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)】(受付は30分前まで)

▶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 ホームページ 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、祝日等も受

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

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**】健康づくり課健診係**(第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207·**四**(5273)3930へ。

■ 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
- ※③の方の健診は5月から実施してい ます。①②の方は6月からです。
- ※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・国民健康保険組合な ど)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。
- 検査内容 ※診断書は発行しません。
- 身体計測 ●問診 • 血圧測定
- ■尿検査●血液検査届か
- ※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。

- ●75歳以上で25年度以降に新宿区の健 康診査を受けた方には、4月下旬に健康 診査票を発送しました。
- ●16歳~39歳で25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25年 度以降に健康診査を受診した方には、5 月下旬に健康診査票を発送します。

■ 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 ご覧の上、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 にない方は、健康づくり課健診係また は各保健センターへご連絡ください。

問合せ】女性の健康支援センター

(3351)51

6 1

(3351)5

6

性

の

た

め

の

が

今回

は、

応じた女性のこころとからだの健康づくりを応援して

、5月に実施する相談・イベントをご案内します。

女性が生涯を

通じ

て

健

康で明るく充実

心た日々を過ごせるよう、世代

17

ます。

女性の健康支援センターの催し

· 時 30

う症予防 性の体と心の変化と骨粗 ※男性も参加できま 申 内容]保健 込 み】電 のための生活」 師 記話で同 の話 セン す。 9

験した方

【対象】区内在住:

在勤・

在

学

で乳がんを体

都税事務所(西新宿7―5―

【会場・申込み】当日直接、新宿

8)へ。先着50名。

梅毒・クラミジア・B型肝炎ウ

【検査内容】HIV(エイズ)・

も受け付けは午後6時~7

イルス

二栄町25)

報交換

(申込み)電話で同センタ

。託児あり

273)3859^°

第2分庁舎分館1階) 問合せ】保健予防課予防係

5 (5)

内容

77.

講

座

リ

18

浮

腫」、交流会·情

方、30名 【対象】区内在住・在勤・在学の 会場】大久保 大久保2-12 7 地 域 「更年期: セ ン 夕 し 女 ょ

後2時

\(\)

時

会場]四谷保

健

セ

更年期女性のカラダと 症予防のための体づくり 出 の変化と骨粗し 前 講 座

日時]5月11 日冰午後6 よう 時

換し、気持ちを分かち 療養について情 方が、お互いの がんを体験し 体験 報交 Þ た

合うための会を、定期 ます。 火午

的に開催して

17

(日時) 5月17

日

るぴいなちゃん会キャラクター・

るぴ なす 体験 者 ഗ

頭でお知らせし、証明書等は 検査はできません。結果は口 日から60日以上経過してから 発行しません。 お受けください。外国語での です。感染の可能性があった 【日時】▼検査…5月26日休、 結果…6月2日休、いずれ 検査は匿名・無料・予約不要 夜間 H I 検査 \mathbf{V} 感 染症

月 の保健だよ IJ

母子関係の事業は母子健康 保健センターの教室・相談 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 ★★★★★★

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

〒160-0008 三栄町25 女性の健康支援センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 (四谷保健センター内)

◆予約制のものは5月9日∉から受け付けます◆

		רשולים לייני		つ受け付けまり▼
事業名	担当		時間	内容
はじめて・にこに玄歯科相談	牛込	2休)★・9休)◎	9:00~10:00	予約制。むし歯予防等の相談・歯磨き
	四谷	3儉◎・10儉★		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)
	東新宿	6(月)○・13(月)★		
	落合	14炒◎・21炒★		
もぐもぐごっくん 歯科相談	四谷	3金	9:00~10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医による食べ方についての相談
	落合	14(火)		
母親学級	牛込	11(±)·18(±)		予約制。もく浴・安産のための実習、
	東新宿牛込	10金)		歯の健康と食事の話。定員30名
育児相談	四谷	9休)		個別相談(おおむね1歳までの乳幼児) さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
	東新宿	9休)		グループ
		14(火)		【会場】高田馬場第二児童館フーク
育児・おっぱい	東新宿	24金	9:30~11:00	保健師・助産師・栄養士の個別相談
相談	落合	1(水)	13:00~14:30	おっぱい相談は予約制
双子の会	落合	21(以)	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	牛込	14以	予約制。妊娠している方と4か月くら 13:30~15:30 いまでのお子さんのお母さんの育児 体験教室	
	東新宿	23休)		
赤ちゃん	落合	22(水)		
応援教室	四谷	9休)	13:30~15:30	予約制。妊娠している方と28年3月生まれのお子さんのお母さんの育児体験教室
	牛込	21(火)		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
離乳食講習会	四谷	30休)	13:30~15:30	予約制。5~6か月児対象。 離乳食の話と調理実演・試食、事故防 止の話
	東新宿	13例		
	落合	17金)		
1歳児 食事講習会	四谷	24金		法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。
	 落合	28(火)		
骨粗しょう症 予防検診	牛込	28似	9:00~10:30	
	四谷	17金)		
	東新宿	22(水)		
	落合	9休)		
女性の健康 専門相談		3金	14:00~16:00	300円 予約制。女性の産婦人科医などの個別相談。思春期から更年期の女性のからだや婦人科系の症状などについて相談できます。
	女性の	※産婦人科系		
	健康支援センター	全般		
	(四谷)	22例 ※更年期専門		
精神保健相談	牛込	21(火)		
	四谷	27例	 14:00~16:15 _{予約制。精神科医の思春期から高齢期}	
		8(k)	13:15~15:30	(認知症を含む)までの[こころ]の相 談
	東新宿			
	落合	20月	14:15~16:30	
うつ専門相談 パーキンソン	牛込	1(水)	14:00~16:15	予約制。精神科医の個別相談
体操教室	東新宿	6例	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
訪問指導	牛込	6例・20例	13:30~15:30	予約制。理学療法士・作業療法士が自宅を訪問し、実技指導のほか、リハビリ等をアドバイスします。 ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施。予約制
	四谷	10金・27月		
	東新宿	8例・27月		
	落合	9休)		
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	28似	9:00~10:30	予約制。16歳以上対象。 保健師・栄養士・歯科衛生士等の個別相談。成人健康診査の結果の見方、食事や健康面、歯周病の予防などについて相談できます。
	四谷	17億		
	東新宿	22例		
	 落合	9休)		※最近、健康診査を受けた方は、健診 結果をお持ちください。
				予約制。16歳以上対象。
健康アップ 達人セミナー	牛込	13例	14:00~16:00	成人健康診査の結果の見方、生活習慣改善のための講義・演習。 ※最近、健康診査を受けた方は、健診
				結果をお持ちください。

両親学級【問合せ】㈱メディカルワールド☎(5404)4830(平日午前9時~午後6時)

妊娠している方とパートナーを対象に、もく浴実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを迎 えるに当たっての講義を実施します。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせくださ い。お問い合わせの際は、「新宿区両親学級の件」とお伝えください。

【日時】6月25日出▶午前9時30分~12時、▶午後1時45分~4時15分(2回とも同じ内容) 【会場】四谷保健センタ