

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・☎(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・生活保護等を受けている方

▶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)・生活保護等を受けている方

※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・国民健康保険組合等)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。

- 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。

●16歳～39歳で26年度以降に区の健康診査を受けた方、30歳・35歳の方、40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護等を受けていて26年度以降に区の健康診査を受けた方には5月26日に健康診査票を発送しました。

●75歳以上で26年度以降に区の健康診査を受けた方には4月26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。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。

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

【会場・申込み】6月7日(水)から電話またはファックス(3面記入例のとおり記入)で牛込保健センターへ。先着順。

トイレットトレーニング講座

●楽しく成功させるコツ

【日時】7月12日(水)午前10時～12時

【対象】区内在住で1歳6か月～2歳6か月のお子さんの保護者、30名

【内容】おしっこのメカニズムの話(講師は家後理枝・小児泌尿器科医師)と保育士からのアドバイス

【会場・申込み】6月7日(水)から電話で落合保健センターへ。先着順。託児あり(先着15名)。

【内容】茶会体験と懐石料理のマナー 【費用】1組6千円

【後援】新宿区

【申込み】6月7日(水)から電話で国際観光日本レストラン協会☎(5651)5601へ。先着順。

◆歴史的建造物の保存を支援するチャリティイベント

【日時】7月31日(月)午後5時～7時30分

【会場】早稲田大学大隈記念講堂(戸塚町1-104)

【内容】歴史的建造物の紹介とコンサート(出演は山城裕子・ピアノ、シュテファンフンガー、バレニームーン・バイオリン、西山雄太・ピオラ、シュテファンギーグルベルガー・チェロ)

【費用】2,000円(東京歴史まちづくりファンドへ寄付)

【後援】新宿区

【申込み】往復はがきに代表者について3面記入例のほか希望人数を記入し、6月20日(必着)までに東京都都市整備局緑地景観課(〒163-8001、西新宿2-8-1)☎(5388)3359へ。定員900名。応募者多数の場合は抽選。託児あり(6か月以上の未就学児。詳しくは、抽選結果送付時にご案内します)。

未来のパパ向け健康づくり講座

●パパ大好きって言われちゃう

【日時】7月1日(土)午前9時30分～12時

【対象】区内在住で妊娠中の方とパートナー、20組

【内容】講演「必見!パパが健康で楽しく育児できるコツ」(講師は滝村雅晴・パパ料理研究家)と食事に関する栄養士の話、育児体験の実技

【会場・申込み】6月7日(水)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で四谷保健センターへ。先着順。

リウマチ・膠原病療養相談

【日時】7月5日(水)午後1時30分～4時

【対象】関節リウマチ・膠原病と診断されている方、リウマチ・膠原病の心配のある方で初めて相談する方、5名

しんじゅく情報局

◆四谷ひろばパソコン教室

【日時・内容】▶①パソコン入門…7月4日～25日の火曜日午前10時～12時、▶②初めてのインターネットとメール…7月5日～26日の水曜日午前10時～12時、▶③インターネット活用…7月3日～24日の月曜日午後1時～3時、いずれも全4回

【対象】①はパソコンを初歩から学びたい方、②③はインターネットに興味のある方、各15名

【費用】5,500円(教材費等)

【会場・申込み】往復はがきに3面記入例のほか開催月(7月)、講座名(①～③の別)を記入し、6月25日(必着)までに四谷ひろばパソコン教室係(〒160-0004 四谷4-20)へ。先着順。申し込みが3名に満たない場合は中止します。

【問合せ】四谷ひろば運営協議会・長谷川☎090(3400)0371へ。

◆親子体験食味学習会

【日時】7月25日(火)午前10時30分～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

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。

★★★★★★保健だより各事業の問い合わせ先★★★★★★

Table with 3 columns: Center Name, Phone, and Address. Includes 牛込保健センター, 四谷保健センター, 東新宿保健センター, 落合保健センター, 女性の健康支援センター.

新宿区医師会区民健康センター 土曜日夜間や日曜日・祝日に急病になったら 東京都医療機関案内 ひまわり ☎(5272)0303 ☎(5285)8080 http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

◆予約制のものは6月7日(水)から受け付けます◆

Large table with 5 columns: 事業名, 担当, 日, 時間, 内容. Lists various health services like dental consultations, parenting classes, and lectures.

両親学級 【問合せ】NPO法人助産師みらいSHINJUKU

☎080(3710)0361(月～土曜日(祝日等を除く)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。

【日時】7月8日(土)▶午前9時30分～12時、▶午後1時～3時30分(2回とも同じ内容) 【会場】落合保健センター