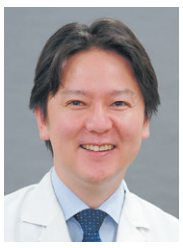
イベントのつづき

内タバコ等の生活習慣が肺に与える影響ほか
講朝倉啓介(慶應義塾大学病院呼吸器外科教授・**右写真**)



場 **申**当日直接、牛込箪笥区民ホール(箪笥町15)へ。先着順。手話通訳あり。
問 **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

平和マップウォーキング

「新宿区平和マップ」(**右図**)の信濃町・神宮外苑コースを解説付きで巡ります。飲み物・帽子をお持ちの上、歩きやすい服装と靴でおいでください。同マップは総務課総務係(本庁舎3階)、特別出張所等で配布しています。
日時・集合場所等 11月29日㈯午後1時30分に都営大江戸線国立競技場駅A2地上出口に集合、午後3時30分に解散(雨天中止)
対小学生以上(小学生は保護者同伴)
共新宿区平和派遣の会
問 **総務課総務係**☎(5273)3505

書道教室

日時・クラス ▶12月～令和8年3月の第1・第3月曜日…初級・中級・上級・研究科Ⅰ、▶12月～3月の第2・第4月曜日…研究科Ⅱ、いずれも午前クラス(午前10時～12時)と午後クラス(午後1時30分～3時30分)あり、各全8回
対区内在住・在勤の方、計10名
内 ▶初級…漢字・かなの基本、はがきの書き方ほか、▶中級…漢字・かな・変体かなほか、▶上級…手紙文・詩文・調和体ほか、▶研究科…千字文・百人一首・古典・古筆の臨書ほか
費1万円
申11月17日㈪から電話で問合せ先へ。先着順。
場 **問** **シルバー人材センター**(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場しごと棟)☎(3209)3181

わたしらしく生きる

●音楽家の生き方に学ぶ

ひきこもりの経験者が自分らしく生きること等を語ります。
日12月5日㈮午後2時30分～4時30分
場戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
対ひきこもり状態にある方や生きづらさを感じている方、15名程度
申11月17日㈪～12月4日㈫に電話で問合せ先へ。先着順。同イベントホームページ(**上**二次元コード。HP https://www.andante-shinjuku.net/1205watashirashiku/)からも申し込めます。
問 **区勤労者・仕事支援センター**☎(3200)3311

四谷まち歩き

●信濃町駅界隈(かいわい)と神宮外苑イチョウ並木

日時・集合場所等 12月6日㈯午前9時45分にJR信濃町駅改札前集合、正午ごろ神宮外苑イチョウ並木で解散(雨天決行)
主なコース 神宮外苑、聖徳記念絵画館、国立競技場
※施設には入りません。
費100円(資料代等)
申11月17日㈪～12月5日㈮に電話で問合せ先へ。先着15名。
問 **四谷地区協議会**(四谷特別出張所内)☎(3354)6171

新宿NPO活動基礎講座

●ワークショップ講座
～目的に応じたワークショップのノウハウを学ぶ

日12月6日㈯午後1時～5時
費2,000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。HP https://snponet.net)からも申し込めます。
場 **問** **新宿NPO協働推進センター**(高田馬場4-36-12)☎(5386)1315・FAX(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.net

リサイクル講座

●ネクタイから封筒型スマホポシェット作り

日12月11日㈭午前10時～午後4時

対区内在住・在勤の方、10名
費500円(材料費等)
持ネクタイ1本、裏布(木綿等)30㎝×60㎝以上、裁縫道具、筆記用具
共新宿環境リサイクル活動の会
申往復はがきに4面記入例のとおり記入し、11月27日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
場 **問** **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)

ささえーる 中落合の講座

●染(そめ)を学んで地域で活かそう！
地域イベントお手伝い入門

日12月13日・20日、令和8年1月17日・24日・31日、2月7日の土曜日、いずれも午前10時～12時、全6回
対区内在住・在勤・在学で染の小道イベント期間(令和8年2月20日㈮～22日㈰)に同館でお手伝いができる方、12名
内落合・中井地域散策、染色体験、工房見学ほか
申12月5日㈮までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
場 **問** **同館**(中落合1-7-1)☎(3565)6375(日曜日を除く午前9時～午後6時)

乳がん体験者の会「るぴなす」

日12月15日㈪午後2時～4時
対区内在住・在勤・在学で乳がんを経験した方
内講話「乳がんと上手につきあっていくために必要な食生活の知識」、交流会
申12月11日㈭までに電話で問合せ先へ。新宿区ホームページ(**右**二次元コード)からも申し込めます。
場 **問** **四谷保健センター**(四谷三栄町10-16)☎(3351)5161

マンション管理組合交流会

日12月15日㈪午後6時20分～8時15分
場戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
対区内の分譲マンションの管理組合役員・区分所有者ほか、40名程度
内マンションの規模やテーマごとの交流会(テーマは▶大規模修繕工事に向けた取り組み、▶管理会社との付き合い方、▶管理組合運営(総会・理事会運営、管理規約の改正等)、▶居住者間の良好なコミュニケーション(マンション内のコミュニティ形成、外国人とのコミュニケーション対応ほか))
※各グループには区マンション管理相談員等も参加します。
申11月18日㈫～25日㈫に電話または直接、問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(**下**二次元コード)からも申し込めます。申込時にマンションの築年数・階数・戸数と参加したいテーマを伺います。
問 **住宅課居住支援係**(本庁舎7階)☎(5273)3567

区民のひろば

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。

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

会員募集

◆太極拳 月3回月曜日午後1時30分～2時50分、金曜日午前10時10分～11時30分、落合第二地域センターで。**費**入会金2,000円・月3,500円。**問**悠気会太極拳・滝☎080(6605)5887

◆カラオケ 毎月第2・第4水曜日午前10時～12時、西新宿1丁目で。**費**入会金300円・月3,000円。**問**カラオケ生き生き会☎(3373)7260