

令和8年1月12日 成人の日

## 新宿区「はたちのつどい」を開催します

対象の方には、12月上旬～中旬に案内状を発送します。区では、成年年齢18歳での成人式は行わず、20歳の方を対象にはたちのつどいを実施します。

日 令和8年1月12日(祝)午後1時～2時(正午開場)

場 京王プラザホテル(西新宿2-2-1)

対 区内在住の平成17年4月2日～18年4月1日生まれ

内 式典、ステージイベント



### 司会者を募集します

当日、司会進行のほか、参加者を代表して「はたちの誓い」を発表していただきます。

対 区内在住のはたちのつどい参加者、若干名

申 電話で10月22日(水)までに問合せ先へ。応募者多数の場合は選考。

問 総務課総務係 ☎(5273)4209・FAX(3209)9947

10月は乳がん月間

## 乳がん検診を受けましょう



日本人女性の9人に1人が乳がんになるといわれています。自覚症状がなくても40歳から2年に1回、定期的に乳がん検診を受診することが大切です。

### 乳がん検診(マンモグラフィ)

対 区内在住の40歳以上で偶数年齢の女性(令和8年3月31日時点での年齢。奇数年齢で昨年度未受診の方も受診可)

費 800円(受診には受診券が必要)

問 健康づくり課健診係 ☎(5273)4207・FAX(5273)3930



がん検診

### ブレスト・アウェアネスで乳房の健康を守りましょう

ブレスト・アウェアネスとは、乳房を意識する生活習慣です。日頃から乳房の状態をチェックし、しこり等の変化に気付いたら速やかに医師に相談して、早期発見・治療につなげましょう。

女性の健康支援センター(四谷三栄町10-16、四谷保健センター内)では、女性特有のがんに関する情報提供等を行っています。詳しくは、お問い合わせください。

問 同センター ☎(3351)5161・FAX(3351)5166

## 子どものインフルエンザワクチンの対象を高校3年生相当まで拡大しました

### ●対象の方には予診票を発送します

対 生後6か月～高校3年生相当(令和7年度時点)

接種期間 令和8年1月31日(出)まで

発送時期 ▶ 生後6か月～13歳未満…9月25日、▶ 13歳以上～高校3年生相当(令和7年度時点)…10月10日(金)

※予診票到着前に接種を希望する方はお問い合わせください。予診票は新宿区ホームページ(右二次元コード)からも申請できます。



問 保健予防課予防係 ☎(3208)2222・FAX(5273)3820

## 子どものインフルエンザワクチンにフルミスト®点鼻液が加わりました

フルミスト®点鼻液は、鼻腔内に噴霧する経鼻液のワクチンです。子どものインフルエンザワクチンの接種方法は、フルミスト®点鼻液か皮下注射のいずれかです。

### 自己負担額・接種回数

▶ フルミスト®点鼻液…1回1,400円で1回のみ接種可(2歳以上)

▶ 皮下注射…1回700円で2回まで接種可(生後6か月～13歳未満は2回、13歳以上は1回のみ)

※ワクチンの取扱状況等は各医療機関へお問い合わせください。

※生活保護を受けている世帯等の方の自己負担額は免除となります。

※令和7年7月1日～8月1日生まれで左記接種期間内に皮下注射での接種を希望する方は、保健予防課予防係へお問い合わせください(生後6か月になる前日から接種可)。予診票を発送します。

# 新宿 うまいもの Search

今月のキーワード

鶏のうまみがたっぷり堪能できるお店を教えてください！

## 14 水たき 玄海

◆所在地/営業時間 新宿5-5-1(東京メトロ副都心線・丸ノ内線・都営新宿線新宿三丁目駅、丸ノ内線新宿御苑前駅徒歩5分) ☎(3352)3101 月～金曜日午後4時～午後9時、土・日曜日、祝日午前11時～午後9時(年末年始定休)



間もなく創業100年を迎える水たき専門店、玄海。その伝統とこだわりが詰まった逸品が「とりスープ」です。厨房には専用の調理場が設けられ、特注の大鍋で鶏ガラを水ともち米で炊き上げ、塩で味付けしています。使用するのは福島県伊達地方の銘柄鶏「伊達鶏」です。

火にかける時間の見極めは職人技。季節によって異なるそうで、6～8時間かけて炊き上げることで、スープはクリーミーかつまるやかで滋味深い味わい。「とりスープ」は個包装の商品としても販売しており、自宅でも気軽に味わえます。

接客責任者の大嶽覚さんによると、水たき鍋を召し上がり、「スープを持って帰りたい」というお客さまの声から商品化が実現したそう。水たき鍋の下地としてはもちろん、お味噌汁感覚で青ネギを散らしていただくのもおすすめです。ぜひ、お店やご自宅で鶏のうまみたっぷりのスープを味わってみませんか。

スタッフのイチオシ!



専門店の水たきとりスープ

冷凍で、1人前から個包装になっているので使いやすい。店舗のほかECサイトでも購入できます。

新宿区  
公式SNS



X (Twitter)  
@shinjuku\_info



Instagram  
@shinjuku\_city\_official



Facebook  
@shinjuku.info



LINE  
アカウント名/新宿区



YouTube  
「新宿区公式チャンネル」