

## 皇居探訪～紅葉の乾通りを巡る いきいきハイキング

秋の一般公開中の皇居乾通りなどを巡ります。日頃見る事ができない皇居坂下門から蓮池濠と西桔橋の紅葉を眺めながら乾門までの皇居乾通りを歩きます。受け付け後に地図と記念バッジを渡します。



皇居乾通り

**日時・受付場所等** 11月30日(木)・12月1日(金)午前10時～11時に九段坂公園

(千代田区九段南2)で受け付けし順次出発、午後0時30分～1時30分に北の丸公園(千代田区北の丸公園1)で順次解散(雨天決行)

**対象** 区内在住の60歳以上で健康な方、各日100名程度

**コース** 九段坂公園～皇居外濠～千鳥ヶ淵戦没者墓苑～桜田門～皇居乾通り～北の丸公園(約6km)

**持ち物** 参加証・雨具・飲み物・健康保険証

※動きやすい服装、履き慣れた運動靴でおいでください。荷物はリュックサックに入れ、手には持たないでください。

**申込み** はがき(1枚につき2名まで)に参加者全員について7面記入例のほか生年月日・年齢・性別・緊急連絡先の電話番号(複数可)、希望日を記入し、10月25日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。当選者には参加証を11月中旬までに発送します。

※保険加入のため住所・氏名・生年月日・性別等は正確に記入してください。

**問合せ** 地域包括ケア推進課高齢いきがい係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4567

## 詐欺被害防止 一言アドバイス

インターネット利用時に「ウイルスに感染しました」と表示されたら詐欺の可能性!?

画面に表示されたURLはクリックしない、電話番号へは連絡しない等を徹底しましょう。電子マネー等で料金を請求されたら警察に通報しましょう。

**警察署代表電話** ▶牛込 ☎(3269)0110、▶新宿 ☎(3346)0110、▶戸塚 ☎(3207)0110、▶四谷 ☎(3357)0110

**問合せ** 危機管理課危機管理係(本庁舎4階) ☎(5273)3532

区内の特殊詐欺被害  
認知件数(8月)

主な詐欺の種類	件数
オレオレ詐欺	1件
預貯金詐欺	1件
還付金詐欺	0件
架空料金請求詐欺	2件
キャッシュカード詐欺盗	0件
合計	4件

※区危機管理課調べ

## 快適なマンションライフのために 39

問合せ 住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5273)3567

### マンション管理の主役は皆さんです～老朽化が進み 維持管理が困難になる前に早めの行動を!

将来にわたって安心して暮らせるように、マンションの管理運営に関心を持つことが重要です。マンション管理を人任せにしていると、修繕積立金が足りなくなるなど将来問題になるかもしれません。まずは、総会の資料を読む、長期修繕計画を確認する、管理運営について周りの人と話すなど行動してみましょう。区には、皆さんの話し合いを応援する制度もあります。詳しくは、お問い合わせください。

## くらし

### 不動産街頭無料相談会

宅地建物取引に関する法律・税金・建築等の相談を、弁護士・税理士等の専門家がお受けします。

**日時** 10月5日(木)午前11時～午後5時(受け付けは午後4時30分まで)

**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。

**問合せ** 全日本不動産協会東京都本部新宿支部 ☎(3368)8866

### リサイクル講座

●古布からワイドパンツ作り

**日時** 10月26日(木)午前10時～午後4時  
**対象** 区内在住・在勤の方、8名

**費用** 300円(材料費等)

**持ち物** 古布(着物地(幅38cm×長さ400cm程度)または洋服地(幅90cm×長さ200cm程度))、幅広ゴム(幅2.5cm×自分のウェスト分の長さ)、裁縫道具、まち針20本以上、筆記用具

**共催** 新宿環境リサイクル活動の会

**申込み** 往復はがきに7面記入例のとおり記入し、10月7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)

## 住宅・まちづくり

### 解体・改修・各種設備工事を行う 施工業者の皆さまへ

10月1日(日)着工の工事から、建築物等の解体・改修工事での石綿含有建材の有無の事前調査は、「建築物石綿含有建材調査者」等が行う必要があります。

**問合せ** 環境対策課公害対策係(本庁舎7階) ☎(5273)3764

## 福祉

### 「障害者福祉の手引」(令和5年版) の音声版(デージー)を発行しました

●視覚障害のある方へ

障害のある方が利用できるサービス等の情報を聞くことができます。新宿区ホームページではテキスト版・PDF版も掲載しています。

「障害者福祉の手引」の音声版(デージー)は障害者福祉課等で配布しています。希望する方には郵送します。

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

### 介護者家族会

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。

**10月の日時・会場** ▶四谷の会…5日(木)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…24日(木)午前10時～12時/デンマークイン新宿(原町2-43)、▶わきあいあい…

11日(木)午後1時30分～3時30分/若松地域センター(若松町12-6)、▶大久保・あった会…10日(木)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

ぶくの会…28日(土)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…13日(金)午後1時～3時/落合第二地域センター(中落合4-17-13)、▶ひと

とき…19日(木)午後2時～4時/北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑、北新宿3-27-6)

**問合せ** 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4254

**西新宿シニア活動館の講座**

●ずっときれい いきいき美容教室

**日時** 10月24日(木)午前10時～11時  
**対象** 区内在住の50歳以上、15名

**講師** 資生堂ジャパン(株)

**持ち物** 飲み物  
**申込み** 9月28日(木)から電話または直接、問合せ先へ。先着順。参加には同館利用証の作成が必要です。

**会場・問合せ** 同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380

### 障害者福祉センターの公開講座

●親子でハッピーダンス

どなたでも参加できます。

**日時** 10月28日(土)午前10時～11時30分  
**申込み** 9月27日(木)～10月18日(木)に電話かファックス(7面記入例のほか参加者全員の氏名と参加人数を記入)または直接、問合せ先へ。先着8家族(1家族4名まで)。

**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)・☎(3232)3344

**認知症サポーターステップアップ研修・基礎編**

**日時** ▶①11月2日(木)▶②9日(木)▶③27日(月)午後1時30分～4時(②、③の間に区内高齢者施設での体験学習を実施)

**対象** 認知症サポーター養成講座を修了した方で、本講座受講後に区内で認知症高齢者等へのボランティア活動ができる方、15名

**内容** 医師による認知症の基礎知識の講義や認知症介護者等の体験談、高齢者施設での体験学習

**申込み** 9月27日(木)から電話かファックス・電子メール(7面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

**会場・問合せ** 区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20) ☎(5273)9191・☎(5273)3082・☎shinjuku-vc@shinjuku-shakyo.jp