

3月1日〜8日は女性の健康週間

女性の健康フォーラム

●いつまでも健やかに輝いて

- 【日時】3月7日(日)午前10時〜午後4時
- 【会場】新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)
- 【対象】区内在住・在勤の女性の方
- 【内容】①乳がんマンモグラフィ検査車での専門技師による説明(検診はありません)・②女性の健康相談、乳がん触診モデルを使った自己検診指導・③女性の元気を引き出す(骨)かづきいこによるリハビリメイク講座、④レガスポ特別講座(ラテンコアダンス・骨盤体操・ヨガ)
- 【費用】無料
- 【申込み】①②③は当日直接、会場へ。④は電話でレガスポ新宿(区生涯学習財団)事業一課 ☎(3232)5121へ。③は先着120名。④は各講座先着25名。
- 20歳の方へ

「女性の健康づくりガイド」を配布しています
女性特有の症状や疾病についてご案内しています。1月11日の「はたちのつどい」で配布しました。ご希望の方(20歳の方のみ)には郵送します。お問い合わせください。

【問合せ】健康推進課健康事業係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047へ。

新型インフルエンザワクチン予防接種 希望するすべての方への接種を開始しています

接種には予約が必要です

この予防接種は任意接種です。医師とご相談の上、ご自身の判断で接種を受けてください。

【接種回数】13歳以上：原則として1回、12歳以下：2回

【費用】1回目：3千600円、2回目：2千550円(ただし1回目と異なる医療機関で接種を受ける場合は3千600円)

【接種を受ける場合】3千600円(接種を受ける医療機関)国が委託した新型インフルエンザワクチン接種受託医療機関にご予約の上、接種を受けてください。詳しくは、新宿区新型インフルエンザ相談センター ☎(5273)3836へ。新宿区ホームページにも、受託医療機関リストを掲載し

東京都大気汚染 医療費助成

気管支ぜん息等の方を対象に、医療費を助成しています。

【対象】都内に引き続き1年(3歳未満の方は6か月)以上在住で、気管支ぜん息(すべての年齢対象)、慢性気管支炎・ぜん息性気管支炎・肺炎腫(18歳未満対象)と診断されている方

【申請要件】健康保険に加入している、気管支ぜん息の方は、申請日以降喫煙しない

【助成内容】「医療券」の有効期間内に認定疾病の治療に掛かった健康保険適用後の自己負担額を助成

【申込み】所定の申請用紙を健康推進課公害係(〒160-0022新宿5-18-21、第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3048へ郵送またはお持ちください。申請用紙は同課で配布するほか、希望する方には郵送します。

【問合せ】東京都福祉保健局環境保健課 ☎(5320)4491へ。同局ホームページ <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/>でもご案内しています。



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

専門医による物忘れ相談

【日時】2月23日(火)・3月9日(火)、いずれも午後2時〜4時

【対象】区内在住で「最近物忘れが多い」とお悩みの方、各日5名程度

【内容】個別相談(櫻井博文・東京医科大学病院老年病科医師)

【会場・申込み】電話で保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862へ。先着順。

骨粗しょう症予防検診

を除く)

※接種費用助成の対象で、すでに医療機関で費用を支払って接種を受けた方には還付しません。還付の申請は22年3月31日(水)まで受け付けます。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859へ。

◆**新型インフルエンザ相談窓口**◆
症状がある場合、マスクをして一般医療機関で受診してください。
医療機関が分からない場合などは
▶新宿区新型インフルエンザ相談センター ☎(5273)3836(平日午前9時〜午後5時)
▶東京都新型インフルエンザ相談センター ☎0570(03)1203(平日午後5時〜翌日午前9時、土・日曜日と祝日は24時間対応)
一般的な相談は
▶新宿区保健所保健予防課 ☎(5273)3862
▶牛込・四谷・西新宿・落合の各保健センター(平日午前8時30分〜午後5時15分)

【内容】「骨粗しょう症の予防法と最新の治療法」(金谷幸一・東京女子医科大学病院整形外科医師)

【費用】無料

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。

足からつくる健康法

●エアロフットセラピー

【日時】3月8日(月)午後2時〜4時

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【内容】家庭でできる足裏マッサージと洗練された歩き方(坂本紀子・運動指導士)

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

がん予防教室

【日時】3月8日(月)午後2時〜4時

【対象】区内在住・在勤の方、50名

【内容】講演「食事によるがんの改善」(済陽高穂・西台クリニク院長)

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。

大都市新宿のコミュニティと福祉文化

●福祉文化が創る共生・協働

【日時・内容】2月27日(土)午後1時〜5時30分：シンポジウム・第一部「福祉文化は何を残してきたか」、第二部「大都市「新宿」のコミュニティと福祉文化」(パネリスト：成富正信/早稲田大学教授、多田千尋/東京おもちゃ美術館館長、中山弘子/新宿区長ほか)

【日時】3月4日(木)午後2時〜4時

【対象】区内在住・在勤の方、50名

「生きるを心で歌う」(中島啓江/オペラ歌手)

【会場】早稲田大学国際会議場(西早稲田1-20-14)

【費用】区内在住・在勤・在学の方：千円、一般：5千円(2日間有効・1日の参加でも同額)

【主催】日本福祉文化学会

【後援】新宿区・区社会福祉協議会

【申込み】電話かファックス(記載例(4面参照)のとおり記入)で、2月25日(木)までに区社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎(5273)9191・☎(5273)3082へ。

国際親善 囲碁フェスティバル

【日時】3月7日(日)午前9時30分〜午後5時

【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)

【内容】①日本人と外国人の囲碁大会、②自由対局、③指導碁と初心者囲碁教室

【費用】①は500円(昼食代を含む)、②③は無料

【後援】新宿区

【主催・申込み】①は事前に電話で、日朝・日韓友好議員連盟・那須 ☎(5261)8315・金澤 ☎(3207)1276へ。②③は当日直接、会場へ。

東京山の手まじろサービスの催し

NPO活動資金助成事業で

【日時】2月26日(金)午後1時30分〜3時30分

【会場】新宿けやき園(百人町4-5-1)

②初めての麺打ち 手作り麺を味わう会

【日時】3月11日(木)午後1時30分〜4時

【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

【内容】うどん作りと交流会

……………(以下共通)……………

【費用】300円

【申込み】電話かファックス(記載例(4面参照)のとおり記入)で①は2月25日(木)、②は3月2日(火)までにNPO法人東京山の手まじろサービス ☎(3205)6813・☎(3205)6766へ。①は先着30名、②は先着25名。

中防処理施設個人見学会

【日時】3月27日(土)午前10時〜午後1時、りんかい線東京テレポート駅集合

【見学場所】中防不燃ごみ処理センター・粗大ごみ破砕処理施設・中央防波堤外側埋立処分場ほか(東京湾内江東区青海2丁目地先)

【費用】無料

【申込み】電話で東京二十三区清掃一部事務組合中防処理施設管理事務所 ☎(3599)5324へ。先着40名(1組4名まで)。

消防博物館

江戸から東京へ

【日時】3月7日(日)までの午前9時30分〜午後5時

【内容】出初式の由来・歴史を錦絵・写真・ポスターなどで紹介。防火すごろく・ジグソーパズルコーナーなども同時開催

【費用】無料