

イベントのつづき

エコギャラリー新宿 9月の展示

展示時間はお問い合わせください。

日内▶13日(土)～17日(水)…バード倶楽部「野鳥写真展」

▶17日(水)～21日(日)…^{りんしょうは}琳翔派展(絵画)

▶20日(土)・21日(日)…^{ぎょうしゅん}暁駿展(書)

▶24日(水)～28日(日)…^{ほうしやう}法匠展(絵画ほか)

▶30日(火)～10月5日(日)…彩色水墨画合同展

場同館(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

VR(バーチャルリアリティ)認知症体験会

認知症の症状をVRで疑似的に体験するセミナーです。

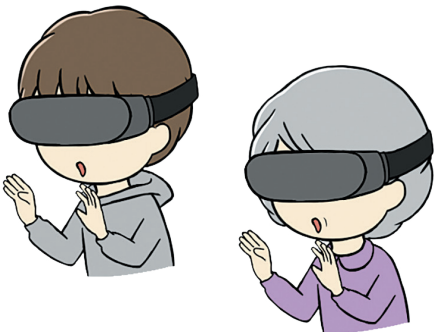
日9月16日(火)午後2時～3時30分

場大久保地域センター(大久保2-12-7)

対区内在住の13歳以上、30名

申8月27日(火)～9月10日(水)に電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問高齢者支援課高齢者相談第二係 ☎(5273)4594・FAX(5272)0352



食生活改善教室

日9月25日(木)午後1時30分～3時30分

対区内在住・在勤・在学の方、25名

内講話「脂質異常症予防につながる食生活」、調理デモンストレーション、試食

申8月27日(火)から電話で問合せ先へ。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。



場同牛込保健センター(矢来町6) ☎(3260)6231

ささえーる 薬王寺の講座

●ささえーる歌声広場

日9月30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^{えんげ}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

申9月10日(火)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。

場同同館(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)

任意後見講座・任意後見事業説明会

●「将来」のこと考えてみませんか?

任意後見制度は、判断能力が十分でなくなった場合に備えて、あらかじめ選んだ方(将来の任意後見人)とお願いする内容を決め、公正証書で契約するものです。

①任意後見講座

日9月30日(火)午後1時30分～2時50分

対区内在住の方と親族、区内在勤・在学の方、45名

内任意後見制度の仕組み、利用までの流れ

②任意後見事業説明会

日9月30日(火)午後3時～4時

対区内在住の方と親族、45名

内区社会福祉協議会の任意後見事業の内容・利用方法・料金ほか

共通事項

場区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)

申9月19日(金)までに電話かファックス・電子メール(2面記入例のほか希望する回(①②の別)、区内在住・在勤・在学・区内在住の方の親族の別、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。結果は落選者にのみお知らせします。
専用申し込みフォーム(右二次元コード。 <https://forms.gle/iKK64LBC9vjZH9V17>)からも申し込みます。



問区成年後見センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内) ☎(5273)4522・FAX(5273)3082・skc@shinjuku-shakyo.jp

人生会議「生涯にわたって自分らしく生きていくために」

人生の最終段階の医療や介護等を、病院スタッフと一緒に考えてみませんか。

日9月30日(火)午後2時～3時30分

場牛込笹塚地域センター(笹塚町15)

対区内在住・在勤・在学の方、20名

申8月27日(火)～9月29日(月)に電話かファックス(2面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問健康政策課地域医療係 ☎(5273)3839・FAX(5273)3876

精神保健講演会

●心のサポーター養成研修

修了した方には認定証を差し上げます。

日9月30日(火)午後2時～4時30分

場区役所第2分庁舎分館1階会議室

対区内在住・在勤・在学の方、30名程度

申8月28日(木)～9月26日(金)に電話で問合せ先へ。先着順。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。

※申し込みには電子メールアドレスが必要です。

問保健予防課保健相談係 ☎(5273)3862



秋の呼吸器健康事業

●呼吸リハビリテーション講座

肺機能を高める呼吸法やストレッチ、筋力トレーニング法を理学療法士が実技指導します。動きやすい服装・靴でおいでください。

日10月2日(木)午後2時～4時

※希望する方には当日午後1時30分～2時に肺機能検査を実施します。

場新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)

対区内在住・在勤の15歳以上、30名

申9月1日(月)～26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。



●呼吸器健康相談

呼吸器内科専門医に、ぜん息や慢性閉塞性肺疾患による症状の悩みや治療等を相談できます(1人につき45分～60分)。

日▶①10月14日(火)、▶②11月4日(火)、▶③11月26日(水)、▶④12月8日(月)いずれも午後1時～5時

場区保健所健診会場(西新宿7-5-8、新宿都税事務所1階)

対過去3年以内に相談歴がない区内在住の15歳以上で、慢性呼吸器疾患の症状や心配がある方・治療中の方、各回5名

持内服中の方はお薬手帳等の処方内容が分かるもの

申9月1日(月)から▶①は10月10日(金)まで、▶②は10月31日(金)まで、▶③は11月21日(金)まで、▶④は12月5日(金)までに電話で問合せ先へ。先着順。

共通事項

問健康政策課公害保健係 ☎(5273)3048

生涯現役セミナー
シニア期に向けた暮らしと働き方

日10月6日(月)午後1時～3時45分

場牛込笹塚地域センター(笹塚町15)

対都内在住の55歳以上

内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

共新宿区

申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。同セミナーホームページ(右上二次元コード)。

<https://wac-seminar.com>)からも申し込みます。

問東京しごとセンターシニアコーナー ☎(5211)2335



ストレッチ&ボイストレーニング

日10月7日(火)午後2時～4時

申往復はがきに2面記入例のほか年齢・区内在勤の方は勤務先を記入し、9月13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