

ささえーる 中落合のイベント

ボッチャ大会

ボッチャはチームを組んで競い合う、誰でも参加できる競技です。当日は、上履きをお持ちください。
日時・内容 7月29日(土)▶午後1時から…練習、▶午後1時30分から…試合
対象 区内在住の3歳以上、24名
申込み 7月14日(金)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
会場・問合せ 同館(中落合1-7-1) ☎(3565)6375(日曜日を除く午前9時~午後6時)



競技の様子

区立図書館 HPで発信

●一般対象 ※()内は開催日です。
 下落合図書館 ☎(3368)6100
 ▶認知症サポーター養成講座(7/1)

●子ども対象
 下落合図書館
 ▶保護者向け「百科事典」ガイダンス(7/2)

ホームページでもイベント情報を発信しています



一般対象ページ



子ども対象ページ

新宿でパラスポーツをプレーして、見て体感しよう

車いすハンドボール体験会

パラリンピック競技種目候補になった、車いすハンドボールを体験しませんか。2022年度車いすハンドボール日本代表選手を講師に、ルール説明や競技用車いすの試乗、シュート練習、ミニゲームなどを行います。



体験の様子

体験会参加者は、同日同会場で開催する「第1回全国車いすハンドボールKnockuカップ」の見学もできます。
日時 7月23日(日)午前10時30分~11時50分(Knockuカップは午前10時30分~午後6時)
会場 新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)
対象 自力で車いすを漕げる小学生以上、20名程度
申込み 6月30日(金)午後8時までに電話で問合せ先へ。専用申し込みフォーム(右二次元コード: <https://forms.gle/znJPwpxXSoctcngM9>)からも申し込みます。応募者多数の場合は抽選。
問合せ Knocku ☎090(7945)8614・knocku.info@gmail.com
区の担当課 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(第1分庁舎7階) ☎(5273)4358



こども・教育

親子の絆づくり「赤ちゃんが来た!」

日時 7月6日~27日の木曜日午前10時30分~午後0時30分、全4回
対象 初めての育児で生後2~5か月のお子さんを育てている母親とお子さん、16組
内容 参加者同士で話し合いながら、育児の知識や親の役割等を学ぶ
費用 1,100円(テキスト代)
申込み 6月17日(土)から電話かファックス・電子メール(6面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ ゆったりーの(北山伏町2-17、北山伏児童館1階) ☎(5228)4377(木・日曜日を除く)・[☎\(6909\)6265](tel)・office@yuttarino.org

全世代向けの多彩なイベント

新宿NPO活動基礎講座

●NPOのための労務管理
日時 6月22日(木)午後6時45分~8時45分
対象 社会貢献活動をしている方ほか、20名
費用 1,000円(資料代等)
申込み 6月17日(土)から電話かファックス・電子メール(6面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着順。オンライン受講もできます。
会場・問合せ 新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12) ☎(5386)1315・[☎\(5386\)1318](tel)・niroba@s-nponet.net

新宿中央公園植物クラブ

●アジサイ観覧会
日時 6月27日(火)午前10時~12時(雨天実施)
持ち物 ルーペ(拡大鏡)、飲み物
申込み 6月26日(月)までに電話で問合せ先へ。
集合場所・問合せ 同公園管理事務所(西新宿2-11-1) ☎(3342)4509

サロンコンサート

●エレクトーンとピアノの音色を楽しむ音楽会
日時 6月29日(休)午前11時30分~12時
曲目 「主よ、人の望みの喜びよ」「アイランド音楽」「ピアノソナタ第8番『悲愴』第2楽章」ほか
申込み 当日直接、会場へ。先着90名(お子さんの入場可)。
会場・問合せ 四谷地域センター(内藤町87) ☎(3351)3314

ワーク・ライフ・バランスセミナー(オンライン)

●社員の定着率を高めるポイント解説セミナー
 YouTubeで動画(45分程度)を配信します。申込者へ後日動画サイトのURLを送信します。
配信期間 7月14日(金)~27日(休)
対象 区内の企業経営者・管理職・従業員ほか
内容 職場改善のポイント、コミュニケーションの工夫ほか
申込み 6月17日(土)~7月25日(火)に所定の申込書をファックスで問合せ先へ。新宿区ホームページからも申し込

めます。申込書は男女共同参画推進センター(荒木町16、ウィズ新宿)・特別出張所等で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。
問合せ 男女共同参画課 ☎(3341)0801・[☎\(3341\)0740](tel)

ささえーる 薬王寺の講座

●パソコン講座
日時 7月14日(金)午後1時30分~3時
対象 区内在住で60歳以上の方、5名
内容 暑中見舞い状作り
申込み 6月23日(金)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
会場・問合せ 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)

手作り作品講習会

●夏のみわりブーケ作り
日時 7月15日(土)午後2時~4時
対象 小学4年生以上、10名
費用 2,300円(材料費)
申込み 6月17日(土)から費用をお持ちの上直接、問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 四谷地域センター(内藤町87) ☎(3351)3314

施設

新宿スポーツセンター 改修工事に伴う一部利用休止

利用休止期間・施設 ▶1階…プール/9月1日(金)~令和6年3月31日(日)
 ▶3階…大体育室/令和6年1月4日(休)~3月31日(日)、小体育室/12月1日(金)~28日(休)
問合せ ▶利用…新宿スポーツセンター

(大久保3-5-1) ☎(3232)0171、▶工事…生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(第1分庁舎7階) ☎(5273)4358

地域図書館指定管理者を募集

令和6年4月から地域図書館の管理運営を行う指定管理者を図書館ごとに募集します。詳しくは、募集要項をご覧ください。募集要項・申請書等は、中央図書館(大久保3-1-1)で配布しているほか、区立図書館ホームページから取り出せます。

図書館所在地 ▶四谷(内藤町87)、▶鶴巻(早稲田鶴巻町521)、▶西落合(西落合4-13-17)、▶戸山(戸山2-11-101)、▶北新宿(北新宿3-20-2)、▶中町(中町25)、▶角筈(西新宿4-33-7)、▶大久保(大久保2-12-7)、▶下落合(下落合1-9-8)

指定期間 令和6年4月1日から5年間
応募資格 令和3年3月31日までに法人格を取得している、公立図書館の管理運営ができ、業務に関する知識・経験が豊富な団体または経験豊富な人材がいる団体(共同事業体による申請可)
選定 プロポーザル方式。▶1次…書類、▶2次…プレゼンテーション(9月上旬)
申込み 所定の申請書と必要書類を7月15日(土)までに直接、中央図書館管理係へ(休館日を除く午前9時~午後5時)。
 ●中央図書館で説明会を開催します
日時 6月21日(休)午前10時~11時
申込み 事前に所定の申込書をファックス・電子メールで問合せ先へ。
問合せ 中央図書館利用者サービス係 ☎(3364)1421・[☎\(3208\)2303](tel)・tiiki-event@library.shinjuku.tokyo.jp

第35回新宿御苑森の薪能

●区民優待チケット先行販売
 区内でも有数の自然を誇る新宿御苑で、日本の古典芸能を当代最高峰の演者がお届けします。
日時 9月25日(月)午後7時~9時(午後6時開場)
会場 新宿御苑風景式庭園(内藤町11)
 ※雨天時は新宿文化センター(新宿6-14-1)で上演します。
 ※夜は冷え込むことがあります。防寒対策をお願いします。

対象 区内在住の小学生以上
内容 ▶狂言「葺」…野村萬斎
 ▶能「一角仙人」…観世鍬之丞
費用 ▶A席…6,500円、▶B席…4,500円(ABとも一般価格から1,000円割引)
申込み はがきに6面記入例のほか希望席(ABの別)・枚数(1人に付き2枚まで)を記入し、6月30日(必着)までに問合せ先へ。A席・B席各50枚。座席の場所の指定はできません。応募者多数の場合は抽選し、結果は当選者にのみ7月7日(金)までに郵送でお知らせします。
問合せ 新宿観光振興協会(〒160-0023西新宿6-8-2、BIZ新宿) ☎(3344)3160・<https://www.kanko-shinjuku.jp/takiginoh2023/-/index.html>



狂言「葺」



傍聴できる審議会

地域公共交通会議

日時 6月20日(火)午前9時30分~11時30分
会場 傍聴を希望する方は当日直接、区立教育センター(大久保3-1-2)へ。
問合せ 交通対策課交通企画係(本庁舎7階) ☎(5273)4265

保健・衛生

もぐもぐごっこ講習会(オンライン)

●歯医者さんに聞く!上手に食べられるようになるためのヒント
 YouTubeで動画(60分程度)を配信します。申込者へ後日動画サイトのURLを送信します。
配信期間 7月3日(月)午前9時~31日(月)午後5時
対象 区内在住・在勤・在学で、4か月~1歳程度のお子さんの保護者
申込み 6月28日(木)まで新宿区ホームページから申し込みます。
問合せ 四谷保健センター ☎(3351)5161

膠原病療養相談

●専門医・理学療法士への個別相談
日時 7月5日(火)午後1時30分~4時
対象 全身性エリテマトーデス、シェーグレン症候群、関節リウマチなど膠原病と診断されている方、膠原病の心配のある方で初めて相談する方、5名

申込み 6月19日(月)から電話かファックス(6面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 牛込保健センター(矢来町6) ☎(3260)6231・[☎\(3260\)6223](tel)

区民公開講座

●ウォーキングを楽しむ秘訣
 ~自分に合った歩き方を知ろう
日時・受講方法等 ▶7月23日(日)午前10時~12時…戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)で受講
 ▶7月10日(月)~31日(月)…オンライン受講(昨年度オンラインで開催した同講座の動画を再配信)
対象 区内在住・在勤・在学の方、区内で活動している方、100名(会場受講)
申込み 6月19日(月)~7月20日(休)に電話かファックス(6面記入例のほか受講方法(会場・オンライン・両方の別)、区内在住・在勤・在学・区内で活動の別、年齢、オンライン受講を希望する方は電子メールアドレスを記入)で問合せ先へ。会場での受講は先着順。新宿区ホームページからも申し込み

ちょっと聞きたい入れ歯のこと

日時 7月14日(金)午後1時30分~4時10分(1人に付き15分程度)
対象 区内在住の方、8名
 ※入れ歯の作製や調整等は行いません。
申込み 6月19日(月)から電話かファックス(6面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 東新宿保健センター(新宿7-26-4) ☎(3200)1026・[☎\(3200\)1027](tel)

フレイル予防講演会

日時 7月14日(金)午後2時~3時30分
対象 区内在住・在勤の方、25名

出展作品募集

生涯学習フェスティバル

●新宿の秋をあなたの作品で彩りませんか
 応募方法等詳しくは、募集要項をご覧ください。募集要項(申込書・所定の用紙含む)は、新宿文化センター・新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)・生涯学習館・地域センター等で配布しているほか、新宿未来創造財団ホームページ(右二次元コード: <https://www.regasu-shinjuku.or.jp/bunka-center/shogaigakusyu-festival/>)から取り出せます。
日時・内容 下表のとおり(いずれも最終日は午後2時まで)
対象 区内在住・在勤・在学の方、区内の施設で活動するアマチュアの方
会場・問合せ 新宿文化センター(新宿6-14-1) ☎(3350)1141



HPで詳しく

内容	展示日時	応募期限
短歌・俳句・川柳展	10月11日(水)~15日(日)午前10時~午後5時	7月20日(木)
書の展	9月20日(水)~24日(日)午前10時~午後5時	8月17日(木)
写真展	9月27日(水)~10月1日(日)午前10時~午後5時	9月8日(金)
絵画展	10月4日(水)~8日(日)午前10時~午後5時	9月25日(月)
手工芸・陶芸展	10月11日(水)~15日(日)午前10時~午後5時	
いけば花展	10月13日(金)~15日(日)午前9時~午後10時	

内容 講話「口のささいな衰えを見逃すな~オーラルフレイルをご存知ですか?」と体験した方
対象 区内在住・在勤・在学で乳がんを体験した方
内容 ヨガ、交流会
申込み 6月19日(月)~7月10日(月)に電話で問合せ先へ。
会場・問合せ 四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161

赤ちゃんと一緒にできるママ向け親子運動プログラム
日時 7月12日(水)午後2時~4時
対象 区内在住・在勤・在学で乳がんを体験した方
内容 ヨガ、交流会
申込み 6月19日(月)~7月10日(月)に電話で問合せ先へ。
会場・問合せ 四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161

精神保健講演会(オンライン)

●アルコール依存症とは~依存症は私の誇り
 YouTubeで動画を配信します。申込者へ後日動画サイトのURLを送信します。
配信期間 7月24日(月)~8月20日(日)
内容 専門医による講演、依存症当事者からのメッセージ
申込み 8月20日(日)まで(講師への質問がある方は6月29日(木)まで)新宿区ホームページから申し込みます。申し込みには電子メールアドレスが必要です。
問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862

男性初心者向け料理教室

●夏を乗り切る!バランスの良い食事
日時 7月25日(火)午前10時~12時
対象 区内在住の男性、16名(お父さんとお子さんの親子での参加可)
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
申込み 6月19日(月)~7月21日(金)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 四谷保健センター(四谷三栄町10-16) ☎(3351)5161



健康スタンプ