

暮らし	3・4・5・8面	施設	5面
▶駐輪施設 定期利用者を募集		審議会	6面
▶暮らしを守る消費生活展		保健・衛生	7・8面
福祉	4面	お知らせ	2・5・6・7・8面
子ども・教育	6面	▶2019 新宿区政この1年	
イベント	4・5・6面	▶ご利用ください ささえる 薬王寺	

しんじゅくコール ☎03-3209-9999
受付時間:午前8時～午後10時 (1/1～3は休みます)
FAX 03-3209-9900

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせは、しんじゅくコールのファックスをご利用ください。

12月28日(土)
～1月5日(日)

年末年始に急病になったら

休日診療所(内科・小児科)・休日歯科当番医のご利用を

診察は有料です。
必ず健康保険証等をお持ちください。

◆休日診療所(内科・小児科)

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 午前9時～午後10時

(12月28日(土)、1月4日(土)は午後5時から。受け付けは午後9時30分まで)

小児科 午前9時～午後5時

(12月28日(土)、1月4日(土)は休診。受け付けは午後4時30分まで)

※必ず電話で症状を伝えてからおいでください。

電話による急患のご相談、医療機関のご案内

上記診療のほか、新宿区医師会区民健康センターでは、医師や看護師が当面の処置のご相談や、救急医療機関のご案内を行っています(急患のご相談は午後5時まで)。

しんじゅく平日・土曜日夜間子ども診療室
(戸山1-21-1、国立国際医療研究センター病院内)は、12月29日(日)～1月3日(金)、1月5日(日)は休診します(12月28日(土)、1月4日(土)は診察)。

※12月27日(金)～1月5日(日)の区内診療所・クリニックの開業・休診情報は、新宿区ホームページでご案内しています。

◆休日歯科当番医 【診療時間】午前9時～午後5時

当番医は変更することがあります。休日診療所(左記)各医療機関に電話でご確認ください。

※12月28日(土)、1月4日(土)の当番医指定はありません。



月日	医療機関名	所在地	電話番号
12月29日(日)	中西歯科医院	市谷田町1-3クレセントビル2階	(5261) 5525
	エビナ歯科医院	西早稲田2-11-24	(3200) 4818
30日(月)	萩原歯科医院	四谷4-8四谷タワーゲート209	(3359) 9537
	栗原歯科医院	中落合1-14-4安田ビル1階	(3565) 2334
31日(火)	中村歯科四谷診療所	四谷1-18高山ビル4階	(3355) 3835
	落合歯科医院	中落合3-4-19	(3952) 4947
1月1日(祝)	西條歯科医院	若宮町14	(3260) 7337
	館崎歯科医院	高田馬場1-5-11	(3209) 2847
2日(木)	入交(いりまじり)歯科医院	新小川町6-40	(3260) 1001
	田口歯科医院	西新宿4-31-3-201リヴュール新宿2階	(3375) 3317
3日(金)	海谷歯科医院	払方町15小暮ビル2階	(5261) 1515
	熊倉歯科医院	歌舞伎町1-28-3武井ビル3階	(3205) 0474
5日(日)	新田歯科医院	矢来町111森ビル1・2階	(5946) 8787
	伊藤歯科クリニック	西落合2-7-18伊勢田ビル1階	(3952) 8217

◆電話による医療機関案内

東京都医療機関 ☎(5272) 0303 ※24時間自動応答
案内サービス FAX(5285) 8080 ※聴覚障害のある方向け
「ひまわり」 HP http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

お問い合わせいただいた時間に診療を行っているお近くの医療機関をご案内します。



元気で長生き! しんじゅく100トレ体験会



【日時】1月22日(水)午後2時～4時
(受け付けは午後1時30分から)

【会場】四谷地域センター(内藤町87)

【対象】区内在住の方、50名

【内容】

- ▶講話「健康寿命を延ばすコツ」
- ▶「しんじゅく100トレ」の紹介と体験

【持ち物】上履きまたは靴下、手ぬぐいサイズのタオル、動きやすい服装でおいでください。
【申込み】1月10日(金)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3047・FAX(5273) 3930へ。応募者多数の場合は抽選。
※しんじゅく100トレ体験会は、今後、区内各地域で順次開催予定です。

区オリジナル筋力トレーニング しんじゅく100トレって?

加齢により低下しやすい筋力を効果的に鍛えるスロートレーニングです。DVDを見ながら簡単に行うことができ、週1・2回でも十分な効果を得られます。
※動画は新宿区ホームページでも配信中です。

参加者の声

- 杖がいらなくなった!
- 歩く速度が倍になった!
- 背筋を伸ばして歩けるようになった!
- 体が軽くなった!



区役所・特別出張所・保健センター等 年末年始の区役所の業務

12月28日(土)～1月5日(日)は休みます
区立図書館等の休館日は施設により異なります。詳しくは、各施設にご確認ください。
広報新宿12月15日号8面でもご案内しています。

新宿区コールセンター ☎(3209) 9999
しんじゅくコール FAX(3209) 9900
12月31日(火)～1月3日(金) 休止します
区役所本庁舎全館の消毒のため、12月31日(火)も臨時休止となりました。定休と合わせ、12月31日(火)～1月3日(金)の4日間、休止します。

区立障害者福祉センターは広報新宿12月15日号で12月28日(土)、1月4日(土)・5日(日)を休館と掲載していましたが、開館します。お詫びして訂正します。

次回の広報新宿

1月1日に発行します



1月5日号はありません。次々回は1月15日号です。
【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273) 4064・FAX(5272) 5500へ。