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 FAX(3209)9900

保健

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

日曜健康診査・がん検診

日曜日に健康診査と各種がん検診（希望する方）を同時に受診できます。

【日時】10月23日(日)午前8時30分から

【対象】区内在住で、健康診査は16歳以上（40歳～74歳は新宿区の国民健康保険に加入している方）、がん検診は20歳以上で、いずれも平日に受診できない方、25名程度（胃がん検診は12名程度、前立腺がん検診は50歳以上の男性の方）

【内容】▼健康診査…問診・内科診察・身体計測・血圧測定・検尿・心電図・血液検査、▼希望できる追加検査…胃・大腸・肺・前立腺がん検診、骨粗しょう症検診、B型C型肝炎ウイルス検査

※65歳以上の方は、胸部X線撮影あり

【費用】▼健康診査…無料、▼胃・大腸がん検診…2千400円、▼肺がん検診…千200円、▼前立腺がん検診…200円、▼骨粗しょう症検診…300円、▼肝炎ウイルス検査…原則として有料（これまでに受けたことのない方は無料）

【会場・申込み】9月26日(月)午前9時から、電話で**区民健康センター**（新宿7－26－4）☎（3208）2222へ。先着順。

※健康診査を希望する40歳以上（昭和47年3月31日以前の生まれ）の方は、お手元に健診票を用意して予約してください（健診票がない方は、電話で健康推進課健診係☎（5273）4207へ請求してください）。

専門医による物忘れ相談

【日時】9月27日(火)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。

統合失調症家族教室

【日時・内容】▼①9月30日(金)午前10時～12時…統合失調症の理解（三浦勇太・新宿東メンタルクリニック院長）、▼②10月7日(金)午後1時30分～4時30分…家族の接し方（高森信子・SSTリーダー）、▼③14日(金)…本人を支える制度～社会資源の紹介と利用者の話（保健師ほか）、▼④21日(金)…当事者からのメッセージ（石山勲・セルフヘルプグループみつば会）、▼⑤28日(金)…家族の立場からのメッセージ（家族会）、③④⑤は午後1時30分～3時30分、全5日

【会場】西新宿保健センター

【対象】区内在住で統合失調症と診断された方の家族、25名（原則として全回参加できる方）

【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。

専門医によるぜん息予防・アレルギー予防相談

【日時】10月27日(木)午後1時15分～4時

【会場】牛込保健センター

【対象】区内在住の15歳未満で、ぜん息・アトピー性皮膚炎などのアレルギー症状でお悩みの方、10名

【内容】問診、専門医の診察、栄養士・保健師の相談、住まいの環境衛生相談

【申込み】10月12日(水)までに電話で**健康推進課公害保健係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3048へ。先着順。

女性の健康専門相談

【日時】10月7日(金)午後2時～4時（原則として毎月第1金曜日に開催）

【対象】区内在住の女性で、更年期症状や月経など婦人科系の症状でお悩みの方、5名程度

【内容】女性の産婦人科医・助産師・保健師等の無料個別相談

【会場・申込み】電話で**四谷保健センター**へ。

骨粗しょう症予防検診

【日時・会場】▼①10月11日(火)・25日(火)…牛込、▼②12日(水)・26日(水)…西新宿、▼③20日(木)…落合の各保健センター、いずれも午前9時～10時に受け付け、▼④28日(金)…四谷ひろば（四谷4－20）、午前9時30分～11時30分に受け付け

【対象】区内在住で20歳以上の方（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（かかとの測定・超音波法）、医師の結果説明、保健・栄養相談

【費用】300円

【申込み】電話で①②③は**会場の保健センター**へ。④は**四谷保健センター**へ。先着順。

育児講演会

●子どもが伸び伸び育つ！とっておきのしつけ法

【日時】10月5日(水)午前10時～12時

【対象】区内在住で1歳以上3歳未満のお子さんの保護者、20名

【内容】子どもの発達に合わせた叱り方・遊び方・しつけ（内田良子・心理カウンセラー）

【会場・申込み】電話で**西新宿保健センター**へ。先着順。ボランティアの託児あり（先着15名）。

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・会場】▼10月12日(水)…牛込、▼18日(火)…落合の各保健センター、いずれも午前11時～午後1時

【対象】区内在住で1歳～1歳6か月ころのお子さんと保護者、各20名

【内容】離乳完了時期の食事とおやつの話、調理実演と試食（栄養士）、口の発育の話（歯科衛生士）

【持ち物】母子健康手帳、子ども用エプロン

【申込み】電話で**会場の保健センター**へ。先着順。託児あり。

新しい子宮頸がん予防ワクチンの接種について

子宮頸がん予防ワクチン接種は、これまで、区内在住の中学1年生～高校1年生に相当する年齢の女子を対象に「サーバリックス」（グラクソ・スミスクライン㈱製）を使用していましたが、厚生労働省の通知により、9月15日から新たに「ガーダシル」（MSD㈱製）も接種可能になりました。

区が発行した予防接種予診票をお持ちになると、どちらのワクチンも無料で接種できます。接種を希望する方は医療機関で相談し、必ず3回とも同じワクチンを接種してください。

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

10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	問合せ
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	7(金)・21(金)	13:00～16:00	本庁舎1階ロビー	
人権・身の上相談	7(金)・21(金)	13:00～16:00	第1分庁舎2階区民相談室	総務課総務係 ☎（5273）3505
公益通報相談	27(木)	14:00～16:00		
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）		男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）（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	
多重債務特別相談	24(月)	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
就労支援総合相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～17:00	消費者支援等担当課就労支援係（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室	火曜日（祝日等除く）	15:30～18:50（電話予約）	若年者就労支援室「あんだんて」（新宿7-3-29、新宿ここ・から広場内）☎（3200）3329	
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	15(土)	13:00～17:00（申込書で予約）	中央図書館（下落合1-9-8）☎（3364）1421	
	26(水)	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	4(火)・18(火)	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	3(月)	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）			
	英語・中国語・韓国語・タイ語・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	問合せ
福祉サービスに関する法律相談	17(月)	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（大久保3-1-1）☎（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、保健センター、★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	問合せ
子どもと家庭の総合相談	月～土曜日（祝日等除く）	8:30～19:00	子ども総合センター（新宿7-3-29）☎（3232）0675 ※心身の発達への不安や障害に関する相談もお受けします。	
	日曜日・祝日（電話相談のみ）	8:30～17:00		
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	子ども家庭課育成支援係（本庁舎2階）☎(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。	
教育相談	月～金曜日（祝日等除く）	9:00～18:00	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	問合せ
住み替え相談・不動産取引相談	7・14・21・28(金)	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
マンション管理相談	14(金)・28(金)	13:00～15:50（電話予約）		
安全安心・建築なんでも相談	12(水)	10:00～15:00	本庁舎1階ロビー	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	14(金)	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 ☎（5363）5554
不動産登記無料相談	11(火)	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☎(3363)8075
行政手続無料相談	4(火)・18(火)	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	5(水)・19(水)	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