



藤崎 美智代職員が入職しました。

「こんにちは。この度、入職いたしました藤崎 美智代(ふじさき みちよ)と申します。不慣れなことも多くご迷惑をおかけしますが、いろいろと教えていただきながら、一日も早く慣れていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

自粛が続きますがお会いできるのを楽しみにしております。」



坪井職員が8月を以て退職しました。

「突然ですが8月で退職することになりました。このような状況でなかなか皆さまとお会いする機会がなかったのが残念でした。

まだ先が見通せない状況ですが、明けない夜はないという言葉信じて、今の生活の中で楽しみを見つけながら過ごしていきます。

いろいろありがとうございました。皆さまも、どうぞお元気で。」

当館は、新宿区内にお住まいの60歳以上の方を対象に、集会や娯楽のほか、文化活動・健康の増進に向けた活動の場として活用していただく施設です。

※ 風呂利用、及び囲碁・将棋の利用は、当面の間中止しています。



ホームページではさまざまなお知らせの他に脳トレや体操も掲載しています★

QRコードを、スマホのカメラで撮影して、簡単にアクセス!

または検索してください!

北新宿第二地域交流館

検索

ご利用案内

開館時間 午前9:00~午後6:00

休館日 年末年始(12月29日~1月3日)

個人利用 新宿区にお住まいの60歳以上の方初めてご利用になる方は利用証を発行します。住所と年齢が確認できるもの(健康保険証等)を持参し、受付にて申請をおこなってください。

団体利用 新宿区にお住まいの60歳以上の方が過半数である、5名以上の団体団体登録のうえ、部屋の団体利用ができます。詳しくはお問い合わせください。

新宿区立 北新宿第二地域交流館

東京都新宿区北新宿3-20-2

TEL: 03-5348-6751

FAX: 03-3369-0081

E-mail: kitashinjuku@foryou.or.jp

指定管理者: 社会福祉法人 奉優会

※受付時間 午前9時~午後6時



バス: 新宿駅西口 15番のりばより 関東バス「宿05」野方駅行きに乗車「北新宿」バス停下車 徒歩4分 ほか★お問合せください。 ※駐車場のご用意はありません。公共交通機関をご利用ください。

北新宿第二地域交流館だより 10月号

第90号 2021年

- ◆ 9月30日まで、館を会場とする催しと、カラオケ機器の使用は中止しています。
◆ 館内ではかならずマスク、くつ下を着用ください。また、距離をとる、大声での会話を控える等の感染症対策を、引き続きお願いします。
◆ 現在開催予定の催しも、急きょ中止する場合がございます。最新の開催状況については、電話またはホームページの「お知らせ」欄でご確認ください。

★令和3年度 第1回 利用者懇談会

10月19日(火)午後1:00~2:00

会場: 当館広間 定員: 12名

※オンラインでも参加できます(定員なし)。

ご利用の皆様のご意見を伺う大切な会です。ぜひご参加ください。

事前のお申込みが必要な催し

※お申込みは、電話・FAXにて承ります。

先着 10月1日(金) 9時~受付開始

Zoom(ズーム)使い方講座

①10月10日(日) ②10月24日(日) 午後 2:00 ~ 3:30 申込: 各先着6名 持ち物: ご自身のスマホ、タブレット

耳の聞こえと補聴器講座 10月21日(木) 午後 1:30 ~ 3:00 追加募集: 先着 若干名

9月27日(月)~10月6日(水)受付 抽選

トリム体操 (※単発開催: 各回ごとにお申込み)

①10月13日(水) ②10月27日(水) 午前 10:30 ~ 11:30 定員: 各抽選12名 健康維持や怪我予防等を目的とした体操です!

持っている方向け! スマホ相談会 ①10月15日(金) ②22日(金) 午後 ①2:00~②2:30~ 申込: 各日先着4名 ③3:00~④3:30~ 30分入替制個別相談 講師: ボランティア 持ち物: ご自身のスマホ

▼当日先着の催し▼

当日直接ご来館ください。先着順で定員になる場合があります。電話・FAXでの申込みやご本人以外の場所取りはできません。

北第二☆お昼体操 毎週火水木土日曜日 午後 12:15 ~ 12:45 定員: 当日先着12名

火・金 30分脳トレ 毎週火曜日と金曜日 午後 1:00 ~ 1:30 定員: 当日先着12名 ※19日のみ 午後2:00~

ぬりえサロン 10月12日・26日(火) 午前 10:30 ~ 12:00 定員: 当日先着 8名

健康 輪なげ開放 10月27日(水) 午後 1:00 ~ 2:00 定員: 当日先着10名

ボランティアサロン 毎週水曜日(第5水曜は休み) 午後 3:00 ~ 4:00 定員: 当日先着 8名

おりがみ広場「楊枝立て」10月20日(水) ①午前 10:30 ~ 11:30 / ②午後 2:00 ~ 3:00 ※折り図を見て折ります。定員: 当日先着各 8名

新宿区高齢者 マッサージサービス (有料)

今月の日程: 10月5日(火)

実施: 午後 1:00~5:00 受付: 当日午前 9:00~

電話・FAX・当館窓口にて予約受付。先着順。 30分 1,000円 (お一人1時間まで)

※施術時間の内、5分程度を消毒作業にあてます。 ※感染予防のため、シーツ、まくら、タオルケットは使用できません。 大きめのタオル数枚と、まくらの代用になるものをご持参ください。

安心してご利用いただくために



十分なスペースを確保し常に換気をしています。

施術者・ご利用者ともマスクを着用。 マットは1回施術ごとに職員が消毒。

予定表の見方

※団体活動(サークル等)の
予定は掲載していません。
お問合せください。

〇〇講座 申込制
~2:30
事前のお申し込みが必要です。
→ウラ面・催し案内を
ご覧ください。

〇〇講座 申込
~12:45 不要
当日直接ご来館ください。
※先着順で定員になる
場合があります。

〇〇講座 満員
~11:00 X
お申し込みの受付を
すでに締切りました。
当日の参加はできません。

3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)
北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45	新宿いきいき体操 若干名 ①午前10:00~10:40 △ ②午前11:00~11:40 △ ※若干名の追加募集です。 ストレッチヨガ(月) 満員 X 午後12:00~12:45	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30 高齢者マッサージサービス 当日予約 午後1:00~5:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 ボランティアサロン(雑巾) 申込不要 午後3:00~4:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45	ゆったり体操 満員 X 午前10:00~11:00 ストレッチヨガ(金) 満員 X 午後12:00~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45
10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)
北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 Zoom(ズーム)使い方講座 申込制 午後2:00~3:30	新宿いきいき体操 若干名 ①午前10:00~10:40 △ ②午前11:00~11:40 △ ※若干名の追加募集です。 ストレッチヨガ(月) 満員 X 午後12:00~12:45 陶芸教室① 満員 X 午後2:00~4:00	ぬり絵サロン 申込不要 午前10:30~12:00 北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30 ◇オンライン30分脳トレ Zoomで受講 午後1:30~2:00	トリム体操 申込制 午前10:30~11:30 北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 ◇新宿社協 交流会 Zoomで受講 管理栄養士による講話 午後2:00~3:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45	◇オンラインゆったり体操 Zoomで受講 午前10:00~11:00 ストレッチヨガ(金) 満員 X 午後12:00~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30 スマホ相談会 申込制 午後2:00~4:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45
17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)
北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45	新宿いきいき体操 若干名 ①午前10:00~10:40 △ ②午前11:00~11:40 △ ※若干名の追加募集です。 ストレッチヨガ(月) 満員 X 午後12:00~12:45	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 ★利用者懇談会 申込不要 午後1:00~2:00 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後2:00~2:30	おりがみ広場(午前) 申込不要 午前10:30~11:30 北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 おりがみ広場(午後) 申込不要 午後2:00~3:00 ボランティアサロン(雑巾) 申込不要 午後3:00~4:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 耳の聞こえと補聴器講座 申込制 午後1:30~3:00 ※若干名の追加募集です。	ゆったり体操 満員 X 午前10:00~11:00 ストレッチヨガ(金) 満員 X 午後12:00~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30 スマホ相談会 申込制 午後2:00~4:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 12月分団体利用 申請受付開始
24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)
北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 Zoom(ズーム)使い方講座 申込制 午後2:00~3:30	新宿いきいき体操 若干名 ①午前10:00~10:40 △ ②午前11:00~11:40 △ ※若干名の追加募集です。 ストレッチヨガ(月) 満員 X 午後12:00~12:45	ぬり絵サロン 申込不要 午前10:30~12:00 北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30 ◇オンライン30分脳トレ Zoomで受講 午後1:30~2:00	トリム体操 申込制 午前10:30~11:30 北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45 健康 わなげ開放 申込不要 午後1:00~2:00 ボランティアサロン(切手) 申込不要 午後3:00~4:00	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45	◇オンライン30分体操 Zoomで受講 午前10:00~10:30 ストレッチヨガ(金) 満員 X 午後12:00~12:45 火・金 30分脳トレ 申込不要 午後1:00~1:30	北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45
31 (日)						30 (土)
北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45						北第二☆お昼体操 申込不要 午後12:15~12:45

※開催予定の催しも、**急きよ中止する場合があります。**
最新の状況は、**電話**または
ホームページの「おしらせ」
欄でご確認ください。

Zoom(ズーム)を用いてご自宅で受けられる **オンライン講座** を一部引き続き開催します。

新宿区社会福祉協議会
地域見守り協力員 交流会
「住み慣れた地域で安心して
生活を続けるための食事と生活」
10月13日(水)午後 2:00~3:00
管理栄養士さんによるお話です★
※オンラインでのみ受講できます。



オンラインゆったり体操
10月15日(金) 10:00~
※オンラインでのみ受講できます。



北第二☆お昼体操
毎週木曜日 12:15~
※木曜日のみ、館で開催する内容を
同時にオンラインでもお届けします。

受講のしかた
▼ご自身のスマホ、タブレット、
パソコンに「Zoom」を入れる。
▼お電話で当館にお申し込み。受講に
必要な「ID」と「パスコード」を
お伝えします。(各講座共通)
▼開催当日、ID・パスコードを
入力して受講!
くわしくはお問合せください★
※インターネットの通信料金は
自己負担です。ご注意ください。