★区のサービス・手続き・施設のご案内は「しんじゅくコール」
☎(3209)9999 午前8時～午後10時、1/1～1/3を除く毎日

保健

費用の記載のないものは無料

牛込保健センター 弁天町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）7118
落合保健センター 下落合4-6-7	☎（3952）7161

HIV・性感染症の夜間検査

東京都HIV検査・相談月間に合わせて実施します。この機会に検査を受けましょう。

【日時】6月3日㈭午後6時～7時
【会場】西新宿保健センター
【内容】HIV（エイズ）・クラミジア・梅毒の抗体検査。結果は1週間後にお知らせします。
【申込み】5月20日㈭から、電話で**保健予防課予防係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3859へ。匿名で受け付けます。先着50名。

※今回の夜間検査は日本語のみの対応です。
※日程が合わない方には、ほかの無料検査会場をご案内します。

専門医による物忘れ相談

【日時】5月25日㈫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、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。

入れ歯相談

【日時】5月28日㈮午前9時～12時
【対象】区内在住の方、8名程度
【内容】個別相談（羽村章・日本歯科大学附属病院長）。1人15分程度。入れ歯の製作・調整等は行いません。
【会場・申込み】電話で**牛込保健センター**へ。先着順。

1歳児食事講習会

●離乳食から幼児食へのステップアップ

【日時】5月27日㈭午前11時～午後1時
【対象】区内在住で1歳～1歳6か月くらいのお子さんの保護者、15名
【内容】離乳完了時期の食事やおやつの話・調理実演と試食（栄養士）、口の発達の話（歯科衛生士）
【持ち物】母子健康手帳
【会場・申込み】電話で**西新宿保健センター**へ。先着順。託児あり。

若がえり講座（3日制）

●地域の仲間と元気をキープ

【日時・内容】話と実技。▼6月3日㈭…予防できる認知症の話「脳は使って鍛えよう」（保健師）、▼10日㈭…案外知らない口の働きや食生活のコツ「しっかりかんでおいしく食べよう」（栄養士・歯科衛生士）、▼17日㈭…家でもできる運動「いつまでも元気に歩こう」（理学療法士）、いずれも午後2時～4時
【会場】榎町地域センター（早稲田町85）
【対象】区内在住の65歳以上で3日とも参加できる方、30名
【申込み】電話で**牛込保健センター**へ。先着順。

※7月は落合保健センターで開催する予定です。

糖尿病予防教室

●抜け出そう、糖尿病予備軍

【日時・内容】▼6月15日㈫…糖尿病の正しい理解（大西由希子・朝日生命成人病研究所附属丸の内病院医師）、▼17日㈭…歯周病と糖尿病の密接な関係（中川種昭・慶應義塾大学病院歯科医師）、▼29日㈫…まだ糖尿病ではないと安心していませんか（保健師・栄養士）、いずれも午後2時～4時、全3回
【対象】区内在住の方、30名
【会場・申込み】電話で**落合保健センター**へ。先着順。1日のみ参加もできます。

骨粗しょう症予防検診

【日時】▼6月1日㈫・15日㈫・29日㈫…牛込、▼3日㈭・17日㈭…落合、▼9日㈬・23日㈬…西新宿の各保健センター。いずれも午前9時～10時に受け付け
【対象】区内在住で20歳以上の（1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く）
【内容】骨密度測定（かかとの粗定・超音波法）、医師の結果説明、保健・栄養相談
【費用】300円
【会場・申込み】電話で**各保健センター**へ。先着順。

※四谷保健センターは仮庁舎に転するため、6月は実施しません。

うつ病の方への就労支援

協働事業提案制度実施事業

①講演会「うつ病から就労するには」

【日時】5月26日㈬午後2時～4時
【会場】区役所第2分庁舎3階会議室（新宿5―18―21）
【対象】区内在住・在勤でうつ病の方と家族の方、50名程度
【講師】井上悟（都立中部総合精神保健福祉センター保健福祉部長・精神科医師）
【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NPO法人ストローク会へ。先着順。

②職場復帰への援助（リワーク）講座

【日時】6月4日㈮・8日㈫・10日㈭・15日㈫・21日㈪・22日㈫、いずれも午後1時30分～4時、全6回
【会場】区役所第2分庁舎3階会議室・第2分庁舎分館1階会議室（新宿5―18―21）
【対象】区内在住・在勤で、うつ病のため休職中で職場復帰を希望している方、20名程度
【内容】少人数で行うグループワーク「自分と仕事の関係や復職の準備等を一緒に考えよう」
【費用】千500円（テキスト代）
【申込み】所定の申込書を、郵送かファックスで5月28日（必着）までにNPO法人ストローク会へ。先着順。申込書は保健予防課（第2分庁舎分館1階）・保健センターで配布しているほか、同会のホームページ（HP http://www.stroke.jp/utu/index.html）から取り出せます。申込書の郵送を希望する方は同会へ。

【問合せ】**NPO法人ストローク会**（〒169・0075高田馬場4―23―13）☎（3362）4170・FAX（3362）9377へ。
※個別の就労相談もお受けしています。詳しくは、同会へお問い合わせください。

法律相談・交通事故相談　事前予約を受け付けています

毎週水・木曜日午後に区役所で実施している法律相談・交通事故相談（下表各種相談参照）は、2月実施分から事前予約制に変更しました。先着順に受け付けています。
【予約日時】区役所開庁日の午前8時30分～午後5時（複数回の予約はできません）
【予約先・問合せ】**広聴担当課広聴係**（本庁舎3階）☎（5273）4065へ。

6月の各種相談

※複雑な相談内容には資料をお持ちください

くらし・法律

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先
区民相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	本庁舎1階 区民相談コーナー	**区政情報センター** ☎（5273）4585
法律相談・交通事故相談	水・木曜日（祝日等除く）	13:00～15:30（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	**広聴担当課広聴係** ☎（5273）4065
行政相談	4㈮・18㈮	13:00～16:00	本庁舎1階ロビー	
人権・身の上相談	4㈮・18㈮	13:00～16:00	第1分庁舎2階 区民相談室	**総務課総務係** ☎（5273）3505
地デジ相談	3㈭・17㈭	13:30～15:30	本庁舎1階ロビー	**総務課総務係** ☎（5273）4323
悩みごと相談室	月曜日（祝日等除く）	10:00～16:00	第1分庁舎2階区民相談室 電話相談☎（5273）3646	**男女共同参画課・面接相談**（電話予約）☎（3341）0801
	月～土曜日（祝日等除く）		ウィズ新宿（男女共同参画推進センター）（荒木町16）電話相談☎(3353)2000、男性相談員による電話相談（土曜日午後1時～4時）☎(3341)0905	
女性相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	第2分庁舎1階	**生活福祉課相談係** ☎（5273）3884
消費生活相談	月～金曜日（祝日等除く）	電話…9:00～17:00 来所…9:00～16:30	**新宿消費生活センター**（新宿5-18-21、第2分庁舎分館2階）☎（5273）3830	
就労支援総合相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～17:00	**新宿消費生活センター**（新宿5-18-21、第2分庁舎分館2階）☎（5273）3925	
内職相談		8:30～17:00		
若者の仕事と心の相談	火曜日（祝日等除く）	13:30～16:20（電話予約）	新宿消費生活センター分館（高田馬場4-10-2）	**新宿消費生活センター** ☎（5273）3925
多重債務特別相談	14㈪・28㈪	13:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	**新宿消費生活センター** ☎（5273）3830
商工相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～16:00（電話予約）	BIZ新宿（西新宿6-8-2）	**産業振興課産業振興係** ☎（3344）0702
図書館でのビジネス情報支援相談会	19㈯	13:00～17:00（申込書で予約）	**中央図書館**（下落合1-9-8） ☎（3364）1421	
	23㈬	17:00～21:00（申込書で予約）	**角筈図書館**（西新宿4-33-7） ☎（5371）0010	
税務相談	1㈫・15㈫	13:30～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	**税務課税務係** ☎（5273）4135
緑化（園芸・盆栽）相談	7㈪	13:30～15:30	本庁舎1階ロビー	**みどり公園課みどりの係** ☎（5273）3924
外国人相談	英語（月～金曜日）☎(5272)5060、中国語（月・水・金曜日）☎(5272)5070 韓国語（火・木曜日）☎(5272)5080（いずれも祝日等を除く） 時間…9:30～12:00、13:00～16:30（本庁舎1階区民相談コーナー）			
	韓国語・中国語・タイ語・英語・ミャンマー語（日時は要問い合わせ）		**しんじゅく多文化共生プラザ**（歌舞伎町2-44-1）☎(5291)5171	

福祉

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先
福祉サービスに関する法律相談	21㈪	14:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	**地域福祉課福祉計画係** ☎（5273）3623
成年後見・権利擁護相談	月・水・金曜日（祝日等除く）	13:00～16:00（電話予約）	**新宿区成年後見センター**（高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内）☎(5273) 4522	
障害者相談窓口	障害者福祉課☎(5273)4518・FAX(3209)3441、保健予防課☎(5273)3862、あゆみの家☎(3953)1230、子ども発達センター☎(3953)1322、保健センター（牛込☎（3260）6231、四谷☎（3351）5161、西新宿☎（3369）7118、落合☎（3952）7161）、★区立障害者福祉センター☎・FAX（5292)7890、まど☎(3200)9376、★オフィスクローバー☎(3365)4180、★ラバンス☎(3364)1644、ファロ☎(3350)4437、風☎(3952)6014へ。（★はピアカウンセリングも実施）			

子ども・教育

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先
子どもと家庭の総合相談	月～土曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	**中落合子ども家庭支援センター** ☎（3952）7752	
	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	**信濃町**☎（3357）6855・**榎町**☎(3269)7345の**子ども家庭支援センター**へ。	
	土曜日（祝日等除く）	9:30～18:00		
子ども家庭相談	地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、児童館へ。			
家庭相談	月～金曜日（祝日等除く）	13:00～17:00	本庁舎2階	**子どもサービス課育成支援係** ☎（5273）4558
ひとり親相談		8:30～17:00		
子育て電話相談	火～金曜日（祝日等除く）	13:00～15:00	お近くの公立の各保育園へ。	
発達相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～17:00	**子ども発達センター**（西落合1-30-10）☎（3953）1322	
教育相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～17:00	**教育センター**（大久保3-1-2）☎（3232）3071 電話相談☎（3232）2711	
子ども相談	電話…月～金曜日9:00～20:30、土・日曜日、祝日9:00～17:00、来所…月～金曜日9:00～17:00		**東京都児童相談センター**（戸山3-17-1） 電話相談☎（3202）4152 来所相談☎（3208）1121	

住宅・建築

相談名	実施日	実施時間	相談場所	問い合わせ先
住み替え相談	4・11・18・25㈮	13:00～16:00（電話予約）	第1分庁舎2階 区民相談室	**住宅課居住支援係** ☎（5273）3567
不動産取引相談	4・11・18・25㈮			
マンション管理相談	11㈮・25㈮	13:00～15:50（電話予約）		
安全安心・建築なんでも相談	9㈬	13:30～16:00	戸塚地域センター（高田馬場2-18-1）	**建築指導課建築企画係** ☎（5273）3732
建築紛争相談	月～金曜日（祝日等除く）	8:30～17:00	本庁舎8階	**建築調整課** ☎（5273）3544

年金・労務等無料相談	11日㈮	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都社会保険労務士会新宿支部 ☎（5261）3583
不動産登記無料相談	8日㈫	13:00～16:00	区役所第1分庁舎2階区民相談室	主催・東京司法書士会新宿支部☎(5464)5887 東京土地家屋調査士会新宿支部☎080(3355)0587
行政手続無料相談	1㈫・15㈫	12:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・東京都行政書士会新宿支部 ☎（5332）5625
マンション問題無料なんでも相談	2㈬・16㈬	13:00～16:00	区役所本庁舎1階ロビー	主催・新宿区マンション管理士会 ☎（3361）9305
法律テレフォンガイド ☎(5367)5290	月～金曜日	10:00～12:00、13:00～15:00		主催・弁護士会が運営する法律相談センター