

毎月5・15・25日発行

5/5

令和7年(2025年)

No.2498

広報新宿 SHINJUKU

5月は春の
こどもまんなか
月間

子育てしやすいまち 新宿を目指して



詳しくは2-3面でご紹介しています

新宿区ホームページでも
ご案内しています

子育て・
相談



地域の
子育て支援



手当・助成



保育園・
子ども園等



発行：新宿区

編集：区政情報課

〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 ☎(3209)1111

HP <https://www.city.shinjuku.lg.jp/>

※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。

区のサービス・手続き・施設のご案内

しんじゅくコール ☎(3209)9999・☎(3209)9900

土・日曜日もご案内
受付時間：午前8時～午後7時

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。

「新宿区総合案内用AIチャットボット」もあわせてご利用ください(24時間利用可)。



AIチャットボット

CONTENTS

あなたのまちの民生委員・児童委員…4面 / 神田川生き物調査…5面 / ひきこもりのことでお悩みのご家族を対象とした家族会…5面
広島への平和派遣に親子で参加しませんか…12面 / 令和8年1月のはたちのつどいで晴着を無料で貸し出します…12面

広報新宿は、新宿区ホームページ、
webサイトやアプリからもご覧いただけます。



新宿区
ホームページ



マイ広報紙



アプリ「マチイロ」
App Store



アプリ「マチイロ」
Google Play ストア

子育てに不安を感じたり 悩んだりしたときに

子ども総合センター・子ども家庭支援センター

子どもと家庭の総合相談

来所・電話による相談。子育ての不安や、悩み・困りごとなどを伺い、相談員と一緒に考えます。

子ども総合センター総合相談第一係
☎(3232)0675

相談日時

- ▶月～土曜日…午前8時30分～午後7時
- ▶日曜日・祝日(電話相談のみ)…午前8時30分～午後5時

子ども家庭支援センター(右上表)

相談日時

月～金曜日…午前8時30分～午後5時



施設名等	所在地	電話番号	
子ども総合センター	総合相談第一係	新宿7-3-29 新宿ここから広場内	☎(3232)0675
	発達支援係		☎(6273)8701 ☎(3232)0679
子ども家庭支援センター	信濃町	信濃町20	☎(3357)6855
	櫻町	櫻町36	☎(3269)7345
	中落合	中落合2-7-24	☎(3952)7752
	北新宿	北新宿3-20-2	☎(3362)4152

※年末年始(12月29日～1月3日)はお休みです。

子育て訪問相談

相談員が区内在住の未就学児がいる家庭に訪問し相談に応じます(事前申込制)。

子ども総合センター総合相談第一係
☎(3232)0675
子ども家庭支援センター(右上表)

相談日時

月～金曜日…午前10時～12時・午後1時～4時
★申し込みは午前8時30分～午後5時に受け付けます。

発達相談

相談員が発達に心配のあるお子さんの相談・助言・検査を行っています。

子ども総合センター発達支援係
☎(6273)8701

相談日時

▶月～金曜日…午前9時～午後6時
▶土曜日…午前9時～午後5時
※来所相談は電話で予約してください。

悩みごと相談室

家族や夫婦、子ども、仕事のことを来所や電話で相談できます(いずれも正午～午後1時と祝日等を除く。電話相談の受け付けは午後3時30分まで)。来所相談は、電話で男女共同参画課へ予約してください。

☎男女共同参画課☎(3341)0801

男女共同参画推進センター
(ウイズ新宿、荒木町16)

相談日時・電話番号

- ▶月～土曜日…午前10時～午後4時 ☎(3353)2000
- ▶土曜日(男性相談員)…午後1時～4時 ☎(3341)0905

区役所第1庁舎2階区民相談室

相談日時・電話番号

月曜日…午前10時～午後4時
☎(5273)3646



保育園・子ども園

子育て電話相談

保育士・看護師等が相談に応じます。図下表のとおり

区立認可保育園

相談日時

火～金曜日…午後1時～3時
(祝日等を除く)

区立認定こども園

相談日時

月～土曜日…午前9時～午後5時(祝日等を除く。土曜日は一部の園のみ)

私立認定こども園

相談方法等詳しくは、各園(右二次元コード参照)にお問い合わせください。



区立認可保育園	所在地	電話番号
大久保第一保育園	大久保3-11-1	☎(3203)0562
高田馬場第二保育園	高田馬場1-4-17	☎(3209)1720
長延保育園	市谷長延寺町8	☎(3260)1348
富久町保育園	富久町22-21	☎(3357)7720
戸山第二保育園	戸山2-18-101	☎(3203)1279
中落合第二保育園	中落合2-7-24	☎(3952)8901
西早稲田保育園	西早稲田1-9-30	☎(3208)1205
東五軒町保育園	東五軒町5-24	☎(3269)6822
百人町保育園	百人町2-18-21	☎(3367)1696
弁天町保育園	早稲田町78(※1)	☎(3268)1331
早稲田南町保育園	早稲田南町50	☎(3203)7563
早稲田南町保育園分園	早稲田南町36(※2)	☎(3204)5201

区立認定こども園	所在地	電話番号
あいじつ子ども園	北町17	☎(3267)3950
大木戸子ども園	四谷4-17	☎(3358)6794
おちごなかい子ども園 乳児園舎	中井1-8-12	☎(3361)1296
柏木子ども園 乳児園舎	北新宿2-3-7	☎(3369)1062
北新宿子ども園	北新宿3-20-2	☎(3365)1686
しなのまち子ども園	信濃町20	☎(3357)5136
戸山第一子ども園	戸山2-26-101	☎(3202)7820
西落合子ども園	西落合1-31-24	☎(3954)2044
西新宿子ども園	西新宿4-35-5	☎(3377)9351
四谷子ども園	四谷2-6	☎(5369)3170

※1…今年度新園舎(弁天町50)に移転する予定です。
※2…今年度以降仮園舎(早稲田町78)に移転する予定です。

家庭相談

離婚・子の養育費・親権・認知・相続等、家庭内の悩みを来所や電話で相談できます。

相談日時

月～金曜日…午後1時～5時(祝日等を除く)

相談場所・問合せ

児童育成担当課育成支援係
(本庁舎2階) ☎(5273)4558



ひとり親相談

ひとり親家庭の子育て・学費・就労等の悩みを来所や電話で相談できます。

相談日時

月～金曜日…午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)

相談場所・問合せ

児童育成担当課育成支援係
(本庁舎2階) ☎(5273)4558



子育て支援サービスの情報を発信しています

区の子育て支援に関する情報をまとめた冊子「新宿はっぴー子育てガイド」(新宿区ホームページ(右二次元コード上)からリンク)やウェブサイト「はっぴー子育て」(<https://shinjuku-city.mamafre.jp/>)をぜひ、ご活用ください。

新宿はっぴー子育てガイドはこちら



はっぴー子育てサイトはこちら



育児を応援する行政サービスガイド

はっぴー子育て



子ども総合センター児童発達支援センター「あいあい」

子ども総合センター発達支援コーナー

「あいあい」は地域の障害児通所支援の中核としての役割を担う児童発達支援センターへと機能拡充しました

引き続き児童発達支援、相談支援等を実施するほか、新たに右記に取り組みます。
☎子ども総合センター発達支援係☎(3232)0679

発達に心配のある児童の食に関する相談

栄養士を新たに配置し、発達に心配のあるお子さんの食に関する相談、助言を行います。

区内の障害児通所支援事業所への研修会等の実施

地域全体の支援力向上を目的に、有識者等を招き研修会や専門職による助言等を実施します。

関係機関とのインクルージョンの実施

就園・就学先の保育所や児童クラブ等での障害のある児童の育ちの支援に協力し、保育所等との併行利用や移行を推進します。



日=日時・期間 定=定員 費=費用 共=共催
場=会場・場所 内=内容 持=持ち物 申=申込・申請方法
対=対象 講=講師 主=主催 問=問合せ



はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み

- 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)

※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、原則として無料。
※電子メールは、件名に講座・催し名を記入。

📶 =オンライン開催 🖥️ =HPで詳しく

👶 …こども・教育 🏠 …高齢者・介護 ♿ …障害のある方 👤 …事業者の方 👥 …すべての方 🤝 …人材募集

ピックアップ



民生委員・児童委員
イメージキャラクター
ミンジー

みんなでつくろう 地域のつながり 支え合い

あなたのまちの 民生委員・児童委員



5月12日は 民生委員・児童委員の日

身近な福祉の相談役として活躍する民生委員・児童委員の活動を紹介します。お住まいの地域の民生委員・児童委員が分からない場合は、お問い合わせください。

☎️ 地域福祉課福祉計画係
☎️ (5273)4080・📠 (3209)9948

民生委員・児童委員とは

民生委員は民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員で、任期は3年です(再任も可)。全ての民生委員は児童福祉法に定める児童委員を兼ねていて、子どもたちの健全育成を支援しています。給与は支給されず、ボランティアとして活動しており、個人の人格を尊重し、秘密を守ることが法律で義務付けられています。担当の区域を持ち、地域の中でさまざまな役割を担っています。区では4月1日現在、283名の民生委員・児童委員が、地域で活動を行っています。

主任児童委員とは

担当の区域を持たず、民生委員・児童委員と連携しながら、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。

民生委員・児童委員の活動

福祉に関わる身近な相談相手となり、福祉サービス等の情報提供や福祉事務所・保健センター等の福祉関係機関への橋渡しをしています。

生活相談

1人暮らしや子育ての不安・介護の悩みなど、生活上のさまざまな相談に応じています。



訪問・見守り活動

高齢者や子育て世帯への訪問等の見守り活動をしています。



地域の福祉関係機関の紹介

福祉事務所や保健センター等の福祉関係機関や団体を紹介しています。



子育て支援活動

子どもの健全育成や安全を守る取り組みを行っています。



神田川生き物調査



神田川ファンクラブ

神田川に入って、魚類等の観察や手網による捕獲を体験してみませんか。

日時・集合場所等 5月31日(土)午前9時に戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)集合、正午に現地解散

対 区内在住・在勤・在学の中学生以上、10名程度

申 はがきかファックスに4面記入例のほか年齢・ウェーダー(胸までのゴム長靴)の有無(お持ちでない方は足のサイズ)を記入し、5月19日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みます。



問 みどり公園課みどりの係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273)3924・FAX(3209)5595



シルバー人材センター

受講生を募集



パソコン教室(Windows11)

日 内右表のとおり。午前クラスは午前9時30分～12時、午後クラスは午後1時～3時30分、各全2回

対 区内在住・在勤でマウス操作・ローマ字入力ができる方、各クラス5名

費 5,000円(別途テキスト代①～⑬は500円、⑭⑮は1,000円)

申 はがきかファックスに4面記入例のほか受付番号(①～⑮の別)を記入し、5月20日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。結果は全員に5月31日(土)までに郵送でお知らせします。

※定員に満たない場合は、締め切り後も受け付けます。お問い合わせください。

場 問同センター(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここから広場しごと棟) ☎(3209)3181・FAX(3209)4288・URL <https://webc.sjc.ne.jp/shinjuku/>



教室名	主な内容	日程	クラス	受付番号
ワード基礎	文書作成の基本操作 イラスト入りの文書作成	6月2日(月)・9日(月)	午前	①
			午後	②
		7月2日(水)・9日(水)	午前	③
			午後	④
ワード活用A	アート機能等を使った 文書作成	6月12日(木)・19日(木)	午前	⑤
		7月10日(木)・17日(木)	午後	⑥
ワード活用B	ワードの表作成機能を使った 文書作成	6月13日(金)・20日(金)	午前	⑦
		7月11日(金)・18日(金)	午後	⑧
エクセル基礎	データ入力・数式の使い方 表作成	6月3日(火)・10日(火)	午前	⑨
			午後	⑩
		7月1日(火)・8日(火)	午前	⑪
			午後	⑫
エクセル活用A	集計表・グラフの作成	6月12日(木)・19日(木)	午後	⑬
		7月10日(木)・17日(木)	午前	⑭
エクセル活用B	データベース操作 (データの並べ替え・抽出)	6月13日(金)・20日(金)	午後	⑮
		7月11日(金)・18日(金)	午前	⑯
Windows11と ネット	Windows11の基礎・インター ネット(検索・生成AI等)	6月11日(火)・18日(火)	午前	⑰
		7月15日(火)・22日(火)	午後	⑱

ひきこもりのことでお悩みのご家族を対象とした家族会



日々感じていることやお困りごとについて、他のご家族やピアサポーター、相談員とお話してみませんか。

詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



日 内 ▶ 講演会…5月10日(土)、7月12日(土)、9月13日(土)、11月8日(土)、令和8年1月10日(土)、▶ 懇談会…6月14日(土)、8月9日(土)、10月11日(土)、12月13日(土)、令和8年2月14日(土)、いずれも午後1時30分～4時30分

場 申 当日直接、新宿けやき園(百人町4-5-1)へ。

問 生活福祉課生活支援係 ☎(5273)4570



5月30日はごみゼロデー

一斉道路美化清掃にご協力を

区では毎年5月30日を「ごみゼロデー」として、地域の皆さまにご協力をいただき美化清掃活動(1時間程度)を行っています。

☎5月30日(金)(雨天中止)

●高田馬場駅周辺地区

開始時間 午前10時

集合場所 高田馬場駅前

ロータリー広場

●新宿駅東口周辺地区

開始時間 午後2時30分

集合場所 新宿駅東口広場

●新宿駅西口周辺地区

開始時間 午後2時30分

集合場所 新宿駅西口モード学園コクーンタワー前

☎▶個人で参加する方は当日直接、各集合場所へ。

▶団体(町会・自治会・企業・学校等)で参加する場合は代表者の方が、参加票を5月23日(金)までに郵送(必着)・ファックスまたは直接、問合せ先へ。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みます。参加票は問合せ先・特別出張所で配布しているほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。



☎ごみ減量リサイクル課まち美化係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階) ☎(5273)4267・☎(5273)4070



5月14日~20日はギャンブル等依存症問題啓発週間

それ、もしかして「ギャンブル等依存症」かも?

パチンコ・スロット・競馬等のギャンブルにのめり込んで、家庭や仕事、生活に不都合が生じている場合は、ギャンブル等依存症かもしれません。下記のような行動に当てはまる方や悩みを抱えている方は保健センターへご相談ください。

主な要注意サイン

- ▶ギャンブル等をやめたくてもやめられない
- ▶ギャンブル等を中断・中止するとイライラする
- ▶ギャンブル等をやっていることを隠すためにうそをつく
- ▶借金してまでギャンブル等をしてしまう

保健センターで依存症の専門相談を実施しています(予約制)

☎ギャンブル・アルコール・薬物・ゲーム等へののめり込みでお悩みの方とその家族

☎電話で担当保健センター(★)へ。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みます。

☎保健予防課保健相談係 ☎(5273)3862



★ご自身の住所地を担当する保健センターの確認はこちら

大宮けんぽグラウンドの利用申し込みを開始します

落合中央公園野球場の休場期間中、大宮けんぽグラウンド第8区画(埼玉県さいたま市西区二ツ宮113-1)を利用できます。施設の利用には、事前に団体登録が必要です。

※団体登録の方法は新宿未来創造財団ホームページ(右二次元コード)。

☎<https://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=139217>をご確認ください。

詳しくは、お問い合わせください。



☎屋外スポーツ施設登録団体

利用時間 ▶月~金曜日…午前9時~午後5時、▶土・日曜日、祝日…午前8時~午後5時(原則として、火曜日、年末年始等を除く。11月~3月上旬は午後4時まで)

※冬季は土の入れ替え作業のため一部利用制限があります。

※1区分につき2時間または3時間の利用です。

利用種目 サッカー、軟式野球、ソフトボール、ラクロス、ラグビーほか

利用料 ▶サッカー・ラクロス・ラグビー等…2時間につき1,700円、3時間につき2,550円、

▶軟式野球・ソフトボール等…2時間につき1,300円、3時間につき1,950円

7月利用分の申し込み

レガス新宿施設予約システム(右二次元コード)。

☎<https://www.shinjuku.eprs.jp/regasu/web/>

から申し込みます。新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)・大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)でも受け付けます。



●抽選(区民団体抽選予約)

区民団体は先行して予約を受け付けます。

申込期間 5月25日(日)~6月9日(月)

●抽選後の空き施設予約

「区民団体」「区外団体」の順に予約を受け付けます。

空き施設状況公開日 6月15日(日)

申込開始日 6月20日(金)

☎新宿未来創造財団施設管理課 ☎(3232)7701



軽自動車税(種別割)の納税通知書を発送します

納付期限は6月2日

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在、区内を定置場として原動機付自転車・小型特殊自動車・オートバイ・軽自動車・特定小型原動機付自転車を所有している方が納める税金です。

令和7年度の納税通知書を5月9日(金)に発送します。

●納付窓口

▶金融機関

▶コンビニエンスストア(納付書裏面に記載)

▶区税務課(本庁舎6階)・特別出張所

●地方税お支払サイトでの納付

納付書の二次元コード(EL-Q R)を読み取るか、納付番号等(EL番号)を入力すると、同サイト(右二次元コード)☎<https://www.payment.eltax.lta.go.jp/pbuser>)からクレジットカード等で納付できます。

※同サイトで納付した場合、領収証や軽自動車の継続検査(車検)用の納税証明書は発行されません。領収証等が必要な方は、左記納付窓口で納めてください。

☎税務課収納管理係 ☎(5273)4139



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**

5月のレシピ

ピーマンたっぷり! 塩こうじ炒め

かまぼこと塩こうじを入れることでうまみが加わり、ピーマンが食べやすくなります。お弁当のおかずにもおすすめの1品です。この料理1人分で約80gの野菜がとれます。

材料(2人分)

- ・ピーマン …… 110g(4個)
- ・かまぼこ(紅) …… 120g
- ・ニンジン …… 50g(1/3本)
- ・エノキ …… 60g(1/3袋)
- ・ごま油 …… 大さじ1
- ・サラダ油 …… 大さじ1
- ・酒 …… 大さじ1と1/2
- ┌塩こうじ …… 大さじ1/2
- A・鶏がらスープの素 …… 小さじ1/2
- └しょうゆ …… 小さじ1
- ・七味唐辛子 …… 適宜



作り方

- ①ピーマンは種を取って洗い、1cm幅の縦切りにする。かまぼこも1cm幅の棒状に切る。
 - ②ニンジンは5mm幅の棒状に切る。
 - ③エノキは根元を落とし、2~3等分の長さに切る。
 - ④フライパンにごま油を熱し、③を強火で1分半ほど炒める。
 - ⑤④を取り出し、再びフライパンにサラダ油を熱し、①②を中火で2分ほど炒める。
 - ⑥④をフライパンに戻し、酒を回し入れてアルコールを飛ばす。
 - ⑦⑥にAを加えて、軽く炒めながら全体に絡ませたら火を止める。
 - ⑧お皿に盛り付けたら、お好みで七味唐辛子を振りかける。
- (レシピ提供/大貫奈美子・区食育ボランティア)

☎健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494

5月20日は コンビニ交付サービスを 休止します

システムメンテナンスのため、住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明が取得できるコンビニ交付サービスを休止します。

☎▶住民票の写し・印鑑登録証明書…**戸籍住民課住民記録係** ☎(5273)3821、▶税証明…**税務課収納管理係** ☎(5273)4139

指定管理者を募集します

募集要項・現地説明会申込書等は健康政策課(第2分庁舎分館1階)で配布しているほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。



指定期間 令和8年1月1日~13年3月31日(施設の供用開始は令和8年4月1日から)

対象施設 元気館(戸山3-18-1)

応募資格 原則として、法人格があり、施設の管理運営業務の経験が豊富な企業・団体

業務内容 健康増進・高齢者体力向上・施設貸出事業ほか

選考 プロポーザル方式。▶1次…書類、▶2次…プレゼンテーション等

☎事前に連絡の上、募集要項に記載の所定の書類等を5月7日(水)~6月16日(月)に直接、問合せ先へ。

現地説明会を開催します

☎5月14日(水)午後2時~3時30分

☎所定の申込書を5月12日(月)午後5時までにファックスか電子メール(右上二次元コード参照)で問合せ先へ。

☎健康政策課健康企画係 ☎(5273)3024・☎(5273)3876

新宿を ご自宅にお届けします

区内にお住まいで新聞(朝日・産経・東京・日経・毎日・読売)を購読していない方を対象に、広報新宿を無料でご自宅に個別配達しています。

広報新宿個別配達コールセンターで配達・停止・変更の依頼を受け付けています

新規申し込み、既にご登録の方の引っ越し等に伴う配達の停止・変更、「広報新宿が届かない」等の問い合わせを受け付けています。

広報新宿個別配達コールセンター ☎(5358)9537・☎(3361)0755

新宿区ホームページ・区公式LINEからも申し込めます

- ▶新宿区ホームページ…右二次元コード上から申し込めます。
- ▶LINE…右二次元コード下を読み取り、区公式LINEを「友だち追加」した後、メニューから「区ホームページ 広報 AIに質問」を選び、「広報紙」をタップし、「広報新宿 個別配達申し込み」から手続きしてください。



☎区政情報課広報係 ☎(5273)4064

LINE・X(旧ツイッター)・ フェイスブックで 区政情報をご覧いただけます

防災・防犯・子育て・イベント等に関する最新の区政情報をお知らせしています。ぜひ、ご登録ください。

LINE(★)	X(旧ツイッター)	フェイスブック
		
☎ https://lin.ee/kbwPBoX	☎ https://x.com/shinjuku_info	☎ https://www.facebook.com/shinjuku.info

★LINEでは次の機能を利用できます

- ▶受信を希望する情報ジャンル(防災・防犯、子ども、高齢者、障害者、講座・イベントほか)を選択することで、欲しい情報のみを受け取れます。
- ▶AIチャットボットが質問に会話形式で自動回答します。
- ▶道路の穴等を区に通報できます。
- ▶防災気象情報、不審者情報等を受け取れます。

☎区政情報課広報係 ☎(5273)4064

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

わんぱく相撲新宿区大会

日 5月25日(日)午前9時30分～午後2時30分

場 新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)

対 区内在住・在学の小学生

後援 新宿区

申 5月16日(金)まで同イベント専用

フォーム(右二次元コード。☎<https://forms.gle/tGML3ev6xV298sLA7>)から申し込み

めます。

☎ わんぱく相撲新宿区大会実行委員会 ☎090

(2823)8208



子ども映画会

日 5月25日(日)午後2時30分～3時30分

対 小学生までのお子さんと保護者、40名

上映作品 「ぼくは王さま」「まんが世界昔ばなし」

場 申 当日直接、大久保地域センター(大久保

2-12-7)へ。先着順。

☎ 大久保図書館 ☎(3209)3812

高齢者・介護

プロ顔負け! 社会人落語会

日 5月31日(土)午後2時～3時15分

対 区内在住の60歳以上、50名

申 5月7日(水)～30日(金)に電話または直接、問合せ

先へ。先着順。

場 高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)

☎(3200)5816

筋骨・体力確認会～きがるにチェック!

年度内1人につき1回まで参加できます。

日 6月10日(火)午後2時～4時

場 牛込笹塚地域センター(笹塚町15)

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、30名

内 運動能力・骨密度・血管年齢測定、介護予防体

操の紹介ほか

申 5月8日(水)～21日(火)に電話で問合せ先へ。先

着順。

☎ 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)

4568



すべての方

早稲田大学 Museum Week 2025

●ミュージアムを楽しむ12日間

5月12日(月)～23日(金)にライブコンサートや映画上映等の文化イベントを開催します。詳しくは、

同大学ホームページ(右二次元コー

ド。☎<https://www.waseda.jp/culture/events/museumweek/>)

をご覧ください。

後援 新宿区

☎ 同大学文化企画課 ☎(5272)4783



司法書士の無料相談会

相続等の不動産登記、会社の登記、成年後見、不動産の賃貸借、訴訟・空き家問題等に関する相談をお受けします。

日 5月15日(木)午前10時～午後4時

場 区役所本庁舎1階ロビー

申 5月14日(水)までに電話で問合せ先へ。

☎ 東京司法書士会新宿支部 ☎(6279)1945(月

～金曜日午前10時～12時、午後1時～5時)

大久保地域センター五月まつり

日 5月17日(土)午前10時～午後3時

内 縁日ゲーム・キックターゲット・ストラックアウト・折り紙・お茶席・韓服と韓国文化体験・多文化カ

フェ・野菜市・食品販売(中華おこわ・ケーキ・フランクフルト・パン各種・綿あめ・かき氷等)

場 同センター(大久保2-12-7) ☎(3209)3961

セイコーゴールドングランプリ 陸上2025東京

●陸上競技の国際大会に無料招待

発券手数料等が別途必要です。申し込み方法

等詳しくは、問合せ先ホームページ

(右二次元コード。☎<https://sites.google.com/jaaf.or.jp/ggp>

2025a?usp=sharing)でご案内しています。

日 5月18日(日)午前10時45分～午後3時

場 国立競技場(霞ヶ丘町10-1)

対 区内在住・在勤・在学の方

後援 新宿区

☎ 日本陸上競技連盟 ☎050(1746)8410(土・日

曜日、祝日等を除く午前10時～午後6時)



いきいきウォーク新宿

●粋なまち「神楽坂」を満喫

両手が自由になるバッグ、飲み物をお持ちの上、動きやすい服装・靴でおいでください。

日時・集合場所等 5月23日(金)午前9時30分に赤城生涯学習館(赤城元町1-3)集合、午後0時30分ごろJR市ヶ谷駅で解散

申 5月7日(水)～22日(木)に電話かファックス(4面記入例のほか年齢を記入)で問合せ先へ。先着30名。

☎ 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494・☎(5273)3930

区民医療公開講座

●快聴で人生100年時代を楽しむために
～難聴、耳鳴りから補聴器まで

日 5月24日(土)午後2時～3時(午後1時20分開場)

対 区内在住・在勤・在学の方、300名

内 難聴・耳鳴り(ヒアリングフレイル)の原因と診断、補聴器の必要性・選び方、補聴器と認知症予防の関係ほか

講 小川郁(オトクリニック東京

院長・右写真)

場 申 当日直接、牛込笹塚区民

ホール(笹塚町15)へ。先着順。

手話通訳あり。

☎ 新宿区医師会 ☎(3208)2301

☎ 区の担当課 健康政策課健康企画係 ☎(5273)3024



新宿NPO活動基礎講座

●NPO組織運営講座～強いNPOになる秘訣

日 5月29日(木)午後6時45分～8時45分

内 NPO法人の運営にとって重要な事業の進め方、人材の使い方、お金の調達・管理方法ほか

費 1,000円(資料代等)

申 電話かファックス・電子メール(4面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。

問合せ先ホームページ(右二次元コー

ド。☎<https://snponet.net>)からも

申し込みます。

場 同 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



家族のコミュニケーションが 変わるモヨウ替え

●部屋を快適にする家具レイアウトのコツ

日 5月31日(土)午前10時～12時

対 区内在住・在勤・在学の方、30名

申 5月7日(水)～30日(金)に電話で問合せ

先へ。先着順。新宿区ホームページ

(右二次元コード)からも申し込みます。

場 同 男女共同参画推進センター(ウイズ新宿、荒

木町16) ☎(3341)0801



イベントのつづき

心の負担を軽くする家事半分術

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

配信期間 6月2日(月)まで

対 区内在住・在勤・在学の方

内 家事分担のコツ、気楽で苦しくない家事との付き合い方

申 6月2日(月)まで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

ささえーる 薬王寺の講座

①ささえーる歌声広場

日 5月27日(火)午前10時～11時30分

対 区内在住の60歳以上、20名

内 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

②ウォーキング講座

民音音楽博物館、神宮外苑、国立競技場等を巡ります。

日時・集合場所等 6月3日(火)午前9時30分にささえーる 薬王寺集合、正午ごろ国立競技場千駄ヶ谷門(霞ヶ丘町10-1)で解散

対 区内在住の方、20名

③お手軽薬膳講座

日 6月5日、8月7日、9月4日、10月2日の木曜日午後1時30分～3時30分、全4回

対 区内在住の60歳以上、6名

内 身近な食材でできる薬膳の紹介

④パソコン講座

日 6月6日・13日・20日・27日の金曜日午後1時30分～3時、全4回

対 区内在住の60歳以上、5名

内 エクセル入門、表計算ほか

⑤ウクレレの音色で生かすボランティア講座

講座終了後、希望者で社会貢献活動のためのグループを作ります。ウクレレはレンタルできます。

日 6月11日・25日、7月9日・23日、8月6日・20日の水曜日午後3時30分～5時、全6回

※講座終了後に別途フォローアップ講座があります。

対 区内在住の60歳以上、10名

共通事項

申 ▶①は5月7日(火)～14日(水)に、▶②～⑤は5月7日(火)～21日(水)に電話または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

場 同館(市谷薬王寺町20-40) ☎(3353)2333 (土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後6時)



ストレッチ&ボイストレーニング

日 6月3日(火)午後2時～4時

申 往復はがきに4面記入例のほか年齢・区内在勤の方は勤務先を記入し、5月17日(必着)までに問合せ先へ。定員30名。応募者多数の場合は区内在住・在勤の方を優先して抽選。

場 同 角筈地域センター(〒160-0023西新宿4-33-7) ☎(3377)1373



消費者大学講座

地域の消費者教育の担い手となる人材育成のため、「くらしの中の消費者トラブル」をテーマに実施します。5回以上受講した方には修了証書をお渡しします。詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



日 6月7日・21日・28日、7月12日・26日、8月9日の土曜日午後2時～4時、全6回

※各回のみでの参加もできます。

場 新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)

対 区内在住・在勤・在学の方、30名

申 5月23日(必着)までに往復はがき・ファックス・電子メールに4面記入例のほかお持ちの方はファックス番号を記入し、区消費者団体連絡会(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内) ☎(3205)1007・✉s-shodanren@outlook.jpへ。応募者多数の場合は抽選。

問 新宿消費生活センター(第2分庁舎3階) ☎(5273)3834

コンサート「アイルランドの歌とハープと物語」

日 6月8日(日)午後2時～3時30分

場 大久保地域センター(大久保2-12-7)

対 小学生以上、30名

申 5月7日(火)から電話で問合せ先へ。先着順。

問 大久保図書館 ☎(3209)3812

四谷ひろばスマホ・パソコン講座

日 ① ▶①シニアのためのスマホ講座…6月10日・24日の火曜日午後1時～3時、全2回、▶②ワード入門…6月4日～25日の水曜日午後1時～3時、全4回、▶③Windows入門…6月6日～27日の金曜日午後1時～3時、全4回

費 ▶①3,000円、▶②③6,000円(いずれも教材費等)

場 申 往復はがきに4面記入例のほか希望講座(①②③の別)を記入し、5月7日(火)～20日(必着)に四谷ひろば「パソコン教室」係(〒160-0004四谷4-20)へ。申し込みが2名以下の場合は中止します。

問 同ひろば運営協議会・鈴木 ☎080(3219)0087

はじめてのパーソナルカラー

日 6月11日(水)午後7時～8時30分

内 パーソナルカラーの基礎知識

※パーソナルカラー診断はありません。

申 往復はがきに4面記入例のほか年齢・性別、区内在勤の方は勤務先を記入し、5月24日(出)までに郵送(必着)または直接、問合せ先へ。定員20名。応募者多数の場合は区内在住・在勤の方を優先して抽選。

場 同 角筈地域センター(〒160-0023西新宿4-33-7) ☎(3377)1373

新宿いきいき体操講習会

持ち物について詳しくは、参加者に郵送でご案内します。介護予防のミニ講座「腰痛対策～腰が痛む人のための まげてのばして 痛まん腰体操」もあります。内容等詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



日 6月17日(火)午後2時～4時

場 牛込笹塚地域センター(笹塚町15)

対 区内在住・在勤の方、30名

申 5月8日(水)～21日(水)に電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568・☎(6205)5083



こうげん 膠原病講演会

●関節リウマチの治療と日常ケア

日 6月19日(水)午後2時～4時

対 関節リウマチと診断されている方とその家族、症状にお悩みの方、30名

内 膠原病内科専門医による講話

申 5月7日(火)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みます。



場 同 牛込保健センター(矢来町6) ☎(3260)6231・☎(3260)6223

お知らせ

まちや暮らしに関する情報を掲載しています

すべての方

職員の軽装勤務を通年で実施します

省エネルギー対策や働きやすい職場づくりをさらに推進するため、5月1日(木)から通年で職員の軽装勤務(ノーネクタイ・ノージャケット等)を実施します。

☎総務課総務係(5273)3505

東京都調理師試験願書を配布します

詳しくは、調理技術技能センターホームページ(右下二次元コード。☎https://chouri-ggc.or.jp/chourishishiken/all_delegation/)でご案内しています。

☎配布期間 5月7日(木)～6月3日(火)

☎配布場所 衛生課(第2分庁舎3階)、保健センターほか

☎試験日 10月25日(土)

☎調理技術技能センター調理師試験担当(3667)1815



外部評価委員会

☎5月19日(月)午前10時～12時

☎傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。

☎企画政策課(5273)3502

緑の募金にご協力を

●受付期限は5月30日

募金は東京緑化推進委員会の森林整備、地域の緑化推進等に活用されます。

☎募金箱の設置場所 区役所本庁舎、特別出張所、環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)ほか

☎みどり公園課みどりの係(5273)3924

5月は自転車月間

●自転車に乗るときは基本ルールを守りましょう
自転車安全利用五則

▶自転車の通行は車道が原則、車道の左側を通行

(13歳未満のお子さん・70歳以上の高齢者・体の不自由な方・車道や交通の状況からやむを得ない場合は、歩道の車道寄りを歩行者に注意しながら徐行可)、▶交差点では信号と一時停止を守って安全確認、▶夜間はライトを点灯、▶飲酒運転は禁止、▶年齢にかかわらずヘルメットを着用

☎区交通対策課交通企画係(5273)4265、
▶牛込(3269)0110・▶新宿(3346)0110・
▶戸塚(3207)0110・▶四谷(3357)0110
の各警察署

区営住宅入居者を募集

詳しくは、住宅課、区政情報センター(本庁舎1階)、区役所第1分庁舎1階受付、特別出張所、中央・四谷・鶴巻図書館で5月16日(金)～28日(水)に配布する(休館日を除く)募集案内をご覧ください。

☎募集戸数 22戸

☎募集案内に折り込みの申込書を郵送で問合せ先へ。5月30日(金)までに到着したものを受け付けます。

☎住宅課区立住宅管理係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階)☎(5273)3787

令和6年能登半島地震被災者の区立住宅への受け入れを終了します

これまで令和6年能登半島地震で被災した方を区立住宅へ受け入れてきましたが、5月31日(土)で募集を終了します。

☎住宅課区立住宅管理係(5273)3787

衣類・靴・バッグ・ぬいぐるみ・毛糸・食器の回収

資源の有効活用のため家庭の衣類等を回収します。種別ごとに分けてお持ちください。虫食い・汚れのひどいもの、カビ等で劣化しているものは回収できません。

※駐車場はありません。

☎6月3日(火)午後1時～4時

☎協力 日本リ・ファッション協会、ニットカフェ、もったいないチーム

☎環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)☎(3348)6277



戦没者等の遺族の方に「第12回特別弔慰金」を支給

令和10年3月31日(金)まで請求を受け付けています。支給要件等詳しくは、お問い合わせください。

☎令和7年4月1日現在、公務扶助料等の受給権者がいない場合で、優先順位の高い遺族1名

☎支給内容 額面27万5,000円、5年償還の記名国債

☎地域福祉課福祉計画係(5273)4228

人材募集

特別職報酬等審議会区民委員

☎区内在住で申し込み時点で18歳以上の方、2名
※新宿区議会議員・新宿区職員とその家族は応募できません。

☎任期 7月8日から2年間

☎区議会議員の議員報酬や区長等の給料等を審議

☎報酬 会議(年2回程度)に出席の都度、1万円

☎原稿用紙に「特別職の報酬等への意見」がテーマの作文(800字程度)と住所・氏名(ふりがな)・年齢・職業・電話番号を記入し、6月4日(火)までに郵送(必着)または直接、問合せ先へ。結果は応募者全員にお知らせします。作文は選考後に返却します。

☎総務課総務係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階)☎(5273)3505

区民のひろば

この欄は区民の方相互の情報交換の場です。日時・会場は予定です。各主催者に内容をよくご確認の上、参加してください。

同じ団体の掲載申し込みは、1年間(4月1日～翌年3月31日)に1回です。「催し・講座」は、掲載希望号の2か月前までにお申し込みください。

☎区政情報課広報係(本庁舎3階)
☎(5273)4064・☎(5272)5500

催し・講座

◆母の日講座「ひざの痛みをとって一緒に歩こう」 5月20日(火)午後3時～4時、JCHO東京山手メディカルセンター(百人町3)で。膝に痛みがある方対象。☎無料。

☎当日、直接会場へ。☎同センター整形外科☎(3364)0251

6月の保健センター等の教室・相談



母子関係の事業に参加するときは、母子健康手帳をお持ちください
予約制のものは5月7日水から受け付けます



保健センター等
の問合せ先

- 牛込保健センター ☎(3260)6231 FAX(3260)6223 〒162-0805 矢来町6
- 四谷保健センター ☎(3351)5161 FAX(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16
- 東新宿保健センター ☎(3200)1026 FAX(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
- 落合保健センター ☎(3952)7161 FAX(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
- 女性の健康支援センター ☎(3351)5161 FAX(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16(四谷保健センター内)

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・にこにこ 歯科相談 (※)	牛込	5日(木)★ 12日(木)◎	9:00~10:30	予約制。虫歯予防等の相談・お口のケアのアドバイス ◎…はじめて歯科相談(1歳児) ★…はじめてにこにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	6日(金)◎ 27日(金)★		
	東新宿	2日(月)◎ 9日(月)★		
	落合	10日(火)◎ 24日(火)★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談 (※)	四谷	6日(金)	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
	落合	10日(火)		
母親学級 (※)	四谷	19日(木) 26日(木)	13:30~16:00	予約制。37週未満の妊婦、30名。2日制 ▶1日目…沐浴 ^{もくよく} 実習、歯の健康 ▶2日目…分娩 ^{ぶんべん} の経過・産後の生活、食事の話
	落合	7日(土) 14日(土)	9:30~12:00	
育児相談	牛込	13日(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	5日(木)	9:00~11:00	さくらんぼくらぶ(個別相談)
	東新宿	20日(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	4日(水)	13:00~14:00	個別相談(1歳の誕生日の月末までの乳幼児)
育児 (双子の会) (※)	落合	17日(火)	10:00~11:30	予約制。子育ての情報交換・交流会
はじめまして 赤ちゃん 応援教室 (妊婦・産婦 クラス) (※)	牛込	27日(金)	13:30~15:30	▶妊婦・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か月までの赤ちゃんとママ、妊婦等) ▶妊婦クラス…予約制。助産師によるお話やストレッチなど(希望者に乳頭チェックあり)
	四谷	5日(木)		
	東新宿	12日(木)		
	落合	18日(水)		
(妊婦クラス) (※)	四谷	5日(木)		
離乳食 講習会 (※)	牛込	17日(火)	13:00~14:00 14:30~15:30	予約制。おおむね5~6か月児対象。離乳食の話と調理実演
	四谷	19日(木)		
	東新宿	16日(月)		
	落合	27日(金)		
1歳児 食事講習会	牛込	12日(木)	9:00~10:30	1歳~1歳6か月児対象。離乳完了時期の食事の話 ※はじめて歯科相談と同時開催です。
	四谷	6日(金)		
	東新宿	2日(月)		
	落合	10日(火)		
骨粗しょう症 予防検診 (※)	牛込	24日(火)	9:00~10:30	予約制。20歳以上対象(1年度に1回。骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員50名。骨密度測定(かかとの測定・超音波法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。300円
	四谷	20日(金)		
	東新宿	4日(水)	13:00~14:30	
	落合	12日(木)	9:00~10:30	

事業名	担当	日	時間	内容
女性の健康 専門相談 (※)	女性の健康支援センター(四谷)	28日(土) 産婦人科 全般	14:30~16:30	予約制。女性の産婦人科医師などの個別相談 ※思春期~更年期の女性のからだや婦人科系の症状、妊娠や不妊等を相談できます。
		24日(火) 更年期専門	14:00~16:00	
精神保健 相談 (※)	牛込	10日(火) 24日(火)	14:15~16:30	予約制。精神科医師による思春期~高齢期(認知症を含む)のこころの相談
	四谷	23日(月)	14:00~16:15	
	東新宿	2日(月)	9:15~11:30	
		30日(月)	13:45~16:00	
落合	19日(木)	14:00~16:15		
うつ 専門相談 (※)	落合	5日(木)	14:00~16:15	予約制。精神科医師による個別相談
パーキンソン 体操教室	東新宿	2日(月)	13:30~15:00	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	2日(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(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施します(予約制)。
	四谷	6日(金)		
	東新宿	23日(月)		
	落合	10日(火)		
健康相談 (生活習慣病 や歯周病予防 に関する相談) (※)	牛込	24日(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、健診結果をお持ちください。
	四谷	20日(金)		
	東新宿	4日(水)	13:00~14:30	
	落合	12日(木)	9:00~10:30	

※…オンラインで申し込みます。

両親学級

妊娠している方とパートナーを対象に、沐浴^{もくよく}実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを迎えるにあたっての講義を実施します。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

📅6月21日(土)午前9時30分~12時、午後1時~3時30分(いずれも同じ内容)

📍東新宿保健センター

📞(株)メディカル・コンシェルジュ ☎080(7242)9189(日曜日、祝日等を除く午前9時~午後6時)・🌐<https://www17.webcas.net/form/pub/concier/20244>



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)
※必ず電話で予約してから受診してください。

●東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎(5272)0303(24時間)・FAX(5285)8080
●医療情報ネット(ナビイ)
🌐<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>

●休日夜間薬局検索
(新宿区薬剤師会)
🌐<https://www.shinyaku.com/index.html>



広島への平和派遣に 親子で参加しませんか

平和記念式典への参列、平和関連施設見学、被爆体験講話の聴講等を通して戦争の悲惨さや、平和の尊さへの認識を深めます。参加者には、報告書の作成、報告会での発表(10月開催予定)等、区の平和事業にご協力いただきます。



令和6年の平和派遣の様子

派遣期間 8月5日(火)~7日(木)

対 平和派遣に初めて参加する区内在住の小学4年生~中学3年生のお子さんと保護者、7組14名

費 行程に含まれる交通費・宿泊費は区が負担、食事代の一部は各自負担

申 所定の申込書(裏面の原稿用紙に「平和派遣参加に期待すること」がテーマの保護者の作文(600~800字)を記入)を5月7日(火)~21日(水)に郵送(必着)または直接、問合せ先へ。選考あり。申込書は問合せ先・特別出張所等で配布しているほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込めます。



問 総務課総務係 (〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階) ☎(5273)3505・FAX(3209)9947

区内で作られた晴着を着て
はたちのつどいに参加してみませんか

令和8年1月の「はたちのつどい」で 晴着を無料で貸し出します

区の地場産業である染色業の振興のため、令和8年1月に開催予定のはたちのつどいの会場で、区内染色事業者が製作した晴着を無料で貸し出します。貸し出す方には、会場での地場産業のPR活動等にご協力いただきます。



今年貸し出した晴着とはたちのつどいの様子

貸出日 令和8年1月12日(祝)(はたちのつどい当日)

対 はたちのつどいに参加予定の区内在住の平成17年4月2日~18年4月1日生まれの方、30名(▶振袖25名、▶羽織袴5名)

貸出物 ▶振袖または羽織袴、▶着用時に必要な小物類ほか

※当日、会場(京王プラザホテル(西新宿2-2-1))の別室で着付けやヘアメイクを行います。

申 所定の申込書を5月30日(金)までに郵送(必着)・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申込書は問合せ先で配布するほか、新宿区ホームページ(右二次元コード)から取り出せます。応募者多数の場合は、申込書の記入内容を審査の上、選定します。



問 産業振興課産業振興係 (〒160-0023西新宿6-8-2、BIZ新宿4階) ☎(3344)0701・FAX(3344)0221

新宿

うまいもの Search

今月のキーワード

新鮮な卵を使った玉子焼きが買える場所
を教えてください!

09 玉栄

◆所在地/営業時間 西落合1-25-10(都営大江戸線落合南長崎駅徒歩6分) ☎(3950)1058
自動販売機で販売。工場直売日は第1・第3金曜日、第2・第4土曜日午前10時~午後2時
※工場直売日は変更する場合があります。



熟練した職人によって一本一本焼き上げられる、だしの風味とやわらかな甘みが特徴の厚焼玉子は、口に入れるときめ細かい食感が広がります。その秘密の一つが、鑄物の焼き台。鑄物は均一に熱が伝わるのでふっくらと焼き上がり、遠赤外線効果で内部はしっとり。冷めても固くなりにくいのが特徴です。一方で火加減が難しく、適度な焼き目がつく具合を見極める技が必要です。こうした職人の技、養鶏場から直接仕入れている新鮮な卵、昆布・カツオ等を配合したこだわりのだしが三位一体となり、玉栄の味が完成します。

「2022年からは工場の前に自動販売機(左写真)を設置して、24時間いつでも厚焼玉子が買えるようになりました。また、月4回は工場直売日を開催し、焼き立て販売(左上写真)を行っています。温かい厚焼玉子はこの時にしか手に入らない逸品です。自信を持っておすすめします」と村山社長。工場直売日には、厚焼玉子を使ったサンドウィッチ等も店頭と並び、こちらも見逃せません。

スタッフのイチオシ!



厚焼玉子

一本に8個の卵が使われている、創業以来の定番。ハーフサイズは高齢者や単身者に喜ばれています。お弁当にもぜひ。



新宿区公式SNS



X(旧Twitter)
@shinjuku_info



Facebook
@shinjuku.info



LINE
アカウント名/新宿区



YouTube
「新宿区公式チャンネル」