

土曜日夜間や日曜日・祝日に急病になったら

新宿区医師会区民健康センター
新宿7-26-4 ☎(3208)2223
【診療時間(内科・小児科)】
▶土曜日…午後5時～10時
▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時
※午後5時以降は内科のみ。事前に電話で症状を伝えてから受診してください。

東京都医療機関案内サービスひまわり
☎(5272)0303(土・日曜日、祝日も受け付け。24時間自動応答)
聴覚障害者向けファクシミリ
☎(5285)8080
ホームページ
http://www.himawari.metro.tokyo.jp

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歳以上で後期高齢者医療制度に加入している方(65歳～74歳の任意加入者を含む)・生活保護を受けている方

※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、各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歳以上の男性は、前立腺がん検診(200円)も同時に受診できます。

健康診査票の送付

受診には「健康診査票」が必要です。次の方には27年5月末までに発送しています。

- ▶16歳～39歳、75歳以上で24年度以降に新宿区の健康診査を受診、▶30歳・35歳、▶40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している・生活保護を受けていて24年度以降に区の健康診査を受診

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。医療機関に直接お問い合わせください。

【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」がお手元がない方は、健康推進課健診係、各保健センターへご連絡ください。

※27年度の受診期限は3月31日(木)です。3月下旬は混み合うことが予想されるため、早めの受診をお勧めします。

やさしい料理講座

●野菜を無駄なくおいしく食べきるコツ

【日時】2月5日(金)午前10時～午後1時

【対象】区内在住の方、20名

【内容】野菜を無駄なく使うレシピの紹介と調理実習

【会場・申込み】1月18日(月)から電話で四谷保健センターへ。先着順。

ぜん息予防アレルギー相談

【日時】2月5日(金)午後1時15分～3時

【会場】新宿都税事務所(西新宿7-5-8)

【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、保健師・栄養士の相談、住まいの環境衛生相談

【申込み】電話で1月28日(木)までに健康推進課公害保健係☎(5273)3048へ。

専門医による呼吸器健康相談

【日時】2月9日(火)午後1時15分～3時

【会場】新宿都税事務所(西新宿7-5-8)

【対象】区内在住の15歳以上で、呼吸器の症状があり、未診断・未治療の方、気管支ぜん息・慢性閉塞性肺疾患治療中の方、10名

【内容】問診、胸部X線撮影、肺機能検査、専門医の診察と保健師の指導

【申込み】電話で1月29日(金)までに健康推進課公害保健係☎(5273)3048へ。

講演会「前立腺の病気」

●頻尿・残尿を感じたら

【日時】2月9日(火)午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤の方、30名(女性も参加できます)

【内容】講義「前立腺がん」と前立腺肥大症の最新知識(講師は赤倉功一郎・JCHO東京新宿メディカルセンター医師)と質疑応答

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。

ハッピートレーニング講座

●「完璧ママ」じゃなくて「幸せママ」になろう

【日時】2月10日(水)午後1時30分～3時30分

【対象】1歳～3歳のお子さんの保護者、20名

【内容】講演と自己尊重トレーニング(講師は北村年子・ノンフィクションライター)

【会場・申込み】1月18日(月)から電話で牛込保健センターへ。先着順(託児あり・先着15名)。

女性の健康づくり出前講座

【日時】2月12日(金)午後6時30分～8時

【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名(男性も参加できます)

【内容】月経と妊娠前の体。アロマスプレーづくりも実施します。

【申込み】1月18日(月)から電話で女性の健康支援センターへ。先着順。

【日時・会場】下表のとおり。時間はいずれも午後1時30分～4時30分

【問合せ】衛生課環境衛生第一係・第二係(第2分庁舎3階)☎(5273)3841・3845へ。

ネズミ駆除相談

区職員が、各地域センターで相談をお受けします。当日直接、会場へおいでください。

Table with 2 columns: 日程(2月), 会場(地域センター)

Table with 2 columns: 日程(2月), 会場(地域センター)

2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。

★★★★★★ 保健だより各事業の問い合わせ先 ★★★★★★

Table with 2 columns: 事業名, 担当

Table with 5 columns: 事業名, 担当, 日, 時間, 内容

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】2月27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)