公益財団法人
新宿未来創造財団

Oh! レガス 新宿ニュース

www.regasu-shinjuku.or.jp

7月20日号

平成25年7月20日 第61号 次号は8月5日発行です。

発行:公益財団法人新宿未来創造財団　〒169-0072 東京都新宿区大久保3-1-2 新宿コズミックセンター内

星空コンサート2013　8/25[日]

沼尾みゆきと行く 星巡りの旅

7月20日(土)9時～ チケット予約開始

プラネタリウム

問合せ:学習・スポーツ課　☎03-3232-5121
会　場:コズミックセンター　8階プラネタリウム

劇団四季で『オペラ座の怪人』や『ウィキッド』などのヒロインを演じた沼尾みゆきがコズミックプラネタリウムに登場!

夏を彩る星座たちの物語とともに、クリスタルな歌声をご堪能ください。

時間:【1回目】14時開演(13時30分開場)　【2回目】16時30分開演(16時開場)
出演: 沼尾みゆき(元劇団四季)
曲目:『星めぐりの歌』『星に願いを』　ほか　※曲目は変更になる場合があります
定員: 各回140名　**料金:** 全席自由　1,500円　※未就学児の入場不可
購入:【区内在勤・在住の方】必ず学習・スポーツ課へ電話予約(9時～17時)のうえ、コズミックセンター窓口で、住所または勤務先所在地のわかる公的機関発行の証明書(健康保険証・運転免許証・社員証など)を提示してお引き換えください(引き換え開始8月12日(月)9時～)　※枚数限定発売　※1回の電話でお1人様2枚まで
【区外の方】沼尾みゆき事務局へお問い合わせください
協力: 沼尾みゆき事務局
問合せ: 沼尾みゆき事務局　http://1623.net/miyuki/message/
学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

7/20[土]～8/24[土]
プラネタリウム一般公開のご案内
夏番組「夏の星座と銀河鉄道の夜」

宮沢賢治の名作『銀河鉄道の夜』のお話と、《いて座》となったケンタウルス族の賢者ケイローンのお話を投影します。

投影日: 7月20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)、8月2日(金)・3日(土)・4日(日)・8日(木)・9日(金)・10日(土)・11日(日)・15日(木)・16日(金)・17日(土)・18日(日)・24日(土)
時間: 1回目10時30分～・2回目13時30分～・3回目14時50分～の1日3回投影(投影時間は各回約50分)
※開場は各回投影開始30分前
対象・定員: どなたでも　150名(各回先着順)
料金: 全席自由　300円(中学生以下無料)
購入: 鑑賞券は各回投影開始30分前から会場受付で販売

8/1[木]
聴覚障がい者のための
“プラネタリウム上映会”〈字幕入り〉

障がいがあっても、まわりの観客に気兼ねすることなくプラネタリウムをお楽しみいただけます。上映途中での入退場や、声や音を出してしまっても大丈夫。安心してご参加ください。
※投影内容は、夏番組「夏の星座と銀河鉄道の夜」です

時間: 14時投影開始(13時30分開場)　※投影時間は約50分
対象: 聴覚に障がいのある方・聴覚障がい児およびその家族・介助者
定員: 100名(先着順)
料金: 大人100円、子ども(中学生以下)無料
共催: NPO法人 東京都中途失聴・難聴者協会
申込み: 7月25日(木)必着。電話(☎03-5919-2421)もしくはFAX(FAX03-5919-2563)またはEメール(✉info@tonancyo.org)のいずれかで記載例(4面)のほか、参加人数を東京都中途失聴・難聴者協会までお伝えください

8/31[土]
〈親子向けイベント〉
星空おはなしまつり

小さな子から大人まで、一緒に大きな声で笑ったり歌ったりできる楽しいイベントです!
お星さまの見つけ方、絵本・紙芝居の朗読、パネルシアターなどを予定しています♪

時間: 14時開演(13時30分開場)
定員: 140名(先着順)
料金: 親子(小学生以下と中学生以上)1組500円、
中学生以上1名500円、小学生以下1名200円

〈購入例〉
①小学生以下のお子さま2名とその保護者1名の場合
→700円(親子1組+小学生以下1名)
②小学生以下のお子さま2人とその父母の場合
→1,000円(親子2組)

購入: 鑑賞券は当日開演30分前から会場受付で販売

9月28日(土)は陸上競技の聖地 国立競技場にみんな集まろう!

多くのアスリートの栄光と涙を見てきた聖地・国立競技場。幕を閉じる夢の舞台の歴史にあなたの汗を刻む最後のチャンス!

国立競技場 SAYONARA 国立競技場 FOR THE FUTURE

問合せ:学習・スポーツ課　☎03-3232-5121
会　場:国立競技場(霞ヶ丘町10-2)

国立競技場をあなたの目と心に焼き付けよう!
第5回 新宿トリムマラソン 参加者募集!

スポーツの聖地・国立競技場内に特設した1.4kmのコースを走ります。ビギナーからエキスパート、また子どもも大人も誰でも楽しめます。これまでに国立競技場で生まれた“感動”と“興奮”に想いを馳せながら、思いっきり走ってみませんか。

※昨年度までの事前申告タイムでフィニッシュを競う方式を廃止し、完走証を発行(今年度の表彰はありません)。のびのびと自分のペースでフィニッシュをめざしましょう!

日時: 9月28日(土)　【選手受付】8時～8時30分　【開会式～競技開始～ゴール】8時45分～9時30分
対象: 1.5kmを20分以内で走ることのできる方　**定員:** 500名(先着順)
料金: 1名500円(伴走者無料)　※小学生以下および1人で走ることが不安な方は20歳以上の方の伴走が必要です
申込み:【窓口】8月25日(日)必着。コズミックセンター窓口で配布中の申込書(財団ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて、平日9時～19時、土日・祝日9時～17時にコズミックセンター窓口へ
※休館日(8月12日(月))は17時まで　【インターネット(携帯電話も可)】8月25日(日)までに、RUNNETの「エントリー画面」もしくは右記QRコードからエントリーしてください　※別途手数料200円が必要です

ランネット
runnet.jp

同日開催 第12回 ピポ・ユニバーサル駅伝 選手&ボランティア募集!

障がいの有無や年齢・国籍・人種を超えて支え合い交流するレクリエーションイベントです。選手・チームマネージャー・伴走ボランティアが1チームとなって、全5区間(1区間約1km)でタスキをつなぎます。

内容: 当日チームを編成し、競技場内(全5区間)を走る駅伝方式
問合せ: NPO法人コミュニケーション・スクエア21
☎03-3350-1388　✉staff@npocs21.com
※時間・参加料・申込方法などの詳細については、上記までお問い合わせいただくか、本紙8月20日号をご覧ください

区民総合体育大会「陸上競技」の詳細は2面へ ⇒

広告のお問い合わせは、直接各ご連絡先まで。

CLASSITE
いちばんに暮らし手のこと
マンションは厳しく選んだのに管理会社は選ばないのですか?
お住まいのマンション管理について、不満や不安はありませんか?
管理の簡易診断(無料)
ご希望の方には、チェックシート記載による管理状況の無料診断を実施しております。
●お気軽にお問い合わせください。
お申し込み・お問い合わせは下記フリーダイヤルまたはホームページから
0120-09-8966
soudan@daiward.co.jp
クラシテ 検索 www.daiward.co.jp
SUNNEXTA GROUP
マンション管理会社 ダイワード株式会社
〒162-0833 東京都新宿区箪笥町35番地 日米TIME24ビル
マンション管理業者登録番号 国土交通大臣(3)第030534号

Windows8, スマホ,Mac対応
超初心者大歓迎 パソコン教室
パソカレッジ高田馬場駅前教室
開校17年の実績。高田馬場駅から徒歩1分
夏の人気コース
★1日でパソコン短期習得!
11コースから選べます。お好きな日に受講可能
★ワンポイントプライベートレッスン
ここだけ習いたい! にお答えします。
同時開校 ボケ防止に、就職・転職対策に
大人のための算数教室 大人塾
とりあえず教室見学!
ご予約は 03-3368-6371
平日10時～20時30分 土10時～17時
西友手前 携帯屋さん2F 毎週日曜・祝日定休
住所:高田馬場3-3-1　ユニオン駅前ビル2F

今年の夏もキレイな空気と
省エネ 節電
エアコンクリーニング
家庭用壁掛け型エアコン
1台 ￥10,500～
セットがおススメ!
1防カビコートでキレイ長持ちセット
室内機+ACコート
1セット　￥13,650～
2節電対策! 中も外もおそうじセット
室内機+室外機
1セット　￥15,750～
3とことんエアコンおそうじセット
室内機+室外機+ACコート
1セット　￥18,900～
フリーダイヤル 0120-46-7901
おそうじ本舗 中野駅前店
豊島区南長崎2-20-3 ラ・フロー三楽 1階

広告募集
「Oh! レガス新宿ニュース」に広告を掲載しませんか?
新宿区全域をカバー
毎月5日・20日発行(年間24回)
新聞折込配布＝125,000部
(発行133,000部)
■広告枠サイズ(1枠)／販売価格　※複数枠の購入も可

掲載面	型	サイズ(縦×横)	枠数	料金(1枠)
表面	縦型	76mm×48mm	5	38,850円
中面	縦型	76mm×48mm	5	29,400円
裏面	縦型	76mm×48mm	5	37,800円

お問い合わせ、お申し込みは右記まで。
TEL 03-5724-5921
FAX 03-5724-5922
Eメール shinjuku-info@do-urban.co.jp
ホームページ www.do-urban.co.jp/
株式会社 ドゥ・アーバン　レガス係
〒153-0042 目黒区青葉台 2-21-6 中目黒青葉台ビル

区民総合体育大会 参加者・チーム募集！

※詳細は、コズミックセンター、新宿スポーツセンター（大久保3-5-1）で配布中の各競技要項（財団ホームページからダウンロードもできます）をご覧ください

コズミックセンター窓口申込み： 要項にとじ込みの申込用紙に必要事項を記入のうえ、参加料を添えてコズミックセンター窓口へお持ちください　**【受付時間】**平日9時～19時、休館日（8月12日（月）・9月9日（月））9時～17時、土日・祝日9時～16時30分
※▶ラグビーフットボール▶クレー射撃▶ゴルフ▶剣道は、申込先が異なりますので、必ず要項でご確認ください
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

ソフトテニス

種目： ①女子ダブルス（1部・2部・3部）
②男子ダブルス（一般・成年・シニア）
日にち： ①8月31日（土）※予備日9月7日（土）
②9月1日（日）　※予備日9月8日（日）
会場： 西落合公園庭球場（西落合2-19）
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方または区ソフトテニス連盟登録者　※【成年】満35歳（平成25年4月1日現在）以上の方　【シニア】満45歳（平成25年4月1日現在）以上の方
参加料： 1ペア400円
※別途当日集金の連盟経費1ペア600円あり
申込み： 8月5日（月）～20日（火）に、上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参、もしくは区ソフトテニス連盟　渡辺あて電話（☎03-3878-1518　平日9時～17時）で申し込み
主管： 区ソフトテニス連盟

ラグビーフットボール

日にち： 9月1日～12月15日の日曜日
会場： 秋ヶ瀬公園グランド（埼玉県さいたま市桜区栄和）ほか　※具体的日程および会場は代表者会議などでお知らせします
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の男性で構成されたチームまたは区ラグビーフットボール協会登録チーム　16チーム
参加料： 1チーム2,000円
※別途代表者会議で集金の協会経費8,000円あり
申込み： 8月1日（木）～15日（木）に、記入済みの申込書を区ラグビーフットボール協会　原あて郵送（〒173-0037板橋区小茂根1-21-10）、もしくはEメール（✉hiro1960@mvi.biglobe.ne.jp）で申し込み　※先着順
代表者会議： 別途お知らせします　※出席必須
主管： 区ラグビーフットボール協会

バスケットボール

日にち： 9月7日（土）・8日（日）・22日（日）・23日（月・祝）
会場： コズミックセンター　2階大体育室
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方で構成されたチーム（男女別）　男女合わせて56チーム
参加料： 1チーム2,000円　※代表者会議で集金
申込み： 8月12日（月）～20日（火）に、上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参　※先着順
代表者会議： 8月28日（水）　19時30分～　コズミックセンター　3階大会議室　※出席必須
主管： 区バスケットボール連盟

バレーボール

種目： ①6人制一般男女　②家庭婦人　③9人制一般男女
日にち： ①9月16日（月・祝）　②9月7日（土）・8日（日）・14日（土）　③9月23日（月・祝）
会場： 新宿スポーツセンター　2階大・小体育室（大久保3-5-1）
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方で構成されたチームまたは区バレーボール連盟登録チーム　①男子32チーム・女子20チーム　②62チーム　③男子16チーム・女子12チーム
参加料： 1チーム2,000円
申込み： 8月1日（木）～13日（火）の間に、上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参
※先着順
代表者会議： 8月20日（火）19時～　家庭婦人・19時30分～　一般男女　ともにコズミックセンター　※出席必須
主管： 区バレーボール連盟

レスリング

種目： ①レスリング小学生の部　②レスリング一般の部　③サンボ小学生の部　④サンボ一般・新人の部　**日にち：** 9月8日（日）
会場： コズミックセンター　1階第二武道場
参加資格： ①③区内在住・在学の小学生　②④区内在住・在勤で15歳（平成25年4月1日現在）以上の方または①～④とも区レスリング協会登録道場所属者　**参加料：** 一般1種目200円、小学生無料　※別途当日集金の協会経費一般1,000円・小学生500円あり
申込み： 7月22日（月）～8月23日（金）に、上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参、もしくは区レスリング協会あてEメール（✉info@mca.jp）で申し込み
主管： 区レスリング協会

硬式庭球

種目： ①男子ダブルス　②女子ダブルス
日にち： ①9月8日（日）　②9月15日（日）
会場： 甘泉園公園庭球場（西早稲田3-5）
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方または区硬式庭球連盟登録者で構成されたペア　男女各30チーム
参加料： 1ペア400円　※当日、未使用のボール1缶持参
申込み： 7月22日（月）～8月15日（木）に、上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参
※先着順
主管： 区硬式庭球連盟

クレー射撃

日にち： 9月22日（日）
会場： ぐんまジャイアント総合クレー射撃場（群馬県富岡市桑原604）
参加資格： 銃砲所持許可証および火薬類等譲受許可証を所持する区内在住・在勤の20歳以上の方または区クレー射撃連盟登録者
参加料： 1名200円
※別途当日集金の連盟経費8,800円あり
申込み： 7月20日（土）～9月15日（日）の間に、区クレー射撃連盟 MIトレード　明治銃砲店　渡辺あて電話（☎03-3354-0531）、もしくは大会当日の8時30分までに直接会場で申し込み
主管： 区クレー射撃連盟

ソフトボール

日にち： 9月22日・29日、10月6日・27日、11月17日・24日　いずれも日曜日
会場： 落合中央公園野球場（上落合1-2）
参加資格： 区内在住・在勤の18歳以上の方で構成されたチームまたは区ソフトボール連盟登録チーム　男子15チーム、・女子8チーム・男女混合6チーム
参加料： 1チーム2,000円
※別途代表者会議で集金の連盟経費3,000円あり
申込み： 8月5日（月）～20日（火）の間に、コズミックセンター窓口へ持参　※先着順
代表者会議： 8月31日（土）12時20分～　コズミックセンター　3階小会議室　※出席必須
主管： 区ソフトボール連盟

ゴルフ

日にち： 9月19日（木）　**会場：** 宍戸ヒルズカントリークラブ（茨城県笠間市南小泉1340）
参加資格： 区内在住・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方もしくは区ゴルフ連盟会員　80名
参加料： 1名200円
※別途当日集金のプレー代など17,800円あり
申込み： 8月1日（木）～9月12日（木）の間に、往復はがきに氏名（ふりがな）、住所、年齢、電話・FAX番号、送迎バス利用の有無（利用時、別途バス代3,000円）、区内在勤の方は勤務先名・所在地も記入し、区ゴルフ連盟　柳澤省三あて郵送（〒162-0825 新宿区神楽坂4-8　神楽坂プラザビル403）、もしくは電話（☎03-5579-8545）またはFAX（FAX03-5579-8546）、Eメール（✉sgr@dream.ocn.ne.jp）で申し込み　※先着順
主管： 区ゴルフ連盟

陸上競技

区分	小学生の部	中学の部	一般の部
種目	▶50m（1～3年生） ▶100m（4～6年生） ▶走り幅跳び（1～6年生）	▶100m ▶3000m ▶走り幅跳び ▶4×100mリレー ほか	▶100m ▶400m ▶1500m ▶5000m ▶走り幅跳び ▶走り高跳び ▶砲丸投げ ▶4×100mリレー

※小中学生は1人1種目のみ、一般は1人2種目まで出場可。ただし、【中学の部】と【一般の部】はリレーを除く
日時： 9月28日（土）　9時～17時（予定）
会場： 国立競技場（霞ヶ丘町10-2）
対象： 【小学生の部・中学の部】区内在住・在学の小学生および中学生　※区内中学は学校単位での申し込み　【一般の部】区内在住・在学・在勤の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方、もしくは区陸上競技協会登録者
参加料： 小中学生無料、一般1種目200円
申込み： 8月31日（土）必着。上記のとおりコズミックセンター窓口へ持参
主管： 区陸上競技協会

剣　道

種目： ①男子個人（高校の部・二段以下の部・三段の部・四段以上の〈1部・2部〉）
②女子個人（高校の部・1部〈30歳未満〉・2部〈30歳以上〉）
日にち： 9月29日（日）
会場： 新宿スポーツセンター　2階大体育室（大久保3-5-1）
参加資格： 区内在住・在勤・在学の15歳（平成25年4月1日現在）以上の方または区剣道連盟登録者
参加料： 1名200円
※別途当日集金の連盟経費500円あり
申込み： 8月6日（火）～9月7日（土）の間に、記入済みの申込書を直接、新宿スポーツセンター第二武道場へ持参（受付時間は火・木・土曜日の18時～20時30分）、もしくは区剣道連盟　松本あて郵送（〒161-0034 上落合2-10-14）またはFAX（FAX03-3398-4745）で申し込み
主管： 区剣道連盟

9月 卓球教室

日程： 9月5日～26日の毎週木曜日
各クラス全4回
時間： 【初級コース】
〈午前クラス〉10時30分～12時
〈昼クラス〉13時30分～15時
【実践応用コース】
〈夜間クラス〉19時～20時30分
会場： コズミックセンター　2階大体育室
対象： 区内在住・在勤で全4回参加できる方
定員： 各クラス12名（多数抽選）
料金： 全2,000円
協力： 区卓球連盟
申込み： 8月15日（木）必着。所定の申込書（コズミックセンター窓口で配布）もしくは往復はがきに記載例（4面）のほか、希望クラス名と卓球歴を記入し、学習・スポーツ課へ（1名1応募のみ）　※返信を希望する場合は必ず往復はがきでお申し込みください
当落： 抽選後、返信はがきを送付または8月22日（木）にコズミックセンター窓口に掲示しますので、ご確認ください
※電話での当落のお問い合わせは、平日9時～17時の間に学習・スポーツ課へ
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

卓球教室からのお願い
- 〈夜間クラス〉は【実践応用コース】です。そのため、9月以降の夜間クラスについては、ご自分のラケットがあり、かつ経験がある方を対象とします。
- 夜間クラスではラケットの貸出は行いませんので、ご了承ください（初級コースは貸出あり）。
- 安全上、小学生には卓球教室への往復時と教室時間中の保護者の付き添いが必要です。

一歩一歩、健康づくり♪ 健康ウォーキング情報

①レガス健康ウォーキング
レインボーブリッジウォーク 約8km

日時： 7月27日（土）　8時40分～9時受付
正午解散予定
コース： 竹芝ふ頭公園（スタート）→浜崎橋→新日の出橋→レインボーブリッジ入口→遊歩道（南サイド）→第三台場（史跡公園）→お台場海浜公園（ゴール）
集合： 竹芝ふ頭公園（ゆりかもめ「竹芝駅」、JR山手線・京浜東北線「浜松町駅」、都営地下鉄浅草線・大江戸線「大門駅」B2出口）
解散： お台場海浜公園（ゆりかもめ「台場駅」）
協力： NPO法人新宿区ウオーキング協会
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

②NPO法人新宿区ウオーキング協会 第102回例会
ラジオ体操と早朝ウォーキング「都会のオアシスで森林浴と昔の渋谷川源流を訪ねて」 約5km＆10km

日時： 8月6日（火）　6時10分～30分受付
（6時30分～ラジオ体操後、出発）
正午解散予定
コース： 新宿中央公園（スタート）→熊野神社→淀橋・神田川→宮田橋公園→さかえ通り→高田馬場駅（5kmコースのゴール）→戸山公園→そよかぜ橋→新大久保駅→靖国通り→新宿五丁目→新宿駅南口→西新宿二丁目→新宿中央公園 水の広場（10kmコースのゴール）
集合： 新宿中央公園 水の広場（都営地下鉄大江戸線「都庁前駅」A5出口）
解散： 【5kmコース】高田馬場駅（JR山手線、東京メトロ東西線、西武新宿線）
【10kmコース】新宿中央公園 水の広場
共催： 新宿区ラジオ体操会連盟
主催・問合せ： NPO法人新宿区ウオーキング協会　☎090-3217-4109

①②とも
対象・定員： どなたでも　定員なし
持ち物・服装： 手が自由になるように、運動しやすい服装（スカート不可）・運動靴でお越しください。なお、飲み物・帽子・雨具などは各自でご用意ください
料金： 400円　※②は【5kmコース】のみの参加も可。ただし、料金は同じ
申込み： 不要。当日受付時間内に直接、集合場所までお越しください　※雨天決行

広告スペース　レガスパーク　お問い合わせは、直接各ご連絡先まで。

募　集

歌個人指導（超苦手～プロ）生徒募集！
音程、声域、声量や歌の悩みを最先端のボイストレーニングで解消！話声にも対応。無料体験有！高田馬場駅徒歩2分。フェザー ☎3362-1920

中高年の為の手相・人相占い教室 生徒募集中!
第一・第三月曜pm2時半～4時高田馬場にて教材費なし受講料¥3500のみ tel3205-0396 占いウェスタリーズ　大平恵子

女性シニア身心健康サークル　J-D協会
英会話・ピアノ・和洋歌・和／北欧活花・北欧ダンス・やさしい数学 パソコン活用 目白高場 地域C他　会費1000／回　TEL39548721

内山ピアノ教室☆生徒募集　☎3952-6225
幼児～大人　初心者歓迎　上級者まで対応 お気軽に無料体験♪落合南長崎・中井駅7分

♪桐朋音大講師のレッスン♪　☎3952-5055
初歩～受験まで　気軽に相談を　中井駅7分「志村ピアノ・ソルフェージュ教室」で検索を

NHK講師他の英会話/仏/西/露/韓TOEICクラス
50～70代クラス／小中高クラス1回￥1575～ 新宿／西早稲田／池袋教室 03(3984)1180 WING

話題の『ゆる体操』で健康作りを始めよう!
火木土日　高田馬場ゆる体操教室HPを検索! 体験参加1000円 TEL07054644232 小出まで

子ども

レガス 子ども向け講座（区内在住・在学の小中学生対象）

のびのびクラブ［水曜日］

ダンス・ダンス・だんす♪

ポップなミュージックに合わせて全身で表現してみませんか？
ノリノリでイケイケなダンスをマスターしよう!! Check it out!!

日時： 9月4日～10月30日の毎週水曜日
①【Aコース】16時～17時
②【Bコース】17時10分～18時10分　各全8回
会場： コズミックセンター　地下1階小体育室
講師： 株式会社 SAWAKI GYM
対象： ①4歳（平成25年4月1日現在）～小学1年生
②小学2～6年生
※①②とも区内在住・在学の方優先
定員： ①40名　②30名
料金： 各全2,400円
申込み： 8月19日（月）必着。往復はがきに記載例（4面）のほか、小学校（幼稚園・保育園）名・学年、緊急連絡先（携帯電話番号）も記入し、子ども・地域課へ。受信可能なFAXがある場合はFAX03-3209-1833へ
問合せ： 子ども・地域課　☎03-3232-5122

レガス図工クラブ［火曜日］

切って はって 創って 想像力の世界へ

追加募集！

日時： 9月3日～平成26年1月21日の毎月第1・2・3火曜日　16時30分～18時　全15回
会場： CCAAアートプラザ　地下1階図工室（四谷4-20　四谷ひろば内）
講師： NPO法人市民の芸術活動推進委員会（CCAA）
対象： 区内在住・在学の小学生
定員： 10名（先着順）
料金： 全4,500円（別途材料費）
申込み： 先着順に随時受け付け中。往復はがきに記載例（4面）のほか、小学校名・学年、緊急連絡先（携帯電話番号）も記入し、子ども・地域課へ。受信可能なFAXがある場合はFAX03-3209-1833へ
問合せ： 子ども・地域課　☎03-3232-5122

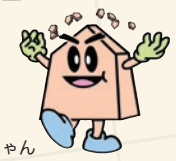
めざせ！新宿こども将棋王

参加者募集中!!　締切間近!

第2回 新宿区小学生将棋大会

日ごろの練習の成果を発揮して、二代目“新宿こども将棋王”の座を手に入れよう!
審判長に田中寅彦九段をむかえ、予選、決勝トーナメント、交流戦やプロ棋士との指導対局、初代将棋王と二代目の対局など、もりだくさん。

【プロ棋士】石川陽生七段　藤倉勇樹五段　ほか
日時： 8月18日（日）　10時～16時（9時30分受付開始）
※昼食は各自でご用意ください
会場： コズミックセンター　5階大・中研修室
対象： 区内在住・在学の小学生
【高学年の部】4～6年生
【低学年の部】1～3年生
定員： 各64名
料金： 500円
後援： 公益社団法人日本将棋連盟



申込み： 7月26日（金）必着。往復はがきに記載例（4面）のほか、小学校名・学年と、将棋の級・段がある場合は記入し、学習・スポーツ課へ　※当落の通知は7月31日（水）の発送予定
その他： 成績優秀者は表彰します
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

学習

ライフアップ講座

思い出の写真を素敵にレイアウト！　託児サービスあり

①楽しく作るスクラップブッキング

楽しくおしゃべりしながら、大切な写真を飾りつけたりアレンジしたりして、素敵なアルバムを作りませんか？プレゼントにも最適なカードと8インチアルバムを作ります。ママにうれしい託児サービスあり!

日時： 8月26日（月）、9月2日（月）・9日（月）
13時～14時30分　全3回
会場： 大久保スポーツプラザ（大久保3-7-42）
講師： 鶴巻祐子（スクラップブッキング “Happy Crop”代表）
定員： 30名（多数抽選）　※託児は定員7名（多数抽選）
料金： 全1,500円（別途教材費2,000円）
※託児サービス1名全900円

作品イメージ

世界に誇る日本の調味料 醤油と味噌

②日本の食の源流を訪ねる

金山寺味噌

紀州（和歌山県）は“日本の醤油の発祥の地”ともいわれています。醤油蔵が立ち並ぶ湯浅町から講師を招き、歴史、製造工程、効能・効果、国内外での使われ方などを学びます。さらにうれしい味比べやレシピ紹介とお土産付き!

日時： 9月12日（木）　14時30分～16時30分
会場： コズミックセンター　3階大会議室
講師： 谷中敬治（和歌山県湯浅町商工会事務局長）
貝谷郁子（料理研究家・フードジャーナリスト）
定員： 50名（多数抽選）
料金： 1,000円
共催： 公益社団法人和歌山県観光連盟 わかやま紀州館

ガーデニング講座

③実践で学ぶコンテナガーデンづくり

ベランダや玄関まわりも、工夫ひとつで素敵なコンテナガーデンに早がわり。ガーデニングのコツやポイントを、実践を通じて一緒に楽しく学びましょう。

日時： 【第1回】9月18日　植物の分類について
～秋蒔き草花の種まき（蒔いたものは持ち帰り）
【第2回】10月16日　コンテナ・ベランダ園芸について
～ポット上げ
【第3回】11月20日　庭の管理について～花植え
【第4回】12月18日　冬の園芸作業について～草取り
【第5回】平成26年1月15日
園芸作業の基礎知識❶～肥料について
【第6回】平成26年2月19日
園芸作業の基礎知識❷～水やりについて
【第7回】平成26年3月19日
春からの年間作業計画について
いずれも水曜日　10時～12時　全7回
会場： 大久保スポーツプラザ（大久保3-7-42）
講師： 香山三紀（園芸研究家・赤城ガーデニング講座講師）
定員： 25名（多数抽選）
料金： 全3,500円

①～③共通

対象： 区内在住・在勤の方優先
※①の「託児」は生後6カ月以上の未就学児
申込み： ①8月15日（木）・②③20日（火）必着。往復はがきに記載例（4面）のほか、①で託児を希望の場合はお子さまの名前（ふりがな）・開催時の年齢（月齢）も記入し、学習・スポーツ課へ。受信可能なFAXがある場合はFAX03-3209-1833へ
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

区民プロデュース事業

みなさんの想い財団が支援します!

来年1月から始める、区民を対象とした講座やイベントを企画・実施してみませんか？

第4回 区民プロデュース事業実施団体募集

教養講座をはじめ趣味、生活、スポーツ、家庭教育や子育て、国際交流など、区民を対象に実施する優れた講座・イベントに対して助成します。詳細は、財団窓口および区内生涯学習館・地域センターなどにある募集要項をご覧ください。

募集内容： 区民（おもに初心者）の方を対象とした各種講座・イベントの企画と運営
募集対象： 区内で自主的に活動している生涯学習のグループ
助成対象となる事業期間： 平成26年1月1日（水・祝）～3月31日（月）
助成対象となる回数・上限額：【講座型】年間20回まで・上限20万円
【イベント型】年間2回まで・1回5万円を限度に最大10万円まで
※講座型とイベント型の重複申請はできません
申込み： 9月5日（木）必着。所定の申請用紙に必要事項を記入のうえ、コズミックセンター窓口（平日9時～17時）へ直接お持ちください　※要事前予約
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

事前説明会

応募される団体を対象に、説明会を開催します。参加希望団体は、前日までに電話かFAX（FAX03-3209-1833）で学習・スポーツ課までお申し込みください。
日時： 8月1日（木）　13時30分～15時　※左記日程でご都合がつかない場合は別途、個別に説明します　**会場：** コズミックセンター　3階小会議室

区民プロデュース事業　この秋から新しいことを始めたり、体験してみませんか？

秋から始める講座 参加者追加募集

一般教養

一般教養・戸山みのり会水曜コース 戸山みのり会

幅広く学び、教養を高めると共に、健康を増進し、会員相互の親睦を図り、第二の人生を楽しんでみませんか！
①9月11日～平成26年2月26日の水曜日　10時～12時／全10回　②80名（おおむね50歳以上）
③戸山生涯学習館　1階ホール（戸山2-11-101）
④全3,000円　⑤8月31日（土）

趣味

陶芸・編み物・水引など楽しい教室 手作りART

陶芸（茶碗・花器・雛人形）、水引（Xマスツリー）編み物等色々習えて満足有る作品完成。親子歓迎割引あり。初心者OK
①9月1日～平成26年2月16日の日曜日　9時～12時／全12回　②22名（小学生以上）
③住吉町生涯学習館　美術工芸室（住吉町13-3）
④親子参加（子ども1回700円・親1回750円）、1人参加（1回750円）　⑤8月15日（木）

講座名 企画運営団体名　①実施日時／回数　②定員（対象）　③会場　④参加料　⑤申込み締切日
※いずれの講座も、往復はがき、FAX、財団ホームページのいずれかでお申し込みください

区民プロデュース事業とは…
企画運営団体が当財団から事業助成を受けて自主的に行う事業です。お申し込みに際してお預かりした個人情報は、当財団から企画運営団体に提供させていただきます。ご了承ください。

申込み： 両講座とも申込み締切日必着（各⑤参照）。往復はがきに記載例（4面）のとおり記入し、学習・スポーツ課へ。受信可能なFAXがある場合はFAX03-3209-1833へ
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

お知らせ 赤城生涯学習館（赤城元町1-3）は耐震補強工事に伴い、8月1日（木）～平成26年3月31日（月）の間、休館となります。ご了承ください。　**問合せ：** 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

学習

平成25年度 新宿区生涯学習フェスティバル

共催：新宿区

文化・芸術・生涯学習　区民の文化祭

集まれ区民アーティスト！ みなさんの作品が《新宿の秋》を彩ります。

※募集要項・申込書は、財団ホームページからダウンロードできます

作品募集!!

■絵画展　表彰あり

展示期間： 10月30日(水)～11月3日(日・祝)
10時～18時(最終日は14時まで)
展示会場： 新宿文化センター　地下1階展示室(新宿6-14-1)
募集内容：【一般の部】油彩画、水彩画、パステル画、日本画、水墨画、版画　など。1人1点のみ。作品サイズは6号～20号(長辺72.7cm以内)で、額装(ガラス不可、アクリル可)または仮装丁をつけること
【小品の部】「一般の部」と同様で、1人1点のみ。作品サイズは3号以下(長辺27.3cm以内)
応募方法： 9月27日(金)必着。所定の申込書に返信用の郵便はがき(おもてに住所・氏名を記入、うらは無地のまま)を添え、学習・スポーツ課へ
作品搬入： 10月27日(日)の13時～17時に直接、新宿文化センター 地下1階展示室へ　※作品の梱包材のお預かりおよび車での搬入も可能です。事前にご予約ください

昨年度のようす(手工芸展)

(絵画展)

■書の展　表彰あり

展示期間： 10月23日(水)～27日(日)
10時～18時(最終日は15時まで)
展示会場： 区立区民ギャラリー(西新宿2-11-4)
募集内容：【小中学生の部】半紙縦書き(毛筆に限る)。1人1点のみ
【一般の部(高校生を含む)】漢字、かな、篆刻(てんこく)、刻字、近代詩　など。1人1点のみ。作品の仕様は下記から選択し、所定の添付用紙をつけること　※巻子・折帖は不可
〈作品仕様〉▶軸物で縦の半切(縦135cm×横35cm)の仮表装または本表装　▶縦の半切以内の小作品　▶横の半切3分の1(縦35cm×横45cm)以内　▶額装(53cm×45.5cm以内、ガラス不可、アクリル板のみ)　▶短冊、色紙　など
応募方法： 9月24日(火)～10月7日(月)の間の9時～17時に直接、作品、出品申込書、添付用紙をコズミックセンター窓口へお持ちください

■手工芸展

展示期間： 11月15日(金)～17日(日)
9時～18時(最終日は15時まで)
展示会場： コズミックセンター　3階大会議室
募集内容： 手芸、工芸品　など。1人2点まで
※展示会場の都合により、サイズ・形状などによっては出展をお断りする場合があります
応募方法： 10月18日(金)必着。所定の申込書に郵便はがき(おもてに住所・氏名、うらは無地のまま)を添え、学習・スポーツ課へ
作品搬入日： 11月14日(木) 15時～17時に直接、コズミックセンター 3階大会議室へ

■写真展　表彰あり

展示期間： 11月15日(金)～12月1日(日)　9時～21時30分
展示会場： コズミックセンター　2階ギャラリー
募集内容： テーマ自由。カラー、白黒、セピアなど。1人2点まで、組み写真は1組3枚(1人1点)まで。作品サイズは四切(ワイド含む)、六切、A4。画像処理を施したものはその旨申込書に明記すること
応募方法： 詳しくは、本紙8月20日号でお知らせします

消費者講座　無料

シニア向け 楽しいスマートフォン教室

「スマートフォンで何ができるの?」「私でも使えるかしら?」そんな疑問や心配を解消しましょう!
スマートフォンの基本操作、文字入力、電話のかけ方、インターネットやアプリケーションの便利な活用法など、扱い方の基本を、実際に機器に触れながら学びます。
※1人1台貸出あり。持ち込み不要
※販売を目的とした講座ではありません

日時： 8月21日(水)　13時～15時
会場： コズミックセンター　3階大会議室
講師： KDDI株式会社・携帯電話アドバイザー
対象： 区内在住・在勤の方優先(おおむね50歳以上の方)
定員： 24名(多数抽選)　※最少催行8名
申込み： 8月5日(月)必着。往復はがきに記載例(下段)のとおり記入し、学習・スポーツ課へ。受信可能なFAXがある場合は FAX 03-3209-1833へ
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

いけ花体験教室

初心者の方も安心してご参加いただけます。いけた花はご自宅にお持ち帰りいただけます。
日時： 9月7日(土)・21日(土)　両日とも10時～12時
会場： 戸山生涯学習館　学習室D(戸山2-11-101)
講師： 区花道茶道協会・花道部講師
対象： 区内在住・在勤の方優先
定員： 各15名(多数抽選)
料金： 各1,200円(花材代込み)
協力： 区花道茶道協会
申込み： 9月2日(月)必着。往復はがきに記載例(下段)のほか、参加希望日(両日申込み可)を記入し、学習・スポーツ課へ。受信可能なFAXがある場合は FAX 03-3209-1833へ
問合せ： 学習・スポーツ課
☎03-3232-5121

お知らせ

コズミックセンター プール　夏季営業のお知らせ

料金： 大人400円、中学生以下100円
※お1人様1回につき最長2時間まで　※詳細はコース予定表をご確認のうえ、ご利用ください

対象	日程	25mプール	幼児プール
7月	毎週土・日曜日、祝日	終日全コース開放	終日開放
	21日(日)	選挙のため18時までの営業	選挙のため18時までの営業
	22日(月)以降の毎日	終日全コース開放(木曜日を除く)	終日開放
	26日(金)	13時30分から全コース開放	13時30分から全面開放
8月	毎　日(88キャンペーン)	終日全コース開放(休館日・木曜日を除く)	終日開放(休館日・木曜日を除く)
9月	23日(月・祝)までの土・日曜日、祝日	終日全コース開放(22日(日)は11時から開放)	終日開放(22日(日)は11時から開放)
	28日(土)、29日(日)	4コース以上開放	貸切あり

8月からの早朝営業のお知らせ

8月は休館日(12日(月))を除き、朝8時から営業します。8時30分までにご入場いただいた方にはポイントラリーダブルポイント特典も!さらに8時～10時はウォーキングコースを拡張します!(木曜日は9時まで)
朝からプールで体を動かして、さわやかな一日をスタートさせましょう。
※駐車場および1階事務所窓口は通常どおり8時45分から営業します
問合せ： 施設課　☎03-3232-7701

第66回 都民体育大会 結果報告　Congratulations!

熱戦の末、新宿区は女子が総合6位、男子が総合8位入賞と大健闘!
各競技のおもな結果は次のとおりです。

優　勝　フェンシング男子
バレーボール女子
準優勝　バレーボール男子
入　賞　卓球男子・女子、クレー射撃
スキー女子、水泳男子・女子
バスケットボール男子、馬術
ハンドボール男子、銃剣道
フェンシング女子、ライフル射撃
ダンススポーツ

問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

新宿スポレク2013 出展(店)団体・個人募集中!

体育の日・10/14(月・祝)はスポーツ・レクリエーションの祭典

昨年度も延べ2万人が参加した、体育の日恒例の《新宿スポレク》。このイベントで、あなたが活動するスポーツやレクリエーションをPRしてみませんか?
ただいま体験ブースへの出展(店)団体・個人(共同出展(店)可)を募集しています。体育の日をみんなで盛り上げましょう!

会場： コズミックセンター、新宿スポーツセンター　ほか
対象： スポーツやレクリエーション活動に意欲のある団体・個人ならどなたでも
※応募多数の場合は実行委員会で調整のうえ、出展(店)団体・個人を決定します。ご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください

主催： 新宿スポレク2013実行委員会
公益財団法人 新宿未来創造財団
共催： 新宿区
申込み： 7月31日(水)必着。コズミックセンター窓口に備え付けの応募要項・申込書(財団ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入のうえ、直接コズミックセンター窓口へお持ちください(平日9時～19時、土日・祝日は9時～16時30分)
問合せ： 学習・スポーツ課
☎03-3232-5121

地域の人材と区民をつなぐ 新宿地域人材ネット開設

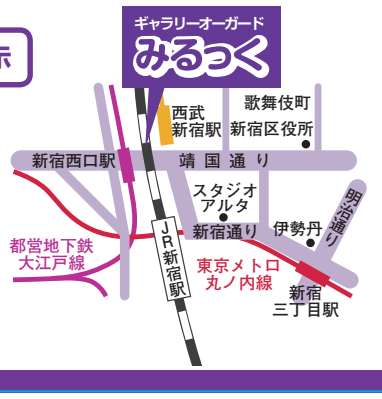
区民の方の「こんな講師を探しています!」「こんな活動をしたい!」をお手伝いするネットワークサービスを8月1日(木)から開始します。
生涯学習の講師や一緒に学ぶ仲間を探したり、ボランティア活動に登録したりすることができます。財団ホームページ内「新宿地域人材ネット」からアクセスを!!
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121

ギャラリーオーガード

みるっく　7・8月の展示

展示中～7月25日(木)
Exhibition of Daiki Takizawa's Photographic Works 2013
7月26日(金)～8月22日(木)
和紙絵の会

展示場所： 新宿大ガード下・北側歩道(歌舞伎町1-30)
問合せ： 学習・スポーツ課　☎03-3232-5121



申込先(往復はがきの場合)

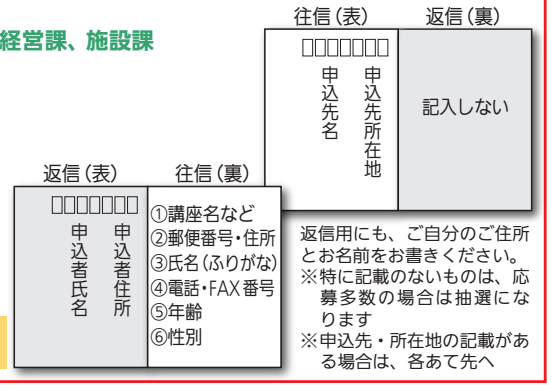
学習・スポーツ課、子ども・地域課、経営課、施設課
〒169-0072 新宿区大久保3-1-2
新宿コズミックセンター内　○○課

学芸課、観光課
〒160-0008 新宿区三栄町22
新宿歴史博物館内　○○課

文化交流課
〒160-0022 新宿区新宿6-14-1
新宿文化センター内　文化交流課

Web マークの付いた講座は、財団ホームページ内の[講座予約サービス]から申し込み可

記載例



返信用にも、ご自分のご住所とお名前をお書きください。
※特に記載のないものは、応募多数の場合は抽選になります
※申込先・所在地の記載がある場合は、各あて先へ

8月の休館日のお知らせ
コズミックセンター　12日(月) / 大久保スポーツプラザ　19日(月) / 新宿歴史博物館　12日・26日(ともに月曜日) / 林芙美子記念館・佐伯祐三アトリエ記念館・中村彝アトリエ記念館　5日・12日・19日・26日(いずれも月曜日) / 新宿文化センター　13日(火) / 生涯学習館〈住吉町・西戸山〉　12日(月)・〈三栄町・戸山・北新宿〉　26日(月)

R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用