



一斉公開

建築パトロール

●10月11日～17日は全国一斉違反建築防止週間
【実施日】10月14日(火)～17日(金)
【対象】主に現在工事中の建築物
【内容】建築現場の実地調査・改善指導
【問合せ】建築指導課 監察調査係(本庁舎8階) ☎(5273) 3735へ。



落一町連大運動会

●8町会・自治会合同の運動会
【日時】10月12日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)
【会場】落合中央公園野球場(上落合1-2)
【主催】落合第一地区町会連合会
【問合せ】落合第一特別出張所 ☎(3951) 9196へ。

このはなコンサート

●ツノハズ・J-POP ナイト〜次世代を担うアーティスト
【日時】11月9日(日)午後5時開演
【会場】角筈区民ホール(西新宿4-33-7)
【出演】アルケミスト
【内容】オリジナル曲
【費用】無料
【申込み】往復はがきに記載例(3面参照)のほか年齢・同伴者氏名(1名まで)を記入し、10月20日(必着)までに角筈地域センター(〒160-0023西新宿4-

33-7) ☎(3377) 1373へ。定員236名。重複申し込みは無効。応募者多数の場合は抽選。

日本文化を楽しむ

●一度はやってみたい「写経」
【日時】10月19日(日)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤の方、20名
【内容】写経の心構え・作法
【費用】300円
【会場・申込み】費用をお持ちの上、当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209) 3961へ。先着順。

育児ママのための

再就職準備講座

【日時】10月30日(木)・11月6日(木)、午前10時～午後2時、2日間コース
【会場】ゆつたりーの(北山伏町2-17)
【対象】区内在住の方、20名程度。託児あり
【内容】再就職の準備に向けたワークショップ形式の講義(上田晶美・キャリアアドバイザー)とキャリアアドバイザーによる相談
【費用】無料
【申込み】電話かファックス(記載例(3面参照))のほか託児希望の方は子どもの氏名・年齢を記入)で、10月15日(木)までにウイズ新宿(男女共同参画推進センター) ☎(3341) 0801(日曜日・祝日を除く)午前8時30分～午後5時 ☎(3341) 0740へ。インターネットの電子申請も利用できます(新宿区ホームページからリンク)。応募者多数の場合は抽選。

「オレ流地域のすずめ」男子厨房に入る講座

【日時・内容】①11月8日(土)：講演「地域はここがおもしろい」、②15日(土)：調理実習「みんなで囲む大皿料理」、③29日(土)：調理実習「魚をさばいて、つまみづくり」、いずれも午前10時～午後1時(①は午後0時まで)
【会場】①は戸塚特別出張所(高田馬場1-17-20)、②③は落合第一地域センター(下落合4-6-7)
【対象】区内在住のおおむね40歳以上の男性で、原則として3日とも参加できる方、20名
【講師】鶴岡征夫(東京都府士協会新宿支部長)、桑原三郎(NPO法人よろずや余之助)
【費用】千円
【申込み】電話かファックスに記載例(3面参照)のほか年輪を記入し、10月20日(月)までに区社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター ☎(5273) 9191・☎(5273) 3082へ。応募者多数の場合は抽選。

中小企業で働くための講座

(1)ネゴシエーション(交渉力向上)研修
【日時】11月29日(土)午前10時～午後5時30分
【会場】BIZ新宿(西新宿6-8-2)
【費用】2千500円
(2)パソコン講座
【日時・内容】月々金曜日：午前10時～午後8時30分、土曜日：午前10時～午後5時30分(第1・第3・第5日曜日と祝日を除く)のうち2日間までのフリータイムによる個別指導。14講座から1講座を選択。学習内容の希望もできます。①パソコン超初心者、②インターネット、③ワード初級、④ワード中級、⑤ワード上級、⑥エクセル初級、⑦エクセル中級、⑧エクセル10、⑨デジタルカメラ、⑩パワーポイント、⑪アクセス、⑫フォトショップ6.0、⑬イラストレーター9.0
【会場】パソコンレッジ高田馬場校(高田馬場3-3-1)
【費用】2万1千500円
……(以下共通)……
【対象】区内在住で中小企業に勤める方と区内の中小企業に勤める方、(1)は20名、(2)は60名
【申込み】はがきに記載例(3面参照)のほか勤務先の名称・所在地・電話番号、(2)は希望講座(①～⑭の別)を記入し、10月27日(必着)までには新宿(勤労者福祉センター) ☎(1600) 0022(新宿5-18-21) ☎(3208) 2311へ。はがきは1人1枚。応募者多数の場合は抽選。(1)は応募が10名に満たないときは中止し、結果を11月4日(火)までにお知らせします。(2)は当選者のみ結果と受講案内を11月4日(火)までにお送りします。



区民ダンス大会

【日時】10月19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、新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)へ。先着順。
【主催・問合せ】区ダンススポーツ連盟・今泉 ☎(5348) 2951へ。

年に1度の健康チェック・無料健康診査(11月分)

■対象者・実施場所
区が実施する健康診査の対象
保健センター 区民健康センター 区の委託医療機関

Table with 4 columns: 区が実施する健康診査の対象, 保健センター, 区民健康センター, 区の委託医療機関. Rows include age groups: 16歳～39歳の方, 40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方, 75歳以上の方.

※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・保健指導)を実施しています。
※健康保険組合・共済組合・全国健康保険協会管掌健康保険(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)へは、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保険者へお問い合わせください。

■受診の申込み ■健診票が届いたらご希望の実施場所(右記ア～ウ)へ予約

▶下表に該当する方へは健診票と受診のご案内を送ります

Table with 2 columns: 対象, 送付時期. Rows describe age groups and insurance status, and specify delivery dates for health check tickets.

▶誕生月より早く受診したい方、上表に該当しない75歳以上の方・生活保護を受けている方で受診を希望する方は、電話で健康推進課地域保健係(本庁舎7階) ☎(5273) 3047へ健診票を請求してください
★16歳～39歳の方は予約時に健診票は必要ありません。右記ア・イに予約してください。

■11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

【各実施場所共通】 診断書は発行しません。
【健診内容】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。

ア 保健センター(2日制) 健診予約センター ☎(3200) 1508へ健診希望日の11日前までに予約(月～土曜日の午前9時～午後5時)

健診と結果の2日間制。両日とも会場へおいでください。
【日時・会場】下表のとおり。時間は午前中。※は土曜健診
【結果通知】約1か月後の結果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: 健診の実施場所, 牛込保健センター(弁天町50), 四谷保健センター(四谷4-17), 西新宿保健センター(西新宿7-5-8), 落合保健センター(下落合4-6-7). Rows show health check dates and result dates.

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～金曜日と第3日曜日(11月16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、受診した医療機関から通知

【問合せ】▶特定健診・特定保健指導…医療保険年金課特定健診保健指導係(本庁舎4階) ☎(5273) 4207、▶16歳～39歳・75歳以上の方の健診、がん検診、骨粗しょう症予防検診…健康推進課地域保健係(本庁舎7階) ☎(5273) 3047へ。