



四谷ひろばH2011

●手をつないで多世代交流

【日時・内容】①同ひろば利用
団体等の作品展示：6月18日
(出)・19日(日)午前10時～午後6時
(19日(日)は午後5時まで)
②催し：6月19日(日)午前10
時～午後4時(読み聞かせ、手
遊び、スタンプリング、パソコ
ン体験(午後5時まで)、学生企
画「勝負の館」ほか)
③ステージ：6月19日(日)午前
10時30分～午後4時10分(四谷

交通少年団鼓笛隊・和太鼓・居合
道・バンド・コーラス・フラダン
ス・モダンバレエ・一輪車ほか)
【会場・申込み】当日直接、四
谷ひろば(四谷4-20) ☎(3
358) 9140へ。

福祉のしごと個別相談会

【日時】6月17日(金)午後1時
30分～4時

【会場】新宿わく☆ワーク(新
宿7-3-29、新宿ここ・から
広場しごと棟)

【対象】区内在住・在勤の方
【申込み】電話で東京都福祉
人材センター ☎(5211) 7
923へ。

東京都都市計画審議会

【日時】7月29日(金)午後1時
30分から
【会場】都庁第一本庁舎42階
特別会議室A

【内容】西武新宿線(中井駅～
野方駅)連続立体交差事業ほか
【申込み】傍聴を希望する方
は、往復はがきに記載例(2面
参照)のとおり記入し、7月15
日(金)(消印有効)までに東京都
都市整備局都市計画課(〒1
63-8001西新宿2-1
8-1、都庁第二本庁舎21階)
☎(5388) 3225へ。は
がきは1人1枚。定員(15名)

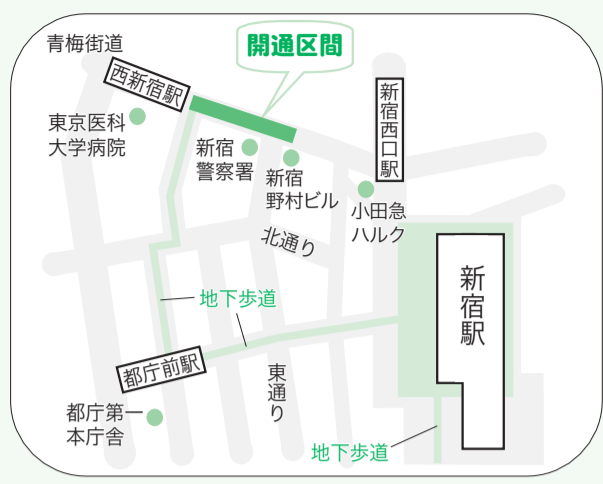
5月の新宿区の人口 1日現在(増減は前月比)
総人口 318,688人 (505人減)

人口	住民登録		外国人登録	
	284,455人	230人増	34,233人	735人減
男	142,262人	162人増	16,478人	249人減
女	142,193人	68人増	17,755人	486人減
世帯数	172,432世帯	425世帯増	-	-

を越えた場合は抽選。審議案
件は、東京都都市整備局のホ
ームページでもご案内してい
ます。

地下歩道が開通
丸ノ内線西新宿駅、
新宿警察署前

新宿歩行者専用道第2号線(タイム
ズ・アベニュー)のうち、東京メトロ
丸ノ内線西新宿駅から新宿警察署前・
新宿野村ビルまでの約210mが、5月16
日、青梅街道下に開通しました。
東京都では、地下歩道ネットワーク
の形成のため、引き続き、残る地下歩道
区間の調査・設計を進める予定です。
【問合せ】東京都第三建設事務所工
第一課 ☎(3387) 5136へ。



区民のひろば

費用・申し込み・問い合わせ

この欄は区民の方相互の情報交
換の場です。掲載行事は区の主催
ではありません。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へ。

★催し・講座★

◆社交ダンス講習とパーティー
6月19日(日)午後1時～6時、新宿コ
ズミックセンターで。☎500円。☎
当日直接、会場へ。先着100名。☎
東京都地域指導員協会西ブロック・
里方 ☎(5982) 5669

◆ストレッチ体験教室 6月9日(木)
午前10時～11時30分、信濃町子ど
も家庭支援センターで。中高年者
対象。初心者歓迎。定期活動あり。
☎1,000円。☎当日直接、会場へ。
先着20名。☎活き活きストレッチ・
金澤 ☎090 (4968) 9086

★サークル紹介・会員募集★

◆合唱 毎月第1・第3水曜日…戸
塚地域センターで、第2・第4水曜
日…落合第二地域センターで、い
ずれも午後1時～2時30分。ボイス
トレーニングとコーラス。☎月2回
2,300円。☎エーデルワイス・高橋
☎090 (2254) 0085

◆童謡合唱 月1回日曜日午前10
時～11時30分、戸塚地域センター
で。叙情歌・愛唱歌ほかをピアノの
伴奏で歌う。☎入会金1,000円・1回
1,000円。☎童謡うた声フォーラム・
藤樫(とがし) ☎(3367) 6785

◆合唱 毎週火曜日午後6時～8
時、赤城生涯学習館ほかで。日本の
歌・世界の歌。初心者歓迎。☎入会
金1,000円・月5,000円。☎合唱団
「せせらぎ」・橋本 ☎(3260) 3435

◆ボイストレーニングと歌唱 毎月第1～第3月・火・木曜日午後1時
～5時、若松地域センターで。歌謡
曲・ジャズ・カンツォーネほか。プ
ロの指導あり。☎入会金2,000円・月
4,000円。☎午前11時30分までに
月見草の会・眞鍋 ☎(3353) 1338

◆百人一首 毎月第2・第4火曜日
午後1時～3時30分、高田馬場第二
ことぶき館で。初心者歓迎。見学可。
☎月500円。☎午後6時以降にやま
ぶきの会・嶋瀬 ☎(3200) 1346

◆生け花 月2～3回水曜日午後7
時～9時30分、戸塚地域センター
で。☎入会金1,000円・1回1,000
円(別に花代1回1,200円)。☎いけ
ばなの会・柏原 ☎090 (2405)
5044

◆スペイン語 月4回金曜日午後1
時～2時30分、早稲田奉仕園(西早稲
田2)で。ネイティブの講師が指導。

☎1回2,200円。☎HOLA(オラ・
ペレイラ) ☎080 (3401) 0956

◆中国語 毎週土曜日午前10時
～12時、戸山生涯学習館で。バイ
リンガルの講師が指導。初中級。☎
月4,000円。☎中国語同好会・石毛
☎(3267) 8183

◆フラダンス 月2回土曜日午後1
時～3時、四谷地域センターで。講
師が指導。初心者歓迎。☎入会金
1,000円・月3,000円。☎四谷フラ
ダンスの会・東名 ☎(3365) 5318

◆フラダンス(託児付き) 毎週金
曜日午前10時30分～11時45
分、四谷地域センターで。初心者歡
迎。託児あり(0歳児から)。☎1回
2,000円(体験1回1,000円)。☎オハ
ナ・フラ・池野 ☎090(4956)0267

◆水泳 毎週月曜日午前11時30
分～午後1時、国立霞ヶ丘競技場室
内水泳場で。初級・中級。初心者歡
迎。☎入会金5,000円・3か月
10,000円。☎マーメイドスイミン
グクラブ・今清水 ☎(3496) 8288

※区内で実施する催しやサー
クル活動等の情報は、新宿区地
域ポータル「しんじゅくノート」
(☎ http://shinjuku.mypl.net/)
でも無料で紹介できます。アカ
ウントを取得(会員登録)し、ご利用
ください。

年に1度の健康チェック・無料健康診査(7月分)

対象者・実施場所

区が実施する健診の対象	健診の実施場所(日程等は右記ア～ウ参照)		
	保健センター	区民健康センター	区の委託医療機関
16歳～39歳の方(学校等で健診を受ける機会がある方を除く)(※1)	○	○	○
40歳～74歳で新宿区の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(※2)	○ (64歳まで)	○	○
75歳以上の方(※3)	○	○	○

(※1) 健診票は必要ありません。右記ア・イに電話で予約してください。

(※2) 健診票(対象の方には5月末にお送りしています)をご用意の上、
右記ア～ウに電話で予約してください。

(※3) 健診票(20年度以降に区の健康診査を受けた方には4月末にお送り
しています)をご用意の上、右記イ・ウに電話で予約してください。健診票
がお手元のない方は、電話で健康推進課健診係 ☎(5273)4207へ請求し
てください。

▶新宿区の国民健康保険に加入している40歳～74歳の方には、メタボリ
ックシンドロームに着目した健康診査(特定健診・特定保健指導)を実施
しています。

▶40歳～74歳で国民健康保険以外の健康保険(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)の
特定健診は、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保
険者へお問い合わせください。

健診内容 ※診断書は発行しません。

問診、身体・腹囲測定、血圧、尿検査、血液検査ほか。50歳以上の男性
で希望する方は、前立腺がん検診(200円)を同時に受診できます。

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は ☎(3209) 1111、新宿区ホームページは ☎http://www.city.shinjuku.lg.jp/です。

7月の日程 毎月5日号の「広報しんじゅく」で翌月の日程をお知らせしています。

ア 保健センター(2日制)

健診希望日の8日前までに、保健センター専用健診予約センター ☎(3200)1508へ
予約(月～金曜日の午前9時～午後6時)

健診と結果説明の2日制。両日とも会場へおいでください。

【日時・会場】下表のとおり。実施時間は午前9時～11時

【結果説明】3～4週間後の指定日に、医師による結果説明と健康相談を実施

【追加検診(土曜日を除く)】骨粗しょう症予防検診(20歳以上の方・300円)

健診会場	牛込保健センター (弁天町50)	西新宿保健センター (西新宿7-5-8)	落合保健センター (下落合4-6-7)	土曜健診
第1回 健診日	7月12日(火)	7月6日(水)	7月14日(木)	【会場】牛込 保健センター 【健診日】 7月2日(出) 【結果説明】 7月30日(出)
第1回 結果説明	8月2日(火)	7月27日(水)	8月4日(木)	
第2回 健診日		7月20日(水)	7月28日(木)	
第2回 結果説明		8月10日(水)	8月18日(木)	

※四谷保健センターは、当分の間、健康診査を休止します。

イ 区民健康センター(新宿7-26-4)

☎(3208) 2222へ予約(月～金曜日の午前8時30分～午後5時)

【日時】月～金曜日と7月10日(日)。時間は午前中

【結果通知】3～4週間後に郵送で通知

【追加検診(日曜日を除く)】がん検診・骨粗しょう症検診(各検診ごとに曜日を決
めて実施・20歳以上の方・有料)

ウ 区の委託医療機関(区内診療所など)

【申込み】健診票に同封の一覧表からご希望の医療機関を選び、直接予約

【結果通知】後日、対面等で通知

【追加検診】がん検診(有料)を実施している医療機関もあります。一覧表でご確認く
ださい。受診には検診票が必要です。お手元のない方は、電話で健康推進課健診係
☎(5273) 4207へ請求してください。

【問合せ】健康推進課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 4207へ。