

年に一度の **無料** 特定健康診査を受けましょう

40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方へ

受診は令和8年3月31日まで

受診には「受診券」(5月下旬に発送)が必要です。お手元がない方は、健康づくり課健診係へご連絡ください。新宿区ホームページ(右上二次元コード)からも請求できます。
 ※アスタリスク記号が付いている健(検)診の受診を希望する方は、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

◆主な検査内容

- ▶問診、▶身体計測、▶血圧測定、▶検尿、▶血液検査
- ※診断書は発行しません。
- ※区内在住で、16歳～39歳で学校・勤務先等で受診の機会のない方、40歳～74歳で生活保護等を受けている方、75歳以上の方(施設入所者を除く)の健康診査も区が無料で実施します。
- ※40歳～74歳で新宿区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、加入している医療保険者へお問い合わせください。
- ※年齢はいずれも令和8年3月31日時点です。

◆受診の流れ

- ▶令和7年度の受診券を用意
- ▶医療機関を選び、予約
- ※実施医療機関の一覧は、同封のご案内や新宿区ホームページ(右上二次元コード)、健診特設サイト(右二次元コード)をご覧ください。



新宿区ホームページ



健診特設サイト

▶受診

- ※受診券(★)、マイナ保険証等を忘れずに医療機関へお持ちください。
- ★受診券は台紙から剥がさず、そのままお持ちください。

●人間ドックや事業主健診等を受ける方へ

新宿区国民健康保険の加入者で、区が実施する特定健康診査を受けずに、人間ドックや事業主健診等を受ける方も、必要項目を満たした人間ドックや事業主健診の結果の写しを区に提出した場合、区の特定健康診査を受診したものとみなされます。対象となった場合には、保健指導等の健康支援を無料で受けられます。詳しくは、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

☎健康づくり課健診係 ☎(5273)4207

受診券はこの封筒で発送しています



がけ・擁壁^{ようへき}や地下室のある建物の安全確認を

がけ・擁壁の点検

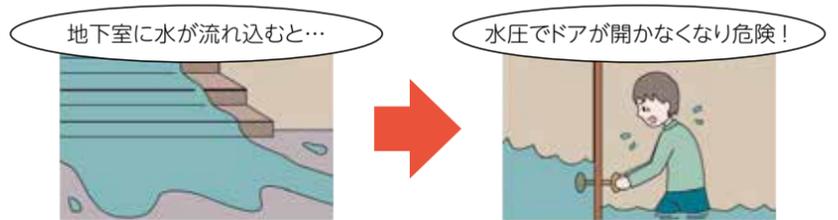
台風や集中豪雨等による土砂災害を防ぐため、がけや擁壁を点検しましょう。区では、土砂災害を防止するため、専門家の派遣や安全化対策工事費の助成をしています。詳しくは、お問い合わせください。

以下の項目を点検しましょう

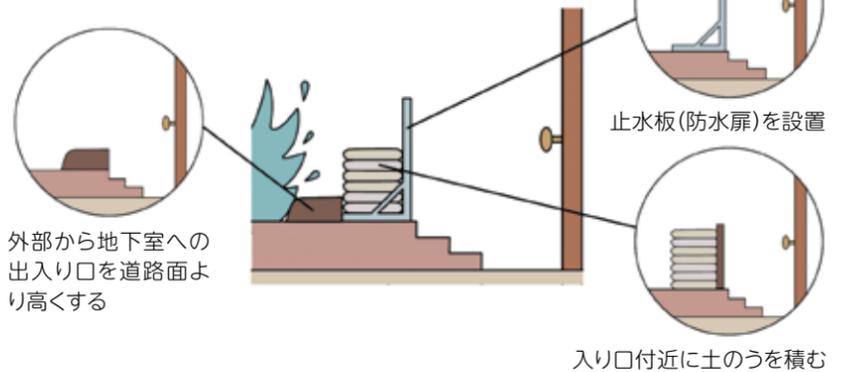
- チェック! 樹木の根やツタなどが擁壁に悪い影響を与えていませんか
- チェック! 擁壁から水がしみ出しているところはありませんか
- チェック! 擁壁に膨らみは見られませんか
- チェック! 擁壁上部から水がしみ出していないですか
- チェック! 水抜き穴はありますか
- チェック! 目地に沿った亀裂は見られませんか
- チェック! 擁壁に亀裂が入っているところはありませんか
- チェック! 地盤沈下は起こっていませんか

地下室の浸水対策

建物が浸水した場合、地下室は水圧でドアが開きにくくなります。浸水する可能性がある場合には、地下室から安全な場所へ避難しましょう。



地下室への浸水には以下の対策が有効です



☎建築指導課指導係 ☎(5273)3745

大会開催へのご理解・ご協力をお願いします

9月13日～21日は 東京2025世界陸上競技選手権大会 いよいよ開幕! 応援しよう

9月12日(金)・13日(土)はブルーインパルスが飛行するほか、大会期間中は会場の国立競技場(霞ヶ丘町10-1)の外構部に設置された仮設ステージ(メダルプラザ)で、メダルセレモニー(表彰式)やステージイベント等が実施されます。詳しくは、同大会ホームページ(右二次元コード。☎<https://worldathletics.org/jp/competitions/world-athletics-championships/tokyo25>)をご覧ください。

☎生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎(5273)4358

