

★★★★★★★★保健だより各事業の問い合わせ先★★★★★★★★

新宿区保健所

(健康推進課・衛生課・保健予防課) ☎(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

卷(335)5161 页160-0004四谷4-17

西新宿保健センター

8(3369)7151 〒160-0023西新宿7-5

落合保健センター

(3952)7161 〒161-0033下落合4-6

健 だ よ り

11月の健康相談

保健センター事業

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	5・12★・19(木)	9:00～10:30	予約制。 〇印…はじめて歯科相談（1歳児） ★印…にこにこ歯科相談（2歳児） むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方 無印…一般歯科相談
	四谷	6〇・13★・20(金)	13:30～15:00	★印…にこにこ歯科相談（2歳児） むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方
	西新宿	4〇・11★・18(水)		無印…一般歯科相談
	落合	10〇・17★・24(火)	9:00～10:30	歯や歯ぐき等の相談・歯磨きの仕方
もぐもぐごっくん歯科相談	牛込	19(木)	9:00～10:30	予約制（乳幼児対象）。専門の歯科医による口の機能についての相談
	西新宿	4(水)	13:30～15:00	
母親学級	四谷	7(土)・14(土)	9:30～12:00	予約制。もく浴・安産のための実習、歯の健康と栄養の話、塩分測定など。平日は3日制。土曜日は2日制。
	落合	10・17・24(火)	9:00～12:00	
育児相談	牛込	25(水)	13:30～14:00	個別相談（1歳未満）
			14:00～14:30	個別相談（1歳～3歳）
			14:30～15:30	ふれあいグループ（4～12か月児の子育て情報交換）
	四谷	4(水)	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ（子育て情報交換）
	西新宿	4(水)	10:30～11:30	【会場】高田馬場第二児童館
		5(木)	10:30～11:30	【会場】百人町児童館
		16(月)	10:30～11:30	【会場】西新宿児童館
	落合	18(水)	10:00～11:30	まめっこ（5～10か月児の子育て情報交換）
子どもすこやか相談	四谷	17(火)	14:00～16:00	小児科専門医による発達相談。予約制。申し込みは地区の保健センターへ。
育児・おっぱい相談	西新宿	17(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。
育児（双子の会）	落合	17(火)	13:30～15:00	子育て情報交換（初めての方はお問い合わせください）
はじめまして赤ちゃん応援教室	牛込	10(火)	13:30～15:30	予約制。
	西新宿	17(火)		妊娠している方と4か月くらいまでの赤ちゃんのお母さんの育児体験教室
	落合	25(水)		
	四谷	4(水)		妊娠している方（予約制）と21年8月生まれのお子さんのお母さん（個別通知制）の育児体験教室
離乳食講習会	牛込	18(水)	13:30～15:30	6～7か月児。予約制。
	西新宿	16(月)		離乳食の話と調理実演、事故予防の話
	落合	27(金)		
精神保健相談	牛込	24(火)	14:00～16:15	予約制。
	四谷	27(金)	14:00～15:30	
	西新宿	16(月)	13:15～15:30	
		20(金)	9:15～11:30	
	落合	6(金)	14:15～16:30	
うつ専門相談	牛込	10(火)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による相談
パーキンソン体操教室	西新宿	2(月)（講演会）	13:30～15:30	パーキンソン病の方とその家族対象運動療法と患者・家族の交流
	落合	20(金)		
訪問指導	牛込	2(月)・16(月)	13:30～15:30	予約制。
	四谷	12(木)・26(木)		理学療法士・作業療法士の訪問によるリハビリ等に関するアドバイス・実技指導。
	西新宿	11(火)・30(月)		※管理栄養士・歯科衛生士の訪問による栄養・歯科に関するアドバイス・実技指導（随時実施）予約制。
	落合	12(金)・27(金)		

※母子関係の事業には母子健康手帳をお持ちください。

健康部（保健所）事業

事業名	日	時間・会場	申込み	内容
認知症 専門相談	11(水)	14:00～16:15 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・ケアスタッフ 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 <small>(15歳未満対象)</small>	18(水)	13:15～16:00 四谷保健センター	健康推進課公害保健係 ☎(5273)3048～。	予約制。専門医・保健師・栄養 士によるぜん息・アトピー性皮 膚炎などのアレルギー症状等の 相談

The logo features a green circular emblem containing a stylized white stethoscope and a pen. To the right of the emblem, the text "国民健康保険料" is written vertically above "納付書をお送りします", and below that, "国保" is written vertically.



募
集

納付書をお送りします

