



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 物忘れ相談

【日時】1月23日(火)午後2時～4時
【対象】区内在住で物忘れでお悩みの方、5名程度

【内容】個別相談(櫻井博文・東京医科大学病院老年病科医師)
【会場・申込み】電話で予防課保健指導係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3862へ。先着順。

消費者懇談会

●遺伝子組換え食品について

【日時】1月29日(月)午後2時～4時(1時30分から受け付け)
【会場】新宿消費生活センター(高田馬場4-10-2)
【対象】区内在住・在勤の方、40名
【内容】講演「遺伝子組換え食品の安全安心」(蒲生恵美・目)

年に一度の健康チェック 生活習慣病予防健診を受けましょう

生活習慣病は、定期的に生活を見直し、早期発見することが大切です。健康診断は1年度に1回受診できます(診断書は発行しません)。
【2月の日程・会場】

会場	①健診・歯科	②結果(骨密度測定・相談)
牛込保健センター	1・15(木)	8・22(木)
四谷保健センター	2(金)	9(金)
西新宿保健センター	7・21(水)	14・28(水)
落合保健センター	1・15(木)	8・22(木)

※受付時間は健診・結果とも午前9時～10時
【対象】区内在住の20歳～54歳と、区内在住の55歳～64歳で今年度成人健康診断を受診していない方、各50名
【内容】①基本健診(身体計測・腹囲計測・血液検査・胸部X線撮影・心電図等検査)、②結果説明と健康・栄養相談
※歯周疾患(歯と歯ぐき)検診・歯磨き指導・骨密度測定は希望する方が対象です。
【費用】基本健診…800円、歯周疾患検診…400円、骨密度測定…300円。胃がんにしやすい胃炎の有無を調べる血液検査(ペプシノゲン法)(19年3月31日現在40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方)…100円、前立腺がん検診(50歳以上の男性の方)…200円
【申込み】電話で希望する保健センターへ。

白学人間社会学部専任講師)と簡易実験「遺伝子組換え食品判別試験」
【費用】無料
【申込み】電話で衛生課食品係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3827へ。先着順。
※参加者には、新宿区食品衛生協会から遺伝子組換えの花を差し上げます。

女性ホルモンについて もっと知ろう

●月経前症候群から更年期まで

【日時・内容】①1月30日(火)：講演「女性ホルモンについて専門医の立場から」(堀口雅子/元虎の門病院産婦人科医師・銀座女性成人病クリニック医師)②2月1日(水)：実習「リフレクシヨガ」(ヨガインストラクター・保健師)と、話「きれいと健康を保つ食べ方」(栄養士)いずれも午後2時30分～4時30分。②は動きやすい服装をお願いください。

【対象】区内在住の方、30名
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。

骨粗しょう症予防検診

【日時・会場】①1月31日(水)午後1時～3時：牛込保健センター
②2月8日(木)午後1時30分～3時：西新宿保健センター

精神障害者就労支援のための 情報交換会

精神障害のある方の「働きたい」という思いをかなえるために何ができるのか、支援者と一緒に考えるシンポジウムです。
【日時】1月31日(水)午後6時30分～9時
【会場】新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-17)
【対象】精神障害者の方の職場受け入れに関心がある事業所、精神障害者就労支援関係機関の職員、精神障害者の家族の方ほか、50名
【参加者】梶原友雄(ヤマト運輸(株)南東京主管支店事務管理センター長)、佐織壽雄(富士ソフト企画(株)カウンセラー)、天野貴彦(町田市障がい者就労・生活支援センターらいむセンター長)、新宿公共職業安定所職業相談員ほか
【申込み】電話かファックス(催し名・住所・氏名・電話番号・勤務先と所属を記入)で予防課予防係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3859・☎(5273)3820へ。先着順。

気管支ぜん息等の 医療費を助成

【対象】都内に引き続き1年(3歳未満の方は6か月)以上在住の18歳未満で、気管支ぜん息・慢性気管支炎・ぜん息性気管支炎・肺気腫と診断されている方
【助成内容】対象疾病の治療に要する健康保険の自己負担分を助成
【申請に必要なもの】①主治医診療報告書(申請日から1か月以内に医師が記載したもの。用紙は計画推進課公害保健係で配布)、②健康保険証
※医療費の助成開始日は、申請書等の提出日です。
【問合せ】計画推進課公害保健係(本庁舎7階) ☎(5273)3048へ。

3時30分：落合保健センターへ。先着順。予約制。
【対象】区内在住の20歳以上の方、各40名(医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)
【内容】骨密度測定(超音波法)、医師の結果説明、予防のための食事・運動の話と個別の保健・栄養相談
【費用】300円

女性ホルモンのこと もっと知ろう

●元気にマタニティー生活を
楽しむために

【日時】2月2日(金)午後1時30分～3時30分
【対象】妊娠5～8か月くらいの方、20名
【内容】安産のために役立つ運動・リラクゼーションの話と実技
【持ち物】母子健康手帳
【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。先着25組。

ママニティーセミナー

●もうすぐ赤ちゃんを迎える
カップルへ
【日時】2月17日(土)午前9時30分～午後0時30分
【内容】実習「赤ちゃんのお風呂」と臨床心理士による講演「夫婦で会話していますか？」
【持ち物】母子健康手帳・エプロン
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着25組。

【申込み】電話で①は牛込保健センター、②は落合保健センターへ。先着順。予約制。
【費用】300円

パパ・ママ学級

●もうすぐ赤ちゃんを迎える
カップルへ

【日時】2月17日(土)午前9時30分～午後0時30分
【内容】実習「赤ちゃんのお風呂」と臨床心理士による講演「夫婦で会話していますか？」
【持ち物】母子健康手帳・エプロン
【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着25組。

2月の各種相談					※複雑な相談内容には資料をお持ちください。					
相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先	相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先	
区民相談	月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	本庁舎1階 区民相談コーナー	区政情報センター ☎(5273)4585	女性相談	月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	第2分庁舎1階	生活福祉課相談係 ☎(5273)4552	
法律相談・交通事故相談	水・木曜日(祝日等除く)	13:00～15:30(当日9:00から電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	区政情報課広聴係 ☎(5273)4065	女性総合相談	月曜日(祝日等除く)	10:00～16:00	男女共同参画・平和担当 電話相談 ☎(5273)3646(本庁舎3階)・面接相談 ☎(5273)4088(電話予約)(第1分庁舎2階区民相談室)	ウィズ新宿(男女共同参画推進センター)(荒木町16) 電話相談 ☎(3353)2000・面接相談 ☎(3341)0801(電話予約)	
行政相談	2・16(金)	13:00～16:00		総務課総務係 ☎(5273)3505	子どもと家庭の総合相談	月～土曜日(祝日等除く)				8:30～17:00
人権・身の上相談	2・16(金)	13:00～16:00	新宿消費生活センター(高田馬場4-10-2) ☎(3365)6000	B I Z新宿(西新宿6-8-2) 商工観光課 ☎(3344)0702	子ども家庭相談	地域子育て支援センターふたば・原町みゆき、ゆたりの、児童センター、こども館、児童館へ。				
消費生活相談	月～金曜日(祝日等除く)	電話…9:00～16:00、来所…9:30～11:30・13:00～15:30			中央図書館(下落合1-9-8) ☎(3364)1421 角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010	家庭相談	月～金曜日(祝日等除く)	13:00～17:00	本庁舎2階	子ども家庭課子ども家庭相談係 ☎(5273)4558
商工相談・内職相談	月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010	ひとり親相談		月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	子ども家庭課子ども家庭相談係 ☎(5273)4558		
図書館でのビジネス情報支援相談会	17(土)	13:00～17:00(申込書で予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	税務課税務係 ☎(5273)4135	子育て電話相談	火～金曜日(祝日等除く)	13:00～15:00	お近くの公私立の各保育園へ。		
緑化(園芸・盆栽)相談	5(月)	13:30～15:30		新宿区障害者福祉協会(区立障害者福祉センター内) ☎・☎(5292)7890へ。ピア・カウンセリングとは、障害者とその家族等が自らの体験に基づいて相談に応じることです。	発達相談	月～金曜日(祝日等除く)	9:00～17:00	子ども発達センター(西落合1-30-10) ☎(3953)1322		
福祉サービスに関する法律相談	19(月)	14:00～16:00(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	福祉部管理課管理係 ☎(5273)3623	教育相談	月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	教育センター(大久保3-1-2) ☎(3232)3071		
成年後見・権利擁護相談	水・金曜日(祝日等除く)	13:00～16:00(電話予約)		福祉部管理課管理係 ☎(5273)3623	電話教育相談			教育センター(大久保3-1-2) ☎(3232)2711		
障害者一般相談	毎日(センター休館日を除く)	24時間随時受付	第1分庁舎2階 区民相談室	住宅課住宅係 ☎(5273)3567	児童相談	電話…月～金曜日9:00～20:30、土・日曜日、祝日9:00～17:00、来所…月～金曜日9:00～17:00				
ピア・カウンセリング	月～金曜日(祝日等除く)	9:00～17:00			住宅課住宅係 ☎(5273)3567	年金・労務等無料相談	9日(金)	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎(5324)0676
住み替え相談	2・9・16・23(金)	13:00～16:00(電話予約)	第1分庁舎2階 区民相談室	住宅課住宅係 ☎(5273)3567	不動産登記無料相談	13日(水)	13:00～16:00	区役所第1分庁舎2階区民相談室	主催・東京司法書士会新宿支部 ☎(3363)6155 東京土地家屋調査士会新宿支部 ☎(5386)2990	
不動産取引相談	2・9・16・23(金)	13:00～16:00(電話予約)			住宅課住宅係 ☎(5273)3567	行政手続無料相談	6・20日(火)	12:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都行政書士会新宿支部 ☎(5332)5625
マンション管理相談	9・23(金)	13:00～15:50(電話予約)	大久保特別出張所(大久保2-12-7)	建築課建築企画係 ☎(5273)3732	マンション問題無料なんでも相談	7・21日(水)	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・新宿区マンション管理士会 ☎(3361)9305	
安全安心・建築なんでも相談	14(水)	13:30～16:30(電話予約)			建築課建築企画係 ☎(5273)3732	法律テレフォンガイド	月～金曜日	10:00～12:00、13:00～15:00	主催・弁護士会が運営する法律相談センター	
建築紛争相談	月～金曜日(祝日等除く)	8:30～17:00	本庁舎8階	建築調整課 ☎(5273)3544						