

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

こども・教育

NPO法人市民の芸術活動推進委員会講座

①親子でアート

日 5月～10月の第4日曜日(8月を除く)午前10時30分～12時、全5回

対 5歳～小学生のお子さんと保護者、15組30名

費 各回1組につき1,500円(材料費等)

②子ども図工室

日 5月～10月の第2土曜日(8月を除く)午後1時30分～3時、全5回

対 5歳～小学生のお子さん、30名

※保護者は入室できません。

費 各回1,000円(材料費等)

共通事項

場 CCAAアートプラザ(四谷4-20)

申 往復はがきかファックス・電子メールに10面記入例のほか希望講座(①②の別)を記入し、4月28日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

問 NPO法人市民の芸術活動推進委員会・大澤 (〒160-0004四谷4-20) ☎(3359)3413・☎(3354)2708・✉ccaa4420@gmail.com

高齢者・介護

高田馬場地域交流館の催し

●株明治による「明治の食育」

～命を守る“水”見直そう! 水分補給

日 5月12日(火)午後2時～3時

対 区内在住の60歳以上、40名

内 水分補給のコツ、食事からの水分摂取の重要性

申 5月2日(土)～11日(月)に電話または直接、問合せ先へ。先着順。参加には利用証の作成が必要です。

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

認知症に関する相談

●認知症・もの忘れ相談

日 場 ▶①5月13日(火)…四谷高齢者総合相談センター(四谷三栄町10-16)、▶②5月27日(火)…落合保健センター(下落合4-6-7)、いずれも午後2時30分～4時

対 区内在住でももの忘れが心配な方、各日4名

内 医師による相談

申 4月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。

問 ▶①四谷高齢者総合相談センター ☎(5367)6770、▶②落合第一高齢者総合相談センター ☎(3953)4080

●認知症介護者相談

日 5月21日(木)午前9時30分～11時30分

場 区役所本庁舎3階302会議室

対 認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名

内 精神科医師による相談

申 4月17日(金)から電話で問合せ先へ。先着順。

問 高齢者支援課高齢者相談第一係 ☎(5273)4593

筋骨・体力確認会 ～きがるにチェック!

日 5月14日(木)午後2時～4時

場 柏木地域センター(北新宿2-3-7)

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、35名

内 運動能力・骨密度・血管年齢・パタカ(口腔機能)測定、介護予防体操の紹介ほか

申 4月17日(金)～27日(月)に電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。結果は全員に5月1日(金)ごろ発送します。新宿区ホームページ(下二次元コード)からも申し込みます。

問 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568



ポップスコンサート

●加橋章と北新宿パラダイスキング

日 5月17日(日)午後3時～4時

対 区内在住の60歳以上、30名

申 4月25日(土)から電話かファックス(10面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着順。参加には利用証の作成が必要です。

場 問 北新宿第二地域交流館(北新宿3-20-2) ☎(5348)6751(午前9時～午後6時)・☎(3369)0081

すべての方

四谷スポーツスクエア落語会

●落語家 春風亭昇咲の落語会

日 4月25日(土)午後1時～2時

費 1,650円

申 4月17日(金)から電話か電子メール(10面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着30名。

場 問 四谷スポーツスクエア(四谷1-6-4) ☎(6273)2651(午前9時～午後10時)・✉yotsuya_sports_square@tokyu-sports.co.jp

大久保キネマ

日 4月26日(日)午後2時～4時30分

場 大久保地域センター(大久保2-12-7)

上映作品 「続・深夜食堂」(1時間48分)

申 電話または直接、問合せ先へ。

問 大久保図書館(大久保2-12-7) ☎(3209)3812

下落合映画会

日 5月10日(日)午後2時～4時

上映作品 「キング・コング」(1時間40分。英語音声、日本語字幕)

申 4月17日(金)から電話または直接、問合せ先へ。先着20名。

場 問 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

①大切な人に思いを伝える講座

日 5月13日～6月24日の水曜日午前10時～12時、全7回

対 区内在住・在勤・在学の方、10名

内 心情を伝えるための書き方、撮影、編集ほか

②身体と脳を同時に鍛える! コグニサイズ

日 5月15日～6月5日の金曜日午前10時～12時、全4回

対 区内在住の60歳以上、20名

内 運動と計算・しりとり等を組み合わせた認知症予防のための運動

③ウォーキング講座

日時・集合場所等 5月19日(火)午前9時に同館に集合、正午ごろ神楽坂善国寺(神楽坂5-36)で解散

対 区内在住の方、20名

④スマートフォン講座

貸し出し用スマートフォンもあります。

日 5月20日(水)午後2時～5時

対 区内在住の60歳以上、5名

持 ご自身のスマートフォン

共通事項

申 4月28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(②は初めての方優先)。

場 問 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)

リサイクル講座

●タオルからぞうり作り

日 5月14日(木)午前10時～午後4時

対 区内在住・在勤の方、10名

費 400円(材料費等)

持 バスタオル1枚または浴用タオル6枚、物差し、はさみ、マスク、お持ちの方は目打ち・5本指ソックス



共 新宿環境リサイクル活動の会

申 往復はがきに10面記入例のとおり記入し、4月26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)