

## 7月の保健センター等の教室・相談

母子関係の事業は、母子健康手帳をお持ちください

★★★★★★ 保健センター等の問い合わせ先 ★★★★★★

牛込保健センター	☎(3260)6231 FAX(3260)6223	〒162-0851 弁天町50 (6月14日から〒162-0805 矢来町6に移転)
四谷保健センター	☎(3351)5161 FAX(3351)5166	〒160-0008 四谷三栄町10-16
東新宿保健センター	☎(3200)1026 FAX(3200)1027	〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター	☎(3952)7161 FAX(3952)9943	〒161-0033 下落合4-6-7
女性の健康支援センター	☎(3351)5161 FAX(3351)5166	〒160-0008 四谷三栄町10-16 (四谷保健センター内)

### ◆ 予約制のものは6月7日(月)から受け付けます ◆

新型コロナの感染拡大状況により変更の可能性がありますので、お問い合わせください。

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・にこにこ歯科相談	牛込	1(休)・8(休)○	9:00~10:30	予約制。むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方 ○印…はじめて歯科相談(1歳児) ★印…にこにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	2(金)○・30(金)★		
	東新宿	5(月)○・12(月)★		
	落合	6(火)○・13(火)★		
もぐもぐごっくん歯科相談	牛込	8(休)	9:00~10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医師による食べ方についての相談
	東新宿	5(月)		
育児相談	牛込	9(金)	9:00~10:00	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	四谷	1(休)	9:00~11:00	さくらんぼくらぶ(個別相談)
	東新宿	16(金)	9:00~10:00	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	落合	7(火)	13:00~14:30	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
すこやか子ども発達相談	牛込	27(火)	13:40~16:20	予約制。小児専門医による発達相談
育児(双子の会)	落合	13(火)	13:30~15:00	予約制。子育ての情報交換・交流会
はじめまして赤ちゃん応援教室(産婦クラス)	牛込	30(金)	13:15~14:15 15:00~16:00	予約制。グループでのミニ講話及び情報交換(おおむね4か月までのお子さんを育てているお母さんと赤ちゃん)
	四谷	1(休)		
	東新宿	15(木)		
	落合	28(火)		
離乳食相談	牛込	13(火)	9:00~10:30	予約制。栄養士による個別相談
	四谷	29(木)		
	東新宿	12(月)		
	落合	30(金)		
女性の健康専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	2(金)産婦人科系全般 27(火)更年期専門	14:00~16:00	予約制。女性の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。
	牛込	6(火)・20(火)	14:15~16:30	予約制。精神科医師による思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談
精神保健相談	四谷	16(金)	14:00~16:15	予約制。精神科医師による思春期から高齢期(認知症を含む)までの「こころ」の相談
	東新宿	7(火)・30(金)	13:15~15:30	予約制。精神科医師による個別相談
	落合	1(休)	14:00~16:15	予約制。精神科医師による個別相談
訪問指導	牛込	5(月)	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、リハビリ等のアドバイスをします。 ※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	12(月)		
	東新宿	14(火)・26(月)		
	落合	6(火)・16(金)		

## 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】受け付けは終了時間の30分前まで  
▶土曜日…午後5時~10時(内科)  
▶日曜日、祝日…午前9時~午後10時(内科)  
午前9時~午後5時(小児科)  
※受診前に必ず電話でお問い合わせください。

東京都医療機関案内ひまわり  
☎(5272)0303(24時間)  
FAX(5285)8080  
HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

## 年に1度の健康チェック 無料 健康診査

### ■実施場所

区の指定医療機関

### ■対象

- 16歳~39歳の区内在住の方(学校・勤務先等で健診を受ける機会がある方を除く)
  - 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。
  - 75歳以上で東京都後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護等を受けている方  
※65歳以上で東京都後期高齢者医療制度に加入している方も対象です。
- 検査内容
- 問診 ●身体計測 ●血圧測定
  - 尿検査 ●血液検査 ほか
- ※診断書は発行しません。  
※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。

### ■受診の流れ

- ※受診には健康診査票が必要です。
- 1 区の指定医療機関を確認・予約…健康診査票に同封の「健康診査・がん検診のご案内」または新宿区ホームページをご覧ください。
  - 2 受診…健康診査票と国民健康保険証等をお持ちください。
  - 3 結果説明…後日、対面等で通知します。
- 健康診査票の送付
- 左上記対象①②の方で、平成30年度以降に区の健康診査・がん検診を受診した方には、5月27日・28日に発送しました。
- 左上記対象③の方には、4月27日に健(検)診票を発送しました。
- ※「健康診査票」「がん検診票」がお手元にはない方は、健康づくり課健診係・各保健センターへご連絡ください。
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各医療機関の感染予防策にご協力ください。
- 【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館分室)☎(5273)4207へ。

## 両親学級

妊娠している方とパートナーを対象に、もくろみ実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを迎えるにあ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31日(土)午前9時30分~11時、午後1時~2時30分(2回とも同じ内容)

【会場】牛込保健センター  
【問合せ】NPO法人助産師みらいSHINJUKU  
HP <http://jyosanshi-mirai.org/>  
☎080(3710)0361(日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時~午後6時)へ。

## 予防接種を忘れずに

【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)3859へ。

### ◆ 令和3年度 区が実施する子どもの予防接種 ◆

#### ■ 定期接種(無料)

予防接種名	接種回数	対象
ヒブ	1~4回	生後2か月~5歳未満
小児用肺炎球菌	接種開始時期により異なる	
B型肝炎 ★1	3回	1歳未満(標準接種期間は生後2か月~9か月未満)
ロタウイルス ★2	(1価)2回 (5価)3回	令和2年8月1日以降生まれで、 (1価)出生6週0日後~24週0日後 / (5価)出生6週0日後~32週0日後
DPT-IPV(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ 4種混合)	4回	生後3か月~7歳6か月未満
BCG(結核)	1回	1歳未満(標準接種期間は生後5か月~8か月未満)
MR(麻しん・風しん混合)第1期	1回	1歳~2歳未満
MR(麻しん・風しん混合)第2期	1回	保育園・幼稚園・子ども園等の年長児相当年齢 (平成27年4月2日~28年4月1日生まれ)
水痘(水ぼうそう)	2回	1歳~3歳未満
日本脳炎 第1期 ★3	3回	生後6か月~7歳6か月未満(標準接種時期は3歳から)
日本脳炎 第2期 ★3	1回	9歳~13歳未満(標準接種時期は9歳~10歳未満)
DT(ジフテリア・破傷風 2種混合)	1回	11歳~13歳未満(標準接種期間は11歳~12歳未満)
HPV(ヒトパピローウイルス感染症)	3回	小学6年生~高校1年生相当年齢の女子(標準接種時期は中学1年生)
IPV(不活化ポリオ) ★4	4回	生後3か月~7歳6か月未満

- ★1 母子感染予防として、健康保険でB型肝炎ワクチンを受けたお子さんは定期接種対象外です。  
★2 令和2年10月から定期接種になりました。  
★3 平成7年4月2日~19年4月1日生まれで接種が完了していない方は、20歳になるまでの間、不足分を無料で接種できます。また、平成19年4月2日~21年10月1日生まれで7歳6か月までに第1期の接種が完了していない方は、9歳~13歳未満の間、第1期不足分を無料で接種できます。希望する方は、お問い合わせください。  
★4 平成24年8月以降生まれは原則DPT-IPVで接種します。希望する方は、お問い合わせください。

#### ■ 任意接種

予防接種名	助成回数	対象
おたふくかぜ	1回	1歳~小学校就学前(6歳に達する日以後の最初の3月31日まで) 【自己負担】1回3,000円
MR(麻しん・風しん混合)	最大2回 (未接種回数分)	2歳~18歳で定期接種未接種の方(定期接種対象者を除く) 【自己負担】なし