

イベントのつづき

講座「男性育休経験者とリアルに
語ろう“家族と仕事の両立”」

●ウィズ新宿と区民団体との連携講座

仕事・育児・介護等、多様な役割を担う中で課題を整理し、家庭や職場で協力し合うための視点を学びます。

日 3月7日(出)午前10時～12時

対 区内在住・在勤・在学の方、30名

申 2月9日(月)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 区男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒
木町16) ☎(3341)0801

早稲田の街スプリングコンサート
2026

●地域をつなぎ人をつなぐ早稲田の街の音楽会

日 3月8日(日)午後2時～

5時30分(午後1時30分

開場、入退場自由)



内 プロの音楽家の演奏や、地域団体等による吹
奏楽・ダンス・口笛・合唱、福祉団体の紹介、「夏目
漱石と新宿」の上映

後援 新宿区・区教育委員会・早稲田大学ほか

場 申 当日直接、早稲田大学大隈記念講堂(戸塚
町1-104)へ。

区 同コンサート実行委員・大田 ☎(3209)8007

ささえーる 中落合の講座

●親子向け防災講座

「わくわく! フルーツパンケーキ作り」

防災知識を学びながら、パッククッキング(耐熱
性のポリ袋を使った調理方法)でフルーツパンケー
キを作りませんか。未就学児でも一緒に作れます。

日 3月20日(祝)午前10時～12時

対 区内在住・在勤・在学の親子、12組

持 エプロン、三角巾、筆記用具

申 3月13日(金)までに電話で問合せ先へ。応募者
多数の場合は抽選。

場 区同館(中落合1-7-1) ☎(3565)6375(日曜日
を除く午前9時～午後6時)

お知らせ

まちや暮らしに関する情報を掲載しています



事業者の方



勤労者の福利厚生は
ばる新宿にお任せください

●区内の中小企業・個人商店等の事業主の方へ

入会金1人につき200円、会費月額1人につき
500円で福利厚生サービスを利用できます。従業
員全員での入会が原則です。

対 区内に事業所がある従業員数300名以下の中
小企業等の従業員・事業主

内 ▶レジャー施設等の利用補助

▶演劇・展覧会の鑑賞券・スポーツ観戦券、レスト
ラン等の食事の利用補助

▶入浴・宿泊施設補助

▶健康診断・人間ドックの割引や利用補助

▶祝金・見舞金・弔慰金等の給付

ほか

区 ばる新宿 ☎(3208)2311



すべての方



次世代育成協議会

日 2月16日(月)午後1時30分～3時30分

場 申 傍聴を希望する方は当日直接、区立産業会館
(BIZ新宿、西新宿6-8-2)へ。託児はありません。

区 子ども家庭課企画係 ☎(5273)4261

四谷スポーツスクエア通年教室

●4月～令和9年3月開催分

詳しくは、同施設(四谷1-6-4)等で
配布しているチラシをご覧ください。
同施設ホームページ(右二次元コー
ド。 https://yotsuya-sports-square.jp/)で



もご案内しています。

申 込 期間 2月26日(木)まで

区 同施設 ☎(6273)2651(午前9時～午後10時)

区民ホールの割引引きを開始

利用日の14日前までに予約のない区分は、割引
料金で貸し出します。この機会に、区民ホールの舞
台を演奏やダンスの練習等に利用してみませんか。
詳しくは、区民ホールホームページ(右
二次元コード。 https://shinjuku.
hall-info.jp/)をご覧ください。



※観客を入れる催しや付帯設備の利用はできません。

実施期間 3月1日(日)利用分から

利用区分 ▶午前9時～12時、▶午後1時～5時、
▶午後5時45分～9時45分

受付開始 2月16日(月)午前10時から

費 1区分5,000円(前払い)

申 利用希望日の13日前～5日前に電話または直
接、利用したい区民ホールへ。先着順。

※角筈区民ホールは令和9年3月31日(木)まで休館し
ています。

区 ▶四谷区民ホール(内藤町87) ☎(3351)2118、
▶牛込笹塚区民ホール(笹塚町15) ☎(3260)3421

地域ささえあい活動助成金
申請団体を募集

対 区内で活動する福祉団体、町会・自治会、市民
活動団体ほか

対象事業 4月1日(火)以降に活動する、▶地域福祉
の視点が盛り込まれた行事や活動・学習会、▶地
域での支えあい・助けあい活動、▶ふれあい・いき
いきサロンの運営ほか

申 事前に電話連絡の上、所定の申請書等を2月20
日(金)までに直接、問合せ先へ。申請書
等は問合せ先で配布しているほか、問
合せ先ホームページ(右二次元コード。



HP https://www.shinjuku-shakyo.jp/)から取り
出せます。

区 区社会福祉協議会法人経営課(高田馬場1-17-
20) ☎(5273)2941

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。

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

催し・講座

◆中高齢者の^{ひざつう}膝痛教室 2月17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。費 無
料。申 当日直接、会場へ。区 正午～午後4時
に同センター整形外科 ☎(3364)0251

◆手話講座 ▶①3月4日(水)・18日(水)、▶②
3月14日(土)・28日(土)午前10時～11時30
分、いずれも全2回、地域活動支援センター
さくらんぼで。15歳以上対象。費 ①②各
500円。申 2月21日(出)までに電子メールで。
先着15名。区 同センター✉cherries-cs
@tokyo-shuwacenter.or.jp

◆鈴木花安ソプラノリサイタル「私の出発点
-独りで歌う合唱曲」に区民10名を無料招待
3月28日(出)午後7時から、新宿文化センター
で。申 2月10日(火)～3月10日(火)に電子メー
ルで。先着10名。一般は先着200名(一般は
4,000円(前売り3,500円)・学生は2,000
円)。区 Music Office Sonus✉moss.
serendipity@gmail.com