに使えるようになります

4月1日 金から、特別区民税・都民税(普通徴収)・軽自動車税(種別割)・介護保険 料を、電子マネーで支払えるようになります(国民健康保険料は6月10日)から利 用可)。

利用登録したスマートフォン決済アプリの請求書払いサービスを活用し、納付 書に印字されたバーコードを読み取り、事前にチャージした電子マネーから納付 できるサービスです。

【使用できる電子マネー】▶PayPay、▶LINE Pay、▶auPAY、▶d払い、▶J-Coin Pay ※1枚の合計金額が30万円以下の納付書のみ使用できます。

注意して手続きしてください。 ※領収証書は発行されません。領収証書が必要な場合は、納付書を使用し、金融機

※キャッシュレス対応を行っている各社の利用規約を確認の上、詐欺などに十分

※コンビニエンスストア等の店頭では、上記スマートフォン決済アプリを利用した 支払いはできません。

関窓口、コンビニエンスストア、区役所・特別出張所窓口で支払ってください。

【問合せ】▶税について…税務課収納管理係(本庁舎6階)☎(5273)4139、▶介護保 険料について…介護保険課資格係(本庁舎2階)☎(5273)4273、▶国民健康保険料 について…医療保険年金課納付推進係(本庁舎4階)☎(5273)4158へ。

🔐 高齢期の健康づくり・介護予防出前講座 📖

日頃の活動場所に介護予防運動指導員等が出向き、高齢者の健康づくりや介護 予防につながる運動・食事などの具体的な方法を紹介します。

【日時】土・日曜日、祝日等を除く午前10時~午後5時 【会場】区内公共施設等の会議室・集会室ほか

※会場は講座を受けるグループが確保してください(個人宅は不可)。

※1人に付き4㎡(2m×2m)以上の広さを確保できる場所での実施をお願いします。 【対象】区内在住で65歳以上の方5~50名で構成するグループ

※おたっしゃ運動実践コース(下表①)は医師から運動を禁止されている方は参加 できません)

【内容】下表のとおり

【利用回数】1グループ3コース合計年度内8回まで(①は6回、②③は1回まで) 【申込み】所定の申込書を希望日の前月10日までに郵送(必着)または直接、地 域包括ケア推進課介護予防係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) **☎**(5273)4568へ。申込書は電話で請求してください。

	コース名	内容
	①おたっしゃ運動実践	介護予防運動の専門インストラクターによるミニ講座と運動 (1回60分または90分)
	②おたっしゃ機能維持	リハビリテーション専門職による日常生活動作の工夫のポイント (1回60分または90分)
	③おたっしゃ健康講話	保健センターの専門職による健康・食事・□腔ケアがテーマの講話 (1回60分)
-		



●配布方法

令和4年度に70歳になる方へ、4月以降順次発送します。ま た、区内の特別出張所やシニア活動館、地域交流館などで4 月1日 金から配布するほか、新宿区ホームページ(右二次元 コード)でも同日からご覧いただけます。



【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**△**。

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は ☎(3209)1111、新宿区ホームページは 때 https://www.city.shinjuku.lg.jp/ です。