



発行 公益財団法人新宿未来創造財団 令和6年4月20日 第318号 次号は5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

☎ 03-3232-7701 (代表) ☎ 03-3209-1833 ※ 聴覚に障がいがある方で「FAX番号のない記事」へのお問い合わせは、こちらのFAX番号をご利用ください。

WEB マークがついているイベントは、QRコードからお申し込み可能です！



# 7/27 土

## 17:00開演

(16:30開場)

四谷区民ホール (内藤町87)

今年の会場は  
四谷区民ホール  
だよ～!!

# 沖縄音楽 フェスティバル

今年は四谷区民ホールで開催しま～す！

古謝美佐子をはじめ沖縄出身の実力派ミュージシャンが集う一期一会のフェスティバル！  
同日開催の新宿エイサーまつりとともに真夏の新宿を琉球の響きで盛り上げます♪



古謝美佐子



新良幸人



よなは徹



石垣優 (ex.やなわらばー)

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。

### 駅近のリラックススポット

## ヘレン・ケラー治療院

鍼灸・あん摩マッサージ指圧

お問い合わせ **03-3200-0585**

東京都新宿区大久保3-14-20

優待券  
広告み方で 初回の方限定  
**¥1,000**  
Special Coupon  
あん摩マッサージ指圧60分コース  
1000円にて施術させていただきます

ホームページも  
ご覧ください →



出演 古謝美佐子・新良幸人・よなは徹・石垣優 (ex.やなわらばー)

構成・演出 佐原一哉

曲 「童神」[安里屋ユンタ]ほか (予定)

¥ 全席指定 4,500円 ※未就学児入場不可 共催 新宿区

後援 新宿エイサーまつり大会委員会

(一財)沖縄観光コンベンションビューロー

問 新宿文化センター仮事務所 (文化振興・学習課)

☎ 03-3350-1141 (平日9:00～17:00)

友 web 窓 e+ ※窓口販売は事前に電話にて  
仮事務所にお問い合わせください

発売日


申込方法	友の会 先行販売	4月22日(月)	10:00～ 電話・Web 13:00～ 窓口
	Web販売	4月25日(木)	10:00～
	一般販売	4月30日(火)	10:00～ 電話 13:00～ 窓口
	プレイガイド	5月1日(水)	10:00～ イープラス

チケット購入方法 (4面) 参照



SPORTS  
スポーツ

【初級卓球教室(6月)】初心者や初級者向けの卓球教室です

日 6月6日・13日・20日・27日のいずれも木曜日 全4回 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・在学の高校生以上で全回出席できる方  
 定 12名(多数抽選。本教室が初めての方優先) ¥2,100円 ※事前振込制  
 申 **はがき** に **記載例** (下段)のとおり記入し、新宿コズミックセンターへ。  
 新宿コズミックセンター窓口での申し込みも可。  **WEB**  
※当選者にはのみ参加案内を締切後約1週間程度で郵送  
 締 5月17日(金) **協力** 新宿区卓球連盟  
 持 持物 運動できる服装・ラケット・室内履き  
 問 スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701



【区民初心者ゲートボール教室】

だれでも楽しめる「ゲートボール」。簡単なルールを覚えればすぐにゲームに参加できます。スティック1本で楽しめます。皆さん！ゲートボールを楽しみましょう！

日 ①5月1日(水)・3日(金祝)・6日(月休)・8日(水)・10日(金)・13日(月)・15日(水)・17日(金) 9:30~12:00  
 ②5月5日(日祝)・12日(日)・19日(日) 10:00~12:00  
 場 ①戸山公園(箱根山)いきいき広場(戸山3-2)  
 ②清水川橋公園(下落合1-1)および、よつや運動広場(四谷1-1)  
 対 区内在住・在勤・在学の方 定 各回5名(先着順) ¥200円/回  
 申 下記問い合わせ先に電話でお申し込みください。  
 締 各開催日の3日前まで **主催** 新宿区ゲートボール協会  
 問 新宿区ゲートボール協会 杉山 ☎090-3804-8231



レガス健康ウォーキング

**1** レガス健康ウォーキング  
「神田川を歩く」  
(第1回/全3回) 約8km

日 5月15日(水) 受付:8:40~9:00  
 場 **集合** 井の頭恩賜公園 野外ステージ前  
 (武蔵野市御殿山1-18-31)  
 最寄駅:JR線・京王線の頭線「吉祥寺駅」  
**解散** 玉川上水第三公園(杉並区下高井戸2-1-1) 12:00頃予定  
 最寄駅:京王線「下高井戸駅」  
**コース** 井の頭恩賜公園(スタート) → 三鷹台 → 宮下橋公園 → 富士見ヶ丘 → 高井戸 → 塚山公園 → 玉川上水第三公園(ゴール)  
 ¥ 会員:200円、一般:400円  
**協力** NPO法人新宿区ウォーキング協会  
 問 スポーツ推進第一課  
 ☎03-3232-7701  
 当日 NPO法人新宿区ウォーキング協会  
 ☎090-3217-4109

**2** NPO法人新宿区ウォーキング協会第231回例会  
「不忍通りを行く  
~目白台から不忍池まで~」 約10km

日 5月7日(火) 受付:8:40~9:00  
 場 **集合** 雑司が谷みみずく公園(豊島区雑司が谷3-15-20)  
 最寄駅:東京メトロ副都心線「雑司が谷駅」、  
 都電荒川線「鬼子母神前停留場」  
**解散** 上野恩賜公園野外ステージ前(台東区上野公園2-1) 12:30頃予定  
 最寄駅:JR線「御徒町駅」「上野駅」、  
 東京メトロ千代田線「湯島駅」、銀座線「上野広小路駅」  
**コース** 雑司が谷みみずく公園(スタート) → 目白通り → 目白台二丁目 → 護国寺 → 千石一丁目 → 文京グリーンコート → 道灌山下 → 団子坂下 → 根津神社 → 不忍池 → 野外ステージ前(ゴール)  
 ¥ 会員:無料、一般:400円  
**主催** NPO法人新宿区ウォーキング協会  
 当日 NPO法人新宿区ウォーキング協会 ☎090-3217-4109

**3** いきいきウォーク新宿  
「自然豊かで芸術の香りが  
漂う落合を訪ねる」 約5km

日 5月24日(金) 受付:9:15~9:30 **無料 FREE**  
 場 **集合** 落合第一地域センター  
 (下落合4-6-7)  
 最寄駅:西武新宿線「下落合駅」  
**解散** せせらぎの里公園(上落合1-1) 12:30頃予定  
 最寄駅:西武新宿線「下落合駅」  
**コース** 落合第一地域センター(スタート) → 薬王院 → おとめ山公園 → 中村舜アトリエ記念館 → 佐伯祐三アトリエ記念館 → せせらぎの里公園(ゴール)  
**主催** 新宿区健康部健康づくり課  
**協力** NPO法人新宿区ウォーキング協会  
**申** 新宿区健康部健康づくり課健康づくり推進係  
 ☎03-5273-3494 ☎03-5273-3930  
 当日 NPO法人新宿区ウォーキング協会  
 ☎090-3217-4109

対 どなたでも 定 ①②なし ③30名(先着) 申 ①②不要、当日受付時間までに直接集合場所へ。(雨天決行) ③5月7日(火)~5月23日(木)の間に、電話またはFAXにて、氏名・住所・年齢・電話番号のほか、「いきいきウォーク新宿」に参加の旨お伝えください。 **服装・持物** 歩きやすい服装(スカート不可)・運動靴(普段から履きなれた靴)。飲み物・帽子・雨具(レインコート等)は各自でご用意ください。※事前の体調管理に十分に注意してご参加ください。

いつでも  
レガスポ!ピックアップ

in  
新宿コズミックセンター

1回から気軽に受けられるスポーツプログラムが全39講座!自分のペースで無理なく続けられます。今回はその中からオススメ講座をご紹介します!



**WEB**  
その他のプログラム  
申し込み方法は  
コチラ

朝ヨガ 朝から身体を動かして、1日を有効活用!

朝ヨガで深呼吸したり体を動かしたりして血行を促進させ、日中の集中力アップ、やる気の向上など一日のパフォーマンスを高めましょう。  
 曜日 毎週火曜日 時間 9:30~10:30(受付:9:10~9:25)  
 場 地下1階 多目的広場 **講** ワカバ **持物** マットまたはバスタオル



姿勢をととのえる  
アクティブヨガ

日常動作のくせを見直し筋力アップへ。見た目も気分もさわやかな《美姿勢》をめざしましょう。  
 曜日 毎週水曜日 時間 19:15~20:15(受付:18:55~19:10)  
 場 地下1階 多目的広場 **講** 今田智子 **持物** マットまたはバスタオル

お仕事帰りに  
運動習慣を!



対 高校生以上 ¥500円/回(お得な回数券もあります!) 申 インターネットからの事前予約制。各プログラム開催1週間前の正午~前日までに、上記QRコードまたは「レガスポ!」ウェブサイトからお申し込みください。\*インターネットを使用しない参加方法について いつでもレガスポ!は原則としてインターネットによる事前申込制ですが、当日先着順でも受付可能です。詳しくはお問い合わせください。 問 スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701

レガスポ!  
講師登録についてのご案内

スポーツインストラクターとして活動したい方は、スポーツプログラム「レガスポ!」の講師登録を行うことができます。登録後は必要に応じて、新規講座の講師依頼や代行(現行講座を1回だけ代理で行うこと)の講師依頼など、担当者より連絡をいたします。まずはお気軽にレガスポ!担当へお問い合わせください。\*講師登録は講座の実施を約束するものではありません。あらかじめご承知おきください 問 スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701

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  
**楠の木ピアノ教室 シニアクラス募集**  
 シニア向けアプローチで基礎からしっかり身につけ無理なく上達できます!  
 小滝橋バス停から3分 ☎080-4192-6945 森  
**ダーツと一緒に!どなたでも☎03-3200-6183**  
 新宿障害者福祉センターで、毎週金曜13時~  
 会費500円 入会金2000円 ターゲット久保木

Oh!レガス新宿ニュースに  
広告を掲載しませんか?

掲載面 サイズ (縦76mm×横48mm)  
**枠** 1枠料金(税込) 1枠 30,800円~  
**文字** 行数 料金(税込) 3行より 4,840円~  
 Oh!レガス新宿ニュース概要・広告のお申し込みはコチラ

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。●振込等にかかる手数料は、ご負担ください。●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に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** 往復はがき 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  
 ⑥名称と所在地(新宿区内在住・在学の場合)  
 ⑦会員番号(新宿歴史博物館メンバーズ倶楽部会員のみのみ)  
 ⑧学校名・学年・保護者氏名(子ども対象のイベントのみ)

**あて先**  
 新宿コズミックセンター (地域・友好都市交流課、子ども支援課、施設管理課、スポーツ推進第一課) 〒169-0072 新宿区大久保3-1-2  
 新宿歴史博物館 〒160-0008 新宿区四谷三栄町12-16  
 漱石山房記念館 〒162-0043 新宿区早稲田南町7  
 新宿文化センター-仮事務所 (文化振興・学習課) 〒160-0022 新宿区新宿5-18-14新宿北西ビル2F

! 講座によって **はがき** (63円) の場合と、**往復はがき** (126円) の場合があります。

**往復はがきの記入例**

往信(表)	返信(裏)	返信(表)	往信(裏)
〇〇〇〇〇〇	記入しない	〇〇〇〇〇〇	記入例など
申込先		お客様のご住所お名前	

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/>



CULTURE・CHILDREN

# 多文化・子ども

## レガスサイエンス教室 東大生と学ぶ! 電気のヒミツ

きみも今日から科学者だ! 東京大学のお兄さんお姉さんと一緒に楽しい実験で磁石・電気のヒミツを探ろう。

日 6月16日(日) 場 新宿コズミックセンター 3階大会議室

講 東大CAST 対 小学生・中学生

定 各30名(多数抽選。区内在住、在学の方優先)

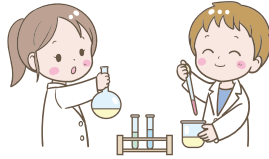
料 1,000円(材料費込)

申 右記QRコードよりお申し込みください。

郵送の場合は、往復はがきに記載例(2面)のほか、希望コースを記入し、新宿コズミックセンターへ。

※1通につき1名のみ。

締 5月20日(月)



WEB

申し込みは  
コチラ



Aコース(高学年~中学生向け)	10:00~11:30	レモンを使った電池の実験や紙コップのスピーカーづくりなど。
Bコース(低学年向け)	14:00~15:30	砂鉄を使って磁石にくっつく特別なスライムづくりなど。

問 子ども支援課 ☎03-3232-5122

## 第46回わんぱく相撲 新宿区大会

無料 FREE

相撲を通じ、「挑戦する勇氣」「礼節」「相手への思いやり」を学べる機会として全国に普及しているわんぱく相撲。新宿に住む未来の希望、あつまれ!

日 5月19日(日) 受付開始9:30~ 場 新宿コズミックセンター 2階大体育室 ほか

対 区内在住・在学の小学生 定 1,000名

申 専用フォームからお申し込みください。申込URL:https://x.gd/nqKgl

※保護者同伴の場合のみ、大会当日の申し込みも可

※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へ持参可

※申込書は4月中旬に新宿区立小学校で配布のほか、新宿コズミックセンターにも設置

締 5月10日(金)

共催 わんぱく相撲新宿区大会実行委員会、(公財)新宿未来創造財団

協力 (公社)東京青年会議所新宿区委員会

問 わんぱく相撲新宿区大会実行委員会

☐ wanpaku.shinjukuku@gmail.com



THE WANPAKU



申し込みは  
コチラ  
※外部サイトに  
つながります

## こどもクラブ新宿 ボランティア養成講座

無料 FREE

外国につながりをもつ子どもたちへの

教科学習支援や必要な日本語学習支援。

仕事・学校帰りに週1回からボランティア活動ができます。

場 新宿区立教育センター(大久保3-1-2) 5階中研修室

対 ●子どもへの学習支援をする意欲がある方 ●原則として全回出席できる方

●講座修了後、ボランティアとして活動できる方

定 20名(多数抽選) 申 右記QRコードよりお申し込みください。 締 4月30日(火)

問 地域・友好都市交流課 ☎03-3232-5121

日にち	時間	内容
5月11日(土)	15:00~17:00	講義①
5月18日(土)		講義②
5月25日(土)	17:30~20:30	実習①
6月1日(土)		実習②
6月8日(土)	15:00~17:00	講義③

※実習①②は中学生クラス(宿題・試験対策)  
※小学生クラスを希望する場合は、別途5月28日(火)~6月6日(木)の期間(火曜日または木曜日17:30~19:00)に2回の実習を行います。(中学生クラスの実習は免除)

WEB

申し込みは  
コチラ



## 子ども支援員養成講座

無料 FREE

外国につながりをもつ子どもたちへの

日本語による教科学習支援。

放課後に新宿区立小・中学校で活動します。

日 6月11日(火)~7月23日(火)(全12回)

13:00~15:00 詳細は下記参照

場 新宿コズミックセンター 3階大会議室 講 (公社)国際日本語普及協会 ほか

対 ●子どもへの学習支援をする意欲がある方 ●原則として全回出席できる方

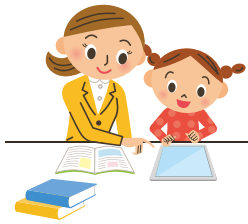
●講座修了後、支援員(放課後の日本語・教科支援)として活動できる方

定 20名(多数抽選) 申 右記QRコードよりお申し込みください。

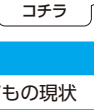
締 5月21日(火) 問 地域・友好都市交流課 ☎03-3232-5121

回	日付	講座テーマ
1	6月11日(火)	放課後日本語学習支援とは/外国につながりを持つ子どもの現状
2	6月14日(金)	外国につながりを持つ子どもへの接し方
3	6月21日(金)	外国につながりを持つ子どもの言語習得
4	6月25日(火)	日本語の構造
5	6月28日(金)	初期指導について(指導の流れ、方法)
6	7月2日(火)	日本の学校文化・学校生活/現在の新宿区の学校生活について
7	7月5日(金)	小学生を教える
8	7月9日(火)	支援の流れを考える/模擬授業(小学生)
9	7月12日(金)	中学生を教える
10	7月16日(火)	支援の流れを考える/模擬授業(中学生)
11	7月19日(金)	放課後日本語学習支援に向けて/支援員から見た放課後日本語学習支援の現状・体験談
12	7月23日(火)	夏休み子ども日本語クラスに向けて

※このほか、7月29日(月)~8月6日(火)の平日に実習を予定



申し込みは  
コチラ



## お知らせ

### レガスガーデニングクラブ ボランティア随時募集中!!



都心の真ん中で、季節の彩りを一緒に楽しく育ててみませんか? 初心者からベテランまで、和気あいあいと楽しく活動しています。ガーデニングの知識を身につけることができます!

日 ①毎月第二水曜日10:00~12:00(予定) ②毎月第三木曜日10:00~12:00(予定)

※①の活動日には毎回ミニ講習会も開催しています

※②の活動日には年4回(4月、10月、12月、2月)ミニ講習会を開催します。

場 ①新宿コズミックセンター ②大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)

※ご希望により、どちらかをお選び頂けます(両方の参加も大歓迎) ※各会場水やり当番があります

申 あらかじめ電話連絡の上、新宿コズミックセンター1階窓口にてお申し込みください。

問 施設管理課 ☎03-3232-7701

## 令和6年度都立新宿山吹高等学校 体育施設の利用登録

学校活動時間外に、体育施設をスポーツの場として利用できます。

場 都立新宿山吹高等学校(山吹町81) プール、ルーフグラウンド、大・小体育室

対 区内在住・在勤の方

登録方法(受付:新宿コズミックセンター1階窓口)

### 屋内プール

対 個人利用 料 利用登録料として一般2,000円、中学生以下500円

登録時必要なもの...

● 利用登録料

● 本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)

● 加入している損害保険会社がかかるもの(プール事故対応の保険であること)

※登録申し込み時に「スポーツ安全保険」に加入申込みできます

(一般1,850円(65歳以上1,200円)中学生以下800円)

### 大・小体育室、ルーフグラウンド(テニスコート)

対 団体利用(10名以上)

登録後、利用抽選会(会場:都立新宿山吹高等学校)にご参加いただけます。

※ 使用電気代を負担いただけます。

登録時必要なもの...

● 団体責任者の本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)

● 新宿区内在住の方にはそれを証明できるもの(在勤証明書など)

● 団体責任者の印鑑および団体構成員の名簿

● 団体に加入している損害保険加入控の写し

問 施設管理課 ☎03-3232-7701



## 江戸川河川敷グラウンド 抽選会のお知らせ(7~9月分)

江戸川河川敷グラウンド(埼玉県三郷市市助地先)

7~9月分の抽選会を行います。

日 5月22日(水) 11:00抽選開始(10:30開場)

場 新宿コズミックセンター 3階大会議室

対 18歳以上を代表者とする新宿区在住または

在勤の方で構成する10名以上の団体

問 施設管理課 ☎03-3232-7701

団体の登録方法など  
詳細は右記QRコードを  
ご覧ください。



## 新宿コズミックセンター5月休館日のお知らせ

館内設備点検および修繕のため、下記の期間は休館します。

5月13日(月)~15日(水)(1階事務所の営業は9:00~16:30)

※プールのみ17日(金)まで休場

問 施設管理課 ☎03-3232-7701

## 広報紙

### 『Oh!レガス新宿ニュース』をご自宅へお届け! 無料 FREE

ご自宅のポストに広報紙をお届けする個別配送サービスを行っています。

『Oh!レガス新宿ニュース』で、レガスのイベントをもれなくチェックしてください!

・令和6年4月より、年度更新手続きは不要になりました。配送を中止したい場合のみ、ご連絡ください。

※『Oh!レガス新宿ニュース』は新聞折込み配達もしています

定 先着順(定員に達し次第受け付け終了)

申 右記QRコードまたは新宿コズミックセンター窓口で申し込み。

問 企画経営課 ☎03-3232-7701 問 区内在住の方

注意事項・  
申し込みは  
コチラ



## 掲載内容に関する訂正とお詫び

『Oh!レガス新宿ニュース3月5日号』の掲載内容に誤りがありました。

次のとおり訂正し、お詫びいたします。

2面: 林芙美子記念館 展示替え「戦後の林芙美子 執筆再開」

訂正前: 【日】展示中~4月30日(火)

訂正後: 【日】展示中~4月29日(月祝)

問 新宿歴史博物館 ☎03-3359-2131 ☎03-3359-5036



PERFORMANCE

# 公演情報

問い合わせ

新宿文化センター仮事務所(文化振興・学習課)(新宿5-18-14新宿北西ビル2F)  
☎03-3350-1141 ☎03-3350-4839 平日9:00~17:00(土日祝日を除く)  
<https://www.regasu-shinjuku.or.jp/bunka-center/>

新宿文化センターは長期休館中です

公演はあちこちで開催中♪

## レガス出張落語会

5/18  
13:30開演  
聖徳記念絵画館

### 談修と夢丸

チケット  
販売中

会場は  
あの名建築!!

やっぱり古典落語はおもしろい!  
本寸法を極める立川談修。伝統に遊び心を吹き込む三笑亭夢丸。  
2人の実力派真打が魅せる素晴らしい古典落語の世界。ほのぼのトークも必見♪

日 5月18日(土) 13:30開演(13:00開場)  
場 聖徳記念絵画館(霞ヶ丘町1-1)  
出 立川談修、三笑亭夢丸(オープニングトークあり)  
料 全席自由 2,000円(入場整理番号付き)  
※未就学児入場不可



立川談修 三笑亭夢丸

協力 立川談修  
web 窓 チケット購入方法 参照  
※窓口販売については電話にて要問い合わせ

7/14  
16:00開演  
牛込早稲区民ホール

### 愛逢月の夜に想いを馳せるロマンティック・オペレッタ・ガラ 新宿オペレッタ劇場31

チケット  
販売中

7月の異称は「愛逢月(めであいづき)」逢瀬にふさわしいキリッとゼクトを楽しむもよし  
その傍らにはオペレッタの調べ…ああ、人生はなんて素晴らしい!

日 7月14日(日) 16:00開演(15:30開場) 場 牛込早稲区民ホール(早稲町15)  
出 醍醐園佳(ソプラノ)、高橋広奈(ソプラノ)、北澤幸(メゾソプラノ)、  
佐藤圭(テノール)、水船桂太郎(テノール)、北村哲朗(バリトン)、児玉ゆかり(ピアノ)  
料 全席指定 一般3,600円、区民割引3,200円 ※未就学児入場不可 共催 新宿区

web 窓 区民割引あり チケット購入方法 参照 ※窓口販売については電話にて要問い合わせ



### 「新宿オペレッタ劇場」に来てみませんか?

**Q オペレッタって何?**  
“オペラ”から“ミュージカル”への  
橋渡しになる舞台作品です。オペ  
ラほど堅苦しくありません。ヨー  
ロッパの劇場では、大人から子ど  
もまで、音楽と一緒に手拍子した  
り、ときには歌ったり!

**Q どんな格好で  
行けばいいの?**  
オシャレして来ても、  
普段着でもOK!  
とにかく気楽に楽し  
んでください!

**Q よくわからない曲だと楽しめるか心配…**  
絶対に大丈夫! 歌はすべて日本語で歌います。  
どうぞお気に入りの曲を見つけに来てくださ  
い! 劇中支那人のおすすめは… O.シュトラウ  
ス作曲/オペレッタ「ワルツの夢」~二重唱“そ  
と、そとと静かに” ツェラー作曲/オペレ  
ッタ「小鳥売」~三重唱“はにかみながら私は…”

7/20  
18:00開演  
四谷区民ホール

### ピーター・バラカン レクチャー・コンサート HOLA! MUSICA CUBANA オラッ! ムジカ・クバーナ

チケット  
販売中

カリブ海の真珠、キューバ。  
美しい島国の心躍る音楽の世界をピーター・バラカンがご案内します。

Part1 トークショー / Part2 コングリ・クバーノミニコンサート

日 7月20日(土) 18:00開演(17:30開場)  
場 四谷区民ホール(内藤町87)  
出 ピーター・バラカン(Peter Barakan)、  
コングリ・クバーノ(Congri Cubano)  
料 全席指定 3,500円 ※未就学児入場不可  
企画制作 wind 共催 新宿区



ピーター・バラカン ©大村裕子 Congri・クバーノ

web 窓 チケット購入方法 参照  
※窓口販売については電話にて要問い合わせ

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。

2024年度 連続セミナー(全6回)

「おひとりさまの終活を考える」  
~子どもがいてもいなくてもできる終活とは?~

第1回 まずはどんな準備が必要?  
弁護士と行政書士がお話します

エンディングノート  
を作ってみましょう

5月11日(土) 13時~14時 定員:20名  
会場 ワイム貸会議室 高田馬場Room4A 資料代:1000円  
東京都新宿区高田馬場1-29-9 TDビル 4F

講師 弁護士 船山泰範 特定行政書士 池田玲子  
(新宿せせらぎ行政書士事務所)

申込方法:お電話かホームページから  
TEL: 03-6796-8649  
HP:「新宿せせらぎ行政書士事務所」で検索  
①氏名 ②当日連絡がとれる電話番号  
③会場参加 or オンライン

申込締切 2024年5/10(金)19時まで  
他の回のテーマはホームページからご確認ください。

ライフアップ講座 茶の湯体験教室(表千家)

茶湯体験を通して日本文化の魅力を再発見する全5回の講座です。  
全く経験がない方も、経験がある方も立居振る舞いから、  
新宿区花道茶道協会・茶道部講師がていねいに指導します。  
おもてなしの心・和の心を身につけましょう。

日 6月8日・15日・22日・29日、7月6日  
(全5回) いずれも土曜日 14:00~16:00  
場 戸山生涯学習館(戸山2-11-101) 2階和室  
調 新宿区花道茶道協会 茶道部  
対 どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先)  
定 24名(多数抽選)  
料 全5回 7,500円(材料費込)  
申 往復はがき に記載例(2面)のとおり記入し、  
文化振興・学習課へ。  
日 5月10日(金)  
協力 新宿区花道茶道協会 文化振興・学習課  
☎03-3350-1141(平日9:00~17:00)

ライフアップ講座 美文字で日常を彩る 筆ペン講座

筆ペンを用いて、基本的な美しい文字の書き方を  
5回の講座で学びます。

日 6月9日・16日・23日・30日、7月7日(全5回)  
いずれも日曜日 10:00~12:00  
場 赤城生涯学習館(赤城元町1-3)  
講 新宿区書道連盟講師  
対 どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先)  
定 40名(多数抽選)  
料 全5回4,700円  
(筆ペン、教材費込み)  
申 往復はがき に記載例(2面)の  
とおり記入し、  
文化振興・学習課へ。  
日 5月13日(月)  
調 文化振興・学習課  
☎03-3350-1141(平日9:00~17:00)