

★★★★★★ 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 ☎(5273)3930 〒160-0022 新宿5-18-21

牛込保健センター ☎(3260)6231 ☎(3260)6223 〒162-0851 弁天町50

四谷保健センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0004 四谷4-17

西新宿保健センター ☎(3369)7118 ☎(3363)7933 〒160-0023 西新宿7-5-8

落合保健センター ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7

区民健康センター ☎(3208)2222 ☎(3208)2288 〒169-0072 大久保3-1-1

区民健康センター事業

すべて予約制で、健康診査・健康相談は無料です。

詳しくは、区民健康センター☎(3208)2222へお問い合わせください。

事業名	実施日等	受付時間	
健康診査	月～金曜日	午前9時～10時30分	
健康相談			
肝炎ウイルス検査 ※1			
がん検診	胃がん検診	水曜日 (男女別に実施)	午前8時45分～9時30分
	大腸がん検診 (便潜血反応検査)	月～金曜日	午前9時～10時30分
	肺がん検診		
	前立腺がん検診 ※2		
	子宮頸がん検診	水曜日	午後1時
総合健診 (健康診査＋がん検診) ※3	火曜日 (男女別に実施)	午前8時30分～9時45分	
日曜総合健診 (健康診査＋がん検診) ※3	年20回（男女別に実施） 12月の健診は下記でお知らせしています		
日曜健康診査	年10回（詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています）		

※1 過去に受けたことがない方は無料です。

※2 50歳以上の男性の希望者に、健康診査と併せて実施します。

※3 子宮頸がん検診は実施しません。

日曜日・祝日・年末年始に病気になるったら

▼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

☎(3208)22223

東京都医療

機関案内

ひまわり

☎(5272)

0303

(24時間

自動応答)

区民健康センターの
日曜総合健診

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】 男性は12月2日(日)、女性 は12月16日(日)、いずれも午前8時30分から

【会場】 区民健康センター（大久保3―1―1、旧戸山中学校）

【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、20名程度（胃がん検診は16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・尿検査・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、

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】 男性は12月2日(日)、女性 は12月16日(日)、いずれも午前8時30分から

【会場】 区民健康センター（大久保3―1―1、旧戸山中学校）

【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、20名程度（胃がん検診は16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・尿検査・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、

H I V ・性感染症
夜間検査

H I V（エイズ）抗体、性感染症（梅毒・クラミジア）の血液検査です。感染の可能性があった日から60日以上経過してから、お受けください。検査は匿名・無料・予約不要です（外国語での検査はできません）。

【日時】 ▼検査：11月8日(木)、▼結果：15日(木)、いずれも午後6時～7時に受け付け。結果は口頭でお知らせし、証明書等は発行しません。

【会場・申込み】 当日直接、西新宿保健センターへ。先着50名。

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

犬のしつけ方セミナー

【日時】 11月10日(土)午前10時～12時（雨天中止）

【対象】 区内在住で犬を飼っている方、公園を利用する方、50名

【内容】 近隣に迷惑をかけるない飼いや、緊急時に困らない飼いや、公園利用時のマナーアップにつながるしつけ方（遠藤暁博・遠藤警察犬家庭犬訓練所所長）

【会場・申込み】 当日直接、都立戸山公園いこいの広場（大久保地区、大久保3―5―）へ。先着順。犬を同行する方は、必ず鑑札・狂犬病予防注射済票・リードを付けてください。

【問合せ】 衛生課管理係（第2分庁舎3階）☎（5273）3148へ。

働く人のメンタルヘルス
個別相談

【日時】 11月27日(火)午後1時30分～5時

H I V ・性感染症
夜間検査

H I V（エイズ）抗体、性感染症（梅毒・クラミジア）の血液検査です。感染の可能性があった日から60日以上経過してから、お受けください。検査は匿名・無料・予約不要です（外国語での検査はできません）。

【日時】 ▼検査：11月8日(木)、▼結果：15日(木)、いずれも午後6時～7時に受け付け。結果は口頭でお知らせし、証明書等は発行しません。

【会場・申込み】 当日直接、西新宿保健センターへ。先着50名。

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

犬のしつけ方セミナー

【日時】 11月10日(土)午前10時～12時（雨天中止）

【対象】 区内在住で犬を飼っている方、公園を利用する方、50名

【内容】 近隣に迷惑をかけるない飼いや、緊急時に困らない飼いや、公園利用時のマナーアップにつながるしつけ方（遠藤暁博・遠藤警察犬家庭犬訓練所所長）

【会場・申込み】 当日直接、都立戸山公園いこいの広場（大久保地区、大久保3―5―）へ。先着順。犬を同行する方は、必ず鑑札・狂犬病予防注射済票・リードを付けてください。

【問合せ】 衛生課管理係（第2分庁舎3階）☎（5273）3148へ。

働く人のメンタルヘルス
個別相談

【日時】 11月27日(火)午後1時30分～5時

保 健 だ よ り

11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…にこにこ歯科相談（2歳児） ※会場は四谷ひろば（四谷4－20）	
	四谷※	2(金)◎・16(金)★	13:30～14:30		
	西新宿	12(月)◎・19(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	8(木)・15(木)・22(木)	13:30～16:00	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	10(土)・24(土)	9:30～12:00		
育児相談	牛込	21(水)	13:30～14:00	個別相談（3歳までの乳幼児）	
			14:00～15:00	ふれあい広場（4～12か月児の子育て情報交換）	
	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
			10:30～11:30	【会場】高田馬場第二児童館	
			10:30～11:30	【会場】北新宿第二児童館	
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・栄養士の個別相談 おっぱい相談は予約制	
	落合	1(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	
	西新宿	13(火)			
	落合	27(火)			
	四谷	1(木)	13:30～15:30	妊娠している方（予約制）と24年8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	13(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	
	四谷	22(木)			
	西新宿	12(月)			
	落合	16(金)			
精神保健相談	牛込	27(火)	14:00～16:15	予約制。精神科医師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	30(金)	14:30～16:45		
	西新宿	12(月)	13:15～15:30		
		22(木)	14:15～16:30		
	落合	2(金)			
うつ専門相談	牛込	13(火)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による相談	
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が対象 運動療法と患者・家族の交流	
	落合	16(金)			
訪問指導	牛込	5(月)・19(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	
	四谷	9(金)・26(月)			
	西新宿	14(水)・26(月)			
	落合	9(金)・20(火)			

※母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。