

★★★★★★★保健だより各事業の問い合わせ先★★★★★★★

新宿区保健所 (健康推進課・衛生課・保健予防課)	☎(3209)1111 Ⓛ160-0022新宿5-18-21
牛込保健センター	☎(3260)6231 Ⓛ162-0851弁天町50
四谷保健センター	☎(3351)5161 Ⓛ160-0004四谷4-17
西新宿保健センター	☎(3369)7151 Ⓛ160-0023西新宿7-5-8
落合保健センター	☎(3952)7161 Ⓛ161-0033下落合4-6-7
区民健康センター	☎(3208)2222 Ⓛ160-0022新宿7-26-4

区民健康センター事業

健康相談		月～金曜日	午前9時～10時30分受付
健康診査		月・火・木・第1・3・5金曜日	午前9時～10時30分受付
骨粗しょう症検診		水曜日	午後1時受付
がん検診	胃がん検診	水曜日	午前8時45分～9時30分受付
	大腸がん検診(便潜血反応検査)	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
	子宮頸部がん検診	水曜日	午後1時受付
	肺がん検診	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
	前立腺がん検診	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
総合健診(健康診査+がん検診)		火曜日	午前8時30分～9時45分受付
日曜総合健診(健康診査+がん検診)		年6回(詳しくは後日「広報しんじゅく」でお知らせします)	
日曜健診		詳しくは後日、「広報しんじゅく」でご案内します。	
精密検査	午前		午後
	月	_____	眼科検査(☆)、呼吸器検査、CT検査・ヘリカルCT肺がん検査(☆)
	火	腹部超音波検査	循環器(心電図)検査、消化器X線検査、CT検査・ヘリカルCT肺がん検査(☆)
	水	胃内視鏡(胃カメラ)検査	婦人科検査(☆)、消化器X線検査、アレルゲン検査
	木	大腸肛門科検査	循環器(心電図)検査、呼吸器検査
	金	脳波検査、CT検査・ヘリカルCT肺がん	消化器X線検査、腹部超音波検査

※総合健診・日曜総合健診等のがん検診に子宫頸部がん検診は含まれません。健康診査と併せて、50歳以上の男性の希望者に前立腺がん検診を実施しています。肝炎ウイルス検査を実施しています(過去に受けたことがない方は無料)。詳しくは、お問い合わせください。

【対象】栄養士・調理師等の資格をお持ちの方、関心のある方
36名

- リウマチによる痛み・変形
予防や軽減のために

【講師】区水泳連盟指導員・京女子医科大学病院医師・看護師ほか
【申込み】所定の申込書を、
月15日㈬までに健康推進課公
保健係（第2分庁舎分館1階）
☎（5273）3048へ郵送
（必着）またはお持ちください。
申込書は電話で同係へ請求して
ください。

- ◆ 新型インフルエンザ相談窓口 ◆
- 急速な発熱など感染が疑われるときは
- 平日（午前9時～午後5時）
新宿区発熱相談センター☎ (5273) 3836
- 平日夜間（午後5時～翌日午前9時）
土・日曜日、祝日（24時間対応）
東京都発熱相談センター☎ (5320) 4509
- 一般的な相談は
- 平日（午前8時30分～午後5時15分）
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

保 健 だ よ り

7月の健康相談

保健センター事業

事業名	担当	日	時間	内容
歯科衛生相談	牛込	2・9★・16○(木)	9:00～10:30	予約制。 ○印…はじめて歯科相談（1歳児） ★印…にこにこ歯科相談（2歳児） むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方
	四谷	3○・10★・17金	13:30～15:00	無印…一般歯科相談 歯や歯ぐき等の相談・歯磨きの仕方
	西新宿	1○・8★・15水		
	落合	7○・14★・21火	9:00～10:30	
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	牛込	16木	9:00～10:30	予約制（乳幼児対象）。専門の歯科医による口の機能についての相談
	西新宿	1水	13:30～15:00	
母親学級	牛込	4土・11土	9:30～12:00	予約制。もく浴・安産のための実習、歯の健康と栄養の話、塩分測定など。
	四谷	3・10・17金	13:30～16:00	●平日は3日制（四谷・落合）
	落合	7・14・21火	9:30～12:00	●土曜日は2日制（牛込）
育児相談	牛込		13:30～14:00	個別相談（1歳未満）
			14:00～14:30	個別相談（1歳～3歳）
			14:30～15:30	ふれあいグループ（4～12か月児の子育て情報交換）
	四谷	1水	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ（子育て情報交換）
	西新宿	1水	10:30～11:30	【会場】高田馬場第二児童館
		2木	10:30～11:30	【会場】百人町児童館
		9木	10:30～11:30	【会場】北新宿第一児童館
		13月	10:30～11:30	【会場】西新宿児童館
	落合	15水	10:00～11:30	まめっこ（5～10か月児の子育て情報交換）
すこやか子ども発達相談	四谷	14火	14:00～16:00	小児科専門医による発達相談。予約制。申し込みは地区の保健センターへ。
育児・おっぱい相談	西新宿	14火	13:30～14:30	保健師・助産師・栄養士の個別指導。おっぱい相談は予約制。
育児（双子の会）	落合	14火	13:30～15:00	子育て情報交換 (初めての方はお問い合わせください)
はじめまして赤ちゃん応援教室	牛込	7火	13:30～15:30	予約制。 妊娠している方と4か月くらいまでの お子さんのお母さんの育児体験教室
	西新宿	14火		
	落合	28火		
	四谷	1水		妊娠している方（予約制）と21年4月生まれの お子さんのお母さん（個別通知制）の育児体験教室
離乳食講習会	牛込	21火	13:30～15:30	6～7か月児。予約制。 離乳食の話・調理実演、事故予防の話
	四谷	16木		
	落合	22水		
精神保健相談	牛込	28火	14:00～16:15	予約制。 精神科医師による、思春期から高齢期（認知症を含む）までの「こころ」の相談
	四谷	24金	14:00～15:30	
	西新宿	6月	13:15～15:30	
		17金	9:15～11:30	
	落合	10金	14:15～16:30	
うつ専門相談	牛込	14火	14:00～16:15	予約制。精神科医師による相談
パーキンソン体操教室	西新宿	6月	13:30～15:30	パーキンソン病の方とその家族対象。 運動療法と患者・家族の交流
	落合	17金（講演会）	14:30～16:30	
訪問指導	牛込	6月・27月	13:30～15:30	予約制。理学療法士・作業療法士の訪問によるリハビリ等に関するアドバイス・実技指導。 ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問による栄養・歯科に関するアドバイス・実技指導は随時実施。予約制。
	四谷	9木・23木		
	西新宿	1水・27月		
	落合	3金・24金		

※母子関係の事業には母子健康手帳をお持ちください

健康部（保健所）事業

健康部（保健所）事業				
事業名	日	時間・会場	申込み	内容
認知症専門相談	8木	14:00～16:15 新宿区保健所	各保健センター保健サービス係へ。	予約制。認知症の心配や介護でお困りの家族の方・ケアスタッフの相談に専門医が応じます。
専門医によるぜん息予防・アレル	30木	13:30～16:00 落合保健センター	健康推進課公害保健係☎(5273)3048	予約制。15歳未満対象。専門医・保健師・栄養士によるぜん息、アトピー性皮膚炎などのアレル

国民年金保険料 納付が困難なときは ご相談を