


# イベント

講座や催事などに関する情報を掲載しています

## 子ども・教育

### キッズデカスロンチャレンジ In全国小学生陸上競技交流大会

「キング・オブ・アスレティックス」と呼ばれる陸上10種競技(デカスロン)にちなんだ、多種目の基本運動を体験できます。運動しやすい服装でおいでください(サンダル・裸足等は不可)。詳しくは、問合せ先ホームページ(右二次元コード。  
 <https://www.jaaf.or.jp/remote/myrecord/>)でご案内しています。

日 9月22日(祝)午前11時～午後4時

対 小学生までの1人で走れるお子さん(保護者同伴)

後援 新宿区

場 当日直接、国立競技場(霞ヶ丘町10-1)へ。

問 日本陸上競技連盟 ☎050(1746)8410

### 日本舞踊子ども教室

4歳～小学生のお子さんを対象に、10月～令和7年1月に8回実施します。日時・持ち物等詳しくは、お問い合わせください。

場 四谷地域センター(内藤町87)

後援 新宿区

日 9月20日(金)までにファックス・電子メールに4面記入例のほかお子さんの学年または年齢を記入し、問合せ先へ。定員60名。応募者多数の場合は抽選。

問 日本舞踊振興財団 ☎(3354)5496・☎(3353)5634・✉ [kodomokyositu@nihonbuyo.or.jp](mailto:kodomokyositu@nihonbuyo.or.jp)

## 高齢者・介護

### 介護予防教室

#### ●転倒予防教室

日 10月8日(火)・17日(水)、11月12日(火)・28日(水)、12月5日(水)、令和7年1月7日(火)・23日(水)、2月4日(火)・20日(水)、3月4日(火)午前10時～11時(受け付けは午前9時45分から)

#### ●腰痛・膝痛予防教室

日 10月9日(火)・18日(水)、11月13日(火)・29日(金)、12月20日(金)、令和7年1月8日(火)・24日(金)、2月5日(火)・21日(金)、3月12日(火)午後2時～3時(受け付けは午後1時45分から)

#### 共通事項

対 区内在住の65歳以上で医師から運動を禁止されていない方、各回30名

持 上履き(スリッパ不可)、飲み物、タオル。動きやすい服装でおいでください。

場 当日直接、新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)へ。先着順。

問 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568

## 障害のある方

### 障害者福祉センターの講座

日 ①組みひも講座(後期)…10月1日～令和7年3月25日(12月31日、令和7年2月11日を除く)の火曜日午後1時～3時、全24回(12名)、  
②絵手紙講座(後期)…10月～3月の第3水曜日午後1時15分～3時、全6回(10名)

費 1回100円(減免制度あり)。別途材料費 ▶①1作品につき1,000円程度、▶②専用はがき1袋につき259円が必要)

日 9月19日(休)までに電話かファックス(4面記入例のほか希望講座(①②の別)、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。

場 同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711(日曜日、祝日等を除く)・☎(3232)3344

## 事業者の方

### 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 10月10日(休)午後2時～4時


対 講演「最新の食品衛生事情」  
※6月26日、9月19日(休)の食品衛生大会と同じ内容です。

持 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

場 当日直接、牛込笹笥区民ホール(笹笥町15)へ。

問 衛生課食品保健係 ☎(5273)3827

### 中小企業で働く方のための パソコン講座

コース・費用等詳しくは、る新宿ホームページ(右二次元コード。  
 <https://www.pal-shinjuku.jp/>)をご覧ください。

日 月～土曜日午前10時～午後8時(土曜日は午後5時まで)のうち、受講日時を自由に選択

場 パソカレッジ高田馬場校(高田馬場3-3-1、ユニオン駅前ビル2階)

対 区内在住で中小企業に勤める方、区内の中小企業に勤める方、40名

日 はがきかファックスに4面記入例のほか希望コース、勤務先の名称・所在地・電話番号を記入し、9月19日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、当選者には9月27日(金)までに

受講案内を発送します。

問 ぱる新宿(〒160-0022新宿7-3-29、新宿こから広場しごと棟) ☎(3208)2311・☎(3208)3100



## すべての方

### DV防止啓発講座

●DV加害者教育プログラムの実践から見えてきたこと～よりよい被害者支援をするために

YouTubeでセミナーの動画(90分程度)を配信します。申込者に動画サイトのURLを送信します。

配信期間 9月7日(土)～10月6日(日)

対 DV被害の支援活動をしている方ほか

内 DVの基礎知識、二次被害を与えないための相談対応ほか

日 9月7日(土)～10月6日(日)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 男女共同参画課 ☎(3341)0801



### 初心者ゲートボール教室

動きやすい服装でおいでください。

日 9月11日(火)・13日(水)・16日(金)・18日(土)・20日(日)・23日(火)午前9時30分～12時…都立戸山公園い

きいき広場(箱根山地区、戸山3-2)

▶ 9月15日(日)・22日(土)・29日(木)午前10時～12時…清水川橋公園(下落合1-1)・よつや運動広場(四谷1-1)

※いずれも雨天・荒天の場合は中止します。

対 区内在住・在勤・在学でおおむね10歳～70歳代の方、各日5名

費 1回200円

日 9月7日(土)から電話で各日3日前までに問合せ先へ。先着順。

問 区ゲートボール協会・杉山 ☎090(3804)8231



### 映画の夕べ

日 9月13日(金)午後6時から(午後5時40分開場)

上映作品 「ジュラシック・ワールド」(2時間4分。英語音声・日本語字幕)

日 当日直接、会場へ。先着40名。

場 中央図書館(大久保3-1-1) ☎(3364)1421

