



図書館／博物館／文化センター

活用できる情報ツール

新宿区立図書館

問 中央図書館 TEL 3364-1421 FAX 3208-2303

HPで利用照会や予約照会などが利用できます。




























Re:Shinjuku

問 文化観光課 TEL 5273-4069 FAX 3209-1500

新宿のエンターテインメントを支援する動画サイト。区内の文化芸術施設の動画作品を配信しています。



名称	説明	問い合わせ
区立図書館 	 P135	
新宿歴史博物館 	 P136	
林芙美子記念館 	 P136	
漱石山房記念館 	 P136	
佐伯祐三アトリエ記念館 	 P137	
中村彝(つね)アトリエ記念館 	 P137	
区民ギャラリー 	新宿中央公園内にあり、1階が区民ギャラリー、2階が環境学習情報センターになっています。絵画・写真・書道等の展示会に利用できます(有料)。 開館時間 午前10時～午後6時 休館日 第4月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月29日～1月3日)	エコギャラリー新宿 (西新宿2-11-4 新宿中央公園内) 地図  P65 TEL 3348-6277 FAX 3344-4434 〔併設施設:新宿区立環境学習情報センター〕
ギャラリー「みるっく」 	区内在住の方と、8割以上が区内在住・在勤の方で構成された5名以上の団体が絵画・写真等を無料で展示できます。年数回出展者・団体を募集します。	生涯学習スポーツ課 生涯学習スポーツ係 TEL 5273-4358
新宿ミニ博物館 	 P137	
新宿コスミックセンター プラネタリウム 	原則として月2回程度、加えて小・中学校の夏季休業中などに、季節ごとのプログラムを公開しています。公開日時・内容は、「広報新宿」、財団広報紙「Oh!レガス新宿ニュース」、財団ホームページなどでお知らせしています。「星空コンサート」等の特別企画も実施しています。	新宿未来創造財団 「レガス新宿」 (大久保3-1-2) 地図  P63 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833
神田川ふれあい コーナー 	神田川の歴史や生き物について学習できる展示コーナーがあります。1階に設置している水槽では、神田川の魚類を観察することができます。併設の研修室では、神田川に関する講座を希望する団体を対象に開催しています。ご希望の場合は事前にお問い合わせください。 場所 戸塚地域センター3階	みどり公園課みどりの係 (戸塚地域センター3階) 地図  P63 TEL 5273-3924 FAX 3209-5595
神田川親水テラス 	毎年夏の時期は、テラスを開放し、直接神田川に入ることができます。詳細は、「広報新宿」でご確認ください。 日程 7月中旬から8月中旬まで 場所 戸塚特別出張所前	みどり公園課みどりの係 (戸塚特別出張所前) 地図  P63 TEL 5273-3924 FAX 3209-5595
新宿文化センター 	 P137	




活用できる情報ツール

新宿文化観光資源案内サイト 「温故知しん！じゅく散歩」

問 文化観光課文化資源係 TEL 5273-4126
FAX 3209-1500

区内の多彩な文化財や見どころをデータベース化するとともに、写真や地図上の位置情報を表示し、新宿の歴史・文化やまちの魅力を紹介するサイトです。



一般社団法人新宿観光振興協会

問 TEL 3344-3160 FAX 3344-3190

新宿観光振興協会では、ホームページやSNSなどにより、新宿の観光情報を発信しています。



WEBサイト



X(旧Twitter)




フェイスブック



Instagram



YouTube

<p>新宿観光案内所</p> 	<p>観光スポットやイベントなど各種観光情報を提供しています。</p> <p>営業時間 午前10時～午後7時</p> <p>定休日 なし(12月29日～1月3日は除く)</p> <p>※新宿観光案内所の施設については一般社団法人新宿観光振興協会 (TEL 3344-3160) へお問い合わせください。</p>	<p>新宿3-37-2 → P56</p>
<p>新宿観光情報発信協力拠点</p>	<p>鉄道の駅・宿泊施設・文化施設などに設置し、観光マップの配布等を行っています。</p>	<p>一般社団法人 新宿観光振興協会 TEL 3344-3160 FAX 3344-3190</p>
<p>新宿まち歩きガイド</p>	<p>地域の魅力的な観光資源を案内してくれる、区内のガイド団体をご紹介します。</p>	<p>一般社団法人 新宿観光振興協会 TEL 3344-3160 FAX 3344-3190</p>

生涯学習

<p>家庭教育講座</p> 	<p>幼稚園、子ども園、小・中学校・特別支援学校の各PTA等が保護者等を対象に講演会等を開催し、家庭教育を学びます。</p>	<p>教育支援課地域連携・家庭教育推進係 TEL 3232-1078 FAX 3232-1079</p>
<p>新宿区職員の地域派遣事業(ふれあいトーク宅配便)</p> 	<p>区職員が区民の皆さんのもとへ出向き、行政の取り組みや職員の専門知識を生かした話などを届けます。申し込みができる団体は、原則として半数以上が区内に在住・在勤・在学する10名以上の方で構成された団体やグループです。生涯学習スポーツ課や特別出張所の窓口においてある講座メニュー一覧表の中から選んでお申し込みください。</p>	<p>生涯学習スポーツ課 生涯学習スポーツ係 TEL 5273-4358 FAX 5273-3590</p>
<p>スポーツ教室・イベント</p> 	<p>それぞれの施設でスポーツ全般に関する教室やイベントの企画・運営を行っています。</p> <p>詳細は各施設にお問い合わせください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●新宿スポーツセンター TEL 3232-0171 FAX 3232-0173 ●新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833 ●四谷スポーツスクエア TEL 6273-2651 FAX 6273-2656 	<p>生涯学習スポーツ課 生涯学習スポーツ係 TEL 5273-4358 FAX 5273-3590</p>   <p>新宿スポーツセンター 四谷スポーツスクエア</p>
<p>新宿未来創造財団「レガス新宿」</p> 	<p>生涯学習の機会を提供し、区民の皆さんの自発的な参加と相互交流を深め、地域の活性化を支援することを目的として、歴史・文化・芸術・学習・スポーツ・子ども・多文化共生・地域など、幅広い内容の事業を総合的に行っています。生涯学習館、生涯学習・各種講座に関する相談については文化振興・学習課の窓口で受付しています。</p>	<p>(大久保3-1-2) 地図 → P63 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833</p>



地域スポーツ・文化事業	各地区の地域スポーツ・文化協議会が、地域の誰もがスポーツ・文化活動に親しめるよう、学校を中心に、主に土・日曜日に事業を開催しています。	新宿未来創造財団 「レガス新宿」 TEL 3232-5121 FAX 3209-1833
生涯学習相談・各種講座	何か学びたい、サークルに参加したい、学習団体の運営について知りたいなど、生涯学習全般についてさまざまな相談に応じています。	新宿未来創造財団 「レガス新宿」 (文化振興・学習課) TEL 3350-1141 FAX 3350-4839

生涯学習館 → P138



スポーツ／余暇

屋内スポーツ施設 → P139

都 新宿山吹高等学校プール／体育施設等開放 → P139

学校施設等 → P139



屋外スポーツ施設 → P140

スポーツ推進委員
「スポーツ基本法」に基づき、スポーツに対する理解と豊富な経験をお持ちの方をスポーツ推進委員として委嘱しています。スポーツを通じて、各地域の総合力を結集した地域コミュニティの醸成に取り組んでいます。



生涯学習スポーツ課
生涯学習スポーツ係
TEL 5273-4358
FAX 5273-3590

集会施設(地域センター) → P141

区民ホール → P141

宿泊施設 → P141

多文化共生

しんじゅく多文化共生プラザ



国際交流の拠点です。日本語教室の開催や多言語での情報提供をしています。

交流スペース	●資料・情報コーナー ●日本語学習コーナー(日本語リソースコーナー) ●外国人相談コーナー → P49
多目的スペース	多文化共生に関わる活動に利用できます
休館日	毎月第2・第4水曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
利用時間	午前9時～午後9時

(歌舞伎町2-44-1
ハイジア11階)
地図 → P56・63
TEL 5291-5171
FAX 5291-5172

日本語教室



外国人のための初級の日本語教室を地域展開しています。このほか、外国語を母語とする子どもたちの子ども日本語クラスや高校進学ガイダンス等を行っています。会場や参加費については、お問い合わせください。



新宿未来創造財団
「レガス新宿」
(大久保3-1-2)
TEL 3232-5121
FAX 3209-1833

外国人の方への情報提供 → P142



図書館／博物館／文化センター

区立図書館

区立図書館は11館1分室あり、100万冊を超える図書のほか、6万点を超える視聴覚資料(CD・ビデオ・DVDほか)等を所蔵しています。11館は図書館情報システムでオンライン化され、どの図書館でも資料を貸出・返却できます。

名称	所在地	問い合わせ	開館時間	休館日
中央図書館	大久保3-1-1 地図 → P63	TEL 3364-1421 FAX 3208-2303	午前9時～午後9時45分 (日曜日・祝休日は午後6時まで) ※検索結果で「中央図書館別館閉架書庫」と表示された資料の請求は、火曜日～土曜日の午後9時までに、日曜日・祝休日は午後5時までに申し込み下さい。	月曜日 館内整理日(第3木曜日)
こども図書館			午前9時～午後6時	
鶴巻図書館	早稲田鶴巻町521 地図 → P62	TEL 3208-2431 FAX 3208-4087	午前9時～午後7時(土曜日・日曜日・祝休日は午後6時まで) (児童室の開館時間は毎日午後6時まで)	火曜日 館内整理日(第3木曜日)
西落合図書館	西落合4-13-17 地図 → P64	TEL 3954-4373 FAX 5982-5086	午前9時～午後7時(土曜日・日曜日・祝休日は午後6時まで)	月曜日 館内整理日(第3木曜日)
戸山図書館	戸山2-11-101 地図 → P61	TEL 3207-1191 FAX 3207-1192	(戸山図書館の児童室の開館時間は毎日午後6時まで)	
北新宿図書館	北新宿3-20-2 地図 → P65	TEL 3365-4755 FAX 3365-6770	午前9時～午後7時(土曜日・日曜日・祝休日は午後6時まで)	火曜日 館内整理日(第3木曜日)
中町図書館	中町25 地図 → P62	TEL 3267-3121 FAX 3269-7329	午前9時～午後7時 (土曜日・日曜日・祝休日は午後6時まで)	月曜日 館内整理日(第3木曜日)
四谷図書館	内藤町87 地図 → P61	TEL 3341-0095 FAX 3341-0328		火曜日 5・8・11・2月の第3日曜日 館内整理日 (第2木曜日)
大久保図書館	大久保2-12-7 地図 → P63	TEL 3209-3812 FAX 3209-3905		
角筈図書館	西新宿4-33-7 地図 → P65	TEL 5371-0010 FAX 5371-0029	午前9時～午後9時45分 (日曜日・祝休日は午後6時まで)	月曜日 5・8・11・2月の第4日曜日 館内整理日(第2木曜日)
下落合図書館	下落合1-9-8 地図 → P64	TEL 3368-6100 FAX 6908-5165		火曜日 館内整理日(第2木曜日)
中央図書館 区役所内分室(※1) (区政情報センター内)	歌舞伎町1-4-1 地図 → P56 (区役所本庁舎1階)	TEL 3209-1111	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	土・日曜日、祝休日

※1 区役所内分室は、区立図書館とは異なり、分室内の行政資料のみの閲覧・貸出業務を行っています。



※2 上記の他に、年末年始、特別図書整理期間(年間7日以内)が休館日となります。

毎週の休館日・館内整理日が休祝日と重なる場合は開館し、原則として翌日が休館日です。月曜日が祝休日と重なる場合は、原則として月曜日が休館日の館は火曜日が休館、火曜日が休館日の館は水曜日が休館となります。特別図書整理期間・5月の連休及び年末年始の休館日など、詳しくはご利用になりたい館のカレンダーをご覧ください。

利用案内

貸出	事前登録が必要です。都内在住の方は、住所が確認できるもの(運転免許証・健康保険証など)、都外在住の方で区内在勤・在学の方は、勤務先や学校の住所が確認できるものもお持ちください。本・雑誌等(10冊)・CD等(5点)・DVD等(2点)を2週間貸し出します。
返却	どの区立図書館でも受け付けます(区役所内分室では、区役所内分室から貸し出した行政資料のみ返却可)。閉館時はブックポストをご利用ください。CD・DVD・ビデオなど破損のおそれがあるものは、必ず図書館のカウンターで返却してください。
予約	図書館のカウンター、電話、OPAC(利用者用検索機)のほか、図書館のホームページから資料を予約できます。
障害者サービス	対面朗読・声の図書館・録音図書・大型活字本など、視覚障害等のある方へのサービスです。
家庭配本サービス	身体に障害があるなど図書館の利用が困難な区民の方に、希望の本を自宅配本します。



<ul style="list-style-type: none"> ●所蔵資料検索 ●レファレンス(調査・資料探し)サービス 	<p>①資料をお探しの方のために、資料の有無が確認できる利用者用検索機(OPAC)を備えています。</p> <p>②インターネットでも所蔵資料の情報が検索できます(予約もできます)。</p> <p>③《ご相談コーナー》で職員が調べ物のお手伝いをします。お気軽にご相談ください。</p> <p>④電話でのお問い合わせにもお応えしています。</p>	 PC版	 スマホ版
利用者用パソコン	<p>調査研究に必要なホームページや商用データベースの閲覧ができます(1回30分まで)。利用者カード(または住所・氏名を確認できる証明書等)と申込書をカウンターへお持ちください。</p> <p>※音楽CDやDVDの鑑賞はできません。</p>		
男女共同参画推進センター・新宿歴史博物館のオンライン化	<p>男女共同参画推進センター(ウイズ新宿)もオンライン化され、区立図書館所蔵の図書やCD・DVD・ビデオなどの貸出・返却・予約ができます。</p> <p>新宿歴史博物館閲覧室の所蔵図書の一部も、オンラインで検索できます(新宿歴史博物館では新宿区を中心とした地域資料を所蔵していますが、所蔵図書の貸し出しは行っておらず、所蔵図書の閲覧のみの業務を行っています)。漱石山房記念館の資料もオンライン検索できます。</p>		

➡ 新宿歴史博物館



問 (四谷三栄町12-16) 地図 ➡ P61
TEL 3359-2131 FAX 3359-5036

新宿区を中心とした歴史資料などの収集・保存・調査・研究・公開をすることで、地域の歴史・文化の継承と発展に寄与する施設です。常設展示室と企画展示室があり、その時々によさわしいテーマで「特別展」「協働企画展」「所蔵資料展」を開催します。

利用案内

開館時間	午前9時30分～午後5時30分 (入館は午後5時まで)
休館日	第2・第4月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月29日～1月3日)、燻蒸作業日等、博物館が指定する日
観覧料	<ul style="list-style-type: none"> ●一般300円 ●小・中学生100円 ●団体20人以上の場合は半額 ※小・中学生と、20人以上の中学生以下の者を引率する方は、土・日曜日、区立小・中学校の夏季・冬季・春季休業日、祝日、都民の日(10月1日)は無料 ※障害者手帳をお持ちの方は受付にご提示いただくと無料 ※「特別展」「協働企画展」の観覧は別料金
交通機関	JR線、東京メトロ丸ノ内線・南北線四ツ谷駅徒歩10分、東京メトロ丸ノ内線四谷三丁目駅徒歩8分、都営新宿線曙橋駅徒歩8分
その他	図書閲覧室、講堂の貸切利用

➡ 林芙美子記念館



問 (中井2-20-1) 地図 ➡ P64
TEL 5996-9207 FAX 5982-5789

『放浪記』『浮雲』などで知られる作家・林芙美子(1903年～1951年)が住んでいた家を、当時のままに保存・公開しています。

利用案内

開館時間	午前10時～午後4時30分(入館は午後4時まで)
休館日	月曜日(祝日の場合は翌日) 年末年始(12月29日～1月3日)
入館料	<ul style="list-style-type: none"> 一般150円 小・中学生50円 ※団体20人以上の場合(一般80円 小・中学生30円) ※小・中学生と、20人以上の中学生以下の者を引率する方は、土・日曜日、区立小・中学校の夏季・冬季・春季休業日、祝日、都民の日(10月1日)は無料 ※障害者手帳をお持ちの方は受付にご提示いただくと無料
交通機関	西武新宿線・都営大江戸線中井駅徒歩7分

➡ 漱石山房記念館

問 (早稲田南町7) 地図 ➡ P62
TEL 3205-0209 FAX 3205-0211

夏目漱石が亡くなるまでの9年間を過ごした旧居跡地に開館した、夏目漱石の記念館です。「三四郎」、「こころ」などを執筆した書斎、客間、ベランダ式回廊など「漱石山房」の一部を再現しています。また、通常展のほか、特別展や講座・イベントを開催し、漱石やその文学の世界を紹介します。併せて無料エリアには漱石の著作や関連図書が読める図書室やゆったりと過ごせるブックカフェも設置しています。



利用案内

開館時間	午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで)
休館日	月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月29日～1月3日)、展示入替日、その他設備維持のため等の臨時休館日
観覧料	<ul style="list-style-type: none"> 一般300円、小中学生100円(通常展) ※団体(20人以上)の場合 個人の観覧料の半額 ※特別展等開催時の観覧料は、内容により変わります ※障害者手帳をお持ちの方は受付にご提示いただくと無料
交通機関	東京メトロ東西線早稲田駅1番出口徒歩10分、神楽坂駅2番出口徒歩15分、都営大江戸線牛込柳町駅東口徒歩15分、都営バス(白61)牛込保健センター前徒歩2分



佐伯祐三アトリエ記念館

問 (中落合2-4-21 区立佐伯公園内) 地図 → P64
TEL 5988-0091 FAX 5988-0092

アトリエ内部の公開のほか、洋画家・佐伯祐三(1898年～1928年)の生涯や作品をパネルや映像で紹介いたします。



利用案内	
開館時間	5月～9月…午前10時～午後4時30分 10月～4月…午前10時～午後4時
休館日	月曜日(祝日の場合は翌日) 年末年始(12月29日～1月3日)
入館料	無料
交通機関	西武新宿線 下落合駅徒歩10分

中村彝(つね)アトリエ記念館

問 (下落合3-5-7) 地図 → P64
TEL 5906-5671 FAX 5906-5672

画家・中村彝(1887年～1924年)のアトリエを復元整備し、記念館として公開しているほか、生涯や作品をパネルや映像で紹介いたします。



利用案内	
開館時間	午前10時～午後4時30分(入館は午後4時まで)
休館日	月曜日(祝日の場合は翌日) 年末年始(12月29日～1月3日)
入館料	無料
交通機関	JR山手線 目白駅徒歩10分

新宿三井博物館

問 文化観光課文化資源係 TEL 5273-4126 FAX 3209-1500

区内にある寺社の文化財、伝統工芸やその工房・コレクション等で、文化的な遺産と考えられるものを「新宿三井博物館」として登録し、公開しています。

名称	問い合わせ	所在地・交通機関	開館時間
染の里おちあい	TEL 3368-8133	上落合2-3-6(西武新宿線中井駅・下落合駅、都営大江戸線中井駅徒歩5分、東京メトロ東西線落合駅徒歩10分)	火～日曜日 午前11時～午後5時
須賀神社三十六歌仙絵	TEL 3351-7023	須賀町5(東京メトロ丸ノ内線四谷三丁目駅徒歩7分、JR・東京メトロ南北線四ツ谷駅徒歩12分)	屋外のため日中のみ(神社の祭事がある場合は、見学を制限する場合があります)
つまみかんざし博物館	TEL 3361-3083	高田馬場4-23-28 ヒルズISHIDA401(都営バス・JR・東京メトロ東西線・西武新宿線高田馬場駅徒歩5分)	水・土曜日 午前10時～午後5時
十二社熊野神社の文化財	TEL 3343-5521	西新宿2-11-2(京王バス十二社池の下徒歩2分、都営大江戸線都庁前駅・西新宿五丁目駅徒歩4分)	屋外のため日中のみ
内藤新宿太宗寺の文化財	TEL 3356-7731	新宿2-9-2(東京メトロ丸ノ内線新宿御苑前駅・都営バス新宿二丁目徒歩3分)	屋外のため日中のみ
目白学園遺跡	TEL 5996-3115	中落合4-31-1(西武新宿線・都営大江戸線中井駅徒歩8分)	月～金曜日 午前10時～午後4時(祝日、学園の夏期・冬期休暇期間、入学試験期間、学内行事開催時は休館)
東京染ものがたり博物館	TEL 3987-0701	西早稲田3-6-14(都営バス高田馬場二丁目・西早稲田駅徒歩10分、JR・東京メトロ東西線・西武新宿線高田馬場駅徒歩15分、都電荒川線面影橋停留所徒歩2分)	月～金曜日 (工房体験(有料)は要予約・平日のみ) 午前10時～12時、午後1時～4時
木組み博物館	TEL 3209-0430	西早稲田2-3-26(都営バス西早稲田駅徒歩2分、東京メトロ東西線早稲田駅徒歩4分)	火～木曜日、土曜日(土曜日は月1日のみ・不定期) 午前10時～午後4時

新宿文化センター

問 (新宿6-14-1) 地図 → P63 TEL 3350-1141 FAX 3350-4839



※改修工事のため、令和7年9月末日まで休館予定です。

※再開館時の利用受付開始日については、変更の可能性があります。詳しくはお問い合わせください。

施設	定員	主な用途	受付方法	受付開始日
大ホール	1,802名 ※改修工事に伴い変更予定	オーケストラ・ブラスバンド・合唱・室内楽などの演奏会、オペラ・バレエの公演、講演会、式典、シンポジウム(音楽、演劇などの練習にも利用可能)	<ul style="list-style-type: none"> ●受付開始 ※休館中は、変更となります。 毎月1日(日曜日・祝日・休館日の場合はその翌日)が新しい月の受付開始日となります。 施設ごとの受付開始日は右記のとおりで、当日は受付順位の抽選をします。抽選後は、随時受付します。 ●受付時間 ※休館中は、変更となります。 午前9時～午後8時(休館日を除く) ●優先受付 区内の文化団体等に区民優先受付・利用料の減額制度があります。 ●利用料金 新宿文化センターホームページでご案内しています。または電話(TEL 3350-1141)でお問い合わせください。 	利用したい日の属する月の1年前の月の1日。抽選は午後2時(講演会等での利用の場合は6か月前の1日・午後2時。練習利用の場合は3か月前の1日・午後2時)



施設	定員	主な用途	受付方法	受付開始日
小ホール	210名	ピアノの発表会、合唱・室内楽などの演奏会、講演会、式典(合唱、室内楽などの練習にも利用可能)	<ul style="list-style-type: none"> ●受付開始 ※休館中は、変更となります。 毎月1日(日曜日・祝日・休館日の場合はその翌日)が新しい月の受付開始日となります。 施設ごとの受付開始日は右記のとおりで、当日は受付順位の抽選をします。抽選後は、随時受付します。 ●受付時間 ※休館中は、変更となります。 午前9時～午後8時(休館日を除く) ●優先受付 区内の文化団体等に区民優先受付・利用料の減額制度があります。 ●利用料金 新宿文化センターホームページでご案内しています。または電話(TEL 3350-1141)でお問い合わせください。 	利用したい日の属する月の6か月前の月の1日。抽選は午後2時(練習利用の場合は3か月前の月の1日・午後2時)
展示室(266.5㎡・展示利用は2分割使用可)	—	生け花、絵画、書道などの作品発表(100名程度の会議・音楽練習にも利用可能)		利用したい日の属する月の6か月前の月の1日。抽選は午後2時(会議・練習利用の場合は3か月前の月の1日にシステムによる自動抽選)
リハーサル室(202㎡)	100名	音楽、演劇、バレエなどの練習		利用したい日の属する月の3か月前の月の1日にシステムによる自動抽選 ※自動抽選…受付開始日の前月24日～月末にインターネット、または窓口で事前にお申し込みください(窓口にて事前に団体登録が必要)。
会議室	第1会議室	会議(第1・第2会議室は合唱・室内楽などの練習にも利用可能)		利用したい日の属する月の3か月前の月の1日にシステムによる自動抽選 ※自動抽選…受付開始日の前月24日～月末にインターネット、または窓口で事前にお申し込みください(窓口にて事前に団体登録が必要)。
	第2会議室			
	第3会議室			
	第4会議室			
	第5会議室			
	和会議室			
和会議室	46名(35畳)			

開館時間 午前9時～午後10時

※休館中は、仮事務所(新宿5-18-14 新宿北西ビル2F)に移転しています。対応時間は、平日(年末年始、土日祝日を除く)の午前9時から午後5時までです。

休館日 年末年始(12月29日～1月3日)、原則として毎月第2火曜日
ただし、令和7年9月末日まで改修工事のため長期休館予定です。

生涯学習

生涯学習館

問 新宿未来創造財団「レガス新宿」(文化振興・学習課) TEL 3350-1141 FAX 3350-4839

各種団体の生涯学習活動のための施設です。

施設(各館ごとに異なります)

学習室、レクリエーションホール、視聴覚室、和室等(音響用品、茶道具、花器、ピアノ等貸し出しあり)

開館時間

午前9時～午後10時(受付は午後9時30分まで)

利用方法

各館・新宿文化センター(改修工事のため、令和7年9月末日まで休館予定)・新宿コズミックスポーツセンター・新宿歴史博物館の窓口で登録の上、各窓口またはインターネットで施設の利用予約ができます。

なお、詳しい利用方法については各館にお問い合わせください。

休館日

年末年始、第2月曜日(赤城・住吉町・西戸山生涯学習館)、第4月曜日(戸山(祝日の場合、翌火曜日)・北新宿生涯学習館)

名称	問い合わせ	所在地
赤城生涯学習館	TEL 3269-2400 FAX 3266-1794	赤城元町1-3 地図 → P62
戸山生涯学習館	TEL 3207-1181 FAX 5272-8270	戸山2-11-101 地図 → P61
北新宿生涯学習館	TEL 3365-3541 FAX 3227-0905	北新宿3-20-2 地図 → P65
住吉町生涯学習館	TEL 3351-6566 FAX 3351-6458	住吉町13-3 地図 → P61
西戸山生涯学習館	TEL 3368-3221 FAX 3227-3560	百人町4-7-1 地図 → P63

屋内スポーツ施設

☎ 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 TEL 5273-4358 FAX 5273-3590

○さまざまなスポーツができる施設

※利用方法等は直接各施設へお問い合わせください。

	新宿スポーツセンター (大久保3-5-1) 地図 → P63	新宿コスミックスポーツセンター (大久保3-1-2) 地図 → P63	大久保スポーツプラザ (大久保3-7-42) 地図 → P63	四谷スポーツスクエア (四谷1-6-4) 地図 → P61
問合せ先	新宿スポーツテック& サイエンス共同事業体 TEL 3232-0171 FAX 3232-0173	新宿未来創造財団 「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833	新宿未来創造財団 「レガス新宿」 TEL 5285-1477 FAX 5285-1477	東急スポーツシステム 株式会社 TEL 6273-2651 FAX 6273-2656
施設	大体育室、小体育室、第一武道場、第二武道場、洋弓場、温水プール、幼児体育室、トレーニング室、多目的コート、ジョギングコース、大会議室、小会議室	大体育室、小体育室、多目的室、第一武道場、第二武道場、弓道場、温水プール、幼児用プール、幼児体育室、多目的広場、大会議室、小会議室	テニスコート、多目的ホール、集会室、和室、児童遊戯室	会議室、多目的ホール、音楽室
個人利用	温水プール、トレーニング室等	プールポイントラリー、スポーツフリー指導、卓球台貸し等	和室(要登録)、児童遊戯室	卓球等
教室	自由参加教室、定期教室、通年教室ほか	レガスポ！（託児付きプログラムあり）ほか		通年教室ほか
休館日	第4月曜日 (祝日の場合は翌日) 年末年始 (12月29日～1月3日)	第2月曜日 (祝日の場合は翌日) 年末年始 (12月29日～1月3日)	第3月曜日 (祝日の場合は翌日) 年末年始 (12月29日～1月3日)	第2月曜日 (祝日の場合は翌日) 年末年始 (12月29日～1月3日) コモレ四谷休館日 (7月第3土曜日)
利用時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後10時	午前9時～午後10時	午前9時～午後10時
利用申し込みの受付時間	午前8時45分～午後9時	午前8時45分～午後9時 ※休館日も午前8時45分～午後4時30分に受付窓口を開設(年末年始を除く)	午前8時45分～午後9時	午前8時45分～午後9時
貸切利用	貸切利用する場合は事前に団体登録が必要			

都 新宿山吹高等学校プール／体育施設等開放

☎ 新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833

都立新宿山吹高等学校の体育施設を開放しています。

名称	対象	料金
プール	区内在住・在勤の方。事前に登録が必要	登録料及び傷害保険料
その他の開放施設 大体育室・小体育室・ルーフグラウンド(テニス)	区内在住・在勤の方で構成された10名以上の団体。 事前に登録が必要	有料(光熱水費負担金)

学校施設等

☎ 新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-5121 FAX 3209-1833

施設によって利用できる部屋等が異なります。詳しくは、お問い合わせください。

名称	対象など	料金
学校体育館等の活用 団体開放	●対象…学校施設等活用運営委員会登録団体、インターネットシステム登録団体 ●登録条件…区内在住・在勤の方のみで構成された10名以上の団体(特別教室のみ使用するときは5名以上の団体)	無料
学校体育館等の活用 体育館の夜間個人開放 (牛込第一中・四谷中・新宿中)	●対象…区内在住・在勤の方(個人利用) ●種目(学校や曜日ごとに実施種目が異なります) 卓球、バドミントン、バレーボール、バスケットボール	無料
学校プールの活用	●対象…区内在住・在勤の方(個人利用)及びその同伴の方 ●実施期間…学校の夏季休業期間。開放する学校と期間は、毎年変更あり	無料



○学校校庭(スパイクは使用不可)

区内在住・在勤の方で構成された団体が対象で、申し込み方法は区の屋外スポーツ施設と同じ(無料。照明使用料は有料)。



昼間・校庭スポーツ開放

施設名	所在地	利用できる種目
東戸山小学校	戸山2-34-2 地図 → P61	小学生野球
牛込第三中学校	市谷加賀町1-3-1 地図 → P62	
西早稲田中学校	戸山3-20-2 地図 → P61	
牛込第二中学校	喜久井町20 地図 → P62	小学生ソフト
西新宿小学校	西新宿4-35-5 地図 → P65	小学生サッカー
新宿中学校	新宿6-15-22 地図 → P63	
落合中学校(サッカー)	下落合2-24-6 地図 → P64	
花園小学校	新宿1-22-1 地図 → P61	
四谷小学校	四谷2-6 地図 → P61	
落合中学校(テニス)	下落合2-24-6 地図 → P64	一般テニス
西新宿中学校	西新宿8-2-44 地図 → P65	

夜間・校庭スポーツ開放

施設名	所在地	利用できる種目
牛込第三中学校(夜間)	市谷加賀町1-3-1 地図 → P62	一般野球、女性ソフト、一般サッカー
西早稲田中学校(夜間)	戸山3-20-2 地図 → P61	
四谷中学校(フットサル)(夜間)	四谷1-12 地図 → P61	フットサル
四谷中学校(テニス)(夜間)	四谷1-12 地図 → P61	一般テニス

➡ 屋外スポーツ施設

○野球場・サッカー場・庭球場

問 新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833 事前に団体登録が必要です。

施設名	所在地	利用できる種目
西戸山公園野球場	百人町4-1 地図 → P63	一般野球、女性ソフト、一般サッカーほか ※硬式野球は不可
落合中央公園野球場	上落合1-2 地図 → P64	
甘泉園公園庭球場	西早稲田3-5 地図 → P63	一般テニス
西落合公園庭球場	西落合2-19 地図 → P64	
落合中央公園庭球場	上落合1-2 地図 → P64	
大久保スポーツプラザ庭球場	大久保3-7-42 地図 → P63	

○主に小学生対象の施設・運動広場

※一部、中学生・一般の方が利用できる施設があります。

問 新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833 事前に団体登録が必要です。

施設名	所在地	利用できる種目
西落合公園少年野球場	西落合2-19 地図 → P64	小学生野球、小学生・女性ソフト
北新宿公園多目的広場	北新宿3-20 地図 → P65	小学生野球、小学生・女性ソフト、小学生サッカー
戸山公園(箱根山)多目的運動広場	戸山3-2 地図 → P61	小学生野球、小学生ソフト、小学生サッカー
妙正寺川公園運動広場(サッカー)	中野区松が丘1-33	一般・小学生・中学生サッカー
妙正寺川公園運動広場(野球)	地図 → P64	小学生野球、小学生ソフト
旧淀橋中学校多目的運動広場	北新宿1-21-10 地図 → P65	小学生野球、小学生ソフト、小学生サッカー
新宿ここから広場 多目的運動広場	新宿7-3-29 地図 → P63	小学生野球、小学生ソフト、小学生サッカー、 中学生サッカーほか

○その他の屋外スポーツ施設

施設名	所在地	施設概要	問い合わせ
上智大学真田堀運動場	千代田区紀尾井町7-1	野球場1面(硬式可) サッカー・ラグビー場1面 ※一部照明設備あり	新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833
外濠公園運動施設	市谷本村町 千代田区五番町	競技場(野球場1面(硬式不可)、 サッカーコート1面(40m×60m、 フットサル対応)) 庭球場2面 ※照明設備あり	千代田区地域振興部 生涯学習・スポーツ課 TEL 5211-3627 外濠公園管理事務所 TEL 3341-1731
大日本印刷(株) 狭山総合グラウンドテニスコート	埼玉県狭山市広瀬台2-6-1	庭球場6面 ※照明設備あり	同管理事務所 TEL 04-2954-4714
新宿中央公園フットサル施設	西新宿2-11	フットサル場1面 ※照明設備あり ※事前に団体登録が必要	同公園フットサル施設管理棟 TEL 5321-6237



施設名	所在地	施設概要	問い合わせ
江戸川河川敷グラウンド	埼玉県三郷市市助地先	野球場1面(中学生まで硬式可)、サッカー場1面 ※事前に団体登録が必要	新宿未来創造財団「レガス新宿」 TEL 3232-7701 FAX 3209-1833

→ 集会施設(地域センター)



問 各地域センター

地域の方々のコミュニティ活動の場としてご利用いただけます。多目的ホール・会議室・調理室・談話室などがあります。牛込簞笥・榎町・若松・戸塚・落合第一地域センターでは、葬儀の利用もできます。コミュニティ活動の利用は、事前に団体登録が必要です。

利用時間 午前9時～午後9時45分

利用申込み 登録団体 利用月の2か月前の第1土曜日～利用日

その他の団体 利用月の1か月前の10日～利用日(10日が休館日のときは翌日)



施設名	問い合わせ	所在地	休館日
四谷地域センター	TEL 3351-3314 FAX 3351-3324	内藤町87 地図 → P61	5月・8月・11月・2月の第3日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
牛込簞笥地域センター	TEL 3260-3677 FAX 3260-3324	簞笥町15 地図 → P62	5月・8月・11月・2月の第2日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
榎町地域センター	TEL 3202-8585 FAX 3202-2478	早稲田町85 地図 → P62	5月・8月・11月・2月の第4日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
若松地域センター	TEL 3209-6030 FAX 3209-6031	若松町12-6 地図 → P61	5月・8月・11月・2月の第3日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
大久保地域センター	TEL 3209-3961 FAX 3209-3962	大久保2-12-7 地図 → P63	5月・8月・11月・2月の第3日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
戸塚地域センター	TEL 3209-8001 FAX 3209-8331	高田馬場2-18-1 地図 → P63	5月・8月・11月・2月の第2日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
落合第一地域センター	TEL 3954-1611 FAX 3951-5734	下落合4-6-7 地図 → P64	5月・8月・11月・2月の第3日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
落合第二地域センター	TEL 3951-9941 FAX 3951-9310	中落合4-17-13 地図 → P64	5月・8月・11月・2月の第4日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
柏木地域センター	TEL 3363-7036 FAX 3363-3733	北新宿2-3-7 地図 → P65	5月・8月・11月・2月の第2日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
角筈地域センター	TEL 3377-1373 FAX 3377-1375	西新宿4-33-7 地図 → P65	5月・8月・11月・2月の第4日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)

→ 区民ホール



問 各区民ホール

地域の文化芸術活動の拠点としてコンサート、ピアノ発表会、演劇等にご利用いただける施設です。

施設名	所在地・問い合わせ	施設概要	休館日
四谷区民ホール	内藤町87 地図 → P61 TEL FAX 3351-2118	394席・固定いす (うち車いす用2席)	5月・8月・11月・2月の第3日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
牛込簞笥区民ホール	簞笥町15 地図 → P62 TEL FAX 3260-3421	392席・可動いす	5月・8月・11月・2月の第2日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
角筈区民ホール	西新宿4-33-7 地図 → P65 TEL 3377-1372 FAX 3377-1073	238席・固定いす (うち車いす用2席)	5月・8月・11月・2月の第4日曜日 年末年始(12月29日～1月3日)
利用時間	午前9時～午後9時45分		
申し込み	<ul style="list-style-type: none"> ●区内在住の方 利用日の属する月の6か月前の月の第1水曜日(1月は第2水曜日)～利用日の14日前 ●区内に住所のない方 利用日の属する月の5か月前の月の第1水曜日(1月は第2水曜日)～利用日の14日前 ※運転免許証等住所を確認できるもの(区民の方のみ)をお持ちください。電話での申し込みはできません。		

→ 宿泊施設



問 区民保養施設:生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 TEL 5273-4358 FAX 5273-3590
区外学習施設:教育支援課教育活動支援係 TEL 3232-1058 FAX 3232-1079

○ 予約受付

インターネット受付(右二次元コード)・**電話・窓口受付** 新宿区保養施設受付(本庁舎1階)

●営業時間(12/29～1/3を除く)月～金曜日 午前9時～午後5時 TEL 5273-3881

土・日曜日、祝日 午前10時～午後6時 TEL 5369-3902 ※電話受付のみ



施設名	説明	申込方法
区民保養施設 中強羅区民保養所 「箱根つつじ荘」 	<ul style="list-style-type: none"> ● TEL 0460-82-1144 ● FAX 0460-82-3218 ● 所在地…神奈川県足柄下郡箱根町強羅1320 ● 交通…小田急線箱根湯本駅→箱根登山鉄道強羅駅→ケーブルカー中強羅駅より徒歩7分 	<ul style="list-style-type: none"> ● 施設の規模 30室、最大利用人数140名 ● 施設の特徴 緑に囲まれた景勝地にあり、敷地内の庭園では森林浴が楽しめます。一番の魅力は掛け流しの温泉です。 <p>原則として1か月ごとに区切り、初めに区民だけが参加できる抽選を行います(専用はがきは受付窓口のほか各特別出張所・生涯学習スポーツ課で配布します)。 ※抽選申込期間は、原則として利用希望日の属する月の3か月前の1日～10日です。ただし、年末年始やゴールデンウィークは利用希望日の4か月前になる場合があります。 ※抽選後の空室は電話・インターネット・窓口で申し込みできます。</p>
区民保養施設 区民健康村 「グリーンヒル八ヶ岳」 	<ul style="list-style-type: none"> ● TEL 0551-32-7011 ● FAX 0551-32-7010 ● 所在地…山梨県北杜市長坂町中丸1622 ● 交通…無料送迎バスで、JR中央本線長坂駅より10分・同小淵沢駅より15分、中央高速バス長坂・高根停留所より15分 ※送迎バスは事前に直接現地へ予約が必要 	<ul style="list-style-type: none"> ● 施設の規模 31室、最大利用人数154名 ● 施設の特徴 北に八ヶ岳、南西に南アルプス、南東に富士を望む景勝地に約25万㎡の敷地を有し、テニスコート・屋内プールなどのスポーツ施設、キャンプ場を備えた総合リゾート施設です。 <p>※夏休み・年末年始・ゴールデンウィークは、専用はがきによる抽選 ※通常期間及び抽選後の空室は、利用希望日の2か月前の同日から2日前まで、電話・インターネット・窓口で申し込み受け付け</p>
区外学習施設 女神湖高原学園 「ヴィレッジ女神湖」 	<ul style="list-style-type: none"> ● TEL 0267-55-6100 ● FAX 0267-55-6833 ● 所在地…長野県北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野字赤沼平994 ● 交通…JR佐久平駅より送迎車で45分またはJR中央本線茅野駅→東白樺湖バス停より送迎車で20分 ※送迎車は事前に直接現地へ予約が必要 	<ul style="list-style-type: none"> ● 施設の規模 南(区民)棟4人部屋10室、北(学校)棟6人部屋26室(北(学校)棟は学校が利用していないときに利用できます) ● 施設の特徴 霧ヶ峰や八ヶ岳に近く、高原ハイキングや自然観察など野外活動に格好の環境です。 ※観光付きバスツアーを運行しています。時期など詳しくは、お問い合わせください。

多文化共生

外国人の方への情報提供

問 多文化共生推進課多文化共生推進係 TEL 5273-3504 FAX 3209-7455

外国人向け生活情報ホームページ



日本語

英語

中国語

韓国語

新宿区外国語版SNS

リアルタイムに情報発信できるソーシャル・ネットワークワーキング・サービス「フェイスブック、X(旧ツイッター)、LINE、ウェイボー(微博)」を活用し、主に外国人に対して災害関連情報や行政情報、イベント情報などを多言語で発信しています。

言語 日本語、英語、中国語、韓国語

※右記の二次元コードより外国語版SNSのアカウント情報を確認できます。



外国人住民のための広報紙「しんじゅくニュース」

行政情報や地域情報を多言語で発行しています。

言語 日本語(ルビ付き)、英語、中国語、韓国語

配布場所 区役所本庁舎、しんじゅく多文化共生プラザ、特別出張所、図書館ほか

新宿生活スタートブック・新宿生活スタートガイド(映像)

来日間もない方を対象に、日本の生活ルールや習慣、暮らしに必要な情報を多言語で紹介しています。

言語 英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、ミャンマー語、日本語(ルビ付き)

スタートブックの配布場所 区役所本庁舎、しんじゅく多文化共生プラザ、特別出張所ほか

スタートガイドの公開場所 区役所本庁舎、Webサイト
 ※DVDの貸し出しも行っていきます。

スタートブック



スタートガイド



外国人住民のための生活情報紙

「緊急時や災害に備えて」や「保険・健康管理・福祉」などの生活に役立つ情報を多言語で発行しています。

言語 日本語(ルビ付き)、英語、中国語、韓国語

配布場所 区役所本庁舎、しんじゅく多文化共生プラザ、特別出張所、日本語学校ほか

