

### 成人健康診査・がん検診を指定医療機関で実施

●実施期間と健(検)診票の発送方法が変わりました

成人健康診査・がん検診は19年度から通年(4月1日～20年3月31日)で実施しています。健(検)診票は下表のとおり送付しますので、対象となる方は申し込みは不要です。

初めて受診を希望する方または下表に該当しない方は、電話で健康いきがい課健康推進係へお申し込みください。インターネットの電子申請でも申し込みます(新宿区ホームページからもリンクしています)。

【問合せ】健康いきがい課健康推進係(本庁舎2階) ☎(5273)3047へ。

対象(※)	送付する健(検)診票	送付時期
16年度以降に成人健康診査を受診した方	成人健康診査券	●4～6月生まれの方…発送済み
16年度以降に胃・大腸がん検診を受診した方	胃・大腸がん検診票	●7～9月生まれの方…6月中旬に発送
16年度以降に肺がん検診を受診した方	肺がん検診票	●10～12月生まれの方…9月中旬に発送
17年度または18年度に子宮がん検診を受診した偶数年齢の女性の方	子宮がん検診票	●1～3月生まれの方…12月中旬に発送
20歳・30歳・40歳の女性の方		
17年度または18年度に乳がん検診を受診した偶数年齢の女性の方	乳がん検診票	
40歳の女性の方		
30歳の女性の方	乳がん自己検診個別指導票	

※年齢は「20年3月31日現在」です。

### 検査でウイルス肝炎を早期発見・早期治療!

ウイルス肝炎は、慢性肝炎から肝硬変、肝がんへと進行するととても危険な病気です。感染しても自覚症状がないため、感染が発見されていない方が多くいます。

現在はウイルス自体を体の中から排除する薬剤も数多く開発され、完治が期待できます。検査で早期に発見し、治療しましょう。

区では、健診と同時に肝炎ウイルス検査も実施しています(下表)。今まで検査を受けたことのない方は受けましょう。

【問合せ】健康いきがい課健康推進係(本庁舎2階) ☎(5273)3047へ。

年齢(※)	①実施場所、②実施方法、③対象、④問合せ
20歳～54歳の方	①各保健センター ②生活習慣病予防健診と同時に実施 ③40歳の方と過去に検査を受けたことのない方 ④牛込保健センター ☎(3260) 6231 四谷保健センター ☎(3351) 5161 西新宿保健センター ☎(3369) 7151 落合保健センター ☎(3952) 7161 ①区民健康センター ②健康診査と同時に実施 ③40歳の方と過去に検査を受けたことのない方 ④区民健康センター ☎(3208) 2222
55歳以上の方	①指定医療機関 ②成人健康診査と同時に実施 ③過去に検査を受けたことのない方 ④健康いきがい課健康推進係 ☎(5273) 3047

※年齢は「20年3月31日現在」です。

### 5月31日は世界禁煙デー「たばこ、煙のない環境」

5月31日(木)～6月6日(水)は禁煙週間です。19年度のテーマは、「無煙環境を考える」です。この機会に、禁煙について考えてみましょう。

【問合せ】健康いきがい課健康推進係(本庁舎2階) ☎(5273)3047へ。

#### 区のとばこ対策事業

◎保健センターで実施している生活習慣病予防健診を受診した方で、禁煙する意向がある方には指導を行っています。早急に禁煙する意思のある方には、禁煙支援として禁煙補助剤1箱分の引換券を交付しています。

◎事業者対象の食品衛生講習会等で、受動喫煙防止や分煙の推進についてのパンフレットを配布し、たばこによる健康被害の知識の普及に努めているほか、全面禁煙・分煙を表示するステッカーを希望する飲食店等に配布しています。

#### 事業者の方へ～受動喫煙防止対策に取り組みましょう

◎施設内の全面禁煙が最も効果的です。難しい場合は、時間分煙や空間分煙から始めてみましょう。  
▶時間分煙…禁煙タイムを設定し、段階的に時間枠を拡大する  
▶空間分煙…禁煙フロアや喫煙エリアを設けて、たばこの煙がそのほかの場所に漏れないようにする

◎区では、専門の講師によるたばこ健康に関する講演会を行っています。区内の施設管理者で講演会の実施を希望する方は、お問い合わせください。講演のテーマ等はご相談に応じます。出張形式での実施も可能です。

### 8月・9月の区民保養施設

区民保養所  
(箱根つつじ荘・箱根あじさい荘)  
区民健康村(グリーンヒルハケ岳)

●8月1日(水)～9月30日(日)宿泊分

#### ●受付窓口

近畿日本ツーリスト(株)新宿区役所内営業所(第1分庁舎地下2階)

【専用電話】 ☎(5273) 3881

【受付日時】 月～金曜日(祝日等を除く) 午前9時～午後5時

※土・日曜日、祝日および受付時間外は下記の支店・営業所で受け付けます(営業日・営業時間は直接お問い合わせください)。

▶新宿支店 ☎(3354) 0353

▶新宿ルミネエスト店 ☎(3358) 0461

▶飯田橋駅前営業所 ☎(3269) 3711

#### ●抽選申込資格

区内在住の方

#### ●抽選申込方法・受付期間

専用往復はがき…5月25日(金)～6月11日(月)(必着)

専用往復はがきに必要事項を記入し、往信・返信はがきの両方に必ず切手をはって、受付期間内に申し込んでください。専用往復はがきは、受付窓口・特別出張所で配布しています。1回の抽選に1グループ各施設1枚限り有効です。

※次のようなはがきは無効です。無効の場合は「落選者優先受付」に参加できません。

▶往信・返信はがきに切手をはっていないもの、▶申込受付期間以外に到着したもの、▶同施設に同名義で2枚以上申し込んだもの、▶専用はがき以外のもの、▶必要事項に記入漏れがあるもの

#### ●施設の休館日

◇箱根つつじ荘…耐震補強工事のため、9月17日(水)～20年3月下旬まで休館

◇箱根あじさい荘・グリーンヒルハケ岳…休館日なし

#### ●抽選結果

当落にかかわらず返信はがきで抽選結果を

お知らせします。6月26日(火)までに結果通知が届かない場合は、近畿日本ツーリスト(株)新宿区役所内営業所までお問い合わせください。

※予約の権利譲渡はできません。

※抽選で当選した方は、区民以外の方への代表者変更はできません。

#### ●8月分・9月分空き室申し込み

抽選後の空き室については、「落選者」「区民(当選者を含む)」「一般」の順に予約を受け付けます。受付開始日は次のとおりです。

▶落選者優先受付…7月2日(月)から

▶区民優先受付…7月5日(木)から

▶一般受付…7月10日(火)から

※落選者優先受付には、落選はがきが必要です。受付開始日から先着順で受け付けますので、落選はがきをお持ちの上、受付窓口においでください。

※空き室情報は、受付窓口・特別出張所で確認できるほか、近畿日本ツーリスト(株)新宿支店のホームページ(☎ http://www.knt.co.jp/shinjuku/)でもご覧いただけます(トップページの右上をクリックしてください)。

#### ●施設利用当日

受付窓口で発行する予約案内書を、利用当日現地にお持ちください。抽選で予約が確定した方は、結果通知(当選はがき)が予約案内書になります。

#### ●利用料金の支払い

利用日当日の現地払いまたは、利用日前の口座振り込みとなります。詳しくは、現地へお問い合わせください。

※利用料金には、各種割引制度があります。※箱根つつじ荘・箱根あじさい荘に宿泊する方を対象に、小田急線の運賃割引証を発行しています。予約案内書をお持ちの上、受付窓口においでください。

【問合せ】文化国際課文化国際係(本庁舎1階) ☎(5273) 3504へ。

### しんじゅく情報局

#### ◎創造シリーズ

##### ●落語×音楽の答えは?

【日時】6月6日(水)午後7時開演

【会場】芸能花伝舎(西新宿6-12-30)

【内容】三遊亭小遊三(落語家)と林美智子(バイオリニスト)ほかによる落語と音楽のコラボレーション(合作)で、これまでにない落語の世界を上演

【費用】2,000円

【会場・申込み】電話かファックス・電子メールに記載例(5面参照)のほか、電子メールの場合は件名に催し名を記入し、芸団協(株)日本

### 区民のひろば

☎費用・☎申し込み・☎問い合わせ

この欄は区民の方相互の情報交換の場です。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★

◆バレエエクササイズ体験講座 6月7日～28日の木曜日午前10時～11時30分、落合第二地域センターで。入門者向け。終了後も受講継続可。☎1回500円。☎電話で6月6日(水)まで。先着順。☎エターナルバレエ・富山 ☎090(8330) 6808

◆唱歌、童謡を歌おう 6月17日(日)午後1時～3時、四谷地域センターで。9月に「秋を歌おう」、12月に「クリスマスを歌おう」、3月に「春を歌おう」を開催予定。☎200円。☎電話で6月15日(金)まで。先着30名。☎四谷邦楽の会・片山 ☎(3353) 6493

◆ヨーガセラピー 5月31日(木)午前10時～11時30分、上落合ことぶき館で。☎無料。☎電話で先着10名。☎ヨーガセラピー“輝”・谷下 ☎(3368) 7880

◆合気道体験 5月27日(日)・6月3日(日)午後6時10分から受け付け、都立新宿山吹高等学校(山吹町)で。小学5年生以上対象。☎500円。☎電話で各当日まで。☎神楽坂合気道クラブ・野田 ☎(3267) 5058

◆第5回いっしょに歌おう～なつかしの歌を訪ねて 6月9日(土)午後1時～2時30分、NPO法人ほっとステーション(新宿6)で。☎無料。☎電話で6月8日(金)まで。先着70名。☎同法人・安福 ☎(5272) 5550

◆無料法律相談 5月29日(火)～6月2日(土)(6月1日を除く) 午後4時10分～5時10分・午後6時30分～7時30分(2日のみ午後6時～7時)、大東文化大学法科大学院(信濃町)で。☎事前に電話で。☎月～木曜日・土曜日の午後0時～6時に同大学院リーガル・クリニック・センター・大木 ☎(5399) 7397

◆新宿芸術家協会「古事記を踊る」に区民20名を無料招待 6月14日(木)午後6時45分開演(6時15分開場)、四谷区民ホールで。バレエ・モダンダンス等多ジャンルのダンスで古事記を表現。☎一般は前売り3,500円・当日4,000円。☎招待は電話で先着20名。一般は電話で予約または当日直接、会場へ。☎同協会公演事務局(スタジオK内)・大谷 ☎(3320) 9834

◆無料落合キッズ空手教室 6月4日(月)・7日(木)・11日(月)午後5時30分～7時30分、落合第二地域センターで。1回のみ参加も可。初心者小学生～高校生対象。☎電話で6月3日(日)まで。先着20名。☎無料落合キッズ空手教室・遠藤 ☎090(5511) 1723

◆無料落合大人空手教室 6月4日(月)・7日(木)・11日(月)午後7時45分～9時45分、落合第二地域センターで。1回のみ参加も可。18歳以上の初心者対象。☎電話で6月3日(日)まで。先着15名。☎無料落合大人空手教室・遠藤 ☎090(5411) 1281