

★★★★★★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 ☎(3351)5161 〒160-0004四谷4-17
- 西新宿保健センター ☎(3369)7118 〒160-0023西新宿7-5-8
- 落合保健センター ☎(3952)7161 〒161-0033下落合4-6-7
- 区民健康センター ☎(3208)2222 〒160-0022新宿7-26-4

区民健康センター事業

すべて予約制で、健康診査・健康相談・在宅療養相談以外は原則として有料です。詳しくは、お問い合わせください。

事業名	開催日等	時間
健康診査		
健康相談	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
肝炎ウイルス検査※1		
骨粗しょう症検診	月・火・木、第1・3・5金曜日 水曜日(女性のみ)	午前9時～10時30分受付 午後1時受付
がん検診	胃がん検診	水曜日
	大腸がん検診(便潜血反応検査)	月～金曜日
	肺がん検診	月～金曜日
	前立腺がん検診※2	水曜日
子宮頸がん検診	水曜日	午後1時受付
総合健診(健康診査+がん検診)※3	火曜日	午前8時30分～9時45分受付
日曜総合健診(健康診査+がん検診)※3	年6回(詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています)	
日曜健診	年10回(詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています)	
精密検査※4	直接予約が可能な検査	▶眼科検査、▶ヘリカルCT肺がん検査
	事前に健康相談の受診、または医師の紹介が必要な検査	▶胃内視鏡(胃カメラ)検査、▶CT検査、▶腹部超音波(エコー)検査、▶アレルギー検査、▶消化器X線検査、▶呼吸器検査、▶脳波検査、▶認知症検査、▶循環器(心電図)検査
訪問看護師による在宅療養相談	月～金曜日	午前9時～午後5時

- ※1過去に受けたことがない方は無料です。
- ※2健康診査と併せて、50歳以上の男性の希望者に実施します。
- ※3子宮頸がん検診は含まれません。
- ※4検査によって開催日時が異なります。詳しくは、お問い合わせください。

日曜日・祝日・年末年始に病気になるたら
▼午前9時～午後5時：休日急患テレホンセンター
▼午後5時～10時：休日夜間診療

東京都医療機関案内
ひまわり ☎(5272)0303
(24時間自動応答)

保健だより

9月の健康相談

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	8(木)★・15(木)○	9:00～10:00	予約制。むし歯予防等の相談と歯磨きの仕方 ○印…はじめて歯科相談(1歳児) ★印…ここに歯科相談(2歳児) ※会場は四谷ひろば(四谷4-20)
	四谷※	2(金)★・9(金)○	13:30～14:30	
	西新宿	12(月)○・26(月)★	9:00～10:00	
	落合	13(火)○・20(火)★		
もぐもぐごっくん歯科相談	牛込	15(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	12(月)		
母親学級	牛込	10(土)・17(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
	西新宿	7(水)・14(水)・21(水)	13:30～16:00	
育児相談	牛込	28(水)	13:30～14:00	個別相談(1歳～3歳未満)
			14:00～15:00	ふれあい広場(4～12か月の子育て情報交換)
	四谷	1(木)	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
			10:30～11:30	【会場】百人町児童館 個別相談とグループワーク
西新宿	8(木)	10:30～11:30	【会場】北新宿第一児童館	
		28(水)	10:30～11:30	【会場】高田馬場第二児童館
すこやか子ども発達相談	牛込	20(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	13(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
	落合	8(木)	13:30～15:00	
双子の会	落合	13(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	6(火)	13:30～15:30	予約制 妊娠している方と4か月くらいまでのお子さんのお母さんの育児体験教室
	落合	27(火)	13:30～15:30	妊娠している方(予約制)と23年6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	20(火)	13:30～15:30	予約制。6～7か月児対象 離乳食の話と調理実演、事故予防の話
	西新宿	12(月)		
精神保健相談	牛込	13(火)・27(火)	14:00～16:15	予約制。精神科医による思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談
			四谷	
	西新宿	22(木)	13:15～15:30	
			落合	
うつ専門相談	四谷	9(金)	14:00～16:15	予約制。精神科医による相談
	西新宿	12(月)	13:15～15:30	
パーキンソン体操教室	西新宿	5(月)	13:30～15:30	パーキンソン病の方と家族の方対象 運動療法と患者・家族の交流
	落合	16(金)		
訪問指導	牛込	5(月)・12(月)	13:30～15:30	予約制。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 ※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・実技指導は随時実施。予約制
	西新宿	14(水)・26(月)	13:30～15:30	
女性の健康専門相談	四谷	2(金)	14:00～16:00	予約制。女性の産婦人科医等による個別相談。更年期症状や月経など婦人科系の症状でお悩みの方対象

※母子関係の事業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	7(水)	9:15～11:30 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。

ポリオ予防接種

【日時・会場】左表のとおり。いずれも午後1時30分～2時30分に受け付け
※予約は必要ありません。当日直接、会場へおいでください。接種は無料です。
※四谷地域の会場は、四谷ひろば(旧四谷第四小学校)です。

会場	日程
牛込保健センター(弁天町50)	9月29日(木)、10月17日(月)・28日(金)、11月28日(月)
四谷ひろば(四谷4-20)	10月4日(火)・24日(月)、11月15日(火)
西新宿保健センター(西新宿7-5-8)	10月11日(火)・25日(火)、11月2日(水)
落合保健センター(下落合4-6-7)	10月14日(金)、11月1日(火)・11日(金)・22日(火)
元気館(戸山3-18-1)	10月15日(土) ★混雑が予想されます。なるべく保健センター・四谷ひろばで接種をお願いします。

【対象】▼接種1回目：平成23年1月1日～6月30日
▼接種2回目：平成22年7月1日～12月31日
生誕後、対象の方には、9月下旬に予防接種を送ります。
【問合せ】保健予防課(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859へ。

消化器難病療養相談

【日時】9月28日(水)午後1時30分～3時30分
【対象】潰瘍性大腸炎・クローン病・腸型ペーチェット病など炎症性腸疾患の方、5名
【内容】医療・日常生活の個別相談(若男泰・慶應義塾大学病院消化器内科医師)・栄養指導(斉藤恵子・社会保険中央総合病院管理栄養士)
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

リウマチ・リハビリ教室

●リウマチによる痛み・変形の予防や軽減のために
【日時】9月30日(金)午後1時30分～3時30分
【対象】関節リウマチまたはその疑いがあると医師に診断されている方と家族
【内容】リウマチ専門理学療法士の指導と参加者の交流会
【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。

空き室予約 10月・11月の区民保養施設

●箱根つつじ荘・グリーンヒルハケ岳

先着順に受け付けます。受付開始日等をご確認の上、受付窓口へお申し込みください。
●利用料金の支払いは、利用日当日の現地払いまたは利用日前の口座振り込みとなります。詳しくは、受付窓口へお問い合わせください。

【受付開始日】
▼落選者優先受付：9月1日(木)から
▼区民優先受付：9月5日(月)から
▼一般受付：9月12日(月)から
※落選者優先受付は、必ず受付窓口で落選はがきをお持ちください(電話では申し込めません)。

【受付専用電話】
☎(5273)3881

【受付日時】月～金曜日(祝日等を除く)午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日等は日本通運(株)東京旅行支店 ☎(6251)6560(午前10時～午後6時)へ。

東日本大震災義援金にご協力を

●被災した方への義援金のための募金箱を9月30日(金)まで区の施設に設置しています
たくさんの皆様にご協力いただきありがとうございます(8月9日集計分まで/9,987万3,660円)。お預かりした義援金は、日本赤十字社を通して被災地へ送ります。
【募金箱設置場所】区役所本庁舎1階総合案内・3階総務課・5階区議会受付、第1分庁舎1階受付、第2分庁舎1階受付、特別出張所、新宿コズミックセンター、区立図書館ほか
※物品の寄付は受け付けていません。
※区職員がご自宅等を訪問して義援金をお願いすることはありません。詐欺にご注意を。
【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505へ。