

### ペットなんでも相談のご利用を

区内17か所の協力動物病院(東京都獣医師会新宿支部加盟・下表)で相談をお受けしています。ペットの正しい飼い方・しつけ方・健康問題など、電話でも相談ができます。  
【問合せ】衛生課管理係(第2分庁舎3階)☎(5273)3148へ。

病院名・所在地	電話番号
木村動物病院(馬場下町50)	(3203) 0011
市ヶ谷動物病院(市谷柳町25、宮坂ビル1階)	(3269) 1299
新宿動物病院(新宿7-11-5、けやきハウス2階)	(5272) 1323
エンドー動物病院(北新宿3-9-3)	(3371) 7182
アーバン動物病院(大久保2-3-16、サニー大久保102)	(3204) 1323
辻記念動物病院(高田馬場1-20-2)	(3200) 0076
ワトソン動物病院(西早稲田1-11-8、ピィラ早稲田1階)	(3200) 1098
藤木獣医科病院(西早稲田2-21-6)	(3200) 1715
黒田獣医科病院(中落合3-24-16)	(3954) 2733
林田動物病院(上落合2-27-10)	(3362) 8650
小滝橋動物病院(百人町4-9-2、第2浅美ビル)	(5332) 6866
牛込犬猫病院(南山伏町2-15)	(3268) 8059
相川動物医療センター(西落合4-3-1)	(5988) 7888
花園動物病院(新宿1-25-11-105)	(3352) 2115
キタムラ動物病院(早稲田鶴巻町556、マンション暁1階)	(3203) 1190
わせだ動物病院(早稲田鶴巻町110)	(3207) 9511
トッキー動物病院(北新宿1-36-3)	(5338) 6870

### こんな症状が続いたら かかりつけ医に相談を



じくじくして  
治りにくい湿疹がある

風邪をひいた後、  
数日から数週間も  
鼻水やせきが続く



「ゼロゼロ」や  
「ヒューヒュー」の  
症状があるのに元気  
夜になると悪化する

特定の食物を食べると、  
皮膚が赤くなったり  
湿疹が出たりする



今年の「親子でチャレンジ!ぜん息  
キャンプ」から

## 「ゼロゼロ」「ヒューヒュー」がサインです 見逃していませんか?子どものぜん息

ぜん息になると、空気の通り道である気道が炎症を起して狭くなり、せきが出たり、呼吸をすると「ゼロゼロ」「ヒューヒュー」などと音が聞こえたりします。  
子どものぜん息は、ダニ・花粉などへのアレルギー反応が原因のことが多く、アレルギー症状をきっかけにぜん息が見つかることもあり、思ったら、早めに医師の診察を受けましょう。

区の事業もご利用ください。  
●ぜん息・アレルギー予防相談  
ぜん息や湿疹などがある、15歳未満のお子さんの相談をお受けしています(2か月に1回実施)。事前に申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせください。  
●内容 問診、医師の診察、住まいのダニ対策相談、栄養・保健相談  
●親子でチャレンジ!  
ぜん息キャンプ  
気管支ぜん息を治療している小学生と保護者が対象です。ヴィレッツ 女神湖(長野県)で参加者同士が

交流しながら、日常生活に必要な知識や習慣を学びます(泊3日)。  
●健康水泳教室  
気管支ぜん息を治療している小学生が対象です。治療に必要な腹式呼吸を練習しながら、呼吸器の鍛錬と体力づくりをします。  
●会場 新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)  
※24年度のキャンプ・水泳教室の参加者は、4月に募集予定です。  
【問合せ】健康推進課公害保健係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3048へ。

#### 11月の新宿区の人口

1日現在(増減は前月比)  
総人口 318,405人 (286人増)

	住民登録		外国人登録	
	人口	増減	人口	増減
男	142,386人	1人増	16,224人	145人増
女	142,358人	4人減	17,437人	144人増
世帯数	172,752世帯	16世帯増	-	-

【日時】1月11日(水)午後1時30分～4時  
【内容】実習「赤ちゃんのお風呂の入れ方」と先輩パパでもある臨床心理士の話「夫婦の会話は赤ちゃんとって大切ですよ」  
【会場・申込み】電話で西新宿保健センター(西新宿7-5-8) ☎(3369) 7118へ。先着30組。

### 年に1度の健康チェック 無料健康診査 (1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)	○(1月分は受け付け終了)	○
75歳以上の方 ※2	○	○	○

※1 健診票は必要ありません。右記アに電話で予約してください。  
※2 やむを得ず12月までに受診できなかった方が対象です。健診票をご用意の上、右記ア・ウに電話で予約をしてください。なお、1月以降に健康診査を受ける場合も、有効期限が23年12月31日の健診票はそのままお使いいただけます。健診票がお手元ない方は、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。

1月の日程 2月の日程は「広報しんじゅく」1月15日号でお知らせします。

#### 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	1月10日(火)	1月25日(火)	1月26日(木)	【会場】西新宿保健センター 【健診日】1月14日(土) 【結果説明】2月4日(土)
第1回 結果説明	1月31日(火)	2月15日(火)	2月16日(木)	
第2回 健診日	1月24日(火)			
第2回 結果説明	2月14日(火)			

※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(月～金曜日の午前8時30分～午後5時)

※1月分の無料健康診査は受け付けを終了しました。以降の受診についてはお問い合わせください。

#### 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・㊟(5273) 3930へ。