

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

Tokyo Girls Talk～女子中高生 向け女子大学生との座談会

現役女子大学生が中学生・高校生の悩みや相談に答える場を提供します。内容・申し込み方法等詳しくは、同イベントホームページ(右上二次元コード。<https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/twp-zadankai260823>)をご覧ください。
日 8月23日(日)午後1時30分～4時30分
場 東京ウィメンズプラザ(渋谷区神宮前5-53-67)
対 都内在住・在学の女子中学生・高校生と保護者
主 関 Tokyo Girls Talk事務局 ☎050(1752)8321

食育セミナー

●親子でたまごサンド作り
日 9月5日(出)午前10時～12時
対 区内在住の小学1～2年生のお子さんと保護者、10組(保護者1名につきお子さん2名まで)
持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク、筆記用具
申 8月7日(金)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)からも申し込みめます。
場 関 落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952)7161

高齢者・介護

高田馬場地域交流館の催し

●お試し高田馬場将棋同好会
月4回活動している将棋団体の体験講座です。
日 8月26日(水)午後2時～4時
対 区内在住の60歳以上、8名
申 8月7日(金)～25日(火)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 関 同館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816(午前9時～午後6時)

筋骨・体力確認会 ～きがるにチェック！

年度内1人につき1回まで参加できます。
日 9月8日(火)午後2時～4時
場 牛込笹筥地域センター(笹筥町15)
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 8月7日(金)～25日(火)に電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は全員に郵送でお知

らせします。新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申し込みめます。
関 地域包括ケア推進課介護予防係 ☎(5273)4568



障害のある方



障害者福祉センターの講座

①羊毛フェルト講座
～羊毛刺繍^{ししゅう}のブローチとミニワッペン
日 定 9月8日～10月13日(9月22日(休)を除く)の火曜日午前10時～12時、全5回(6名)
②パソコン講座～エクセル応用
日 定 9月3日～10月29日の木曜日午後1時30分～3時、全9回(8名)
共通事項
費 1回100円(減免制度あり。①は別途材料費1,200円が必要)
申 8月19日(水)までに電話かファックス(10面記入例のほか希望講座(①②の別)、障害名・手帳の種類を記入)または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は障害者手帳をお持ちの方を優先して抽選(定員に余裕がある場合は家族も参加可)。
場 関 同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711(日曜日、祝日等を除く)・FAX(3232)3344

すべての方



怪談話

日 8月23日(日) ▶ 午後1時～2時40分、▶ 午後4時～5時40分
対 区内在住・在勤・在学の方、各回50名
内 荻原浩「殺意のレシピ」、遠藤周作「針」、辻村深月「十円参り」
朗読 あるていすと(戸山朗読会)
申 8月8日(出)から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場 関 大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209)3961

朗読で聴く怪談

●没後122年「小泉八雲の世界」
「耳なし芳一」「雪女」を朗読と和楽器の生演奏でお届けします。
日 8月30日(日)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)
対 区内在住・在勤の小学生以上、110名(小学3年生までは保護者同伴)
朗読 河原田ヤスケ、神由紀子(いずれも俳優)
演奏 松本浩和(尺八)、仲林光子(薩摩琵琶)
申 8月8日(出)午前10時から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場 関 若松地域センター(若松町12-6) ☎(3209)6030

家族介護講演会

●心がフツと軽くなる
がんばるあなたのひと息タイム
日 9月1日(火)午後2時～4時
場 戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
内 介護のコツ等の講話、リフレッシュ体験
申 8月7日(金)から電話かファックス(10面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着50名。
関 高齢者支援課高齢者相談第二係 ☎(5273)4254・FAX(5272)0352

四谷ひろばスマホ・パソコン講座

日 関 ▶ ①ネット活用入門(パソコン)…9月2日～23日の水曜日午後1時～3時、▶ ②スマホ入門…9月4日～25日の金曜日午後1時～3時、いずれも全4回
場 四谷ひろば(四谷4-20)
費 いずれも6,000円(資料代等)
申 往復はがきに10面記入例のほか希望講座(①②の別)を記入し、8月8日(出)～20日(必着)に四谷ひろば「パソコン教室」係(〒160-0004四谷4-20)へ。申し込みが2名以下の場合は中止します。
関 四谷ひろば運営協議会・鈴木 ☎080(3219)0087

ウォーキングマスター養成講座

運動靴と動きやすい服装でおいでください。
日 関 ▶ ①9月3日(休)…オリエンテーション
▶ ②9月10日(休)…ウォーキングイベントの企画・運営
▶ ③9月17日(休)…コースマップの作り方
▶ ④9月24日(休)…コースマップの発表・決定
▶ ⑤10月1日(休)…作ったコースを歩いてみよう
▶ ⑥10月8日(休)…復習・ウォーキングを続けるために
▶ ⑦10月15日(休)…講演「歩くためのカラダの仕組み」
※いずれも時間は午前9時15分～11時45分です(全7回)。
場 ▶ ①②③⑥⑦大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)
▶ ④角筥地域センター(西新宿4-33-7)
※⑤は新宿中央公園(西新宿2-11)をスタート地点とした屋外(コース)で実施します。
対 区内在住・在勤・在学の方、区内でNPO法人等で活動している方、20名
申 8月7日(金)～9月2日(火)に電話かファックス(10面記入例のほか生年月日を記入)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)からも申し込みめます。
関 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494・FAX(5273)3930

ホームスタート訪問ボランティアになりませんか

妊娠中の方や未就学児のお子さんがいる家庭を訪問し、子育ての悩みを聴いたり、一緒に育児