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

60歳からの心と身体のメンテナンス講座

●素敵なセカンドライフのための健康大学

【日時・内容】▼8月10日㈮…講演「今の世代に起こりうる身体、心の変化～物忘れと認知症の違い」（岡瑞紀／慶應義塾大学病院精神・神経科医師）、▼17日㈮…実技「筋肉の『貯筋』で心と身体の健康アップ」（白川睦恵・健康運動指導士）、▼24日㈮…話「知ってお得、見て納得、食べて満足！健康学」と試食（保健師・栄養士）、▼31日㈮…話「守ろう！『食べる、話す、笑う』歯」と実技（歯科衛生士）、「地域での活動のために」（区職員ほか）、いずれも午後2時～4時、全4回

【対象】区内在住の50歳～60歳代で、全回参加できる方、30名

【会場・申込み】電話で**牛込保健センター**（弁天町50）☎（3260）6231へ。先着順。

多文化共生まちづくり会議　委員募集

多文化共生のまちづくりを総合的・効果的に進めるため、「新宿区多文化共生まちづくり会議」を区長の附属機関として新たに設置します。この会議で、区の多文化共生施策について審議・検討していただく委員を募集します。

【対象】24年7月9日現在、区内在住（住民登録をしている）・在勤・在学か区内で活動し、日本語での会議に参加できる方、日本人・外国人、各2名

【任期】9月～26年8月

【報酬】会議（平日に年6回程度）に出席の都度、1万円

【選考】1次…作文、2次…1次合格者に面接

【申込み】「日本人と外国人とのコミュニケーションについて」がテーマの作文（日本語で800字程度）と、作文とは別の任意の用紙に住所・氏名・電話番号・年齢・性別・国籍・職業（区内在住でない方は勤務先・学校・活動団体等の名称・所在地）を記入し、7月31日㈫までに**新宿区多文化共生まちづくり会議事務局**（〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎1階、多文化共生推進課内）☎（5273）3504へ郵送（必着）またはお持ちください。選考結果は応募者全員にお知らせします。作文は返却しませんが、選考以外には使用しません。

審議会

住宅まちづくり審議会

【日時】7月17日㈫午後1時30分から

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第2委員会室へ。

【問合せ】**住宅課居住支援係**（本庁舎7階）☎（5273）3567へ。

景観まちづくり審議会

【日時】7月23日㈪午後2時～4時

【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第2委員会室へ。

【問合せ】**景観と地区計画課**（本庁舎8階）☎（5273）3569へ。

しんじゅく情報局

親子体験食味学習会

【日時】7月25日㈬午前11時～午後2時30分

【会場】京懐石柿傳（新宿3―37―11、安与ビル）

【対象】小・中学生と保護者、15組30名

【内容】茶会体験・和食マナー研修

【費用】1名3千円

【後援】新宿区

【主催・問合せ】**国際観光日本レストラン協会**☎（5651）5601へ。

健康フラダンスで介護予防の会

【日時】7月25日㈬午後1時30分～3時30分

【会場】新宿けやき園（百人町4―5―1）

【費用】100円

【後援】新宿区

【主催・申込み】電話でNPO法人東京山の手まごころサービス☎（3205）6813へ。先着30名。

6月の新宿区の人口

1日現在（増減は前月比）

総人口　320,302人（80人減）

	住民登録		外国人登録	
人口	286,405人	322人増	33,897人	402人減
男	143,189人	187人増	16,399人	185人減
女	143,216人	135人増	17,498人	217人減
世帯数	174,375世帯	284世帯増	―	―

区民のひろば

¥費用・申申し込み・問問い合わせ

掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場等は予定です。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★

◆**講演「遺伝子医療外来～遺伝と遺伝子の新しい医療」**　7月14日㈯午後1時30分～3時、東京女子医科大学病院（河田町）で。¥無料。申当日直接、会場へ。先着50名。問同病院からだ情報館☎(3353)8111

◆**宝塚大学夏期公開講座**　8月7日㈫～11日㈯午前10時30分～12時、同大学（西新宿7）で。講師は松本零士・雀洋一ほか。¥無料。申7月15日㈰までに電話で。各日先着40名。問同大学☎(3367)3411

★サークル紹介・会員募集★

◆**英会話**　月2回土曜日午後2時30分～3時30分、落合第二地域センターで。高校生以上対象。TOEICテスト対策。初級～上級まで。ネイティブの講師が指導。¥1回1,750円。問英会話・タリーモラン☎080(1244)9864

◆**歌唱**　毎月第2日曜日午後1時～3時、四谷地域センターで。¥1回200円。問端唄童謡根岸登喜一ノ会・片山☎(3353)6493

◆**パン作り**　毎月第1土曜日、第2・第3火曜日午後1時～5時、榎町地域センターで。女性対象。バターを使わない手ごねパン。¥1回2,500円。問午後6時～7時にノンバターのパン・エミ・位田☎(3204)2985

◆**ダーツ**　毎週金曜日午後1時～5時、区立障害者福祉センターで。見学可。¥入会金2,000円・月500円。問ダーツクラブ・ターゲット・久保木☎(3200)6183

◆**野口体操**　月3回月曜日午前10時～12時、戸塚地域センターで。区内在住の方対象。プロが指導。見学可。¥入会金1,000円・月5,000円。問野口体操・早稲田セミナー・川島☎090(2749)7734

◆**エアロビクス**　月4回木曜日午後1時30分～2時45分、大久保スポーツプラザで。60歳以上対象。¥月1,000円。問ダイヤビックひばり会・佐藤☎090(7012)7128

◆**社交ダンス**　毎週月曜日（第2を除く）午後1時30分～3時、赤城生涯学習館で。50歳以上対象。¥入会金1,000円・月3,000円。問シャル・ウィ・ダンス・久保田☎(3947)5090

年に1度の健康チェック・無料健康診査（8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）5月29日にお送りした健診票をご用意の上、**右記ア～ウ**に電話で予約してください。

（※3）健診票（21年度以降に区の健康診査を受けた方には4月27日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。

★健診票がお手元にない方は、電話で新宿区健康診査ご案内センター☎0120(502)252または健康推進課健診係☎(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。

■ 8月の日程 ■

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。受け付け時間はいずれも午前9時～10時30分

【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】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）
第1回	健診日	8月21日㈫	8月1日㈬	8月2日㈭
	結果説明	9月11日㈫	8月29日㈬	8月30日㈭
第2回	健診日		8月22日㈬	8月23日㈭
	結果説明		9月12日㈬	9月13日㈭

※四谷保健センター（四谷4―17）は、当分の間、健康診査を休止します。

イ　区民健康センター（大久保3―1―1、旧戸山中学校）

☎(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8月19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（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。お手元にない方は、新宿区健康診査ご案内センター☎0120(502)252または健康推進課健診係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・FAX(5273)3930へ。

※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。