

## 「広報新宿」プロポーザルの実施に係る企画提案作品の課題記事

### 1. 1～3面 特集記事（表紙面含む）

提供する情報はあくまでも例であり、全てを盛り込む必要はありません。趣旨の範囲内であれば、タイトルの変更も可能です。提供情報を参考に「子どもの夏休みに遊びに行くのにおすすめ」という切り口から新宿区の公園の魅力を紹介してください。

また、使用する写真はリンク先から提供しているものを使用できますが、各自で撮影したものを使用しても構いません。撮影する際は、事前に区政情報課あてご一報ください。

#### (1) タイトル

「区内公園特集」

#### (2) 趣旨

「子どもの夏休みに遊びに行くのにおすすめ」という切り口から区立公園を紹介し、広報紙を手に取った区民や来街者に「訪れてみたい」と感じてもらう。

#### (3) 内容

区内には水や緑に親しめる公園や遊具が豊富な公園等、さまざまな魅力のある公園が185か所あります。夏休みに親子で区立公園に出かけてみませんか。

##### ア. 佐伯公園（中落合2-4）

画家の故佐伯祐三氏の住居跡地で、アトリエを再整備した佐伯祐三アトリエ記念館があります。

##### イ. 甘泉園公園（西早稲田3-5）

区内唯一の回遊式日本庭園です。庭園の外には遊具コーナーがあります。

##### ウ. 矢来公園（矢来町38）

新しく設置した大型の複合遊具やグローブジャングルがあります。

##### エ. 淀橋さくら公園（西新宿5-1）

区内で一番新しい公園です。大きな広場と噴水のほか、回転遊具もあります。

##### オ. みようが坂児童遊園（四谷4-23）

触覚・視覚・昇り降りを楽しめる築山遊具やリニューアルで広がった砂場があります。

##### カ. 新宿中央公園（西新宿2-11）

たくさんの遊具があるちびっこ広場、水遊びができるジャブジャブ池、開放的な芝生広場、西新宿の都市景観を楽しめる眺望のもりがあります。

##### キ. みなみもと町公園（南元町20）

霧状に水が出る石柱、複合遊具や健康遊具、体操やジョギング等の運動ができる多目的広場、小さな子どもが楽しめるちびっこ広場があります。

【問合せ】みどり公園課公園管理係（本庁舎7階）☎（5273）3914

#### (4) 提供写真

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-01.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-02.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-03.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-04.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-05.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-06.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-07.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-08.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-09.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-10.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-11.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-12.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-13.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-14.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-99-15.jpg>

## 2. 4～7面 各カテゴリ記事

(1)～(40)全ての記事を入れてください。スペースが空いた場合はイラストなどを適宜入れてください。原稿の全ての情報を入れる必要はなく、区民にとってわかりやすく、読みやすいよう、情報をリライトして編集することも可能です。

### (1)「新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソンエントリー募集」

神楽坂を駆けあがるハーフマラソンや10kmの公認競技に小中学生・ファミリー・未就学児対象「ひよこ」を加えバラエティーあふれる大会です。

【日時】1月28日(日)

【会場】国立競技場

【種目・対象・費用等】

種目	対象	定員	料金
ハーフマラソン (日本陸連公認)	高校生以上	6,000人 うち エントリー協賛100人	¥11,000 エントリー協賛¥40,000
10km (日本陸連公認)		3,000人	¥6,000
3km	一般(高校生以上)	600人	¥2,500
	中学生	200人	¥2,000
2km	小学5・6年生	1,000人	¥1,000
	小学3・4年生		
1km	小学1・2年生		
ファミリーラン(1km)	小学生以下+18歳以上の保護者 2人または3人1組	1,000組	子ども¥1,000 保護者¥2,000
ファンラン(1km)	小学生以上	1,000人	¥2,000
スペシャルラン (場内200m)	小学生・70歳以上・小学生以上の障がい者	100人	¥1,000
ひよこ (場内42.195m)	未就学児+18歳以上の保護者 2人1組	400組	1組¥1,000

	エントリー期間	エントリー方法	参加料支払方法
新宿区民ほか 優先エントリー	8月22日(火)12:30～ 31日(木) ※先着順	インターネット 電話	クレジットカード または コンビニ決済
エントリー協賛 (ハーフマラソン)	8月22日(火)12:30～ 10月31日(火) ※先着順		
ハーフマラソン	第1次受付 9月3日(日)12:30～23:59 第2次受付 9月4日(月)12:30～ 10月31日(火) ※先着順	インターネット	
その他種目	9月4日(月)12:30～ 10月31日(火) ※先着順	インターネット・電話	

【問合せ】大会実行委員会事務局(新宿未来創造財団内) ☎ (3232) 7701

### (2)「漱石山房記念館九日会」

～講演『硝子戸の中』を連載小説として読んでみる～

夏目漱石の月命日である 9 日に、門下生たちが漱石を偲んで集まった九日会にちなむ講演会です。

【日時】 9 月 9 日(土)午後 2 時～4 時

【内容】 芥川賞のほか、数々の文学賞を受賞されている新宿太郎さんが登壇します。

【講師】 新宿太郎(フランス文学者・作家)《画像 2》

【共催】 新宿区・新宿未来創造財団

【申込み】 往復はがき(1 枚につき 1 名)に 6 面記入例のとおり記入し、8 月 28 日(必着)までに問合せ先へ。定員 70 名。応募者多数の場合は抽選。

【会場・問合せ】 漱石山房記念館(〒162-0043 早稲田南町 7) ☎ (3205) 0209

※提供写真 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-98-01.jpg>

### (3)「図書館の催し」

・和綴じでオリジナルノートを作ろう！

【日時】 8 月 20 日(日)午後 2 時～午後 3 時 30 分

【会場・申込み】 8 月 7 日(月)から電話または直接、下落合図書館(下落合 1-9-8) ☎ (3368) 6100

・くらしの講座「消防士が教える防災知識」

【日時】 8 月 26 日(土)午後 2 時～2 時 45 分

【会場】 戸山生涯学習館(戸山 2-11-101)

【申込み】 8 月 8 日(火)から電話または直接、問合せ先へ。先着 20 名

【問合せ】 戸山図書館(戸山 2-11-101) ☎ (3207) 1191

・調べもの応援講座

【日時】 8 月 27 日(日)午後 2 時～4 時

【対象】 16 歳以上、8 名

【申込み】 8 月 7 日(月)～21 日(月)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。

【会場・問合せ】 四谷図書館(内藤町 87) ☎ (3341) 0095

・朗読で味わう文学

【日時】 9 月 2 日(土)午後 2 時～3 時 30 分

【会場】 戸山生涯学習館(戸山 2-11-101)

【申込み】 8 月 8 日(火)から電話かファックスまたは直接、問合せ先へ。先着 40 名

【問合せ】 戸山図書館(戸山 2-11-101) ☎ (3207) 1191・㊟ (3207) 1192

・町医者から見た人生の達人たち

【日時】 9 月 15 日(金)午後 1 時 30 分～2 時 30 分

【会場】 牛込笹筒地域センター(笹筒町 15)

【申込み】 8 月 18 日(金)から電話または直接問合せ先へ。先着 60 名

【問合せ】 中町図書館(中町 25) ☎ (3267) 3121

・英語絵本のおはなし会

【日時】 8 月 26 日(土)午後 2 時～2 時 30 分

【対象】 3 歳～小学 6 年生、10 名(未就学児は保護者同伴)

【申込み】 8 月 12 日(土)から電話または直接、問合せ先へ。先着順。

【会場・問合せ】 中町図書館(中町 25) ☎ (3267) 3121

・ドキドキ夜のおはなし会

【日時】8月27日(土)午後7時～7時30分

【申込み】8月7日(火)から電話または直接、問合せ先へ。先着15名。

【会場・問合せ】角筈図書館（西新宿4-33-7）☎（5371）0010

(4)「元気な高齢者向け介護予防教室」

●10月～12月は定員を拡大して募集

【日程・会場・内容等】下表のとおり。時間の午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分

【対象】区内在住の65歳以上。健康状態により参加をお断りする場合があります（介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業の対象の方は参加不可）。

【費用】1回100円

【申込み】はがき（1人に付き1枚）に6面記入例のほか生年月日・希望する教室の受付番号（1～12の別。第2希望まで希望順）を記入し、8月24日(木)（消印有効）までに問合せ先へ。応募者多数の場合は、令和5年度に参加していない方を優先して抽選し、結果を9月1日(金)ころお知らせします。同時期に下表の複数の教室には参加できません。

【問合せ】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

教室名・内容	受付番号	会場	曜日・時間・10月の初回の日程	定員
<b>脳はつらつ教室</b> 認知症の予防 (認知症と診断された方を除く)	1	早稲田南町地域交流館 (早稲田南町50)	火曜日・午後・3日	15名
	2	中落合地域交流館 (中落合2-7-24)	水曜日・午後・4日	15名
<b>シニアバランストレーニング教室</b> 座って行う運動を中心に、 上半身を鍛えて若々しく動ける体づくり	3	北新宿地域交流館 (北新宿2-3-7)	月曜日・午前・2日	20名
	4	高田馬場シニア活動館 (高田馬場3-39-29)	火曜日・午前・3日	20名
	5	上落合地域交流館 (上落合2-28-8)	木曜日・午前・5日	15名
	6	高田馬場地域交流館 (高田馬場1-4-17)	金曜日・午前・6日	20名
<b>シニアスポーツチャレンジ教室</b> 立って行う運動を取り入れ 下半身の筋力を鍛えて転倒予防	7	細工町高齢者在宅サービスセンター（細工町1-3）	月曜日・午前・2日	7名
	8		木曜日・午前・5日	7名
	9	ささえーる中落合 (中落合1-7-1)	火曜日・午前・3日	14名
	10	東五軒町地域交流館 (東五軒町5-24)	火曜日・午前・3日	15名
	11	西新宿シニア活動館 (西新宿4-8-35)	金曜日・午前・6日	20名
	12	戸山シニア活動館 (戸山2-27-2)	金曜日・午後・6日	22名

(5)「神田川親水テラスで夏の自然体験」

●川に入ってみよう

【日時】7月14日(金)～8月13日(日)午前10時～午後3時

※天候等により入れない場合があります。事前にみどり公園課みどりの係へお問い合わせください。

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

【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)

●神田川体験講座～めざせ神田川マスター

【日時・内容】▶①7月26日(水)…水質調査「神田川の水、きれい?」、▶②27日(木)…歴史と生き物調査「昔と今の神田川はどう違う?」、▶③28日(金)…水草調査「川の中にも原っぱがある!」、▶④29日(土)…生き物調査「神田川にはどんな生き物がいるのかな?」いずれも午前10時～11時30分

【会場】神田川ふれあいコーナーほか

【対象】区内在住の小学生、15名(3年生までは保護者同伴)

【申込み】往復はがきに6面記入例のほか希望講座(①～④の別・複数選択可)・学年・保護者氏名を記入し、7月9日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

※インターネットからも申し込みます。詳しくは、新宿区ホームページをご覧ください。

※提供写真 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231222-98-01.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231222-97-02.jpg>

(6)「9月の保健センター等の教室・相談」

母子関係の事業に参加される時は、母子健康手帳をお持ちください。

予約制のものは8月7日(月)から受け付けます。

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・にこにこ歯科相談	牛込	7(木)・14(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 ◎印・・・はじめて歯科相談(1歳児) ★印・・・にこにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	1(金)・29(金)		
	東新宿	4(月)・11(月)		
	落合	12(火)・19(火)		
もぐもぐごっくん歯科相談	牛込	14(木)	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の相談
	東新宿	4(月)		
母親学級	四谷	21(木)・28(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
育児相談	牛込	8(金)	9:00～10:00	個別相談 (1歳の誕生日の月末までの乳幼児)
	四谷	7(木)	9:00～11:00	さくらんぼくらぶ(個別相談)
	東新宿	15(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	6(水)	13:00～14:00	
すこやか子ども発達相談	牛込	26(火)	13:40～16:20	予約制。小児専門医による発達相談
はじめまして赤ちゃん応援教室(産婦クラス)	牛込	29(金)	13:15～14:15	▶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
	四谷	7(木)		
	東新宿	21(木)	15:00～16:00	
	落合	27(水)		
(妊婦クラス)	四谷	29(金)	13:00～14:15	

			14：45～15：30	ックあり)
離乳食講習会	牛込	19(火)	13：00～14：00	予約制。おおむね 5～6 か月対象。離乳食の話と調理実演
	四谷	7(木)		
	東新宿	11(月)	14：30～15：30	
	落合	8(金)		
1 歳児食事講習会	牛込	14(木)	9：00～10：30	1 歳～1 歳 6 か月児対象。 離乳食完了時期の食事の話。 ※はじめて歯科相談と同時開催
	四谷	1(金)		
	東新宿	4(月)		
	落合	12(火)		
骨粗鬆症予防検診	牛込	26(火)	9：00～10：30	予約制。20 歳以上の方対象（1 年度に）
	四谷	22(金)		
	東新宿	6(水)		
	落合	7(木)		
女性の健康専門相談	女性の健康支援センター (四谷)	15(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。
		26(火) 更年期専門	14：00～16：00	
		16(土) 不妊専門	14：00～16：15	
精神保健相談	牛込	12(火)・26(火)	14：15～16：30	予約制。精神科医師による思春期から高齢期（認知症を含む）までのこころの相談
	四谷	28(木)	14：00～16：15	
	東新宿	6(水)	13：45～16：00	
	落合	14(木)	14：00～16：15	
うつ専門相談	四谷	11(月)	14：00～16：15	予約制。精神科医師による個別相談
	東新宿	27(水)	13：45～16：00	
パーキンソン体操教室	東新宿	4(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	4(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は随時実施（予約制）
	四谷	8(金)		
	東新宿	25(月)		
	落合	5(火)・15(金)		
健康相談 (生活習慣病や歯周病予防に関する相談)	牛込	26(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結果をお持ちください。
	四谷	22(金)		
	東新宿	6(水)		
	落合	7(木)	13：00～14：30	

(7)「土曜日夜間・日曜日・祝日に急病になったら」

新宿区医師会区民健康センター

新宿 7-26-4 ☎ (3208) 2223

【診療時間】受け付けは終了時間の30分前まで

▶土曜日…午後5時～10時（内科）

▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時（内科）、午前9時～午後5時（小児科）

※受診前に必ず電話でお問い合わせください。

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

☎ (5272) 0303 (24時間)

📞 (5285) 8080

🌐 <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

(8)「野菜に首ったけ！」

●毎月8日はしんじゅく野菜の日～1日に必要な野菜は350g

今回のレシピは、令和3年度新宿区メニューコンクールの優秀作品です。今年度は中学生を対象にメニューコンクールを開催し、現在応募受付中です。テーマは「健康な身体をつくる！カルシウム・鉄たっぷりメニュー」です。詳しくは、新宿区ホームページでご覧いただけます。

■8月のレシピ～豆腐ホワイトソースの野菜たっぷりドリア

(1) 材料 (2人分)

- ・ご飯 150g
- ・カリフラワー 150g
- ・玉ねぎ 1/2個
- ・ニンジン 1/2本
- ・パプリカ 1/4個
- ・ホウレン草 2株
- ・トマト 1/2個
- ・油 適量
- ・絹ごし豆腐 1/2丁
- ・豆乳 25ml
- ・みそ 小さじ1
- ・コンソメ 小さじ1/2
- ・ピザ用チーズ 100g

(2) 作り方

- ①カリフラワーはゆでて、みじん切りにする。玉ねぎはみじん切りにし、フライパンに油をひいて透き通るまで炒める。
- ②ご飯に①を混ぜ合わせる。
- ③ニンジン、パプリカは1cm角に切る。ホウレン草は1cm幅に切る。トマトは薄切りにする。
- ④フライパンに油をひき、③のニンジン、パプリカ、ホウレン草を、ニンジンから順に火が通るまで炒める。
- ⑤絹ごし豆腐はボウル等に入れ、なめらかになるまで混ぜる。
- ⑥⑤にAを入れて混ぜ合わせ、④を加える。
- ⑦耐熱皿に②、⑥、③のトマト、ピザ用チーズの順に盛り、210°Cのオーブンで20分焼く。

【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

※提供写真 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-96-01.jpg>

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-96-02.jpg>

(9) 「マル障受給者証を発送します」

●8月16日(水)以降に発送します

東京都心身障害者医療費助成制度(★)の対象で9月以降も受給資格のある方に、9月1日(金)から1年間有効の受給者証を発送します。9月になっても届かない方は、お問い合わせください。

★東京都心身障害者医療費助成制度



国民健康保険や社会保険などの健康保険の自己負担分から一部を差し引いた額を助成します（入院時食事療養・生活療養標準負担額は対象外）。

【問合せ】 障害者福祉課経理係（本庁舎 2 階） ☎ (5273)4520・㊟(3209)3441

●次の方は受給資格があります 未申請の方は申請してください

【対象】 原則として、区内在住で健康保険に加入し、2022 年（令和 4 年 1 月～1 2 月）中の所得が基準額以下で、6 4 歳以下で次のいずれかを取得した方

▶身体障害者手帳 1 級・2 級（内部障害者は 1～3 級）

▶愛の手帳 1 度・2 度

▶精神障害者保健福祉手帳 1 級

※所得基準額は扶養親族等がない方は 360 万 4,000 円（以降、扶養親族等が 1 人増えるごとに 3 8 万円を加算）です。以前に資格を喪失した方でも、所得が基準額以下になった方は申請できる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

※後期高齢者医療制度被保険者証をお持ちで令和 5 年度の住民税が課税の方、健康保険の自己負担のない施設に入所している方は対象外です。

【申請方法】 身体障害者手帳、愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳と健康保険証をお持ちの上、直接、問合せ先へ。

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

※提供写真 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/content/231221-95-01.jpg>

#### （10）「区立幼稚園入園説明会」

●教育方針や 14 園の特色を説明する合同説明会を開催します

当日、各会場で入園相談会も実施します。

【日時・会場】 ▶ 8 月 26 日(土)…四谷地域センター（内藤町 87）、▶8 月 29 日(火)…戸塚地域センター（高田馬場 2-18-1）、いずれも午前 10 時～11 時 45 分

【対象】 令和 6 年度に区立幼稚園の入園を検討している未就学児の保護者

【申込み】 事前に電話で学校運営課幼稚園係（第 1 分庁舎 4 階） ☎ (5273) 3103

●各幼稚園でも説明会を開催します

詳しくは、各園へお問い合わせください。

【日時・会場等】 下表のとおり

幼稚園名	所在地・電話番号	説明会日時
津久戸	津久戸町 2-2 ☎ (3266) 0129	9 月 5 日(火)から休演日を除く毎週火曜日午前 10 時～11 時 30 分
市谷	市谷山伏町 1-3 ☎ (3266) 0184	9 月 5 日(火)午後 2 時 30 分～3 時 30 分
早稲田	早稲田南町 25 ☎ (3205) 9086	9 月 14 日(木)午前 10 時～11 時
鶴巻	早稲田鶴巻町 140 ☎ (3205) 9167	9 月 15 日(金)午前 10 時～11 時
牛込仲之	市谷仲之町 4-33 ☎ (3358) 3880	9 月 7 日(木)・29 日(金) 午後 2 時 30 分～3 時 30 分
余丁町	若松町 13-1 ☎ (3205) 9255	9 月 1 日(金)午後 1 時～1 時 45 分
四谷第六	大京町 30 ☎ (3358) 3774	随時個別に対応します。
花園	新宿 1-22-1 ☎ (3353) 8277	9 月 19 日(火)・27 日(木)、10 月 5 日(木)・17 日(火) 午前 11 時～11 時 30 分
大久保	大久保 1-1-21	9 月 12 日(火)午前 10 時～11 時（見学あり）

	☎ (3205) 9425	
戸塚第二	高田馬場 1-25-21 ☎ (3205) 9609	8月31日(木)午前11時30分～12時 9月5日(火)・26日(火)、10月3日(火)午前10時30分～11時
落合第三	西落合 1-12-20 ☎ (3565) 0914	随時個別に対応します。
落合第四	下落合 2-9-34 ☎ (3565) 0939	11月1日(水)午前10時～10時30分 (見学会は10月25日(水)午前10時30分～11時に実施)
淀橋第四	北新宿 3-17-1 ☎ (3277) 2165	9月13日(水)・21日(木)午前10時～11時
西戸山	百人町 4-7-1 ☎ (3362) 0400	9月22日(金)午前10時～11時

(1 1) 「特別区民税・都民税の支払いは納期限までに」

●普通徴収の第2期分納期限は8月31日(木)

【納付窓口】銀行等金融機関・郵便局・税務課・特別出張所・コンビニエンスストア

※納期限を過ぎると、延滞金が加算される場合があります。

※電子マネー等での納付については、新宿区ホームページでご案内しています。

●便利な口座振替のご利用を

口座振替を希望する方は、税務課収納管理係へご連絡ください。口座振替依頼書をご自宅へ郵送します。

【問合せ】税務課収納管理係（本庁舎6階）☎ (5273) 4139

●納税でお困りの方はご相談を

所得の著しい減少等で納付が困難と認められるときは、申請により納める時期を遅らせたり、納める税額を分割で納付できる場合があります。納税でお困りの方はそのままにせず、ご相談ください。

【問合せ】税務課納税係（本庁舎6階）☎ (5273) 4534

(1 2) 「新しい高齢受給者証を世帯主あてに7月18日に発送します」

●国民健康保険に加入している70歳以上の方へ

8月10日(火)までに届かない場合は、ご連絡ください。

【対象】昭和23年8月2日～昭和28年8月1日生まれの方

※8月1日(火)からは、新しい高齢受給者証(有効期限は令和6年7月31日)をお使いください(75歳からは後期高齢者医療制度の対象になるため、令和6年7月31日までに満75歳になる方の有効期限は「誕生日の前日」です)。詳しくは、お問い合わせください。

※医療費の自己負担額(一部負担金)の割合等詳しくは、同封の案内をご覧ください。

【問合せ】医療保険年金課国保資格係(本庁舎4階)☎(5273)4146

(1 3) 「子ども未来基金助成事業を募集」

申請方法や助成要件等詳しくは、子ども家庭課等で配布している事業案内をご覧ください。

●子どもの育ちを支援する活動への助成(二次募集)

【対象】下記の全てを満たす団体、▶区内で活動している、▶活動する会員数が5人以上、▶助成を受けようとする活動の実績がある、▶継続的に活動する意思がある

【助成額】▶活動費助成…50万円を限度（年間の平均利用人数や活動回数などに応じた加算あり）、▶会場費助成…月3万円

【申請期限】12月28日(木)（今年度の助成予算額に達した場合は終了）

●コンサルティングを活用した支援

区内で子どもの育ちを支援する活動を新たに始めたい団体等を対象に、コンサルティングを受ける機会を区が提供します。

【申請期限】12月28日(木)

【問合せ】子ども家庭課企画係（本庁舎2階）☎（5273）4261

(14)「エコギャラリー新宿の展示」

展示時間はお問い合わせください。

【日時・内容】8月9日(水)～20日(日)…環境企画展、▶8月24日(木)～27日(日)…法政大学書道會、▶8月29日(火)～9月4日(月)…NPO法人新宿を描く区民の会（絵画）

【問合せ】エコギャラリー新宿（西新宿2-11-4）☎（3348）6277

(15)「ビジネスマナーセミナー&キャリア相談会」

【日時】8月30日(水)▶①ビジネスマナーセミナー…午後1時～3時、▶②キャリア相談会…午後3時～4時

【会場】中央図書館（大久保3-1-1）

【対象】働くことに悩みを抱える義務教育終了後～49歳の方と保護者、▶①30名、▶②4名（1人に付き30分程度）

【共催】勤労者・仕事支援センター

【申込み】8月7日(月)～29日(火)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。

【問合せ】しんじゅく若者サポートステーション（西早稲田2-4-7、東京 DEW2階）☎（6380）2288（祝日を除く月～金曜日午前10時～午後6時、第1・3土曜日午後1時～5時）

(16)「リサイクル講座」

●内藤とうがらしを使ってリース作り

【日時】9月9日(土)午後1時30分～3時30分

【対象】区内在住・在勤の方、10名

【持ち物】作品を持ち帰る袋

【申込み】往復はがきに6面記入例のとおり記入し、8月29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）

(17)「緑の募金ご協力ありがとうございました」

区内の募金総額は、12万4,687円でした。この募金は、東京緑化推進委員会で一括集計後、地域の緑化推進・普及啓発などの事業に役立てます。

【問合せ】みどり公園課みどりの係（本庁舎7階）☎（5273）3924

(18)「児童虐待防止に関する研修会」

【日時】8月31日(木)午前10時～12時

【会場】四谷区民ホール(内藤町87)

【内容】講演「ヤングケアラーの現状と必要な支援・動き出した支援策」

【講師】新宿花子(新宿ケアラー連盟代表理事)

【申込み】8月10日(木)～25日(金)に電話かファックス(6面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着200名。

【問合せ】子ども家庭支援課総合相談第一係 ☎(3232)0674・☎(3232)0666

(19)「朗読で聴く怪談」

●第12回「小泉八雲の世界」

「青柳ものがたり」「雪女」をプロの俳優の朗読と音楽家の生演奏でお届けします。

【日時】8月27日(日)午後2時から(午後1時30分開場)

【対象】小学生以上、先着120名(小学1～3年生は保護者同伴)

【講師】新宿太郎、新宿花子

【演奏】新宿次郎(尺八)

【申込み】8月7日(月)午前9時から電話または直接、問合せ先へ。先着順。

【会場・問合せ】若松地域センター(若松町12-6) ☎(3209)6030

(20)「怪談話」

あるていすと(戸山朗読会)による朗読会です。

【日時】8月27日(日)午後2時～4時30分

【対象】区内在住・在勤・在学の方、60名

【演目】「布団部屋」(宮部みゆき)、「匂いの収集」(小川洋子)、「ナマハゲと私」(辻村深月)

【申込み】当日直接、会場へ。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

(21)「DV防止啓発講座」

●DVからの回復～DV被害者と地域とのつながり

YouTubeで動画(90分程度)を配信します。申込者へ後日、動画サイトのURLを送付します。

【配信期間】9月8日(金)～21日(木)

【講師】新宿花子(NPO法人新宿・ネットワーク理事)

【申込み】8月7日(月)～9月19日(火)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

(22)「ワーク・ライフ・バランス・セミナー」

●労働関係法令のトレンドと企業に求められる対策

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をお送りします。

【配信期間】9月8日(金)～21日(木)

【対象】区内の企業経営者・管理職・従業員ほか

【内容】労働関係法令のチェックポイントと就業規則、労使協定ほか

【講師】新宿太郎（新宿経営労務研究所所長）

【申込み】8月7日(月)～9月19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、ウイズ新宿）・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

### (23)「新宿NPO活動基礎講座」

●ファンドレイジング講座～成功させるための秘訣を学ぶ！

【日時】8月24日(木)午後6時45分～8時45分

【対象】社会貢献をしている方・始めたい方ほか、60名（会場20名、オンライン40名）

【内容】ファンドレイジングの説明、活動資金の調達方法

【講師】新宿花子（NPO法人新宿事務局次長）

【費用】1,000円（資料代等）

【申込み】8月7日(月)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。問合せ先ホームページ（<https://snponet.net/>）からも申し込めます。

【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

### (24)「硬式テニス教室」

【日時】9月5日～26日の火・金曜日午後7時30分～9時30分、全6回

【会場】大久保スポーツプラザ（大久保3-7-42）

【対象】区内在住・在勤の18歳以上の初心者～初級程度の方、35名

【費用】5,000円（保険料等）

【申込み】往復はがきに6面記入例のほか年齢を記入し、8月23日（必着）までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

【主催・問合せ】区硬式庭球連盟・新宿太郎（〒161-0044 歌舞伎町1-4-1） ☎(5273)4064

### (25)「四谷ひろばスマホ・パソコン教室」

①シニアのためのスマホ講座

【日時】9月12日(火)・26日(火)午後1時～3時、全2回

②Windows入門

【日時】9月4日(月)・18日(月)午後3時30分～5時30分、全2回

③エクセル入門

【日時】9月6日～27日の水曜日午後1時～3時、全4回

④ワード入門

【日時】9月1日～22日の金曜日午前10時～12時、全4回

……………<①～④共通>……………

【会場】四谷ひろば（四谷4-20）

【費用】①②は各3,000円、③④は各6,000円（いずれも教材費等）

【申込み】往復はがきに6面記入例のとおり記入し、9月7日(木)～20日(水)に四谷ひろば「パソコン教室」係（〒160-0004 四谷4-20）へ。申込者が2名以下の場合は中止します。

【問合せ】四谷ひろば運営協議会・新宿太郎 ☎080(3219)0087

(26)「神経難病講演会」

【日時】9月5日(火)午後2時～4時

【対象】多発性硬化症、視神経脊髄炎スペクトラム障害など神経難病と診断されている方、家族ほか、30名

【講師】新宿花子（新宿大学医学部神経内科教授）

【申込み】8月7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

(27)「乳がん体験者の会『るびなす』」

乳がん体験者が互いに体験や療養について情報共有し、気持ちを分かち合うための会を定期的に開催しています。

【日時】9月12日(火)午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤・在学で乳がんを体験された方

【内容】大人のぬり絵、交流会

【申込み】8月7日(月)～9月11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

(28)「100年長生き食」

食生活の改善・食事のバランスを確認したい方向けの講話です。試食もあります。

【日時・内容】9月13日(水)午後1時30分～3時30分

【対象】区内在住の方、30名

【講師】新宿花子（管理栄養士）

【申込み】8月7日(月)～9月11日(月)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。

【問合せ】四谷保健センター（四谷三栄町10-16）☎(3351)5161

(29)「精神保健公演会」

●統合失調症の知識と向き合い方

YouTubeで動画配信します。申込者へ後日、動画サイトのURLを送付します。

【配信期間】9月19日(火)～10月22日(日)

【対象】区内在住・在勤・在学の方

【講師】新宿太郎（新宿病院精神科医師）

【申込み】9月19日(火)（講師への質問がある方は8月24日(木)）までに新宿区ホームページから申し込めます。

【問合せ】保健予防課保健相談係（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3862

(30)「西早稲田地域交流館の催し」

●困難を抱えたすべての人へ

小学6年生で失明した講師から、困難とうまく向き合っていく方法や、人生を楽しむ秘訣等を学びます。

【日時】8月23日(水)午後2時～3時

【対象】区内在住の方、50名

【講師】新宿花子(新宿法律事務所代表)

【申込み】当日直接、問合せ先へ。先着順。

【会場・問合せ】同館(西早稲田1-22-2) ☎(5286)8311

(31)「障害者福祉センターの講座」

●羊毛フェルト講座

フェルトでトムテ(北欧の妖精)を作ります。

【日時・定員】9月12日・26日、10月3日・10日・24日の火曜日午前10時～12時、全5回(6名)

【費用】1回100円(減免制度あり。別途材料費1,000円)

【申込み】8月19日(土)までに電話かファックス(6面記入例のほか障害名・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。定員に余裕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)・☎(3232)3344

(32)「親子の絆づくり『赤ちゃんが来た!』」

初めて赤ちゃんを育てているお母さんと赤ちゃんと一緒に参加し、参加者同士での話し合いを通じて、育児の知識や親の役割などを学ぶ連続講座です。

【日時】9月7日(木)・14日(木)・21日(木)・28日(木)午前10時～12時、全4回

【対象】初めての育児で2～5か月のお子さんを育てている母親とお子さん、10組

【費用】1,100円(テキスト代)

【申込み】8月7日(月)から電話やファックス(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】信濃町子ども家庭支援センター(信濃町20) ☎(3357)6851・☎(3357)6852

(33)「リサイクル清掃審議会」

【日時】8月24日(木)午前10時～12時

【内容】リサイクル清掃事業の報告ほか

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第2委員会室へ。

【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

(34)「住宅まちづくり審議会」

住宅まちづくり審議会

【日時】8月29日(火)午後3時から

【内容】マンション管理適正化推進計画ほか

【会場】本庁舎6階第2委員会室

【申込み】傍聴を希望する方は前日までに電話かファックス（6面記入例のとおり記入）で問合せ先へ。

【問合せ】住宅課居住支援係（本庁舎7階）☎（5273）3567

### （35）「電気火災が増えています」

区内での電気火災が昨年の同時期と比較して増加傾向にあり、火災原因の約4割を占めています。電気火災の主な原因は、電気製品を使用する際の不適切な維持管理や取り扱い上の不注意などがあげられます。東京消防庁では、これらの電気に関連する火災原因を調査し、火災予防対策に反映しています。

#### ●小さな焦げ跡も火災の一つです

焦げ跡は小さくても、大きな火災につながっていた可能性があります。こげ跡を発見した場合は、1119番通報をお願いします。通報に迷った場合は、東京消防庁ホームページ（<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>）または東京消防庁公式アプリ内の「東京消防庁版電気製品火災相談ガイド」をご覧ください。お住まいの管轄消防署でもご相談を受け付けています。

【問合せ】▶四谷消防署☎（3357）0119、▶牛込消防署☎（3267）0119、▶新宿消防署☎（3371）0119

### （36）「新型コロナ感染拡大に伴う水道・下水道料金の支払い猶予」

#### ●受付期間を9月30日まで延長

【対象】新型コロナの影響で収入が減少しているなど一時的に水道・下水道料金の支払いが困難になった方

※既に支払猶予を申し出た方も対象料金を完済した場合は、再度申し出できます。

【猶予期間】申し出た日から最長1年間

【問合せ】水道局お客様センター☎（5326）1101

### （37）「林芙美子記念館の臨時休館」

屋根瓦・トイレ棟の改修工事のため、臨時休館します。

【休館期間】12月12日（火）～2月13日（火）

【問合せ】▶工事…文化観光課文化資源係（第1分庁舎6階）☎（5273）4126、▶その他…新宿歴史博物館☎（3359）2131

### （38）「指定管理者を募集」

【施設名・指定管理者】▶①高田馬場シニア活動館…新宿生活協同組合・新宿高齢協、▶②戸山シニア活動館…社会福祉法人新宿会、▶③早稲田南町地域交流館…新宿生活協同組合・新宿高齢協、▶④西早稲田地域交流館…(株)新宿・インターナショナル、▶⑤下落合地域交流館…区社会福祉事業団、▶⑥中町地域交流館…新宿堂(株)、▶⑦北山伏地域交流館…(株)新宿デイケアセンター、▶⑧北山伏児童館…新宿キッズ(株)、▶⑨中町児童館…新宿会、▶⑩早稲田南町児童館…新宿会

【指定期間】11月1日～令和10年3月31日



【問合せ】▶①～⑦地域包括ケア推進課高齢いきがい係（本庁舎2階）☎（5273）4567、  
▶⑧⑨⑩子ども家庭支援課児童館運営係☎（5273）4544

（39）「榎町地域センター事務補助員募集」

【対象】パソコン（ワード・エクセル）ができる方、若干名

【勤務期間】10月1日(日)～3月31日(日)

【勤務日時】週3日程度（土・日曜日、祝日含む）午前9時～午後10時のうち4時間

【報酬等（時給）】1,202円（午後5時～10時は1,252円）。交通費支給（上限あり）

【選考】面接（8月23日(水)）

【申込み】8月17日(木)までに所定の申込書と履歴書（写真を貼る）を郵送（必着）または直接、問合せ先へ。申込書は同センターで配布しています。

【問合せ】同センター（早稲田町85）☎（3202）8585

（40）「区民のひろば」

◆書道教室 毎月第1・第3・第4木曜日午前10時～12時、百人町地域交流館で。月3,000円。新宿書の友会☎（5273）4064

◆鎌倉彫 毎月第2・第4土曜日午前9時30分～11時30分、戸塚地域センターで。18歳以上対象。入会金2,000円・月3,000円（ほかに年会費等5,000円）。新宿会☎（5273）4064

◆水彩画 毎月第3水曜日午前10時～12時、住吉生涯学習館で。講師の指導あり。月3,000円。新宿水彩クラブ☎（5273）4064

#### 4. 8面 自由課題