

暮らし	2・3・8面	イベント	4・5面
▶フードドライブを実施して みませんか		▶新宿区オリジナル3つの体操・ トレーニング	6・7・8面
▶新宿打ち水大作戦参加者募集		▶がん検診を受診しましょう	
▶令和6年1月 はたちのつどいで 晴着を無料で貸し出します			
福祉	2・3面		
子ども・教育	4・8面		
▶絵画と読書感想文を全国から 募集 夏目漱石コンクール			



しんじゅくコール
土・日曜日、夜間もご案内
受付時間:午前8時~午後10時

☎ 3209-9999
FAX 3209-9900

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」
へのお問い合わせは、しんじゅくコールのファックス
をご利用ください。
※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。



神田川の「親水テラス」を開放します

夏休み期間中、普段は入れない神田川の「親水テラス」を開放します。エビなど水中の生き物を観察できるほか、小学生を対象に神田川を知るための体験学習も行います。

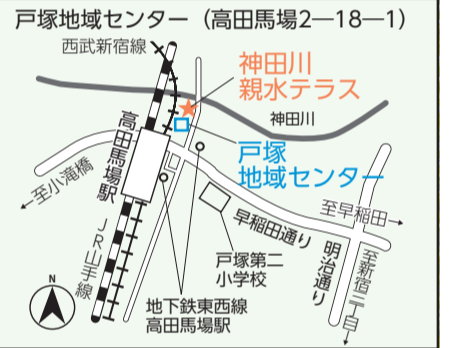
開放日時 7月14日(金)~8月13日(日)午前10時~午後3時

※天候により入れない場合があります。

持ち物 長靴、マリンシューズまたは汚れてもいい靴(はだしやビーチサンダルは不可。川の深さは約20cm)

会場・申込み 当日直接、神田川親水テラス(右図参照)へ(小学3年生までは保護者同伴)。

問合せ みどり公園課みどりの係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273)3924・FAX(3209)5595



神田川夏休み子ども体験講座

小学生を対象に、神田川の水質や川にいる生き物の調査をします。 講座

日時・内容

①水質調査「神田川の水、きれい? きたない?」

7月26日(水)

②歴史・生き物調査「昔と今の神田川はどう違う?」

7月27日(木)

③水草調査「川の中にも原っぱがある!」

7月28日(金)

④生き物調査「神田川にはどんな生き物があるかな?」

7月29日(土)

※時間はいずれも午前10時~11時30分です。

会場 神田川ふれあいコーナー(戸塚地域センター3階)ほか

対象 区内在住の小学生、各15名(小学3年生までは保護者同伴)

申込み はがきに4面記入例のほか希望講座(①~④の別)・学年・保護者氏名を記入し、7月18日(必着)までにみどり公園課みどりの係へ。応募者多数の場合は抽選。

※新宿区ホームページからも申し込みめます。講座の内容は変更する場合があります。

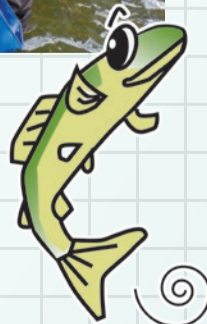


過去の水質調査の様子



過去の生き物調査の様子

HPで詳しく



神田川水への染め体験

染め物の水洗いの工程「水元」を再現します。戸塚地域センターでは、染め物の展示や染色体験も実施します(染色体験のみ費用が必要)。 講座

日時・内容 7月22日(土)

▶染め物の展示・染色体験…午前10時~午後3時

▶水元の実演…午後0時45分から(雨天中止)

会場 神田川親水テラス・戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

申込み 染色体験は電話で問合せ先へ。問合せ先ホームページ(右二次元コード。 <https://totsuka-ikuseikai.com/some-taiken-oubo/>)からも申し込みめます。染め物の展示と水元の実演は当日直接、会場へ。

主催 戸塚地区青少年育成委員会・新宿区染色協議会
問合せ 戸塚地区青少年育成委員会 ☎090(4425)1777

区の担当課 戸塚特別出張所(高田馬場2-18-1)
☎(3209)8551・FAX(3207)1861



勤労者・仕事支援センターは皆さんの「働きたい」を応援します

同センターは、障害のある方・若年非就業者・高齢者等へ就労支援を行っています。

問合せ 勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内) ☎(3208)1450・FAX(3208)3100

●障害者就労支援

区内在住の一般就労を希望する障害等のある方への職業相談、就労準備支援、求職活動の支援、就職後の定着支援

問合せ 就労支援課障害者就労支援 ☎(3200)3316・FAX(3208)3100

●若年者等就労支援

区内在住の15歳～おおむね39歳の方とその家族への相談、就労等の自立に向けた支援

問合せ 就労支援課若年者等就労支援 ☎(3200)3311・FAX(3208)3100

●受注センター

封入・データ入力・清掃などの仕事を受注し、障害のある方等が働く作業所等に提供

問合せ コミュニティ事業課 ☎(5273)3852・FAX(3208)3100

●IT就労訓練

区内在住の就労を希望する障害のある方や若年非就業者等へのパソコンを活用した就労支援を実施

問合せ コミュニティ事業課IT就労訓練 ☎(3208)5465・FAX(3208)5466

●コミュニティショップ

障害者就労施設等で作られた福祉商品などの販売や、飲食物の提供を行うほか、障害のある方等への就労訓練を実施

問合せ コミュニティ事業課 ☎(5273)3852・FAX(3208)3100

●新宿わく☆ワーク

都内在住のおおむね55歳以上の方への求人情報の提供・職業紹介、セミナーや面接会を通じた就職支援、企業からの求人受け付け

問合せ 新宿わく☆ワーク ☎(5273)4510・FAX(5273)4145

●ここ・からジョブ新宿

区内在住の方を対象としたハローワークの求人情報の提供・職業紹介

問合せ ここ・からジョブ新宿 ☎(5273)3050・FAX(3200)3329

●わーくす ここ・から

障害のある方等への作業の提供、就労準備訓練、就職後のフォロー等

問合せ ▶エール(就労移行支援・就労定着支援) ☎(3208)1609・FAX(3200)3327、▶スマイル(就労継続支援B型) ☎(3208)2278・FAX(3200)3327

●ぱる新宿

区内の中小企業に勤務する勤労者を対象に入会金1人200円・会費1人月額500円で福利厚生サービスを提供(原則として従業員全員の入会が必要)

問合せ ぱる新宿 ☎(3208)2311・FAX(3208)3100

●リサイクル活動センター

不用品の委託販売、講座・講習会の開催、家具のリユース、障害のある方などの接客・販売実習支援

問合せ ▶新宿リサイクル活動センター ☎(5330)5374・FAX(5330)5371、▶西早稲田リサイクル活動センター ☎(5272)5374・FAX(5272)5384

後期高齢者医療制度に加入している方へ

令和5年度保険料納入通知書の発送

保険料の計算方法等詳しくは、同封のチラシや新宿区ホームページでご案内しています。保険料は、全被保険者が負担する「均等割」と所得に応じてかかる「所得割」の合計です。

◆令和5年度後期高齢者医療保険料納入通知書

- 後期高齢者医療制度に加入している方へ7月14日に発送

令和4年分の所得税・住民税の申告が遅れた方、新宿区以外の住所で住民税が課税されている方などは、後日、保険料が変更になることがあります。

問合せ 高齢者医療担当課高齢者医療係(本庁舎4階) ☎(5273)4562

国民健康保険に加入している方へ

限度額適用認定証の更新案内の発送

- 更新対象の方へ更新案内・申請書を7月上旬に発送

有効期限が令和5年7月31日の認定証をお持ちの方で、8月以降も引き続き利用を希望する方は申請が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

- 対象の方へ新しい特定疾病療養受療証を7月上旬に発送

すでに交付を受けていて令和5年度も対象となる方へ発送します。

問合せ 医療保険年金課国保給付係(本庁舎4階) ☎(5273)4149

65歳以上の方や要介護認定等を受けている方へ

令和5年度介護保険料納入通知書・介護保険負担割合証の発送

詳しくは、同封のチラシや新宿区ホームページでご案内しています。

◆令和5年度介護保険料納入通知書

- 65歳以上の方へ7月12日に発送

3月16日以降に確定申告・住民税申告をした方等は、後日、保険料が変更になることがあります。

※介護保険料納入通知書は再発行できません。大切に保管してください。

◆新しい介護保険負担割合証

- 介護保険の要介護・要支援認定を受けている方や介護予防・生活支援サービス事業対象者の方へ7月14日に発送

介護保険サービス等利用時の利用者負担割合(1～3割)を記載しています(適用期間/令和5年8月1日～6年7月31日)。8月サービス利用分から提示してください。

問合せ 介護保険課資格係(本庁舎2階) ☎(5273)4597

※事業対象者の負担割合証については、地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4568へお問い合わせください。



高田馬場創業支援センター 9月からの利用者を募集

同センターに電話で施設見学を予約の上、申請方法等の説明を受け、7月31日(月)までに所定の書類等を直接、産業振興課へお持ちください。要件等詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。

対象 区内で創業を目指す方、創業して間もない方ほか

利用期間 利用承認日から6か月間(最長2年間更新可)

開館時間 午前8時30分～翌午前0時(年末年始は休館)

利用料金 月額1万円

問合せ ▶同センター(高田馬場1-32-10) ☎(3205)3031、▶産業振興課産業振興係(BIZ新宿、西新宿6-8-2) ☎(3344)0701

お薬の整理を始めませんか

- 区役所本庁舎4階と区内145か所の指定薬局でおくすりバッグを配布
自宅に余っている処方薬の整理や相談を薬剤師が無料でお受けしています。おくすりバッグに処方薬とおくすり手帳を入れ、指定薬局においでください。指定薬局は新宿区ホームページのほか区薬

剤師会ホームページ(<https://www.shinyaku.com/>)でご案内しています。

対象 原則として65歳以上の区国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者
問合せ 医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273)4078

専門家集団による街頭無料相談会

日時 7月13日(木)午前11時～午後6時(受け付けは午後5時30分まで)

相談員 行政書士・建築士・社会保険労務士・宅地建物取引士・税理士・司法書士・公証人ほか

会場・申込み 当日直接、新宿駅西口広場イベントコーナーへ。

主催・問合せ 東京都行政書士会新宿支

部 ☎(6857)5319

区の担当課 総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)4209

夏休み子ども楽習塾

- 卵の殻を使ってフォトスタンド作り
日時 8月5日(土)午前10時～12時

対象 区内在住の小学生、10名(小学2年生以下は保護者同伴)

持ち物 卵の殻2～3個、絵の具用筆

申込み 往復はがきに4面記入例のとおり記入し、7月25日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

会場・問合せ 新宿リサイクル活動センター(〒169-0075高田馬場4-10-2) ☎(5330)5374(月曜日休館)

フードドライブを実施してみませんか

フードドライブを手軽に実施していただくため、団体や企業向けに、実施にご利用いただける食品回収用コンテナやのぼり旗などの物品を無料で貸し出しています。

HPで詳しく



●フードドライブとは

食品ロス削減のために缶詰やパスタ等、各家庭で余った食品を地域の福祉団体等を通じて必要な人々に提供する活動です。自治会・町内会・商店街などの取り組みや地域のイベント・学校行事のほか、社員の皆さんや買い物に来るお客様向けなどさまざまな場面で実施できます。

問合せ ごみ減量リサイクル課ごみ減量計画係(本庁舎7階) ☎(5273) 3318

期間は7月23日～8月23日

新宿打ち水大作戦参加者募集

風呂の残り湯等で新宿のまちを冷やしませんか。希望者には、ひしゃくとバケツの貸し出し・提供をします(数に限りあり)。

申込み 所定の実施計画書を郵送・ファックスで実施日までに問合せ先へ。実施計画書は、問合せ先・環境学習センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)・新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-2)・西早稲田リサイクル活動センター(西早稲田3-19-5)等で配布しているほか、新宿区ホームページ(右上二次元コード)から取り出せます。

問合せ 環境対策課環境計画係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273) 3763・FAX(5273) 4070

HPで詳しく



Jアラート全国一斉試験放送

防災スピーカーから試験放送が流れます。ご理解をお願いします。

放送日時 7月12日(水)午前11時から

試験放送の内容 ▶「これは、Jアラートのテストです」(3回)

▶「こちらは、ぼうさい新宿です」

問合せ 危機管理課地域防災係(本庁舎4階) ☎(5273) 3874

福祉



北新宿第二地域交流館の催し



●行政書士による遺言の基礎知識

日時 7月30日(日)午後2時～3時

対象 区内在住の60歳以上、20名

申込み 7月7日(金)から電話または直接、問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 同館(北新宿3-20-2) ☎(5348) 6751

クラフトバンド講座



●親子で参加できます

日時 8月5日(土)午後1時～3時

対象 区内在住の4歳以上、10名程度(小学2年生以下は保護者同伴)

申込み 7月31日(月)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 ささえーる 中落合(中落合1-7-1) ☎(3565) 6375(日曜日を除く午前9時～午後6時)

障害者福祉センターの講座



日時・内容・定員 ▶①いきいき健康講座…8月7日～11月27日(8月14日、9月18日、10月9日、11月20日を除く)の月

曜日午前10時～11時30分、全13回(8名)、▶②軽体操講座…8月3日～11月16日(8月17日、9月28日、10月26日を除く)の木曜日午前10時～11時30分、全13回(8名)、▶③パソコン講座ワードシェイプアート…8月23日～10月18日の水曜日午前10時～11時30分・8月24日～10月19日の木曜日午後1時30分～3時、各全9回(各8名)

費用 1回100円(減免制度あり)

申込み 7月19日(水)までに電話かファックス(4面記入例のほか希望する講座(①～③の別。③は曜日の別も)、障害名・手帳の種類を記入)または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は障害者手帳をお持ちの方を優先して抽選。定員に空きがある場合は家族も参加できます。

会場・問合せ 同センター(戸山1-22-2) ☎(3232) 3711(日曜日、祝日等を除く)・FAX(3232) 3344

障害者福祉の手引をご活用ください

相談窓口・手帳の申請方法・生活支援など、障害のある方が利用できるサービスを掲載しています。新宿区ホームページからもご覧いただけます。

主な配布場所 ▶障害者福祉課、▶保健予防課(第2分庁舎分館1階)、▶保健セン

ター、▶子ども総合センター(新宿7-3-29)、▶子ども家庭支援センター、▶特別出張所、▶障害者福祉センター(戸山1-22-2)、▶あゆみの家(西落合1-30-10)、▶区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)、▶地域活動支援センター(まど・ラバンス・ファロ・風)、▶区立障害者生活支援センター(百人町4-4-2)、▶シャロームみなみ風(弁天町32-6)、▶区勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)

問合せ 障害者福祉課相談係(本庁舎2階) ☎(5273) 4518・FAX(3209) 3441

住居確保給付金の支給

離職等により住居を失ったまたは住居を失うおそれのある方へ家賃相当額を有期で給付し、安定した住居と就労の確保に向けた支援を行います。要件等詳しくは、お問い合わせください。

支給額(上限額) 下記の金額を上限とし、申請月の世帯収入等に応じて算出した金額を支給します。

▶単身世帯…5万3,700円、▶2人世帯…6万4,000円、▶3～5人世帯…6万9,800円

支給期間 3か月間分



シルバー人材センターの教室



◆パソコン教室(Windows10使用)

日時・内容等 下表のとおり。午前は午前9時30分～午後0時20分、午後は午後1時～3時50分、各全2回

対象 区内在住・在勤でマウス操作・ローマ字入力ができる方、午前・午後各4名

費用 4,500円(テキスト代含む)

申込み はがきかファックスに4面記入例のほか教室(①～⑭の別)を記入し、7月20日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

教室名	主な内容	日程	クラス	教室
ワード基礎	文書作成の基本操作 イラスト入りの文書作り	8月2日(水)・9日(水)	午前	①
		9月4日(月)・11日(月)	午後	②
ワード中級	ワードの表作成機能を使った文書作り	8月14日(月)・21日(月)	午前	③
		9月13日(水)・20日(水)	午後	④
ワード活用	アート機能等を使った文書作り	8月16日(水)・23日(水)	午前	⑤
		9月15日(金)・22日(金)	午後	⑥
エクセル基礎	データ入力・数式の使い方、 表作成	8月2日(水)・9日(水)	午後	⑦
		9月4日(月)・11日(月)	午前	⑧
エクセル中級	集計表・グラフの作成	8月14日(月)・21日(月)	午後	⑨
		9月13日(水)・20日(水)	午前	⑩
エクセル活用	データベース操作 (データの並べ替え・抽出)	8月16日(水)・23日(水)	午後	⑪
		9月15日(金)・22日(金)	午前	⑫
インターネット・メール	インターネットの利用 メールの送受信	8月15日(火)・22日(火)	午前	⑬
		9月14日(水)・21日(水)	午後	⑭

◆書道教室

日時 ▶初級・中級・上級・研究科I…8月7日(月)・21日(月)、9月4日(月)・30日(土)、10月2日(月)・16日(月)、11月6日(月)・20日(月)、▶研究科II…8月14日(月)・28日(月)、9月11日(月)・25日(月)、10月14日(土)・23日(月)、11月13日(月)・27日(月)、午前は午前10時～12時、午後は午後1時30分～3時30分、全8回(土曜日の午後は午後1時～3時)

対象 区内在住・在勤の方、午前・午後各30名

費用 8,000円(全8回分)

申込み 7月10日(月)から電話で問合せ先へ。先着順。

◆新規会員募集～対面式入会説明会

対象 区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方

日時 7月19日(水)午後1時30分から・7月20日(木)午前10時から

申込み 電話で問合せ先へ。

会場・問合せ 同センター(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここ・から広場しごと棟) ☎(3209) 3181・FAX(3209) 4288

※一定の要件を満たす方は、3か月間を2回まで延長でき、最長9か月間分受給できます。

再支給 受給期間終了後、常用就職または給与以外の業務上の収入を得る機会が増加し、新たに解雇その他事業主の都合による離職、廃業もしくはやむを得ず休業等をした方で、かつ以前の住居確保給付金の支給が終了してから1年経過している等、全ての支給要件を満たす方は再支給できる場合があります。

問合せ 区生活支援相談窓口(第2分庁舎1階) ☎(5273) 3853

備品整備・施設整備(株)日本財託助成金申請団体を募集

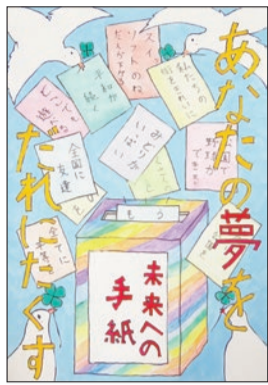
対象事業・助成限度額 ▶備品購入・備品修繕…20万円、▶施設整備・施設改修…70万円

申込み 事前連絡の上、所定の申請書等を郵送(必着)または直接、7月20日(木)午後5時までに問合せ先へ。申請書等は区社会福祉協議会で配布しているほか、問合せ先ホームページ(<https://www.shinjuku-shakyo.jp/>)から取り出せます。

問合せ 区社会福祉協議会(〒169-0075高田馬場1-17-20) ☎(5273) 2941

明るい選挙啓発ポスター コンクール作品を募集

対象 区内在住・在学の小学生～高校生
テーマ 「投票参加」「明るい選挙」に求められること
規格等 4つ切り(542mm×382mm)、8つ切り(382mm×271mm)程度。描画材料は自由
表彰等 入選、佳作(各20名以内。応募者全員に参加賞あり)。入選作品の上位は東京都の審査会に推薦します。
申込み 作品裏面に氏名(ふりがな)・学校名・学年・組を記入し、9月8日(金)までに郵送(必着)または直接、問合せ先へ。
 ※応募作品は明るい選挙啓発事業に使用します。入選者の氏名・学校名・学年は、公表することがあります。
問合せ 区選挙管理委員会事務局(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎3階) ☎(5273)3740



前回の入選作品
和久田一路さん
(落合第一小・5年)

区民まつり「ふれあいフェスタ」の ステージ出演団体を募集

●4年ぶりに開催する同フェスタと一緒に盛り上げませんか
 出演条件・必要書類等詳しくは、新宿区ホームページでご案内していません。事前にご確認ください。
出演日時 10月15日(日)午前10時30分～午後3時30分のうち15～20分程度
会場 都立戸山公園芝生広場(大久保3)
対象 区に活動拠点を置くアマチュア団体(合唱・吹奏楽・管弦楽・舞踊・演劇等)、10団体程度
申込み 任意の用紙に4面記入例のほか担当者名・団体名・出演者数・出演概要を記入し、必要書類を添えて、7月10日～31日(必着)に郵送で問合せ先へ。選考結果は8月10日(休)ころお知らせします。
問合せ 大新宿区まつり実行委員会事務局(〒104-0061中央区銀座7-13-21、銀座新六洲ビル6階(株)イベント・コミュニケーションズ東京営業所内) ☎080(7615)6256
区の担当課 文化観光課文化観光係(第1分庁舎6階) ☎(5273)4069



同フェスタ芝生のステージ



図書館のイベント情報

▲ イベント ● 講座 ※ () 内は開催日です。

- 一般対象
 - 西落合図書館 ☎(3954)4373
 - ▶ ミステリークエスト
 - 夏目漱石からの挑戦状V(7/21～8/24)
 - 北新宿図書館 ☎(3365)4755
 - ▶ ブックコート体験講座(7/22)
 - 大久保図書館 ☎(3209)3812
 - ▶ アラブのおはなし会(7/22・23)
 - 下落合図書館 ☎(3368)6100
 - ▶ 平和事業「ミャンマー文化にふれよう！」(7/22)
 - 四谷図書館 ☎(3341)0095
 - ▶ 講演会「暗記も辞書もいらない やさしい絵本から始める英語多読」(7/30)
- 子ども対象
 - 角筈図書館 ☎(5371)0010
 - ▶ 角筈図書館からの挑戦状(7/15～8/31)
 - ▶ 自由研究応援講座「調べ学習のキ・ホ・ン」(7/28～30)
 - ▶ 自由研究応援講座「百科事典を使って謎を解こう！」(7/30)
 - 下落合図書館
 - ▶ 調べ学習応援講座(7/21)
 - 中町図書館 ☎(3267)3121
 - ▶ 子ども趣味講座「丸いシールで絵を描こう！」(7/23)
 - ▶ 夏休み子ども読書スタンプラリー(7/21～8/31)
- ▶ 夏休み社会科見学「偕成社へ行こう！」(7/25)
- ▶ 調べる学習支援事業「調べる学習にチャレンジしよう！」(7/27、8/3・10)
- 北新宿図書館
 - ▶ 夏休み工作会(7/29)
- 戸山図書館 ☎(3207)1191
 - ▶ 調べる学習のすすめ方(7/30・8/6)
 - ▶ 夏休み理科実験教室(8/5)

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

全世代向けの多彩な イベント

初心者ゲートボール教室 ● 講座

動きやすい服装でおいでください。
日時・会場 ▶ 7月10日(月)・12日(水)・14日(金)・17日(祝)・19日(水)・21日(金) 午前9時30分～12時…都立戸山公園いきいき広場(箱根山地区、戸山3-2)、▶ 7月9日(日)・16日(日)・23日(日) 午前10時～12時…清水川橋公園(下落合1-1)、よつや運動広場(四谷1-1)(雨天・荒天時中止)
対象 区内在住・在勤・在学でおおむね10歳～70歳代の方、各日5名
費用 1回200円
申込み 7月7日(金)～各日2日前(7月9日(日)の回は前日まで)に電話で問合せ先へ。先着順。
主催・問合せ 区ゲートボール協会 ☎090(3804)8231(杉山)

盆踊り教室 ● 講座

日時 7月16日(日)午後2時～4時
対象 区内在住・在勤・在学の方、30名
持ち物 靴下または足袋、飲み物
申込み 当日直接、問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209)3961

消しゴムはんこワークショップ ▲ イベント

●はんこを押すだけ小物作り&はんこ作り体験
 どなたでも参加できる小物作りと、18歳以上の方が対象のはんこ作り体験があります。詳しくは、お問い合わせください。
日時 7月21日(金) ▶ 午後2時～3時、▶ 午後3時～4時
会場 ふらっと新宿・新宿スポーツセンター店(大久保3-5-1、同センター内)
申込み 7月7日(金)～20日(木)に電話または直接、問合せ先へ。各回先着8名。
問合せ 勤労者・仕事支援センター(新宿7-3-29、新宿ここから広場しごと棟) ☎(3200)3311

子どもに伝えられますか? 「性」のこと ● 講座

YouTubeで配信します(90分程度)。
配信期間 8月4日(金)～17日(木)
対象 区内在住・在勤・在学の方
申込み 7月7日(金)～8月16日(水)に新宿区ホームページから申し込みます。

問合せ 男女共同参画課 ☎(3341)0801

夏休み親子体験教室 ● 講座

●和菓子ねりきり作り
日時 8月5日(土)午後1時30分～4時
対象 区内在住・在学の小学3年生～中学3年生と保護者、4組8名
費用 1組2,000円(材料費)
申込み 7月7日(金)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

水曜上映会 ▲ イベント

日時 8月9日(水)午後2時から(午後1時40分開場)
会場 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)
上映作品 「いのちの林檎 環境アレルギーと闘う人々」(2時間・日本語音声)
申込み 7月13日(木)～8月8日(火)午後5時に電話で問合せ先へ。先着80名。
問合せ 中央図書館 ☎(3364)1421

新宿ABC=XYZ団体卓球大会 ▲ イベント

日時 8月13日(日)午前9時～午後7時30分

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)、84組(1組3～4名) ▶ 会員、区内在住・在勤の方…80組、▶ 一般…4組
内容 1試合3名の団体戦(男女別、1部(上級)・2部(上級以外)制)
費用 ▶ 会員、区内在住・在勤の方…3,900円、▶ 一般…4,800円
申込み 往復はがきに代表者について4面記入例のほかチーム全員の氏名・性別・レベル(上級・上級以外の別)を記入し、7月12日(水)(消印有効)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
主催・問合せ 新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折富美子(〒160-0011若葉2-6-2) ☎(3358)6130

はがき・ファックス等の記入例

- 講座・催し等の申し込み
- ①講座・催し名
 - ②〒・住所
 - ③氏名(ふりがな)
 - ④電話番号
- (往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)
- ※往復はがきは、各記事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、件名に講座・催し名を記入。

新宿歴史博物館所蔵資料展 「震災からモダン都市・新宿へ」

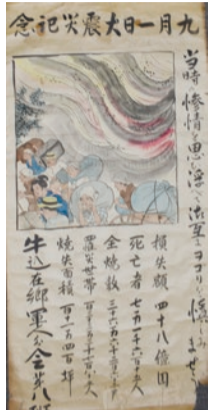
今年、大正12年9月1日に起きた関東大震災から100年目に当たります。本展では、地図・絵画・写真で関東大震災の被害をお伝えします。

震災後に新宿駅周辺に進出した、ほてい屋等のデパートの資料から、モダン都市・新宿への変遷を紹介いたします。

また、特別企画として、百人町に住んでいた日本画家・町田隆要のポスターなども展示します。

開催日時 9月3日(日)までの午前9時30分～午後5時30分(入館は午後5時まで。7月10日(月)・24日(月)、8月14日(月)・28日(月)は休館)

会場・問合せ 同館(四谷三栄町12-16) ☎(3359)2131



牛込在郷軍人会 大震災記念ポスター

ささえーる 薬王寺の講座

①からだが喜ぶおうちごはん

日時 8月8日・29日、9月12日、10月24日・31日、11月14日の火曜日 午前10時～12時

対象 区内在住の50歳以上、6名

②スマートフォン講座(基礎)

日時 8月9日(水)午後2時～4時

対象 区内在住の60歳以上、5名

……<①②共通>……

申込み 7月21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)

区民ホールの指定管理者を募集

四谷・牛込笹筥・角筥の3つの区民ホールを一括して管理する指定管理者を募集します。

募集施設 ▶四谷区民ホール(内藤町87)、▶牛込笹筥区民ホール(笹筥町15)、▶角筥区民ホール(西新宿4-33-7)

指定期間 令和6年4月1日から5年間

応募資格 法人格があり、区民ホールの管理運営業務の遂行ができる、業務の経験知識が豊富な企業・団体

業務内容 施設運営管理、利用者サービスの提供、施設などの維持管理ほか

選考 プロポーザル方式。▶1次…書類、▶2次…プレゼンテーション・質疑応答

申込み 事前に連絡の上、所定の書類等を7月10日(月)～8月10日(木)に直接、問合せ先へ。書類等は新宿区ホームページから取り出せます。

●7月14日に3つの区民ホールで現地説明会を開催します

開催時間・申し込み方法等詳しくは、新宿区ホームページでご案内しています。

問合せ 地域コミュニティ課コミュニティ係(本庁舎1階) ☎(5273)4127

区民のひろば

費用・問合せ

問合せ 区政情報課広報係(本庁舎3階)

☎(5273)4064・☎(5272)5500

★サークル紹介・会員募集★

◆フラダンス 月2回金曜日午前10時～11時30分・月1回日曜日午前9時45分～11時45分、四谷スポーツスクエアで。基礎を学ぶ。初心者歓迎。¥月3,000円(金曜日)または

月2,200円(日曜日)。☎Hoaloha・秋山 ☎090(1841)7751・✉wailele19@gmail.com

◆水彩画 毎月第1・第3月曜日午後1時～5時、住吉町生涯学習館で。講師の指導あり。¥月3,000円。☎水彩画クラブ・丸山 ☎(6794)8204

◆俳句 毎月第1・第3水曜日午後1時～3時、戸塚地域センターで。見学可。¥1回1,000円。☎春耕山手句会・村山 ☎(3399)1037

令和4年度の運用状況のお知らせ

情報公開制度・個人情報保護制度

令和4年度の情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況の概要をお知らせします。

問合せ 区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064

情報公開制度

区が保有している公文書について公開請求できる制度

公文書公開請求

区の職員が職務上作成または取得した文書・図画・電磁的記録で、区の職員が組織的に利用するために保有している公文書は、どなたでも公開請求できます。

令和4年度の公文書公開請求の状況

実施機関	請求件数	公開の可否決定件数					
		公開	部分公開	非公開	不存在	存否応答拒否★	未決定等
区長(※)	322件	170件	108件	0件	22件	0件	22件
教育委員会	8件	2件	4件	0件	1件	0件	1件
選挙管理委員会	3件	0件	1件	0件	1件	0件	1件
監査委員	2件	0件	0件	0件	2件	0件	0件
議会	5件	0件	2件	0件	2件	0件	1件
合計	340件	172件	115件	0件	28件	0件	25件

HPで詳しく



★存否応答拒否…請求公文書の存否を明らかにしないで、請求を拒否すること

※請求件数と決定件数には、令和3年度中の請求に対する決定件数を含みます。

個人情報保護制度

区が保有している個人情報の適正な管理と利用のルールなどを定めている制度

個人情報業務の登録等

業務で取り扱う個人情報は、個人情報業務登録簿に登録しています。電子計算機等で検索できるように体系的に構築した個人情報は、個人情報ファイル簿に登録しています。

令和4年度の個人情報業務登録・個人情報ファイル簿登録・個人情報を含む業務委託の状況

実施機関	個人情報業務登録	個人情報ファイル簿登録	個人情報を含む業務委託
区長	1,764件	414件	470件
教育委員会	692件	94件	37件
選挙管理委員会	14件	7件	2件
監査委員	2件	0件	1件
議会	23件	3件	9件
合計	2,495件	518件	519件

目的外利用・外部提供・外部結合

区が保有している個人情報を業務の目的を超えて利用(目的外利用)すること、区の機関以外へ提供すること(外部提供)、個人情報を処理するため区の機関以外の電子計算機と通信回線と結合すること(外部結合)は、「法令に定めがあるとき」などを除き制限しています。

令和4年度の目的外利用等の状況

実施機関	目的外利用	外部提供	外部電子計算機との結合
区長	29件	103件	189件
教育委員会	3件	3件	11件
選挙管理委員会	1件	0件	1件
合計	33件	106件	201件

自己情報の開示・訂正等の請求

区が保有している個人情報の本人であれば、どなたでも開示請求できます。

また、自己の個人情報に明確な誤りなどがあれば、訂正等の請求ができます。

令和4年度の自己情報の開示請求の状況

実施機関	請求件数	開示の可否決定件数					
		開示	一部開示	非開示	不存在	存否応答拒否★	未決定等
区長(※)	137件	86件	20件	0件	26件	0件	5件
教育委員会	7件	6件	0件	0件	1件	0件	0件
議会	2件	2件	0件	0件	0件	0件	0件
合計	146件	94件	20件	0件	27件	0件	5件

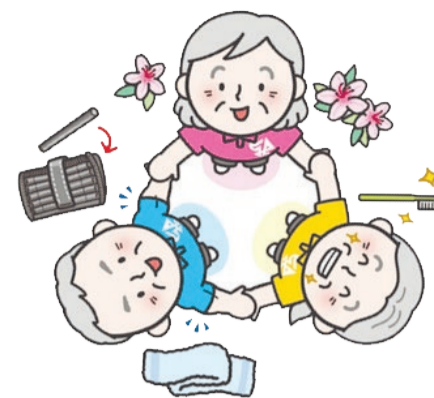
※請求件数と決定件数には、令和3年度中の請求に対する決定件数を含みます。



運動不足を 解消しませんか

新宿区オリジナル 3つの体操・トレーニング

区では、手軽に取り組める3つの体操・トレーニングを作成しています。鍛えたい内容に合わせてチャレンジしてみませんか。新宿区ホームページで紹介動画(下二次元コード)をご覧ください。DVDの貸し出しやリーフレットの配布等を行っています。詳しくは、各担当課にお問い合わせください。



●気軽に介護予防を行える「介護予防体操」

「平成新宿音頭」を体操用にアレンジした曲に合わせて、身体を動かしましょう。

動画はこちら



歌舞伎のポーズ

新宿 いきいき体操

平成新宿音頭のリズムで
からだを動かし、筋力と
バランス能力を刺激

●食べる機能の衰えを
予防する「えん下体操」
口をしっかりと動かし歌うだけ
でも効果があります。



動画はこちら



●体力に合わせて取り組める 「筋力トレーニング」

区内で65グループが
活動しています。ご近所
で始めたい場合など、お
気軽にご連絡ください。

動画はこちら



しんじゅく 100トレ

専用の重りでゆっくり繰り返し
負荷をかけ、効果的に筋力
アップ

新宿 ごっくん体操

歌いながら体を動かし、
食べる力を鍛える

問合せ ▶ 新宿いきいき体操…地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273) 4568

▶ 新宿ごっくん体操…健康政策課地域医療係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3839

▶ しんじゅく100トレ…健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館分室4階) ☎(5273) 3047

がん検診を受診しましょう

日本人のおよそ2人に1人ががんにかかると言われていています。初期のがんは自覚症状がないことが多く、早期発見・早期治療が重要です。定期的にごがん検診を受診しましょう。

問合せ 健康づくり課健診係(第2分庁舎分館分室4階) ☎(5273) 4207



①受診券の請求
(電子申請)



②健(検)診実施
医療機関一覧

しんじゅく
健康フレンズ



菜々 こころ ケンゾウ

受診
期間

令和6年3月31日(日)まで

※胃内視鏡検査は1月31日(木)までです。

受診期間終了間近になると大変混み合います。
お早めに受診してください。

受診
場所

区の指定医療機関

※新宿区ホームページや「健康診査・がん検診のご案内」
(受診券と同封の冊子)に実施医療機関一覧を掲載してい
ます。

区のがん検診一覧

下表のがん検診は、自費で受診する場合の1割程度の金額で受診できます。

検診種別	対象(区内在住の方)	自己負担金額	
胃がん	胃内視鏡検査(胃カメラ)	50歳以上で令和4年度に胃内視鏡検査を受診していない方(胃部エックス線検査は40~49歳の方も受診可)	2,000円
	胃部エックス線検査(バリウム)		1,900円
大腸がん(便潜血検査)	40歳以上	600円	
肺がん	胸部エックス線検査	40歳以上	900円
	胸部エックス線+喀痰細胞診	50歳以上で喫煙指数の高い方★1	1,200円
子宮頸がん(子宮頸部細胞診)	20歳以上で偶数年齢の女性★2	900円	
乳がん(マンモグラフィ)	40歳以上で偶数年齢の女性★2	800円	
前立腺がん(PSA検査)	50歳以上の男性で希望する方★3	200円	

★1…喫煙指数(1日の喫煙本数×過去の喫煙含む喫煙年数)が600以上の方

★2…奇数年齢でも令和4年度未受診であれば受診可

★3…健康診査対象の方は、健康診査と同時実施となります。健康診査受診時に「前立腺がん検診も受診希望」と医療機関にお伝えください。健康診査対象ではない方は、受診券の請求が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

○年齢は令和6年3月31日(日)までに誕生日を迎えた時点での満年齢です。

○令和5年度特別区民税非課税世帯の方は、事前に手続きいただくことで、自己負担金額が免除となる制度があります。詳しくは、お問い合わせください。

検診の流れ

ステップ1 がん検診受診券を確認

受診券をお持ちの方は、ステップ2をご覧ください。
お持ちでない方は受診券を請求してください。

【受診券の請求方法】

▶電話・窓口…問合せ先へ、「がん検診受診券を希望」とお伝えください。

▶電子申請…東京共同電子申請・届出サービス(新宿区ホームページ(上①二次元コードからリンク))からお申し込みください。

ステップ2 指定医療機関に直接予約

健(検)診実施医療機関一覧から医療機関を選び、直接医療機関へご予約ください。

健(検)診実施医療機関は、新宿区ホームページの健(検)診実施医療機関一覧(上②二次元コード)または「健康診査・がん検診のご案内」(受診券と同封の冊子)に掲載しています。

ステップ3 受診する

当日、受診券・健康保険証等をお持ちの上、
予約した医療機関においでください。

受診券は
台紙からはがさず
お持ちください!

ステップ4 結果の説明

受診した医療機関から受診結果をお知らせします。

「要精密検査」と判定されても、実際にがんであるとは限りません。必ず精密検査を受けましょう。

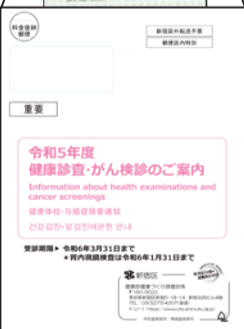
精密検査で、がんの早期発見につながる可能性があります。

今年度から 「受診券」を発送 しています

検診票(複写式)は医療
機関でお渡します



見本



8月の保健センター等の教室・相談

母子関係の事業は、母子健康手帳をお持ちください。

予約制のものは7月7日(金)から受け付けます

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・ ここに 歯科相談	牛込	3(木)★・10(木)◎	9:00～10:30	予約制。むし歯予防等の相談・お口のケアのアドバイス ◎…はじめて歯科相談(1歳児) ★…ここにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	4(金)◎・25(金)★		
	東新宿	7(月)◎・14(月)★		
	落合	8(火)◎・29(火)★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	四谷	4(金)	9:00～10:30	予約制。乳幼児対象。 専門の歯科医師による食べ方についての相談
	落合	8(火)		
母親学級	牛込	17(木)・24(木)	13:30～15:30	予約制。37週未満の妊婦、30名。2日制。 1日目:沐浴実習、歯の健康 2日目:分娩の経過・呼吸法、食事の話
	東新宿	5(土)・12(土)		
育児相談	牛込	18(金)	9:00～10:00	個別相談 (1歳の誕生日の月末までの乳幼児) さくらんぼくらぶ(個別相談)
	四谷	3(木)	9:00～11:00	
	東新宿	25(金)	9:00～10:00	個別相談 (1歳の誕生日の月末までの乳幼児)
	落合	2(火)	13:00～14:00	
はじめまして 赤ちゃん応援 教室 (産婦クラス)	牛込	25(金)	13:15～14:15 15:00～16:00	▶産婦クラス…予約制。グループでのミニ講話・情報交換(生後4か月までのお子さんを育てているお母さんと赤ちゃん) ▶妊婦クラス…予約制。助産師によるお話やストレッチなど(希望者に乳頭チェックあり)
	四谷	3(木)		
	東新宿	17(木)		
(妊婦クラス)	落合	23(水)		
離乳食講習会	牛込	22(火)	13:00～14:00 14:30～15:30	予約制。おおむね5～6か月児対象。 離乳食の話と調理実演
	東新宿	21(月)		
	落合	4(金)		
1歳児食事 講習会	牛込	10(木)	9:00～10:30	1歳～1歳6か月児対象。 離乳完了時期の食事の話 ※はじめて歯科相談と同時開催。
	四谷	4(金)		
	東新宿	7(月)		
	落合	8(火)		

★★★★★★保健センター等の問い合わせ先★★★★★★

牛込保健センター	☎(3260)6231 FAX(3260)6223 〒162-0805 矢来町6
四谷保健センター	☎(3351)5161 FAX(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16
東新宿保健センター	☎(3200)1026 FAX(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター	☎(3952)7161 FAX(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
女性の健康支援センター	☎(3351)5161 FAX(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16 (四谷保健センター内)

事業名	担当	日	時間	内容
骨粗しょう症 予防検診	牛込	29(火)	9:00～10:30	予約制。20歳以上の方対象(1年度に1回。骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員40名。骨密度測定(かかとの測定・超音波法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。300円
	東新宿	2(木)		
	落合	3(木)		
女性の健康 専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	4(金)産婦人科系全般	14:30～16:30	予約制。女性の婦人科医などの個別相談。思春期～更年期の女性の中からだや婦人科系の症状、不妊などを相談できます。
		22(火)更年期専門	17:30～19:30	
精神保健相談	牛込	22(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医師による思春期～高齢期(認知症を含む)のこころの相談
	四谷	4(金)	14:00～16:15	
	東新宿	23(水)	13:45～16:00	
	落合	7(月) 31(木)	14:00～16:15 9:15～11:30	
依存症相談	四谷	21(月)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による個別相談
パーキンソン 体操教室	東新宿	7(月)	13:30～14:30 15:00～16:00	予約制。パーキンソン病の方とその家族を対象にした運動療法
訪問指導	牛込	7(月)	13:30～15:30	予約制。理学療法士・作業療法士の自宅訪問による実技指導、リハビリ等のアドバイス ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施(予約制)
	四谷	21(月)		
	東新宿	9(火)・28(月)		
	落合	1(火)		
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	29(火)	9:00～10:30	予約制。16歳以上対象。保健師・栄養士・歯科衛生士等の個別相談 ※最近、健康診査を受けた方は、健診結果をお持ちください。
	東新宿	2(木)		
	落合	3(木)		

両親学級

妊娠している方とパートナーを対象に、もく浴実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを迎えるにあたっての講義を実施します。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

日時 8月26日(土)午前9時30分～11時、午後1時～2時30分(いずれも同じ内容)

会場 四谷保健センター

問合せ NPO法人助産師みらいSHINJUKU ☎080(3710)0361(日曜日、祝日等を除く午前9時～午後6時)・HP <http://jyosanshi-mirai.org/>

夜間にお子さんが急病になったら

しんじゅく夜間こども診療室

(戸山1-21-1、国立国際医療研究センター病院内) ☎・FAX(6228)0713

診療時間(小児科) ▶月～金曜日午後7時～10時、▶土・日曜日、祝日等午後6時～10時(受け付けは午後9時30分まで)

※保険証等をお持ちください。できるだけ事前に電話で症状を伝えてから受診してください。

休日・夜間等の医療機関のご案内
東京都医療機関案内サービス

「ひまわり」

☎(5272)0303(24時間)

FAX(5285)8080・HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

人材募集



新宿区職員

職種・採用予定数 福祉(保育士・福祉・児童指導)、30名程度

受験資格 国籍を問わず、昭和61年4月2日～平成16年4月1日生まれで、保育士資格があり、都道府県知事の登録を受けている方(令和6年3月31日まで)に取得・登録見込みの方を含む)

採用予定日 令和6年4月1日

1次選考日 8月27日(日)

申込み 所定の申込書を8月8日(火)午後5時までに簡易書留で郵送(必着)または直接、問合せ先へ。詳しくは、人事課・特別出張所・区立図書館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。

問合せ 人事課人事係(〒160-8484 歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階) ☎(5273)4053

傍聴できる 審議会



子ども・子育て会議

日時 7月10日(月)午後6時～8時

会場 区役所本庁舎6階第2委員会室

申込み 傍聴を希望する方は、7月7日(金)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

問合せ 子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4260・FAX(5273)3610

保健・衛生



学んで体験 アピアランスケア

イベント

日時 7月22日(土)午後2時～4時

対象 区内在住・在勤・在学で、がん療養中の方

申込み 7月21日(金)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

会場・問合せ 暮らしの保健室(戸山2-33、都営戸山ハイツ33号棟125) ☎(3205)3114・FAX(3205)3115

精神保健講演会

講座

●うつ病の基本的な知識と付き合い方
YouTubeを利用した動画配信による講座です。後日申込者へ動画ページのURLを送付します。

配信期間 8月18日(金)～9月18日(祝)

対象 区内在住・在勤・在学の方(申し込みには電子メールアドレスが必要)

申込み 9月18日(祝)講師への質問がある方は7月24日(月)まで新宿区ホームページから申し込みます。

問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862

区からの お知らせ



区広報番組「しんじゅく情報局」

●7月9日～27日の放送時間が

変わります

ケーブルテレビ(ジェイコムチャンネル港・新宿(11チャンネル))での放送時間が下記のとおり変わります。

変更後 午後8時15分～8時20分

変更前 午後4時～4時5分

※午後10時～10時5分の放送回に変更はありません。

問合せ 区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064

※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム東京 ☎0120(999)000へ。

区関連・官公署情報



目白大学公開講座

イベント

子どもの権利を考える講座です。

申し込み方法等詳しくは、同大学ホームページ(HP <https://www.mejiro.ac.jp/univ/course/human/child/event/20230722/>)でご案内しています。

日時 7月22日(土)午後1時～4時

会場 目白大学新宿キャンパス研心館(中落合4-31-1)

対象 保育・幼児教育現場の保育者、保育を学ぶ学生ほか

内容 「さとにきたらええやん」(重江良樹監督作品)上映会、同監督の講演会ほか

後援 新宿区ほか

問合せ 目白大学人間学部子ども学科事務室 ☎(5996)3152

合唱団白樺第65回定期演奏会に区民25名を無料招待

イベント

日時 8月6日(日)午後4時～6時(午後3時15分開場)

会場 新宿文化センター(新宿6-14-1)

後援 新宿区ほか

申込み 7月7日(金)～14日(金)に電話かファックス(4面記入例のほか希望人数(2名まで))を記入し、問合せ先へ。先着順。

問合せ 同合唱団・古澤 ☎090(8813)2253・FAX(882)7937

区内で作られた晴着を着てはたちのつどいに参加してみませんか 令和6年1月 はたちのつどいで晴着を無料で貸し出します

HPで詳しく



問合せ 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・FAX(3344)0221

新宿区の地場産業である染色業の振興のため、令和6年1月に開催予定のはたちのつどいの会場で、区内染色事業者が製作した晴着を無料で貸し出します。貸し出し対象者には、会場で地場産業のPR活動にご協力をお願いします。

貸出日 令和6年1月8日(祝)(はたちのつどい当日)

対象 令和6年1月8日(祝)開催予定の「はたちのつどい」参加予定(平成15年4月2日～16年4月1日生まれ)の区内在住の方、10名(▶振袖9着、▶羽織袴1着)

貸出物 ▶振袖または羽織袴、▶着用時に必要な小物類ほか

※当日、会場(京王プラザホテル(西新宿2-2-1))の別室で着付けやヘアメイクを行います。

申込み 所定の申請書を8月18日(金)までに郵送(必着)・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申請書は区政情報センター(本庁舎1階)・特別出張所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。応募者多数の場合、申請書の記入内容を審査の上、対象者を選定します。



貸し出す晴着のイメージ

9月8日まで 絵画と読書感想文を全国から募集 夏目漱石コンクール

小学生対象 絵画コンクール

どんな夢を見た?あなたの「夢十夜」

「こんな夢を見た」「こんな夢を見たい」など、眠っている間の夢について自由に描いてください。
規定 八つ切りサイズ(27cm×38cm、縦横自由)の画用紙に鉛筆・色鉛筆・クレヨン・絵の具・マジック・サインペンなどで描いてください(立体的でない貼り絵、切り絵、版画も可。デジタル作品と額装は不可)。



表彰

入賞者には、副賞の図書カード(予定)を贈呈 応募者全員に参加賞あり
※入賞者には、表彰式の日程等を11月上旬以降にお知らせします。

部門 ▶小学1～3年生、▶小学4～6年生、▶中学生、▶高校生

表彰 ▶最優秀賞…各部門1名(計4名)、▶後援団体賞…各部門6名(計24名)、▶佳作…各部門10名程度(計40名程度)

申込み

所定の応募用紙と作品を9月8日(必着)までに郵送で下記問合せ先へ。文化観光課・特別出張所等で配布している案内チラシの裏面が応募用紙です。案内チラシは新宿区ホームページからも取り出せます。

問合せ 夏目漱石コンクール事務局 ▶絵画…「どんな夢を見た?あなたの「夢十夜」」係、▶読書感想文…「わたしの漱石、わたしの一行」係(いずれも〒100-8502千代田区内幸町2-1-4) ☎(6910)2419・FAX(3591)0788

区の担当課 文化観光課文化資源係(第1分庁舎6階) ☎(5273)4126・FAX(3209)1500

令和4年度絵画受賞作品を展示します イベント

日時 7月18日(火)～28日(金)午前8時30分～午後5時(22日(土)を除く。23日(日)は午前9時から、火曜日は午後7時まで)

会場 区役所本庁舎1階ロビー

令和3年度受賞作品の展示の様子

中学生・高校生対象

読書感想文コンクール

わたしの漱石、わたしの一行

漱石作品を読んで、心に残った「一行」を選び、なぜその一行を選んだのか書いてください。

規定 縦書きの400字詰め原稿用紙2枚半～3枚(1,000字～1,200字)に、日本語で書いてください。



野菜に首ったけ!

毎月8日はしんじゆく野菜の日
～1日に必要な野菜は350g

問合せ 健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館分室4階) ☎(5273)3047・FAX(5273)3930

しんじゆく野菜の日 サバと夏野菜のラタトゥイユカレー

7月のレシピ



材料(2人分)

- ▶黄パプリカ …………… 1/2個
- ▶タマネギ …………… 1/2個
- ▶ナス …………… 1本
- ▶トマト …………… 1/2個
- ▶サバ水煮缶 …… 1缶(150g)
- ▶オリーブオイル …… 少々
- ▶おろしニンニク …… 少々
- ▶カットトマト缶 …… 1/2缶(200g)
- ▶塩 …………… 少々
- ▶こしょう …… 少々
- ▶水 …………… 100cc(カレールウの分量により調節)
- ▶カレールウ …… 2～3かけ
- ▶トマトケチャップ …… 10g
- ▶枝豆(ゆでたもの) …… 10g

サバ水煮缶と夏野菜のカレーです。この料理1人分で約220gの野菜がとれます。

作り方

- ①黄パプリカ、タマネギ、ナスは一口大の食べやすい大きさに切る。トマトは1cm角に切る。
- ②サバ水煮缶は煮汁を切り、ポウルに入れ、よくほぐす。仕上げ用に、サバの煮汁を大さじ2杯分とっておく。
- ③フライパンにオリーブオイル、おろしニンニクを入れて火を付け、ニンニクの香りが出てきたら、カットトマト缶を入れる。沸騰してきたら弱火にし、3分ほど加熱する。
- ④タマネギとナスを耐熱容器に入れ、塩・こしょうを振り、水を大さじ1杯加える。ラップをし、電子レンジ600Wで3分加熱する。
- ⑤④の野菜を③に加え、よく混ぜながら弱火で1分ほど煮込み、ほぐしたサバを入れる。
- ⑥軽く混ぜ、沸騰したら一度火を止め、水とカレールウを入れ、中火で加熱する。
- ⑦沸騰してきたら弱火にし、①の黄パプリカ、トマト、トマトケチャップ、サバの煮汁を入れ、1分ほど煮込む。
- ⑧器にカレーを盛り付け、ゆでた枝豆をトッピングし、お好みでご飯、サラダを盛る。(レシピ提供/㈱DNPファシリティサービス 管理栄養士・岩田奈々)

ご協力ありがとうございました 2023年トルコ・シリア地震救援金

区民の皆さまからの救援金を、被災された方々の生活再建の一助とするため、日本赤十字社へ送金しました。

※区の職員がお宅にお伺いし、救援金を集めることはありません。

募金総額 71万1,609円

問合せ 総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505・FAX(3209)9947

令和5年 第2回区議会定例会 議決結果

問合せ 総務課総務係(本庁舎3階)
☎(5273)3505・FAX(3209)9947

区長が提出した議案は、全て可決、同意されました。

- ◆予算案3件
- ◎令和5年度補正予算
- 「令和5年度新宿区一般会計補正予算(第3号)」等
- ◆条例案13件
- ◎新設の条例(1件)
- 「新宿区職員の高齢者部分休業に関する条例」

- ◎一部改正の条例(12件)
- 「新宿区職員の育児休業等に関する条例の一部を改正する条例」等
- ◆その他10件
- 「新宿区四谷特別出張所等区民施設冷温水発生機更新工事請負契約」等
- 他の議案の議決結果は、新宿区ホームページ(右二次元コード)で閲覧できます。

