

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

 高齢者・介護 

4月の介護者家族会・
認知症介護者家族会

●介護者家族会

会場▶①四谷の会…2日(木)午後1時30分～3時30分/四谷保健センター等複合施設(四谷三栄町10-16)、▶②フレンズ…28日(火)午後2時30分～4時30分/牛込保健センター等複合施設(弁天町50)、▶③わきあいあい…8日(火)午後1時30分～3時30分/若松地域センター(若松町12-6)、▶④大久保・あった会…14日(火)午後1時30分～3時30分/大久保地域センター(大久保2-12-7)、▶⑤いっぶくの会…25日(土)午後1時30分～3時30分/聖母ホーム(中落合2-5-21)、▶⑥かずら会…17日(金)午後1時30分～3時30分/落合第二高齢者総合相談センター(上落合2-22-19、キャンパスエール上落合2階)、▶⑦ひととき…21日(火)午後1時30分～3時30分/柏木地域センター(北新宿2-3-7)

●認知症介護者家族会

会場▶⑧水曜日の会…15日(水)午前10時30分～12時/西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)、▶⑨木曜日の会…9日(木)午後1時30分～3時30分/百人町地域交流館(百人町2-18-21)、▶⑩金曜日の会…10日(金)午後1時30分～3時30分/牛込保健センター等複合施設

※⑩は講座「医者視点で話す認知症介護」を実施します。

共通事項

申▶①～⑨は当日直接、会場へ(入退場自由)。▶⑩は電話かファックス(5面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

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

高田馬場地域交流館の
施設サービス

●4月の麻雀開放

麻雀ができる部屋を開放します。誘い合わせの上、当日直接、おいでください。

※参加には利用証の作成が必要です。

日 4月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)午前9時30分～12時

対 区内在住の60歳以上

場 同館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816(午前9時～午後6時)

 すべての方 

市民とNPOの交流サロン 

ウェブ会議ツール[Zoom]を利用したイベントです。

日 4月9日(木)午後6時45分～8時45分

内 ノルディック・ウォークの普及と振興活動を行う東京都ノルディック・ウォーク連盟の活動紹介(語り手は同団体)

申 電話かファックス・電子メール(5面記入例のとおり)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。
URL <https://snponet.net/>)からも申し込めます。

場 NPO協働機構(高田馬場4-36-12) ☎(5206)6527・FAX(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.net

エコギャラリー新宿 4月の展示

展示時間はお問い合わせください。

日 10日(金)～12日(日)…第40期パラアーツスクール展(絵画ほか)、▶14日(火)～20日(月)…癒しの空間 梅村鎮男透明水彩画展、▶30日(木)～5月6日(火)…ヒマラヤ 光の詩9th(絵画)

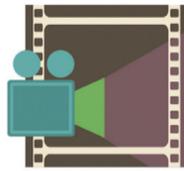
場 同館(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277

水曜上映会

日 4月15日(水)午後2時から(午後1時40分開場)
上 映作品「巡る、カカオ～神のフルーツに魅せられた日本人」(1時間29分)

申 当日直接、会場へ。先着40名。

場 同館 中央図書館(大久保3-1-1) ☎(3364)1421



新宿NPO活動基礎講座

●NPO入門講座

～さあ、NPO活動を始めましょう!!

日 4月16日(木)午後6時45分～8時45分

費 1,000円(資料代等)

申 電話かファックス・電子メール(5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。
URL <https://snponet.net/>)からも申し込めます。

場 同館 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

NISA運用を見直したい人のための基礎知識

日 4月17日(金)午後7時～8時30分

申 3月27日(金)から電話または直接、問合せ先へ。先着16名。

場 同館 下落合図書館(下落合1-9-8) ☎(3368)6100

ささえーる 薬王寺の講座

●フレイル予防料理講座

日 定 4月21日(火)午前10時～12時(6名)

内 季節を楽しめる料理紹介(試食あり)

費 400円(材料費)

持 エプロン、三角巾、マスク

●スマートフォン講座

当日スマートフォンは貸し出します。自分のスマートフォンの使い方の質問もできます。

日 定 4月22日(水)午後2時～5時(5名)

内 スマートフォン操作の基礎、区の防災情報の確認方法ほか

●ささえーる歌声広場

日 定 4月28日(火)午前10時～11時30分(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じた身体機能のトレーニング

共通事項

対 区内在住の60歳以上

申 4月8日(水)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)



ささえーる 中落合の講座

①歌声広場

日 4月23日(木)午後1時～3時

対 区内在住・在勤・在学の方、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じた身体機能のトレーニング

②ささえーる 中落合0円市

日 4月25日(土)午後1時～3時

内 金銭授受なしのフリーマーケット(食品不可。引き取り手のない物品は持ち帰り)、ドリンクコーナー

共通事項

申 ▶①は4月16日(木)までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

▶②は当日直接、会場へ。

※出品希望の方は4月18日(土)までに電話でお問い合わせください。

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

