健康診査・がん検診を受診しましょう

21年度の実施期間　健康診査は12月31日・がん検診は22年3月31日まで

【問合せ】健康推進課健診係（第2分庁舎分館1階）☎（5273）4207へ。

生活習慣病は、ほとんどの場合は自覚症状がないまま進行します。年に1度、健康診査でご自分の状態をチェックし、生活習慣を振り返りましょう。健康診査は、定期的に通院している方も受けられます。ぜひ、ご利用ください。

やむを得ず、健康診査の受診が22年1月以降になる場合は、健康推進課健診係へご連絡ください。

◎がん検診は、区内在住の方を対象としています。加入している健康保険に関係なく受診できます。

◎40歳～74歳の方の健康診査（特定健診・特定保健指導）は、各医療保険者が実施します。健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合に加入している方（被扶養者を含む）への特定健診は、各医療保険者にお問い合わせください。

◎★印の健(検)診を希望する方は、健(検)診票をご用意の上、予約してください。健(検)診票がお手元にない方は、健康推進課健診係へご連絡ください。

■区が実施する健(検)診の種類・対象・実施場所・費用（年齢は22年3月30日現在）

健(検)診の種類		健(検)診の実施場所			費用（※1）
		保健センター 【予約先】保健センター専用健診予約センター☎(3200)1508 (月～金曜日午前9時～午後6時)	区民健康センター 【予約先】区民健康センター☎（3208）2222(月～金曜日午前8時30分～午後5時)	区の委託医療機関 (区内診療所など) 各医療機関へ直接予約	
健康診査 （診断書は発行しません）		●16～39歳の方（学校等で健診を受ける機会がある方を除く） ●40歳～64歳で新宿区国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方★	●16～39歳の方（学校で健診を受ける機会がある方を除く） ●40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方★ ●75歳以上の方★	●40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方★ ●75歳以上の方★	無料
がん検診	胃がん	――	20歳以上の方	35歳以上の方★	1,900円。大腸がん検診と同時に受診する方は2,400円
	大腸がん	――	20歳以上の方	35歳以上の方★	600円。胃がん検診と同時に受診する方は2,400円
	肺がん	――	20歳以上の方（X線と喀痰細胞診をセットで実施）	40歳以上の方★	胸部X線検査900円。喀痰細胞診も受診する方は1,200円
	子宮がん	――	20歳以上の偶数年齢の女性の方（※2） （体部細胞診は実施しません）	20歳以上の偶数年齢の女性の方（※2）★	頸部細胞診900円。体部細胞診も受診する方は2,000円
	乳がん	――	――	40歳以上の偶数年齢の女性の方（※2）★	800円
	乳がん自己検診個別指導	――	――	30歳～39歳の女性の方★	無料
	前立腺がん	健康診査を受診する50歳以上の男性の方（区の委託医療機関では、区の健康診査を受ける機会のない50歳以上の男性も受診できます）★			200円

※1費用の免除制度があります。詳しくは、健(検)診票に同封する「健康診査・がん検診のおしらせ」をご覧ください。
※2奇数年齢の方で20年度に受診していない方は、21年度に受診できます。

9月20日～26日は動物愛護週間

人と動物の良い関係を目指して

ルールを守って人も動物も住みよいまちに

人と動物（ペット）が上手に付き合い、わたしたちの生活がより豊かになるよう、区はさまざまな取り組みを行っています。

今回は、「地域ねこ対策」や「ペットなんでも相談」等を紹介します。

【問合せ】衛生課管理係（第2分庁舎3階）☎（5273）3148へ。

「地域ねこ対策」で地域でのルールづくりを応援しています

まちの中の野良猫は、以前人に飼われていて捨てられた猫やその子孫などです。保健所には、野良猫の「ふん尿」「餌の放置」「鳴き声」等の苦情や、「猫の世話をしていて文句を言われた」「まちの環境美化のためにも猫が増えないようにしたい」などの相談が寄せられています。

地域ねこ対策とは

区では、まちで生活している猫を、地域で適正に管理していく取り組みを進めてきました。地域の住民・町会・ボランティアの皆さんと保健所の協働で、野良猫の数の増加防止と猫による被害の防止に取り組んでいます。

現在は、9か所の特別出張所の管内で取り組みが行われています。20年3月には、各地域をつなぐ「人と猫との調和のとれたまちづくり連絡協議会」を発足し、野良猫の問題を地域で解決する仕組みづくりを進めています。

★地域ねこ対策の流れ★

①打ち合わせ会の実施

町会役員・地域住民の皆さん・猫で困っている方等と保健所の職員が情報を交換し、問題解決のための方法を確認します。

②取り組み開始

活動する方と役割分担を決めます。町会の掲示板・回覧板・チラシなどで、地域の皆さんに取り組みをお知らせします。

③去勢不妊手術の実施

猫を保護し手術をします（手術費用の助成制度があります）。手術が終わった猫には目印を付けます。

④手術後の猫は地域で管理

決められた場所での餌やり、トイレの設置、後片付けなどを行い、適切に管理します。

飼い主には責任があります

ルールを守り、ほかの方に迷惑を掛けない飼い方を心掛けましょう。

◆犬のしつけ・散歩のルール

大事なペットがほかの方に迷惑を掛け、嫌われ者になってしまわないよう、「無駄に吠えない」「人と接することを嫌わない」ことなどを教えてください。

散歩の前にトイレを済ませ、引き綱をつけてください。尿はすぐに水で流し、ふんは持ち帰りましょう。

また、買い物のときなど、店の前に犬をつないだままにすると、犬にも付近を歩く人にも不安感を与えるので、避けましょう。

◆狂犬病予防注射を

飼い主には、犬の登録と年1回の予防注射が法律で義務付けられています。注射を受けたら、保健所か特別出張所に届けてください。今年、まだ予防注射をしていない飼い主の方には、督促状を9月中にお送りします。

◆飼い猫は室内飼育を

都会や住宅密集地で猫を放し飼いにすると、交通事故・病気・ふん尿等による多くの危険や問題があります。上下運動ができる環境を整え、室内で安全に飼いましょう。

◆去勢・不妊手術を

犬も猫も、繁殖を望まない場合は必ず手術をしましょう。ペットのストレス軽減や病気の予防につながるだけでなく、性格も穏やかになり、猫のオスは尿のにおいがなくなります。

◆身元の表示を

保健所には、迷子になった犬や猫等の連絡があります。犬は鑑札、猫等は名札を付けていれば飼い主にお知らせができます。ペットの身元表示は飼い主の責任です。

適切な餌やりでペットの健康維持

ペットの餌やりは、次の点に注意してください。

◆人と同じものを食べさせない

人の食事はペットには味が濃いため、塩分・糖分の取り過ぎになります。

◆いつでも食べられる状態にしない

肥満につながるので、餌は決められた時間と場所で食べさせましょう。

◆ペットによっては害になる食べ物があります

食品の中には、動物に害を与えるものがあります。詳しくは、動物病院などへお問い合わせください。

★ペットフード安全法が施行★

国が定めた成分規格・製造方法に合わないペットフードの製造・販売を禁止すること等を定めた「愛がん動物用飼料の安全性の確保に関する法律（ペットフード安全法）」が施行されました。詳しくは、**環境省関東地方環境事務所**☎048（600）0516へお問い合わせください。

動物由来感染症にご注意を

動物から人にうつる病気で、人も動物も重症になる病気もあります。次のことに心掛け、お互いの健康を守りましょう。

感染を防ぐために
普段の生活で気を付けること

▶口移しで餌をあげたり、食器・スプーン・箸（はし）などの共用はやめましょう。

▶動物と同じ布団で寝ることは避けましょう。

▶動物に触れた後は、手を洗いましょう。

▶入浴・ブラッシング・爪切りなど、こまめに世話をしましょう。

▶動物用のタオル・敷物・水槽などは、こまめに洗濯・洗浄しましょう。

▶ふん尿は速やかに処理しましょう。

▶ペットの具合が悪そうなときは、すぐに動物病院に連れて行きましょう。

動物愛護ふれあいフェスティバル

◆愛犬のしつけ方教室ほか

【日時】9月19日(土)午前11時～午後4時

【内容】愛犬のしつけ方教室・聴導犬実演・クイズ大会・ペット写真展ほか

【会場・申込み】当日直接、上野恩賜公園（台東区上野公園）へ。

◆シンポジウム

【日時】9月20日(日)午後0時30分～4時30分

【会場】東京国立博物館平成館講堂（台東区上野公園13－9）

【内容】「めざせ！満点飼い主～ペットの高齢化についてかんがえる」

【申込み】電話で9月18日(金)午後0時までに日本動物福祉協会☎（5740）8856へ。先着390名。

【問合せ】**東京都福祉保健局環境衛生課**☎(5320) 4412へ。

被災時の動物救護活動

避難所での動物救護体制

災害時には、人もペットも避難所に集まるため、区が各避難所に配布している「学校避難所用動物救護マニュアル（案）」を基に、地域の皆さんに救護体制づくりを検討していただいています。

被災時はペットの飼い主を中心に「動物救護班」をつくり、餌やりや排せつに伴う清掃を行います。負傷したペットや、飼い主が不明の動物の受け入れも必要です。今から、避難所ごとに準備をしておきましょう。

総合防災訓練でのペット救護訓練

区の総合防災訓練では、東京都獣医師会新宿支部と協力して動物救護所設置訓練を実施しています。救護所の設置、受け付けの方法、獣医師によるカルテ作成、救護用資材の使用方法、マイクロチップ読み取りの実演などを行っています。

▲▶動物救護所設置訓練の様子

「ペットなんでも相談」のご利用を

区内17か所の動物病院（**下表**）で、相談を受け付けています。ペットの正しい飼い方・しつけ方・健康問題などを、電話でも相談できます。

平成20年度は192件の相談があり、犬や猫のほか、ウサギ・ハト・モルモット・スズメ等に関する相談も受けました。

「ペットなんでも相談」協力動物病院

病院名・所在地	電話番号
木村動物病院（馬場下町50）	(3203) 0011
市ヶ谷動物病院（市谷柳町25、宮坂ビル1階）	(3269) 1299
新宿動物病院（新宿7－11－5、けやきＨＯＵＳＥ2階）	(5272) 1323
エンドー動物病院（北新宿３－9－3）	(3371) 7182
アーバン動物病院（大久保２－3－16、サニー大久保102）	(3204) 1323
辻記念動物病院（高田馬場１－20－2）	(3200) 0076
ワトソン動物病院（西早稲田１－11－8、ビィラ早稲田1階）	(3200) 1098
藤木獣医科病院（西早稲田２－21－6）	(3200) 1715
黒田獣医科病院（中落合３－24－16）	(3954) 2733
林田動物病院（上落合２－27－10）	(3362) 8650
ヨシザワ動物病院（西落合４－17－12）	(3951) 5780
小滝橋動物病院（百人町４－9－2、第2浅美ビル）	(5332) 6866
牛込犬猫病院（南山伏町2－15）	(3268) 8059
相川動物医療センター（西落合４－3－1）	(5988) 7888
花園動物病院（新宿１－25－11－105号）	(3352) 2115
キタムラ動物病院（早稲田鶴巻町556、マンション暁1階）	(3203) 1190
わせだ動物病院（早稲田鶴巻町110）	(3207) 9511

費用の記載のないものは無料

こども・教育

こども図書館 えいがのじかん

【日時】9月19日(土)午後2時から
【対象】中学生以下の方、100名（同伴者も可）
【上映作品】「まめうしのおとうさん」「まめうしのおかあさん」ほか
【会場・申込み】当日直接、中央図書館（下落合1－9－8）☎（3364）1421へ。先着順。

人形劇

【日時】9月26日(土)午後3時～4時
【対象】中学生以下の方、90名（同伴者も可）
【上演作品】「長ぐつをはいた猫」「のったりろったり」（劇団小さいお城）
【会場・申込み】当日直接、角筈地域センター（西新宿4－33－7）へ。先着順。
【問合せ】角筈図書館☎（5371）0010へ。

こころとからだを育む親子教室

●子ども発達センターで遊ぼう

①親子で楽しむ感覚あそび
【日時】9月28日(月)午後3時～4時30分
【対象】未就学児と保護者の方
【内容】感覚あそび・感触あそびの体験
【持ち物】子どもの着替え・タオル
②親子でつながりあそび
【日時】10月19日(月)午前10時～12時
【対象】未就園児と保護者の方、15組
【内容】子どもの発達段階に合わせたあそびの体験（頭金多絵・白梅学園短期大学講師）

……（以下共通）……

【会場・申込み】①は当日直接、②は電話で**同センター**（西落合1－30－10）☎（3953）1322へ。先着順。

住宅・まちづくり

道路の通称名（案）の公表

地域に親しまれる安全で快適な道づくりのため、5月25日～6月30日に道路の通称名を募集しました。この度、道路通称名検討委員会で案をまとめましたので、公表します。今後、地域の皆さんのご意見を伺い、決定します。

【公表場所・問合せ】道路課計画係（本庁舎7階）☎（5273）3525へ。新宿区ホームページの同課のページでもご覧いただけます。

専門家が教える不動産活用と蓄財成功法

●不動産の購入・売却・相続でお困りの方へ

【日時】9月28日(月)午後1時15分～2時40分
【内容】講演「地価動向と資産対策」（大野幸一・不動産鑑定士）
【協力】新宿区
【会場・申込み】当日直接、四谷区民ホール（内藤町87）へ。先着100名。
【問合せ】**東京都宅地建物取引業協会新宿区支部**☎（3361）7171へ。

事業計画を縦覧しています

●西富久地区市街地再開発組合設立認可申請に係る事業計画

【縦覧期間】9月25日(金)まで
【縦覧場所・問合せ】**地域整備課**（本庁舎8階）☎（5273）3844へ。

●意見書の提出

この事業に関係する土地または建物について権利があり、計画内容に意見のある方は、意見書を提出できます。

【提出期間】10月9日(金)まで
【提出先】**東京都都市整備局民間開発課**（〒163－8001西新宿2－8－1、都庁第2本庁舎19階）☎（5320）5138へ。

スポーツ

なぎなた初心者教室

【日時】①10月14日(水)・②17日(土)・③19日(月)・④21日(水)・⑤24日(土)、①④は午後1時～3時または午後7時30分～9時、②⑤は午前9時30分～11時30分、③は午後7時30分～9時、全5回
【会場】新宿スポーツセンター（大久保3－5－1）
【対象】区内在住・在勤で小学生以上の方、10名
【費用】3千円
【主催・申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のとおり記入し、9月30日（必着）までに**区なぎなた連盟・射手矢知子**（〒169－0072大久保1－3－8）☎（3200）9912へ。先着順。