

★★★★★★★保健だより各事業の問い合わせ先★★★★★★★

新宿区保健所（計画推進課）	☎(3209)1111 〒160-8484歌舞伎町1-4-1
新宿区保健所（衛生課・予防課）	☎(3209)1111 〒160-0022新宿5-18-21
牛込保健センター	☎(3260)6231 〒162-0851弁天町50
四谷保健センター	☎(3351)5161 〒160-0004四谷4-17
西新宿保健センター	☎(3369)7151 〒160-0023西新宿7-5-8
落合保健センター	☎(3952)7161 〒161-0033下落合4-6-7
区民健康センター	☎(3208)2222 〒160-0022新宿7-26-4

区民健康センター事業

健康相談		月～金曜日	午前9時～11時 (受け付けは10時30分まで)
健康診査			
骨粗しょう症検診		月・火・木・第1・3・5金曜日	午前9時～11時
		水曜日	午後1時受け付け
区内小規模事業所健康相談		月・木・第1・3・5金曜日	午前9時～11時
がん検診	胃がん検診	水曜日	午前8時45分～9時30分受け付け
	大腸がん検診(便潜血反応検査)	月～金曜日	午前9時～11時
	子宮頸部がん検診	水曜日	午後1時受け付け
	肺がん検診	月～金曜日	午前9時～11時
	前立腺がん検診		
総合健診(健康診査・がん検診)		火曜日	午前8時45分～9時受け付け
日曜健康診査・がん検診		年6回(詳しくは後日「広報しんじゅく」でお知らせします)	
午前		午後	
月		眼科検査(☆)、呼吸器検査、CT検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)	
火	腹部超音波検査	循環器(心電図)検査、消化器X線検査、CT検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)	
水	胃内視鏡(胃カメラ)検査	婦人科検査(☆)、消化器X線検査、アレルゲン検査	
木	大腸肛門科検査	循環器(心電図)検査、呼吸器検査	
金	脳波検査、CT検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)、胃内視鏡検査(第2・第4)	消化器X線検査、腹部超音波検査(第2・第4)	

※総合健診・日曜健診等のがん検診に子宮頸部がん検診は含まれません。健康診査と併せて、50歳以上の男性の希望者に前立腺がん検診を実施しています。肝炎ウイルス検査を、過去に受けたことのない方を対象に実施しています。詳しくは、お問い合わせください。

●もうすぐお父さん・お母さんになる方へ

【日時】8月13日(月)午後1時30分～4時30分

【内容】実習「赤ちゃんのお風呂の入れ方」と先輩パパでもある臨床心理士の話「夫婦の会話は赤ちゃんにとつて大切です」

【持ち物】母子健康手帳

【会場・申込み】電話で西新宿

**骨粗しょう症予防検診**

【内容】医療や日常生活の個別相談（高添正和／社会保険中央総合病院内科・消化器内科部長）と管理栄養士による栄養指導

【会場・申込み】電話で8月16日㈭までに西新宿保健センターへ。

【日時】8月30日㈭午後1時30分～3時30分に受け付け

【対象】区内在住の20歳以上の

【ニース・日時】①月曜二  
ス：7月30日～9月24日（8月  
13日・9月10日を除く）、②木  
曜コース：7月26日～9月20  
日、③金曜コース：7月27日～  
9月21日、いずれも午前9時40  
分～10時40分

**新宿こどぶき館の休館**  
階段の滑り止め工事のため  
休館します。

# 保 健 だ よ り

## 8月の健康相談

母子関係の事業には母子健康手帳をお持ちください。

保健センター事業

事業名	担当	日	時間	内容
歯科衛生相談	牛込	2・9・30(木)	13:30～15:00	予約制 歯や歯ぐき等の相談・指導
	四谷	3・24(金)		
	西新宿	1・8・22(水)		
	落合	7・21・28(火)		
精神保健相談	牛込	13・20(月)	13:30～15:45	予約制 精神科医師による、思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談
	四谷	31(金)	14:00～15:30	
	西新宿	14(火)	13:15～15:30	
		24(金)	9:15～11:30	
	落合	3(金)	14:15～16:30	
母親学級	牛込	14・21・28(火)	13:30～16:00	3日制。予約制。もく浴・安産のための実習、歯の健康と栄養の話、塩分測定
	西新宿	1・8・15(水)		
育児相談	四谷	1(水)	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
育児・おっぱい相談	西新宿	21(火)	13:30～14:30	保健師・助産師・栄養士の個別指導。 おっぱい相談は予約制
はじめまして赤ちゃん応援教室	牛込	7(火)	13:30～15:30	妊娠している方と4か月くらいまでのお母さんのお母さんの育児体験教室。予約制。
離乳食講習会	牛込	28(火)	13:30～15:30	6～7か月児。予約制
	四谷	16(木)		
	落合	22(水)		
パーキンソン体操教室	西新宿	6(月)	13:30～15:30	パーキンソン病の方とその家族を対象。 運動療法と患者・家族の交流
	落合	17(金)		

※区内に本社および本店の所在地がある事業所（常勤の従業員50人未満）を対象にした健康診断は、牛込・四谷・西新宿・落合の各保健センターで有料・予約制で実施しています。申し込みは希望する保健センターへ。

健康部（保健所）事業

事業名	日	時間・会場	申込み	内容
健康診断 (有料)	診断 21火	9:00～10:30 四谷保健センター	予防課 予防係☎ (5273)3859へ(保健センターは不可)。	区内在住の方。予約制。定員(50名)になり次第締め切り。診断書発行可
	結果 28火			
心の病の勉強会	11土	12:30～17:00 区立障害者福祉センター(戸山1-22-2)	問い合わせは 新宿フレンズ(元・新宿家族会)☎(3987)9788へ。	心の病(精神疾患)についての勉強会。今回のテーマは「家族交流会～家族同士のピアカウンセリング」
認知症専門相談	9木	13:30～16:00 新宿区保健所	各保健センター保健サービス係へ。	予約制。認知症の心配や介護でお困りの家族の方の相談に専門医が応じます。
専門医によるぜん息予防・アレルギー相談(15歳未満対象)	23木	13:30～16:00 四谷保健センター	計画推進課公害保健係☎(5273)3048へ。	予約制。専門スタッフによるぜん息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー症状の相談

## 区民のひろば

¥費用・**申**申し込み・問問い合わせ

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

★催上・講座★

◆食育教室2007「朝ごはんから始まる1日」 8月26日(日) 午前10時30分～午後1時 (10時に集合)、東京調理師専門学校(西新宿7)で。講習会と調理実習・試食。小学4年生～中学生対象(小学生は保護者同伴)。￥無料。申電話で8月20日(月)まで。先着40名。毎月～金曜日午前9時～午後5時に同学校事務部☎(3363)9181

◆チャリティーバザーの品物を募集 9月2日(日)午前10時～午後5時に区立障害者福祉センターで実施するバザーに出品する品物を募集。日用雑貨・食品・石けん・陶器・寝装具・衣類(新品のみ)・電気製品(大型品を除く)ほか。申8月5日(日)・19日(日)・25日(土)午前10時～午後3時に、同センターで品物を受け付け。問新宿区肢体不自由児者父母の会・沢井☎(3207)0693

◆無料法律・年金相談 毎月  
第2水曜日午後1時～4時、全

国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）（戸山1）で。弁護士・社会保険労務士が相談に応じる。原則として障害者の方対象。**申**当日直接、会場へ。先着順。**問**同センター・若山☎（3204）3611  
◆演劇「杉田家の人々1970・夏」に区民5組10名を無料招待 8月23日(木)午後7時30分から、24日(金)・25日(土)午後3時から・7時30分から、26日(日)午後1時から・5時から。シアター風姿花伝(中落合2)で。  
**￥**一般は、当日2,800円・前売り2,500円、65歳以上・高校生以下1,500円。**申**招待は電話で8月3日(金)・4日(土)午後0時～4時に、応募者多数の場合は抽選。一般は事前に電話で。**問**劇団四十郎・毛利☎（2222）

劇団四十郎・七村 (3223)  
1308  
★サークル紹介・会員募集★  
◆スペイン語 毎週火曜日午後3時30分から・5時から・6時30分から・8時から、毎週金曜日午後1時30分から、早稲田奉仕園(西早稲田2)で。90分。¥1回1,700円。問HOLA・ペレイラ☎080(3401)0956  
◆水泳 毎週月曜日午前11時30分～午後1時、国立霞ヶ丘競技場プール(霞ヶ丘町)で。女性対象。¥1入会金5,000