

**保健**

**牛込保健センター**  
弁天町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】2月27日(火)午後2時~4時

【対象】区内在住で「最近物忘れがひどい」「忘れることが多い」とお悩みの方、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。

**◎生活習慣病予防講演会**

●血圧のうそ・ほんと!

【日時】2月28日(木)午前10時~12時

【対象】区内在住でおおむね64歳以下の方、50名

【内容】「血圧をコントロールして、いろいろな血管の病気を予防しましょう」(遠藤真理子・大久保病院腎臓内科医師)

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

**◎難病講演会~パーキンソン病で治療中の方へ**

【日時】3月8日(木)午後2時~4時

【対象】区内在住で、パーキンソン病の方と家族の方

【内容】「パーキンソン病を理解するために~症状と最新の治療について」(上坂義和・国立国際

医療センター神経内科医長)

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。

**◎マタニティークリッキング教室**

【日時】3月8日(木)午前10時30分~午後1時

【会場】四谷地域センター(内藤町87)

【対象】妊娠中の方、15名

【内容】調理実習「妊娠期の栄養満点メニュー」と試食

【費用】無料

【持ち物】エプロン・三角きん・食器用ふきん

【申込み】電話で四谷保健センターへ。先着順。

**◎若がえり講座(3日制)**

●地域の仲間と元気をキープ

【日時・内容】話と実技。(1)3月8日(木)「脳は使って鍛えよう」(保健師)、(2)15日(木)「しっかり

りかんでおいしく食べよう」(栄養士・歯科衛生士)、(3)22日(木)

「いつまでも元気に歩こう」(理学療法士)、いずれも午後2時~3時30分

【会場】戸塚特別出張所(高田馬場1-17-20)

【対象】区内在住の65歳以上で3日とも参加できる方、30名

【申込み】牛込保健センターへ。先着順。予約制。

**◎両親学級**

●おとうさん出番ですヨ!

【日時】3月10日(土)午前9時30分~12時

【対象】区内在住で、もうすぐ赤ちゃんを迎えるカップル、20組

【内容】体験実習「赤ちゃんのお風呂」と話「赤ちゃんのいる生活

~医師とパパの立場から」

【持ち物】母子健康手帳・エプロン

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。先着順。予約制。

**◎骨粗しょう症予防検診**

【日時・会場】①3月19日(月)午前9時~10時30分に受け付け…西新宿保健センター、②22日(木)午後1時30分~3時30分に受け付け…落合保健センター

【対象】区内在住の20歳以上の方、①は45名・②は40名(1年

度に1回)。医療機関で骨粗

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

【申込み】電話で①は西新宿保健センター、②は落合保健センターへ。先着順。予約制。

**食品衛生監視指導計画(案)にご意見をお寄せください**

計画(案)の全文は、衛生課・区政情報センター(本庁舎1階)で配布するほか、新宿区ホームページの衛生課のページでご覧いただけます。区では、今後、お寄せいただいたご意見を参考に計画を策定します。

**●計画の目的**

19年度に区が重点的に実施する監視指導事業を定め、計画的で効率的・効果的な監視指導を実施します。また、区民の皆さんや食品等事業者の方と食品の安全性に関する情報提供や意見交換を行うことで、食の安全を確保します。

**●計画の主な内容**

★監視指導の実施体制と関係機関との連携

★主な監視指導事業…食中毒の発生状況を分析・評価し、食中毒の起きやすい施設を重点的に監視指導します。また、適正な食品表示の対策、食肉の衛生対策、移動飲食店等の対策、大規模小売店の衛生対策等を行います。

**★試験検査実施機関の実施体制**

★立入検査・収去検査…対象施設を重要度別に分類し、年間目標監視回数を定め、立入検査や食品の検査を行います。

**★不利益処分等**

★食品等事業者による自主的な衛生管理の推進

★区民・食品等事業者・行政間の情報や意見の交換

★食品衛生に係る人材の育成と資質の向上

【ご意見の提出方法・問合せ】3月1日(木)までに、衛生課食品保健係(〒160-0022新宿5-18-21、第2分庁舎3階) ☎ (5273) 3827・Fax (3209) 1441へ郵送(必着)・ファックスまたはお持ちください。ご意見には、住所・氏名(法人の場合は法人名)を記入してください(氏名等の公表はしません)。新宿区ホームページでも受け付けます。電話ではご意見の受け付けは行いません。

**区民のひろば**

■費用・申込み・問い合わせ

掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場等は予定です。各主催者に内容をよく確認の上、ご自分の責任で参加してください。

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎ (5273) 4064へ。

**★催し・講座★**

◆鶴巻町フェスティバル4月1日(日)午後0時~4時、早大通り(早稲田鶴巻町)で。出店者(先着150区画)も募集中。同フェスティバル実行委員会・森田 ☎ (3203) 7319

◆フリーマーケット 3月17日(土)午前9時~午後3時、新宿中央公園水の広場で。全日本リサイクル協会事務局 ☎ (3907) 2614

◆新宿区吹奏楽団第18回定

期演奏会 3月4日(日)午後2時から(1時30分開場)、新宿文化センターで。エルガー「威風堂々第1番」ほか。

戸塚第三小学校吹奏楽団の招待演奏あり。¥無料。申当日直接、会場へ。新宿区吹奏楽団・大津 ☎ (5996) 2191

◆公開講座「いきいきと更年期を乗り越えよう」2月17日(土)午後2時30分~4時30分、聖母大学(下落合4)で。医療・保健・美容の専門家によるシンポジウム。¥無料。申当日直接、会場へ。

◆フリーマーケット 3月17日(土)午前9時~午後3時、新宿中央公園水の広場で。全日本リサイクル協会事務局 ☎ (3907) 0171

◆大人のための無料空手体験教室 2月17日(土)・24日(土)午後6時~8時30分、18日(日)・25日(日)午後6時~8時

(1回のみの参加も可)、西戸山小学校で。18歳以上の初心者対象。申電話で各開催日前日まで。各先着10名。戸大人のための空手教室・遠藤 ☎ (5411) 1281

**★サークル紹介・会員募集★**

◆木版画 每月第1・第3水曜日午後1時30分~3時30分、赤城社会教育会館で。初心者歓迎。¥入会金1,000円・月3,500円。新一醉会・横山 ☎ (3328) 3543

◆カラオケ 毎週土曜日午後6時~9時、赤城社会教育会館で。¥1,500円。カラオケ友の会・千葉 ☎ (070) (5576) 6884

◆書道 每月第1・第3曜日午前10時~午後3時、新宿7丁目で。¥2,500円(ほかに教材費が必要)。東厚書道会・横山 ☎ (3955) 2025

**3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

外国人	女性	子ども・教育	年金・労務等無料相談
外国人相談	女性相談	子どもと家庭の総合相談	英語(月~金曜日) ☎ (5272) 5060、中国語(月・水・金曜日) ☎ (5272) 5070
		子ども家庭相談	ハングル(火・木曜日) ☎ (5272) 5080(いずれも祝日等を除く) 時間…9:30~12:00、13:00~16:30(本庁舎1階区民相談コーナー)
		家庭相談	ハングル・中国語・タイ語・英語・ミャンマー語(日時は要問い合わせ)
	女性総合相談	ひとり親相談	新宿文化センター(戸塚2-44-1) ☎ (5291) 5171
		子育て電話相談	月~土曜日(祝日等除く)
		発達相談	月~土曜日(祝日等除く)
		教育相談	月~金曜日(祝日等除く)
		電話教育相談	月~金曜日(祝日等除く)
		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
不動産登記無料相談			東京都児童相談センター(戸山3-17-1) ☎ (3202) 4152
行政手続無料相談			教育センター(大久保3-1-2) ☎ (3232) 3071
マンション問題無料なんでも相談			教育センター(大久保3-1-2) ☎ (3232) 2711
法律テレフォンガイド			主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎ (5324) 0676
年金・労務等無料相談	9日(金)	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京司法書士会新宿支部 ☎ (3363) 6155
不動産登記無料相談	13日(火)	区役所第1分庁舎2階区民相談室	東京土地家屋調査士会新宿支部 ☎ (5386) 2990
行政手続無料相談	6・20日(火)	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
マンション問題無料なんでも相談	7日(水)	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
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
住み替え相談	2・9・16・23日	13:00~16:00	
不動産取引相談	2・9・16・23日	13:00~16:00	
マンション管理相談	9・23日	13:00~15:50	
安全安心・建築なんでも相談	14日(水)	13:30~16:30	
建築紛争相談	月~金曜日(祝日等除く)	8:30~17:00	
住み替え相談	2・9・16・23日	13:00~16:00	
不動産取引相談	2・9・16・23日	13:00~16:00	
マンション管理相談	9・23日	13:00~15:50	
安全安心・建築なんでも相談	14日(水)	13:30~16:30	
建築紛争相談	月~金曜日(祝日等除く)	8:30~17:00	