

しんじゅくコール

☎ 3209-9999

土・日曜日、夜間もご案内
受付時間:午前8時～午後10時

FAX 3209-9900

※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。

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。

大雨・水害に 備えましょう

大雨による浸水被害等、いざという時に
慌てず行動できるよう、日頃から
備えておくべきことや災害時の情報の
入手方法を紹介します。

③河川の警報サイレンで 洪水の危険を確認



④土のうの配布 設置場所の確認



⑥がけ・擁壁の 点検



②災害情報の入手



⑤雨水ますの清掃



⑦地下室の 浸水対策

- 問合せ
- ▶ ①………危機管理課危機管理係(本庁舎4階) ☎(5273) 4592・FAX(3209) 4069
 - ▶ ②………危機管理課地域防災係(本庁舎4階) ☎(5273) 3874・FAX(3209) 4069
 - ▶ ③④⑤…道路課計画係(本庁舎7階) ☎(5273) 3525・FAX(3209) 5595
 - ▶ ⑥⑦…建築指導課指導係(本庁舎8階) ☎(5273) 3745・FAX(3209) 9227

①②③④⑤は1面で
⑥⑦は2面でご案内しています

①浸水想定区域・避難経路の確認

洪水ハザードマップで、浸水が予想される区域や避難経路などを確認できます。マップは、危機管理課・道路課・環境対策課(本庁舎7階)・建築指導課・特別出張所で配布しているほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。

問合せ 危機管理課危機管理係

HPで詳しく



②災害情報の入手

区立公園等に設置した防災スピーカーから、避難情報などを放送します。放送内容は、専用電話番号☎(3205) 1011でも聞くことができます。

区防災気象情報メールでは、区内の地域に特化した気象情報等をメールで受け取れます。登録を希望する方は、下記電子メールアドレスに空メールをお送りください(右二次元コードからも送信可)。

登録用電子メールアドレス t-shinjuku@sg-p.jp

問合せ 危機管理課地域防災係



スマートフォン用

③河川の警報サイレンで 洪水の危険を確認

区内の河川近辺24か所に、警報サイレンを設置しています。

河川の水位が警戒水位に達すると警報サイレンが鳴り、氾濫の恐れなどをお知らせします。

問合せ 道路課計画係



警報サイレン

④土のうの配布・設置場所の確認

緊急時に利用できる土のうを下記の場所で配布しています。

配布場所・申込み ▶ 明治通りの東側にお住まいの方…東部工事事務所(市谷仲之町2-42) ☎(5361) 2454、▶ 明治通りの西側にお住まいの方…西部工事事務所(下落合1-9-8) ☎(3364) 2422

へ連絡の上、受け取りにおいでください。また、事前連絡不要で土のうをいつでも取り出せる「土のうステーション」を特別出張所等に設置しています。

※管理会社等が建物を管理している場合は、配布できない場合があります。

※配布した土のうは受け取った方が処分してください。

問合せ 道路課計画係

HPで詳しく



⑤雨水ますの清掃

雨水ますのふたにごみや落ち葉が詰まり、雨水が流れにくくなることがあります。区職員による巡回も行いますが、付近の清掃にご協力ください。

問合せ 道路課計画係



清掃前



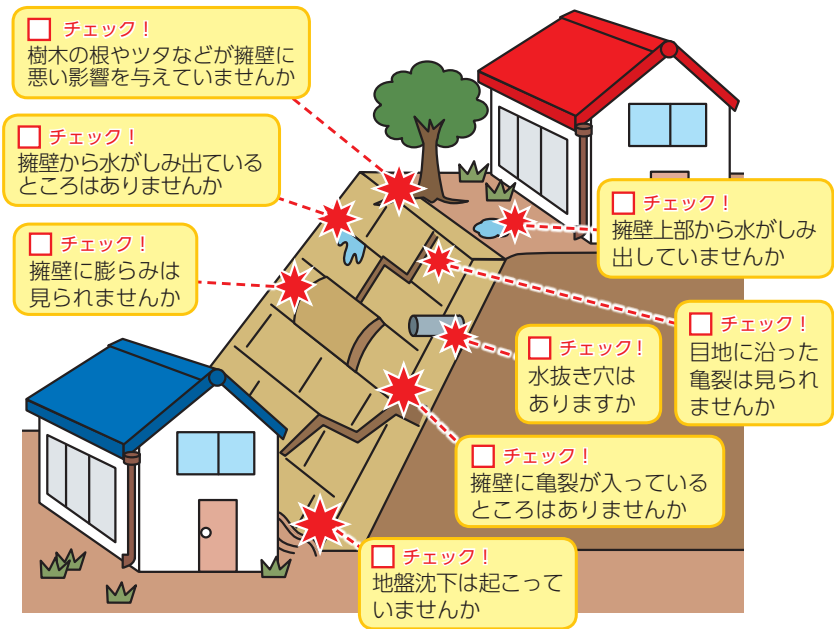
清掃後

⑥がけ・擁壁の点検

台風や集中豪雨等による土砂災害を防ぐため、がけや擁壁を点検しましょう。区では、土砂災害を防止するため、専門家の派遣や安全化対策工事費の助成をしています。詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 建築指導課指導係

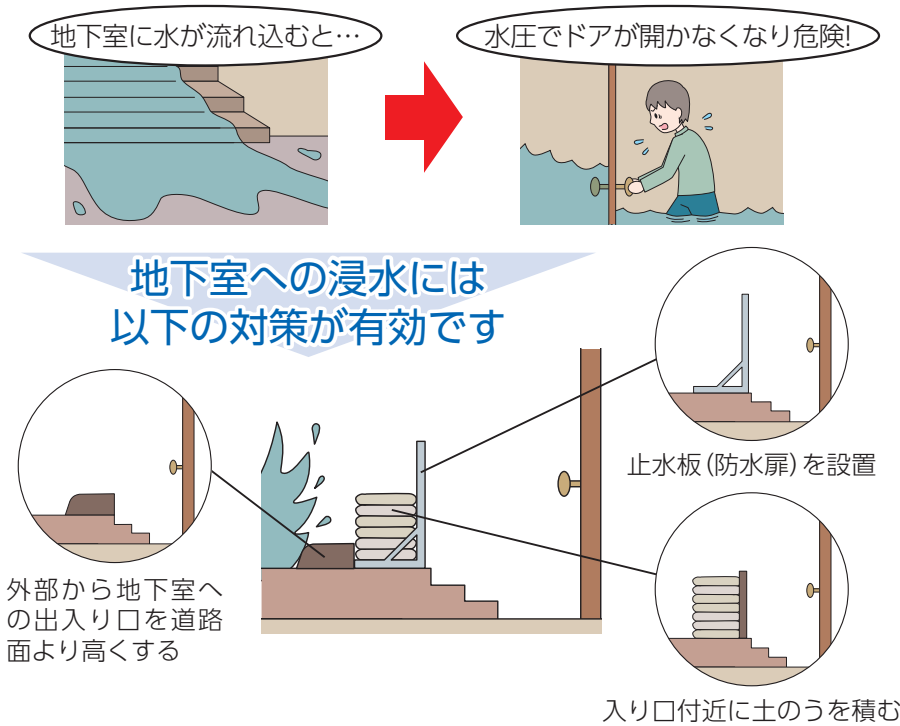
以下の項目の点検を



⑦地下室の浸水対策

浸水した場合、地下室は水圧でドアが開きにくくなります。浸水する可能性がある場合には、地下室から安全な場所へ避難しましょう。浸水被害を軽減するには、止水板の設置や土のうの準備等の対策が有効です。

問合せ 建築指導課指導係



くらし

消防団操法大会

区内の3消防団で、消防団員が日頃の訓練で習得した活動技術を披露します。

日時・会場 ▶①牛込消防団…6月2日(日) 午前10時～午後0時40分、聖徳記念絵画館前(霞ヶ丘町1-1)
▶②新宿消防団…6月9日(日)午前9時～12時、西戸山公園野球場(百人町4-1)
▶③四谷消防団…6月16日(日)午前10時～12時、聖徳記念絵画館前

問合せ ▶①牛込 ☎(3267)0119・▶②新宿 ☎(3371)0119・▶③四谷 ☎(3357)0119の各消防署

区の担当課 危機管理課地域防災係(本庁舎4階) ☎(5273)3874

エコギャラリー新宿 6月の展示

展示時間はお問い合わせください。

日程・内容 ▶6日(木)～9日(日)…山吹絵画クラブ展、▶12日(水)～16日(日)…真美会展(絵画)、▶15日(土)・16日(日)…愛着展(絵画)、▶25日(火)～30日(日)…My mind2024(写真)

会場・問合せ 同館(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

生涯現役セミナー
シニア期に向けた暮らしと働き方

日時 6月19日(水)午後1時～3時45分
会場 牛込竈町地域センター(竈町15)
対象 55歳以上、25名

内容 シニア世代のライフプランニング、再就職の現状と考え方
講師 荒木健一(社会保険労務士)ほか
申込み 5月27日(月)から電話で同セミナー予約専用ダイヤル ☎(5422)1399(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)へ。先着順。同セミナーホームページ(右二次元コード。HP<https://wac-seminar.com>)からも申し込みめます。

問合せ 東京しごとセンターシニアコーナー ☎(5211)2335

求職者向けイベント

①新宿区しごとフェス
②求職者向けセミナー

日時 6月21日(金)▶①午後1時30分～4時30分、▶②午後2時30分～3時30分

会場 BIZ新宿(西新宿6-8-2、区立産業会館)

対象 区内在住・在勤・在学または区内での就職を希望する方、▶①45名、▶②30名

内容 ▶①区内中小企業12社の合同説明会、▶②就職活動で好印象を与える方法

申込み 5月27日(月)から電話で問合せ先へ。先着順。新宿区しごと図鑑ホームページ(右二次元コード。HP<https://shinjuku-4510.jp/>)からも申し込みめます。

問合せ 中小企業へのマッチング支援事業事務局(株)HRP内 ☎(3222)1801

ゴーヤーサロン

日時 6月23日(日)午後1時30分～3時
対象 区内でゴーヤーを育てていただける方、20名
内容 ゴーヤーの育て方の情報交換
申込み 往復はがきか電子メールに2面記入例のとおり記入し、6月11日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は区内在住・在勤の方を優先して抽選。エコギャラリー新宿ホームページ(右二次元コード。HP<https://www.shinjuku-ecocenter.jp/>)からも申し込みめます。

会場・問合せ 環境学習情報センター(〒160-0023西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277・info@shinjuku-ecocenter.jp

リサイクル講座

●古布から夏のブラウス作り

日時 6月27日(木)午前10時～午後4時
対象 区内在住・在勤の方、10名
費用 300円(材料費込み)
持ち物 古布(和服地(幅37～38cm×310cm以上)または洋服地(幅110cm×140cm以上))、裁縫道具、まち針20本以上
共催 新宿環境リサイクル活動の会
申込み 往復はがきに2面記入例のとおり記入し、6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)

「みどりの小道」環境日記 日記帳を配布します

環境について調べ・考え・実践したこと等を記録できる日記帳とガイドブックを、区内在住・在学の小学生を対象に5月28日(火)から環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)で配布します(なくなり次第終了)。

※区立小学校の4～6年生の児童には各学校で配布します。

●「みどりの小道」環境日記コンテスト
同日記帳に5週間以上取り組むと、コンテストに応募できます。
※上位受賞者は12月1日(日)に開催する「新宿こども環境シンポジウム2024」で表彰します。

申込期限 8月31日(土)
問合せ 環境学習情報センター ☎(3348)6277

はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み

※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。

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)

5月の新宿区の人口		1日現在 (増減は前月比)
住民基本台帳人口		351,825人(2,507人増)
世帯数		230,482世帯(2,652世帯増)
	日本人	外国人
人口計	306,030人 (403人増)	45,795人 (2,104人増)
男	152,777人 (189人増)	23,992人 (1,145人増)
女	153,253人 (214人増)	21,803人 (959人増)

国民年金を受給している方へ 令和6年度の国民年金額と 年金生活者支援給付金

詳しくは、日本年金機構ホームページ(右二次元コード。
https://www.nenkin.go.jp/)でご案内しています。



●令和6年度の年金額(年額)

種類・年金額		昭和31年4月1日以前生まれ	昭和31年4月2日以降生まれ
老齢基礎年金 (満額の場合)		81万3,700円	81万6,000円
障害基礎年金	1級	101万7,125円	102万円
	2級	81万3,700円	81万6,000円
遺族基礎年金		81万3,700円	81万6,000円

※障害基礎年金・遺族基礎年金の子の加算額▶第1子・第2子…23万4,800円ずつ加算、▶第3子以降…7万8,300円ずつ加算

問合せ ▶新宿年金事務所(新宿5―9―2) ☎(3354) 5048、▶区医療保険年金課年金係(本庁舎4階) ☎(5273) 4338

●年金生活者支援給付金の電話相談

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給するものです。

受付時間 ▶月～金曜日(祝日等を除く)…午前8時30分～午後5時15分(月曜日は午後7時まで。月曜日が祝日の場合は、翌日以降の営業日初日に午後7時まで受け付け)、▶第2土曜日(祝日含む)…午前9時30分～午後4時

問合せ ねんきんダイヤル☎0570(05) 1165(ナビダイヤル)

※050から始まる電話からは☎(6700) 1165へ。

建築物等は定期的な調査・検査を

利用者の安全を守るため、不特定多数の方が利用する特定建築物・防火設備・建築設備・昇降機等の所有者・管理者は、定期的な調査・検査・報告が義務付けられています。報告対象について詳しくは、新宿区ホームページをご覧ください。

HPで詳しく



報告方法 専門的技術を持つ1級・2級建築士または国土交通大臣が定める調査員等に依頼し、結果を下記提出先に報告してください。

提出先 ◆特定建築物・防火設備…東京都防災・建築まちづくりセンター定期報告担当(〒160-8353西新宿7―7―30、小田急西新宿O-PLACE2階)、▶特定建築物…☎(5989) 1929、▶防火設備…☎(5989) 1937

◆建築設備…日本建築設備・昇降機センター定期報告部(〒105-0003港区西新橋1―15―5、内幸町ケイズビル2階) ☎(3591) 2421

◆昇降機等…東京都昇降機安全協議会(〒151-0053渋谷区代々木1―35―4、代々木クリスタルビル2階) ☎(6304) 2225

※延べ面積が10,000㎡を超える建築物は、区ではなく都への報告義務があります。詳しくは東京都都市整備局建築企画課☎(5388) 3344へ。

問合せ 建築調整課(本庁舎8階) ☎(5273) 4323

快適なマンションライフのために 43

問合せ 住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5273) 3567

宅配ボックスによる置き配をご検討ください

区では、マンション管理計画認定制度の運用開始に伴い、管理計画の認定を取得したマンションを対象に、宅配ボックスを新たに設置する際にかかる費用への助成を4月から開始しました。

HPで詳しく



宅配ボックスを活用した置き配は、不在時であっても予期しない荷物を受け取れるなど便利なほか、宅配業者を装った不審者の侵入を防げるため、防犯上の効果も期待できます。また、トラックドライバーの長時間労働の改善など、社会的課題の解消にもつながるため、宅配ボックスの設置を国も推奨しています。

区が実施しているマンション管理計画認定制度や宅配ボックス設置費用の助成制度について詳しくは、新宿区ホームページをご覧ください。

6月の介護者家族会 認知症介護者家族会

講座
イベント

参加者同士が悩みを語り合い、情報交換する場です。介護で参加が難しい方は、ご相談ください。

※⑩は、管理栄養士による講座「笑顔になる栄養の話」を開催します。

日時・会場等 下表のとおり

対象 高齢のご家族や認知症のご家族を介護している方、介護していた方

申込み ▶①～⑨は当日直接、会場へ(入退場自由)、▶⑩は電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273) 4594・FAX(5272) 0352

■介護者家族会

	グループ名	6月の日時	会場
①	四谷の会	6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)
②	フレンズ	25日(火) 午前10時～12時	デンマークイン新宿 (原町2―43)
③	わきあいあい	12日(水) 午後1時30分～3時30分	若松地域センター (若松町12―6)
④	大久保・あった会	11日(火) 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)
⑤	いっぴくの会	22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)
⑥	かずら会	21日(金) 午後1時～3時	落合第二地域センター (中落合4―17―13)
⑦	ひととき	20日(木) 午後1時30分～3時30分	北新宿特別養護老人ホーム (北新宿3―27―6、かしわ苑)

■認知症介護者家族会

⑧	水曜日の会	19日(水) 午前10時30分～12時	西新宿シニア活動館 (西新宿4―8―35)
⑨	木曜日の会	13日(木) 午後1時30分～3時30分	百人町地域交流館 (百人町2―18―21)
⑩	金曜日の会	14日(金) 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)

広げよう支えあいの輪

高齢者が安心して暮らせる 地域づくりを進めています

地域で高齢者が安心して暮らせるよう、訪問や見守りを行っています。

※①②はどちらか一方をご利用いただけます。

①地域見守り協力員(地域のボランティア)が訪問し生活を見守ります

地域見守り協力員が月2回程度、高齢者のご自宅を訪問します。

対象 75歳以上の一人暮らしの方、または75歳以上のみの世帯の方

※日中に同様の状態になる世帯も対象です。

●地域見守り協力員(地域のボランティア)を募集しています

高齢者のご自宅の見守り活動のほか、定期的に開催する連絡会で、協力員同士の情報交換や研修等も行います。詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 区社会福祉協議会地域活動支援課(新宿ボランティア・市民活動センター) ☎(5273) 9191・FAX(5273) 3082

②生活を見守りながら「ぬくもりだより」をお届けします

高齢者が利用できるサービス等、生活に役立つ情報を掲載している情報紙「ぬくもりだより」を月2回、訪問配布しています。

対象 75歳以上で一人暮らしの方

※特別出張所や高齢者総合相談センター等でも配布しています。

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273) 4594・FAX(5272) 0352

③地域の事業者が高齢者を見守ります

事業者が業務中に気付いた高齢者の異変等を高齢者総合相談センター等へ連絡するなど、関係機関と連携して高齢者を見守っています。

●高齢者を見守る事業者を募集しています

登録事業者の例 ▶新聞販売店、▶理容室、▶美容院、▶牛乳販売店、▶公衆浴場、▶商店会、▶郵便局、▶金融機関、▶宅配業者、▶薬局、▶コンビニエンスストア

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係

ささえーる 中落合の講座

講座

●熱中症対策 正しく夏を乗り切ろう!

酷暑を乗り切るための知識を学びます。

日時 7月3日(水)午前10時～12時

対象 区内在住・在勤の方、20名

講師 岩佐実果(大塚製薬㈱)

申込み 6月1日(土)から電話で問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 同館(中落合1―7―1) ☎(3565)6375(日曜日を除く午前9時～午後6時)

ささえーる 薬王寺の講座

講座

①ささえーる歌声広場

日時・定員 6月25日(火)午前10時～11時30分(14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通した身体機能のトレーニング

講師 佐谷優佳(音楽療法士)

②ストレッチ3B(さんびー)体操

日時・定員 6月28日(金)▶午後1時15分～2時5分・▶午後2時10分～3時(いずれも同じ内容、各回15名)

内容 ボール・ベル・ベルター(3B)の補助具を使い、音楽に合わせてストレッチ

講師 金子和子(日本3B体操協会公認指導者)

③パソコン講座

日時・定員 6月28日(金)午後1時30分～3時(5名)

内容 暑中見舞状作成・インターネットの利用方法

講師 松元美紀恵(NPO法人テラ・ガーデン新宿)

.....<①②③共通>.....

対象 区内在住の方

申込み 6月7日(金)までに電話または直接、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)

令和7年4月1日から

四谷小学校・花園小学校の
通学区域の一部を変更します

四谷地区における区立小学校の教育環境の維持向上を図るため、令和7年4月1日から以下のとおり通学区域を変更します。

通学区域が変更となる学校

▶四谷小学校、▶花園小学校

※四谷小学校の通学区域の一部を花園小学校の通学区域に変更します。

対象区域

▶四谷4丁目(2番地・3番地、8～34番地)

▶富久町(8番・9番)

対象 令和7年4月1日以降に入学(転入学・編入学含む)する児童

●対象地域に居住する児童は希望により
四谷小学校を指定校として選択できます

希望する場合は、指定校変更の申し立てが必要です。8月に次年度新入学生の保護者あてに指定校のお知らせを郵送しますので、同封の指定校変更申立書を提出してください。詳しくは、新宿区ホームページでもご覧いただけます。

通学区域の見直しと合わせた
花園小学校のさらなる教育環境向上に向けた今後の取り組み

●学校のセキュリティ強化
校庭へのフェンスの設置(令和6年度)

●通学路の安全確保
必要に応じた通学路の学童擁護員の増配置

●施設の改修
外壁改修(令和6年度)・校庭改修(令和7年度)

●放課後の子どもの活動場所の確保
校内学童クラブの開設(令和7年度)

問合せ 学校運営課学校運営支援係(第1分庁舎4階) ☎(5273)3106

HPで詳しく

通学区域
の見直し

学区域
一覧表

通学区域の見直しと合わせた
花園小学校のさらなる教育環境向上に向けた今後の取り組み

●学校のセキュリティ強化
校庭へのフェンスの設置(令和6年度)

●通学路の安全確保
必要に応じた通学路の学童擁護員の増配置

●施設の改修
外壁改修(令和6年度)・校庭改修(令和7年度)

●放課後の子どもの活動場所の確保
校内学童クラブの開設(令和7年度)

問合せ 学校運営課学校運営支援係(第1分庁舎4階) ☎(5273)3106

福祉

高田馬場地域交流館の催し

講座

●からだであそぼう

演劇の手法を取り入れたワークショップです。

日時 6月10日(月)午後2時～3時30分

対象 区内在住の60歳以上、30名

講師 水野千夏(俳優)

申込み 6月1日(土)～9日(日)に電話で問合せ先へ。先着順。

会場・問合せ 同館(高田馬場1―4―17) ☎(3200)5816(午前9時～午後6時)

北新宿第二地域交流館の催し

講座

①カラオケ教室

曲を理解し歌唱力アップを目指します。

日時 6月12日(水)午後2時30分～4時30分

講師 藤田友和(ボーカリスト I-RO-HA代表)

②源氏物語を聴く会

源氏物語第六帖「末摘花」(抜粋)を原文のまま朗読し意識を伝えます。

日時 6月30日(日)午後1時30分～2時30分

.....<①②共通>.....

対象 区内在住の60歳以上、▶①は20名、▶②は30名

申込み 5月27日(月)から電話かファックス(2面記入例のとおり記入)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(北新宿3―20―2) ☎(5348)6751・FAX(3369)0081

成年後見入門講座

講座

●成年後見ははじめの一步

成年後見制度の概要を専門家が解説します。

日時 6月29日(土)午後1時30分～3時30分

会場 区社会福祉協議会(高田馬場1―17―20)

対象 区内在住・在勤・在学の方、30名

講師 久保慶介(司法書士)

申込み 6月18日(火)までに電話かファックス・電子メール(2面記入例のほか区内在住・在勤・在学の別、ファックスで申し込みの場合はファックス番号を記入)または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選者にのみ連絡します。同イベント申し

申込みフォーム(右二次元コード)。

HPhttps://forms.gle/GjJNhqo3nvj2om629

からも申し込みめます。

問合せ 区成年後見センター(高田馬場1―17―20) ☎(5273)4522・FAX(5273)3082・Esk@shinjuku-shakyo.jp

QRコード

こども・教育

こども

教科書展示会

令和7年度から区立中学校で使用する教科書を展示します。使用する教科書は、今回展示する中から8月31日(土)までに採択します。

日時・会場 ▶①6月4日(火)～7月5日(金)(6月8日(土)・9日(日)・15日(土)・16日(日)を除く)午前9時～午後5時/区立教育センター(大久保3―1―2)

▶②6月4日(火)～7月5日(金)(土・日曜日を除く)午前9時～午後5時/教育指導課

▶③6月19日(火)～7月5日(金)(6月25日(火)、7月2日(火)を除く)午前9時～午後9時45分(日曜日は午後6時まで)/四谷図書館(内藤町87)

展示する教科書 ▶①中学校で使用する

る教科書・小学校で現在使用している教科書・一部の高等学校の教科書

▶②③中学校で使用する教科書

※携帯電話・カメラ等での撮影、コピーや貸し出しはできません。

問合せ 教育指導課指導係(本庁舎4階) ☎(5273)3084

スポーツ

スポーツ

硬式テニス教室

講座

日時 7月2日～23日の火・金曜日(16日(火)を除く)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、30名

費用 6,000円(保険料等)

申込み 往復はがきに2面記入例のほか年齢を記入し、6月20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・篠田康美(T162-0052戸山2―33―1231) ☎090(3812)8603

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は ☎(3209)1111、新宿区ホームページは HP https://www.city.shinjuku.lg.jp/ です。



9月宿泊分 箱根つつじ荘・グリーンヒルハヶ岳

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㈱日本旅行 ☎ (5369) 3902 (午前10時～午後6時。電話受け付けのみ) へ。

インターネット予約 利用者登録や宿泊予約は、新宿区ホームページ(右二次元コード)からできます。



◎抽選(区民抽選予約)

6月1日(土)～10日(必着)に配布している抽選はがきでお申し込みください。6月18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)

抽選後の空き室は、区民優先予約、一般予約の順に、それぞれ先着順で、電話や受付窓口、インターネットで予約を受け付けます。空き室の状況は、受付窓口・特

別出張所のほか、㈱日本旅行の空室情報ホームページ(HP <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/calendar-availability>)でも確認できます。

申込開始日 ▶区民優先予約…6月21日(金)、▶一般予約…7月1日(月)

9月の休館日 ▶箱根つつじ荘…10日(火)～12日(木)、▶グリーンヒルハヶ岳…2日(月)～4日(水)

●新宿駅西口発グリーンヒルハヶ岳直行便バスツアー
往復バスと宿泊・観光(2泊3日)がセットになっています。申し込みには宿泊予約が必要です。

9月の出発日・コース ▶9日(月)…黒姫高原・ハーブ庭園旅日記勝沼庭園、▶17日(火)…小布施・長門牧場、▶25日(水)…北アルプス・白馬五竜アルプス平・旧軽井沢銀座
問合せ グリーンヒルハヶ岳 ☎ 0551 (32) 7011



詐欺被害防止 一言アドバイス

還付金や給付金の手続きを ATMや銀行で行うとはありません

銀行員や区職員を名乗る詐欺犯人から電話で、ATMで手続きができると言われ、還付金の手続きだと信じてATMの操作をすると、詐欺犯人にお金を振り込んでしまいます。

還付金詐欺の手口 「還付金の手続きに関する書類をお送りしました」「締め切りまでにお返事がなかったので、電話をしました」「いまなら銀行で手続きができます」「どちらの銀行の口座をお持ちでしょうか」「後ほど、銀行から電話があるので、手続きをお願いします」

※銀行員を名乗る詐欺犯人が「キャッシュカードが古いので、手続きができません。交換しましょう」と言い、キャッシュカードを騙し取る手口も発生しています。

※心当たりもないのに区職員からお金に関する電話がきた場合は、課名と氏名を聞いて、区の代表電話 ☎ (3209) 1111 に電話をして、本当に区職員からの電話なのか確認してください。

※区では、被害防止のため、警告メッセージや通話内容を録音する自動通話録音機を無料で貸し出しています。希望する方は、区危機管理課、最寄りの特別出張所や警察署にお問い合わせください。

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(4月)

主な詐欺の種類	件数
オレオレ詐欺	0件
預貯金詐欺	1件
架空料金請求詐欺	2件
還付金詐欺	2件
キャッシュカード詐欺盗	0件
合計	5件

※区危機管理課調べ

全世代向けの
多彩な

イベント



初夏にうたおう



日時 6月8日(土)午前11時30分から(午前11時開場)

内容 新宿区合唱連盟加盟の29団体による合唱

会場・申込み 当日直接、四谷区民ホール(内藤町87)へ。途中入退場自由。

問合せ 新宿文化センター仮事務所 ☎ (3350) 1141

水曜上映会



日時 6月12日(水)午後2時から(午後1時40分開場)

上映作品 「ノースライト(後編) 夢みた家」(1時間12分)

申込み 当日直接、会場へ。先着40名。

会場・問合せ 中央図書館(大久保3—1) ☎ (3364) 1421

下落合アカデミアンナイト



●超実践!NISAで選ぶべき
投資信託選びのポイント

日時 6月14日(金)午後7時～8時30分

申込み 5月27日(月)から電話または直接、問合せ先へ。先着16名。

会場・問合せ 下落合図書館(下落合1—9—8) ☎ (3368) 6100

昭和から令和まで、テレビアニメに 見る少女像とジェンダー



YouTubeを利用した動画配信(90分程度)による講座です。申込者に動画URLを送付します。

配信期間 6月21日(金)～7月4日(木)

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 5月27日(月)～7月3日(水)に新宿区ホームページ(右二次元コード)から申し込みます。



問合せ 男女共同参画課 ☎ (3341) 0801

施設



大久保・中町図書館の休館

特別図書整理のため、休館します。

休館期間 ▶大久保図書館(大久保2—12—7)…6月12日(水)～14日(金)、▶中町図書館(中町25)…6月19日(水)～21日(金)

問合せ 中央図書館 ☎ (3364) 1421

傍聴できる

審議会



産業振興会議

日時 5月29日(水)午後5時～7時

会場・申込み 傍聴を希望する方は当日直接、BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6—8—2)へ。

問合せ 産業振興課産業振興係 ☎ (3344) 0701

保健・衛生



食品衛生大会

調理従事者・食品衛生責任者・食品関係事業者向けの講習会です。詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)でご案内しています。



日時 6月26日(水)午後2時～4時

内容 講演「最新の食品衛生事情」

持ち物 筆記用具、お持ちの方は食品衛生責任者手帳・実務講習会受講カード

会場・申込み 当日直接、四谷区民ホール(内藤町87)へ。

問合せ 衛生課食品保健係(第2分庁舎3階) ☎ (5273) 3827

猫なんでも相談会



日時 6月14日(金)午後1時30分～3時30分

会場 落合第一地域センター(下落合4—6—7)

対象 野良猫でお困りの方、飼い猫でお悩みの方ほか、10名

申込み 6月13日(木)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。新宿区ホームページ(右上二次元コード)からも申し込みます。

問合せ 衛生課管理係(第2分庁舎3階) ☎ (5273) 3148



女性のための健康セミナー



日時・内容 7月4日(木)▶①午前10時～11時30分…講演「加齢で骨がもろくなる!?～今からできる骨ケア」、▶②午後2時～3時30分…講演「更年期からの睡眠の特徴とその対策」

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、40名

申込み 5月27日(月)から電話で問合せ先へ。新宿区ホームページ(上二次元コード)からも申し込みます。先着順。託児あり(未就学児が対象。各回先着5名)。

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



精神保健講演会



●今どきの依存症
～市販薬を含む薬物依存症について

日時 7月12日(金)午後6時～8時

会場 戸塚地域センター(高田馬場2—18—1)

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 7月11日(木)までに電話かファックス(2面記入例のほか区外在住の方は区内在勤・在学の別を記入)で問合せ先へ。

問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎ (5273) 3862・FAX(5273) 3820

40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方へ

年に1度の特定健康診査(無料)が始まります

HPで詳しく



生活習慣病の原因となる「肥満」「脂質」「血圧」「血糖」等の項目について、血液検査や尿検査を行っています。健康診査を受診して、生活習慣病を予防しましょう。
※受診できる区指定医療機関等詳しくは、健康診査受診券に同封の「健康診査・がん検診のご案内」または新宿区ホームページ(右上二次元コード)をご覧ください。

実施期間 6月1日(土)～令和7年3月31日(月)

対象 新宿区国民健康保険に加入している40歳～74歳(年齢は令和7年3月31日時点)

※健康診査受診券を5月24日に発送しました。

検査内容 問診・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査ほか

※診断書は発行しません。

※50歳以上の男性は、前立腺がん検診(200円。右表参照)も同時に受診できます。

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

◆がん検診も受診しましょう

●加入している健康保険に関係なく受診できます(費用は自費で受診する場合の1割程度)
検診の種類は下表のとおりです。医療機関ごとに実施している検診の種類が異なります。受診には区の令和6年度がん検診受診券が必要です。健康診査受診券・がん検診受診券がお手元のない方は、健康づくり課健診係へご連絡ください。
※住民税非課税世帯・生活保護を受けている世帯等の方は、検診費用の免除制度があります(受診前に申請が必要)。

がん検診の種類		対象 (年齢は令和7年3月31日時点)	費用
胃がん★1	胃内視鏡(胃カメラ) ※令和7年1月31日まで	50歳以上 (胃部エックス線は40～49歳も受診可)	2,000円
	胃部エックス線(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	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★2	1,200円
子宮頸がん(子宮頸部細胞診)		20歳以上偶数年齢の女性★3	900円
乳がん(マンモグラフィ)		40歳以上偶数年齢の女性★3	800円
前立腺がん		50歳以上の男性	200円

★1…胃内視鏡か胃部エックス線いずれかを選択。受診は原則として、2年に1回(区の胃内視鏡を受けた翌年度は、区のがん検診受診不可)。胃部エックス線を継続受診する場合は、毎年受診可
★2…1日の喫煙本数×喫煙年数(過去の喫煙年数を含む)が600以上の方
★3…令和5年度に検診を受診していない方は、奇数年齢でも受診可

6月1日は人権擁護委員の日

人権相談をご利用ください

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受けた民間の人たちで、区では現在12名の人権擁護委員が、人権相談や啓発活動を行っています。

日時 毎月第1・第3金曜日(1月の第1週と祝日等を除く)午後1時～4時

会場 区役所第1分庁舎2階区民相談室

申込み 相談日前開庁日の午後5時までに電話で問合せ先へ。

問合せ 総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505

5月27日から

海外でもマイナンバーカードが利用できます

海外に転出する際に、事前に手続きすることでマイナポータルの利用や年金の現況届等で引き続きマイナンバーカードが利用できるようになります。また、すでに国外転出をしている方は、マイナンバーカードの申請や受け取り等の手続きが在外公館や一時帰国後の国内の区市町村でできるようになります。

詳しくは、新宿区ホームページ等でご確認ください。

問合せ 戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階) ☎(5273)3601

HPで詳しく



5月31日は世界禁煙デー

喫煙は自分自身だけでなく周囲の方の健康にもさまざまな影響があることが報告されています。この機会に禁煙に取り組みませんか。

喫煙による影響 ▶がん、▶循環器疾患(脳卒中・虚血性心疾患など)、▶呼吸器疾患(COPDなど)、▶糖尿病ほか

受動喫煙による影響 ▶虚血性心疾患、▶肺がん、▶幼児期の喘息、▶呼吸器感染症、▶乳幼児突然死症候群(SIDS)ほか

◎たばこをやめたいと思ったら

保健センターで、保健師による禁煙相談を受けられます。一定の要件を満たすと保険診療で禁煙治療を受けられます。

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5階) ☎(5273)3494



受動喫煙対策推進
マスコット
「けむいモン」

HPで詳しく



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・FAX(5272)5500

★サークル紹介・会員募集★

◆合唱 月3回金曜日午後1時30分から赤城生涯学習館ほかで。童謡・唱歌・歌謡曲・ヒットソングほか。¥入会金1,000円・1回1,500円・楽譜代

2,000円。関くりの実うたの会・住岡 ☎090(5751)0992

◆紙ひもクラフト 毎月第2・第4水曜日午後2時～4時、ふれあい歯科ごとう(北新宿4)で。クラフトテープで籠や飾り物作り。¥1回500円。別途教材費が必要。関午前9時～午後4時30分にふれあいサロンなごみ紙ひもクラフト講習・山内 ☎(5338)8817

区関連・官公署情報



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補助第76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 6月4日(火)～18日(火)

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

提出方法 任意の用紙に計画案の名称・意見・意見書作成日・住所・氏名・電話番号を記入し、6月4日(火)～18日(火)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、都庁第二本庁舎12階北側) ☎(5388)3225

くらしと測量・地図展

イベント

●楽しみながら地図を読み、大地を測る～時代とともに活きる街

令和6年能登半島地震関連のパネルや写真を展示し、防災・減災関係の取り組みやくらしを支えている地図・測量技術を紹介します。

日時 6月5日(水)～7日(金)午前10時～午後7時(7日(金)は午後5時まで)

共催 東京都

後援 新宿区

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 「測量の日」東京地区実行委員会事務局(国土地理院関東地方測量部内) ☎(5213)2051

東北絆まつり2024仙台

イベント

●特別区全国連携プロジェクトが応援

詳しくは、同まつり公式ホームページ(右二次元コード。https://tohoku-kizunamatsuri.jp)でご案内しています。

日時 6月8日(土)午前10時～午後8時・9日(日)午前10時～午後5時

会場 仙台市内

内容 東北6市の祭りをPRするブース・グルメブースほか

問合せ 同まつりコールセンター ☎050(2018)5809(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時。6月8日(土)は午後8時まで・9日(日)は午後5時まで)



相続・不動産無料相談会

日時 6月12日(水)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 5月29日(水)～6月11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)



新宿の日2024
SHINJUKU NIGHT FOOTBALL

イベント

新宿区サッカー協会の代表チーム「クリアソン新宿」が、6月7日(金)を「新宿の日」と題して、「FCティアモ枚方」との試合の際に区内企業等のブース出店や盆踊りなどで、新宿をPRする企画を実施します。費用・申し込み方法等詳しくは、クリアソン新宿ホームページ(右上二次元コード。HP<https://criacao.co.jp/soccerclub/>)をご覧ください。小学生以下のお子さんは無料で観戦できる席種もあります。

日時 6月7日(金)午後7時キックオフ
会場 国立競技場(霞ヶ丘町10-1)
後援 新宿区
問合せ クリアソン新宿
☎(6709)9786・FAX(6709)9787



クリアソン新宿

マンション自主防災組織結成のための
中高層マンションへの支援

マンション自主防災組織の結成を検討している中高層マンションへ下記の支援を行います。

①エレベーター用防災キャビネットの現物支給
エレベーター内に設置する防災キャビネット(右写真)を現物支給します(マンション1棟に付き2台まで)。

②防災備蓄品の購入助成
備蓄食料・給水資機材・トイレ資機材等の防災備蓄品の購入にかかる費用を10万円(税込)を上限に助成します。

……………<①②共通>……………

対象・要件 次の全てに該当するマンション

- ▶ 地階を除く5階建て以上で住宅が20戸以上ある
- ▶ 令和6年度中に区が実施する、マンション防災アドバイザー派遣による防災講話等を実施している
- ▶ マンション自主防災組織結成のための検討チームを結成している
- ▶ 防災備蓄倉庫が設置されている(②のみ)

申込み 所定の申請書を6月3日(月)～令和7年1月31日(金)に郵送(必着)または直接、問合せ先へ。申請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。

問合せ 危機管理課地域防災係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎4階)
☎(5273)3874・FAX(3209)4069

歯を見せて 笑える今を 未来にも

6月4日～10日は歯と口の健康週間
～健康寿命の延伸のために～

歯と口の動きは「食べる」ことだけではなく、「呼吸する」「話す」「表情を豊かにする」こととも関連し、歯と口の健康を保つことは、健康寿命を延ばすことにもつながります。この機会に、ぜひ歯科健診を受診して歯と口の健康を保ちましょう。

■16歳以上の方は歯科健診のご利用を

①歯科健康診査
対象 区内在住の16歳～75歳(令和7年3月31日時点)
費用 400円(70歳以上の方・生活保護等を受けている世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯は自己負担額無料、令和6年度の住民税が非課税世帯の方は費用免除の制度あり(事前申請が必要))

②後期高齢者歯科健康診査(無料)
対象 区内在住の76歳以上(令和7年3月31日時点)
……………<①②共通>……………

期間 6月1日(土)～12月28日(土)
受診方法 歯科協力医療機関(受診票・問診票に同封のご案内に一覧を掲載)を予約し、区が発行する受診票・問診票をお持ちの上、受診してください。要介護等で、通院が難しい方は、訪問による受診もできます。

※20・30・40・50・60・70歳の方には歯科健康診査受診票等を、76・80歳の方には後期高齢者歯科健康診査受診票等を5月24日に発送しました。上記以外の年齢の方や受診票等がお手元にない方はお問い合わせください。受診票等を郵送します。

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



返送期限は6月28日

新宿区物価高騰対策臨時給付金
確認書の返送はお済みですか

同給付金の支給対象で、まだ確認書の返送がない方へ、5月27日(月)から確認書を順次再送します。

受給を希望する方は、確認書に必要事項を記入の上、同封の返信用封筒で、6月28日(金)(消印有効)までに返送してください。期限までに返送がないと給付を受けられません。

支給対象・支給額等詳しくは、新宿区ホームページをご覧ください。

※給付金の受給権者は世帯主です。
※最新の税情報により不支給となる場合があります。
※DV等の被害を受けて区に避難している方は給付を受けられる場合がありますので、区の担当課(下記)へご相談ください。

問合せ 区物価高騰対策臨時給付金コールセンター☎0120(008)115(土・日曜日、祝日を除く6月28日(金)まで開設)
※代筆・代読が必要な方や電話での問い合わせが困難な方向けの相談窓口を、6月28日(金)まで区役所第1分庁舎8階に開設しています。

区の担当課 物価高騰対策臨時給付金対策室(第1分庁舎8階) ☎(5273)4112・FAX(5273)4366

歯科医師会の講座

- 口から始める健康寿命～オーラルフレイル予防(オンライン)
Youtubeで動画配信します。右二次元コード(HP<https://youtu.be/ktYgRYlv6Cc>)から視聴できます。
- お口の健康から元気なからだ
80歳で20本の歯を残す「8020(ハチマルニイマル)」を達成した区内在住の方の表彰式と講演会を開催します。

配信期間 6月1日(土)午前10時～11日(火)午後10時
問合せ 新宿区四谷牛込歯科医師会☎(3356)6367・FAX(3356)6368

日時 6月1日(土)午後3時～5時
会場 東新宿保健センター(新宿7-26-4)
問合せ 新宿区歯科医師会☎(3200)5064・FAX(3208)0829



(仮称)新宿駅周辺地域における路上飲酒の制限等に関する条例の
骨子(案)へのご意見ありがとうございました

パブリック・コメント実施結果を公表しています

区では、上記条例の制定に対するパブリック・コメントを3月5日～29日に実施し、34件のご意見をいただきました。いただいたご意見を参考に、名称を下記のとおり変更しました。

変更後の名称 (仮称)新宿駅周辺地域の安全で秩序ある環境の確保に関する条例

●いただいたご意見等を閲覧できます

いただいたご意見と区の考え方は、危機管理課・区政情報課(本庁舎3階)・区政情報センター(本庁舎1階)・特別出張所で閲覧できるほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。

問合せ 危機管理課危機管理係(本庁舎4階) ☎(5273)3532・FAX(3209)4069

