

★★★★★★★★保健だより各事業の問い合わせ先★★★★★★★★

新宿区保健所 (健康推進課・衛生課・保健予防課)	☎(3209)1111 Ⓛ160-0022新宿5-18-21
牛込保健センター	☎(3260)6231 Ⓛ162-0851弁天町50
四谷保健センター	☎(3351)5161 Ⓛ160-0003本塙町2(仮庁)
西新宿保健センター	☎(3369)7118 Ⓛ160-0023西新宿7-5-8
落合保健センター	☎(3952)7161 Ⓛ161-0033下落合4-6-7
区民健康センター	☎(3208)2222 Ⓛ160-0022新宿7-26-4

区民健康センター事業

健康相談		月～金曜日	午前9時～10時30分受付
健康診査		月～金曜日	午前9時～10時30分受付
骨粗しょう症検診		月・火・木・第1・3・5金曜日 水曜日	午前9時～10時30分受付 午後1時受付
がん検診	胃がん検診	水曜日	午前8時45分～9時30分受付
	大腸がん検診(便潜血反応検査)	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
	子宮頸部がん検診	水曜日	午後1時受付
	肺がん検診	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
	前立腺がん検診		
	総合健診(健康診査+がん検診)	火曜日	午前8時30分～9時45分受付
日曜総合健診(健康診査+がん検診)		年6回(詳しくは後日「広報しんじゅく」でお知らせします)	
日曜健診		詳しくは後日「広報しんじゅく」でお知らせします	
午前		午後	
月	_____	眼科検査(☆)、呼吸器検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)、CT検査	
火	腹部超音波検査	循環器(心電図)検査、消化器X線検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)、CT検査	
水	胃内視鏡(胃カメラ)検査	婦人科検査(☆)、消化器X線検査、アレルゲン検査	
木	大腸肛門科検査	循環器(心電図)検査、呼吸器検査	
金	脳波検査、ヘリカルCT肺がん検査(☆)、CT検査、胃内視鏡検査(第2・第4)	消化器X線検査、腹部超音波検査(第2・第4)	

※総合健診・日曜総合健診等のがん検診に子宫頸部がん検診は含まれません。健診検査と併せて、50歳以上の男性の希望者に前立腺がん検診を実施しています。肝炎ウイルス検査を実施しています(過去に受けたことがない方は無料)。詳しくは、お問い合わせください。

【日時】 12月12日(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21日以前の生まれ）の方は、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、電話で新宿区役所健康診査ご案内センター☎ 273-3584（11月30日㈫までの月～金曜日（祝日を除く）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歳以上の性の方)【内容】▼健康診査：問診
内科診察・身体計測・血圧
定・検尿・心電図・血液検査
粗しよう症検診、B型C型
炎ウイルス検査。65歳以上
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：2千円
▼肺がん検査：千200円
▼前立腺がん検診：200円
▼骨粗しよう症検診：300円
▼肝炎ウイルス検査：原則として有料(これまでに受けことのない方は無料)

【会場・申込み】11月12日
午前9時から、電話で区民康センター(新宿7-1-264)(3208)222222

児童指導業務等 委託事業者の募集

冷暖房設備等施設の改修工事のため休館します。
【休館期間】 11月8日(月)～12月3日(金)
【問合せ】 同館 ☎ (3207) 1191-8。

日曜健康診査・がん検診

7

戸山図書館の休館
施設

●地域の仲間と元気をキー
【日時・内容】話と実技。▼①月24日(水)：予防できる認知症の話「脳は使って鍛えよう」(保健師)、▼②12月1日(水)：案外知らない口の働きや食生活のコツ、「しつかりかんでおいしく食よう」(栄養士・歯科衛生士)

【対象】区内在住で妊娠中の方、20名

【内容】助産師の話「妊娠・出産・育児に伴うママの体と心の変化」

【持ち物】母子健康手帳

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。先着順。

保健だより

11月の健康相談

保健センター事業

事業名	担当	日	時間	内容
歯科衛生相談	牛込	4木★・11木○	9:00~10:00	予約制。 ○印…はじめて歯科相談（1歳児） ★印…にこにこ歯科相談（2歳児） むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方 ※会場は四谷ひろば（四谷4-20）
	四谷※	5金○・12金★	13:30~14:30	
	西新宿	8月○・15月★	9:00~10:00	
	落合	9火○・16火★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	牛込	11木	9:00~10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医による口の機能についての相談
母親学級	西新宿	8月		
	牛込	11木・18木・25木	13:30~16:00	予約制。もく浴・安産のための実習、歯の健康と栄養の話、塩分測定など
	西新宿	6土・20土	9:30~12:00	平日は3日制。土曜日は2日制
育児相談	牛込	24水	13:30~14:00	個別相談（1歳未満）
			14:00~14:30	個別相談（1歳～3歳）
	四谷	4木	9:30~11:30	さくらんぼくらぶ（子育て情報交換）
	西新宿	4木	10:30~11:30	【会場】百人町児童館 個別相談と グルーブワーク
		10水	10:30~11:30	【会場】高田馬場第二児童館
すこやか子ども 発達相談	牛込	16火	14:00~16:00	予約制。小児科専門医による発達相談
育児・ おっぱい相談	西新宿	16火	13:30~14:30	保健師・助産師・栄養士の個別指導。
	落合	11木	13:30~15:00	おっぱい相談は予約制。
双子の会	落合	9火	13:30~15:00	子育て情報交換 (初めての方はお問い合わせください)
はじめまして 赤ちゃん 応援教室	牛込	2火	13:30~15:30	予約制。 妊娠している方と4か月くらいまでの お子さんのお母さんの育児体験教室
	西新宿	16火		
	落合	30火		
	四谷	4木		妊娠している方（予約制）と22年8月生まれ のお子さんのお母さん（個別通知制）の育児体験教室
離乳食講習会	牛込	16火	13:30~15:30	予約制。6～7か月児対象。 離乳食の話と調理実演、事故予防の話 ※会場は四谷地域センター（内藤町87）
	四谷※	25木		
	西新宿	15月		
	落合	26金		
精神保健相談	牛込	30火	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
	四谷	26金	14:00~15:30	
	西新宿	8月	13:15~15:30	
		19金	9:15~11:30	
	落合	5金	14:15~16:30	
うつ専門相談	牛込	9火	13:15~15:30	予約制。精神科医師による相談
パーキンソン 体操教室	西新宿	1月	13:30~15:30	パーキンソン病の方とその家族の方対象。 運動療法と患者・家族の交流
	落合	19金		
訪問指導	牛込	1月・15月	13:30~15:30	予約制。理学療法士・作業療法士の訪問によるリハビリ等に関するアドバイス・実技指導。 ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問による栄養・歯科に関するアドバイス・実技指導 ※随時実施 予約制
	四谷	16火・19金		
	西新宿	10水・22月		
	落合	12金・26金		

※母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。

健康部（保健所）事業

健成部（休健会）事業				
事業名	日	時間・会場	申込み	内容
認知症専門相談	10(水)	9:15～11:30 新宿区保健所	各保健センター保健サービス係へ	予約制。認知症の心配や介護でお困りの家族の方・ケアスタッフの相談支援を行ないます。

【対象】児童指導業務の経験者がおり、法人格がある民間事業者（社会福祉法人・NPO法人・株式会社等）

【委託期間】23年4月1日～24年3月31日（事前の準備委託あり）

【委託内容】▼①東戸山小学校（戸山2-34-2）・大久保（大久保1-1-21）での学童クラブ・放課後子どもひなた事業、▼②子ども総合センター

委託事業者の募集

冷暖房設備等施設の改修工事のため休館します。
【休館期間】11月8日(月)～12月3日(金)
【問合せ】同館☎ (3207-1191)。

個人情報保護審議会

情報公開・

【日時】 11月2日(火)午後2時(4時)

【会場・申込み】 傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第3委員会室へ。

【問合せ】 区政情報課広報係
(本庁舎3階) ☎ (5273)4064へ。

審議会

（申込み）所定の申込書等を、
11月15日(月)までに**子どもサービス
入課事業係**（本部舎2階）☎（5
273）4544へ。現場説明会の
開催等詳しくは、新宿区ホー

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は☎ (3209) 1111、新宿区ホームページは➡ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>です。