

ささえーる 薬王寺の講座

講座 イベント

- ①美容専門学校生にマニキュアをしてもらおう
日時・定員 12月15日(金)午後2時～3時(12名)
内容 マニキュアまたは爪磨き(1人20分程度)
- ②クリスマスリース作りとハンギングバスケット植え付けリースは持ち帰れます。
日時・定員 12月18日(月)午後1時～3時(8名)
内容 ゴーヤのつる等を使ったクリスマスリース作りほか
- ③ストレッチ3B(さんびー)体操
日時・定員 12月22日(金)▶午後1時35分～2時25分▶午後2時30分～3時20分(各回14名)
内容 ボール・ベル・ペルター(3B)の補助具を使い、音楽に合わせてストレッチ
- ④パソコン講座
日時・定員 12月22日(金)午後1時30分～3時(5名)
内容 Wordで図形、封筒ぼち袋作り
- ⑤ささえーる歌声広場
日時・定員 12月26日(火)午前10時～11時30分(12名)
内容 ハミングや歌による嚙下機能等の促進とリズム活動をおとした身体機能のトレーニング
……<①～⑤共通>……
対象 ▶①③④⑤は区内在住の60歳以上、▶②は区内在住の方
申込み ▶①②は12月6日(火)まで、▶③④⑤は12月4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 同館(市谷薬王寺町20-40) ☎(3353)2333(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)

全世代向けの多彩な イベント

角筈地域センターまつり

日時 12月3日(日)午前10時30分～午後3時
内容 同センター登録団体・地域の皆さんによる歌やダンスなどのステージ発表、模擬店ほか
会場・問合せ 同センター(西新宿4-33-7) ☎(3377)1373
●会場に行政相談所を開設
同会場で行政相談委員が国の行政全般に関する苦情・相談に無料で応じます(予約不要)。
問合せ 区政情報課広聴係(本庁舎3階) ☎(5273)4065

新宿NPO活動基礎講座

●助成金獲得講座
～申請書作成・選考のポイント
日時 12月7日(木)午後6時45分～8時45分
対象 社会貢献活動・NPO活動で活動資金確保にお悩みの方ほか、60名(会場20名、オンライン40名)
費用 1,000円(資料代等)
申込み 11月27日(月)から電話がファックス・電子メール(2面記入例のほか受講方法を(会場・オンラインの別)を記入)または直接、問合せ先へ。先着順。問合せ先ホームページ(右上二次元コード、<https://snponet.net>)からも申し込みめます。
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・☎hiroba@s-nponet.net

水曜上映会

日時 12月13日(火)午後2時から(午後1時40分開場)
上映作品 「奇跡の子どもたち」(1時間20分)
会場・申込み 当日直接、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)へ。先着80名。
問合せ 中央図書館 ☎(3364)1421

施設

新宿コズミックセンターの利用休止

同センター(大久保3-1-2)では、地下配管工事・施設メンテナンス等のため、下記のとおり利用を休止します。
休止施設・期間 ▶プール…12月8日(金)～17日(日)、▶プール以外…12月11日(月)～13日(水)
※12月11日(月)～13日(水)の期間中、1階事務所の営業時間を午前9時～午後5時に短縮します(受け付けは午後4時30分まで)。
問合せ ▶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、▶利用…新宿未来創造財団 ☎(3232)7701

人材募集

エコライフ推進員

対象 区内在住・在勤・在学の18歳以上で地域で環境活動ができる方、20名程度
任期 令和6年4月1日から2年間
活動内容 区の環境施策・事業への協

図書館のイベント情報

- 子ども対象
下落合図書館 ☎(3368)6100
角筈図書館 ☎(5371)0010
▶クリスマス工作会「紙粘土でクリスマスツリー」(12/9)
▶つのはずクリスマスおはなし会(12/16)
- 下落合図書館 ☎(3368)6100
▶乳幼児親子向けクリスマスおはなし会(12/10)
▶小学生までのお子さん向けクリスマスおはなし会(12/17)
※()内は開催日です。

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

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★
☎ジャズボーカル 月2回木曜日午後4時～5時、高田馬場バズーカスタジオ(高田馬場3)で。☎月4,000円・スタジオリ代は別途月1,000円。kaiin@gmail.com

☎ジャズボーカルサークルファン notes ☎070(5072)9394
☎スピーチ 毎月第2・第4金曜日午後7時～9時、東京ボランティア・市民活動センター(神楽河岸)で。18歳以上対象。☎入会金3,000円・月1,400円。☎神楽坂トーストマスターズクラブ ☎kagurazaka.tmc

保健・衛生

女性の健康づくりサポーター養成講座

●理学療法士が伝える女性のライフステージと身体のメンテナンス方法
受講後は「女性の健康づくりサポーター」として登録できます。
日時 12月13日(火)午後6時30分～8時
会場 四谷保健センター(四谷三栄町10-16)
対象 区内在住・在勤・在学の方
内容 健康知識の講話と実技(肩こり・頭痛解消のストレッチ、腰痛予防のエクササイズ、骨盤底筋体操ほか)
申込み 電話で問合せ先へ。
問合せ 女性の健康支援センター(四谷保健センター内) ☎(3351)5161

図書館運営協議会

日時 12月7日(木)午前10時～12時
内容 今後の図書館サービスのあり方ほか
申込み 傍聴を希望する方は当日直接、会場へ。
会場・問合せ 中央図書館(大久保3-1-1) ☎(3364)1421

労働報酬等審議会

日時 12月12日(火)午後2時から
内容 労働報酬下限額ほか
会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎4階401会議室へ。
問合せ 契約管財課契約係(本庁舎4階) ☎(5273)4075

令和6年3月宿泊分 箱根つづじ荘・グリーンヒルハケ岳 区民保養施設の利用申し込み

受付窓口・電話 区保養施設受付(本庁舎1階) ☎(5273)3881
受付日時 月～金曜日午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日は(株)日本旅行 ☎(5369)3902(午前10時～午後6時。電話受け付けのみ)へ。

○抽選(区民抽選予約)
区内在住の方のみ申し込みます。
申込期間 12月1日～11日(必着)
申込方法 受付窓口・特別出張所・生涯学習スポーツ課で配布の抽選はがきでお申し込みください。12月19日(火)ころまでに結果通知が届かない場合は、受付窓口へお問い合わせください。
○空き室予約(抽選後)
[区民優先予約][一般予約]の順に電話・受付窓口・インターネットで予約を受け付けます(いずれも先着順)。空き室の状況は、受付窓口・特別出張所のほか、(株)日本旅行の空室情報ホームページ(<https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/calendar-availability>)で確認できます。

申込開始日 ▶区民優先予約…12月21日(休)
▶一般予約…令和6年1月4日(休)

3月の休館日 グリーンヒルハケ岳…4日(月)～7日(木)
○箱根つづじ荘からのお知らせ
箱根つづじ荘に宿泊する方には、小田急線の運賃割引証を発行します。

○グリーンヒルハケ岳からのお知らせ
●新宿駅西口発グリーンヒルハケ岳直行便バスツアー
往復バスと宿泊(2泊)・観光がセットになっています。申し込みには事前に宿泊予約が必要です。詳しくは、同館ホームページ(<https://www.kenkoumura.jp>)をご覧ください。
3月の出発日・コース
▶12日(火)…諏訪湖・伊那谷かんてんぱぱガーデン・長瀬寺登山ロープウェイ
▶25日(月)…中山道妻籠宿・身延山久遠寺・三保松原
問合せ グリーンヒルハケ岳 ☎0551(32)7011



箱根つづじ荘 グリーンヒルハケ岳

◆インターネット予約

事前に利用者登録が必要 です。12月28日(木)までインターネット予約専用のコールセンター ☎080(7027)5519を設置しています(宿泊予約は不可)。
◆宿泊日数及び予約回数の制限
▶区民…月2回まで(5泊6日まで)
▶区民以外…月1回まで(3泊4日まで)
◆本人確認を実施しています
対象 18歳以上で区民料金が適用される宿泊者全員
※氏名・住所が確認できる確認書をチェックイン時にご提示ください。
問合せ 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

区からの お知らせ

区市計画案の縦覧・意見書の提出

●区政に関する苦情をお聞きます
3人の委員が区の業務への苦情を第三者的な立場で公正・中立に処理します。
受付日時 月～金曜日(祝日等を除く)午前9時～12時・午後1時～5時
申し立てができる方 個人・法人・その他の団体で、区の機関の業務の執行等に関する事項や職員行為の直接的かつ具体的に利害関係のある方
申し立て方法 苦情申立書を郵送・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申立書は問合せ先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。
※他の苦情処理制度等と競合している事項や一定期間を経過している事項は、申し立てができないことがあります。
問合せ 区民の声委員会(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎2階) ☎(5273)3508・☎(3209)1227

クラシックコンサートに 区民20名を無料招待

●ディーバ・輝き(歌とピアノの調べ)
日時 12月3日(日)午後0時30分～4時30分
後援 新宿区

区関連・官公署情報

SOMPO美術館特別展

●ゴッホと静物画～伝統から革新へ
日時 令和6年1月21日(日)までの午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで。令和6年1月8日を除く月曜日、12月28日(木)～令和6年1月3日(火)は休館)
会場 同館(西新宿1-26-1)
費用 ▶一般2,000円(前売1,800円)
▶大学生1,300円(同1,100円)
▶高校生以下無料
後援 新宿区ほか

問合せ ハローダイヤル ☎050(5541)8600

都市計画案の縦覧・意見書の提出

●東京都市計画道路幹線街路環状第6号線の都市計画案です。計画案に意見のある方は、意見書を提出できます。
縦覧期間 12月1日(金)～15日(金)
縦覧場所 区都市計画課(本庁舎8階)、東京都都市整備局都市計画課(都庁第二本庁舎12階北側)
提出方法 任意の用紙に計画案の名称・意見・意見を作成した日付・住所・氏名・電話番号を記入し、12月1日(金)～15日(金)に郵送(消印有効)または直接、問合せ先へ。
問合せ 東京都都市整備局都市計画課(〒163-8001西新宿2-8-1) ☎(5388)3225

クラシックコンサートに 区民20名を無料招待

●ディーバ・輝き(歌とピアノの調べ)
日時 12月3日(日)午後0時30分～4時30分
後援 新宿区

区民20名を無料招待

●ディーバ・輝き(歌とピアノの調べ)
日時 12月3日(日)午後0時30分～4時30分
後援 新宿区

新宿まちなかサロン

①神楽坂サロン
日時 12月8日(金)・22日(金)、令和6年1月12日(金)・26日(金)午前10時30分～12時
会場 神楽坂コミュニティ1st(神楽坂3-2)
内容 ウクレレの練習(初心者・初級者向け)
持ち物 ウクレレ(有償貸与あり)

費用 月5,000円
申込み 11月27日(月)から電話がファックス・電子メール(2面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。各回先着12名(各回申し込みが5名以下の場合中止)。
②小滝橋ひろば
日時・内容 12月13日(火)・27日(水)、令和6年1月10日(水)・24日(水)、▶(1)エキセントリック体操…午前10時30分～11時30分、▶(2)ウクレレ練習会(初・中級者向け)…午後1時30分～3時
会場 新宿NPO協働推進センター(高田馬場4-36-12)
費用 ▶(1)各回200円、▶(2)各回2,000円
持ち物 ▶(1)飲み物・上履き、▶(2)ウクレレ(有償貸与あり)
申込み 11月27日(月)から電話がファックス・電子メール(2面記入例のほか希望する講座名((1)(2)の別)を記入)で問合せ先へ。各回先着▶(1)20名、▶(2)15名。
……………<①②共通>……………

相続・不動産無料相談会

日時 12月15日(金)午後1時～5時
会場 BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6-8-2)
対象 区内在住の方、区内に土地や建物をお持ちの方、10組(1人も可)
相談員 不動産鑑定士、宅地建物取引士、弁護士、司法書士、税理士ほか
後援 新宿区
申込み 12月7日(水)～14日(火)に電話で問合せ先へ。先着順。
問合せ 日本地主家主協会事務局 ☎(3320)6281(土・日曜日を除く午前9時～午後4時30分)

保育士就職支援研修・就職相談会

詳しくは、問合せ先ホームページ(二次元コード、<https://www.tcsv.tvac.or.jp/jinzai/hoiku/sodankai.html>)をご覧ください。
日時 12月16日(土)午後2時～4時
会場 中野セントラルパークカンファレンス(中野区中野4-10-2)
対象 都内保育園で就職を希望する保育士資格をお持ちの方または資格取得見込みの方
申込み 12月13日(火)午後3時(必着)までに参加申込書に必要事項を記入し、郵送またはファックスで(株)自然堂(〒196-0034昭島市玉川町3-10-1、ランドフォレスト中東中1階) ☎(3317)8242・☎(6454)6915へ。参加申込書は問合せ先ホームページから取り出せます。
問合せ 東京都保育人材・保育所支援センター ☎(5211)2912