

保健だより

12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	1休★・8休◎	9:00～10:00	予約制。むし歯予防等の相談と歯磨きの仕方 ◎印…はじめて歯科相談(1歳児) ★印…にこにこ歯科相談(2歳児) ※会場は四谷ひろば(四谷4-20)	
	四谷※	9休◎・16休★	13:30～14:30		
	西新宿	12月◎・19月★	9:00～10:00		
	落合	13休◎・20休★			
もぐもぐごっくん歯科相談	四谷※	9休	13:30～15:00	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 ※会場は四谷ひろば(四谷4-20)	
母親学級	西新宿	7休・14休・21休	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。3日制	
	落合	6休・13休・20休			
育児相談	牛込	21休	13:30～14:00	個別相談(1歳～3歳未満)	
	四谷	1休	14:00～15:00	ふれあい広場(4～12か月の子育て情報交換)	
	西新宿	1休	9:30～11:30	【会場】百人町児童館	個別相談とグループワーク
		8休	10:30～11:30	【会場】北新宿第一児童館	
育児・おっぱい相談	西新宿	13休	13:30～14:30	保健師・助産師・栄養士の個別指導 おっぱい相談は予約制	
	落合	8休	13:30～15:00		
双子の会	落合	13休	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	6休	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	13休			
	落合	21休			
離乳食講習会	牛込	13休	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	
	西新宿	12月			
	落合	16休			
精神保健相談	牛込	13休・27休	14:00～16:15	予約制。精神科医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	16休	14:30～16:45		
	西新宿	12月	13:15～15:30		
		22休	14:15～16:30		
うつ専門相談	四谷	1休	14:15～16:30	予約制。精神科医による相談	
パーキンソン体操教室	西新宿	5月	13:30～15:30	パーキンソン病の方と家族が対象 運動療法と患者・家族の交流	
	落合	16休			
訪問指導	牛込	5月・19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・実技指導は随時実施。予約制	
	四谷	12月・26月			
	西新宿	7休・19月			
	落合	9休・27休			
女性の健康専門相談	四谷	2休	14:00～16:00	予約制。女性の産婦人科医等による個別相談。更年期症状や月経など婦人科系の症状でお悩みの方が対象	

※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

事業名	日	時間・会場	申込み	内容
認知症専門相談	7休	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・ケアスタッフの相談に専門医が応じます。

HIV・性感染症夜間検査

検査は匿名・無料・予約不要です。感染の可能性があった日から60日以上経過してからお受けください。

【日時】検査：12月15日(木)、結果：22日(木)、いずれも午後6時～7時に受け付け(日本語対応)。結果は口頭でお知らせし、

持ちください。募集案内は同係で配布しています。新宿区ホームページでもご案内しています。



人間国宝・名誉区民 鶴賀若狭塚新内演奏会

【日時】12月4日(日)正午～午後6時
【内容】新内節(浄瑠璃)の演奏
【費用】区内在住・在勤・在学の方は無料。一般は2千円
【会場・申込み】当日直接、牛込管区民ホール(管区町15)へ。無料となる方は当日、受付でお申し出ください。

てんかんふれあいフェスタ

【日時】12月11日(日)午前10時～午後2時
【内容】てんかんの理解のための展示、バザー、模擬店ほか
【後援】新宿区
【会場・申込み】当日直接、都立戸山公園アスレチック広場(箱根山地区)へ。

【問合せ】日本てんかん協会東京都支部 ☎(3204)0874へ。

「居場所と貧困と労働」シンポジウム

【日時】12月11日(日)午後1時～4時
【会場】日本キリスト教会館
●働けないと生きていけないのかな
※イベントをお手伝いいただけるボランティアを募集しています。お問い合わせください。

【問合せ】日本てんかん協会東京都支部 ☎(3204)0874へ。

★★★★★★ 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 ☎(5273)3930 〒160-0022 新宿5-18-21
- 牛込保健センター ☎(3260)6231 ☎(3260)6223 〒162-0851 弁天町50
- 四谷保健センター ☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0004 四谷4-17
- 西新宿保健センター ☎(3369)7118 ☎(3363)7933 〒160-0023 西新宿7-5-8
- 落合保健センター ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
- 区民健康センター ☎(3208)2222 ☎(3208)2288 〒160-0022 新宿7-26-4

区民健康センター事業

すべて予約制で、健康診査・健康相談・在宅療養相談以外は原則として有料です。詳しくは、お問い合わせください。

事業名	開催日等	時間	
健康診査	月～金曜日	午前9時～10時30分受付	
健康相談	月～金曜日	午前9時～10時30分受付	
肝炎ウイルス検査※1	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(女性のみ)	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
	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※2	月～金曜日	午前9時～10時30分受付
子宮頸がん検診	水曜日	午後1時受付	
総合健診(健康診査+がん検診)※3	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)※3	年6回(詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています)		
日曜健診	年10回(詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています)		
精密検査※4	直接予約が可能な検査	▶眼科検査、▶ヘリカルCT肺がん検査	
	事前に健康相談の受診、または医師の紹介が必要な検査	▶胃内視鏡(胃カメラ)検査、▶CT検査、▶腹部超音波(エコー)検査、▶アレルギー検査、▶消化器X線検査、▶呼吸器検査、▶脳波検査、▶認知症検査、▶循環器(心電図)検査	
訪問看護師による在宅療養相談	月～金曜日	午前9時～午後5時	

- ※1過去に受けたことがない方は無料です。
- ※2健康診査と併せて、50歳以上の男性の希望者に実施します。
- ※3子宮頸がん検診は含まれません。
- ※4検査によって開催日時が異なります。詳しくは、お問い合わせください。

日曜日・祝日・年末年始に病気になるたら
▼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
☎(3208)2222

東京都医療機関案内
ひまわり ☎(5272)0303
(24時間自動応答)

学校栄養士非常勤職員 募集

【対象】国籍を問わず、栄養士の資格をお持ちの方(24年3月31日までに取得見込みの方を含む)、若干名
【採用予定日】24年4月1日
【勤務日時】原則として月々金曜日午前8時15分～午後3時30分
【勤務場所】区立小・中学校

【勤務内容】学校給食の栄養・衛生管理、献立作成ほか
【報酬等】月額22万円程度。交通費は実費支給(限度額あり)。社会保険等に加え
【選考】▼1次：論文課題は募集案内に掲載、▼2次：1次合格者に24年1月中旬に面接
【申込み】論文と所定の申込書を、12月9日(金)までに学校運営課保健給食・幼稚園係(〒160-8484 歌舞伎町1-5-1、第1分庁舎4階) ☎(5273)3098へ郵送(必着)またはお

【問合せ】日本てんかん協会東京都支部 ☎(3204)0874へ。

【問合せ】日本てんかん協会東京都支部 ☎(3204)0874へ。

区民のひろば

費用・申し込み・お問い合わせ

掲載行事は区の主催ではありません。各主催者に内容をよく確認の上、ご自分の責任で参加してください。

【問合せ】区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064へ。

★催し・講座★

◆クリスマス・お正月の歌を歌おう
12月11日(日)・24日(土)午後0時45分～3時、四谷地域センターで。各200円。

◆当日直接、会場へ。各日先着25名。☎四谷邦楽ノ会・片山 ☎(3353)6493

◆バリアフリーのクリスマスパーティー
12月10日(土)午後1時～4時、目白聖公会(下落合3)で。障害のある方と歌やゲームを楽しむ。各500円。☎電話で12月3日(土)まで。先着50名。☎日本聖公会東京教区「障がい者」関連活動連絡会・鶴岡 ☎(5395)9128

◆公開講座「誰にも聞けないおしこの悩み～やってみよう失禁予防体操」
11月26日(土)午後3時～5時、東京厚生年金病院(津久戸町)で。新宿区医師会と共催。無料。☎当日直接、会場へ。先着200名。☎アステラス製薬・永栄 ☎(5908)2353

◆カラオケ 毎月2・3回水曜日午後6時～9時、牛込管区地域センターで。初心者歓迎。☎月1,500円。☎牛込カラオケ交友会・千葉 ☎090(5752)3816

◆詩吟 毎月第2・第4金曜日午後3時～5時、牛込管区地域センターで。☎月3,100円(最初の3か月は無料)。☎神楽坂詩吟クラブ・勝村 ☎080(5495)9100

◆英会話 毎月第1・第3水曜日午後1時30分～3時、四谷地域センターで。日常会話(初級～中級)。中高年対象。☎3か月10,000円。☎火・金・土曜日に新宿英会話サークル・村井 ☎(3497)0277