ポリオ（小児まひ）予防接種

【日時・会場】下表のとおり。いずれも午後1時30分～2時30分に受け付け
※元気館での接種は予約制です。
※四谷地域の会場は四谷ひろば（旧四谷第四小学校）に変わりました。
【対象】▼①接種1回目…平成22年1月1日～6月30日生まれ、▼②接種2回目…平成21年7月1日～12月31日生まれ。対象の方には予診票をお送りします。9月1日以降に転入した方はお問い合わせください。
【費用】無料
【問合せ】保健予防課予防係（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3859・各保健センターへ。

会場	日時
牛込保健センター（弁天町50）	10月8日㈮・22日㈮ 11月5日㈮・26日㈮
四谷ひろば（四谷4―20）	10月6日㈬・29日㈮ 11月9日㈫
西新宿保健センター（西新宿7―5―8）	10月12日㈫・26日㈫ 11月2日㈫
落合保健センター（下落合4―6―7）	10月1日㈮・20日㈬ 11月12日㈮・17日㈬
元気館（戸山3―18―1）	10月16日㈯ ★10月12日㈫午前8時30分から保健予防課予防係☎（5273）3859へ電話予約。先着100名。

楽しんでいますか　お子さんとのお食事タイム
1歳児食事講習会

1歳を迎えるころは、さまざまな食べ物を「見る」「触る」「味わう」体験を通して、自分で進んで食べようとする力をはぐくむ大切な時期です。しかし、「いつから大人と同じ食事でいいのかわからない」「どのくらいの量を食べさせたらいいのかわからない」等の悩みや不安が出てくる時期でもあります。

講習会では、栄養士が離乳完了時期の食事作りを実演するほか、親子で試食もしていただきます。「子どもと一緒に試食できてよかった」「疑問が解決してこれからの心構えができた」など、参加した方からも好評です。託児もありますので、お子さんと一緒に安心してご参加ください。

●10月の講習会
【日時・会場】▼①10月19日㈫…落合保健センター、▼②20日㈬…牛込保健センター、いずれも午前11時～午後1時
※11月以降の日程は「広報しんじゅく」でお知らせします。
【対象】区内在住で1歳～1歳6か月ころのお子さんの保護者、各20名
【内容】離乳完了時期の食事とおやつの話、調理実演と試食（栄養士）、口の発育の話（歯科衛生士）
【費用】無料
【持ち物】母子健康手帳
【申込み】電話で参加を希望する会場の**保健センター**へ。先着順（託児あり）。

食事の悩みや不安に答えます

保健

牛込保健センター
弁天町50
☎(3260)6231

四谷保健センター
本塩町2（仮庁舎）
☎(3351)5161

西新宿保健センター
西新宿7-5-8
☎(3369)7118

落合保健センター
下落合4-6-7
☎(3952)7161

休日診療案内
☎（3208）2222
▶午前9時～午後5時
休日急患テレホンセンター
▶午後5時～10時
休日夜間診療

東京都医療機関案内サービス
ひまわり（24時間自動応答）
☎（5272）0303
HP http://www.himawari.metro.tokyo.jp

専門医による物忘れ相談
【日時】9月28日㈫午後2時～4時
【対象】区内在住で「最近物忘れが多い」とお悩みの方、5名程度
【内容】個別相談（櫻井博文・東京医科大学病院老年病科医師）
【費用】無料
【会場・申込み】電話で**保健予防課保健相談係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3862へ。先着順。

統合失調症家族教室（5日制）
【日時・内容】▼①10月15日㈮…統合失調症の理解（三浦勇太・新宿東メンタルクリニック院長）、▼②22日㈮…当事者からのメッセージ（石山勲・セルフヘルプグループみつば会）、▼③29日㈮…家族の接し方（高森信子・SSTリーダー）、▼④11月5日㈮…本人を支える制度～社会資源の紹介と利用者の話（保健師ほか）、▼⑤12日㈮…家族の立場からのメッセージ、いずれも午後1時30分～3時30分（③は4時30分まで）
【会場】西新宿保健センター
【対象】区内在住・在勤で、統合失調症と診断された方の家族、25名（原則として全回参加できる方）
【費用】無料
【申込み】電話で**保健予防課保健相談係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3862へ。先着順。

骨粗しょう症予防検診
【日時・会場】▼10月6日㈬・20日㈬…西新宿、▼7日㈭・21日㈭…落合、▼12日㈫・26日㈫…牛込の各保健センター、いずれも午前9時～10時に受け付け
【対象】区内在住で20歳以上の方（検診は1年度に1回。医療機関で骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く）
【内容】骨密度測定（かかとの測定・超音波法）、医師の結果説明、保健・栄養相談
【費用】300円
【申込み】電話で**各保健センター**へ。先着順。

女性の健康専門相談
【日時】10月15日㈮午後2時～4時
【対象】区内在住の女性で、更年期症状や月経など婦人科系の症状でお悩みの方、5名程度
【内容】女性の産婦人科医・助産師・保健師等の個別相談
【費用】無料
【会場・申込み】電話で**四谷保健センター**へ。

スポーツ

社交ダンス初心者講習会
【日時】10月5日㈫・19日㈫・26日㈫午後7時～9時、全3回
【会場】大久保スポーツプラザ（大久保3―7―42）
【対象】区内在住・在勤の方と連盟会員、20名
【費用】2千600円（保険料を含む）
【主催・申込み】往復はがきに記載例（2面参照）のほか性別・年齢を記入し、9月30日（必着）までに**区ダンススポーツ連盟・今泉清隆**（〒169・0075高田馬場4―35―13、カルムB―101）☎（5348）2951へ。先着順。

募集

新宿区職員
【職種・採用予定数】①技能Ⅵ（作業Ⅲ）若干名、②栄養士1名
【勤務内容】①はごみ収集作業等、②は保健所等での栄養士業務等
【採用予定日】原則として23年4月1日以降
【対象】いずれも国籍を問わず、①は昭和51年4月2日～平成5年4月1日生まれの方、②は昭和56年4月2日以降の生まれで管理栄養士の免許をお持ちの方
【第1次選考日】10月24日㈰
【申込み】所定の申込書を、①は9月29日㈬・30日㈭の午前9時～午後5時に区役所職員休憩室（第1分庁舎8階）へ本人が直接お持ちください。申し込み時に簡単な体力測定を実施します。②は9月30日㈭までに**人事課人事係**（〒160・8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎3階）☎（5273）4053へ簡易書留で郵送（必着）またはお持ちください。募集案内と申込書は人事課・特別出張所・区立図書館で配布（①は新宿清掃事務所（下落合2―1―1）、②は保健センターでも配布）。新宿区ホームページでもご案内しています。

施設

下落合ことぶき館の休館
空調と内装の改修工事のため休館します。
【休館期間】11月1日㈪～23年1月3日㈪
【問合せ】**同館**☎（3951）0023・**高齢者サービス課いきがい係**（本庁舎2階）☎（5273）4567へ。

日曜健康診査・がん検診

日曜日に健康診査と各種がん検診（希望する方）を同時に受診できます。
【日時】10月24日㈰午前8時30分から
※健康診査の受診を希望する40歳以上（昭和46年3月31日以前の生まれ）の方は、お手元に健診票を用意して予約してください。健診票がない方は、新宿区役所健康診査ご案内センター☎（5273）3584（月～金曜日午前9時～午後7時）へ請求してください。
【対象】区内在住で健康診査は16歳以上（40歳～74歳は新宿区の国民健康保険に加入している方）、がん検診は20歳以上で、いずれも平日に受診できない方、25名程度（胃がん検診は12名程度、前立腺がん検診は50歳以上の男性の方）
【内容】▼健康診査…問診・内科診察・身体計測・血圧測定・検尿・心電図・血液検査、▼希望できる追加検査…胃・大腸・肺・前立腺がん検診、骨粗しょう症検診、B型C型肝炎ウイルス検査。65歳以上の方は胸部X線撮影あり
【費用】▼健康診査…無料、▼胃・大腸がん検診…2千400円、▼肺がん検診…千200円、▼前立腺がん検診…200円、▼骨粗しょう症検診…300円、▼肝炎ウイルス検査…原則として有料（これまでに受けたことのない方は無料）
【会場・申込み】9月24日㈮午前9時から、電話で**区民健康センター**（新宿7―26―4）☎（3208）2222へ。先着順。

そのせき、結核ではありませんか？
9月24日～30日は結核予防週間

結核の心配や疑問がある方は、お問い合わせください。詳しくは、「広報しんじゅく」後号でお知らせする予定です。
【問合せ】保健予防課保健相談係（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3862へ。

振り込め詐欺急増！　電話で「お金を振り込んで」と言われたら 迷わず110番！
振り込め詐欺急増！　電話で「お金を振り込んで」と言われたら 迷わず110番！