

Oh! レガス

新宿ニュース

11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11月20日 第141号 次号は12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



グランプリを競うファッションショーにアパレル審査員のトークセッション！
手づくり雑貨店も多数出店！内容盛りだくさんなファッションイベント！

ホワイエには
約40店舗の
手づくり雑貨店が
にぎやかに出店！
(13:30~17:00)

11/26 土

13:30開場

14:00開演 17:00終演

会場：新宿文化センター 大ホール

無料
入退場
自由

新宿ファッションフィールド 2016

今年も全国から2,000点を超えるデザイン画の応募がありました。9月に行われた第一次審査(デザイン画審査)により、デザイン画部門4点、作品制作部門20点の入選作品が決定しました。今回は、作品制作部門の入選者20名がデザイン画を忠実に再現・制作した作品をステージ上で発表し、各賞を競います。果たして、グランプリの栄冠は誰の頭上に輝くのでしょうか。観客賞の投票もありますので、ぜひ会場でお気に入りの作品を応援してください。

今年のテーマ

ワタシノアオゾラ

~ My Blue Heaven ~

異文化の陽だまりから見上げる、眩しい空

新宿は多文化共生を内包する街です。
多様な価値観がひしめく世界には、不安を誘う不協和音も並存します。
異文化のカオスに吞まれてLOVE&PEACEが相手に届かない時、
人々は揺るぎない不文律を探します。
— 例えば、空。
繁華街の雑踏から、高層ビル群の麓で、
或いは街路樹の枝越しに新宿の路上から仰ぎ見る“自分だけの青空”。
デザイナーは、ランウェイに映えるMy Blue Heavenのイメージを創出します。



Contents

出張 レガスポ!
短期 レガスポ! 10

2面

クリスマス♪星空コンサート

3面

レガスサイエンスクラブ Vol.6
オリジナル3Dメガネで
目の錯覚を体験しよう!

4面

グランプリ賞金30万円^{*1}をはじめ、多くの協賛企業賞を発表！
来場者には、素敵なプレゼントが当たる抽選の受付^{*2}もあります！

^{*1} 賞金はすべて商品券での授与 ^{*2} 当選発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます
<http://www.regasu-shinjuku.or.jp/bunka-center/fashion-field/>

共催：新宿区
協賛：アッシュ・ペー・フランス アバハウスインターナショナル 伊勢丹新宿本店
オカダヤ新宿本店 シップス ジュングループ ビームス(50音順)
後援：織研新聞社 新宿観光振興協会
協力：東京都服飾学校協会 青山ファッションカレッジ ESP学園
東京ビューティーアート専門学校 東京モード学園 文化服装学院 目白大学
問合せ：新宿文化センター Tel 03-3350-1141



SHINJUKU
Fashion
Field
2016
SINCE 2010



広告内容についてのお問い合わせは、直接各ご連絡先まで

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
12月6日(火) 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

とおやま
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6F
税理士法人 とおやま

masayuki suzuki 30th Anniversary Special 2017

鈴木雅之 with

オーケストラ・ディ・ローマ featuring 服部隆之

2017.4/5 [水] 東京オペラシティ コンサートホール 開演:18:30
4/12 [水] 東京芸術劇場 コンサートホール ※開場:17:30

S 席 ¥10,500 (税込)
A 席 ¥9,000 (税込)
※未就学児入場不可

2016.12/3 [土] 午前10時 発売開始

ソロ・デビュー 30周年を迎え、歴史と芸術の都、ローマを代表するオーケストラとの共演が実現！ここでしか聴くことのできない、珠玉のラヴソングをお贈りします。

問い合わせ 発売所 ぴあ、ローソン他
サンライズプロモーション東京 0570-00-3337 全日 10:00-18:00

開催間近!

12/7(水)
18:30開演 早稲田大学小野記念講堂にて開催!

新宿JAZZ喫茶

「新宿カウンターカルチャーシリーズ」今回はジャズと演劇のお話です。
会場：早稲田大学小野記念講堂 (西早稲田1-6-1 27号館地下2階)
出演：山下洋輔(ピアニスト)、
鷹赤兒(舞踏家)
司会：萩原健太(音楽評論家)
料金：全席自由 2,500円
[区民在住・在学割引] 2,300円
[友の会割引] 2,000円
新宿文化センターウェブサイトなどで販売中
助成：(一財)地域創造
問合せ：新宿文化センター
Tel 03-3350-1141

短期スポーツプログラムをお近くの施設で！出張 **レガスポ!**

in 大久保スポーツプラザ (大久保3-7-42)

夜 ① **男性限定 筋トレ**
骨格を支える筋肉を鍛え、瞬時に動けるしなやかな身体を目指します。身体が変われば洋服の着こなしにも自信が！
日時：平成29年1月18日～3月22日の
毎週水曜日(全10回)
19:30～20:20 **男性限定**
会場：3階和室
講師：Kayoko (レガスポ！登録講師)



in 住吉町生涯学習館 (住吉町13-3)

夜 ② **ZUMBA** **通年レガスポ！人気講座**
ラテン・ディスコ・ベリーなど様々な踊りを融合したダンスフィットネス。初めての方も安心して踊れます。
日時：平成29年1月11日～3月15日の
毎週水曜日(全10回)
19:30～20:20
会場：2階レクリエーションホール
講師：足立かおり (木・土曜通年レガスポ！講師)

in 戸山生涯学習館 (戸山2-11-101)

午前 ③ **女性限定 骨盤ヨーガ**
骨盤まわりの筋肉をほぐし、全身のバランスを整え、姿勢を正します。また肩こりや腰痛などを改善していきましょう！
日時：平成29年1月12日～3月16日の
毎週木曜日(全10回)
10:30～11:30 **女性限定**
会場：2階ワークルーム
講師：長友珠紀 (水曜通年レガスポ！講師)



①～③共通事項

対象：高校生以上の方 (①は男性、③は女性限定)
定員：各25名(多数抽選)
※区内在住・在勤の方優先。最少催行各15名。
料金：4,100円(全10回分)
申込み：12月7日(水)必着。窓口または、**52円はがき(往復はがき不要)にて記載例(4面)のとおりに記入し、新宿コズミックセンターへ。** ※当選者のみ、12月16日(金)までに郵送にて返信。

短期スポーツプログラム **レガスポ!** 10

in 新宿コズミックセンター (大久保3-1-2)

夜 ④ **リラクゼーション・ヨーガ**
ヨーガの正しいポーズと呼吸法を学び、こり固まった腰や肩まわりなど、全身の筋肉と心をほぐしましょう。就寝前のゆったりとした運動は、安眠につながります。翌朝はさわやかな目覚めと活力を！
日時：平成29年1月11日～3月15日の
水曜日(全10回) 20:10～21:10
会場：地下1階多目的広場
講師：今田智子(水曜通年レガスポ！講師)

1日の終わりに心と体の疲れを取り除く

午後 ⑤ **体幹ストレッチ**
体幹は日常の基本動作の土台となって身体を支えています。ストレッチと身体バランスを意識したエクササイズで、体幹部を整えることで可動域を広げ、よりしなやかで安定した身体を目指しましょう。
日時：平成29年1月12日～3月16日の木曜日(全10回) 14:10～15:10
会場：地下1階多目的広場
講師：長友珠紀(水曜通年レガスポ！講師)



代謝を上げてアクティブな身体づくりを

夜 ⑥ **ボディメイク**
デスクワークの方、体形・メタボが気になる方を対象に、レベルに合わせグループで楽しく行う運動量が多めの筋肉トレーニングプログラムです。
日時：平成29年1月12日～3月16日の木曜日(全10回) 20:15～21:05
会場：2階多目的室
講師：セルツアー正美 (火・木曜通年レガスポ！講師)

筋トレでなりたい身体を手に入れよう



午後 ⑦ **筋力アップリズム体操**
楽しい音楽によって筋力アップトレーニング。運動不足を感じている方、ストレス発散したい方、初めての方でも、安心して参加いただけます。音楽に合わせて踊りながら、筋力アップで一石二鳥！
日時：平成29年1月13日～3月17日の
金曜日(全10回) 12:30～13:30
会場：2階多目的室
講師：岡田由記子(木・金・土曜通年レガスポ！講師)

リズムに合わせて心と身体を元気に

午前 ⑧ **サルサ&バチャータ**
ドミニカ発祥のラテンダンスで人気のサルサとともに親しまれるバチャータ。基本のステップに始まり、テンポに合わせて体全体を使い、何よりも楽しく踊ります。老若男女問わず、初心者歓迎のダンスプログラムです。
日時：平成29年1月7日～3月18日の土曜日(全10回) 10:40～11:30 ※2月11日を除く
会場：地下1階多目的広場
講師：セルツアー正美(火・木曜通年レガスポ！講師)

ダンスで新たな自分を発見してみませんか?

④～⑧共通事項
対象：高校生以上の方
定員：各30名(多数抽選)
※区内在住・在勤の方優先。最少催行各15名。
料金：4,100円(全10回分)
申込み：12月7日(水)必着。窓口または、**52円はがき(往復はがき不要)にて記載例(4面)のとおりに記入し、新宿コズミックセンターへ。** ※当選者のみ、12月16日(金)までに郵送にて返信。

1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、気軽に卓球を始めてみませんか？
日時：平成29年1月5日・12日・19日・26日
いずれも木曜日
〈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：12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」、在勤の方は「勤務先住所」を記入し、新宿コズミックセンターへ(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。抽選後、返信はがきを送付または12月22日(木)に新宿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4期)

ボールの蹴り方、止め方などの基本をていねいに指導します。新年はフットサルで身も心もリフレッシュ！みんなで一緒に楽しくプレーしましょう。
日時：平成29年1月6日・13日・20日、2月3日・17日・24日、3月10日
いずれも金曜日 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3,600円
申込み：12月9日(金)必着。52円はがき(往復はがき不要)に記載例(4面)のとおりに記入し、新宿コズミックセンターへ。 ※当選者のみ12月16日(金)までに郵送にて返信



新宿区民総合体育大会 参加者募集

スキー競技

日時：平成29年1月8日(日)9:00集合
会場：ホワイトワールド尾瀬岩鞍 チャレンジAコース(群馬県利根郡)
対象：区内在住・在学・在勤の方、または新宿区スキー連盟登録者



	ジュニアの部	1部	2部	3部	4部	5部
男子回転	小学1～3年生 小学4～6年生 中学生	35歳未満	35歳以上 45歳未満	45歳以上 55歳未満	55歳以上 65歳未満	65歳以上
女子回転	小学1～3年生 小学4～6年生 中学生	30歳未満	30歳以上 40歳未満	40歳以上 50歳未満	50歳以上	

※ジュニアの部は現在の学年、1～5部は平成29年1月1日現在の年齢により区分
料金：ジュニアの部は無料、1～5部は200円/人 ※当日集金
主管：新宿区スキー連盟
申込み：12月10日(土)必着。所定の申込書に必要事項を記入し新宿コズミックセンター窓口へ。
※受付時間9:00～19:00 申込書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。新宿未来創造財団ウェブサイトからもダウンロード可。

新宿区小学生サッカー大会2016結果報告

8月27日(土)～10月16日(日)の内、のべ5日間にわたり白熱した試合が繰り広げられた小学生サッカー大会。大会結果は以下のとおりです。

1部 優勝 FCとんぼ 準優勝 FC OCHISAN 第3位 スポーツクラブシクス 落一小ドリームス
2部 優勝 SKFC 準優勝 落四サッカークラブ 第3位 FCとんぼ5年 新宿FC U11
3部 優勝 FCとんぼ 準優勝 SKFC 第3位 新宿FCサンズ スポーツクラブシクス



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

内山ピアノ教室☆生徒募集 ☎3952-6225
幼児～大人 初心者歓迎 楽しく丁寧なレッスン♪無料体験有！落合南長崎・中井駅7分
歌個人指導(超苦手～)生徒募集！健康に◎
音程、声域、音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

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

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

中年のための楽しい英会話
英会話を始めるのに年なんか関係ありません
夢は永遠に持ち続けましょう。場所：四谷地域センター11階 土曜日:10:30～12:00 入会金¥2000 月謝¥4000 ☎(3267)7206 岩崎

フィットネス合気道 ワセダクラブ 会員募集！
毎週火曜日10:30～12:00 早稲田大学17号館B1
シニア世代歓迎 見学体験OK☎03-3301-5930

簡単・華やかxmasいけ花 ☎080-5674-4187
12月5日・9日各10時・15時・18時/花代込¥2500
2名以上一緒に参加は1人¥2000/早稲田5分



一歩一歩、健康
健康づくり ウォーキング情報

NPO法人新宿区ウォーキング協会第142回例会
忠臣蔵 吉良邸から泉岳寺まで歩く 約12km

日時：12月13日(火)受付8:40~9:00(解散12:00頃予定)

集合：両国公園(墨田区両国4-25-3)

最寄駅…都営地下鉄大江戸線「両国駅」A5出口 8:50まで誘導あり

コース：両国公園(スタート)→吉良邸跡→一之橋北詰→永代橋→聖路加国際病院→築地本願寺→汐留橋→大門→泉岳寺(ゴール)

解散：泉岳寺(港区高輪2-11-1)

最寄駅…都営地下鉄浅草線・京急本線「泉岳寺駅」

問合せ：NPO法人新宿区ウォーキング協会 Tel 090-3217-4109



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。
料金：400円 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
企画・運営：NPO法人新宿区ウォーキング協会

レガス健康ウォーキング
師走の東京ミッドタウン・六本木ヒルズから
銀座イルミネーション“ヒカリミチ” 約6km

日時：12月21日(水)受付14:00~14:20(解散17:00頃)

集合：三河台公園(港区六本木4-2-27) 最寄駅…都営地下鉄大江戸線・東京メトロ日比谷線「六本木駅」出口6

コース：三河台公園(スタート)→東京ミッドタウン→六本木ヒルズ→東京タワー→都立芝公園→中央通り→銀座八丁目→銀座三越(ゴール)

解散：銀座三越前(中央区銀座4-6-16) 最寄駅…東京メトロ銀座線・丸ノ内線・日比谷線「銀座駅」

問合せ：スポーツ課 Tel 03-3232-7701

(当日連絡先：NPO法人新宿区ウォーキング協会 Tel 090-3217-4109)



お知らせ

新宿コズミックセンタープラネタリウム

問合せ スポーツ課 Tel 03-3232-7701 Fax 03-3209-1833

冬番組 消えた恐竜と冬の星空

冬の三大三角形のひとつ「おおひぬ座」の星座物語と、約6500万年前に忽然と姿を消した恐竜たちの滅亡の謎に迫る番組を投影します。

投影日：12月10日(土)・18日(日)、平成29年1月14日(土)・22日(日)、2月11日(土祝)・19日(日)

時間：1回目10:30~ 2回目13:30~ 3回目14:50~ (投影時間は約50分)

※開場は各投影開始の30分前。投影開始後の入退場はできません。

定員：150名(各回先着順・全席自由)

料金：300円(中学生以下無料) 申込み：各投影開始の30分前から8階受付にて観覧券を販売。



障がいのある方の「わくわくプラネタリウム」

上映途中の入退場は自由、声や音を出しても大丈夫です。どなたでも気兼ねすることなく、プラネタリウムの冬番組「消えた恐竜と冬の星空」をお楽しみいただけます。恐竜が絶滅した謎に迫るお話と「おおひぬ座」の星物語を紹介いたします。(投影時間約50分)

日時：12月17日(土)11:00開始(10:30開場)

対象：心身に障がいのある方とその同伴者 70名(多数抽選)

※小学3年生以下は要保護者(20歳以上)同伴。

料金：100円(中学生以下と同伴者無料) 協力：@字幕サークル、鴛羽tokiha

申込み：11月30日(水)必着。申込書(新宿コズミックセンター1階窓口などで配布)または、はがき(52円)に記載例(4面)のほか、「障がい者手帳の種類」「車いす使用の有無(電動・手動)」「同伴者の有無とその人数」を記入し、新宿コズミックセンターへ。

※申込書は新宿未来創造財団ウェブサイトからもダウンロード可。

字幕付き



SHIZEN&Rio with スペシャルゲストたちによる
クリスマス♪星空コンサート

クリスマスムード一色!プラネタリウムドームの「満天の冬の星」の下、冬の星座の物語とともに、ピアノ、ヴァイオリン、世界一のウクレレ、フルート、ボーカリストたちの歌声、そしてストリングス…、贅沢で楽しく、ハートフルなひとときをお過ごしください!



日時：12月11日(日)16:00開演(開場15:30) ※約90分予定

出演：SHIZEN(Rina Suzuki&Ben Haworth) ゲスト：Rio、Miki、Yuhei Meguro、NewISアンサンブル

曲目：Fly Me To The Moon、見上げてごらん夜の星を、情熱大陸、クリスマスソングほか

定員：140名(多数抽選。全席自由) ※未就学児入場不可、小学1~3年生は保護者同伴。

料金：1,500円(当日支払い) ※開演中、他のお客様のご迷惑となる行為はご遠慮ください。

申込み：12月2日(金)必着。往復はがきにて、記載例(4面)のほか同伴者の人数を記入し、新宿コズミックセンターへ。※1階窓口で申し込み可。返信用に52円はがきをお持ちください。

ギャラリーオーガード

みるっく 12月の展示

平成29年1月

展示中~12月22日(木) 平成28年度障害者作品展
12月23日(金祝)~平成29年1月26日(木) 明るい選挙ポスター展
ギャラリーオーガード“みるっく”(歌舞伎町1-30)



作品出展募集

4月展示：平成29年3月31日(金)~4月27日(木) 5月展示：平成29年4月28日(金)~5月25日(木)

展示場所概要：展示ボックス(立体作品および平面作品)…10か所 縦120cm横90cm奥行85cm程度

展示ケース(主に平面作品)…5か所 縦120cm横85cm奥行8cm程度

対象：グループ…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こと 個人…区内在住の方

原則1団体または個人ですが、複数の団体および個人で合同展示も可能。応募多数の場合は調整のうえ抽選します。

申込み：平成29年1月10日(火)必着。はがき(52円)またはEメールにて新宿文化センターまで以下をお知らせください。

①出展者名(団体の場合は団体名と代表者名) ②日頃の活動場所 ③郵便番号および住所 ④電話番号

⑤EメールアドレスまたはFax番号 ⑥出展希望月 ⑦出展予定作品の内容および点数見込み

問合せ：新宿文化センター Tel 03-3350-1141 〓bunka@regasu-shinjuku.or.jp

文化・芸術・生涯学習 区民の文化祭 || 新宿区共催 ||

無料

新宿区生涯学習フェスティバル2016開催!

会場：新宿文化センター(新宿6-14-1) 問合せ：新宿文化センター
直接会場へお越しください Tel 03-3350-1141

小ホールで開催

吟剣詩舞のつどい

「詩吟」、そして詩吟と舞が融合した「剣詩舞」。日本の伝統芸能をお楽しみください。

日時：11月27日(日)

10:30~16:30(予定)

協力：新宿区吟剣詩舞道連盟

剣詩舞体験教室開催!

時間：12:00集合 1時間30分予定(先着10名程度)

エントランスロビーで開催

いけ花展

期間：12月2日(金)~4日(日)

10:00~22:00

(最終日は15:00まで)

協力：新宿区花道茶道協会

添え盆体験(無料お茶席) 日時：12月4日(日)10:00~15:00 定員：100名(先着順)

地下1階展示室で開催

手工芸展・陶芸展

期間：11月28日(月)~12月4日(日)

10:00~18:00(最終日は15:00まで)



『短歌・俳句・川柳展』

『絵画展』『書の展』

受賞作品展

期間：11月28日(月)~12月4日(日)

10:00~18:00(最終日は15:00まで)

※『短歌・俳句・川柳展』の全応募作品を収録した『作品集』を配布します。

新宿コズミックセンター ロビーコンサート

クリスマス♪ボサノヴァ

無料

毎回人気のボサノヴァ!今回はクリスマスソングをお届けします!

日時：12月3日(土)12:00~13:00 会場：新宿コズミックセンター 1階ロビー

出演：aviao(小川やよい(ギター&ボーカル)&高橋恭子(ピアノ))、安藤和夫(サクソ)、福島崇(ベース)

曲目：「Jingle bell」「White Christmas」「Someday my prince will come」ほか

申込み：当日直接ご来場ください。 問合せ：スポーツ課 Tel 03-3232-7701

新宿 Shinjuku City Half Marathon 第15回

同時開催 第2回日本IDハーフマラソン選手権大会・区民健康マラソン
RUN as ONE - Tokyo Marathon2018(準エリート)の提携大会

大会協賛者募集

2017年1月29日

◆協賛企業・団体を募集します プログラムへの広告掲載(1/8ページ 54,000円~(税込み))やチラシ配付などで、全国から多くのランナーが集まるこの機会を、商品PRや広告宣伝にご活用いただけます。その他協賛メニューについては大会ウェブサイトをご覧ください(申込時期により協賛ランナーの招待不可の場合があります)。

◆個人協賛を募集します 2,000円から(税法上の寄付金控除の対象にはなりません)。

ハーフ・10kmで寄付の大会参加賞を差し上げます。

問合せ：大会実行委員会事務局(新宿未来創造財団) http://www.shinjukucity-halfmarathon.jp/

競技・協賛に関すること Tel 03-3232-3993 ボランティアに関すること Tel 03-3232-5121

そのほか大会全般 Tel 03-3232-7701 IDハーフマラソンに関すること Tel 080-4429-1672

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 신주쿠 다문화공생센터(가부키초2-44-1하이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 ชินจูกุเคียวเซพลาซ่า(คะบุคิจโ 2-44-1 ดีกไฮเซีย ชั้นที่ 11) (บริการทุกวันอังคาร เวลา 10.00-12.00น. บ่าย 13.00-17.00น.) ■ **बिदेशी सल्लाह केन्द्र** फोन ०३-५२९१५१७१ शिन्जुकु मल्टी कल्चरल प्लाजा (खाबुकी च्यो २-४४-१ हाइजिया ११ तल्ला) (हरेक हफता ५ बजेबाट ५ बजे सम्म)

外国人のための親子日本語教室
お子様のいるお父さん、お母さんのための託児つきの教室です。
日時: 3学期 平成29年1月14日~3月18日
毎週土曜日(全10回) 10:00~12:00
会場: 大久保小学校 3階つづじルーム(大久保1-1-21)
対象: 日本語入門~初級レベルの親子20組、親のみ参加もOK
料金: 全500円(託児無料)
共催: 新宿虹の会
申込み: 11月22日(火)~先着順。
☐chiiki@regasu-shinjuku.or.jp、郵送のいずれかで地域交流課へ。①名前(ふりがな)、②子の名前(ふりがな)、性別、年齢、③よく使う言語(いくつでも)、④国籍、⑤住所、⑥電話番号(Fax)を明記してください。
問合せ: 地域交流課 Tel 03-3232-5121

Family Japanese Language Class for Foreign Residents
Class with free childcare for parents of small children.
Date and Time: Semester 3: January 14 to March 18, 2017 Every Saturday (10 times) 10:00 to 12:00
Location: Okubo Elementary School 3FL Tsutsuji Room (1-1-21 Okubo)
Eligibility: 20 parent-and-child pairs with introductory to beginner level Japanese (parents may also attend without their children)
Fee: 500 yen for all childcare is free
Co-host: Shinjuku Niji-no-kai
To Apply: November 22(Tue) ~ First come, first served. Contact the Regional Exchange Division by ☐chiiki@regasu-shinjuku.or.jp or post. Write ①name (with furigana), ②child's name (with furigana), the gender and age, ③language(s) used, ④nationality, ⑤address, and ⑥telephone number (fax).
For more information: contact the Regional Exchange Division. Tel 03-3232-5121

面向外国人的亲子日语培训班
为有孩子的父母准备的附带托儿服务的培训班。
日期: 3学期 2017年1月14日~3月18日 每周六(共10次) 10:00~12:00开班
会场: 大久保小学3层杜鹃花教室(大久保1-1-21)
对象: 日语入门~初级水平的亲子组20组, 仅家长参加亦可
费用: 共500日元 免费托儿
共同举办: 新宿区虹之会
申请: 11月22日(周二)~按先后顺序。通过☐chiiki@regasu-shinjuku.or.jp、邮寄等任何一种方式发送至地域交流课申请。①请填写好姓名(假名注音)、②小孩的姓名(假名注音)、性别、年龄、③熟悉的语言(可复数)、④国籍、⑤地址、⑥电话号码(传真)。
咨询: 地域交流课 电话03-3232-5121

外国人 가정을 위한 일본어 교실
자녀가 있는 아버지, 어머니를 위한 탁아를 겸한 교실입니다.
일시: 3학기 2017년 1월 14일~3월 18일
매주 토요일(총 10회)
10:00~12:00개최
장소: 오오쿠보 초등학교 3층 츠츠히름(오오쿠보1-1-21)
대상: 일본어 입문~초급 레벨의 부모와 자녀 20쌍, 부모만 참가도 가능
비용: 500엔 탁아 무료
공동주최: 신주쿠구 니지노카이
신청: 11월 22일(화)~선착순 ☐chiiki@regasu-shinjuku.or.jp, 또는 우편으로 지역 교류과로 보내 주십시오. ①이름(발음표기), ②자녀 이름(발음표기), 성별, 연령, ③가능한 언어(있는 대로), ④국적, ⑤주소, ⑥전화번호(팩스)를 적어 주십시오.
문의: 지역교류과 전화 03-3232-5121

◎ 学習

◎ 子ども

消費者講座 新宿消費生活センター委託講座 **無料**
おいしく食べて 身体と心のデトックス
身体によい食事をとって、心も軽やかにいきいきと暮らすヒントを学びましょう。
日時: 平成29年1月14日(土) 13:30~15:00
会場: 新宿文化センター 4階第1会議室
講師: 西沢邦浩(日経BPヒット総合研究所・主席研究員)
対象: 区内在住・在勤・在学の方 40名(多数抽選)
申込み: 12月22日(木)必着。往復はがきに記載例(下段)のとおり記入し、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**

こどものためのお箏教室 日本の伝統文化に親しもう
日本の伝統的な楽器「お箏」を体得してみませんか。プロの指導員によるやさしくていねいなお稽古で、日本の伝統音楽を気軽に習うことができます。
日時: 平成29年1月11日(水)・18日(水)・27日(金)、2月3日(金)・10日(金)・17日(金)、3月3日(金)・10日(金)・17日(金)
18:00~19:00または19:20~20:20 ※時間帯は応募人数や年齢などにより、主催者で決定いたしますのでご了承ください。
会場: 新宿文化センター 4階和会議室 対象: 小学3年生~中学生 30名(多数抽選) ※各クラス15名2クラス、区内在住・在学の方優先 料金: 全9,000円 ※参加料のほか箏爪作成費用(6,000円)、テキスト代(1,000円)が必要 主催・指導: (公社)日本三曲協会 助成: アーツカウンシル東京
申込み: 12月12日(月)必着。往復はがきに記載例(下段)のほか、学校名・学年・経験の有無を記入し、新宿文化センターへ。 ※申し込みの際にお預かりした個人情報、主催者である(公社)日本三曲協会へ提供します。
問合せ: 申し込みについて 新宿文化センター Tel 03-3350-1141 そのほかについて (公社)日本三曲協会 Tel 03-3585-9916 **Web**

レガサイエンスクラブ★ Vol.6
オリジナル3Dメガネで目の錯覚を体験しよう!
目の錯覚はどうして起こるのでしょうか? 講義のあと、実際に3Dメガネをつくってその仕組みを体験してみます。講義や工作の難易度は、コースに合わせた内容となります。
会場: 新宿コズミックセンター 3階大会議室 協力: NPO法人共育塾 料金: 720円(材料費含む)
申込み: 11月28日(月)必着。往復はがきに記載例(下段)のほか、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 **Web**

子ども未来講座
Web

12月の臨時休館と年末年始の休館のお知らせ
ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

施設名	臨時および定期休館	12月				1月	問合せ
		26月	27火	28水	29~3木~火	4水	
新宿コズミックセンター	第一・第二武道場 小体育室、弓道場	通常開館					Tel 03-3232-7701 新宿コズミックセンター
	プール等上記以外の体育施設・会議室	通常開館					
大久保スポーツプラザ	屋外スポーツ施設	通常開館					Tel 03-3232-0171 新宿スポーツセンター
新宿スポーツセンター	12月26日(月)	通常開館					
新宿歴史博物館	12月12日(月)・26日(月)	年末年始 休館					Tel 03-3359-2131 新宿歴史博物館
林芙美子記念館	12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)						
佐伯祐三アトリエ記念館							
中村彝アトリエ記念館							
新宿文化センター	12月13日(火)	通常開館					Tel 03-3350-1141 新宿文化センター
しんじゅく多文化共生プラザ	12月14日(水)						
赤城生涯学習館	12月12日(月)	通常開館					Tel 03-3350-1141 新宿文化センター
住吉町生涯学習館							
西戸山生涯学習館							
戸山生涯学習館	12月26日(月)						

※新宿コズミックセンター12月12日(月)~14日(水)の休館中、事務所窓口は9:00~17:00で営業しています。

申込先 (往復はがきの場合)
新宿コズミックセンター(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
新宿歴史博物館
〒160-0008 新宿区三栄町22
新宿文化センター
〒160-0022 新宿区新宿6-14-1

① 申込む講座名
② 郵便番号・住所
③ 氏名(ふりがな)
④ 電話番号
⑤ 年齢・性別
⑥ (在勤・在学の場合) 名称と所在地
⑦ 会員番号 (新宿歴史博物館メンバーズ会員のみ)

Web マークのついた講座は、インターネットから申し込み可
<http://www.regasu-shinjuku.or.jp/>

講座申し込み時のお願い
・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、学校名・勤務先名とその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および欠席時の返金はいたしかねます。
・講座・イベントの参加にあたっては、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。

申し込みにあたって取得する個人情報は、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。