毎月5・15・25日発行
8/15
令和7年(2025年)
No.2508

広報 新宿 SHINJUKU

今年は戦後80年
平和への願い



昨年の長崎への平和派遣の様子

2-3面で戦争体験談等をご紹介しています

発行：新宿区
編集：区政情報課
〒160-8484　新宿区歌舞伎町1-4-1　☎(3209)1111
HP https://www.city.shinjuku.lg.jp/
※本紙に記載の電話番号は市外局番(03)を省略しています。

区のサービス・手続き・施設のご案内

しんじゅくコール ☎(3209)9999・FAX(3209)9900
土・日曜日もご案内
受付時間：午前8時～午後7時
聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせは、
しんじゅくコールのファックスをご利用ください。
「新宿区総合案内用AIチャットボット」もあわせてご利用ください(24時間利用可)。
AIチャットボット

CONTENTS

成年後見制度をご活用ください…4面 ／ SHINJUKU♡しんぽ～9月1日から今年度第2期が始まります…5面
新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン 参加者募集！…6面 ／ 都市型音楽フェス SHIN-ONSAI 2025-the Circuit-開催！…12面

広報新宿は、新宿区ホームページ、
webサイトやアプリからもご覧いただけます。

新宿区ホームページ
マイ広報紙
アプリ「マチイロ」App Store
アプリ「マチイロ」Google Play ストア

伝えていきたい 平和の大切さ

戦争体験談① ～特攻隊として出征した体験　15歳、決死の覚悟で特攻隊に



近藤伸一さん
(終戦時 15歳)

親孝行したい一心で特攻隊に志願

尋常高等小学校、現在の中学校の卒業が近づいてきたころ、私は進路に悩んでいました。当時の日本は、政治・経済・教育全てが軍国主義の中、「息子が戦地に行くことが家の誇り、親孝行」という世間の風潮でした。私は農家の長男として、とにかく親孝行をしたいと考えていました。

学校の先生に相談すると、軍隊への志願をすすめられた上、「近藤は、陸軍の戦車学校に行ったほうがいい。最難関の予科練に合格するのは難しいから」と言われたのです。負けず嫌いの私は、「何だと！ならば海軍に合格してやる！皆の憧れの七つボタンをつけるんだ」と、勉強に励み体を鍛え、3回もの試験を通り合格しました。しかし、両親は反対すると分かっていたため黙って受験したのでした。

昭和19年5月、ついに召集令状が届くと、何も知らない両親はショックを受けた様子で黙っていました。出征を拒めば、非国民・国賊だったからです。

出征の日、私は、「本日より、一旦入団の暁には、二度とこの土を踏まない覚悟であります！」と叫びました。見送りに来た多くの人の拍手と万歳三唱が響く中、振り返ると小さな妹を抱いた母が呆然と立ち尽くしていました。それでも母は泣きながら私に「伸一、達者でな」と手を握りしめたまま離しません。私は胸が張り裂けそうで、声を発することができませんでした。母のその手の感触は、今も忘れることはありません。

15歳、両親へ形見と遺書を

昭和20年8月13日、自分の最後の姿を写真に撮り、形見として爪・髪の毛が集められ、両親へ遺書を書きました。私は満15歳、日本のために命を捨てる覚悟を決めました。

8月14日、激戦の地・沖縄に向かうための輸送船が舞鶴港に現れません。不安と混乱の中、8月15日の終戦を迎えました。後で分かったことですが、乗るはずだった船は途中で爆撃され沈没してしまったそうです。



▲入隊後、「七つボタン」の制服を着て

敗戦に沈む10月、両親の待つ新潟に戻りました。特攻隊として国のために命を捨てると決意したのに、使命を果たせず無事に帰ってきてしまった私は、生きる意味を失っていました。時が経つほど苦しみは深まるばかりでした。

その後、縁あって上京、そこで人々が苦しい中でも懸命にもがき前向きに生きる姿を見て、私ももう一度自分の人生を生きてみようと立ち上がりました。何事も真面目に誠実に取り組み、ガムシャラに生きてきました。

15歳で死ぬはずだった私は、95歳になりました。毎日、生きていることに感謝し、支えてくださる皆さんに感謝し、これからも、命ある限り自分の体験を語っていこうと決意しています。

戦争体験談② ～埼玉県大宮で空襲を体験　焼夷弾の炎から逃れて



近藤滋子さん
(終戦時 13歳)

軍事訓練一色の青春時代

私の青春時代は、なぎなたや竹やり・草刈りなど、軍事訓練の記憶で塗り潰されています。

毎月1日と15日は、女子学生が必勝のハチマキ姿で隊列を組み、日本は神の国だから必ず勝つと、「撃ちてし止まん」「八紘一宇」と声を張り上げて叫びました。「お国が勝つまでは」を合言葉に贅沢は敵と見なされ、日常生活の細部に至るまで我慢我慢の日々でした。

空襲で焼け落ちた家

昭和20年3月の東京大空襲、毎日、東京方面の空は赤く焦げたようでした。そして4月、ついに大宮にもB29が襲来、駅の車両基地を狙った爆撃が開始されました。駅前の一角に住んでいた私たち家族は、必死で逃げた防空壕の中から、焼夷弾が間断なく降ってきて辺りが火の海になっていく様子を見ていました。「命が助かってよかった」と言う両親の声に振り返ると、屋根も柱も真っ黒に焼け落ちた我が家がありました。その中で使えそうな畳を重ねて雨風を避け、家族で肩を寄せ合い暮らすことになったのです。

配給制度の中で、サツマイモの蔓が一番のご馳走でした。終戦後の空虚な日々の中で、私たち庶民は必死に生きてきました。

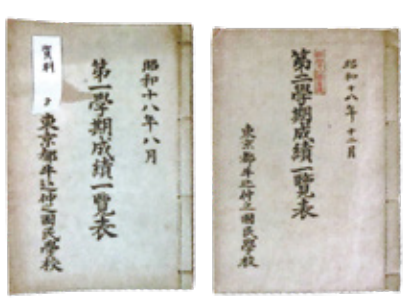
私は人の人生を翻弄し悲惨な目に合わせた戦争が嫌いです。戦争は人を不幸にします。その戦争を起こさないためには、私たち戦争体験者が体験を語り、戦争の悲劇を伝えていかなくてはなりません。家族・お友達・地域の皆さんと共に平和をつくり、日本から世界へと広げていきましょう。

学校に残る当時の記憶

区内の小学校で所蔵している、当時の子どもたちの様子が分かる資料を紹介します。



▲戦前の教科書(高等小學讀本・高等小學國史)



▲第一學期・第二學期成績一覧表(昭和18年)



▲学童疎開　目白駅に向かって(昭和19年)



▲青空教室(昭和20年)

区では、さまざまな平和啓発イベントを行っています。
これまでに開催したイベントで、区内在住者に語っていただいた戦争体験談を紹介します。
問 総務課総務係☎(5273)3505

戦争体験談③ ～広島での被爆体験

一瞬で全てが焼け落ち、幼い弟の命も奪った原爆



吉濱幸子さん
(終戦時 14歳)
(新宿区被爆者の会「新和会」)

ピカーっと光って黄色に包まれ ドカーンという轟音と爆風が

昭和20年8月6日、私が旧制の高等女学校の3年生、14歳の時の話です。私は広島市天満町にあった三宅製針という軍需工場に学徒動員として奉仕していました。天満町は爆心地から1.2kmと非常に近いところです。

その日の朝、空を飛ぶB29の銀色の機体から、ブルンブルンと不気味な音が聞こえていましたが、空襲警報も警戒警報も解除され、それぞれの持ち場について作業を始めた時のことです。

掘りかけの防空壕の穴の中で4～5人の友人と作業をしていたら、急に周囲がピカーっと光ったと思った途端、辺りが黄色に包まれ、すぐにドカーンという轟音がしました。爆風で吹き飛ばされたさまざまな破片が穴の中に次々と飛んできて、穴の中に伏せている私たちの頭上を埋め尽くしてしまいました。私たちは深さ1.5mの防空壕の穴の中で気絶していました。

しばらくして穴から這い出してみると、周囲の建物は全て崩れ落ち、至る所から火が立ち上り、朝なのにひどく薄暗く、「助けて」というううめき声が方々で聞こえます。それは、まるで修羅場のようでした。

私は友人と手を取りながら、己斐(広島市西部)の山の方に逃げる人たちの無言の列に加わって逃げました。逃げる途中でねっとりとした黒い雨にあたり、それが露出した肌にまとわりつき、身も心も恐怖でいっぱいでした。

午後になって救援隊のトラックが来ました。友人の家がある大野(現・廿日市市)を目指し、そのトラックに乗って日本三景で有名な宮島口まで行きました。大野は宮島の隣の駅なので、そこからは友人と2人でとぼとぼと歩き友人の家に着きました。



▲私の親友でもあり命の恩人の友人と

私の家は爆心地の東の比治山公園という小高い丘のふもとにあったので、とても家に帰れる状態ではなく、友人の家に2日ほど泊めてもらいました。その後、友人のお父さんに自転車で家まで送ってもらうことになりました。

広島の美しい川を屍が流れる 経験したことのない修羅場

広島市内の入り口の己斐まではどうにか行けたのですが、そこから市内に入るのが大変でした。

広島は市内に6本の川(当時は7本)が流れ、その川の三角デルタの上に発展した美しい街です。そのため、家に帰るには川に架かった鉄橋を渡る必要があります。鉄橋の枕木は全部焼け落ちていたので、残っていた鉄の部分だけをつかんでどうにか渡り切りました。渡っている途中で下を覗いてみると、水を求めて入水し溺れた人の屍が、いかだのように流れていました。

なんとか我が家に辿り着き、両親・姉と対面しました。ですが、当時小学2年生だった弟は、外で遊んでいた時に直爆(直接被爆)して死亡し、小さい骨壺に入っていました。私はこの時ほど命のはかなさを感じたことはありません。



▲薬局で研修中の頃。友人と共に

これを機に、奇跡的に助かった命で、何か世の中の役に立てる仕事をしたいと決心して、薬剤師の道を選んだのです。

私は5年制の女学校を卒業し、進学のために昭和23年に上京してきましたが、当時の東京駅はすすだらけで駅前は何一つない焼け野原でした。こんなところで生活できるのかと不安でしたが、親戚の家のある西落合は東京大空襲から免れ、家も残っていて、現在もこの家に住み続けています。



▲かつて開業していた自宅兼店舗の薬局

戦後の何もない時代でしたが、国民が一致団結して頑張ってきたおかげで現在の平和があるのだと痛感しています。戦争ほど愚かで惨めなものはありません。

毎年8月6日は、平和記念公園横の元安川で灯籠流しが行われています。戦争で亡くなった人の冥福を祈り、思いを託した灯籠がゆらゆらと川を流れる様は、心癒やされる一瞬です。

区の平和への取り組み

新宿区親と子の平和派遣

地域の平和の担い手を育むため、8月に区民の親子を広島と長崎に毎年交互に派遣しています。今年は広島に派遣しました。
問 総務課総務係

平和のポスター展



区立小・中学校の小学4年生～中学3年生が平和をテーマに描いたポスターを展示します。
日場 右表のとおり(土・日曜日、祝日を除く)。時間はいずれも午前8時30分～午後5時(火曜日は午後7時まで(8月20日㈬は正午まで))
問 ▶区役所本庁舎での展示…教育支援課教育活動支援係☎(3232)1054
▶特別出張所での展示…総務課総務係

会場		日程	展示作品
区役所本庁舎1階ロビー		8月20日㈬正午まで	最優秀賞・優秀賞・優良賞
特別出張所	▶箪笥町(箪笥町15)	9月2日㈫～11日㈭	▶最優秀賞 ▶左記の各地域内の小・中学生の優秀賞・優良賞
	▶榎町(早稲田町85)		
	▶戸塚(高田馬場2-18-1)		
	▶落合第一(下落合4-6-7)		
	▶落合第二(中落合4-17-13)		
	▶四谷(内藤町87)	9月16日㈫～25日㈭	
	▶若松町(若松町12-6)		
	▶大久保(大久保2-12-7)		
	▶柏木(北新宿2-3-7)		
	▶角筈(西新宿4-33-7)		

日＝日時・期間　定＝定員　費＝費用　共＝共催
場＝会場・場所　内＝内容　持＝持ち物　申＝申込・申請方法
対＝対象　講＝講師　主＝主催　問＝問合せ

＝オンライン開催　＝HPで詳しく

はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み
①講座・催し名 ②〒・住所 ③氏名(ふりがな)
④電話番号(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)

※往復はがきは、各記事で指定がある場合のみ。　※費用の記載のないものは、原則として無料。
※電子メールは、件名に講座・催し名を記入。

…こども・教育　…高齢者・介護　…障害のある方　…事業者の方　…すべての方　…人材募集

ピックアップ

地域で安心して暮らし続けられるように

成年後見制度をご活用ください

区成年後見センター

新宿区ホームページ



●成年後見制度とは

認知症・知的障害・精神障害等により、すでに判断能力が十分でない方のための「法定後見制度」と、将来の不安に備えて本人があらかじめ後見人を選ぶ「任意後見制度」があります。

家庭裁判所が、申し立てに基づき親族・専門家(弁護士等)・市民後見人・法人(社会福祉協議会等)などから成年後見人等を決定し、財産の管理や生活・医療・介護・福祉に関わる契約等をお手伝いできるようにします。

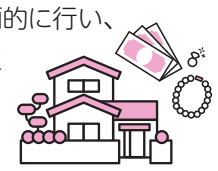
◆お気軽にご相談ください



■成年後見人は以下のことをお手伝いします

●財産の管理

本人の資産や収支状況を把握し、本人のために必要かつ相当な支出を計画的に行い、資産を安全に管理します。



●生活・医療・介護・福祉に関わる契約

本人がその人らしい生活を送るため、介護サービスの利用や施設への入所契約等を代理で行います。



制度のご相談は 区成年後見センター へ
☎(5273)4522・FAX(5273)3082
高田馬場1-17-20(区社会福祉協議会内)
※司法書士(月曜日)・弁護士(水曜日)・社会福祉士(金曜日)の専門相談(午後1時～2時・午後2時30分～3時30分)も実施しています(予約制)。

■区社会福祉協議会が法人として成年後見人等になる法人後見事業を行っています

詳しくは、お問い合わせください。区成年後見センターホームページ(**上**二次元コード**上**。HP https://www.shinjuku-shakyo.jp/business/centernogoannnai/)でもご案内しています。

■成年後見制度の利用に必要な費用を助成しています

制度の利用を開始する際に必要な家庭裁判所への申し立て費用と、利用開始後の成年後見人等への報酬を助成しています。詳しくは、お問い合わせください。新宿区ホームページ(**上**二次元コード**下**)でもご案内しています。

問 地域福祉課福祉計画係☎(5273)3517

◆市民後見人養成基礎講習に参加しませんか

区社会福祉協議会の監督のもと、財産管理や契約締結等をお手伝いするなど、地域の身近な立場で成年後見活動を行う市民後見人として活動しませんか。受講を希望する方は**右記**説明会への参加が必要です。説明会後、本講習受講のための書類選考があります。詳しくは、お問い合わせください。新宿区ホームページ(**右**二次元コード)でもご案内しています。

日 10月24日㈮・31日㈮、11月7日㈮・12日㈬・19日㈬・26日㈬午後1時から(4時間程度)、全6回
場 区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)
対 区内在住・在勤・在学または区内で高齢者・障害者に関わる社会貢献活動の実績があるおおむね65歳以下で、月～金曜日の昼間に市民後見人等として活動できる方
内 成年後見制度の仕組み・知識・理念、被後見人とのコミュニケーション、支援のための法律、障害者・高齢者の理解ほか
※本講習受講後、登録選考試験があります。

●受講説明会
左記基礎講習の受講申請書類を配布します。
日 9月4日㈭午後2時～3時
場 区社会福祉協議会
申 8月29日㈮までに電話かはがき(必着)・ファックス(4面記入例のほかお持ちの方はファックス番号を記入)または直接、問合せ先へ。定員45名。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選者にのみ連絡します。

同基礎講習

問 地域福祉課福祉計画係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階)
☎(5273)3517・FAX(3209)9948

9月1日から
今年度第2期が
始まります

楽しく歩いて健康に! SHINJUKU♥しんぽ

歩いて、健康と
景品をゲット!!

「SHINJUKU♡しんぽ」は、日常生活の中で歩いた歩数に応じてポイントが付与され、ポイントを貯めると景品獲得のチャンスがある健康づくりのための取り組みです。

健康保持に効果的な1日の歩数の目安
8,000歩
75歳以上は無理せず5,000歩

対4月1日時点で18歳以上の区に住民登録のある方
問▶専用コールセンター☎0570(077)122
▶健康づくり課健康づくり推進係(〒160-0022 新宿5-18-14、第2分庁舎分館分室5階)☎(5273)3494

STEP 1 次のいずれかの方法で参加

参加方法① スマホアプリで参加

各アプリストアでインストール

iPhone用　Android用

今すぐ登録できる!

★コーヒークーポンが当たるアプリ限定イベントも随時開催します





▲区内の名所を巡るウオーキングコース



▲毎日の歩数が一目で分かるグラフ

参加方法② 活動量計で参加

コンパクトで持ち運びやすい!



健康づくり課・保健センターで申し込みを受け付けています(数に限りあり)。

STEP 2 歩いてポイントを獲得

ポイント対象期間 ▶2期…9月1日(月)～11月30日(日)
▶3期…12月1日(月)～令和8年2月28日(土)

スマホアプリの方　アプリを開くだけで歩数に応じてポイントを獲得

活動量計の方　データ送信用端末(区内26か所)にタッチすると、歩数に応じてポイントを獲得

STEP 3 対象期間内に一定のポイントを貯めると、抽選で景品獲得のチャンス!

▶選べるカタログギフト…10名
▶QUOカード1,000円券…650名
▶区立文化施設ペアチケットセット…10名
▶「テルマー湯」一般利用ペアチケット(㈱テルマー湯協賛)…20名
▶新宿コズミックセンタースポーツプログラム「レガスポ!」回数券5回分(新宿未来創造財団協賛)…10名
▶果実のドリンクジュレ5個入り(㈱新宿高野協賛)…15名
▶全国共通たまごギフト券(JA全農たまご㈱協賛)…15名

※いずれの参加方法も自動で抽選対象になりますが、スマホアプリの方は、アカウント設定で氏名・住所等を登録する必要があります。

障(マル障)受給者証を発送します

●8月下旬に発送します

東京都心身障害者医療費助成制度(★)の対象で、9月以降も受給資格のある方に、9月1日(月)から1年間有効の受給者証(右図)を発送します。9月になっても届かない方は、お問い合わせください。

★…国民健康保険や社会保険等の健康保険の自己負担分から一部を差し引いた額を助成する制度です(入院時食事療養・生活療養標準負担額は対象外)。

問障害者福祉課経理係☎(5273)4520・FAX(3209)3441

次の方は受給資格があります～未申請の方は申請を

対原則として、区内在住で健康保険に加入し、令和6年中の所得が基準額以下の64歳以下で、下記のいずれかを取得した方
▶身体障害者手帳1級・2級(内部障害者は1～3級)
▶愛の手帳1度・2度
▶精神障害者保健福祉手帳1級

※所得基準額は東京都ホームページ(右下二次元コード。HP https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/seikatsu/josei/marusyo)をご確認ください。

※次の方は対象となる可能性があります。
▶以前に所得超過で資格を喪失した方で、所得が基準額以下になった方、▶これまで扶養義務者の所得超過で対象外だった20歳未満の方で、20歳到達以降本人の所得が基準額以下の方



※後期高齢者医療制度被保険者で令和7年度の住民税が課税の方や、健康保険の自己負担のない施設に入所している方は対象外です。

申身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかと資格確認書等を直接、障害者福祉課相談係(本庁舎2階)へお持ちください。

問障害者福祉課相談係☎(5273)4518・FAX(3209)3441

2026年1月25日開催

SHINJUKU CITY 23rd 新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン HALF MARATHON

区内在住の方の先行エントリーは 8月22日 午後0時30分から

参加者募集！

新宿駅東口前を走り神楽坂を駆け上がるハーフマラソンのほか、お子さんや家族等でも参加できる多様な種目があります。

メイン会場 **国立競技場**(霞ヶ丘町10-1)

Topics

ファンラン5kmとリレー種目を新規開催

リレーは2～5人1チームで国立競技場内1kmのコースを5周します。グループや家族でご参加ください。



●ランナーエントリー ★先行エントリー期間にエントリーした方に限ります。

種目	対象	定員	費用
ハーフマラソン(日本陸連公認)	高校生以上	6,300名	1万1,000円 区内在住の方は1万円(★)
		エントリー協賛 100名	3万1,000円
		ふるさと納税 100名	5万円
10km(日本陸連公認)		3,000名	6,000円 区内在住の方は5,000円(★)
3km	高校生以上	600名	2,500円
	中学生	200名	2,000円
2km	小学5～6年生	1,000名	1,000円
	小学3～4年生		
1km	小学1～2年生		
ファミリーラン(1km)	小学生までのお子さんと18歳以上の保護者 2～3人1組	1,000組	▶お子さん 1,000円 ▶保護者 2,000円
スペシャルラン(場内200m)	小学生、70歳以上、小学生以上で障害のある方	100名	1,000円
ひよこ(場内42.195m)	未就学児と18歳以上の保護者、2人1組	400組	1組1,000円
ファンラン5km(場内1km×5周)	高校生以上	300名	3,500円
ファンランリレー(場内1km×5周)	小学生以上 2～5人1チーム	200チーム	1人2,000円

※いずれも支払い方法は、クレジットカードまたはコンビニ決済です。**上記**費用のほか、システム手数料がかかります。

●エントリー期間・方法

種別	エントリー期間(いずれも先着順)	エントリー方法
先行エントリー(全種目) ※区内在住の方が申し込めます。	8月22日㈮午後0時30分～31日㈰	▶インターネット HPhttps://www.sportsentry.ne.jp ▶電話(ハーフマラソンを除く) ☎0570(039)846(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時) ※ふるさと納税について詳しくは、同イベントホームページ(**下**二次元コード)をご覧ください。
エントリー協賛・ふるさと納税(ハーフマラソン)	8月22日㈮午後0時30分～10月31日㈮	
ハーフマラソン	▶第1次受け付け…9月7日㈰午後0時30分～11時59分 ▶第2次受け付け…9月8日㈪午後0時30分～10月31日㈮	
10km・その他種目	9月8日㈪午後0時30分～10月31日㈮	

ボランティア、協賛企業等を募集しています

申し込み方法・期限等詳しくは、同イベントホームページ(**右下**二次元コード。HPhttps://www.shinjukucity-halfmarathon.jp/)をご覧ください。

▶**ボランティアメンバー(10月31日㈮まで募集)**…お揃いの帽子で参加するなど、グループをアピールすることもできます。

▶**ボランティアリーダー(選考あり。9月30日㈫まで募集)**…他のボランティアメンバーをまとめ、円滑な運営にご協力いただきます。

▶**協賛いただける方・企業**…同大会のサポートをお願いします。

問**同大会実行委員会事務局**(新宿未来創造財団内)☎(3232)7701

柳田國男(やなぎたくにお)と「遠野物語」

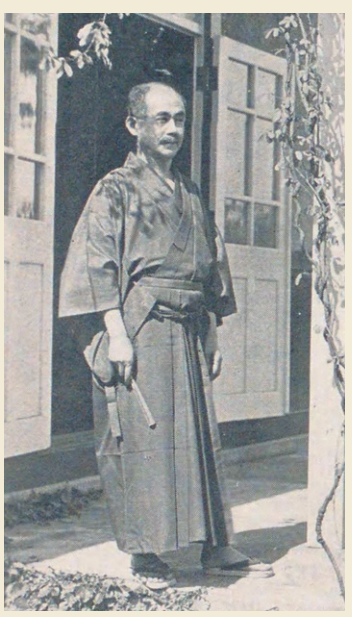
日本民俗学の父・柳田國男(**右下写真**)は、明治34年から約26年間、市谷加賀町で暮らし、この地で岩手県遠野の民話を聞き書きした「遠野物語」を発表しました。柳田生誕150年、「遠野物語」発表115年を記念した講演と朗読をお楽しみください。

日9月23日㈫午後2時～4時30分

場新宿歴史博物館(四谷三栄町12-16)

申はがきかファックスに4面記入例のとおり記入し、9月1日(必着)までに問合せ先へ。定員100名程度。応募者多数の場合は抽選し、結果は9月8日㈪以降に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)からも申し込めます。

問**文化観光課文化資源係**(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎6階)☎(5273)4126・FAX(3209)1500



出典…国立国会図書館「近代日本人の肖像」

インバウンド向け 観光プロモーション動画を公開しました

Experience It All in Shinjuku！新宿の多様な魅力を世界に発信

新宿観光振興協会では、多様性あふれる新宿の見所をインバウンドに向けて発信するため、「グルメ」「文化・祭り」「風景・光景」「エンタメ」「体験」の5つのカテゴリーに分けて新宿の魅力を紹介する観光プロモーション動画(全10本)を作成しました。

動画は多言語で、同協会特設サイト(**右下**二次元コード。HPhttps://www.kanko-shinjuku.jp/officialmovie_ja/)から視聴できます。

問**同協会**☎(3344)3160



ダイジェスト版サムネイル

元気な高齢者向け介護予防教室

10月～12月の参加者を募集

日場定内右表のとおり。午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分、各全9回(祝日を除く)

対区内在住の65歳以上

※健康状態により参加をお断りする場合があります。

※介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業の対象の方は参加できません。

費1回100円



申はがき(1人につき1枚)に4面記入例のほか生年月日・受付番号(1～12の別。第2希望まで希望順)を記入し、8月25日㈪(消印有効)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は、初めて参加する方を優先して抽選し、結果は応募者全員に9月4日㈭ごろお知らせします。新宿区ホームページ(**右上**二次元コード)からも申し込めます。

※同時期に**右表**の複数の教室には参加できません。

※当選者には、後日発送する承諾書に緊急連絡先(住所・氏名・電話番号・参加者との関係)を記入し、提出していただきます。

問地域包括ケア推進課介護予防係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階)☎(5273)4568

教室名・内容	受付番号	会場	曜日・時間 初回の日程	定員
シニア脳活トレーニング教室 認知症の予防(認知症と診断された方を除く)	1	早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	火曜日・午後 10月7日	15名
	2	落合第一地域センター(下落合4-6-7)	水曜日・午後 10月1日	15名
シニアバランストレーニング教室 座って行う運動を中心に、上半身を鍛えて若々しく動ける体づくり	3	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	水曜日・午後 10月1日	20名
	4	高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	火曜日・午前 10月7日	20名
	5	上落合地域交流館(上落合2-28-8)	木曜日・午前 10月2日	15名
	6	高田馬場地域交流館(高田馬場1-4-17)	金曜日・午前 10月3日	20名
シニアスポーツチャレンジ教室 立って行う運動を取り入れ、下半身の筋力を鍛えて転倒予防	7	細工町高齢者在宅サービスセンター(細工町1-3)	火曜日・午前 10月7日	7名
	8		木曜日・午前 10月2日	7名
	9	ささえーる 中落合(中落合1-7-1)	火曜日・午前 10月7日	14名
	10	東五軒町地域交流館(東五軒町5-24)	火曜日・午前 10月7日	15名
	11	西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	金曜日・午前 10月3日	20名
	12	戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	金曜日・午後 10月3日	25名

東京都シルバーパスの一斉更新

更新期間は8月31日まで

●都内在住の70歳以上の方へ

シルバーパスをお持ちの方に、7月下旬に東京バス協会から更新申込書を発送しました。更新方法等詳しくは、同封の案内をご覧ください。

対都営バス、都営地下鉄、都電荒川線、日暮里・舎人ライナーと都内の民営バス

費▶令和7年度の住民税が課税の方…1万2,000円

▶令和7年度の住民税が非課税の方…1,000円

▶令和7年度の住民税が課税で令和6年の合計所得金額が135万円以下の方…1,000円

▶平成17年度の住民税が非課税で、令和6年度まで途切れることなく継続して毎年の経過措置により1,000円でシルバーパスの発行を受けている方…1,000円

更新方法 シルバーパス常設発行窓口や電子申請の方法、必要書類等詳しくは、新宿区ホームページ(**右下**二次元コード)をご覧ください。

▶費用が昨年と同じ方…更新申込書を同封の返信用封筒で返送すると、後日、負担金払込票が送付されますので、コンビニエンスストアでお支払いください。

▶費用が昨年と変わった方…利用負担額が1,000円から1万2,000円に変更になる方は、更新申込書(同封の返信用封筒で返送)か電子申請で、2万510円から1,000円に変更になる方は、シルバーパス常設発行窓口か電子申請で手続きしてください。

※区役所・特別出張所に臨時窓口は設置しません。

※引き続き1,000円パスの更新を希望する方は、申請の際に住民税の課税状況等が分かる書類の提出が必要です。電子申請でも更新できます。

問東京バス協会(シルバーパス専用電話)☎(5308)6950(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時)

大宮けんぽグラウンドの利用申し込み

落合中央公園野球場の休場期間中、大宮けんぽグラウンド第8区画(埼玉県さいたま市西区二ツ宮113-1)を利用できます。利用には団体登録が必要です。詳しくは、新宿未来創造財団ホームページ(**右上**二次元コード。HP https://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=139217)をご確認ください。

利用時間 ▶月～金曜日…午前9時～午後5時、▶土・日曜日、祝日…午前8時～午後5時(原則として、火曜日、年末年始等を除く。11月1日㈯～令和8年3月13日㈮は午後4時まで)

利用種目・料金 ▶サッカー・ラクロス・ラグビー等…2時間につき1,700円、3時間につき2,550円、▶軟式野球・ソフトボール等…2時間につき1,300円、3時間につき1,950円

10月利用分の申し込み

レガス新宿施設予約システム(**右**二次元コード。HP https://www.shinjuku.eprs.jp/regasu/web/)から申し込めます。新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)・大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)でも受け付けます。



●先行抽選(区民団体抽選予約)

申込期間 8月25日㈪～9月9日㈫

●抽選後の空き施設予約

「区民団体」「区外団体」の順に予約を受け付けます(先着順)。

申込開始日 9月20日㈯(9月15日㈪に空き状況を公開)

問新宿未来創造財団施設管理課☎(3232)7701

暑さが厳しいこの時季は熱中症にご注意を



外出時だけでなく、室内でも熱中症に気を付けましょう。

●予防で大切なこと

▶しっかり1日3度の食事を取る
▶喉の渇きを感じなくても、できるだけ小分け(180㎖)にして水分補給する
▶通気性が良く、乾きやすい服を着る
▶人が多い場所は熱中症のリスクが高まるので注意する

●熱中症を疑う症状(高体温、めまい、頭痛、呼びかけに反応がない)があるときは

▶涼しい場所に移動し服をゆるめて寝かせる、▶保冷剤や冷たい水のペットボトル等で首・脇の下・足のつけ根を集中的に冷やす、▶服の上から少しずつ水をかける、▶水分・塩分を補給する

※呼びかけに反応がない場合は救急車(☎119番)を呼び、迷ったら☎#7119へ問い合わせましょう。

●熱中症警戒アラートを活用しましょう

熱中症の危険性が高くなると予測される際に環境省・気象庁から全国に発表される、危険な暑さへの注意を呼びかける警報です。

環境省熱中症予防情報サイト(右二次元コード。HPhttps://www.wbgt.env.go.jp/sp/)で確認できます。

問健康政策課健康企画係☎(5273)3024

暑さが厳しいときは「まちなか避暑地」をご利用ください

この「のぼり」が目印です

利用できる施設・時間 ▶ささえーる 薬王寺(市谷薬王寺町20-40)・ささえーる 中落合(中落合1-7-1)・シニア活動館・地域交流館…午前9時～午後6時、▶郵便局(新宿局(西新宿1-8-8)・新宿北局(大久保3-14-8)・牛込局(北山伏町1-5))…午前9時～午後5時

利用期間 9月30日㈫まで(ささえーる 中落合は日曜日休館。郵便局は窓口営業日は利用可)

問地域包括ケア推進課高齢いきがい係☎(5273)4567

特別区民税・都民税・森林環境税(住民税等)のお支払いは納期限までに

普通徴収の第2期納期限は9月1日

銀行等金融機関、郵便局、区税務課・特別出張所、コンビニエンスストアで納付書を使って納付できます。

※ペイジー・電子マネー・インターネットバンキング・クレジットカード払いも利用できます。

※納期限を過ぎると、延滞金が加算される場合があります。

●便利な口座振替のご利用を

希望する方は、税務課収納管理係へお問い合わせください。口座振替依頼書をご自宅へ郵送します。

問税務課収納管理係(本庁舎6階)☎(5273)4139

●納付が困難なときにはご相談を

来庁または電話で相談を受け付けます。所得の著しい減少等で納付が困難と認められる時は、申請により納める時期を遅らせたり、分割納付できる場合があります。

問滞納対策課徴収係(本庁舎6階)☎(5273)4311(受け付けは区納付案内センター)

税証明はコンビニ交付サービスのご利用を

マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニエンスストア等で住民税の課税(非課税)証明書・納税証明書を取得できます。

費用は1通につき200円で、区の窓口より100円安く取得できます。

※令和4年度～7年度で、申告等により、新宿区に税情報がある方に限ります。

※新宿区から転出した方は利用できません。詳しくは、お問い合わせください。

※マイナンバーカードをお持ちの方は、電子申請も利用できます(1通につき300円。別途郵送料相当分を負担)。

問税務課収納管理係☎(5273)4139

図書館の催し

一般向け

戸山図書館☎(3207)1191

▶くらしの講座「口腔ケアで元気な毎日」～認知症や誤嚥(ごえん)性肺炎を防ぐために(9/20)

子ども向け

下落合図書館☎(3368)6100

▶子ども読書リーダー講座「図書館でマスター！本のフィルムコーティング」(9/7)

ホームページでもイベント情報を発信しています

一般向け　子ども向け

＼ 8月は24日 ／ 第4日曜日の区役所本庁舎窓口開設

開設時間 午前9時～午後5時
開設場所 区役所本庁舎▶住民記録・戸籍…1階、▶国民健康保険…4階、▶税証明…6階
取扱事務 **下記**の事務に限ります。
注意事項 必要書類・本人確認書類等を事前に必ず担当係へお問い合わせの上、おいでください。他の機関に確認が必要な手続き等は取り扱えない場合があります。

◆住民記録 ▶転入・転出・転居・世帯変更の届け出(国外からの転入手続き・国外転出者のマイナンバーカード継続利用の手続きは取り扱いません)、▶マイナンバーカード・住民基本台帳カードによる転入届け出(事前に前住所地でカードによる転出届け出が必要)、▶外国人住民の住居地届(在留カードまたは特別永住者証明書(在留カード等へ切り替える前の方は外国人登録証明書)が必要)、▶住民票の写し、住民票記載事項証明書の交付(請求できるのは、本人か同一世帯の方のみ。広域交付住民票の写しは発行不可)、▶不在住証明書の交付、▶印鑑登録申請・廃止の届け出、▶印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証(カード)が必要)、▶マイナンバーカードの交付(予約が必要)・届け出等、▶公的個人認証(電子証明書の発行等)、▶特別永住者に関する申請等

場問戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階)☎(5273)3601

◆戸籍 ▶戸籍届書の預かり(届書の内容確認等は翌開庁日)、▶埋火葬・改葬許可証、区民葬儀券の交付、▶戸籍・除籍・改製原戸籍謄抄本、戸籍・除籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写しの交付(請求できるのは、その戸籍に記載されている方とその配偶者、直系血族(関係が確認できる戸籍等が必要)のみ。戸籍等広域交付証明書は取り扱いません)、▶身分証明書、不在籍証明書の交付

場問戸籍住民課戸籍係(本庁舎1階)☎(5273)3509

◆国民健康保険 ▶加入・脱退の届け出

場問医療保険年金課国保資格係(本庁舎4階)☎(5273)4146

◆税証明 ▶課税(非課税)・納税証明書の交付(申告等により税情報がある方のみ対象)

場問税務課収納管理係(本庁舎6階)☎(5273)4139

住民税・国民健康保険料の納付相談を実施します

納付が困難な方や滞納している方はご相談ください。納付のほか、電話相談も受け付けます。

開設時間 午前9時～午後5時(受け付けは午後4時30分まで)

場問滞納対策課滞納対策係(本庁舎6階)☎(5273)4311(受け付けは区納付案内センター)

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 ❶

認知症に関する相談

●認知症・もの忘れ相談

日場 ▶①9月10日㈬…落合保健センター(下落合4-6-7)、▶②9月18日㈭…戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20)、▶③9月25日㈭…四谷高齢者総合相談センター(四谷三栄町10-16)、いずれも午後2時30分～4時

対 区内在住でもの忘れが心配な方、各日4名

内 医師による相談

申 8月19日㈫から電話で問合せ先へ。先着順。

問 ▶①**落合第一高齢者総合相談センター☎**(3953)4080、▶②**戸塚高齢者総合相談センター☎**(3203)3143、▶③**四谷高齢者総合相談センター☎**(5367)6770

●認知症介護者相談

日 9月18日㈭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 8月19日㈫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

介護者講座

●安心して移動できる福祉用具の体験会

日 9月24日㈬午後1時～3時30分

場 落合第一地域センター(下落合4-6-7)

内 歩行器や車いすの選び方・使用方法

申 8月18日㈪から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着30名。

問 落合第一高齢者総合相談センター(中落合2-5-21、聖母ホーム内)☎(3953)4080・FAX(3950)4130

事業者の方

事業承継個別相談会

日 9月8日㈪～11日㈭午前9時～12時、午後1時～4時(1人につき1時間)

場 BIZ新宿(区立産業会館、西新宿6-8-2)

対 区内中小企業者ほか

相談員 中小企業診断士

共 新宿区中小企業支援ネットワーク会議

申 電話で問合せ先へ。専用申し込みフォーム(**下**二次元コード。HP https://coubic.com/shinjuku-biz/4806517)からも申し込めます。

問 産業振興課産業振興係☎(3344)0702

すべての方

五感で楽しむ！野菜の料理講座

●旬の食材で夏バテ対策

しんじゅく健康スタンプ

YouTubeで講座の動画(25分程度)を配信しています。申込者には動画サイトとレシピのURLを送信します。

配信期間 9月12日㈮まで

対 区内在住・在勤・在学の方

メニュー ▶いわしの梅しそ巻き、▶丸ごとピーマンの揚げ浸し、▶ズッキーニとトマトのチーズ焼き、▶オープンいなり寿司



申 9月10日㈬まで新宿区ホームページ(**右**二次元コード)から申し込めます。

問 健康づくり課健康づくり推進係☎(5273)3494

障害者福祉センターの講演会

詳しくは、同センターホームページ(**下**二次元コード。HP http://shinjyuku-fukushi-center.org/news/)をご覧ください。

①日々の暮らしから紐解く 脳の世界～見えない障害といわれる高次脳機能障害の理解を広める

日 定 8月30日㈯午前10時～11時30分(40名)

②発達障害の就労とサポート

日 定 9月7日㈰午前10時30分～12時(50名)

共通事項

申 ▶①は8月18日㈪～27日㈬に、▶②は8月18日㈪～9月4日㈭に電話または直接、問合せ先へ。先着順。

場 問 同センター(戸山1-22-2)☎(3232)3711(日曜日、祝日等を除く)・FAX(3232)3344

新宿NPO活動基礎講座

●NPOのための会計講座

日 内 ▶①9月4日㈭…NPO法人の会計の仕組み、▶②9月18日㈭…バランスシートの作成、▶③10月2日㈭…決算の仕方、▶④10月23日㈭…決算書の作成、いずれも午後6時45分～8時45分

費 各1,000円(資料代等)

申 電話かファックス・電子メール(4面記入例のほか希望講座(①～④の別)を記入)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

女性しごと応援キャラバンin新宿

日 9月4日㈭▶①セミナー…午前10時～12時、▶②個別相談会…午後0時20分～1時25分(1人につき30分)

場 TKP新宿西口カンファレンスセンター(西新宿1-10-1)

対 就職活動中の女性、▶①100名、▶②12名

内 50代からのキャリアの見つけ方、未来の設計図の描き方

共 新宿区

申 8月19日㈫から電話で問合せ先へ。先着順。問合せ先ホームページ(**右**二次元コード。HP https://josei-caravan.jp/)からも申し込めます。託児あり(生後6か月以上の未就学児、先着10名。8月29日㈮正午までに問合せ先ホームページから申し込み)。

問 同イベント運営事務局☎(6734)1346

新宿平和のための戦争展

日 内 講 ▶9月5日㈮午後2時～7時30分…講演「治安維持法」、映画「鶴彬(つるあきら)」、▶9月6日㈯午前10時30分～午後7時30分…映画「はだしのゲン」、被爆者証言、▶9月7日㈰午前10時30分～午後5時30分…紙芝居(人形劇団プーク)、ピーストーク(武田美穂／絵本作家)、講演「戦争と平和と子どもたち」(豊田直巳／フォトジャーナリスト)

後援 新宿区・区教育委員会・区社会福祉協議会

場 申 当日直接、こくみん共済coopホール／スペース・ゼロ(渋谷区代々木2-12-10、地下1階)へ。

主 問 同展実行委員会(あかしあ法律事務所内)☎(5369)0790

障害者福祉センターのオープン講座

●デフリンピックを手話で応援しよう

障害の有無にかかわらずどなたでも参加できます。

日 9月7日㈰午後1時30分～3時30分

申 8月18日㈪～9月4日㈭に電話かファックス(4面記入例のとおり記入)または直接、問合せ先へ。先着20名。

場 問 同センター(戸山1-22-2)☎(3232)3711(日曜日、祝日等を除く)・FAX(3232)3344

食品衛生大会

調理従事者・食品衛生責任者・食品関係事業者向けの講習会です。詳しくは、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)でご案内しています。

日 9月11日㈭午後2時～4時

内 最新の食品衛生事情

※6月19日に実施したものと同じ内容です。

持 筆記用具、お持ちの方は食品衛生責任者手帳・実務講習会受講カード

場 申 当日直接、四谷区民ホール(内藤町87)へ。

問 衛生課食品保健係☎(5273)3827

イベントのつづき

消費者講座

●えっ！私が払うの　その修繕費？賃貸アパートの契約時と退去時～トラブル回避のためのポイント

日9月14日㈰午後1時30分～3時30分(受け付けは午後1時から)
場若松地域センター(若松町12-6)
対区内在住・在勤・在学の方、30名
申9月5日㈮までに電話かファックス・電子メール(4面記入例のほかお持ちの方は電子メールアドレスを記入)で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。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。
問新宿消費生活センター☎(5273)3834・FAX(6268)9873・✉jigyou@c-support.or.jp

リサイクル講座

●古布からリバーシブルベスト作り

日9月18日㈭午前10時～午後4時
対区内在住・在勤の方、8名
費800円(材料費等)
持古布・着物地は幅38㎝×長さ360㎝を2種類、洋服地は幅110㎝×長さ180㎝を2種類(いずれもアイロンをかけたもの)、裁縫道具、まち針20本以上、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、9月4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)

都心の歴史再発見 健康づくりウォーク

●大江戸線一周ウォーク

日9月23日㈫午前8時30分～午後4時
費1,400円(保険料等。区外在住の方は1,500円)
後援 新宿区
申所定の申込書を9月9日㈫までに郵送(必着)・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申込書は問合せ先で配布しているほか、問合せ先ホームページ(**上**二次元コード。HPhttps://tokyowalking.org/)から取り出せます。
問NPO法人東京都ウオーキング協会(〒101-0052千代田区神田小川町2-1-9、日米商会ビル6階)☎(3295)6262・FAX(3295)6263

お知らせ　まちや暮らしに関する情報を掲載しています

すべての方

緑の募金にご協力ありがとうございました

区内の募金総額は、10万7,612円でした。この募金は、東京緑化推進委員会で一括集計後、地域の緑化推進・普及啓発等の事業に役立てます。
問みどり公園課みどりの係☎(5273)3924

防災行政無線による Jアラート全国一斉試験放送

Jアラートとは、弾道ミサイル情報・緊急地震速報等、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を区市町村の防災行政無線等を自動起動して、国から住民に瞬時に伝達するシステムです。

緊急時、迅速・確実に情報を伝達するため、Jアラートの全国一斉情報伝達訓練を実施します。防災スピーカーから試験放送が流れます。

日8月20日㈬午前11時から
試験放送の内容 ▶「これは、Jアラートのテストです」(3回)、▶「こちらは、ぼうさい新宿です」
※放送の前後にチャイム音が流れます。
問危機管理課地域防災係☎(5273)3874

商店街ハッピー商品券の申込期限が迫っています

新宿区商店会連合会が販売する同商品券の申込期限は8月22日㈮です。申し込み方法等詳しくは、区政情報センター(本庁舎1階)、特別出張所、区内郵便局で配布しているチラシをご覧ください。特設サイト(**右**二次元コード。HPhttps://shinjuku-happy.jp)でも確認できます。
問同事務局☎(6820)7135(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)
区の担当課 産業振興課産業振興係☎(3344)0701

大久保図書館(大久保2-12-7)の休館

特別図書整理のため、休館します。
休館期間 9月3日㈬～5日㈮
※9月11日㈭は臨時開館します。
問中央図書館☎(3364)1421

景観まちづくり審議会

日9月3日㈬午後2時～4時
場区役所本庁舎6階第2委員会室
申傍聴を希望する方は8月29日㈮までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。
問景観・まちづくり課☎(5273)3831・FAX(3209)9227

ギャラリー“みるっく”展示作品募集

展示期間・場所 ▶10月～令和8年3月…新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)、四谷スポーツスクエア(四谷1-6-4)、▶12月～令和8年3月…新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)
※展示期間は、1個人または1グループにつき、年度内1回最長1か月までです。
対区内在住の方、会員数が5名以上で8割以上が区内在住・在勤の方で構成されているグループ
申所定の申請書を9月5日㈮までに郵送(必着)・ファックスまたは直接、問合せ先へ。申請書は問合せ先で配布しているほか、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)から取り出せます。
問生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎7階)☎(5273)4358・FAX(5273)3590

マイナンバーカードの受け取り窓口を臨時開設します

●受け取りには予約が必要です

予約方法等詳しくは、マイナンバーカードの交付申請後に届く「交付通知書」に同封の案内をご確認ください。当日は、交付業務のみ取り扱います。
日9月13日㈯午前9時～午後5時
場問戸籍住民課住民記録係(本庁舎1階)☎(5273)3601

みどりの実態調査にご協力ください

区内のみどりの状況を把握するため、5年ごとに実施しています。樹木・樹林・生け垣・壁面緑化等の現地調査です。区が委託した調査員(区が発行する身分証明書を携帯し、腕章を着用)がお伺いすることがあります。
日12月26日㈮まで
問みどり公園課みどりの係☎(5273)3924

区民のひろば

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

催し・講座

◆戸山本部キャンパス(東)国立感染症研究所一般公開　9月15日㈪午後1時～5時、同キャンパス(戸山1)で。**費**無料。**申**当日直接、会場へ。**問**同キャンパス同研究所✉info@nih.go.jp

9月・10月の各種相談

中止・変更となる場合があります。事前に各主催者へご確認ください。

	相談名	実施日時	相談場所	問合せ
くらし・法律	**区民相談**	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	本庁舎1階区民相談コーナー	**区政情報センター**☎(5273)4585
	法律相談／交通事故相談	毎週水・木曜日(祝日等除く)午後1時～3時30分 (ウェブ・電話予約。対面または電話相談)	第1分庁舎2階区民相談室	**区政情報課広聴係**☎(5273)4065
	行政相談	9月5日㈮・19日㈮、10月3日㈮・17日㈮午後1時30分～4時	本庁舎1階ロビー	
	人権・身の上相談	9月5日㈮・19日㈮、10月3日㈮・17日㈮午後1時～4時(電話予約)	第1分庁舎2階区民相談室	**総務課総務係**☎(5273)3505
	公益通報相談	【公益保護委員(弁護士)による電話相談】 ☎(3470)3311(水嶋一途)・☎(5204)6707(岩田登希子)・☎(6272)6933(川西拓人)		
	悩みごと相談室	月曜日(祝日等除く)午前10時～午後4時	第1分庁舎2階区民相談室 電話相談は☎(5273)3646	**男女共同参画課** 面接相談(電話予約) ☎(3341)0801 電話相談受け付けは午後3時30分まで
		月～土曜日(祝日等除く)午前10時～午後4時	男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒木町16)電話相談は☎(3353)2000 ※男性相談員による電話相談(土曜日午後1時～4時)は☎(3341)0905	
	女性相談	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	**生活福祉課相談支援係**(第2分庁舎1階)☎(5273)3884	
	消費生活相談	月～金曜日(祝日等除く)午前9時～午後5時(電話相談) 午前9時～午後4時30分(来所相談)	**新宿消費生活センター**(第2分庁舎3階)☎(5273)3830	
	多重債務特別相談	9月30日㈫、10月28日㈫午後1時～4時(電話予約)		
	ホストクラブ等での高額請求被害に関する法律相談	木曜日(祝日等除く)午後3時～5時(電話予約)	**消費生活就労支援課消費生活就労支援係**(第2分庁舎3階)☎(5273)4342	
	仕事と家計に関する相談	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	**生活福祉課生活支援相談窓口**(第2分庁舎1階)☎(5273)3853	
	若年者の就労に関する相談	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	**区勤労者・仕事支援センター**(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)☎(3200)3311	
	経営相談	月～金曜日(祝日等除く)午前9時～12時・午後1時～4時(ウェブ・電話予約)	**産業振興課産業振興係**(BIZ新宿4階、西新宿6-8-2)☎(3344)0702	
	図書館でのビジネス情報支援相談会	9月20日㈯正午～午後4時	**中央図書館**(大久保3-1-1)☎(3364)1421	
		9月24日㈬、10月22日㈬午後4時30分～8時30分	**角筈図書館**(西新宿4-33-7)☎(5371)0010	
	税務相談	9月2日㈫・16日㈫、10月7日㈫・21日㈫午後1時30分～4時(電話予約)	第1分庁舎2階区民相談室	**税務課税務係**☎(5273)4135
	外国人相談	英語☎(5272)5060・中国語☎(5272)5070・韓国語☎(5272)5080 【実施日時】月～金曜日(祝日等除く)午前9時30分～12時・午後1時～5時【相談場所】本庁舎1階区民相談コーナー		
		英語・中国語・韓国語・タイ語・ミャンマー語・ネパール語 (日時は要問い合わせ)	**しんじゅく多文化共生プラザ**(歌舞伎町2-44-1)☎(5291)5171	
福祉	**福祉サービスに関する法律相談**	9月16日㈫、10月20日㈪午後2時～4時(電話予約。対面または電話相談)	第1分庁舎2階区民相談室	**地域福祉課福祉計画係**☎(5273)3623
	成年後見専門相談	月・水・金曜日(祝日等除く)午後1時～2時、午後2時30分～3時30分(電話予約)	**区成年後見センター**(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)☎(5273)4522	
	ひきこもりのことでお悩みの方への相談支援	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	**生活福祉課生活支援相談窓口(ひきこもり総合相談窓口)**(第2分庁舎1階) ☎(5273)3184	
	障害者相談窓口 ★はピアカウンセリングも実施	**障害者福祉課**☎(5273)4518・FAX(3209)3441、**保健センター**、**保健予防課**☎(5273)3862、★**障害者福祉センター**☎・FAX(5292)7890、**障害者生活支援センター**☎(5937)6824、**シャロームみなみ風**☎(5579)8412、**まど**☎(3200)9376、**ラバンス**☎(3364)1603、**ファロ**☎(3350)4437、**風**☎(3952)6014、★**さくらんぼ**☎(5315)0486・FAX(5315)0487、★**晴(Halu)**☎(5579)8586へ。		
子ども・教育	**子どもと家庭の総合相談**	月～土曜日…午前8時30分～午後7時 日曜日、祝日(電話相談のみ)…午前8時30分～午後5時	**子ども総合センター**(新宿7-3-29)☎(3232)0675	
		月～金曜日(祝日等除く)…午前8時30分～午後5時	**信濃町**☎(3357)6855・**榎町**☎(3269)7345・**中落合**☎(3952)7752・**北新宿**☎(3362)4152の**子ども家庭支援センター**へ。	
	発達相談	月～金曜日午前9時～午後6時 土曜日午前9時～午後5時(いずれも祝日等除く)	**子ども総合センター発達支援係(あいあい)**(新宿7-3-29)☎(6273)8701	
	子ども家庭相談	**地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、各児童館・各児童コーナー(親と子のひろばを含む)**へ。		
	家庭相談	月～金曜日(祝日等除く)午後1時～5時	**児童育成担当課育成支援係**(本庁舎2階)☎(5273)4558	
	ひとり親相談	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時		
	子育て電話相談	保育園…火～金曜日午後1時～3時、子ども園…月～土曜日(土曜日は一部の園で実施)午前9時～午後5時(いずれも祝日等除く)	**区立の保育園、子ども園**	
	教育相談	月～金曜日(祝日等除く) 来所相談(電話予約)…午前9時～午後6時(受け付けは午後5時30分まで)、電話相談…午前9時～午後5時	**教育相談室**(大久保3-1-2、教育センター7階)☎(3232)3071 電話相談は☎(3232)2711	
	いじめの相談	月～金曜日…午後5時～10時 土・日曜日、祝日等…正午～午後10時	**新宿子どもほっとライン**☎(3232)2070	
住宅・建築	**住み替え相談／不動産取引相談**	9月5日㈮・11日㈭・12日㈮・18日㈭・19日㈮・25日㈭・26日㈮、10月2日㈭・3日㈮・9日㈭・10日㈮・16日㈭・17日㈮・23日㈭・24日㈮午後1時～4時(電話予約)	本庁舎7階	**住宅課居住支援係**☎(5273)3567
	マンション管理相談	9月12日㈮・26日㈮、10月10日㈮・24日㈮午後1時～2時20分・午後2時30分～3時50分(電話予約)	第1分庁舎2階区民相談室	
	建築相談会	9月10日㈬、10月8日㈬午後1時30分～4時15分(相談日の3日前までにウェブ・電話予約)	本庁舎3階302会議室	**建築指導課管理係**☎(5273)3732
	建築計画紛争相談	月～金曜日(祝日等除く)午前8時30分～午後5時	**建築調整課**(本庁舎8階)☎(5273)3544	
	空家等無料相談会	9月2日㈫・16日㈫、10月7日㈫・21日㈫午後1時30分～2時30分・午後2時45分～3時45分(相談日の2週間前までに電話予約) 区内の空家等所有者とその親族等が対象。	**建築調整課**(本庁舎8階)☎(5273)3107	
年金・労務等無料相談		9月12日㈮、10月10日㈮午後1時～4時	本庁舎1階ロビー	主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎(6824)7019
地域センターでの税理士による無料税務相談		▶①牛込簞笥…9月8日㈪、榎町…10月20日㈪、若松…9月22日㈪・10月27日㈪ ▶②戸塚…9月3日㈬・17日㈬・10月1日㈬・15日㈬、落合第一…10月24日㈮、落合第二…9月12日㈮ 時間は①②とも午後1時～4時(電話予約)		主催①東京税理士会四谷支部☎(3357)4858・②東京税理士会新宿支部☎(3369)3235
分譲マンション無料なんでも相談		9月3日㈬・17日㈬、10月1日㈬・15日㈬午後1時～4時	本庁舎1階ロビー	主催・東京都マンション管理士会新宿支部 ☎090(1033)9386
無料不動産相談所		9月10日㈬、10月8日㈬午後1時～4時		主催・東京都宅地建物取引業協会 第七ブロック☎(6258)5205
リフォーム無料相談		9月24日㈬、10月22日㈬午後1時～4時		主催・新宿区住宅リフォーム協議会 ☎(3362)2161
不動産登記無料相談		9月9日㈫、10月14日㈫午後1時～4時(電話予約)	第1分庁舎2階区民相談室	登記全般は①、測量境界問題は②へ。 主催①東京司法書士会新宿支部☎(6279)1945・②東京土地家屋調査士会新宿支部 ☎(3364)6510
行政手続・法務等行政書士による無料相談		9月2日㈫・16日㈫、10月7日㈫・21日㈫正午～午後4時…区役所本庁舎1階ロビー 特別出張所、地域センター、BIZ新宿(西新宿6-8-2)、下落合図書館(下落合1-9-8)等は別日時に実施。		主催・東京都行政書士会新宿支部☎0120(917)485(下落合図書館の相談会は☎(3368)6100)
弁護士会電話無料相談		月～金曜日(祝日等除く)午前10時～午後4時	主催・弁護士会の法律相談センター ☎0570(200)050 ※都内からかけた電話のみ対応します。	

区のサービス・手続き・施設のご案内は、しんじゅくコール☎(3209)9999(午前8時～午後7時)・FAX(3209)9900へ。

＼ 都市型音楽フェス ／

SHIN-ONSAI(シン オンサイ) 2025 -the Circuit(ザ サーキット)- 開催！

約30組のアーティストによるライブ等を複数の会場を活用して開催するサーキット型のイベントです。

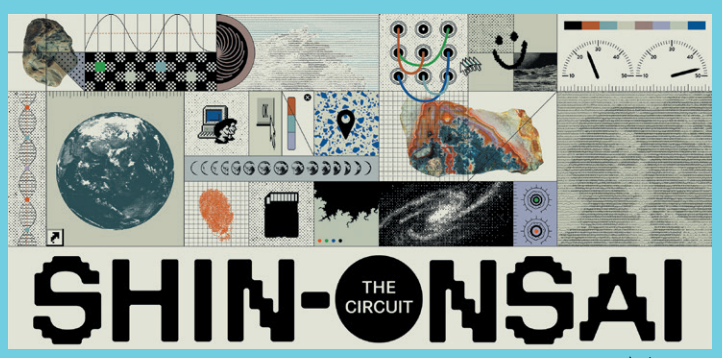
チケット(前売り券)は8月23日㈯から販売します(4,000円)。

詳しくは、同イベントホームページ(右二次元コード。HP https://shin-onsai.com/)でご案内しています。


石野卓球


サニーデイ・サービス


君島大空



SHIN-ONSAI 2025メインビジュアル

日 11月8日㈯午前10時30分から(歌舞伎町シネシティ広場(歌舞伎町1-19先)で受け付け)
※各ライブのスケジュールは会場ごとに異なります。
場 ▶新宿LOFT(歌舞伎町1-12-9、地下2階)、▶新宿FACE(歌舞伎町1-20-1、7階)、▶新宿MARZ(歌舞伎町2-45-1、地下1階)、▶新宿ACB HALL(歌舞伎町2-36-3、地下2階)、▶新宿PIT INN(新宿2-12-4、地下1階)、▶歌舞伎町シネシティ広場(歌舞伎町1-19先)
問 **新宿フィールドミュージアム協議会事務局**(文化観光課文化観光係内)☎(5273)4069・FAX(3209)1500

新宿区にまつわる3択クイズ

シンジュQ(キュー)

「しんじゅく健康フレンズ」の3人の中で、正しい解説をしているのは1人だけ！



出題12

明治時代、新宿御苑の前身「内藤新宿試験場」で作られていた、当時目新しかった飲み物とは？


ケンゾウ

「青汁」だね。試験場は、水田や穀物畑のほか桑畑や茶園等もあって、養蚕や製茶の研究もされていたんだよ。明治30年には温室が完成して洋らんの栽培も行われていたんだ。

「スムージー」だわ。西洋の果樹等の栽培も行われていて、日本で初めてマスクメロンが栽培されたの。ジャムやゼリーの加工品も作られていたんだって！


こころ


菜々

「牛乳」よ。近代農業の振興を目的に作られた内藤新宿試験場は、農産物のほかに牧畜等の研究も幅広く行われたの。牛乳の製造だけじゃなく、バターも作られていたのよ。

本当のことを言っているのはだれ？

クイズの答えは9月15日号12面、新宿区ホームページ、区公式SNSで発表

新宿区ホームページ・区公式X(旧ツイッター)・Facebookでは毎月25日に前回の15日号の問題と答えを発表するよ！ぜひ公式アカウントをフォローして答え合わせしてみてね！

新宿区ホームページ


菜々

7月15日号で正しい解説をしていたのは……でした！

区長コラム

新宿の未来のために

区長 吉住健一(よしずみけんいち)

▼本日8月15日、戦後80年を迎えました。第二次世界大戦では、多くの尊い命が失われ、新宿区も空襲により甚大な被害を受けました。戦争を体験した世代が少なくなる中、戦争の悲惨さと平和の尊さを次世代に語り継ぐことは、今を生きる私たちの責務です。今号の**1～3面**では、戦争体験者の貴重な証言を特集しています。**体験者の皆さんから語られる言葉には、平和の重みと命の尊さが深く刻まれており、聞く人や読む人の心に強く訴えかけます。**こうした戦争の記憶を風化させず、未来へとつなぐため、区では、平和講演会や平和展、子どもたちによる平和のポスター展、広島・長崎への平和派遣事業など、平和について考える取り組みを実施しています。過去を忘れず、未来につなぐため、今一度、平和の尊さを心に刻みましょう。

▼「新宿しQハニー」の応援キャラクター「びーみぃ」が誕生しました。区内在住の漫画家・植田まさしさんが描いてくださった、かわいらしいみつばちの女の子です。「新宿しQ(しーきゅー)ハニー」は、障害のある方々の就労機会の創出や地域との交流を目的に、2019年から始まった「みつばちプロジェクト」から生まれた天然蜂蜜で、養蜂から瓶詰め、ラベル貼りまで、さまざまな工程に障害のある方々が携わり、地域とつながる大切な取り組みとして続けられています。今年は8月7日から販売を開始しています。「びーみぃ」とともに、「新宿しQハニー」の魅力を多くの方に届けていきます。



新宿しQハニーと「びーみぃ」

▼区では、㈱ファミリーマート・㈱ローソンと協定を締結し、区内のコンビニエンスストア50店舗にAED(自動体外式除細動器)を設置します。誰もがいつでもAEDを使える体制を整えることで、身近な場所から命を守る備えを進めています。設置店舗には、緊急時の目印となるAEDのステッカーが掲示されていますので、ご確認ください。また、**地域センターの貸出物品にもAEDを追加し、安心して地域活動ができる環境づくりを進めています。**今後も、区民や事業者の皆さんと協力し、誰もが安心して暮らせるまちの実現に向け、取り組んでまいります。

新宿区は、環境への負荷を少なくし、未来の環境を創造するまちづくりを推進しています。
リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。