

Oh! レガス

新宿ニュース

7月20日号

www.regasu-shinjuku.or.jp

発行：公益財団法人新宿未来創造財団 平成28年7月20日 第133号 次号は8月5日発行です。
〒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 Tel 03-3232-7701(代表) Fax 03-3209-1833



新宿コズミックセンターから
リオデジャネイロの
舞台へ!



©一般社団法人日本ゴールボール協会

リオデジャネイロパラリンピック 女子ゴールボール日本代表チーム 壮行試合を見学しよう!

リオデジャネイロオリンピック・パラリンピック直前!
女子ゴールボール日本代表応援企画を開催します。
貴重な機会ですので、ぜひご参加ください。

無料

番号	内容	日時	対象	定員(多数抽選)
①	練習見学会(午前の部)	8月13日(土)10:00~11:00	小学生以上(未就学児不可) ※見学前に説明あり	各50名
②	練習見学会(午後の部)	8月13日(土)14:00~15:00	※小学1~3年生は保護者同伴のこと	100名 (エスコートキッズ12名)
③	壮行会・壮行試合見学会	8月14日(日)11:00~12:00	※③でエスコートキッズ(小学生のみ) 希望の場合、申込時に明記のこと	
④	ゴールボール体験会 (講師：一般社団法人日本ゴールボール協会)	8月14日(日)14:00~15:30	18歳以上 ※保護者同伴の場合は小学5年生から参加可 視覚に障がいのある方も参加可	30名

会場：新宿コズミックセンター 2階大体育室ほか
主催：新宿区、新宿区教育委員会、(公財)新宿未来創造財団 共催：(一社)日本ゴールボール協会
申込み：7月29日(金)必着。52円はがき、または新宿コズミックセンター等で配布のチラシ兼申込書に記載例(3面)のほか、参加希望の番号(①~④)複数希望可、車いす使用の場合はその旨を記入し、新宿コズミックセンターへ。
問合せ：スポーツ課 Tel 03-3232-7701

Contents

- 新宿区民総合体育大会 2面
- 新宿区日本語教室
Shinjuku City Japanese Class 3面
- ライブアップ講座 4面

ゴールボールとは?
目隠しをしながら鈴の入ったボールを転がし、ゴールに入れることで得点する球技。パラリンピック正式競技。



絵と書がつながく交流の輪

友好都市児童・生徒作品交流展 ~作品募集~

毎年新宿区内の児童・生徒の皆さんの絵画・書道作品を「友好都市児童・生徒作品交流展」で展示するとともに、海外友好都市(ギリシャレフカダ市・中国北京市東城区)に作品を贈呈し、交流をしています。今年も展示作品を広く募集します。あなたの作品で海外との友好の橋渡しをしてみませんか?

対象：新宿区に在住の3歳から15歳(中学生まで)の方。

テーマ：自由(ただしマンガ・アニメを題材にした作品は不可)

素材・大きさ：①絵画作品…縦横とも1m以内まで。額縁などは使用しないでください。

②書道作品…通常の半紙大のもの。または長さ2m以内までのもの。

※①②とも展示の都合上、立体物は不可。

申込み：8月31日(水)必着。作品に所定のラベルを貼付けの上、新宿コズミックセンターへ郵送または持参。所定のラベルは郵送しますので、出品希望の方は下記問合せ先までご連絡ください。ラベルは新宿未来創造財団ウェブサイトからダウンロードすることもできます。

共催：新宿区 問合せ：地域交流課 Tel 03-3232-5121



無料

【作品展日程・会場】
10月15日(土)~18日(火)
新宿駅西口広場イベント
コーナー(予定)

新宿カウンター カルチャーストーリー マンガとロックと新宿の時代

手塚治虫の登場に端を発する戦後のマンガ文化と、エルヴィス・プレスリーの登場に始まるロック・カルチャーを軸に、新宿が若者文化の拠点となった時代(1960~70年代)を俯瞰します。日本とアメリカで派生した二つのカウンターカルチャーが、人種と国家の壁を越えてグローバルな文化に発展した過程を分析し、新宿的な風俗との接点を探ります。

	マンガ編 8月28日(日)14:00~16:00	ロック編 10月23日(日)14:00~16:00
内容	戦後、赤本と貸本文化によって広がり、高度経済成長期にはマンガ週刊誌を媒体に進化し、やがて出版産業のキラコンテンツとなったマンガ。現在は、クールジャパンの中核を担っています。戦後マンガの変遷を解説し、マンガと新宿の接点を考察します。	1950年代のアメリカで生まれ、今尚ユースカルチャーの頂点に君臨するロックが、様々な時代の中で勝ち取ってきた対抗文化としての意味を探ります。ロックの多様性を解説しながら、新宿とロックの関係について俯瞰します。
講師	夏目房之介	サエキけんぞう
トークゲスト	サエキけんぞう	夏目房之介

会場：新宿文化センター 小ホール 対象：高校生以上 210名(多数抽選)※区内在住・在勤・在学の方優先 ※最少催行人数各100名に満たない場合は、開催を中止する場合があります。 料金：各回：1,000円/2回セット料金：1,600円 助成：(一財)地域創造
申込み：8月13日(土)必着。往復はがきへ記載例(3面)のほか、希望講座(マンガ編、ロック編、2回セットのいずれか)を記入し、新宿文化センターへ。
問合せ：新宿文化センター Tel 03-3350-1141

Web

相続税の専門家 30分相談無料

相続税

申告 対策 相続手続 代行 20万円

無料 相続セミナー&相談 8月9日15時より開催

どの専門家に相談すれば良いのか、困っている方もお気軽にご相談ください

ご相談は ☎03-5285-4123

とおよま 高田馬場駅より徒歩3分

税理士/公認会計士/社会保険労務士/行政書士
東京都新宿区高田馬場1-31-18 高田馬場センタービル4F
税理士法人 とおよま

沖縄音楽フェスティバル チケット発売中!

7月30日(土)16:00開演 新宿文化センター大ホール
古謝美佐子、夏川りみ、うないぐみ ほか <http://www.regasu-shinjuku.or.jp/bunka-center/>

新宿区民総合体育大会

参加者・チーム募集

申込み：各競技所定の申込書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて新宿コズミックセンターへ。受付時間 9:00～19:00(ただし7月31日(日)と休館日の8月8日(月)、9月12日(月)は9:00～16:30)
※ソフトテニス、ラグビーフットボール、剣道、少林寺拳法、レスリングは申込み先が異なります。
※詳しくは新宿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)で配布の各競技要項・申込書をご覧ください。新宿未来創造財団ウェブサイトからもダウンロード可。

陸上 日にち：9月19日(月祝) 会場：駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場(世田谷区駒沢公園1-1)

No.	区分	トラック	フィールド	リレー	対象
①	小学生の部	1～3年生男女別 4～6年生男女別	50m 100m	走幅跳	区内在住・在学の小学生
	②	中学生の部 男女別 ※学年別種目もあり	100m	走幅跳 走高跳 砲丸投	
800m					
1500m 3000m					
③	一般の部 男女別 ※5000mのみ40歳以上の部門もあり	100m	走幅跳 走高跳 砲丸投	4× 100m リレー	
		400m			
		1500m 5000m			

※小学生・中学生は1人1種目(中学生はリレーを除く)、一般は1人2種目まで(リレーを除く)
参加料：【小学生】200円(ナンバーカード・プログラム代) 【中学生】個人参加の場合200円(ナンバーカード・プログラム代) 【一般】200円(ナンバーカード・プログラム代)+1種目200円 **申込み**：8月26日(金)必着 **主管**：新宿区陸上競技協会

バレーボール

6人制一般	男子	20チーム
10月23日(日)	女子	20チーム
9人制一般	男子	16チーム
9月19日(月祝)	女子	12チーム
家庭婦人	9月10日(土)・11日(日)・18日(日)	62チーム

会場：新宿スポーツセンター 3階大・小体育室(大久保3-5-1)
参加資格：区内在住・在勤の平成28年4月1日現在15歳以上の方で構成されたチームまたは新宿区バレーボール連盟登録チーム
参加料：2,000円/チーム ※代表者会議で集金
申込み：8月1日(月)～8月12日(金)※先着順
代表者会議：9月1日(木)新宿コズミックセンターにて 19:00～5階大研修室で家庭婦人、19:30～3階大会議室で一般男女 ※出席必須
主管：新宿区バレーボール連盟

ラグビーフットボール

日にち：9月4日～12月18日の日曜日
会場：秋ヶ瀬公園グラウンドほか
※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・在学の平成28年4月1日現在18歳以上の男性で構成されたチーム。または新宿区ラグビーフットボール協会登録チーム 16チーム以内
参加料：2,000円/チーム※連盟経費別途17,000円 ※代表者会議で集金 **申込み**：7月22日(金)～29日(金)までに、申込書に必要事項を記入の上、郵送またはEメールにて、新宿区ラグビーフットボール協会 原まで。※先着順 〒173-0037 板橋区小茂根1-21-10 ☎hiro1960@mvi.biglobe.ne.jp
代表者会議：別途お知らせします
主管：新宿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18日(日)・19日(月祝)・24日(土)・25日(日)
会場：新宿コズミックセンター 2階大体育室 **参加資格**：区内在住・在勤の平成28年4月1日現在15歳以上の方で構成されたチームまたは新宿区バスケットボール連盟登録チーム(男女別)男女合わせて56チーム **参加料**：2,000円/チーム ※代表者会議で集金 **申込み**：8月10日(水)～20日(土)※先着順
代表者会議：9月7日(水)19:30～新宿コズミックセンター 3階大会議室 ※出席必須 **主管**：新宿区バスケットボール連盟

剣道

日にち：9月25日(日)
会場：新宿スポーツセンター(大久保3-5-1) 3階大体育室
参加資格：区内在住・在勤・在学の平成28年4月1日現在15歳以上の方または新宿区剣道連盟登録者

男子個人	高校の部・二段以下の部・三段の部・四段以上の部(1部：40歳未満・2部：40歳以上)
女子個人	高校の部・1部(30歳未満)・2部(30歳以上)

参加料：200円/名※連盟経費別途500円 ※大会当日集金
申込み：7月22日(金)～9月6日(火) 申込書に必要事項を記入のうえ、火・木・土の17:00～19:00に、新宿スポーツセンター4階第二武道場(大久保3-5-1)へ持参、もしくは、郵送またはFAXにて新宿区剣道連盟小池へ。〒161-0034 上落合2-10-14
Fax 03-3368-2594 **主管**：新宿区剣道連盟

ソフトテニス

日にち：【男子：一般・成年・シニアA・シニアB】
9月4日(日) 予備日9月10日(土)
【女子：1部A・1部B・2部・3部】
8月21日(日) 予備日9月3日(土)
会場：西落合公園庭球場(西落合2-19)
参加資格：区内在住・在勤の平成28年4月1日現在15歳以上の方または新宿区ソフトテニス連盟登録者
【男子成年】平成28年4月1日現在満35歳以上の方
【男子シニア】平成28年4月1日現在満45歳以上の方
参加料：400円/ペア(別途連盟経費1ペア600円) ※大会当日集金
申込み：8月1日(月)～13日(土)までに新宿区ソフトテニス連盟渡辺あて電話またはFAX(9:00～17:00)にて。
Tel/Fax 03-3878-1518
主管：新宿区ソフトテニス連盟

ソフトボール

日にち：9月11日・25日、10月2日・23日・30日、11月13日・20日 いずれも日曜 ※予備日11月23日(水祝) **会場**：落合中央公園野球場(上落合1-2) **参加資格**：区内在住・在勤の平成28年4月1日現在18歳以上の方で構成されたチームまたは新宿区ソフトボール連盟登録チーム 男子15チーム、女子10チーム、男女混合チームは男子の部へ出場 **参加料**：2,000円/チーム※連盟経費別途3,000円 ※代表者会議で集金 **申込み**：8月5日(金)～25日(木)※先着順 **代表者会議**：8月27日(土)12:20～新宿コズミックセンター 3階小会議室 ※出席必須
主管：新宿区ソフトボール連盟

少林寺拳法

日にち：10月2日(日)
会場：新宿スポーツセンター 4階第二武道場(大久保3-5-1)
参加資格：区内在住・在勤・在学の平成28年4月1日現在15歳以上の方または新宿区少林寺拳法連盟登録者

一般の部	3段以上の部、初・2段の部、級・見習の部、単独演武(有段の部、級拳士の部)
少年の部	有段の部、茶色帯の部、白緑帯の部、単独演武(有段の部、級拳士の部)

参加料：200円/名 ※大会当日集金 **申込み**：8月20日(土)必着。Eメールにて少林寺拳法連盟田島まで。☎tajikei-463-rokudan@ezweb.ne.jp **主管**：新宿区少林寺拳法連盟

レスリング

日にち：9月4日(日)
会場：新宿コズミックセンター 地下1階小体育室

小学生以下の部	レスリング サンボ	区内在住・在学の小学生以下または新宿区レスリング協会登録道場所属者
一般の部	レスリング	区内在住・在勤・在学の15歳以上(平成28年4月1日現在)または新宿区レスリング協会登録道場所属者
一般・新人の部	サンボ	

参加料：一般200円/種目、小学生以下無料(別途連盟経費一般1,000円、小学生以下500円 ※大会当日集金)
申込み：7月22日(金)～8月30日(火)に、Eメール、郵送または持参にて、新宿区レスリング協会へ。〒169-0073 百人町2-22-16-214 MCA内 ☎info@mca.jp
主管：新宿区レスリング協会

9月初級卓球教室

すべての時間帯が初心者や初級の方向けの教室です。お仕事帰りなどに、お気軽に卓球を始めませんか?
日時：9月1日・8日・15日・29日 いずれも木曜日 各クラス全4回
〈午前クラス〉9:30～11:00 〈午後クラス〉13:30～15:00 〈夜間クラス〉19:00～20:30
会場：新宿コズミックセンター 2階大体育室 **対象**：区内在住・在勤で全回参加できる方
定員：各クラス12名(多数抽選) ※初めての方優先 **料金**：全2,000円 **協力**：新宿区卓球連盟
申込み：8月11日(木祝)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(3面)のほか、「希望クラス名」と「卓球歴」を記入し、新宿コズミックセンターへ(はがき1枚で1名まで)。
※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。抽選後、返信はがきを送付または8月18日(木)に新宿コズミックセンター窓口で抽選結果を掲示しますので、ご確認ください。
※電話での抽選結果の問い合わせは、平日9:00～17:00にスポーツ課へ。
※安全上、小学生の方と夜間クラスに参加される中学生の方は教室へ往復時、教室時間中、保護者(20歳以上)の付き添いが必要です。

初心者フットサル教室(第2期)

ボールの蹴り方、止め方などの基本から丁寧に指導します。スポーツの秋! みんなで一緒に楽しくプレーしましょう。
日時：9月2日・9日・16日・23日、10月7日・14日・21日・28日
いずれも金曜日(全8回)20:00～21:30
会場：新宿コズミックセンター 2階大体育室
講師：新宿区サッカー協会フットサル委員会所属チーム
対象：区内在住・在勤・在学(高校生以上)の方 25名(多数抽選)
料金：全4,100円
申込み：8月12日(金)必着。52円はがき(往復はがき不要)に記載例(3面)のほか、新宿区在勤・在学の方はその名称と住所を記入し、新宿コズミックセンターへ。
※当選者のみ、8月19日(金)までに郵送にて返信。

新宿コズミックセンター・障がい者スポーツデー(体育館) フットサル&卓球 交流クラブ(初級)

障がいのあるなしにかかわらず、「フットサル」「卓球」を楽しんでみませんか? 先生がいますので未経験でも安心してご参加いただけます。趣旨にご賛同いただけるフットサル・卓球経験者のご参加もお待ちしております。
日時：7月28日、8月25日、10月27日、11月24日、12月22日、平成29年1月26日、2月23日、3月23日 毎月第4木曜日(祝日除く) ①17:00～18:30 ②19:00～20:30 各日とも、①②のみ、もしくは両方参加できます。
会場：新宿コズミックスポーツセンター 2階大体育室
講師：新宿区スポーツ推進委員ほか
対象：障がいのある方、リハビリ目的の方、障がいのある方とスポーツを楽しみたい方
※フットサルは、おひとり立て軽い運動ができる高校生以上の方
※2種目ともに、介助が必要な方は介助者と一緒に参加
定員：フットサル20名、卓球10名(いずれも先着順)
料金：100円(介助者の方は無料)
申込み：年度ごとの事前登録制。新宿コズミックセンター等で配布しているチラシ兼登録用紙をスポーツ課まで郵送もしくは窓口持参。

第69回都民体育大会 結果報告 女子・・・総合6位

各入賞競技
準優勝(女子)フェンシング
第3位(男子)スキー、バレーボール、フェンシング、銃剣道
(女子)水泳、バレーボール
第4位(女子)スキー
第5位(男子)水泳、サッカー、バスケットボール、ソフトボール、ハンドボール
(女子)卓球
第6位(男子)ライフル射撃、ローラースケート
第7位(女子)ゴルフ、なぎなた



プロ野球 公式戦
中学生以下無料招待 & 区民優待観戦
燃えろ! ナイター2016

東京ヤクルトスワローズ VS 横浜DeNAベイスターズ

日時: 8月16日(火)~18日(木) 各日18:00試合開始
会場: 明治神宮野球場(霞ヶ丘町3-1) 対象: 区内在住・在勤・在学の方
席種・料金: 外野自由席(スワローズ側) 一般1,300円(中学生以下無料)
※チケットは3日間共通券です。(いずれか1試合で利用可) 中学生以下は要保護者(20歳以上)同伴。
荒天等による試合中止あるいは途中ノーゲーム以外の払い戻し不可。
申込み: 受付中~8月18日(木)の間に、所定の申込書を記入し、区内在住・在勤・在学が確認できる証明書(運転免許証・健康保険証・社員証・学生証など)を添えて、新宿コスミックセンター窓口で観戦チケットと引き換えまたは購入してください。※受付時間9:00~19:00 7月31日(日)と休館日の8月8日(月)は9:00~16:30 所定の申込書は新宿コスミックセンターで配布、または新宿未来創造財団ウェブサイトからダウンロード可。
協力: 東京ヤクルトスワローズ、明治神宮野球場

健康 ウォーキング情報

NPO法人新宿区ウォーキング協会 第138回例会
新宿中央公園~代々木公園原宿門、約7km **ウォーキングアップはラジオ体操!**

日時: 8月6日(土)受付6:40~7:00(解散9:00頃予定) ※ラジオ体操6:30~6:40
集合: 新宿中央公園・水の広場(西新宿2-11) 最寄駅...都営地下鉄大江戸線「都庁前駅」

コース: 新宿中央公園・水の広場(スタート)→甲州街道→西参道→参宮橋→明治神宮宝物殿→明治神宮原宿門→代々木公園巡り→代々木公園原宿門(ゴール)

解散: 代々木公園原宿門(渋谷区代々木神園町2-1)
最寄駅...JR山手線「原宿駅」/東京メトロ千代田線・副都心線「明治神宮前駅」
料金: 400円 企画・運営: NPO法人新宿区ウォーキング協会 対象: どなたでも 定員なし
持ち物・服装: 手が自由になるように、また運動しやすい服装(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。
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
問合せ: NPO法人新宿区ウォーキング協会 Tel 090-3217-4109

どうぞ・ありがとうの心地よさでユニバーサル社会を目指すイベント

第15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、国籍を超えて支えあい交流するイベント! 選手、チームマネージャー、ボランティア10人で1チームとなり、タスキをつなぎます。主催者が用意した予想タイムに一番近いチームには賞品もあります。駅伝の後は交流会(昼食付)で楽しみましょう。
※当日、小学生・65歳以上・障がい者、フリースタイル、ボランティアでチームを編成(選手とチームマネージャー・ボランティアの10人1チーム)

日時: 9月25日(日)9:30受付(11:00駅伝スタート) 集合: 明治神宮外苑絵画館前広場
会場: 明治神宮外苑周回コース 交流会会場: 四谷第六小学校(大京町30)
料金: 一般1,000円 小中学生500円(選手・ボランティアとも)※いずれも昼食代込
申込み: 9月8日(木)必着。はがき、Eメール、FAXのいずれかで、記載例(下段)のほか、出場希望部門(小学生・65歳以上・障がい者・フリースタイル・ボランティアのいずれか)を記入し、NPO法人コミュニケーション・スクエア21へ。※支援を必要とする方は内容も記入。
申込み先・問合せ: NPO法人コミュニケーション・スクエア21 ピポ駅伝事務局
〒160-0011 若葉2-5-16 向井ビル3F(株)ヒューマン・リサーチ内
Tel 03-3350-1388(平日のみ) Fax 03-3358-4002 staff@npocs21.com

問合せ・外国人相談コーナー Tel 03-5291-5171 しんじゅく多文化共生プラザ(歌舞伎町2-44-1/ハイジア11階) ■ Foreign Resident Consultation Corner Tel 03-5291-5171 Shinjuku Multi Cultural Plaza (Hygeia 11FL., 2-44-1 Kabukicho, Shinjuku-ku) (1st,3rd & 5th Wednesdays, 3rd Fridays 10:00a.m. ~12:00, 1:00~5:00p.m.) ■ 외국인상담 코너 Tel 03-5291-5171 신주쿠다문화공생프라자(가부키초2-44-1/하이ジア11층)매주 월(오후1시-5시) 금(오전10시-12시 오후1시-5시) ■ 外国人咨询中心 电话 03-5291-5171 新宿多文化共生广场 (歌舞伎町2-44-1海基亚11楼)每周星期二和星期四 上午十点到晚上五点 ■ รับปรึกษาปัญหาสำหรับชาวต่างชาติ โทรศัพท์ 03-5291-5171 ชินจูกุเคียววเซฟลาซา (คะบุคิจิโจ 2-44-1 ดึกไฮเจีย ชั้นที่ 11) (บริการทุกวันอังคาร เวลา 10.00-12.00 น. พาย 13.00-17.00 น.) ■ बिदेशी सल्लाह केन्द्र फोन ०३-५२९१५७१ शिन्जुकु मल्टी कल्चरल प्लाजा (खाबुकी च्यो २-४४-१ हाइजिया ११ तला) (हरेक हफता १ बजेबाट ५ बजे सम्म)

2学期(9~12月)の学習者募集!
新宿区日本語教室
日常生活に必要な初級の日本語を身につけましょう。教室に空きがあれば途中からでも参加できます。
日時: 9~12月の平日。週1回の教室と週2回の教室があります。曜日は会場によって異なります。
会場: しんじゅく多文化共生プラザなどを含む区内10カ所(12教室)
対象: 入門~初級レベル。日常生活で日本語を必要としている方。ただし、中学生以下の方は参加できません。
定員: 各教室20名程度(応募多数の場合は新宿区在住者優先)
料金: 週1回の教室2,000円/週2回の教室4,000円
申込み: 申込用紙に必要事項を記入し、Eメールにて新宿コスミックセンターへ。しんじゅく多文化共生プラザ、新宿区役所外国人相談窓口、新宿コスミックセンターで直接申し込むこともできます。
sjc@regasu-shinjuku.or.jp

Now accepting students for the September-December semester!
Shinjuku City Japanese Class
Learn beginner Japanese useful for everyday life. If there is space, students may also join partway through the semester.
Date and Time: Time: Weekdays from September to December. Some classes are once per week and others are twice per week. The day is different depending on the location.
Location: Shinjuku Multicultural Plaza and 10 other locations in Shinjuku (12 classes)
Eligibility: Introductory to beginner level. People who need to use Japanese in their daily life. However people of junior high student age and younger may not participate.
Capacity: Approx. 20 people per class (if there are too many applicants, Shinjuku residents will have priority)
Fee: Once weekly class 2,000 yen / Twice weekly class 4,000 yen
To apply: Fill out the application form and submit it by e-mail to the Shinjuku Cosmic Center. Applications can also be submitted in person at the Shinjuku Multicultural Plaza, Shinjuku City Office Foreign Resident Advisory Corner, or the Shinjuku Cosmic Center. sjc@regasu-shinjuku.or.jp

第二学期(9~12月期間)正在招生!
新宿区日语培训班
大家可以在这里掌握日常生活所需的初级日语。培训班里若有空位可以中途随时进来听课。
日期: 9~12月的工作日。分为每周一次课的培训班和每周两次课的培训班。根据会场每周日期安排也不同。
会场: 包括新宿多文化共生广场在内的十个场所(12个培训班)
对象: 入门~初级水平需要在日常生活中用到日语的人群。但是, 未满中学生年龄段的群体不得参加本项目。
定员: 每个培训班20名左右(超额的情况下优先考虑新宿区居民)
参加费: 每周一次课的培训班2,000日元 / 每周两次课的培训班4,000日元
申请: 在申请书上填写您的必要信息, 通过E-mail至新宿阔兹密席体育中心。也可到新宿多文化共生广场、新宿区政府外国人咨询窗口、新宿阔兹密席体育中心进行直接申请。
sjc@regasu-shinjuku.or.jp

2학기(9~12월) 수강자 모집!
신주쿠구 일본어교실
일상생활에 필요한 초급 일본어를 배우는 강좌입니다. 결원이 생기면 학기 중간에도 들 어갈 수 있습니다.
일시: 9~12월 평일. 주 1회 반과 주 2회 반 이 있습니다. 요일은 수업이 진행되는 장소 에 따라 차이가 있습니다.
장소: 신주쿠다문화공생플라자 포함 구내 10곳(12개반)
대상: 입문~초급수준. 일상생활에서 일본어 를 필요로 하는 분. 단, 중학생 이하는 참가 할 수 없습니다.
정원: 각 클래스 당 20명 정도(신청자가 많 을 경우 신주쿠구 거주자 우선)
비용: 주1회 2,000엔 / 주2회 4,000엔
신청: 신청서에 필요한 사항을 기입한 후 e-mail 에서 신주쿠코스믹센터에. 신주쿠다 문화공생플라자, 신주쿠구청 외국인상담창 구, 신주쿠코스믹센터에서 직접 신청하셔도 됩니다. sjc@regasu-shinjuku.or.jp

問合せ: 日本語: 地域交流課 03-3232-5121
英語: 03-5272-5060 中国語: 03-5272-5070
韓国語: 03-5272-5080

For more information: in Japanese:
Regional Exchange Division 03-3232-5121
English: 03-5272-5060

咨询电话:
日语: 地域交流課 03-3232-5121
汉语: 03-5272-5070

문의:
일본어: 지역 교류과 03-3232-5121
한국어: 03-5272-5080

レガスパーク お問い合わせは直接各ご連絡先まで

大人も子どもも一度でハマるカポエイラ! ブラジル生まれの楽しい全身運動 キックだ! カポエイラ・テンポ大久保 capoeira.or.jp

NHK講師他の英会話/フランス語/スペイン語 50~70代クラス/小中高クラス/TOEICクラス 1回¥1500~新宿/池袋教室03(5738)8783WING

w2h英語教室 高田馬場駅3分 小学低学年~部活で忙しくなる前に中学教科書を全学習 現在 水17-19時 / 土12:30-14:30 その他可リトルチャロ、グリーンから口頭・文法テスト Tel: 080-9985-2622(13-15/19) 岩井ゆかり

新宿英語クラブ 080-9985-2622 岩井 ゆかり 小学生で中学文法全完了 * 英語が使える、書けるを前提に英語嫌いも支援 ¥1000/回

歌個人指導(超苦手~)生徒募集! 健康に◎ 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

マーじゃん教室・健康麻雀 女性・シニア中心 ほのぼの無料体験! ドリンク付3時間1000円 高田馬場1分麻雀OZ(オズ) ☎03-5285-8666

申込先
新宿コスミックセンター(地域交流課、子ども支援課、スポーツ課)
〒169-0072 新宿区大久保3-1-2
<http://www.regasu-shinjuku.or.jp/>

(往復はがきの場合)

往信(表)	返信(裏)	返信(表)	往信(裏)
<input type="checkbox"/> 申込先名 <input type="checkbox"/> 申込先所在地	記入しない	<input type="checkbox"/> 申込者住所 <input type="checkbox"/> 申込者氏名	<input type="checkbox"/> ①講座名など <input type="checkbox"/> ②郵便番号・住所 <input type="checkbox"/> ③氏名(ふりがな) <input type="checkbox"/> ④電話番号 <input type="checkbox"/> ⑤年齢 <input type="checkbox"/> ⑥性別

Web マークの付いた講座は、インターネットから申し込み可

申込みにあたって取得する個人情報、当該講座・イベントに係る諸連絡の目的で利用するものとし、それ以外の利用はいたしません。

講座申込み時のお願い
・応募人数が最少催行人数に満たない場合、開催しないことがあります。
・在学・在勤の場合は、通学・勤務先名・所在地をご記入ください。
・講座参加料入金後のキャンセル及び欠席時の返金はいたしかねます。
・講座・イベントに参加にあたっては、万一の事故の発生に備えて、スポーツ安全保険などの傷害保険へ加入されることをおすすめします。



お知らせ

新宿 Shinjuku City Half Marathon 第15回 2017年1月29日(日) 区民健康マラソン

毎年全国各地から1万人を超えるランナーが新宿に集結し、新宿のまちを駆け抜けるこの大会。今回も前回に引き続き、明治神宮野球場をメイン会場とした、大都会新宿を存分に楽しめるコースで開催します。

8月24日(水) エントリー開始予定



詳しくは8月20日号および
8月20日(土)に
大会ウェブサイト公開します。

問合せ：新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン
実行委員会事務局(新宿未来創造財団)
http://www.shinjukucity-halfmarathon.jp/
Tel 03-3232-7701(平日9:00~17:00)

学習

問合せ 新宿文化センター(新宿6-14-1)
Tel 03-3350-1141 Fax 03-3350-4839

ライフアップ講座

歌舞伎をより深く、より身近に親しむための 歌舞伎入門講座～歌舞伎のいろは～

もっと歌舞伎鑑賞が楽しくなるように、現場ならではのあれこれ、そして「松竹大歌舞伎」の「みどころ」などをわかりやすく解説します。

「松竹大歌舞伎」夜の部 観劇券付

日時	内容(全5回)
9月2日(金) 19:00~20:30	「い」の回 多彩な演目・俳優あれこれ
9月9日(金) 19:00~20:30	「ろ」の回 舞台を彩る様々な効果(衣裳・大道具・音など)
9月16日(金) 19:00~20:30	「は」の回 「松竹大歌舞伎」のみどころ解説と楽しみ方
9月23日(金) 15:30~16:15 18:00~20:30	小道具に触れてみよう 特別講師：関慶人(藤浪小道具株式会社) 「松竹大歌舞伎」夜の部観劇
9月30日(金) 19:00~20:30	観劇後のアフターセミナー

会場：新宿文化センター 小ホールほか
講師：窪寺祐司(松竹株式会社演劇開発企画部演劇ライツ室)ほか
料金：10,000円(講座全5回5,000円+公演夜の部観劇券5席5,000円)
※同伴者連れでの観劇をご希望の方は、申込時に希望人数をお知らせください。同伴者観劇券は5席のみで6,300円(区民割引価格)で販売。座席は選べません。隣席とならない場合もあります。
※いかなる場合でも、観劇券の交換や返金はいたしません。
定員：80名(多数抽選) ※新宿文化センター友の会会員および新宿区在住・在勤・在学の方優先 ※最少催行人数40名
申込み：7月29日(金)必着。はがき(52円)に記載例(3面)のほか、同伴者人数(本人分は除く)、新宿文化センター友の会の方は「友の会会員ID」を記入のうえ、新宿文化センターへ。



今年もやってきた大人気講座！ みんなで歌おう講座

楽譜が読めなくても大丈夫！上手に歌えなくても問題なし。誰でも知っている抒情歌や童謡・唱歌を歌いながら、いい姿勢でおなかの底から声を出して、ココロもカラダも元気になりましょう！

日時：9月7日・14日・21日・28日 10月5日・12日・19日・26日
11月9日・16日 12月7日・14日 水曜日 全12回 10:00~11:45
会場：新宿文化センター 小ホール 講師：佐々木理子(合唱インストラクター)
定員：80名(多数抽選) ※区内在住・在勤・シニア世代の方優先 ※最少催行人数37名
料金：9,600円(別途教材費実費) ※教材は『日本の心を歌う 日本の抒情歌』野ばら社刊(510円)を使用します。購入希望の方は初回時に会場で購入できます(昨年と同じ教材)。
申込み：8月17日(水)必着。往復はがきにて記載例(3面)のほか、教材購入希望の有無を記入し、新宿文化センターへ。



シニア世代向け

新しいことを始めてみませんか

区民プロデュース支援事業 講座参加者募集

区民プロデュース支援事業とは、運営団体(サークル)が新宿未来創造財団から事業支援を受け自主的に企画する事業です。申し込みの際にお預かりした個人情報、新宿未来創造財団から運営団体に提供させていただきます。
申込み：各締切日必着(ただし先着順)。往復はがきに記載例(3面)のとおり記入し、新宿文化センターへ。

スポーツ【追加募集】

ストレッチ&太極拳(入門・24式)

～下落合公園太極拳倶楽部(SPTC)～
運動による漢方薬である中国武術「太極拳」を一緒に楽しみましょう！
日時：10月2日～平成29年2月19日の日曜日 全10回 9:15～10:45
会場：戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
対象：どなたでも 10名(先着順)
参加料：全4,000円
申込期間：7月22日(金)～8月20日(土) ※ただし定員になり次第締め切り

趣味【追加募集】

陶芸・ビーズ・水引など楽しい教室！

～手作りART～
陶芸(茶碗・皿・雛人形)、水引(クリスマスツリー)、編み物、ビーズ、エコバッグ等、満足な作品が完成。親子歓迎、初心者OK！
日時：10月2日～平成29年2月19日の日曜日 全10回 9:00～12:00
会場：住吉町生涯学習館(住吉町13-3)
対象：小学生以上の方(ひとりでの参加は小学4年生以上) 10名(先着順)
参加料：1回800円(材料費込)
申込期間：7月22日(金)～8月20日(土) ※ただし定員になり次第締め切り

消費者講座 新宿消費生活センター委託講座 無料

老人ホーム 知っておきたい基礎知識と選び方

高齢者が安心して老後を過ごすために、「数多くの施設の中から自分の希望に合った施設を選ぶ目を持つ」ように、老人ホームの基礎知識や公共・民間の違い、利用法等について専門的な解説を行います。
日時：9月3日(土)10:00～11:30
会場：新宿文化センター 4階第1会議室 講師：(公社)全国有料老人ホーム協会 五十嵐さち子
定員：60名(多数抽選) ※区内在住・在勤の方優先
申込み：8月19日(金)必着。往復はがきに記載例(3面)のとおり記入し、新宿文化センターへ。



新宿文化センター開催イベント ボランティア募集！

①作品展示作業やご来場のお客様の受付や作品の見回りなど
新宿区生涯学習フェスティバル「絵画展」「陶芸展」「手工芸展」「写真展」
10月～12月の間の作業日・開催日
②舞台転換作業やご来場のお客様の受付など
11月3日(木祝)「音楽・コーラスのつどい」
11月6日(日)「新宿ユース・ステージパフォーマンス」 11月12日(土)「踊りの祭典2016」
申込み：所定の申込用紙(新宿文化センター、各生涯学習館で配布)に記入の上、郵送または直接新宿文化センターまで。新宿文化センターウェブサイトからもダウンロードできます。
問合せ：新宿文化センター Tel 03-3350-1141 http://www.regasu-shinjuku.or.jp/bunka-center/

レガス子どもクラブ～総合体験～ 夏休み特別プログラム

大きな金色の紙に空想の世界を描いてみよう ～真夏の夜の夢～

採集した植物をじっくり観察して描いたあとは、想像力をふくらませ、空想の世界を完成させよう！
日時：8月17日(水)・19日(金) 全2回
会場：CCAAアートプラザ 図工室(四谷4-20 四谷ひろば内)
コース 料金 時間 対象
A 1,570円 10:00～12:00 小学1・2年生
B (材料費込み) 13:30～15:30 小学3～6年生
定員：各コース25名(多数抽選) ※区内在住・在学優先
協力：NPO法人市民の芸術活動推進委員会
申込み：7月28日(木)必着。往復はがきにて記載例(3面)のほか、学年・学校名・保護者氏名・緊急連絡先を記入し、新宿コズミックセンターへ。
問合せ：子ども支援課 Tel 03-3232-5122



夏休み短期アルバイト募集！

小学校放課後子どもひろば

子どもたちが夏休みを安心して過ごせるよう、校内活動室や校庭で安全管理や遊びのサポートをするお仕事です。
期間：7月21日(木)～8月24日(水)の月～金曜日(祝日除く)
時間：7:50～19:10のうち2～8時間程度(早朝可能な方、歓迎)
場所：新宿区内の小中学校(勤務地希望、応相談)
時給：950円(研修時は910円)
対象：子どもが好きなお方。資格・経験不要。
申込み：電話連絡の上、履歴書(写貼)をご持参ください。
問合せ：子ども支援課 Tel 03-3232-5122

夏は朝からプールでひと泳ぎ！

今年も8月の新宿コズミックセンタープールは通常より1時間早い8:00から利用できます。
日時：8月毎日(8日(月)休館日を除く) 25mプール…全コース 幼児プール…全面
問合せ：スポーツ課 Tel 03-3232-7701

新宿コズミックセンター・新宿文化センターからのお知らせ

新宿コズミックセンターは、選挙の開票所となるため、7月31日(日)の1階事務室の受付時間は8:45～16:30となります。各利用施設については、プール(9:00～15:45)、幼児体育室(9:00～15:20)のみの営業となります。
新宿文化センター8月休館日は、公演スケジュールの都合により第三火曜日の8月16日(火)となります。
問合せ：スポーツ課 Tel 03-3232-7701 新宿文化センター Tel 03-3350-1141