



牛込保健センター 井天町50 ☎(3260)6231
四谷保健センター 四谷4-17 ☎(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

地域ねこパネル展と

猫なんでも相談会

猫をめぐる近隣トラブルの解決に向けて、保健所職員とボランティアが相談に応じます。

【日時】▼パネル展：10月18日(火)～30日(日)午前8時30分～午後10時、▼個別相談会：10月29日(出)午後1時30分～4時30分

【会場・申込み】当日直接、落合第一地域センター(下落合4-6-7)へ。

【問合せ】衛生課管理係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3148へ。

食品衛生講習会(事業者向け)

【日時】10月21日(金)午後2時～4時

【対象】調理従事者・食品関係事業者

【内容】基本を忘れない衛生管理(平合優子・東京都食品衛生協会)

【会場・申込み】当日直接、牛込簗筒区民ホール(簗筒町15)へ。

骨粗しょう症予防検診

【日時・会場】▼11月8日(火)・22日(火)：牛込、▼9日(水)・30日(水)：西新宿、▼17日(木)：落合の各保健センター、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(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】電話で会場の保健センターへ。先着順。

専門医による物忘れ相談

【日時】10月25日(火)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)

【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。

女性の健康専門相談

【日時】11月4日(金)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

【会場・申込み】電話で四谷保健センターへ。

講演会「不老は口から」

●アンチエイジング最前線

【日時】11月2日(水)午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名

【内容】老化を遅らせるためのアンチエイジング(抗加齢)と健康に欠かせない唾液の関係(斎藤一郎・鶴見大学歯学部教授)

【会場・申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。

男性の料理教室

●初心者向け簡単イタリアン

【日時】11月3日(木)午前10時30分～午後1時30分

【会場】柏木地域センター(北新宿2-3-7)

【対象】区内在住の男性、18名

【内容】料理の基本の話と調理実習・試食

【申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。

もぐもぐつくん講習会

●お口の発育まるわかり

【日時】11月8日(火)午後1時30分～3時

【対象】区内在住で乳幼児の保護者ほか、30名

【内容】授乳期からひとりですプーンを使って食べられるまでの口の機能発達(富田かをり・昭和大学歯学部歯科医師)

【会場・申込み】電話で落合保健センターへ。先着順。託児あり。

1歳児食事講習会

●離乳食から幼児食へのステップアップ

【日時】11月10日(木)午前11時～午後4時



榎町地域センターまつり

●センター開館10周年記念

【日時】10月23日(日)午前10時～午後4時

【内容】同センター登録団体のステージ(合唱・ダンス・舞踊等)、榎地区協議会の活動展示、夏目漱石に関する展示、起震車体験、防災グッズコーナー、健康相談、おもちゃ病院、群馬県沼田市物産展、ゲーム、模擬店ほか

【会場・問合せ】同センター(早稲田町85) ☎(3202)8585へ。

日本定住難民とのつどい

【日時】10月23日(日)午後1時～4時40分

【内容】定住者・支援者の表彰、定住者(カンボジア・ラオス・ベトナム・ミャンマー)の民俗舞踊・歌のステージ

【会場・申込み】当日直接、新宿文化センター(新宿6-14-1)へ。先着千名(記念品を進呈)。

【共催】新宿区

【主催・問合せ】アジア福祉教育財団難民事業本部 ☎(34497012)へ。

午後1時

【対象】区内在住で1歳～1歳6か月ころのお子さんと保護者、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)

【持ち物】母子健康手帳、子ども用エプロン

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。託児あり。

難病講演会「音楽療法」

【日時】11月16日(水)午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤の難病の方と家族、30名程度

市民とNPOの交流サロン

【日時】10月31日(月)午後7時～9時

【会場】高齢者福祉施設・神楽坂(矢来町104)

【内容】児童養護施設向けの学習プログラム作りや学習ボランティアの研修・派遣を通して子どもの学習を支援する、NPO法人3keys(スリーキーズ)の活動を紹介

【費用】千円(資料代ほか)

【申込み】電話で新宿NPOネットワーク協議会事務局・山下 ☎(5206)6527(月～金曜日午前11時～午後6時)へ。先着20名。

角筈図書館の催し

①江戸染色体験

【日時・内容】11月3日(木)、▼午後0時30分～1時30分：図書館オリジナル江戸更紗、▼午後2時30分～3時30分：型染め。作品は持ち帰り

※江戸更紗・江戸小紋・東京手描友禅の反物・小物類も展示

【協力】染の里二葉苑、落合ほたる(東京手描友禅工房協美・松綱染工所・染の里二葉苑・アトリエ功)

②水の記憶・角筈を歩く

【日時】11月6日(日)午前9時30

【内容】音楽療法士の指導で歌と簡単なストレッチ

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。

肺がん予防教室

●自分の肺を守っていくために

【日時】11月21日(月)午後1時30分～3時30分

【対象】区内在住・在勤の方、30名

【内容】予防と最新治療へ急増する肺がんやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)とはどんな病気か(楠裕司・日本医科大学呼吸ケアクリニック医師)

【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。

分集合

【内容】角筈地域の「水」にまつわる名所・旧跡巡り(歩行は約3時間・荒天時は講義に変更)

【共催】新宿区史跡めぐりの会、角筈地域センター管理運営委員会

【協力】新宿駅周辺地区協議会

16ミリ発声映写機の検定・登録

●起業・創業セミナー

労働・社会保険の基礎知識

【日時】11月13日(日)午後2時～4時

【内容】労災保険・雇用保険・健康保険・厚生年金保険の仕組みと保険料計算法ほか(櫻木和夫・社会保険労務士)

①③の会場・②の集合場所

【申込み】10月16日(日)から電話または直接、角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。①は各10名・②③は30名。先着順。

平和マップウォーキング

新宿区平和マップ「信濃町・神宮外苑コース」の、戦争と平和に関する史跡を巡ります。

【日時】11月6日(日)午後1時30分にJR信濃町駅改札外集合、午後3時30分に四谷第六小学校

働く世代の健康維持と増進のため、次の年齢の方には、無料で検診を受けられるクーポン券等をお送りしました。24年3月31日(土)までに受診してください。

【対象】▼40歳：昭和45年(1970年)4月2日～46年(1971年)4月1日生、▼45歳：昭和40年(1965年)4月2日～41年(1966年)4月1日生、▼50歳：昭和35年(1960年)4月2日～36年(1961年)4月1日生、▼55歳：昭和30年(1955年)4月2日～31年(1956年)4月1日生、▼60歳：昭和25年(1950年)4月2日～26年(1951年)4月1日生

※対象年齢で23年6月1日～10月14日に自己負担金を支払って区の大腸がん検診を受けた方には、負担した金額をお返しします。受診医療機関から区へ検診結果が届き次第、手続きに必要な書類をお送りします。

【問合せ】健康推進課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)4207・☎(5273)3930へ。

節目の年齢の方は 無料で受診できます 大腸がん検診

で解散(雨天実施)

【対象】小学生以上の方

【共催】新宿区平和派遣の会

【申込み】当日直接、集合場所へ。運動靴・歩きやすい服装でご参加ください。

【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505へ。

16ミリ発声映写機の検定・登録

年に1回の検定・登録の機会です。

【日時】11月10日(木)・11日(金)午前10時～午後3時30分

【持ち物】映写機一式と22年度検定証明書・操作講習会修了証

【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1-9-8) ☎(3364)1421へ。

性と生の講座「災害と女性」

●その時、何が女性に起きていたのか

【日時】11月12日(土)午後2時～4時

【内容】災害時の現状から考える女性の権利(船橋邦子・元和光大学教授)

【会場・申込み】電話で男女共同参画推進センター(ウイズ新宿、荒木町16) ☎(3341)0801(日曜日・祝日を除く)へ。先

着40名。託児あり(要予約)。

講演会「画家とめぐる旅」

●江戸時代の風景画に見る歴史の道・和歌山

【日時】11月19日(土)午後2時～4時

【会場】戸山生涯学習館(戸山2-11-101)

【内容】江戸時代の画家の絵と講師が撮影した写真の比較(大橋美織・静嘉堂文庫美術館研究員)

【申込み】事前に電話または直接、戸山図書館(戸山2-11-101) ☎(3207)1191へ。先着100名。

ゲートボール体験会

【日時】10月23日(日)・30日(日)午前9時30分～11時30分

【会場】都立戸山公園いきいき広場(戸山3-2)

【対象】区内在住・在勤・在学で10歳～75歳の方、各日10名

【内容】基礎から指導。軽装・運動靴でおいでください。用具は貸し出します。

【費用】1回200円

【主催・申込み】電話で10月21日(金)までに区ゲートボール協会・嘉藤 ☎(3203)1425へ。先着順。