

### 講座・催し等の申し込み

- ①講座・催し名
- ②〒・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤性別
- ⑥電話番号  
(往復はがきには、返信用にも住所・氏名)

はがき・ファックスの記載例

※あて先は各記事の申し込み先へ。  
※費用の記載のないものは、原則無料

### 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)。

#### 【4月の日程(2日制)・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	19(木)	26(木)
四谷保健センター	6(金)	13(金)
西新宿保健センター	11(木)	18(木)
落合保健センター	19(木)	26(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歳の方、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・前立腺がん検診(50歳以上の男性の方のみ)は希望する方が対象です。問診の結果により、肝炎ウイルス検査を実施します。

【費用】基本健診…800円、歯周疾患検診…400円、骨密度測定…300円、前立腺がん検診…200円

【申込み】電話で希望する保健センターへ。

### 保健

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

#### ◎たばこと健康の講演会

●知ってほしい、たばこのこと  
メタボリック症候群や心・病気などとたばこの関係について話します。

【日時・会場】①3月16日(金)…牛込保健センター、②19日(月)…四谷保健センター、③23日(金)…西新宿保健センター、④26日(月)…落合保健センター、いずれも午後2時～4時

【対象】区内に在住・在勤・在学の方、各40名

【講師】宮崎恭一(東京衛生病院)

【申込み】電話またはファックス(講座名・住所・氏名を記入)で健康いきがい課健康推進係(本庁舎2階)☎(5273)3047・☎(3209)1141へ。先着順。

#### ◎精神保健福祉講演会

●高次脳機能障害を理解しよう

【日時】3月19日(月)午前10時～12時

【会場】区役所第2分庁舎1-7会議室

【対象】区内に在住・在勤・在学の方、50名

【講師】辻哲也(慶應義塾大学病院リハビリテーション科医長)

【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。

#### ◎歯科講演会

●歯科医と語ろう～安心して歯医者さんにかかるために

【日時】3月22日(木)午後1時30分～3時30分

【会場】四谷保健センター

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【内容】「入れ歯が合わない」「インプラントって何?」など、区によく寄せられる歯科相談や質問をテーマに回答(渡具知稔・四谷歯科医師会理事)※個別相談ではありません。

【申込み】電話またはファックス(講座名・住所・氏名を記入)で健康いきがい課健康推進係(本庁舎2階)☎(5273)3494・☎(3209)1141へ。先着順。

#### ◎専門医による子どもの

#### アレルギー教室(4日制)

【日時・テーマ】①4月5日(木)…食物アレルギー、②19日(木)…食物アレルギーの食事の工夫とレシピ、③5月24日(木)…アトピー性皮膚炎、④31日(木)…気管支ぜん息の予防と最新治療、いずれも午後2時～4時

【会場】ゆったりーの(北山伏町2-17)

【対象】区内に在住で、ぜん息・アトピー・食物アレルギーと診断されたか、その疑いのある0～5歳児の保護者の

方、25名程度

【講師】①③④は平野幸子(東京女子医科大学病院小児科アレルギー専門医)、②は水野勝子(栄養士)

【申込み】電話で3月20日(火)までに計画推進課公害係(本庁舎7階)☎(5273)3048へ。託児あり(応募者多数の場合は抽選)。

#### ◎料理講習会

●電子レンジにおまかせ!スピード料理

【日時】3月15日(木)午後1時30分～3時30分

【対象】区内に在住でおおむね64歳以下の方、20名

【内容】電子レンジを使用した料理の実習と試食

【持ち物】エプロン・三角きん・手ふき【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。

#### ◎幼児の救急看護教室

●こんなとき、あなたならどうする?

【日時】3月27日(火)午前10時～12時

【対象】区内に在住で1歳以上の子どもの保護者の方、20名

【内容】事故予防の話、誤飲のときの対処法、包帯の巻き方ほか(実技あり)(日本赤十字社職員が講師)

【持ち物】大判のハンカチ・ストッキング(使用済みのもので可)

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。ボランティアによる託児(先着15名)あり。

### 募集

#### ◎委託看護師

●在宅難病患者医療機器貸与者訪問看護事業

【対象】国籍を問わず、看護師の資格をお持ちで、難病や介護保険の知識があり、臨床経験3年以上の方、若干名

【委託期間】4月1日(日)から1年間(予定)

【委託内容】難病のため療養中で、東京都から医療機器の貸与を受けている方の自宅を週1回程度訪問し、病状や介護状況の観察、清しき、入浴介助、吸入・吸引器の点検・消毒等を実施。委託料は訪問1回につき9,300円(予定)

【選考】書類審査・面接

【申込み】電話で3月12日(月)までに予防課予防係(第2分庁舎3階)☎(5273)3859へ。

#### ◎あゆみの家アルバイト

【対象】国籍を問わず、心身障害者の方に理解があり、体力に自信のある健康な方、若干名

【勤務日時】4月5日～10月4日の月～金曜日、午前9時30分～午後2時30分(実働5時間)

【勤務内容】心身障害者(成人)の方の介護補助

【賃金】時給1,040円。交通費は日額500円を限度に実費支給

【勤務場所・申込み】履歴書を3月14日(木)までにあゆみの家(〒161-0031 西落合1-30-10)☎(3953)1230へ郵送(必着)またはお持ちください。

### しんじゅく情報局

#### ◎“liby(リビー)”

#### チャリティーコンサート

【日時】3月10日(土)午後1時30分～4時30分

【会場】ウェスレアン・ホーリネス教会淀橋教会(百人町1-17-8)

【内容】第1部…リビーのメンバーと社会人によるバンド演奏、第2部…社会人・大学生によるコーラス&パーカッション、第3部…プロミュージシャンによるクラシックコンサート

【費用】2,000円

【問合せ】月～金曜日午後0時～8時に(財)東京YMCA “liby” ☎(5988)7832へ。

#### ◎家庭倫理講演会

【日時】3月10日(土)午後2時～3時40分(1時30分開場)

【対象】区内に在住の方、100名

【内容】「家庭をよくする～早寝、早起き、朝ごはん」(関弘・社倫理研究所員)

【費用】無料

【会場・申込み】当日直接、牛込筆筒区民ホール(筆筒町15)へ。先着順。

【問合せ】社倫理研究所・家庭倫理の会新宿区・武藤☎(3352)6048へ。

#### ◎古典芸能鑑賞会

●法政大学外濠校舎落成記念イベント

【日時】4月8日(日)午後3時から

【会場】法政大学市ヶ谷キャンパス外濠校舎(千代田区富士見2-17-1)

【内容】「新内」「能」「朗読」「車人形」の競演で「三番叟」「滝口入道」を上演。新内に鶴賀若狭(人間国宝・新宿区名誉区民)が出演

【費用】無料

【申込み】往復はがきに代表者の住所・氏名・年齢・職業・電話番号と人数(3名まで可)を記入し、3月16日(必着)までに法政大学総務部オレンジネット校友課(〒102-8160住所不要)☎(3264)9952へ。応募者多数の場合は抽選。

### 女神湖高原学園の休館

施設設備の保守点検と工事のため、区民棟・学校棟とも臨時休館します。

【期日】4月9日(月)～12日(木)

【問合せ】生涯学習振興課生涯学習・スポーツ係(第1分庁舎4階)☎(5273)3112へ。

### 牛込筆筒区民ホールの休館

舞台音響設備工事のため休館します。

【期日】8月20日(月)～9月3日(月)

【問合せ】牛込筆筒区民ホール☎(3260)3421へ。

#### ●お詫びと訂正

「広報しんじゅく」2月25日号2面の「新宿まち債を募集」の中で、落合第二地域センターの住所が「中落合4-17-1」とあるのは、「中落合4-17-13」の誤りでした。お詫びして訂正します。

### 2月の新宿区の人口

1日現在(増減は前月比)  
総人口 307,677 (262増)

	住民登録	外国人登録		
人口	277,106	28増	30,571	234増
男	138,538	65増	14,477	83増
女	138,568	37減	16,094	151増
世帯数	162,667	100増	—	—

### 催しのお知らせ

#### ◎筆筒地区フリーマーケット

【日時】3月17日(土)午前10時～午後3時

【会場】牛込筆筒地域センター(筆筒町15)ほか

【主催・問合せ】筆筒町管内町会連合会(筆筒町特別出張所内)☎(3260)1911へ。

#### ◎水曜上映会

【日時】3月14日(木)午後2時から

【上映作品】伝統空間選集「越後二十村郷牛の角突き」「鳥山の山あげ」

【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1-9-8)☎(3364)1421へ。先着100名。

### 審議会のお知らせ

#### ◎協働支援会議

【日時】3月9日(金)午後3時～5時

【内容】協働事業評価制度

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。

【問合せ】地域調整課コミュニティ係(本庁舎1階)☎(5273)3872へ。

#### ◎環境審議会

【日時】3月22日(木)午後1時～3時

【会場】区役所本庁舎3階庁議室

【内容】環境基本計画(後期)の検討、18年度版環境白書

【問合せ】傍聴を希望する方は、事前に電話で環境保全課環境推進係(本庁舎7階)☎(5273)3763へ。

### 区民のひろば

☎費用・☎申し込み・☎問い合わせ

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★

◆歌謡吟詠無料体験講習会 3月12日～26日の月曜日午前10時～12時、高田馬場第二ことうき館で。区内に在住の60歳以上対象。歌謡曲に詩吟をはさみ、オーケストラ伴奏で歌う。☎当日直接、会場へ。☎高田馬場奉吟会・長須☎(3362)2741

◆社交ダンス初級者講習会 3月9日～4月20日の金曜日午後1時30分～3時、若松地域センターで。中高年対象。講習会終了後も継続可。☎1回500円(初回無料)。☎当日直接、会場へ。☎午前中に、あさがおの会・井上☎(3369)3328

◆5週連続上映会「動物とわたし」～共生とは何か 4月7日(土)まで、月～金曜日午後7時から、土・日曜日午前11時から・午後2時から、地球映像ネットワーク内ミニシアター(赤城下町)で。各回の

上映プログラムは問い合わせを。☎各回600円。☎当日直接、会場へ。各回先着30名。☎NPO法人地球映像ネットワーク・大塚☎(5261)9908

#### ★サークル紹介・会員募集★

◆発声と歌唱 毎月第1～第3月曜日午後1時～3時(独唱)・午後3時～5時(合唱)、若松地域センターで。シャンソン・ポピュラー・演歌・歌謡曲。講師の指導あり。☎入会金1,000円・月3,000円。☎午前11時30分までに月見草の会・真鍋☎(3353)1338

◆童謡・愛唱歌 毎月3回午後2時～4時、四谷地域センターで。☎入会金1,000円・1回1,200円(ほかに初回に教材費1,500円が必要)。☎どんぐり歌の会・沢田☎(3269)2659

◆童謡・愛唱歌 毎月2回金曜日午後2時～4時、榎町地域センターで。☎入会金1,000円・1回1,200円(ほかに初回に教材費1,500円が必要)。☎午前9時以降に、くりのうたの会・渡辺☎(3268)1052

◆俳句 毎月1回(7日前後)午後1時～3時、戸山社会教育会館で。初心者歓迎。☎入会金1,000円・月500円。☎新宿区俳句連盟・三谷☎(3203)4902