

◆ 新型インフルエンザ相談窓口 ◆

急な発熱など感染が疑われるときは
●午前9時～午後9時(平日・休日とも)
新宿区発熱相談センター ☎(5273) 3836
●午後9時～翌日午前9時(平日・休日とも)
東京都発熱相談センター ☎(5320) 4509
一般的な相談は
●午前8時30分～午後5時15分(平日)
新宿区保健所保健予防課 ☎(5273) 3862
牛込・四谷・西新宿・落合の各保健センター



牛込保健センター 井天町50 ☎(3260) 6231
四谷保健センター 四谷4-17 ☎(3351) 5161
西新宿保健センター 西新宿7-5-8 ☎(3369) 7151
落合保健センター 下落合4-6-7 ☎(3952) 7161

専門医による

呼吸器健康相談

【日時】7月3日(金)午後1時30分～4時
【会場】西新宿保健センター
【対象】区内在住の15歳以上で、せき・たん・息切れなど呼吸器の症状でお悩みの方、10名程度
【内容】問診・胸部X線撮影・肺機能検査・専門医の診察と保健師の指導。すでに診断を受けている方の療養相談もお受けします。

【申込み】電話で6月26日(金)までに健康推進課公害保健係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3048へ。
【日時】6月19日(金)午後1時30分～3時30分
【対象】妊娠5～8か月程度の方、20名
【内容】妊娠後期・産後の運動と過ごし方、骨盤のケア

マタニティーセミナー

産前・産後のボディケア

【日時】7月1日(水)午後1時30分～3時30分
【対象】関節リウマチまたはその疑いがあると診断されている方、家族の方
【内容】専門医(平形道人・慶應義塾大学病院リウマチ内科医師)と理学療法士による個別相談・リハビリ指導
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。

ウイズ新宿 資料室を休めます

6月22日(月)は、図書等の特別整理のため休みます。閲覧・貸し出し・予約本の受け取りはできません。図書の返却は返却ポストをご利用ください。会議室・ワーク室等は通常どおり利用できます。
【問合せ】男女共同参画課 ☎(3341) 0801へ。

育児講演会

子育てママの気持ちが楽になるヒント

【日時】6月29日(月)午前10時～12時
【対象】区内在住で乳幼児を子育て中のママさん、20名
【講師】野村一枝(子どもの虐待防止センター専門相談員)
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。託児あり(先着15名)。

リウマチ療養相談

【日時】7月1日(水)午後1時30分～3時30分
【対象】関節リウマチまたはその疑いがあると診断されている方、家族の方
【内容】専門医(平形道人・慶應義塾大学病院リウマチ内科医師)と理学療法士による個別相談・リハビリ指導
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。

母親学級(土曜日・2日制)

初めて赤ちゃんを迎えるお母さんへ

【日時・内容】7月4日(土)：もく浴実習、妊娠中の歯の健康
7月11日(土)：安産のためのリラクゼーション・妊娠中の食生活の話、いずれも午前9時30分～12時

平成21年5月15日号「広報しんじゅく」6面「ワイレჯ女山湖観光バスのご利用を」に誤りがありました

【コース・日程】中、「バスツアーの申し込みには、事前にワイレჯ女山湖の宿泊予約が必要で、」を削除します。バスツアーを申し込みの方は、バス受付窓口・あんしん宿予約センター ☎(3263) 1415(午前10時～午後6時、木曜日、午後6時30分～8時30分、全13回)
【会場】新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】区内在住・在勤で社交ダンス経験2年以上の方、70名(初心者不可)
【内容】ワルツ・タンゴ・ロンバ・チャチャチャ
【費用】8千円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに記載例(2面参照)のほか、年齢・性別・経験年数・在勤の方は勤務先の名称を記入し、6月18日(必着)までに区ダンススポーツ連盟・今泉 ☎(1690075) 高田馬場4-35-13、カルムビル ☎(5348) 2951へ。先着順。

両親学級

もうすぐお父さん、お母さんになる方へ

【日時】7月8日(水)午後1時30分～4時
【内容】実習「赤ちゃんのお風呂の入れ方」と、先輩パパ(臨床心理士)の話「夫婦の会話は赤ちゃんにとって大切です」
【持ち物】母子健康手帳
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着25組。



区民ダンスクラブ

【日時】6月28日(日)午後5時30分～8時30分
【対象】区内在住・在勤の方と連盟会員の方、100名
【内容】ダンスパーティー
【費用】800円
【会場・申込み】当日直接、新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)へ。先着順。

ハードテニス教室

【日時】7月3日～24日の火・金曜日(21日(火)を除く)、午後7時30分～9時30分、全6回
【会場】大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)
【対象】区内在住・在勤の18歳以上で、初心者・中級程度の方、35名
【費用】5千円(保険料を含む)
【主催・申込み】往復はがきに記載例(2面参照)のほか年齢・性別を記入し、6月20日(必着)までに区硬式庭球連盟・古山寛 ☎(1620041) 早稲田鶴巻町35 ☎(3202) 5876へ。応募者多数の場合は抽選。

社交ダンス

技術認定講習会

【日時】7月2日～9月24日の

年に1度の健康チェック・無料健康診査(7月分)

対象者・実施場所

Table with 3 columns: 健診の実施場所 (保健センター, 区民健康センター, 区の委託医療機関) and 3 rows of target groups (16-39 years, 40-74 years, 75+ years).

(※1) 健診票は必要ありません。右記ア・イに電話で予約してください。
(※2) 健診票(5月29日に対象者の方全員に発送しています)をご用意の上、右記ア～ウに電話で予約してください。
(※3) 健診票(18年度以降に区の委託医療機関(区内診療所等)で健診を受けた方には4月末に発送しています)をご用意の上、右記イ・ウに電話で予約してください。健診票がお手元のない方は、電話で健康推進課健診係 ☎(5273) 4207へ請求してください。

▶新宿区の国民健康保険に加入している40歳～74歳の方には、メタボリックシンドロームに着目した健康診査(特定健診・特定保健指導)を実施しています。
▶40歳～74歳で国民健康保険以外の健康保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合)に加入している方(被扶養者を含む)の特定健診は、各医療保険者が実施します。詳しくは、各医療保険者へお問い合わせください。

健診内容 ※診断書は発行しません。
問診、身体・腹囲測定、血圧、尿検査、血液検査ほか。50歳以上の男性で希望する方は、前立腺がん検診(200円)を同時に受診できます。

7月の日程 毎月5日号の「広報しんじゅく」で翌月の日程をお知らせします。

ア 保健センター(2日制) 保健センター専用健診予約センター ☎(3200) 1508へ 健診希望日の8日前までに予約(月～金曜日の午前9時～午後6時)

健診と結果説明の2日制。両日とも会場へおいでください。
【日時・会場】下表のとおり。時間は午前9時～11時
【結果説明】3～4週間後の指定日に、医師による結果説明と健康相談を実施
【追加検査(土曜日を除く)】骨粗しょう症予防検診(20歳以上の方・300円)

Table with 5 columns: 健診会場, 健診日, 結果説明, 健診会場, 健診日, 結果説明. Rows for 第1回, 第2回, and 土曜健診.

イ 区民健康センター ☎(3208) 2222へ予約 (新宿7-26-4) (月～金曜日の午前8時30分～午後5時)

【日時】月～金曜日と7月12日(日)。時間は午前中
【結果通知】3～4週間後に郵送で通知
【追加検査(日曜日を除く)】骨粗しょう症予防検診・がん検診(各検診ごとに曜日を決めて実施・20歳以上の方・有料)

ウ 区の委託医療機関(区内診療所など)

【申込み】健診票に同封の一覧表からご希望の医療機関を選び、直接予約
【結果通知】後日、対面等で通知
【追加検査】がん検診(有料)を実施している医療機関もあります。一覧表でご確認ください。

【問合せ】健康推進課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 4207へ。