

★★★★★★ 保健だより各事業の問い合わせ先 ★★★★★★

健康推進課 ☎(5273)3494 ☎(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 〒160-0008 三栄町25
東新宿保健センター ☎(3200)1026 ☎(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
女性の健康支援センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 三栄町25 (四谷保健センター内)

新宿区医師会区民健康センター 東京都医療機関案内
土曜日夜間や 新宿7-26-4 ☎(3208)2223 ひまわり
日曜日・祝日に 【診療時間(内科・小児科)】 ☎(5272)0303
急病になったら ▶土曜日…午後5時～10時 ※24時間自動応答
▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時 http://www.himawari.metro.tokyo.jp
※受診前に電話でお問い合わせください。

年に1度の健康チェック 無料健康診査

【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。

■ 健診の実施場所

区の委託医療機関(区内診療所など)

■ 対象

▶①16歳～39歳の方(学校・勤務先等で健診を受ける機会がある方を除く)

▶②40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

▶③75歳以上の方

※40歳～74歳で新宿区の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)の健康診査は、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 ●身体計測 ●血圧測定 ●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)も同時に受診できます。

■ 健診票の送付

受診には「健康診査票」が必要です。

●75歳以上で24年度以降に新宿区の健康診査を受けた方には、4月28日に健康診査票を発送しました。

●16歳～39歳で24年度以降に健康診査を受けた方、30歳・35歳の方と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て24年度以降に健康診査を受診した方には、5月29日に健康診査票を発送しました。

■ 受診方法

健康診査票に同封の「健康診査・がん検診のご案内」(医療機関の一覧掲載)をご覧ください。【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。受診には「がん検診票」が必要です。

※「健康診査票」「がん検診票」がお手元ない方は、健康推進課健診係または各保健センターへご連絡ください。

7月の保健だより

保健センターの教室・相談

●母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。

Table with columns: 事業名, 担当, 日, 時間, 内容. Includes activities like 歯科相談, 育児相談, 母子健康相談, etc.

女性の健康づくり出前講座

女性の心とからだの基礎知識を学びます。講座に参加する方は血管年齢測定もできます。

【日時】6月20日(出)午後2時～3時30分

【会場】榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名

【申込み】電話で女性の健康支援センターへ。先着順(男性も参加可)。

食品衛生講習会

●調理事業者・食品関係事業者向け

食中毒等による健康被害を未然に防止し、食の安全を確保するため、食品衛生に関する最新の情報を提供します。

【日時・会場】▶6月24日(水)…四谷区民ホール(内藤町87)、▶9月11日(金)…四谷区民ホール、▶10月15日(木)…牛込笹塚区民ホール(笹塚町15)、いずれも午後2時～4時

【内容】講演「最近の食品衛生事情」(講師は東京都食品衛生協会)

【申込み】当日直接、会場へ。

【問合せ】衛生課食品保健係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3827へ。

入れ歯相談

【日時】6月30日(火)午後1時30分～4時10分

【対象】区内在住の方、8名程度

【内容】専門医(羽村章・日本歯科大学生命歯学部部長)の個別相談。時間は1人15分程度。入れ歯の作製や調整等は行いません。

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

リウマチ療養相談

【日時】7月1日(水)午後1時30分～4時

【対象】関節リウマチと診断された方、リウマチの心配があり初めて相談する方、5名

【内容】専門医(平形道人・慶應義塾大学病院リウマチ内科)の個別相談、理学療法士の個別相談・リハビリ指導

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

もぐもぐごっくん講習会

【日時】7月2日(木)午後1時30分～3時

【対象】区内在住で乳幼児の保護者ほか、25名

【内容】授乳期から1人で食べるようになるまでの発達に応じた食の進め方(講師は高橋摩理・昭和大学歯科医師)

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順(託児あり・先着20名)。

パパママ準備講座

●2人で親になる!

出産～産後1年のりきり術

【日時】7月4日(土)午前9時30分～12時

【対象】区内在住の妊娠中の方とパートナー、20組

【内容】▶保健師の話「ママを産後クライシスにさせない!赤ちゃんの成長とパパの役割」、▶栄養士の話「産後ママと赤ちゃんのための食卓術」、▶助産師による質疑応答

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

がん療養相談窓口【担当/健康推進課】

がんの治療・療養、緩和ケアなどの相談をお受けしています。がん患者、家族、医療・福祉関係機関の方が対象です。

【日時】7月25日(土)午前10時～午後2時

【電話相談】☎(3205)3114

【窓口相談】月～金曜日の午前10時～午後4時に ☎(3205)3114へ事前予約

【会場】暮らしの保健室(戸山2-33、都営戸山ハイツ33号棟125)