

★★★★★★ 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 ※4月1日(日)から移転します(下記参照)。

区民健康センター事業

すべて予約制で、健康診査・健康相談は無料です。詳しくは、区民健康センター☎(3208)2222へお問い合わせください。

事業名	実施日等	受付時間	
健康診査			
健康相談	月～金曜日	午前9時～10時30分	
肝炎ウイルス検査※1			
がん検診	胃がん検診	水曜日 (男女別に実施)※4	午前8時45分～9時30分
	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
	肺がん検診		
	前立腺がん検診※2		
	子宮頸がん検診	水曜日	午後1時
総合健診 (健康診査＋がん検診)※3	火曜日 (男女別に実施)※4	午前8時30分～9時45分	
日曜総合健診 (健康診査＋がん検診)※3	年20回(男女別に実施)、詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています		
日曜健康診査	年10回(詳しくは「広報しんじゅく」でお知らせしています)		

※1 過去に受けたことがない方は無料です。
※2 50歳以上の男性の希望者に、健康診査と併せて実施します。
※3 子宮頸がん検診は実施しません。
※4 第1・第3・第5週は男性、第2・第4週は女性が対象です。

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
※4月1日(日)から☎(3208)2222
☎(3208)2223

東京都医療
機関案内
ひまわり
☎(5272)0303
(24時間
自動応答)

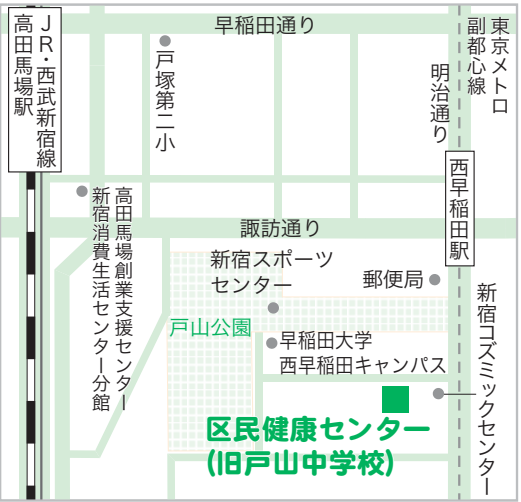
4月1日から 区民健康センターが移転します

健康診査・がん検診等と休日夜間診療は、旧戸山中学校（大久保3－1－1、右地図）で実施します。

移転作業のため、健康診査・がん検診等は3月26日(月)～30日(金)は休みます。

【問合せ】区民健康センター(新宿7－26－4)☎(3208)2222・☎(3208)2288へ。

休日急患テレホンセンター・休日夜間診療の電話番号が変わります
【4月1日(日)から】☎(3208)2223



気管支ぜん息などを 治療しているお子さんへ 親子キャンプ・水泳教室

親子でチャレンジ！ぜん息キャンプ

ぜん息で苦しむほかのお子さんや保護者とともに、日常生活に必要な知識や習慣を学びます。医師・看護師・生活指導員が同行します。

【日程】8月11日(土)～13日(月)(2泊3日)
【行き先】ヴィレッジ女神湖(長野県立科町)
【対象】区内在住の小学生と保護者、30組
【費用】保護者のみ2千円

子ども健康水泳教室

治療に必要な腹式呼吸を練習しながら、呼吸器の鍛練と体力づくりをします。医師・看護師が同行し、区水泳連盟が水泳の指導をします。

【日時】5月25日～6月22日の火・金曜日午後4時～5時45分、全9回
【対象】区内在住の小学生、40名
【会場】新宿コズミックセンター（大久保3－1－2）

【申込み】電話で4月20日(金)までに健康推進課公害保健係（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3048へ。申込書類を郵送します。

保 健 だ よ り 4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	12(木)★・19(木)◎	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※	6(金)◎・13(金)★	13:30～14:30	
	西新宿	16(月)◎・23(月)★	9:00～10:00	
	落合	10(火)◎・17(火)★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	四谷※	6(金)	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 ※会場は四谷ひろば(四谷4-20)
	落合	10(火)		
母親学級	牛込	12(木)・19(木)・26(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	4(水)・11(水)・18(水)		
育児相談	牛込	25(水)	13:30～14:00	個別相談（1歳～3歳未満）
			14:00～15:00	ふれあい広場（4～12か月の子育 て情報交換）
	四谷	5(木)	9:30～11:30	さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
育児・ おっぱい相談	西新宿	10(火)	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	12(木)	13:30～15:00	
はじめまして 赤ちゃん 応援教室	牛込	10(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 妊娠している方(予約制)と24年1 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
	西新宿	10(火)		
	落合	25(水)		
	四谷	5(木)		
離乳食講習会	牛込	24(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
	四谷	19(木)		
	落合	20(金)		
精神保健相談	牛込	10(火)・24(火)	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	27(金)	14:30～16:45	
	西新宿	9(月)	13:15～15:30	
		26(木)	14:15～16:30	
	落合	6(金)		
うつ専門相談	四谷	12(木)	14:00～16:15	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	2(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	20(金)		
訪問指導	牛込	9(月)・23(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	13(金)・23(月)		
	西新宿	11(水)・23(月)		
	落合	13(金)・24(火)		

※母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。

猫の去勢・不妊手術費 助成

●4月2日(月)から申請を受け付けます

助成は区内で飼育・生息している猫が対象です。また、24年度から区内在住の方だけでなく、区内在勤・在学の方も申請できるようにしました。申請の際は、区内の住所、勤務先・在学先の所在地が分かるものと印鑑をお持ちください。

【申請先・問合せ】衛生課管理係（第2分庁舎3階）☎(5273)3148へ。

認知症・もの忘れ相談

【日時】4月11日(水)午前9時15分～11時30分、24日(火)午後2時～4時
【対象】もの忘れが心配な

方、認知症の症状や対応で困りの家族・関係者
【内容】神経内科医・精神科医の診断、対応等の個別相談
【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。

働く人のメンタルヘルス 個別相談

【日時】4月17日(火)午後1時30分～5時
【対象】うつ病のため休職中等で職場復帰や再就職を希望している方と家族・関係者。既に復職している方も相談できます。

【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。