



会場は  
東京オペラシティ  
コンサートホール!



## 「フレッシュ名曲コンサート」 ライトクラシック・コンサート

～スペース・ファンタジー・クラシック～

魔笛

宇宙戦艦ヤマト

星に願いを

ムーン・リバー

スター・ウォーズ

木星



大井剛史  
©Ayane Shindo



川越未晴



寺田功治

©FUKAYA Yoshinobu auraY2

子どもも大人もみんなで楽しめるクラシックコンサートをお届けします。  
豪華なプログラムを迫力のあるオーケストラ演奏でお楽しみください。

9/1日 15:00開演  
(14:30開場)

東京オペラシティ コンサートホール  
(西新宿3-20-2)

指揮 大井剛史(指揮) / 東京フィルハーモニー交響楽団  
ソプラノ 川越未晴(ソプラノ)、寺田功治(バリトン)、大村絵美(司会)  
モーツァルト作曲 歌劇「魔笛」～序曲 /  
夜の女王のアリア「復讐の炎は地獄のように我が心に燃え」  
ワーグナー作曲 歌劇「タンホイザー」～夕星の歌  
ヨーゼフ・シュトラウス作曲 フルツ「天体の音楽」  
リンケ作曲 喜歌劇「フラウ・ルーナ」～夜のとばりが降りるとき  
ホルスト作曲 組曲「惑星」～木星  
R.シュトラウス作曲 交響詩「ツァラトゥストラはかく語りき」～冒頭  
マンシーニ作曲 映画「ティファニーで朝食を」～ムーン・リバー  
宮川泰作曲 映画「宇宙戦艦ヤマト」～白色彗星 / テーマ  
ハーライン作曲 ミュージカル「ピノキオ」～星に願いを  
レーモン・ルフェーブル作曲 「夜間飛行」  
ジョン・ウィリアムス作曲 映画「スター・ウォーズ」～メインタイトル 他

全席指定 一般3,500円、区民割引3,300円  
子ども(小学生以下)1,000円、区民割引800円 ※4歳未満入場不可

友 5月20日(月) 12:00～  
web 5月22日(水) 12:00～  
窓 5月27日(月) 12:00～

※窓口販売については、電話にてお問い合わせ  
チケット購入方法 参照 Pコード 268-354

主催 (公財)東京都歴史文化財団 東京文化会館  
企画協力 東京オーケストラ事業協同組合  
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)

5/20日 12:00～  
友の会チケット  
先行販売開始!  
※友の会新規入会を  
中止しています

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  
広告みただけ 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 →



SPORTS  
スポーツ

# 短期レガスポ! ~夏~

出張レガスポ! 短期スポーツプログラムをお近くの施設で!

## 疲労回復リラックスヨガ

水曜/夜のコース

日々のストレスや夏の暑さで乱れがちな自律神経のバランスを整えるアプローチを行います。心身ともにリラックスへと導きましょう。

in 大久保スポーツプラザ (大久保3-7-42)

日 7月31日~10月9日の毎週水曜日(全10回) 19:10~20:10 ※8月14日を除く  
場 3階和室 講 MIWA 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル 定 23名 ¥5,100円

## 体幹鍛えるベリーダンス!

水曜/夜のコース

古代エジプト発祥のベリーダンス! 楽しく踊りながらもダイエットに効果が期待できます。健康的な身体を目指しましょう!

in 住吉町生涯学習館 (住吉町13-3)

日 7月31日~10月9日の毎週水曜日(全10回) 19:10~20:10 ※8月14日を除く  
場 2階レクリエーションホール 講 なつみ 持ち物 靴下(必要な方) 定 18名 ¥5,100円

## レガスポ!パック 新宿コスミックセンター短期スポーツプログラム

### 体幹ストレッチ

火曜/午後のコース

体幹エクササイズで安定性を、ストレッチで柔軟性を身につけます。姿勢を整え日常生活をより快適に!

日 7月23日~10月1日の毎週火曜日(全10回) 12:45~13:45 ※8月13日を除く  
場 地下1階 小体育室 講 長友珠紀 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル 定 60名 ¥5,100円

### おやすみ前のストレッチ

火曜/夜のコース

一日の終わりに身体のメンテナンスをしませんか?今日の疲れを癒やします。明日の朝、心地よく目覚めるためのストレッチです。

日 7月23日~10月1日の毎週火曜日(全10回) 20:30~21:30 ※8月13日を除く  
場 2階 多目的室 講 長友珠紀 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル 定 35名 ¥5,100円

### 24式太極拳

水曜/午前のコース

24式太極拳の基本に従い、緩やかと伸びやかな動きをゆっくり繰り返し、転倒を防げる筋力を増強させます。

日 7月24日~10月2日の毎週水曜日(全10回) 9:30~10:30 ※8月14日を除く  
場 1階 第二武道場 講 栗小平 定 40名 ¥5,100円

### ヨーガで筋力アップ

水曜/夜のコース

大きくしなやかな動きで筋力アップ! ヨーガで体づくりを目指し、心地よい眠りと目覚めを。

日 7月24日~10月2日の毎週水曜日(全10回) 20:20~21:20 ※8月14日を除く  
場 地下1階 多目的広場 講 今田智子 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル 定 30名 ¥5,100円

### バレエ入門とトレーニング

木曜/午後のコース

ボールを使ってバレエの姿勢や体幹を学ぶためのエクササイズ「PBT」を取り入れた入門編の講座です。

日 7月25日~10月3日の毎週木曜日(全10回) 12:50~13:50 ※8月15日を除く  
場 地下1階 多目的広場 講 法元美都子 持ち物 バレエシューズ、ヨガマットまたはバスタオル 定 30名 ¥5,100円

対 高校生以上 ※各プログラムに最少催行人数を設定しています。応募者多数の場合、区内在住・在勤・在学の方優先で抽選となります。 締 6月7日(金) 申 はがき に 記載例 (3面)のとおり記載し、新宿コスミックセンターへ。新宿コスミックセンター窓口での申し込み可。 ※事前振込制 ※申し込み時にいただいた電話番号やメールアドレスにご連絡することがあります。つながる連絡先を登録してください。 ※当選者により、締め切り後2週間程度でご案内を郵送します。 ※申し込みに際しお預かりした個人情報、講師に一部共有します。 ※マットが必要な講座では、ヨガマットやバスタオルをお持ちください。会場でのマットの貸出もありますが、ご使用後の消毒作業にご協力をお願い致します。 問 スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701 WEB

# レガス健康ウォーキング

**1** レガス健康ウォーキング  
「森と庭園と公園を巡る」 約10km

日 6月19日(水) 受付:8:40~9:00  
場 集合 教育の森公園(文京区大塚3-29)  
最寄駅:東京メトロ丸ノ内線「茗荷谷駅」  
解散 南池袋公園(豊島区南池袋2-21-1) 12:30頃予定  
最寄駅:JR線・西武池袋線・東京メトロ丸ノ内線・副都心線・有楽町線・東武東上線「池袋駅」  
コース 教育の森公園(スタート) → 目白台運動公園 → 細川庭園 → 南蔵院 → 目白不動 → 鬼子母神 → 雑司ヶ谷 → 南池袋公園(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232回例会  
「山手線一周ウォーク①」 約14km  
新宿駅~日暮里駅

日 6月11日(火) 受付:8:40~9:00  
場 集合 新宿駅南口Suicaのペンギン広場(渋谷区千駄ヶ谷5-24)  
最寄駅:JR線・東京メトロ丸ノ内線・都営地下鉄大江戸線「新宿駅」  
解散 天王寺公園(台東区谷中7-15-5) 13:00頃予定  
最寄駅:JR線「日暮里駅」  
コース Suicaのペンギン広場(スタート) → 新大久保 → 高田馬場 → 目白 → 池袋 → 大塚 → 巣鴨 → 駒込 → 田端 → 天王寺公園(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  
「哲学堂公園から落合文士村をめぐる」 約4.5km

日 6月28日(金) 受付:9:15~9:30 **無料 FREE**  
場 集合 落合第二地域センター(中落合4-17-13) **事前申込制**  
最寄駅:都営地下鉄大江戸線「落合南長崎駅」  
解散 都営地下鉄大江戸線・西武新宿線「中井駅」 12:30頃予定  
コース 落合第二地域センター(スタート) → 自性院 → 哲学堂公園 → 目白学園遺跡 → 林芙美子記念館 → 中井駅(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 問 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) ③6月7日(金)~27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・持ち物 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。

## 初級卓球教室(7月)

初心者や初級者向けの卓球教室です。

日 7月4日・11日・18日・25日のいずれも木曜日 全4回 19:00~20:30  
場 新宿コスミックセンター 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。本教室初めての方優先) ¥2,100円 ※事前振込制  
申 はがき に 記載例 (3面)のとおり記入し、新宿コスミックセンターへ。新宿コスミックセンター窓口での申し込み可。 ※当選者により参加案内を、締め切り後1週間程度で郵送  
締 6月14日(金) 協力 新宿区卓球連盟  
持ち物 運動できる服装・ラケット(貸出用もあり)・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 ①6月3日(月)・5日(水)・7日(金)・10日(月)・12日(水)・14日(金) 9:30~12:00  
②6月2日(日)・9日(日)・16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

SPORTS  
スポーツ

### 「社交ダンス」続・入門講座

JDSFダンス  
検定を  
目指そう!!

日 7月4日～9月26日の毎週木曜日  
全13回 18:30～20:30  
7月4日 受付開始18:10～

場 新宿コズミックセンター 地下1階 小体育室  
講 (公社)日本ダンススポーツ連盟公認指導員  
内容 ワルツ、タンゴ/ルンバ、チャチャチャの基本  
対 どなたでも 定 30名(多数抽選)  
¥ 8,000円(スポーツ安全保険別途、加入は任意)



### 「ジュニアのダンス講座」

音楽に合わせて、思い切り体を動かそう!

日 7月10日～9月25日の毎週水曜日  
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  
講 (公社)日本ダンススポーツ連盟公認ジュニア指導員  
内容 エクササイズ、サンバ、チャチャチャ ほか  
対 小学生程度 定 20名(多数抽選)  
¥ 4,500円(スポーツ安全保険別途、加入は任意)



### 「シニアの社交ダンス初心者教室」

シニア世代の社交ダンス初心者教室 3カ月で2種目をゆっくり指導します。

日 7月10日～9月25日の毎週水曜日 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  
講 (公社)日本ダンススポーツ連盟公認指導員 内容 ワルツ、ルンバの基礎  
対 50歳以上 定 20名程度(多数抽選)  
¥ 5,000円(スポーツ安全保険別途、加入は任意)

簡単な英語の歌を  
歌いながら、  
リズムに乗って  
踊りましょう!

### 「キッズ スタディ & ダンスラボ」

アクションしながら自然に英語を身に付けましょう。  
子どもたちが未来に向かって羽ばたいて行けるようサポートいたします。

日 7月14日・28日、8月4日・18日、9月8日・15日いずれも  
日曜日 全6回 9:30～11:45 受付時間 ①9:15～ ②10:30～

場 新宿コズミックセンター 2階多目的室  
講 (公社)日本ダンススポーツ連盟公認PD指導員ほか  
対 ①幼児 ②小学生 兄弟姉妹でご参加の場合、  
②の小学生は追加料金なしで①に参加できます。  
定 各クラス20名程度(多数抽選)  
¥ 各クラス 3,600円 ※大人の同伴者1名無料にて参加できます



共通 | 申 往復はがき に 記載例 (下段)のほかに性別を記入し、右記あてにお申し込みください。〒169-0075 新宿区高田馬場4-35-13 カルムB-101 新宿区ダンススポーツ連盟 事務局  
通 締 6月20日(木) 主催 新宿区ダンススポーツ連盟 協 新宿区ダンススポーツ連盟 ☎03-5348-2951 ☎03-5348-2952

## 新宿区民総合体育大会 参加チーム募集

### 軟式野球 兼 第2回軟式野球連盟大会

日 7月～11月の日曜日・祝日 場 西戸山公園野球場(百人町4-1)ほか  
対 区内在住・在勤の中学生を除く15歳(令和6年4月1日時点)以上で  
構成された新宿区軟式野球連盟登録チーム 約150チーム  
※連盟未登録チームは事前に新宿区軟式野球連盟に連絡してください  
¥ 1チーム14,000円(参加料2,000円+その他運営経費負担12,000円)  
申 6月8日(土)17:00～19:00に、参加料を持参のうえ、  
新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)大会議室にて受付。  
新規参加チームは申し込み前に新宿区軟式野球連盟(☎090-8348-1692)に連絡  
代表者会議 6月22日(土)17:00～ 新宿スポーツセンター大会議室  
主催 新宿区軟式野球連盟

### 中学生野球 兼 東京都少年新人(中学) 軟式野球大会・新宿区代表決定戦

日 7月14日(日)・15日(月祝)・27日(土) 場 西戸山公園野球場(百人町4-1)  
対 区内在住・在学の中学生(1・2年生)で構成されたチーム 8チーム程度  
※3年生は参加できません ¥ 連盟経費5,000円  
申 6月8日(土)17:00～19:00に新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)大会議室にて受付。  
代表者会議 6月22日(土)17:00～ 新宿スポーツセンター大会議室  
主催 新宿区軟式野球連盟

共通 | 新宿未来創造財団ウェブサイト掲載、新宿コズミックセンターおよび  
新宿スポーツセンターで配布の実施要項を確認してください。  
☎ スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701

## スポーツフリー指導 (バレーボール・ソフトバレーボール、バドミントン)

気軽にスポーツを楽しんで、爽やかな汗をかいてココロもカラダもリフレッシュ!  
スポーツフリー指導では指導員が皆さんの活動を全力でサポートします。

場 新宿コズミックセンター 2階大体育室 対 どなたでも  
¥ 高校生以上400円/回、中学生以下100円/回  
申 1階の券売機でチケットをお買い求めの上、直接会場へ。  
※定員に達した場合、参加いただけないことがあります。あらかじめご了承ください  
※他の参加者に対する迷惑行為があった場合、参加をお断りすることがあります

協力 ①②新宿区バレーボール連盟、③～⑤新宿区バドミントン連盟  
☎ スポーツ推進第一課 ☎03-3232-7701

No.	種目	日時	定員
①	バレーボール	毎週火曜日 9:30～12:00	35名程度
②	ソフトバレーボール	毎週火曜日 19:00～21:45	40名程度
③	バドミントン(午前)	第1・3水曜日 10:00～12:00	50名程度
④	バドミントン(午後)	第2・4金曜日 16:30～18:30	25名程度
⑤	バドミントン(夜間)	第2・4水曜日 19:00～21:00	50名程度



※詳細な日程は新宿コズミックセンターで配布される月間予定表や新宿未来創造財団ウェブサイトでご確認ください  
※バドミントンに参加する場合、ラケットとシャトルは各自ご持参ください

### 「なぎなた初心者教室」

なぎなたは人気急上昇の生涯スポーツです。年齢や性別に関係なく  
取り組むことができる武道です。ご参加をお待ちしています。

日 6月15日・22日・29日のいずれも土曜日 全3回 10:00～11:30

場 新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)4階第二武道場  
対 小学4年生以上で全回参加できる方 定 10名(多数抽選)  
¥ 3,000円(保険料含む)

申 往復はがき に 記載例 (下段)のほか、生年月日、性別を記入し、  
新宿区なぎなた連盟担当者(〒162-0801 新宿区山吹町365 富澤幸枝あて)へ。  
Eメール(sinka82@yahoo.co.jp)での申し込みもできます  
(主催者からのメールが迷惑メールにならないように設定願います)。  
※応募者全員に当落結果を6月5日(水)までにご連絡します ※当選後振込締切6月10日(月)まで

締 5月31日(金)  
その他 なぎなたは貸し出しいたします。動きやすい服装でご参加ください  
(スカート・タイツ不可)。道場では裸足になっていただきます。

主催 新宿区なぎなた連盟 協 新宿区なぎなた連盟 ☎03-3268-4415  
✉ sinka82@yahoo.co.jp

### 「グラウンド・ゴルフ初心者教室」

グラウンド・ゴルフは  
私たちが  
“とりこ”にする!!

グラウンド・ゴルフは、ゴルフをアレンジしたスポーツです。  
生涯スポーツとして、どなたでも気軽に楽しめます。  
健康づくりに、仲間づくりに、初めての方でもお気軽にご参加ください。

日 6月10日(月)・12日(水)・14日(金) 8:45～11:30

中止の場合は主催者より開催日当日2時間前までに参加者全員へ連絡します。  
場 戸山公園(箱根山)多目的運動広場(戸山3-2)  
対 どなたでも 定 20名(多数抽選) ¥ 初回時に200円 ※2回目以降無料(単回参加可)

申 ①講座名②氏名(ふりがな)③電話・FAX番号④年齢⑤経験年数を電話またはFAXにて、  
下記宛にお申し込みください。

締 各開催日の3日前まで 持ち物 用具貸出有(無料)。動きやすい服装・運動靴でご参加ください。  
(スカート不可) 主催 新宿区グラウンド・ゴルフ協会  
場 新宿区グラウンド・ゴルフ協会 事務局 桑島恵美子 ☎☎03-3203-4808

## 申込方法

●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ません。  
●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。

### 講座申し込み時のお願い

※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  
(新宿区内在勤・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)
  - 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 〒160-0022 新宿区新宿5-18-14新宿北ビル2F  
(文化振興・学習課)  
! 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	〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇
申込先	記入しない	お客様の住所お名前	記入例など	

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/>



# 子ども・お知らせ

## よむよむおはなし会 in 大久保スポーツプラザ

大久保スポーツプラザの児童遊戯室で  
幼児対象の絵本の読み聞かせ会を開催！  
親子でものがたりの世界へ入り込みませんか？

- 日 6月8日(土) 11:00から(40分程度)
- 場 大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)3階児童遊戯室
- 対 幼児を含む親子・家族 定 15名(先着順)
- 申 不要。当日直接会場へお越しください
- 協力 新宿よむよむ会 関 スポーツ推進第一課
- ☎ 03-3232-7701



無料 FREE

## 大久保スポーツプラザ児童遊戯室 お絵描きボード新規設置！

自由に描いたり消したりできる大きなお絵描きボードです。  
ぜひご利用ください！



- 場 大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)3階児童遊戯室 対 小学生以下とその保護者
- 利用方法 利用日の5日前までに貸切利用予約などがなかった場合は個人利用となります。  
空き状況は新宿未来創造財団ウェブサイトでご確認いただくか、お問い合わせください。
- 個人利用(無料)  
利用当日、大久保スポーツプラザ窓口にお声がけください。  
お絵描きボードをご利用の場合はマーカーを貸し出します。
- 貸切利用(有料)  
あらかじめ団体登録(窓口にて受付)のうえ、利用5日前までに予約

### 児童遊戯室 貸切利用料金表

利用時間	単位:円				
	1区分	2区分	3区分	4区分	全日
	9:00~12:00	12:20~15:20	15:40~18:40	19:00~22:00	9:00~22:00
平日	200	200	200	300	900
土日祝	300	300	300	300	1,200

関 施設管理課 ☎ 03-3232-7701

## 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

6~9月の間、右記の日程で、  
プールはお1人1回につき  
2時間までの利用となります。  
(超過した場合は超過料金がかかります)  
また、6月を除き同日程で  
全コース個人開放します。

2時間制日程	
6月	土日
7月	15日までの土日祝 20日から毎日
8月	全日
9月	23日までの土日祝休日



日 9:00~21:45(8月は8:00~21:45) 場 新宿コズミックセンター 地下1階プール

大人400円/中学生以下100円 超過料金 1時間毎 大人200円/中学生以下50円

- 障がいのある方は手帳のご提示で割引(区内在住の方は無料)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時間毎大人100円/中学生以下20円
- ※プール場内の混雑により入場制限となる場合があります  
新宿未来創造財団ウェブサイトの混雑状況をご参考の上お越しください
- ※イベントや新宿区の事業などでの貸切により利用できない場合があります  
くわしくは毎月25日発行のプール予定表をご確認ください

予定表・混雑状況  
ウェブページ  
はこちら



関 施設管理課 ☎ 03-3232-7701

**小学校放課後子どもひろば**

### 夏の短期アルバイト募集!!

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。

日 7月1日(月)~8月30日(金)の月~金曜日/週1~5日 8:00~19:00のうち  
2~8時間程度

場 区立の小学校内放課後子どもひろば(勤務地は応相談) 対 高校生以上で  
子どもが好きな方(資格・経験不問) 時給:1,245円(研修実施時は1,113円)

※交通費実費支給(上限2,750円/日) 申 事前に電話連絡のうえ、履歴書(写真添付)を  
新宿コズミックセンターまでお持ちください。関 子ども支援課

☎ 03-3232-5122 ※より詳しい内容は、電話または右記QRコードのリンク先をご確認ください

くわしくは  
コチラ

## 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♪

## 6/8 11:30開演 第42回新宿合唱祭「初夏にうたおう」

年に1度の「歌祭り」です。  
新宿区合唱連盟加盟の29団体が合唱曲を披露します。

- 日 6月8日(土) 11:30開演(予定)
- 場 四谷区民ホール(内藤町87) 申 不要。当日直接ご来場ください。
- 共催 新宿区 共同主催 新宿区合唱連盟
- 関 文化振興・学習課 ☎ 03-3350-1141(平日9:00~17:00)



## チケット購入方法

**窓口販売**  
窓 電話にて新宿文化センター仮事務所にお  
問い合わせください。  
☎ 03-3350-1141 お支払いは現金のみ

**WEB予約(チケットWeb会員)**  
web ①オンライン即時決済(クレジットカード)  
②セブン・イレブン引換 ※ご予約後1週間以内

**友の会**  
友 窓口・電話・Web  
(先行予約あり)

チケットを窓口で購入される際は、  
必ずメンバーズカードをお持ちください。  
※1公演4枚まで(一部公演を除く)  
※ご利用には事前に入会登録が必要です  
令和5年11月から新規入会受付を中止しています

**プレイガイド** ※お取り扱いのない公演もあります

チケットぴあ <https://t.pia.jp/>  
※予約にはPコードが必要です

イープラス <https://eplus.jp/>  
(24時間受付)

**電話予約**  
新宿文化センター仮事務所 ☎ 03-3350-1141  
受付時間 平日9:00~17:00(土日祝日を除く)

ご予約後、指定の期間内にお振込みください。  
①窓口引換:新宿文化センター仮事務所  
②郵便振替:予約済み公演名・枚数・席種・予約者の住所・氏名・  
電話番号を明記のうえ、下記振込先へ。

**振込先** 加入者名(振込先):新宿文化センター  
口座番号:00180-0-263305

※チケット発行手数料、振込手数料などは、お客様のご負担となります  
※チケットの郵送を希望される場合、別途送料84円をご負担いただきます

**ご購入の際のお願い**  
●区民割引チケットを窓口で購入される際は、ご住所のわかる公的機関発行  
の証明書をお持ちください。窓口と電話予約のみの取り扱いです。※証明書1  
通で4枚まで(一部公演を除く) ●Y席は公演当日25歳以下対象。※販売(新  
宿文化センターのみ)時に引換券を発行し、当日チケットと引き換え(要証明  
書[学生証・保険証・免許証]) ●車いす用の鑑賞席は、新宿文化センター(電  
話)にてお求めください。 ※枚数限定販売 ●未就学児の入場はご遠慮くだ  
さい(一部公演を除く)。 ●出演者・曲目・演目などは、様々な事情により変  
更となる場合がございます。 ●公演中止の場合以外のチケット代の払い戻し  
はできません。また、紛失の場合も再発行はできませんので、ご注意ください。

公演は、中止および変更等になる場合があります。  
新宿文化センターウェブサイトをご確認のうえ、ご来場ください。

詳しくは  
こちら



## Criacao Shinjuku

FCティアモ  
枚方戦

6月7日(金) 国立競技場 19:00キックオフ

新宿区サッカー協会代表チーム  
クリアソン新宿 JFL公式戦!

新宿をホームタウンとする  
クリアソン新宿は、さまざまな  
活動を通して区を盛り上げる  
活動を行っています。  
そのクリアソン新宿の今年の  
国立競技場での試合は金曜日夜開催!  
お仕事終わりに立ち寄り、  
ぜひ応援を  
お願いします。



※外部サイトにつながります



## 名古屋 新宿区ヴェルディ応援DAY グランパス戦

6月22日(土) 18:00キックオフ

J1復帰後、初めての応援DAY!

味の素スタジアム(調布市西町376-3) 関 新宿区在住・在学の方

定 500名(多数抽選) ※1名につき4席分発券可能

申 専用応募フォームより申込受付

(QRコード) ※席種:ホーム自由

締 6月12日(水)

協力 東京ヴェルディ株式会社

★参加者の中から試合前ウォーミング

アップ見学参加者を募集します。

応募方法は当選メールで

ご案内予定(応募多数時抽選)。

関 スポーツ推進第一課

☎ 03-3232-7701



※外部サイトにつながります

