毎月5・15・25日発行
5/25
令和8年(2026年)
No.2536

広報 新宿 SHINJUKU



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

6月4日～10日は歯と口の健康週間…2面 ／ 省エネルギー・創エネルギー機器等の費用を補助します…2面
区立小・中学校の学校説明会…3面 ／ 特別支援学級・特別支援学校の見学・説明会…3面 ／ 7月から5歳児健診が始まります…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

ピックアップ

6月4日～10日は歯と口の健康週間
～今年も歯科健診が始まります



虫歯や歯周病は、早めの気付きと予防が大切です。区では、皆さんの口腔の健康づくりを支えるため、歯科健診を実施しています。健康を守る第一歩として、この機会にぜひご利用ください。

16歳以上の方はどなたでも年1回歯科健診を受診できます

●歯科健康診査

対 区内在住の16歳～75歳(令和9年3月31日時点)

内 歯周病や虫歯等のチェック

費 400円(70歳以上の方・生活保護を受けている世帯・中国残留邦人等支援給付を受けている世帯は自己負担額無料、令和8年度の住民税が非課税世帯の方は免除(事前申請が必要))

●後期高齢者歯科健康診査(無料)

対 区内在住の76歳以上(令和9年3月31日時点)

内 かむ力・唇や舌の機能・飲み込む機能等の口腔機能のチェック

共通事項

期間 6月1日㈪～12月28日㈰

受診方法 歯科協力医療機関(区が発行する受診票・問診票に同封のご案内に一覧を掲載)を予約し、受診票・問診票をお持ちの上、受診してください。要介護等で、通院が難しい方は、訪問による受診もできます。

※20・30・40・50・60・70歳の方には歯科健康診査受診票等を、76・80歳の方には後期高齢者歯科健康診査受診票等を5月25日に発送します。**上記**以外の年齢の方や受診票等がお手元にない方はお問い合わせください。受診票等を郵送します。

問 **健康づくり課健康づくり推進係**☎(5273)3047

歯科医師会の講座

歯周病って何？最新治療まで(オンライン)

YouTubeで動画配信します(20分程度)。

右下二次元コード(HP https://youtu.be/cYDLEmZU_9w)から視聴できます。

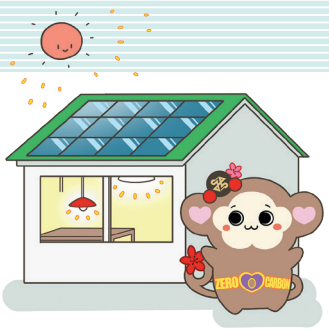
配信期間 6月1日㈪午前10時～11日㈭午後10時

問 **新宿区四谷牛込歯科医師会**

☎(3356)6367



省エネルギー・創エネルギー機器等の費用を補助します



対象機器・補助額・必要書類等詳しくは、お問い合わせください。

対 申請時点で次のいずれかに該当する方

▶**個人住宅**…区内に住民登録があり、その住宅に補助対象機器等を自ら使用する目的で施工した方

▶**集合住宅共用部**…区内に集合住宅を所有、賃借または使用貸借し、その住宅の共用部に補助対象機器等を施工した中小企業者・個人事業者・管理組合ほか

▶**事業所**…区内に事業所を所有、賃借または使用貸借し、その事業所に補助対象機器等を施工した中小企業者・個人事業者

要件 次の全てを満たすこと

▶4月1日以降に施工・支払いまで完了し、令和9年3月12日㈮までに申請書・必要書類を提出できる

▶施工完了日と支払い完了日の間が1年以内

▶導入する機器等が未使用(中古品やリース機器は対象外)

▶過去に同制度による補助・同種の補助を受けていない(異なる機器区分を除く)

申請期間 ▶第1期…7月31日㈮まで、▶第2期…8月17日㈪～10月16日㈮、▶第3期…11月2日㈪～12月25日㈮、▶第4期…令和9年1月12日㈫～3月12日㈮

申 **上記**申請期間に所定の申請書・必要書類を郵送(必着)または直接、問合せ先へ。各期の予算が上限に達した時点で受け付けを終了します。申請書は環境対策課・特別出張所・環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)・新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-2)・西早稲田リサイクル活動センター(西早稲田3-19-5)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 **環境対策課脱炭素事業係**(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎7階)☎(5273)4111

区立小・中学校の学校説明会

令和9年4月に区立小・中学校に入学する新1年生と保護者の皆さんへ

区内の区立小・中学校では、学校説明会を年2回開催しています。第1回目の学校説明会の日時等詳しくは、新宿区ホームページ(**下**二次元コード)をご覧ください。

令和9年度に区立小学校に入学する新1年生の保護者の方へ、小学校入学の案内を8月に発送します。小学6年生の保護者の方には、中学校の入学等について9月ごろにご案内します。各学校のホームページは、新宿区ホームページ(**右下**二次元コード)からご覧いただけます。

学校説明会・学校公開

区立小・中・特別支援学校一覧



■中学校の学校選択制度

区立中学校では、通学区域制度を原則とした上で、新入学時のみ通学区域外の学校を選択できる学校選択制度を実施しています。通学区域外の学校を希望する場合は、学校選択票を提出してください。

※通学区域の学校を希望する場合は、学校選択票の提出は必要ありません。

対 令和9年4月に区立中学校に入学する新1年生

選択できる学校の範囲 区内全域の区立中学校

選択方法 学校選択票を10月16日㈮までに問合せ先へ郵送(必着)または直接、お持ちください。新宿区ホームページ(**右**二次元コード)から提出できます。学校選択票は小学6年生の保護者の方へ、9月ごろに発送します。

学校選択制

受入可能人数 各中学校の施設状況に応じて上限を設定

※入学希望者が受入可能人数を超えた場合は、通学区域以外からの入学希望者を対象に抽選し、入学者を決定します。落選した方は、通学区域の学校を指定しますが、選択した学校の補欠者としても登録します。

※各学校の通学区域は、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。

※授業の様子をご覧になりたい方は、学校公開の日時を各校へお問い合わせください。

通学区域一覧

問 学校運営課学事係(〒160-8484歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎4階)☎(5273)3089

特別支援学級・特別支援学校の見学・説明会

日 場 下・右表のとおり

対 令和9年4月に小・中学校に入学予定で、障害等のため特別な配慮が必要なお子さんの保護者、幼稚園・保育園・子ども園・療育機関で療育相談等に関わっている方ほか

内 学級・学校見学、就学相談等の概要説明ほか

問 教育支援課特別支援教育係☎(3232)3074・FAX(3232)1079

●小学校特別支援学級(知的障害)

学校・学級名	所在地・電話番号	日時
柏木小学校 柏葉学級	北新宿2-11-1 ☎(3227)2104	6月4日㈭ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時
東戸山小学校 若草学級	戸山2-34-2 ☎(3205)9504	6月5日㈮ ▶見学会…午前9時20分～10時20分 ▶説明会…午前10時20分～11時20分
愛日小学校 若竹学級	北町26 ☎(3266)1604	6月9日㈫ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時
花園小学校 新苑学級	新宿1-22-1 ☎(3353)8276	6月22日㈪ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時
落合第二小学校 若葉学級(★)	上落合2-10-23 ☎(3227)2102	6月23日㈫ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時

★参加を希望する方は、6月22日㈪までに電話で学校へご連絡ください。

●中学校特別支援学級(知的障害)

学校・学級名	所在地・電話番号	日時
西新宿中学校 E組	西新宿8-2-44 ☎(5330)0661	6月11日㈭ ▶見学会…午後1時35分～2時25分 ▶説明会…午後2時40分～3時40分
新宿中学校 若草学級	新宿6-15-22 ☎(3357)6191	6月15日㈪ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時
四谷中学校 新苑学級	四谷1-12 ☎(3358)3771	6月26日㈮ ▶見学会…午前10時～11時 ▶説明会…午前11時～12時

●区立特別支援学校(肢体不自由)

学校・学級名	所在地・電話番号	日時
新宿養護学校 小学部・中学部	西新宿4-20-11 ☎(5351)1233	6月17日㈬ ▶見学会・説明会 …午前10時30分～12時

●都立特別支援学校(知的障害)

学校・学級名	所在地・電話番号	日時・対象
都立中野 特別支援学校 小学部・中学部	中野区東中野 5-12-1 ☎(3365)6600	▶5月26日㈫…中学部学校説明会 ▶5月26日㈫、7月14日㈫…小学部学校説明会 **対** 令和9年4月に入学・転学予定のお子さんの保護者 ▶7月22日㈬、9月14日㈪、10月19日㈪…幼児教室 **対** 令和9年4月に入学を考えているお子さんと保護者 ※学校説明会・幼児教室ともに、参加を希望する方は、事前に同校へご連絡ください。詳しくは、同校ホームページ(**右上**二次元コード。HP https://nakano-sh.metro.ed.jp/site/zen/)をご確認ください。

詐欺被害防止 一言アドバイス

防犯アプリをダウンロードして詐欺電話をブロック！

詐欺電話の多くは、国際電話番号や非通知設定からかかってきます。詐欺被害に遭わないためには、詐欺電話に出ないことが重要です。

警視庁防犯アプリ「デジポリス」は、ダウンロードして事前設定するだけで詐欺電話をブロックできるほか、各種防犯に役立つ機能が備わっています。詳しくは、デジポリス機能紹介ページ(**右**二次元コード。HP https://cdn.app.digipolice.jp/html/blocklist/blocklist.html?v=l)をご覧ください。

デジポリスアプリアイコン

ダウンロード iOS版

ダウンロード Android版

警察署代表電話

- **牛込**☎(3269)0110
- **新宿**☎(3346)0110
- **戸塚**☎(3207)0110
- **四谷**☎(3357)0110

※音声ガイダンス「7」番を選び、受付で用件を伝えてください。

問 区危機管理課危機管理係☎(5273)3532

広げよう支えあいの輪

高齢者が安心して暮らせる地域づくりを進めています

地域で高齢者が安心して暮らせるよう、訪問や見守りを行っています。

※①②はどちらか一方をご利用いただけます。

①地域見守り協力員(地域のボランティア)が訪問し生活を見守ります

地域見守り協力員が月2回程度、高齢者のご自宅を訪問します。

対75歳以上の1人暮らしの方、または75歳以上のみの世帯の方(日中に同様の状態になる世帯を含む)

●地域見守り協力員(地域のボランティア)を募集しています

高齢者のご自宅の見守り活動のほか、定期的に開催する連絡会で、協力員同士の情報交換や研修等も行います。詳しくは、お問い合わせください。

問区社会福祉協議会地域活動支援課(新宿ボランティア・市民活動センター)☎(5273)9191・FAX(5273)3082

②生活を見守りながら「ぬくもりだより」をお届けします

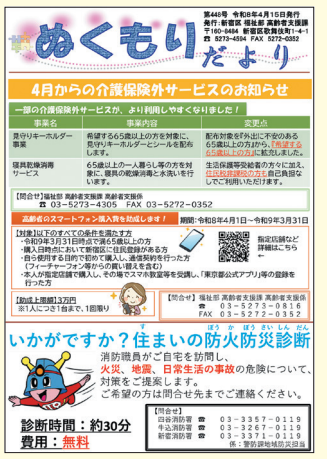
高齢者が利用できるサービス等、生活に役立つ情報を掲載している情報紙「ぬくもりだより」(**右図**)を月2回、訪問配布しています。

対75歳以上の1人暮らしで、定期的な見守りのない方

※事前に地区の民生委員が生活状況や訪問配布の希望を伺う場合があります。

※特別出張所や高齢者総合相談センター等でも配布しています。

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



③地域の事業者が高齢者を見守ります

事業者が業務中に気付いた高齢者の異変を高齢者総合相談センター等へ連絡するなど、関係機関と連携して高齢者を見守っています。

事業者の例 ▶新聞販売店、▶理容室、▶美容院、▶牛乳販売店、▶公衆浴場、▶商店会、▶郵便局、▶金融機関、▶宅配業者、▶薬局、▶コンビニエンスストア

★高齢者を見守る事業者を募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

問高齢者支援課高齢者相談第二係



高齢者見守り登録事業者ステッカー

健康診査・がん検診は6月1日から開始



受診期間 令和9年3月31日㈬まで(胃内視鏡検査は令和9年1月31日㈯まで)

※受診期間終了間近は大変混み合います。早めに受診してください。

受診場所 区の指定医療機関

問健康づくり課健診係(第2分庁舎分館分室4階)☎(5273)4207・FAX(5273)3930

詳しくはこちら 健診特設サイト

区の健康診査・がん検診一覧

下表のがん検診は、自費で受診する場合の1割程度の金額で受診できます。

検診種別		対象(区内在住の方)		自己負担額
健康診査 ★1		16歳～39歳	学校・勤務先等で受診機会のない方	無料
		40歳～74歳	▶新宿区国民健康保険に加入している方 ▶生活保護等を受けている方	
		75歳以上	▶東京都後期高齢者医療制度に加入している方 ▶生活保護等を受けている方	
胃がん	胃内視鏡検査(胃カメラ)	50歳以上で令和7年度に胃内視鏡検査を受診していない方(胃部エックス線検査は40歳～49歳の方も受診可)		2,000円
	胃部エックス線検査(バリウム)			1,900円
大腸がん(便潜血検査)		40歳以上		600円
肺がん	胸部エックス線検査	40歳以上		900円
	胸部エックス線+喀痰(かくたん)細胞診	50歳以上で喫煙指数の高い方★2		1,200円
子宮頸(けい)がん(子宮頸部(けいぶ)細胞診)		20歳以上で偶数年齢の女性★3		900円
乳がん(マンモグラフィ)		40歳以上で偶数年齢の女性★3		800円
前立腺がん(PSA検査)		50歳以上の男性で希望する方★4		200円

★1…施設に入所している方は、対象外となる場合あり

★2…喫煙指数(1日の平均喫煙本数×過去の喫煙含む喫煙年数)が600以上の方

★3…令和7年度に検診を受診していない方は、奇数年齢でも受診可

★4…健康診査対象の方は、健康診査と同時実施。健康診査の予約時または受診前に「前立腺がん検診も受診希望」と医療機関へ要事前連絡(受診時に健康診査受診券と前立腺がん一次検診受診券が必要)

※年齢は令和9年3月31日時点での満年齢です。

※令和8年度特別区民税非課税世帯の方は、事前の手続きにより、自己負担額が免除になります。

受診券はこの封筒で発送します
検診票(複写式)は医療機関でお渡しします

検診の流れ

ステップ1 健康診査・がん検診受診券を確認

受診券がお手元にない方は、お問い合わせください。

受診券の請求方法

▶電話・ファックス・窓口…健康づくり課健診係へ「健康診査・がん検診受診券を希望」とお伝えください。

▶インターネット…新宿区ホームページ(**右**二次元コード)から申し込めます。

健康診査・がん検診

ステップ2 区の指定医療機関へ直接予約

健(検)診実施医療機関一覧から医療機関を選び、医療機関へ直接、予約してください。健(検)診実施医療機関は、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)や健診特設サイト(**左上**二次元コード)をご覧ください。

指定医療機関

ステップ3 受診

当日、受診券・マイナ保険証等をお持ちの上、予約した医療機関へおいでください。

※受診券は剝がさず、台紙(A4サイズ)のままお持ちください。

ステップ4 結果説明

受診した医療機関から受診結果をお知らせします。

※特定健康診査の結果「生活習慣の改善が必要」と判定された方には、健診受診月のおよそ2か月後に「特定保健指導・非肥満保健指導」の案内をお送りします。

※がん検診の結果「要精密検査」と判定されても、実際にがんであるとは限りません。必ず精密検査を受けましょう。精密検査で、がんの早期発見につながる可能性があります。

区民保養施設の利用申し込み

9月宿泊分　箱根つつじ荘・グリーンヒル八ヶ岳

受付窓口・電話 区保養施設受付(本庁舎1階)☎(5273)3881
受付日時 月～金曜日午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日等は㈱日本旅行☎(5369)3902(午前10時～午後6時。電話受付のみ)へ。
インターネット予約(空き室予約のみ) 新宿区ホームページ(**右**二次元コード)から利用者登録・宿泊予約ができます。

●抽選(区民抽選予約)
申込期間 6月1日㈪～10日(必着)
申 受付窓口・特別出張所・生涯学習スポーツ課(第1分庁舎7階)で配布している抽選はがきでお申し込みください。6月19日㈮ごろまでに結果通知が届かない場合は、受付窓口へお問い合わせください。

●空き室予約(抽選後)
電話や受付窓口、インターネットで予約できます(いずれも先着順)。
申込開始日 ▶区民優先予約…6月21日㈰、▶一般予約…8月1日㈯
9月の休館日 ▶箱根つつじ荘…8日㈫～10日㈭、▶グリーンヒル八ヶ岳…1日㈫～3日㈭

●新宿駅西口発グリーンヒル八ヶ岳直行便バスツアー
往復バスと宿泊・観光(2泊3日)のセットです。
9月の出発日・コース 14日㈪…旧軽井沢銀座、マンズワイン勝沼ワイナリー
問 グリーンヒル八ヶ岳☎0551(32)7011

令和8年度の国民年金額と年金生活者支援給付金

国民年金を受給している方へ

詳しくは、日本年金機構ホームページ(**右**二次元コード。HP https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html)でご案内しています。

●令和8年度の年金額(年額)

種類・年金額		昭和31年4月1日以前生まれ	昭和31年4月2日以降生まれ
老齢基礎年金(満額の場合)		84万4,900円	84万7,300円
障害基礎年金	1級	105万6,125円	105万9,125円
	2級	84万4,900円	84万7,300円
遺族基礎年金		84万4,900円	84万7,300円

※障害基礎年金・遺族基礎年金の子の加算額は▶第1子・第2子…24万3,800円ずつ、▶第3子以降…8万1,300円ずつです。

問 ▶新宿年金事務所☎(3354)5048
▶区医療保険年金課年金係☎(5273)4338

●年金生活者支援給付金の相談を電話で受け付けています
同給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給するものです。
給付金専用ダイヤル ☎0570(05)4092(050から始まる電話からは☎(5539)2216へ)
電話受付時間 ▶月～金曜日(祝日等を除く)…午前8時30分～午後5時15分(月曜日は午後7時まで。月曜日が祝日等の場合は、翌営業日の午後7時まで受け付け)、▶第2土曜日…午前9時30分～午後4時

すすめ！しんじゅく健康フレンズ!!

Vol.32　5月31日は世界禁煙デー

喫煙はがんなど多くの病気と関係しています。**右下記**のとおり、禁煙相談を受けられますので、この機会にぜひ禁煙に挑戦しましょう。

区では、世界禁煙デー(**下記**)に合わせて区の施設を受動喫煙防止のシンボルカラーのイエローグリーンにライトアップします。

問 健康づくり課健康づくり推進係☎(5273)3494



5月31日は世界禁煙デー

受動喫煙のない社会を! 新宿区
受動喫煙対策推進マスコット「けむいモン」

喫煙は自分自身だけでなく、周囲の方の健康にもさまざまな影響があることが報告されています。この機会に禁煙に取り組みませんか。
喫煙による影響 ▶がん、▶循環器疾患(脳卒中、虚血性心疾患等)、▶呼吸器疾患(COPD等)、▶2型糖尿病ほか
受動喫煙による影響 ▶虚血性心疾患、▶肺がん、▶幼児期の喘息、▶呼吸器感染症、▶乳幼児突然死症候群(SIDS)ほか

⚠ 加熱式たばこも発がん物質やニコチンを含んでいますが、販売からの期間が短く、健康影響はほとんど分かっていません。

たばこをやめたいと思ったら
保健センターで保健師による禁煙相談を受けられます。一定の要件を満たせば保険診療で禁煙治療を受けられます。詳しくは、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)をご覧ください。

問 健康づくり課健康づくり推進係☎(5273)3494

大雨・水害対策は

大雨は事前にある程度予測できます。いざという時に慌てず行動できるよう、日頃から備えておくべきこ





浸水想定区域・浸水深

洪水ハザードマップは、浸水が発生
高い区域を着色した地図です。予想さ
(地面から水面までの高さ)も確認でき

新宿区洪水ハザードマップは、危機
庁舎4階)・道路課(本庁舎7階)・環境対
舎7階)・建築指導課(本庁舎8階)・特
るほか、新宿区ホームページ(**右**二次
だけます。

雨水ますの清掃にご協力を

雨水ますのふたにごみや落ち葉が詰まると、雨水が流れにくくなることがあります。区職員による巡回も行いますが、付近の清掃にご協力ください。



清掃前



清掃後





緊急時に利用できる土のうを配布しています 設置場所の確認を

土のうステーション
設置場所はこちら



土のうステ

下記配布場所へ連絡の上、受け取りにおいでください。
※配布した土のうは受け取った方が処分してください。
配布場所・申込み ▶明治通りの東側にお住まいの方…東部工事事務所(市谷仲之町2-42)☎(5361)2454
▶明治通りの西側にお住まいの方…西部工事事務所(下落合1-9-8)☎(3364)2422

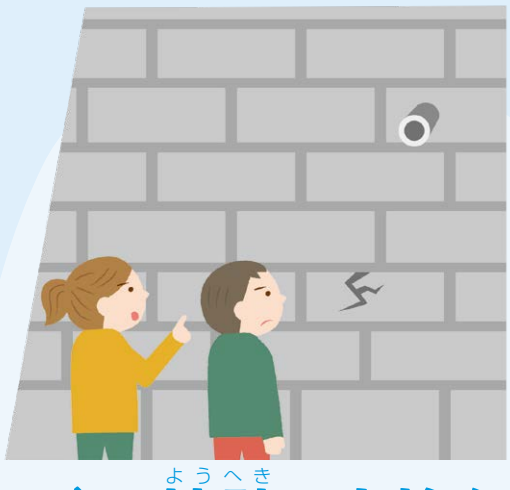
また、事前連絡不要で土のうをいつでも取り出せる土のうステーションを特別出張所等に設置しています。土のうステーションには、通常の土のう(麻色の袋)と軽量の土のう(黒色の袋)を格納しています。用途に合わせてご利用ください。
※管理会社等が建物を管理している場合は、配布できない場合があります。



通常の土のう
(麻色の袋)



軽量の土の
(黒色の袋

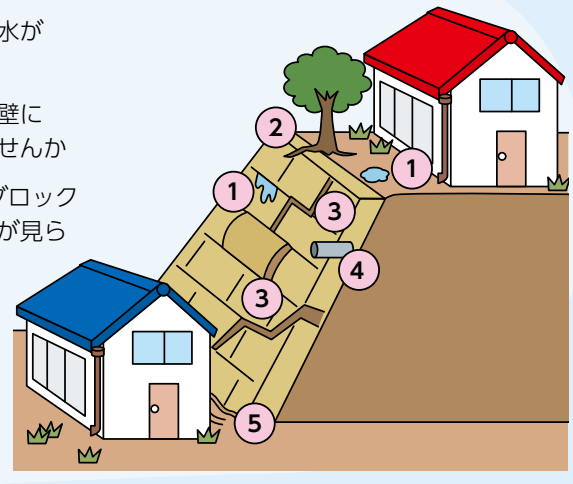


がけ・擁壁(ようへき)の点検を

台風や集中豪雨等による土砂災害を防ぐため、がけや擁壁を点検しましょう。土砂災害を防止するため、専門家の派遣や安全化対策工事費の助成をしています。詳しくは、お問い合わせください。

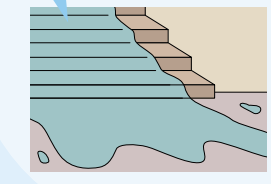
以下の項目を点検しましょう

1. 擁壁や擁壁の上部から水がしみ出していませんか
2. 樹木の根やツタ等が擁壁に悪い影響を与えていませんか
3. 擁壁の亀裂や膨らみ、ブロック等の目地に沿った亀裂が見られませんか
4. 水抜き穴は機能していますか
5. 地盤沈下は起こっていませんか



地下室の浸水

建物が浸水した場合、地下室
くくなります。浸水する可能性が
ら安全な場所へ避難しましょう。



万全ですか？

とや災害時の情報の入手方法を紹介します。

問 ▶洪水ハザードマップ、防災気象情報…**危機管理課危機管理係**☎(5273)4592
▶避難情報・気象情報の入手…**危機管理課地域防災係**☎(5273)3874
▶土のう、雨水ます、警報サイレン…**道路課計画係**☎(5273)3525
▶がけ・擁壁、地下室の浸水対策…**建築指導課指導係**☎(5273)3745

の確認を

する恐れの
される浸水深
きます。
機管理課(本
対策課(本庁
別出張所で配布してい
次元コード)でご覧いた

新宿区洪水
ハザードマップ



ーション



のう
)

新たな防災気象情報の運用が始まります

5月29日㈮から防災気象情報が**右図**のとおり新しくなります。
※区では、同情報を参考に避難情報等を発信します。

気象庁ホームページの特設ページで新たな防災気象情報の資料を閲覧できます。
HPhttps://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/bosai/keiho-update2026/index.html

気象庁ホームページ
の特設ページ

新たな防災気象情報

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			



いざという時は即座に避難を



警報発表



避難情報・気象情報の入手

避難情報等を新宿区ホームページ(**右**二次元コード)のトップページに掲載するほか、区立公園等に設置した防災スピーカーから放送します。放送内容は、専用電話番号☎(3205)1011でも聞くことができます。

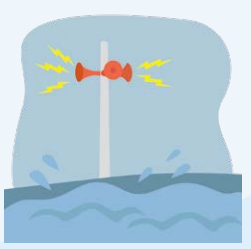
区防災気象情報メールでは、区内の地域に特化した気象情報等をメールで受け取れます(24時間以内に放送した内容のみ)。登録を希望する方は、**下記**電子メールアドレスに空メールを送信してください。(**右**二次元コードからも送信可)。

登録用電子メールアドレス　✉t-shinjuku@sg-p.jp

河川の警報サイレンで洪水の危険をお知らせします

区内の河川近辺24か所に、警報サイレンを設置しています。

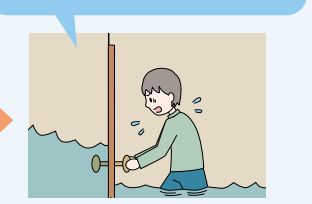
河川の水位が警戒水位に達するとサイレンが鳴り、氾濫の可能性等をお知らせします。





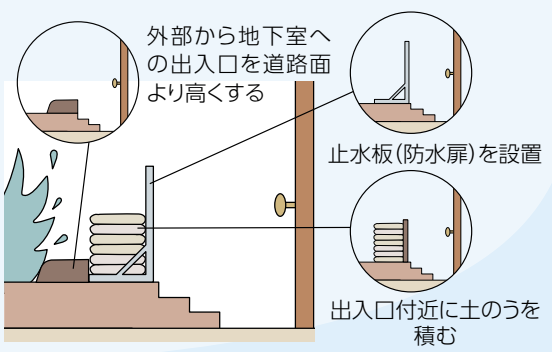
対策を

室は水圧でドアが開きに
がある場合は、地下室か



地下室への浸水を防ぐため以下の対策をしましょう

浸水被害を軽減するには、止水板の設置や土のうの準備等の対策が有効です。



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

私立幼稚園新宿子育て教育フェア

各園の魅力や特色をお伝えするため、区内私立幼稚園がゲームや絵本の読み聞かせ等のブースを出展します。詳しくは、同フェアフェイスブック(**右**二次元コード。HPhttps://www.facebook.com/shinjuku.kosodate)をご覧ください。

日6月13日㈯午前10時～午後3時
場新宿中央公園ファンモアタイムひろば(西新宿2-11)
主新宿区私立幼稚園連合会
後新宿区・新宿区教育委員会
問伸びる会幼稚園☎(3361)5020
※フェア当日は同園☎080(3705)3180へお問い合わせください。



一緒に体を動かそう！親子運動あそび

日6月14日㈰午前11時～12時
対4歳～6歳のお子さんと保護者、5組
内親子でスキンシップを図れるリズム体操や組体操、手遊びほか
講芹沢和子(わらべうたベビー&キッズマッサージ認定講師)
持飲み物、タオル
申5月27日㈬から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場問下落合図書館(下落合1-9-8)☎(3368)6100



ワハハ本舗星川桂の親子料理教室

日6月14日㈰午後1時～2時30分
場角筈地域センター(西新宿4-33-7)
対区内在住の小学生以上のお子さんと保護者、12組(保護者は1組につき1名まで)
講星川桂(ワハハ本舗)
持エプロン、三角巾
申5月27日㈬から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
問角筈図書館(西新宿4-33-7)☎(5371)0010



高齢者・介護 1

6月の介護者家族会・認知症介護者家族会

●介護者家族会

日場▶①四谷の会…4日㈭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…23日㈫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…17日㈫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…9日㈫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いっぷくの会…27日㈯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…19日㈮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…16日㈫午後1時30分～3時30分／北新宿特別養護老人ホーム(北新宿3-27-6、かしわ苑)

●認知症介護者家族会

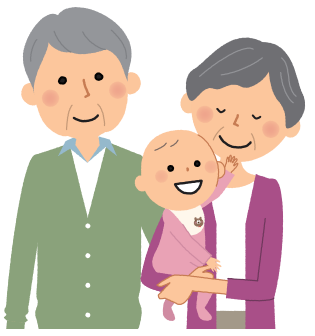
日場▶⑧水曜日の会…17日㈫午前10時30分～12時／西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)、▶⑨木曜日の会…11日㈭午後1時30分～3時30分／百人町地域交流館(百人町2-18-21)、▶⑩金曜日の会…12日㈮午後1時30分～3時30分／牛込保健センター等複合施設
※⑨は、区内在住で認知症の方を介護している方を対象に、講座「知っておきたい！認知症と薬のはなし」を実施します。

共通事項

申▶①～⑧⑩は当日直接、会場へ(入退場自由)。▶⑨は5月27日㈬から電話かファックス(11面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着15名。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。
問高齢者支援課高齢者相談第二係☎(5273)4594・FAX(5272)0352

おじいさま・おばあさま学級

日6月10日㈬午後1時30分～3時30分
対もうすぐお孫さんを迎える方、孫育て中の方
内沐浴(もくよく)実習、助産師・栄養士の講演
申電話で問合せ先へ。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。
場問落合保健センター(下落合4-6-7)☎(3952)7161



高田馬場地域交流館の催し

①おくすりと栄養との上手な付き合い方講座

日6月29日㈪午後2時～3時30分
内骨の健康と薬の講話
講クスリの龍生堂薬局薬剤師・管理栄養士

②いざ！イス座禅

日6月30日㈫午前10時～11時
内禅の基本等の講話・座禅体験
講杉山呼龍(すぎやまこりゅう)(人間禅師家・**右写真**)



共通事項

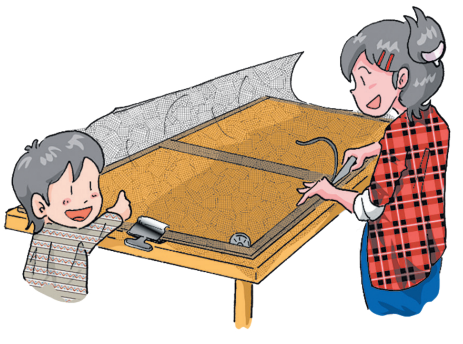
対区内在住の60歳以上、▶①40名、▶②50名
申6月2日㈫～開催日前日に電話または直接、問合せ先へ。先着順。参加には利用証の作成が必要です。
場問同館(高田馬場1-4-17)☎(3200)5816(午前9時～午後6時)

すべての方

家具長持ち講座(DIY)

●網戸の張り替え体験

日6月6日㈯午後2時～3時30分
対区内在住・在勤・在学の方、6名
申5月27日㈬から電話または直接、問合せ先へ。先着順。
場問西早稲田リサイクル活動センター(西早稲田3-19-5)☎(5272)5374(月曜日休館)



オンラインで実施する講座・イベントは視聴できる機器をお持ちの方が対象です(通信費等は申込者負担)。

イベントのつづき

水曜上映会

日6月10日㈬午後2時から(午後1時40分開場)
上映作品「僕らの世界が交わるまで」(1時間28分。英語音声・日本語字幕)
申当日直接、会場へ。先着40名。
場問**中央図書館**(大久保3-1-1)☎(3364)1421



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6月11日㈭午後6時45分～8時45分
内サッカーを通じて新宿区の多様性を生かしたまちづくりへの貢献や理念「Enrich the world.(世界を豊かにする)」の実現に取り組むクリアソン新宿の活動紹介(語り手は同団体)
申電話かファックス・電子メール(11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。HPhttps://snponet.net/)からも申し込めます。
問**NPO協働機構**(高田馬場4-36-12、新宿NPO協働推進センター内)☎(5206)6527・FAX(5386)1318・✉hiroba@s-nponet.net

みんなの趣味講座「体験！切手はり絵」

日6月12日㈮午後3時～4時
内古切手を使った貼り絵作品作り
申5月27日㈬から電話または直接、問合せ先へ。先着14名。
場問**下落合図書館**(下落合1-9-8)☎(3368)6100



新宿合唱祭「初夏にうたおう」

日6月13日㈯午前11時30分から(午前11時開場)
内新宿区合唱連盟加盟の31団体による合唱
場申当日直接、新宿文化センター(新宿6-14-1)へ(入退場自由)。
問**新宿文化センター**☎(3350)1141



ささえーる 中落合の講座

①手作りを楽しもう！お花のメッセージカードづくり
日6月13日㈯午後1時～3時
対区内在住・在勤・在学の方、12名
②香りを楽しむ折り紙クラフト講座
日6月26日㈮午後1時～3時
対区内在住・在勤・在学の方、8名
共通事項
申▶①は6月5日㈮まで、▶②は6月19日㈮までに電話で問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。
問場**同館**(中落合1-7-1)☎(3565)6375(日曜日を除く午前9時～午後6時)



芸術サロン

名作映画を上映します。
日6月13日㈯午後2時～4時15分
上映作品「THE STING スティング」(2時間9分。英語音声・日本語字幕)
申当日直接、会場へ。先着80名。
場問**四谷地域センター**(内藤町87)☎(3351)3314

エコギャラリー新宿 6月の展示

展示時間はお問い合わせください。
日内17日㈬～21日㈰…真美会(しんびかい)展(絵画)
場問**同館**(西新宿2-11-4)☎(3348)6277

乳がん体験者の会「るぴなす」

日6月17日㈬午後2時～4時
対区内在住・在勤・在学で乳がんを経験した方、20名
内療養中の体力づくり・簡単セルフトレーニング、交流会
申5月27日㈬～6月15日㈪に電話で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(**右**二次元コード)からも申し込めます。
場問**四谷保健センター**(四谷三栄町10-16)☎(3351)5161

みんなで英語多読ワークショップ～読んでみよう！

日6月21日㈰午後2時～3時30分
内英語の絵本を読む体験、おすすめの本の紹介ほか
共紀伊國屋書店・ヴィアックス共同事業体
申5月28日㈭から電話または直接、問合せ先へ。先着12名。
場問**四谷図書館**(内藤町87)☎(3341)0095



ささえーる 薬王寺の講座

●ささえーる歌声広場
日定6月23日㈫午前10時～11時30分(20名)
内ハミングや歌による嚥下(えんげ)機能等の促進とリズム活動を通した身体機能のトレーニング
●ストレッチ3B(さんびー)体操
日定6月26日㈮午後1時30分～3時(20名)
内ボール・ベル・ベルター(3B)の補助具を使い、音楽に合わせてストレッチ
●フレイル予防料理講座
日定6月30日㈫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
共通事項
対区内在住の60歳以上
申6月10日㈬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)

イベントのつづき

実家も自宅も整う片づけ術

高齢になっても困らない、暮らしに役立つ整理術を身に付けます。

日6月23日㈫午前10時30分～12時

対区内在住・在勤・在学の方、30名

申5月27日㈬～6月22日㈪に電話で問合せ先へ。先着順。新宿区ホームページ(**右**二次元コード)からも申し込めます。

場問男女共同参画推進センター(ウィズ新宿、荒木町16)☎(3341)0801



認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識等を学びます。参加者には、同講座を受講した印の認知症サポーターカードとオレンジリングを差し上げます。

日▶①6月24日㈬午後1時30分～3時30分、▶②6月30日㈫午前10時～11時30分、午後2時～3時30分

※①は終了後、かしわ苑の見学もできます。

場▶①かしわ苑(北新宿3-27-6)、▶②区役所第2分庁舎分館1階会議室

対区内在住・在勤・在学の方、▶①16名、▶②各35名

申5月27日㈬から電話かファックス(11面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。先着順。

問▶①**柏木高齢者総合相談センター**☎(5348)9555・FAX(5348)9556、▶②**高齢者支援課高齢者相談第二係**☎(5273)4594・FAX(5272)0352

マンション連続講座

日6月24日、7月22日、8月26日、9月30日、10月28日、11月25日の水曜日午後6時30分～8時30分、全6回

※各回ごとの参加もできます。

場新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)

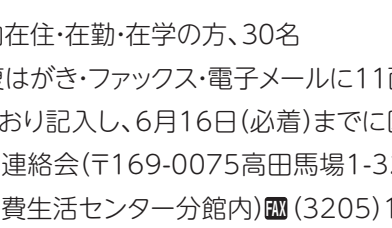
対分譲マンション管理組合の理事、マンション住民ほか、各回20名程度

内マンションの管理組合や理事会の運営方法、マンション法制、大規模修繕の取り組み方ほか

費2,500円(1回500円。資料代等)

申5月27日㈬～6月17日㈬に電話かファックス(11面記入例のほか参加希望月を記入)でNPO法人建築ネットワークセンター☎(6457)3178・FAX(6457)3179へ。先着順。同センターホームページ(HP https://www.kenchikunet.org/)からも申し込めます。

問消費生活就労支援課消費生活就労支援係☎(5273)3834



リサイクル講座

●古布から夏のブラウス作り

日6月25日㈭午前10時～午後4時

対区内在住・在勤の方、10名

費300円(材料費等)

持古布(和服地(幅37～38㎝×長さ310㎝以上)または洋服地(幅110㎝×長さ140㎝以上))、裁ちばさみ、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11面記入例のとおり記入し、6月7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)

消費者大学講座

●防ごう！契約トラブル

地域の消費者教育の担い手となる人材を育成するための連続講座です。5回以上受講した方には修了証書をお渡しします。

日6月27日、7月4日・11日・18日・25日、8月8日の土曜日午後2時～4時、全6回

場新宿消費生活センター分館(高田馬場1-32-10)

対区内在住・在勤・在学の方、30名

申往復はがき・ファックス・電子メールに11面記入例のとおり記入し、6月16日(必着)までに区消費者団体連絡会(〒169-0075高田馬場1-32-10、新宿消費生活センター分館内)FAX(3205)1007・✉s-shodanren@outlook.jpへ。応募者多数の場合は抽選。

※定員に満たない場合は、追加募集します。詳しくは、お問い合わせください。

問消費生活就労支援課消費生活就労支援係☎(5273)3834



硬式テニス教室

日7月3日㈮・7日㈫・10日㈮・14日㈫・17日㈮・24日㈮午後7時30分～9時30分、全6回

場大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)

対区内在住・在勤の18歳以上の初心者～初級程度の方、30名

費6,000円(保険料等)

申往復はがきに11面記入例のほか年齢を記入し、6月12日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選。

主問区硬式庭球連盟・篠田康美(〒162-0052戸山2-33-1231)☎090(3812)8603



成年後見入門講座

●制度を知って、今後に備えよう

日7月4日㈯午後2時～4時

場戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

対区内在住・在勤・在学の方、50名

申6月26日㈮までに電話か郵送(必着)・ファックス・電子メール(11面記入例のほか区内在住・在勤・在学の別、ファックスで申し込みの方はファックス番号を記入)または直接、問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は落選者にのみお知らせします。申し込みフォーム(**右**二次元コード。HP https://forms.gle/mghGuhgrk1cYbxCC9)からも申し込めます。

問区成年後見センター(〒169-0075高田馬場1-17-20)☎(5273)4522・FAX(5273)3082・✉skc@shinjuku-shakyo.jp

精神保健講演会

●産後うつをみんなで予防しよう
～睡眠とこころの変化を見逃さない

YouTubeを利用した講座です。申込者には動画サイトのURLを送信します。

配信期間 7月10日㈮～令和9年2月28日㈰

対区内在住・在勤・在学の方

申令和9年2月28日㈰(講師への質問がある方は6月7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。申し込みには電子メールアドレスが必要です。

問保健予防課保健相談係☎(5273)3862

5月の新宿区の人口・世帯(1日現在)

住民基本台帳人口	356,809人	日本人：304,694人	男:152,358人 女:152,336人	外国人：52,115人	男:26,784人 女:25,331人	世帯数	236,332世帯

お知らせ　まちや暮らしに関する情報を掲載しています

高齢者・介護 ❶

高齢者の介護予防・健康づくり活動を行う団体を支援します

●通所型住民主体サービス・活動事業

住民主体で介護予防・健康づくり等の活動を週1回1時間以上行う団体に補助金を交付します。今年度分の申請は12月25日㈮まで随時受け付けています(今年度の予算額に達した時点で募集を終了)。詳しくは、新宿区ホームページ(**右**二次元コード)をご覧ください。

問 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係☎(5273)4193

すべての方

「みどりの小道」環境日記 日記帳(新宿版)を配布します

環境について調べ・考え・実践したこと等を記録できる日記帳とガイドブックを、区内在住・在学の小学生を対象に5月28日㈭から環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内)で配布します(なくなり次第終了)。区立小学校の4～6年生には各学校で配布します。

●「みどりの小道」環境日記コンテスト

同日記帳に5週間取り組むと、コンテストに応募できます。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

※上位入賞者は12月6日㈰に開催する「新宿こども環境シンポジウム2026」で表彰します。

申込期限 8月31日(必着)

問 環境学習情報センター☎(3348)6277

人権相談をご利用ください

●6月1日は人権擁護委員の日

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、人権相談や啓発活動を行っています。区では現在、12名の人権擁護委員が活動しています。

日 毎月第1・第3金曜日(祝日等を除く)午後1時～4時

場 区役所第1分庁舎2階区民相談室

申 相談日の前開庁日午後5時までに電話で問合せ先へ。

問 総務課総務係☎(5273)3505

高齢者保健福祉推進協議会

日 6月1日㈪午後2時～4時

場 申 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎5階大会議室へ。

問 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係☎(5273)4193

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 6月3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



図書館の休館

特別図書整理のため休館します。

休館期間等 ▶四谷図書館(内藤町87)…6月10日㈬～13日㈯

▶鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521)…6月17日㈬～19日㈮

問 中央図書館☎(3364)1421

衣類・靴・バッグ・ぬいぐるみ・毛糸・ファッション小物の回収

資源の有効活用のため家庭の衣類等を回収します。種別ごとに分けてお持ちください。虫食い・汚れのひどいもの、カビ等で劣化しているものは回収できません。

※駐車場はありません。

日 6月12日㈮午後1時～4時

協力 日本リ・ファッション協会、ニットカフェ、もったいないチーム

場 問 環境学習情報センター(西新宿2-11-4)☎(3348)6277

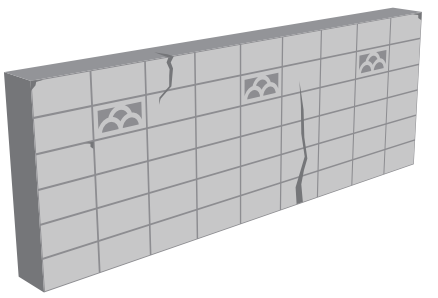
ブロック塀等の点検調査にご協力を

●6月上旬～11月中旬に実施

道路沿い等に接して設けられた、耐震性が特に十分でない塀を調査します。調査結果は、所有者または管理者へ通知します。

調査方法 区が委託した事業者の調査員(区が発行した身分証明書を携帯)による目視調査、写真撮影ほか

問 防災都市づくり課☎(5273)3829



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。

同じ団体の掲載申し込みは、1年間(4月1日～翌年3月31日)に1回です。「催し・講座」は、掲載希望号の2か月前までにお申し込みください。

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

サークル紹介・会員募集

◆タブレットPCで絵を描く　毎月第1・第3月曜日午前10時～11時30分、大久保地域センターで。タブレットとタッチペンが必要。**費** 入会金1,000円。1回500円。**問** IPAD絵研究会・オ☎080(5485)1816

◆鎌倉彫　毎月第1・第3木曜日午後1時30分～5時、赤城生涯学習館で。**費** 月4,000円。**問** 七彫会(ななちょうかい)・清水(しみず)☎(3268)4035

◆中国語　毎月第1・第2・第4火曜日午後1時15分～3時45分、本塩町地域交流館で。会話・文法を学ぶ。**費** 月5,000円。**問** 中国語学習会・阿部(あべ)☎(3351)7607

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。

子ども自然体験デイキャンプ

自然の中で里山の空気・土の恵みを味わいませんか

日時・集合場所等 6月27日㈯午前6時45分に子ども総合センター(新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内)で集合・午後5時30分に解散し、移動はバスを利用します。

場 朝日里山学校(茨城県石岡市柴内630)・常陸風土記の丘(茨城県石岡市染谷1646)ほか

対 区内在住・在学の小学3～6年生、32名

内 飯ごう炊さん、カレー作り、野菜の収穫体験ほか(雨天変更の場合あり)

費 3,000円(体験料・食事代等)

主 新宿区青少年活動推進委員会

申 往復はがき(1人1枚)に11面記入例のほか学校名・学年・性別・保護者氏名(ふりがな)を記入し、6月8日(必着)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は抽選し、結果は全員に6月12日㈮以降にお知らせします。新宿区ホームページ(**右下**二次元コード)からも申し込めます。

※同イベントに参加するお子さんと保護者は、6月21日㈰午後2時～4時に子ども総合センターで開催する事前説明会への参加が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

問 子ども総合センター子育て支援係(〒160-0022新宿7-3-29、新宿ここ・から広場)☎(3232)0695・FAX(3232)7505

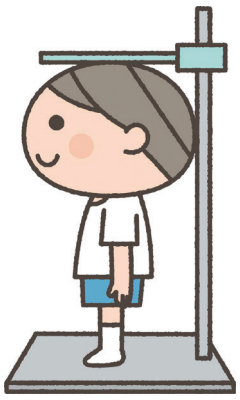
7月から5歳児健診が始まります

健診対象世帯に5歳児健診の案内を発送します。受診を希望する方は、案内に記載の二次元コードから予約してください。

対 令和3年4月2日～4年4月1日生まれのお子さん

内 集団遊び、問診、計測、診察、個別相談

持 母子健康手帳。動きやすい服装・靴でおいでください。



案内発送時期等 ▶第1期(令和3年4月2日～9月30日生まれ)…5月25日㈪以降順次発送、6月1日㈪に予約開始

▶第2期(令和3年10月1日～4年4月1日生まれ)…9月25日㈮以降順次発送、10月1日㈭に予約開始

※予約時に問診票の入力が必要です。

場問 ▶**牛込保健センター**(弁天町50)☎(3260)6231・FAX(3260)6223

▶**四谷保健センター**(四谷三栄町10-16)☎(3351)5161・FAX(3351)5166

▶**東新宿保健センター**(新宿7-26-4)☎(3200)1026・FAX(3200)1027

▶**落合保健センター**(下落合4-6-7)☎(3952)7161・FAX(3952)9943

クリアソン新宿×新宿区 人とまちをつなぐ







寄贈式

Vol 2

ランドセルカバーがつなぐ、子どもたちの交通安全

新宿のまちで、黄色いランドセルカバー(**左下写真**)を着けた子どもたちを見かけたことはありませんか。その真ん中に描かれているのは、我らがマスコット「くりあにゃん」です。


ランドセルカバーと帽子を着用して下校する小学生

このカバーと黄色い帽子は、区教育委員会と日税グループ、新和環境㈱、パナソニック ホームズ㈱東京支社の協力で、令和7年度から区立小学校・区立新宿養護学校の新小学1年生に1,750組が寄贈されました。子どもたちの交通安全への意識を高めて事故を防ぐことが目的で、クリアソン新宿の選手たちが交通安全の見守り活動に加わることも。

3月20日にはMUFGスタジアム(国立競技場)で寄贈式を行い、約60人の新1年生が参加してくれました。子どもたちの安全を、新宿のまちのみんなで見守っていきましょう！



PLAYERS まちをつなぐ選手たち

赤井(あかい)シャロッド裕貴(ひろき)(DF 背番号11)

出身 米国・アトランタ 2000年生まれ

加入 2023年

新宿の好きなところ 新宿三丁目にある「名曲・珈琲 新宿らんぶる」です。広くて、ドラマで見るようなレトロな雰囲気で、落ち着きます。

警察署の啓発活動で交通安全の呼び掛けをしていると、小学生も見かけますね。もっと知ってもらい、チームがまちのヒーロー的存在になれればと思っています。



新宿区公式SNS

X @shinjuku_info

Instagram @shinjuku_city_official

LINE アカウント名／新宿区

YouTube「新宿区公式チャンネル」

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。