

東京都介護支援専門員更新研修希望者 各位

公益財団法人東京都福祉保健財団

令和 7 年度第 2 期 東京都介護支援専門員
更新研修（実務未経験者）の受講者の募集について

当財団では、令和 7 年度第 2 期東京都介護支援専門員更新研修（実務未経験者）を実施します。
本研修の受講対象となる方で、受講を希望される方は、下記手続きによりお申し込みください。

記

1 実施する研修及びカリキュラム

東京都介護支援専門員更新研修（実務未経験者）

カリキュラムは 5 頁の URL または二次元コードからご確認ください。

2 受講対象者

基準日（令和 7 年 7 月 1 日）現在、（1）から（3）まで全てに該当する方

- （1）東京都に介護支援専門員の登録をしている方
- （2）現在の介護支援専門員証（以下、「専門員証」といいます。）の有効期間内に、介護支援専門員としての実務経験がない方
- （3）現在の専門員証の有効期間が、おおむね 1 年以内に満了する方

※ 介護支援専門員としての実務経験の有無・期間により、更新に必要な研修が異なります。
5 頁に掲載している、「介護支援専門員の資格及び研修の体系」の URL または二次元コード
からフローチャートをご確認いただき、各研修の募集時期にお申し込みください。

【ご注意】

- ・受講最終日までに有効期間が切れる方は、再研修の対象となります。
- ・書類審査の結果、対象研修が再研修となる方は、「再研修」のお申込と読み替えて受け付けます。

「介護支援専門員としての実務」とは

次の事業所等で、介護サービス計画等の作成を行うことを指します。（ショートステイの計画のみ作成されている方は、対象になりません。）

- ア 居宅介護支援事業所(ケアプランを作成しない管理者も含む。)
- イ (介護予防)特定施設入居者生活介護の事業所
- ウ (介護予防)小規模多機能型居宅介護／(介護予防)認知症対応型共同生活介護／地域密着型特定施設入居者生活介護／地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護／看護小規模多機能型居宅介護の事業所
- エ 介護保険施設（指定介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）、介護老人保健施設、介護療養型医療施設（介護型療養病床）、介護医療院）
- オ 介護予防支援事業所及び基準該当介護予防支援事業所(保健師、社会福祉士、看護師の配置の場合も含む。)
- カ 地域包括支援センター(保健師、社会福祉士の配置で、予防プランを作成した場合も含む。主任介護支援専門員は、ケアプランを作成していない場合も含む。)

3 受講申込方法

インターネット申込で受付を行います。別紙「研修の申込みにあたっての操作マニュアル」をご一読の上、お申し込みください。

※ お申込みの URL、二次元コードは、別紙「研修の申込みにあたっての操作マニュアル」3 頁にあります。

【申込期間】

令和7年7月18日(金曜日)10時00分 ～ 8月15日(金曜日)23時59分

○上記の期間内に**申込手続きを完了**させてください。期間外の受付はできません。

○先着順ではございません。

お申込が多数の場合は、「4 受講の決定方法」のとおり受講決定します。

○申込後の内容変更はできません。 **日程表（7頁～）**をよくご確認ください。

4 受講の決定方法

以下の優先順位に基づき受講決定します。募集定員を超えて受講申込があったときは、介護支援専門員資格有効期間満了日が近い方※を優先します。

※ ただし、「介護支援専門員及び主任介護支援専門員資格の特例措置対象者の拡充及び期間の延長について（通知）」（令和3年1月26日付2福保高介第1672号。以下、「特例措置」という。）対象者は、特例措置期間の終了日を資格有効期間満了日とみなします。

優先順位	有効期間満了日 (特例措置対象者の有効期間満了日)	備考
1	令和7年11月10日～令和8年3月31日 (令和4年11月10日～令和5年3月31日)	・令和7(令和4)年11月9日以前の方は受講中に有効期間が切れるため、再研修をご受講ください。 ・特例措置対象者の方は、令和5年3月31日までとします。
2	令和8年4月1日～令和9年3月31日	・第1優先で定員が満席となった場合は、不決定となります。
3	令和9年4月1日以降	・更新研修については、専門員証の有効期間が1年以内の方を優先します。 ・お申込は可能ですが、第1優先、第2優先で定員が満席となった場合は、不決定となりますので、今期以外のご受講もご検討ください。

5 申込結果及び受講決定の通知

(1) 申込結果通知

申込者全員に、ご登録のメールアドレス宛てて、令和7年9月4日(木曜日)頃、受講決定・不決定の審査結果を通知いたします。

(2) 受講決定通知

受講決定者のみ、ご登録の住所宛に受講決定通知を郵送いたします。

到着予定日：令和7年9月9日(火曜日)

6 受講料及びテキスト送付

(1) 受講料

28,500円（非課税）

受講決定通知に同封する払込用紙で、払込期日までにコンビニエンスストアでお支払いください。

なお、払込期日は到着から**7日程度**と短くなっておりますので、ご注意ください。

(2) テキストの送付

受講料の払込確認後、研修テキスト等をご自宅に宅配便で送付します。

7 研修実施方法

以下の(1)から(5)までのとおり、研修を実施します。

詳細な受講方法については、受講決定通知とあわせてご案内いたします。

(1) 講義科目の動画視聴

講義科目の動画については、ケアマネ研修管理システム（以下、「システム」といいます。）により視聴していただきますが、オンデマンド配信（指定された期間中に、ご自身の都合にあわせて視聴できる）形式となります。

なお、動画の視聴には大量のデータ通信を行うため、スマートフォンまたはタブレットを使用すると、携帯電話会社のデータ容量制限に達する場合があります。そのため、通信容量無制限のWi-Fi環境など、容量制限がない環境での受講を推奨します。

また、データ通信料は受講者の方のご負担となります。モバイル回線使用での受講も可能ですが、ご契約内容によっては通信料のご負担が大きくなる場合がございますので、ご注意ください。

(2) 修了評価テスト及び課題の提出

講義動画を視聴し、システムで修了評価テストを解答していただきます。

また、講義動画内の講師の指示に従って個人学習を行い、「個人学習シート」を完成させます。

指定の期日までに課題をご提出いただきます。（課題の未記入や未提出がある場合は、研修は未履修扱いとなります。）

(3) グループ演習の受講

以下のいずれかの研修コースでグループ演習に参加していただきます。受講日が指定されていますので、日程表（7頁～）でご確認ください。

① オンライン研修コース

Zoomを使用します。パソコンや通信ネットワーク等の受講環境をご準備ください。詳細は、「オンライン研修コースについて」（6頁）をご確認ください。

② 集合研修コース

感染症等（新型コロナウイルス感染症、インフルエンザなど）に罹患し、治癒していない場合は、受講をご遠慮いただきます。また、受講中はマスク着用や手洗い、手指のアルコール消毒にご協力をお願いいたします。

8 新型コロナウイルス感染症に係る特例措置対象者の受講について

特例措置対象者の方（専門員証に記載された有効期間満了日が令和2年2月25日から令和5年3月31日の方）で、専門員証の交付日から現在まで介護支援専門員としての実務経験がない方は、①本研修または②再研修を選択して申し込むことができます。

※再研修は、申込サイトが異なりますので、ご注意ください。

<選択する研修種別ごとの有効期間等>

研修種別		証の交付 申請種別	新たに交付される証の有効期間
①	更新研修(実務未経験者)	更新交付	現在の証に記載の有効期間満了日から5年間
②	再研修	新規交付	研修修了後、交付申請手続きの完了から5年間

9 個人情報の取扱い

受講申込時に記載いただいた個人情報については、適正に管理を行い東京都介護支援専門員研修の受講要件審査・実施及び名簿登録・修了証書発行業務以外の目的に使用することはありません。

なお、受講要件審査のため、専門員証の登録元である東京都から他の東京都指定研修実施機関に対し、受講履歴等の提供を行います。

10 登録事項の変更手続き

介護支援専門員としての登録事項（氏名・住所）に変更がある場合、登録事項変更手続きが必要です。登録事項が異なるとご本人確認が取れず、**受講決定ができません**ので、必ず手続きを行ってください。

東京都の登録者は、以下のURLから手続方法の確認ができます。

【登録事項変更手続き】

https://tcm-shinsei.fukushizaidan.jp/app/input/registration_change/terms



11 受講地の変更

本研修は、原則として、東京都に介護支援専門員の登録がある方のみ受講できます。

ただし、他道府県で登録されている方については、都内事業所等で勤務している、都内在住である等要件を満たせば、受講地変更の手続を行うことで、本研修を受講することができます。受講地変更を希望される方は、**必ず以下の問合せ先へ電話連絡し、受講地変更が認められるかご相談ください。**

受講地変更は東京都と道府県間で手続を行うため時間を要しますので、受講地変更のお手続き状況によっては研修の受講ができない場合がございます。早めのご相談をお願いします。

【受講地変更の問合せ先】

東京都福祉局 高齢者施策推進部 介護保険課 ケアマネジメント支援担当
電話：03-5320-4279

【東京都ホームページ 2 受講地変更（1）東京都へ受講地変更】

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kourei/hoken/kaigo_lib/care/touroku/tourokuiten

12 東京都介護支援専門員法定研修受講料補助

本研修は、令和6年度から東京都が実施する研修受講料補助金の対象となります。補助金の対象経費は、研修受講料のうち、受講者の勤務先等が負担した経費となり、補助金の申請者及び交付先は事業所等となります。詳細については、下記ホームページでご確認ください。

【東京都ホームページ 介護支援専門員法定研修受講料補助事業】

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kourei/hoken/kaigo_lib/care/kensyuuzukouryouhozyo

13 令和7年度研修スケジュール

令和7年度第3期の研修は、以下のスケジュールで募集・実施する予定です。
受講を希望する場合は、当財団ホームページをご確認のうえ、お申し込みください。

	研修募集時期（予定）	研修実施時期（予定）
第3期	令和7年10月中旬	令和7年12月～令和8年2月

14 参考情報

下記の URL または二次元コードからお確かめください。

【研修カリキュラム】

https://www.keamane.tokyo.jp/wp-content/uploads/2024/08/koushin-mikeiken_curriculum.pdf



【介護支援専門員の資格及び研修の体系】

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/documents/d/fukushi/keamane_kensyutaikeizu20250310-pdf



<お問合せ先>

公益財団法人東京都福祉保健財団

人材養成部 介護人材養成室 ケアマネ担当

電話番号 03-3344-8512 (平日: 8時45分～17時30分)

※申込み期間は、電話が大変混み合う場合がございますので、募集案内を必ずご確認くださいの上、お電話いただきますようお願いいたします。

URL: <https://www.keamane.tokyo.jp/kensyu/>



オンライン研修コースについて

1 オンライン研修コースを受講するために必要なもの

受講に必要なもの	説明
インターネットに接続可能なパソコン	スマートフォン・タブレットは 不可 グループ演習で「画面共有」をしていただきますので、パソコンが必要となります。
Webカメラ、スピーカー、マイク	パソコンに内蔵されていれば、新たに用意いただく必要はありません。
Zoom※アプリ	事前にアプリのダウンロードをお願いします。
Word、Excel (マイクロソフト社のソフト)	左記のソフトの資料を研修で使用します。
通信ネットワーク環境	有線 LAN や Wi-Fi 等、オンライン研修コースを受講するための通信設備が必要になります。

※Zoomのシステム要件等についてはZoomヘルプセンターをご確認ください。
(<https://support.zoom.us/hc/ja/articles/201362023>)

2 オンライン研修コース受講にあたっての留意点

- (1) 研修では、グループ（1班6名）で演習がありますが、画面共有を行っていただきますので、パソコンでご受講していただきます。
- (2) 演習時等、ファシリテーターや受講者との資料の共有（発表時や書記役の書記シートの共有）の際にZoomの画面共有機能の操作等があります。
- (3) 受講場所をご自宅・事業所を推奨します。特に、事業所で受講する場合は、周囲の音声を拾わないように、個室での受講や、ヘッドセットを着用しての受講をお願いします。
また、同じ空間でPCを複数使用する場合は、ハウリング防止のためヘッドセットを着用してください。（ヘッドセットは雑音が入りにくい「単一指向性」のものを推奨します。）
- (4) Zoomはブラウザでの受講も可能ですが、接続が不安定になること等が想定されるため、アプリの使用を推奨します。
- (5) Zoom使用にあたっては、Zoom規約をお読みいただき、同意をした上でご受講ください。
なお、Zoom利用時の損害、損失について、東京都及び財団は一切の責任を負いかねます。
- (6) 本研修は法定研修です。ご自宅で受講される場合、お子様やペットなどの面倒をみながらの研修受講はできません。

(1) **a** コース (2509Na1：オンライン研修コース)

動画名・番号		科目名称	時間※	受講日・受講方法
動画配信科目	オリエンテーション・研修資料	開講オリエンテーション	10分	令和7年9月26日 ～ 令和7年10月26日 配信動画を ケアマネ研修管理 システムで視聴
	講義動画①	1-1 1-2 介護保険制度の理念・現状及びケアマネジメント	約3時間	
		1-3 1-4 自立支援のためのケアマネジメントの基本	約5時間	
		1-6 1-7 人格の尊重及び権利擁護並びに介護支援専門員の倫理	約3時間	
	講義動画②	2-1 介護支援専門員に求められるマネジメント（チームマネジメント）	約2時間	
		2-2 2-3 地域共生社会の実現に向けた地域包括ケアシステムの深化及び地域の社会資源	約3時間	
		2-4 2-5 生活の継続を支えるための医療との連携及び多職種協働の意義	約3時間	
		2-6 2-7 ケアマネジメントに係る法令等の理解	約2時間	
	講義動画③	3-1 3-2 生活の継続及び家族を支える基本的なケアマネジメント	約3時間	
		3-3 3-4 脳血管疾患のある方のケアマネジメント	約4時間	
		3-5 3-6 認知症のある方及び家族等を支えるケアマネジメント	約4時間	
	講義動画④	4-1 4-2 大腿骨頸部骨折のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-4 4-5 心疾患のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-6 4-7 誤嚥性肺炎の予防のケアマネジメント	約3時間	
	講義動画⑤	5-1 ～ 5-5 高齢者に多い疾患等（糖尿病、高血圧、脂質異常症、呼吸器疾患、腎臓病、肝臓病、筋骨格系疾患、廃用症候群等）の留意点の理解	約2時間	
		5-6 5-7 看取りに関する事例	約4時間	
		5-9 5-10 地域共生社会の実現に向けた他方他制度の活用が必要な事例のケアマネジメント	約3時間	
研修（グループ演習）	1日目	アセスメント及び居宅サービス計画書等作成の総合演習	9:30 - 17:00	11/10（月） オンライン（Zoom）

※ 研修（グループ演習）の終了時間は予定です。詳細は、後日発送する「研修資料」をご確認ください。

(2) **b** コース (2509Nb1: オンライン研修コース)

動画名・番号		科目名称	時間※	受講日・受講方法
動画配信科目	オリエンテーション・研修資料	開講オリエンテーション	10分	令和7年9月26日 ～ 令和7年10月26日 配信動画を ケアマネ研修管理 システムで視聴
	講義動画①	1-1 1-2 介護保険制度の理念・現状及びケアマネジメント	約3時間	
		1-3 1-4 1-5 自立支援のためのケアマネジメントの基本	約5時間	
		1-6 1-7 1-8 人格の尊重及び権利擁護並びに介護支援専門員の倫理	約3時間	
	講義動画②	2-1 介護支援専門員に求められるマネジメント（チームマネジメント）	約2時間	
		2-2 2-3 地域共生社会の実現に向けた地域包括ケアシステムの深化及び地域の社会資源	約3時間	
		2-4 2-5 生活の継続を支えるための医療との連携及び多職種協働の意義	約3時間	
		2-6 2-7 ケアマネジメントに係る法令等の理解	約2時間	
	講義動画③	3-1 3-2 生活の継続及び家族を支える基本的なケアマネジメント	約3時間	
		3-3 3-4 脳血管疾患のある方のケアマネジメント	約4時間	
		3-5 3-6 3-7 認知症のある方及び家族等を支えるケアマネジメント	約4時間	
	講義動画④	4-1 4-2 4-3 大腿骨頸部骨折のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-4 4-5 心疾患のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-6 4-7 誤嚥性肺炎の予防のケアマネジメント	約3時間	
	講義動画⑤	5-1 ～ 5-5 高齢者に多い疾患等（糖尿病、高血圧、脂質異常症、呼吸器疾患、腎臓病、肝臓病、筋骨格系疾患、廃用症候群等）の留意点の理解	約2時間	
		5-6 5-7 5-8 看取りに関する事例	約4時間	
		5-9 5-10 地域共生社会の実現に向けた他方他制度の活用が必要な事例のケアマネジメント	約3時間	
研修（グループ演習）	1日目	アセスメント及び居宅サービス計画書等作成の総合演習	9:30 - 17:00	11/11（火） オンライン（Zoom）

※ 研修（グループ演習）の終了時間は予定です。詳細は、後日発送する「研修資料」をご確認ください。

(3) C コース (2509Nc1: オンライン研修コース)

動画名・番号		科目名称	時間※	受講日・受講方法
動画配信科目	オリエンテーション・研修資料	開講オリエンテーション	10分	令和7年9月26日 ～ 令和7年10月26日 配信動画を ケアマネ研修管理 システムで視聴
	講義動画①	1-1 1-2 介護保険制度の理念・現状及びケアマネジメント	約3時間	
		1-3 1-4 1-5 自立支援のためのケアマネジメントの基本	約5時間	
		1-6 1-7 1-8 人格の尊重及び権利擁護並びに介護支援専門員の倫理	約3時間	
	講義動画②	2-1 介護支援専門員に求められるマネジメント（チームマネジメント）	約2時間	
		2-2 2-3 地域共生社会の実現に向けた地域包括ケアシステムの深化及び地域の社会資源	約3時間	
		2-4 2-5 生活の継続を支えるための医療との連携及び多職種協働の意義	約3時間	
		2-6 2-7 ケアマネジメントに係る法令等の理解	約2時間	
	講義動画③	3-1 3-2 生活の継続及び家族を支える基本的なケアマネジメント	約3時間	
		3-3 3-4 脳血管疾患のある方のケアマネジメント	約4時間	
		3-5 3-6 3-7 認知症のある方及び家族等を支えるケアマネジメント	約4時間	
	講義動画④	4-1 4-2 4-3 大腿骨頸部骨折のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-4 4-5 心疾患のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-6 4-7 誤嚥性肺炎の予防のケアマネジメント	約3時間	
	講義動画⑤	5-1 ～ 5-5 高齢者に多い疾患等（糖尿病、高血圧、脂質異常症、呼吸器疾患、腎臓病、肝臓病、筋骨格系疾患、廃用症候群等）の留意点の理解	約2時間	
		5-6 5-7 5-8 看取りに関する事例	約4時間	
		5-9 5-10 地域共生社会の実現に向けた他方他制度の活用が必要な事例のケアマネジメント	約3時間	
研修（グループ演習）	1日目	アセスメント及び居宅サービス計画書等作成の総合演習	9:30 - 17:00	11/13（木） オンライン（Zoom）

※ 研修（グループ演習）の終了時間は予定です。詳細は、後日発送する「研修資料」をご確認ください。

(4) **d** コース (2509Nd1：集合研修コース)

	動画名・番号	科目名称	時間※	受講日・受講方法
動画配信科目	オリエンテーション・研修資料	開講オリエンテーション	10分	令和7年9月26日 ～ 令和7年10月26日 配信動画を ケアマネ研修管理 システムで視聴
	講義動画①	1-1 1-2 介護保険制度の理念・現状及びケアマネジメント	約3時間	
		1-3 1-4 1-5 自立支援のためのケアマネジメントの基本	約5時間	
		1-6 1-7 1-8 人格の尊重及び権利擁護並びに介護支援専門員の倫理	約3時間	
	講義動画②	2-1 介護支援専門員に求められるマネジメント（チームマネジメント）	約2時間	
		2-2 2-3 地域共生社会の実現に向けた地域包括ケアシステムの深化及び地域の社会資源	約3時間	
		2-4 2-5 生活の継続を支えるための医療との連携及び多職種協働の意義	約3時間	
		2-6 2-7 ケアマネジメントに係る法令等の理解	約2時間	
	講義動画③	3-1 3-2 生活の継続及び家族を支える基本的なケアマネジメント	約3時間	
		3-3 3-4 脳血管疾患のある方のケアマネジメント	約4時間	
		3-5 3-6 3-7 認知症のある方及び家族等を支えるケアマネジメント	約4時間	
	講義動画④	4-1 4-2 4-3 大腿骨頸部骨折のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-4 4-5 心疾患のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-6 4-7 誤嚥性肺炎の予防のケアマネジメント	約3時間	
	講義動画⑤	5-1 ～ 5-5 高齢者に多い疾患等（糖尿病、高血圧、脂質異常症、呼吸器疾患、腎臓病、肝臓病、筋骨格系疾患、廃用症候群等）の留意点の理解	約2時間	
		5-6 5-7 5-8 看取りに関する事例	約4時間	
		5-9 5-10 地域共生社会の実現に向けた他方他制度の活用が必要な事例のケアマネジメント	約3時間	
	研修（グループ演習）	1日目 アセスメント及び居宅サービス計画書等作成の総合演習	9:30 - 17:00	11/12（水） 集合（財団）

※ 研修（グループ演習）の終了時間は予定です。詳細は、後日発送する「研修資料」をご確認ください。

☆集合研修コースの会場詳細

会場略称	会場正式名称	交通機関最寄駅
財団	公益財団法人東京都福祉保健財団 (新宿区西新宿2-7-1新宿第一生命ビルディング19階)	都営地下鉄大江戸線「都庁前駅」/東京メトロ丸ノ内線「西新宿駅」/都営新宿線、JR・私鉄各線「新宿駅」

(5) e コース (2509Ne1：集合研修コース)

	動画名・番号	科目名称	時間※	受講日・受講方法
動画配信科目	オリエンテーション・研修資料	開講オリエンテーション	10分	令和7年9月26日 ～ 令和7年10月26日 配信動画を ケアマネ研修管理 システムで視聴
	講義動画①	1-1 1-2 介護保険制度の理念・現状及びケアマネジメント	約3時間	
		1-3 1-4 1-5 自立支援のためのケアマネジメントの基本	約5時間	
		1-6 1-7 1-8 人格の尊重及び権利擁護並びに介護支援専門員の倫理	約3時間	
	講義動画②	2-1 介護支援専門員に求められるマネジメント（チームマネジメント）	約2時間	
		2-2 2-3 地域共生社会の実現に向けた地域包括ケアシステムの深化及び地域の社会資源	約3時間	
		2-4 2-5 生活の継続を支えるための医療との連携及び多職種協働の意義	約3時間	
		2-6 2-7 ケアマネジメントに係る法令等の理解	約2時間	
	講義動画③	3-1 3-2 生活の継続及び家族を支える基本的なケアマネジメント	約3時間	
		3-3 3-4 脳血管疾患のある方のケアマネジメント	約4時間	
		3-5 3-6 3-7 認知症のある方及び家族等を支えるケアマネジメント	約4時間	
	講義動画④	4-1 4-2 4-3 大腿骨頸部骨折のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-4 4-5 心疾患のある方のケアマネジメント	約3時間	
		4-6 4-7 誤嚥性肺炎の予防のケアマネジメント	約3時間	
	講義動画⑤	5-1 ～ 5-5 高齢者に多い疾患等（糖尿病、高血圧、脂質異常症、呼吸器疾患、腎臓病、肝臓病、筋骨格系疾患、廃用症候群等）の留意点の理解	約2時間	
		5-6 5-7 5-8 看取りに関する事例	約4時間	
		5-9 5-10 地域共生社会の実現に向けた他方他制度の活用が必要な事例のケアマネジメント	約3時間	
	研修（グループ演習）	1日目 アセスメント及び居宅サービス計画書等作成の総合演習	9:30 - 17:00	11/14（金） 集合（あいおい）

※ 研修（グループ演習）の終了時間は予定です。詳細は、後日発送する「研修資料」をご確認ください。

☆集合研修コースの会場詳細

会場略称	会場正式名称	交通機関最寄駅
あいおい	あいおいニッセイ同和損保新宿ビル （渋谷区代々木3-25-3）	都営地下鉄大江戸線「都庁前駅」/都営新宿線、JR・私鉄各線「新宿駅」