



トランス

●新宿区民総合体育大会参加者募集 ↓2面

●レガスポ！夏季特別講座 ↓3面

●子ども未来講座 アクアボトルづくり〜水辺の生物や環境について考えよう〜 ↓4面

# oh! レガス

## 新宿ニュース

### 7月20日号

www.regasu-shinjuku.or.jp

### 新宿区の地域スポーツ・文化協議会のご紹介

## 近所で、みんなで、スポーツやろうよ!

新宿区には、地域のスタッフが運営する9つの「地域スポーツ・文化協議会」があります。各協議会では、主に新宿区立小中学校を会場として、どなたでも気軽に参加できるスポーツ・レクリエーション活動を企画し、皆さまをお待ちしています。お住まいの地域で実施している地域スポーツ・文化プログラムに参加してみませんか! 詳しくは、新宿未来創造財団ウェブサイト内「地スポ」で検索!

### 落合第二

落二地域クラブ・オーツ(O2)と各小学校校庭開放運営委員会で運営。地域センターで各種講座や学校施設でのスポーツなどを開催。年末にはユニカール大会を実施。地域の声で新企画にも取り組みます。  
7月の予定:毎週火曜(全5回)ボクサエクサ倶楽部(O2) 秋以降に卓球、野球教室(落三小)、サッカー(落五小)、ビーチボールバレー(落六小)など  
ウェブ:https://ameblo.jp/ochi2-o2 落二地域クラブ・オーツ

### 落合

パドミントン、卓球、グラウンドゴルフなど各種スポーツや校庭開放、合唱を定期的に行っています。小学生から大人まで様々な年代の方が参加していますので、ぜひ一度足をお運びください。  
今後の予定:毎月第一・第三土曜日 9:00~12:00 スポーツ交流会(落合中)、8月31日(土)校庭開放(落一小)など

### トレスポ

バスケやろうよ!上手になりたい人集まれ!小学生の部(ミニバス)・高学年~中学生(レベルアップ)、トータル的にバスケが学べます。夜間開放も実施しています。その他、バド、卓球、バレー、バトン、スポチャンなど誰でも参加お待ちしています!! 各校土曜または日曜(一部金曜)  
8月の予定:卓球・バド(戸二小)、スポチャン・バスケ(西早稲田中)、ミニバス(戸一・大久保小・戸二小)、バトン(戸山小)  
ウェブ:http://tolespo1.cocolog-nifty.com/トレスポ地域スポーツ文化協議会

### わせだ

野球、サッカーなどの人気種目のほか、ユニカールや卓球など親子で楽しめる種目や、陶芸や和太鼓や切り絵塾などの文化体験も充実しています。  
合唱教室(早稲田小)、切り絵塾(鶴巻小)、書道教室(江戸川小)など。

### 筆筈

出張所・企業・商店会など地域との連携を大切に協議会運営を行っています。走り方教室・パドミントン教室・エンジョイ野球教室などスポーツ教室をはじめ、科学教室や、夢を育てるものづくり塾など筆筈地域ならではの事業が特長です。  
8・9月の予定:8月毎週水曜日 走り方教室、9月1日(日)パドミントン大会、9月15日(日)ポッチャ交流大会など  
ウェブ:http://tansu.s-taishi.com/ 筆筈地域スポーツ・文化協議会

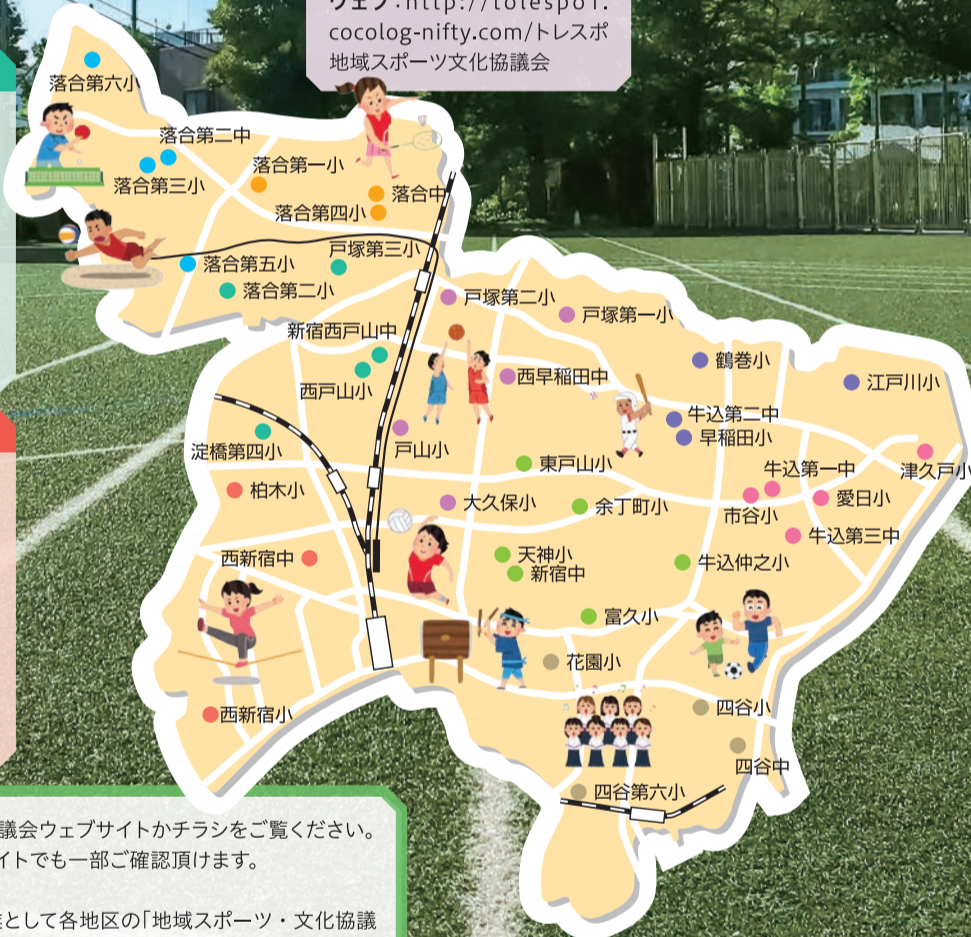
### 新宿西戸山

野球やサッカーが人気の西戸山小、のびのび自由遊びの淀四小、ダンスに英語に種目多彩な戸三小。中学生の読み聞かせなど特色豊かに活動中。落二小では親子理科教室も開始予定!  
8月の予定:毎週卓球・パドミントン・花の世話など(淀四小)  
ウェブ:https://blog.goo.ne.jp/econess02 淀四小スポカル広場

### よどばしKaTクラブ

(柏木・角筈地区)  
PTAとよどばしKaTクラブは、どなたでも気軽に参加できるスポーツ・文化プログラムを実施しています。  
スラックライン・パドミントン・バレーボール・ビーチボールバレー・体操クラブ・囲碁教室・PTA親子スポーツ(西新宿小)、3B体操・ストレッチ教室・卓球(西新宿中)、キッズバレー・ポッチャ・卓球など(柏木小)など。

※その他の日時・会場・種目等の詳細は協議会ウェブサイトかチラシをご覧ください。新宿区スポーツ推進委員協議会ウェブサイトでも一部ご確認頂けます。  
http://www.s-taishi.com/  
※各事業は、新宿未来創造財団の助成事業として各地区の「地域スポーツ・文化協議会」が企画運営しています。学校へのお問い合わせはご遠慮ください。  
☎ 地域交流課 Tel 03-3232-5121



### 若松

各校PTAと新宿チャレスポが運営する協議会です。子どもたちが安心して遊べる・学べる「場所の提供と、地域交流を目的とした事業を実施しています」。  
7・8月の予定:7月23・24日(火・水)夏休みわくわく教室(富久小)、7月26・27日(金・土)図書室開放(余丁町小)、7月27日(土)サイエンス教室・夕涼み映画会(天神小)、富久太鼓披露(8月4日(日)市谷台町、25日(日)富久中町会)  
ウェブ:http://www.challespo.net/ 新宿チャレンジスポーツ文化クラブ  
☎ info@challespo.net

### 四谷

年に1度のお祭り「四谷スポーツ・文化フェスタ」をはじめ、毎月各種プログラムを開催しています。スポーツも気軽に楽しめる種目が満載です。  
8月の予定:31日(土)ミニバス(四谷小)、スポーツ交流会(四六小)、にじのひろまで遊ぼう会(花園小)など  
ウェブ:http://hello.ap.teacup.com/428sports/ 四谷地区スポーツ交流会

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

前川清 & クールファイブ コンサート 2019 Next Stage

9/26 木 14:30開演 18:00開演 2回公演

神野美伽 コンサート 2019

10/15 火 14:00開演 18:00開演 2回公演

福田こうへい コンサートツアー 2019

7/22月発売!

11/21 木 13:30開演 1回公演

新宿文化センター大ホール

料金 SS席¥6,500(税込) / A席¥5,500(税込)

プレイガイド

●新宿文化センター(窓口販売のみ) ☎03-3350-1141  
●チケットぴあ ☎0570-02-9999  
●ローソンチケット ☎0570-084-003  
Pコード 前川清:148-909 / 神野美伽:151-909 / 福田こうへい:155-546  
Lコード 前川清:74052 / 神野美伽:70985 / 福田こうへい:70094  
CN・e+でも取扱!

●お問合せ: ベルワールドミュージック ☎03-3222-7982

カタログ、パンフレット制作やデザインならタクトシステム TACT SYSTEM

30年の実績を紡いだ技術力で

ローコスト | ハイスピード | ハイクオリティ

を実現します!

あらゆるニーズにお応えできます。ご要望など、お気軽にお聞かせください。

企画・制作	プロモーション ネット	プロモーション 店頭	キャンペーン	展示会
<ul style="list-style-type: none"> <li>商品カタログ、ポスター、リーフレット</li> <li>会社案内、採用案内</li> <li>ノベルティ、記念品</li> <li>映像コンテンツ</li> <li>デジタルサイネージ</li> <li>etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Web制作</li> <li>ランディングページ制作</li> <li>SEO施策の実施</li> <li>コンテンツマーケティングの運用</li> <li>Web解析レポート作成〜改善策提案</li> <li>etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>売場展開告知ツールの立案</li> <li>購買時点メディア(POP)販売什器</li> <li>etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各種キャンペーン企画の立案</li> <li>告知ツール等の企画・制作</li> <li>景品提案</li> <li>事務局運営</li> <li>イベントプロモーション(AR)</li> <li>etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>イベントの企画・運営</li> <li>ブースデザイン・設置</li> <li>配布ツール企画・制作</li> <li>スタッフ派遣</li> <li>ディスプレイ、サイン等の企画・制作</li> <li>etc.</li> </ul>

タクトシステム株式会社 〒169-0051 東京都新宿区西早稲田3-27-24  
Tel. 03-3200-0490 (受付時間) 9:00~18:00(平日)

タクトシステム 検索  
お見積りのご依頼やご相談など、お気軽にお問い合わせください。

お知らせ 7月5日発行号にてお知らせした「学校プール開放」落合第二小学校の日程について、地域行事の実施により8月25日(日)が中止となりました。落合第二小学校の実施日は、8月6日(火)~8月11日(日祝)・8月19日(月)~8月24日(土)です。ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

募集

参加者・チーム

# 新宿区民総合体育大会

申 各競技所定の申込書に必要事項を記入のうえ新宿コズミックセンターまたは各大会申込先へ。

受付時間 9:00~19:00 ※休館日の8月13日(火)、9月9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、レスリング、少林寺拳法は申込先が異なります。 ※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)で配付の各競技要項・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。

## ソフトテニス

8/4(日) 予備日8/10(土) 男子：一般・成年・シニアA・シニアB  
7/28(日) 予備日8/3(土) 女子：1部A・1部B・2部・3部

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31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31年4月1日現在満35歳以上の方
男子シニア	平成31年4月1日現在満45歳以上の方

¥ 400円/ペア(別途連盟経費1ペア600円) ※大会当日集金

申 7月20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(Tel・Fax 03-3878-1518 9:00~17:00)にて

主管 新宿区ソフトテニス連盟

## ラグビーフットボール

9/1(日)~令和2年1/26(日)の日曜日

場 秋ヶ瀬公園グラウンド(埼玉県さいたま市桜区道場4-17)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31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 18チーム以内

¥ 2,000円/チーム(別途連盟経費18,000円)

申 8月2日(金)~9日(金)までに、申込書に必要事項を記入の上、新宿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)にて ※先着順

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

## サッカー

9/3(火)~11/24(日)  
平日 18:30~21:30  
※日程により19:00開催有

場 西早稲田中学校 校庭(戸山3-20-2)、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15歳(平成31年4月1日現在)以上の学生を除く男性で構成されたチーム、または新宿区サッカー協会登録チーム 60チーム(先着順)

¥ 1チーム2,000円(別途協会経費3,000円) ※指定の口座へ振込 振込〆切8月5日(月)

申 7月22日(月)~7月31日(水)

代表者会議 8月10日(土)19:15~ 新宿コズミックセンター 3階大会議室 ※出席必須。

主管 新宿区サッカー協会

## バスケットボール

9/8(日)・21(土)・22(日)・28(土)

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31年4月1日現在15歳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

¥ 2,000円/チーム ※代表者会議で集金

申 8月1日(木)~10日(土) ※先着順

代表者会議 8月27日(火)19:30~ 新宿コズミックセンター 3階大会議室 ※出席必須。参加費をご持参ください。

主管 新宿区バスケットボール連盟

## バレーボール

9/8(日) 6人制一般男女  
9/14(土)・15(日)・22(日) 家庭婦人  
10/12(土) 9人制一般男女

場 新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)3階大・小体育室

参加資格 区内在住・在勤の平成31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。

6人制	一般男子20チーム、一般女子20チーム
9人制	一般男子16チーム、一般女子12チーム、家庭婦人62チーム

¥ 2,000円/チーム

申 家庭婦人・一般男女6人制：8月5日(月)~8月16日(金)

一般男女9人制：9月9日(月)~9月20日(金) ※先着順

代表者会議 家庭婦人：9月5日(木) 19:00~ 新宿スポーツセンター 2階大会議室

一般男女6人制：8月29日(木) 19:30~ 新宿コズミックセンター 3階大会議室

一般男女9人制：10月3日(木) 19:30~ 同上

※出席必須

主管 新宿区バレーボール連盟

## ソフトボール

9/15(日)・22(日)・29(日)・10/14(月祝)・27(日)  
11/3(日祝)・17(日)・23(土祝)

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31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

¥ 2,000円/チーム(別途連盟経費8,000円、連盟登録チームは5,000円)

※代表者会議で集金

申 8月5日(月)~8月20日(火) ※先着順

代表者会議 8月24日(土)13:00~新宿コズミックセンター 3階大会議室 ※出席必須

主管 新宿区ソフトボール連盟

## 陸上

9/15(日)  
場 駒沢オリンピック公園陸上競技場  
(世田谷区駒沢公園1-1)

¥ 小学生および個人参加の中学生…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 7月23日(火)~8月23日(金)

主管 新宿区陸上競技協会

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		走幅跳 走高跳 砲丸投	区内在住・在学の小学生
		100m			
②	中学生の部 男女別 ※学年別種目もあり	100m	800m	4×100m リレー	区内在住・在学の中学生 ※学校単位、もしくは個人で申し込み
		1,500m	3,000m		
③	一般の部 男女別 ※5000mのみ40歳以上の部門もあり	100m	400m	4×100m リレー	区内在住・在勤・在学の15歳以上(平成31年4月1日現在)、もしくは新宿区陸上競技協会登録者、新宿レガス陸上クラブ登録者
		1,500m	5,000m		

※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)

## 剣道

9/16(月祝)  
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31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)

¥ 200円/名(別途連盟経費500円) ※大会当日集金

申 8月15日(木)~8月22日(木) 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4F第二武道場へ持参、もしくは〒179-0081 練馬区北町2-33-9-602 新宿区剣道連盟 清水公俊あて郵送またはFax 03-5398-0567にて。

主管 新宿区剣道連盟

## レスリング

9/29(日)  
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・在学または新宿区レスリング協会登録道場所属の小学生以下の児童
一般の部	レスリング サンボ	区内在住・在勤・在学の中学生以上(平成31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 ※中学生のみ中学生同士で試合を組みます

¥ 一般200円/種目、小学生以下無料(別途連盟経費 一般1,000円/種目、小学生以下500円) ※大会当日集金

申 8月2日(金)~9月23日(月祝)必着。申込書を記入し新宿区レスリング協会あてEメール(☒info@mca.jp)、郵送、または持参にて。  
〒169-0073 新宿区百人町2-22-16-214号 MCA内 新宿レスリング大会あて

主管 新宿区レスリング協会

## 少林寺拳法

10/6(日) 9:00~17:00  
場 新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)  
第二武道場

参加資格 区内在住・在勤・在学の平成31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)

¥ 1人200円 ※大会当日集金

申 8月20日(火)までに件名「新宿区大会参加について」と氏名、資格、出場種目、所属名称を記載し少林寺拳法連盟田島あてEメール(☒tajikei-463-kands9d@au.com)にて

主管 新宿区少林寺拳法連盟

## 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174回例会  
早朝の都心で緑陰ウォーク 約7km

ウォーキングアップはラジオ体操

日 8月3日(土)6:30 ラジオ体操  
受付：6:40~7:00(解散9:00頃予定)

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」

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」

対 どなたでも 定員なし

¥ 400円

持ち物・服装 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 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

問 NPO法人新宿区ウォーキング協会

Tel 090-3217-4109

募集

## 初心者フットサル教室(第2期)

ボールの蹴り方、止め方などの基本をていねいに指導します。フットサルが初めての方、女性の参加者も大歓迎です。みんなで一緒に楽しくプレイしましょう。

日 9月6日~11月8日の毎週金曜日(全10回)  
20:00~21:30

場 新宿コズミックセンター 2階大体育室  
講 新宿区サッカー協会フットサル委員会所属チーム

対 区内在住・在勤・在学(高校生以上)の方

定 25名(多数抽選)

¥ 全5,100円 ※欠席時の返金なし

締 8月16日(金)

申 はがき に記載例(4面)のとおり記入し、新宿コズミックセンターへ。WEB

※新宿区在勤・在学の方はその名称と住所をご記入ください。

※当選者のみ、8月23日(金)までに郵送にて返信



## レガスポ! 夏季特別講座

プールプログラム休講期間の代替プログラム実施!

### ① ウォーク&ストレッチ

効果的なストレッチを通して美しい姿勢と正しい歩き方を身につけます!

日 7月23日～8月27日の火曜日 14:15～15:15

※8月13日は休講

講 セルツアー正美(アクアシェイプ講師)

### ② チェアエクササイズ

託児あり

椅子を使ったリズムカルな運動で、足腰への負担が少ないエクササイズ!

日 7月25日～8月29日の木曜日 9:30～10:30

※8月15日は休講

講 岡田由記子(アクアビクス+ウォーキング講師)

### ③ 体幹バランス体操

託児あり

体幹を意識した運動を取り入れることで、身体のバランス力を高めます!

日 7月25日～8月29日の木曜日 10:55～11:55

※8月15日は休講

講 久保田智義(水中ゆっくりウォーキング講師)

場 地下1階多目的広場 対 高校生以上の方 定 各講座40名先着順 料 400円/1回 申 事前申込不要。当日、各講座20分前～5分前に1回窓口で受付。

その他 ②・③は託児サービスあり(事前登録制)。当日の朝8:30～9:00にお電話でお申し込みください。対象:生後6カ月～未就学児 託児料金:1人1回300円

## 募集 10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。仕事帰りなどに、気軽に卓球を始めませんか?

日 10月3日・10日・17日・24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

場 新宿コズミックセンター 2階大体育室

対 区内在住・在勤で全回参加できる方 各クラス12名(多数抽選) ※初めての方優先

料 全2,000円 協力 新宿区卓球連盟

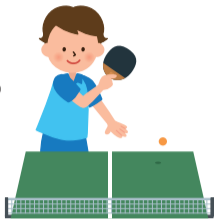
締 9月12日(木)

申 所定の申込書(新宿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9月19日(木)に新宿コズミックセンター窓口で当選者番号を掲示しますので、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間に新宿コズミックセンターへ。

※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および教室時間中、保護者(20歳以上)の付き添いが必要です。



## 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&ポッチャ交流クラブ(初級)

障がいのあるなしに関わらず、「フットサル」「卓球」「ポッチャ」を楽しんでみませんか? 先生がいる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・ポッチャ経験者のご参加もお待ちしております。

日 (フットサル・卓球)7月25日、9月26日、10月24日、11月28日、12月26日

令和2年1月23日、2月27日、3月26日の毎月第4木曜日(8月を除く)

①17:00～18:30 ②19:00～20:30 各日とも、①②どちらかの参加も可能です。

(ポッチャ・卓球)8月24日(初回)、9月14日、10月26日、11月9日、令和2年1月11日、3月28日(土曜日)

9:30～11:30

場 新宿コズミックセンター 2階大体育室

講 新宿区スポーツ推進委員ほか

対 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、おひとりですべて軽い運動ができる方

※各種目ともに、介助が必要な方は要介助者同伴

定 フットサル15名、卓球15名、ポッチャ25名程度

料 100円(介助者の方は無料)新宿コズミックセンター1階券売機でチケットをお買い求めください。

申 事前登録制。新宿コズミックセンターなどで配布しているチラシ兼登録用紙を郵送もしくは窓口持参で新宿コズミックセンターへ。



## シニアの社交ダンス初心者教室

ワルツ、ルンバの2種目の基本ステップを楽しく学べます。

日 10月2日～12月25日の毎週水曜日

※12月11日を除く 全12回

15:40～16:40

場 新宿コズミックセンター

2階多目的室

対 50歳以上の方

定 30名(多数抽選)

料 全5,000円

主催 新宿区ダンススポーツ連盟



## 子どもリズムうんどう!

サルサ、ジャイブ、チャチャチャを楽しく踊る!

日 10月2日～12月25日の毎週水曜日

※12月11日を除く 全12回

17:00～18:00

場 新宿コズミックセンター

2階多目的室

対 小学生程度の方

定 30名(多数抽選)

料 全4,500円

主催 新宿区ダンススポーツ連盟

## 社交ダンス中級講座

ダンス検定(技術認定会)挑戦を目指しましょう!タンゴ・サンバを学びます。

日 10月3日～12月26日の毎週木曜日

※12月12日を除く 全12回

18:30～20:30

場 新宿コズミックセンター

地下1階小体育室

対 区内在住、在勤の方

定 50名(多数抽選)

料 全8,000円

主催 新宿区ダンススポーツ連盟

## ジュニア育成地域推進事業

### レッツダンス! キッズラボ

ABCの歌を歌いながら、体を動かしてリズムをとって、アクションをしながら英語を覚えましょう。3歳から8歳の時期に基礎体力、能力を積極的にのばし、子どもたちが未来に向かって羽ばたいていけるようにサポートします。

日 10月13日・27日、11月3日・17日、12月15日・22日

いずれも日曜日 全6回 10:00～11:00

場 新宿コズミックセンター(2階多目的室、地下1階多目的広場)および大久保スポーツプラザ(3階多目的ホール)

対 3～8歳の方 定 30名(多数抽選)

料 全3,000円(大人の同伴者1名は無料)

主催 東京都、(公財)東京都体育協会、(一社)新宿区体育協会

講 (公社)日本ダンススポーツ連盟特定指導員 後援 (公社)日本ダンススポーツ連盟・東京都ダンススポーツ連盟 申 8月20日(火)必着。「往復はがき」に記載例(4面)のとおり記入し、新宿区ダンススポーツ連盟へ。 料 スポーツ安全保険への加入をおすすめします。 問 新宿区ダンススポーツ連盟 Tel 03-5348-2951 〒169-0075 新宿区高田馬場4-35-13 カルムB-101

## Jリーグ公式戦に無料招待&優待観戦!!

### 東京ヴェルディホームタウンデー 2019明治安田生命J2リーグ 第28節 東京ヴェルディ VS モンテディオ山形

日 8月18日(日)19:00キックオフ

場 味の素スタジアム(調布市西町376-3)

対 区内在住・在勤・在学の方

料 小～高校生とシルバー(65歳以上)の方は無料

その他の方は1,000円(優待価格)

定 競技場収容人数に達した時点で受付を終了します

席種 ホーム自由席

連携協力 東京ヴェルディ(株)

締 8月17日(土)

申 下記URL、またはQRコードから申し込み。

【URL】<https://www.verdy.co.jp/match/info/2019081804/event>

申し込み完了時に発券されるQRチケットを当日ご持参ください。

※当日試合会場にてチケットの引き換えは行っておりませんので、ご了承ください。

※代表者1名につき、代表者を含め4名まで引き換え可。

※車いすの方で、車でご来場の方は必ず試合の前々日までに下記の東京ヴェルディ問い合わせまでご連絡ください。(座席や駐車スペースには限りあり)

※安全上、中学生以下の方は必ず保護者が同伴してください。

問 スポーツ・マラソン課 Tel 03-3232-7701 東京ヴェルディ(株) Tel 03-3512-1969



©TOKYO VERDY



## 新宿 Shinjuku City Half Marathon 第18回 新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン 2020年1月26日(日) 同時開催 第5回日本IDハーフマラソン選手権大会 8月下旬エントリー開始予定

全国各地から約1万人の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。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。

詳しくは 8/15(木) 大会ウェブサイトおよび 本紙8/20号にてお知らせします。

問 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)  
<https://www.shinjukucity-halfmarathon.jp/> Tel 03-3232-7701(平日9:00～17:00)

## 広告スペース

### レガスポパーク

お問い合わせは直接ご連絡先まで>>>>

未婚の子供さんを持つ親御様の無料相談会  
経験豊富な仲人が橋渡し。7月30日文京区民センター要予約 ☎5962-7704 片山

合気道スクール ワセダクラブ会員募集!  
シニアクラス 毎週火曜10時半～12時  
中学生～社会人クラス毎週木曜19～21時  
早稲田大学17号館地下1階 ☎03-3301-5930

## お知らせ 新宿コズミックセンター夏期プール利用時間のお知らせ

7月20日～8月31日は、混雑緩和のため、全コース、個人開放および2時間制となります。9月の予定については、下表をご確認ください。

利用時間 9:00～21:45(8月は毎日朝8時から!)

	2時間までの利用となる日	全コース個人開放となる日
7月		全日
8月		
9月	土日祝日	土日祝日(23日まで)

料 大人400円 中学生以下100円(超過料金:1時間毎に大人200円 中学生以下50円)  
障がい者の方は手帳のご提示で割引となります。

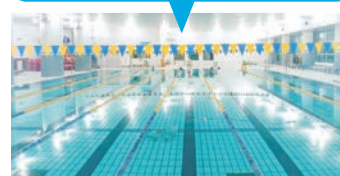
①身体障害者手帳 ②愛の手帳 ③精神障害者保健福祉手帳

大人200円 中学生以下50円

(超過料金:1時間毎に大人100円 中学生以下20円)

※上記に加え、イベントや事業などでの貸切によりご利用いただけないコースや日程がございます。くわしくは毎月25日発行のプール予定表をご覧ください。(ウェブサイトからも閲覧可。)

## 8月は朝8時から泳ごう!



# お知らせ

## 子ども未来講座 レガサイエンスクラブ vol.3

### アクアボトルづくり～水辺の生物や環境について考えてみよう～

生き物が育つ水質や生物の特徴について学んだあと、実際に容器の中に生物を入れて水草を植え付けてオリジナルの「アクアボトル」を製作します。つくった後は持ち帰って飼育することができます。

日 9月7日(土) 場 新宿コズミックセンター 3階大会議室

コース	時間	対象
A	10:00～12:00	30名(小学1、2年生)
B	13:30～15:30	30名(小学3～6年生)

※Aコースは要保護者同伴

講 協力 KOKOPELLI+(ココペリプラス)

定 各コース30名(多数抽選) ※最少催行人数5名。5名未満の場合は中止となりますのでご了承ください。

¥ 1,600円(材料費含)

締 8月19日(月)

申 往復はがき に記載例(下段)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。 WEB

問 子ども支援課 Tel 03-3232-5122



## めざせ! 新宿子ども将棋王!

### 第8回新宿区小学生将棋大会

日頃の成果を発揮する場とすることで、継続する意欲を高め、さらなる知力・思考力の向上をめざします。また初心者へは将棋への興味・関心を育む機会を提供します。

日 9月1日(日)10:00～16:00(9:30受付開始) ※昼食は各自でご用意ください。

場 新宿コズミックセンター 5階大・中研修室

対 【高学年の部】小学4年生～6年生(多数抽選)  
【低学年の部】小学1年生～3年生(多数抽選)

定 各部とも36名 ※区内在住・在学者優先

¥ 600円 協力(公社)日本将棋連盟

締 8月15日(木)

申 往復はがき に記載例(下段)のほか、学年・学校名・参加部門を記入し、新宿コズミックセンターへ。 WEB

問 子ども支援課 Tel 03-3232-5122



## 小学生スポーツ I・II 追加募集

### 体を楽しく動かして

### 「体育大好き!」って言えるようになろう

かけっこやび箱、ダンスなど総合的な体育遊びを通して体力や運動能力の向上を目指します。また、月に1度管理栄養士の先生による食事指導や食育講座も実施します。 ※5月から開始している講座への途中加入となります。

日 9月11日～令和2年2月12日 水曜日 全18回

I:小学1～2年生 16:00～17:00、II:小学3～6年生 17:15～18:15

場 新宿コズミックセンター 講 (株)WIN AGENT、清藤規子、伊藤紀子

対 I・IIコースとも区内在住・在学優先 定 各コース若干名(多数抽選) ¥ 各コース9,100円

締 8月13日(火)必着

申 往復はがき に記載例(下段)のほか、希望コース・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。 WEB

問 子ども支援課 Tel 03-3232-5122

運動は苦手!だけど  
体をおもいっきり  
動かしたい!



## 絵と書がつながる交流の輪 ～作品募集～

### 友好都市児童・生徒作品交流展

### 自由な発想で、夏休みの思い出や日本の文化を表現してみませんか

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・中国)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 新宿区に在住・在学の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ご遠慮ください。) 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、立体物をご遠慮ください。 共催 新宿区 締 10月31日(木) 申 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するので、出品希望の方は下記問い合わせ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。 作品展日程・会場 令和2年1月10日(金)～13日(月祝)、新宿駅西口広場イベントコーナー(予定)ほか 問 地域交流課 Tel 03-3232-5121



## 子ども向け パイプオルガンはヒミツ基地!

「どうしてたくさんパイプやボタンがあるの?」「いろいろな種類の音が出るって本当?」など、パイプオルガンのひみつを楽しみ、わかりやすく解説します。パイプオルガン奏者によるミニコンサートもあります。

日 8月24日(土)13:00～15:00終了予定(受付12:30～)

※進行状況により、終了時間が前後する場合があります。

場 新宿文化センター 大ホール

演奏・解説 高橋博子(新宿文化センター専属オルガニスト)  
野田美香(オルガニスト)

対 区内在住・在学の小中学生 50名(多数抽選) ※小学3年生までは要保護者同伴

締 8月5日(月)

申 往復はがき に、記載例(下段)のほか、学年、同伴保護者名を記入し、新宿文化センターへ(区外在住の方は学校名もご記入ください)。 WEB 問 新宿文化センター Tel 03-3350-1141

パイプオルガンの世界を  
体験してみませんか!  
(すてきなミニコンサート付き)



## 落語 in 和室

大久保スポーツプラザ (大久保3-7-42)

### 特別寄席「宵の夏寄席」

故・立川談志師匠が生前直々に昇進を認めた最後の真打、立川談修(立川流所属 故・立川談志門下)が皆さんの心を躍らせる噺を披露いたします。

日 8月17日(土)19:00開演(18:30開場)

場 大久保スポーツプラザ 3階和室 ※全いす席

¥ 800円 ※「落語 in 和室」通常公演の回数券を利用される場合は、回数券を2枚お使いください。

申 当日直接ご来場ください。※公演中、他のお客様のご迷惑となる行為はご遠慮ください。

※満席時はお断りする場合がございます。お時間に余裕をもってお越しください。

問 スポーツ・マラソン課 Tel 03-3232-7701



## 選手&ボランティア募集! 第18回ピポ・ユニバーサル駅伝

当日、小中学生・65歳以上・障がい者・フリースタイル・ボランティアの混成でチームを編成、タスキをつなぎます。速さを競うのではなく、主催者が用意した予想タイムに一番近いチームが優勝です(賞品有)。駅伝の後は交流会(昼食付)で楽しみましょう。

日 9月22日(日) 9:00受付(11:00駅伝スタート)

場 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: 新宿区立四谷第六小学校(大京町30)

¥ 一般1,000円 小中学生500円

締 9月6日(金)

申 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①選手(小中学生/車いすユーザー/障がいのある方/フリースタイル)②伴走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。

主催 NPO法人コミュニケーション・スクエア21

共催 東京セイシンライオンズクラブ、(公財)新宿未来創造財団

問 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 新宿区若葉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

どうぞ、ありがとうの  
心地よさをユニバーサル社会を目指そう  
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!



どうぞ Pipo ありがとう

## 文豪とアルケミスト×新宿区

夏目漱石や新宿にゆかりのある文化人が数多く登場するゲーム『文豪とアルケミスト』とのタイアップ企画、「文豪とアルケミスト×新宿区」を漱石山房記念館・新宿歴史博物館にて開催します。

タイアップ企画の主な内容 ●描き下ろしイラストの展示(漱石山房記念館のみ): 今回のタイアップのために描き下ろされたイラストを展示します。●解説パネル、等身大パネルの展示: 新宿区とゆかりのある「文豪とアルケミスト」のキャラクターの中から、等身大パネルや新宿区との関わりを記した解説パネルを展示します。●オリジナルグッズを先着でプレゼント: ①施設を巡りスタンプを集めた方に、クリアファイルをプレゼント。②台紙(開催場所で配布)と一体となっているアンケート用紙に記入し、提出いただいた方に、缶バッジをプレゼント。

実施期間 7月30日(火)～9月8日(日)

開催場所 漱石山房記念館、新宿歴史博物館

休館日 漱石山房記念館: 8月5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)、9月2日(月)

新宿歴史博物館: 8月13日(火)・26日(月)

問 新宿区役所文化観光課 文化資源係(第一分庁舎6階)

Tel 03-5273-4126 Fax 03-3209-1500へ。



©DMM GAMES

## 申込方法

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。
- 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、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。

### 郵送

はがき 往復はがき

### 記載例

- ①申し込み講座名・公演名
- 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)

①お申し込みいただく講座によって、はがき(62円)の場合と、往復はがき(124円)の場合があります。

### インターネット

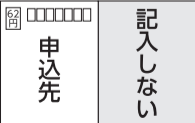
WEBのマークのついた講座が対象です <https://www.regasu-shinjuku.or.jp/>

### あて先

- 〒169-0072 新宿区大久保3-1-2 新宿コズミックセンター (地域交流課、子ども支援課、施設課、スポーツ・マラソン課)
- 〒160-0008 新宿区四谷三栄町12-16 新宿歴史博物館
- 〒162-0043 新宿区早稲田南町7 漱石山房記念館
- 〒160-0022 新宿区新宿6-14-1 新宿文化センター

往復はがきの場合

往信(表) 返信(裏)



返信(表) 往信(裏)

