

牛込保健センター  
弁天町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

保健

認知症・もの忘れ相談

【日時】 6月26日(火)午後2時～4時

【対象】 区内在住で「最近もの忘れが多い」とお悩みの方、5名程度

【内容】 専門医の個別相談(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。

ぜん息・アレルギー

【日時】 7月13日(金)午後1時15分～3時

【会場】 西新宿保健センター

【対象】 区内在住の15歳未満で、ぜん息・アトピー性皮膚炎などのアレルギー症状でお悩みの方、10名

【内容】 問診、専門医の診察、保健師・栄養士の相談、住まいの環境衛生相談

【申込み】 電話で6月29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。先着順。

ドライマウス相談

●口の渇きを解消

【日時】 6月28日(木)午後1時30分～4時10分

【対象】 区内在住の方、8名程度

【内容】 専門医の問診と個別相談(梁洪淵・鶴見大学歯学部

附属病院歯科医師)。時間は1人15分程度。検査等はいりません。

【会場・申込み】 電話で牛込保健センターへ。先着順。

リウマチ療養相談

【日時】 7月3日(火)午後1時30分～3時30分

【対象】 関節リウマチと診断されている方、リウマチの疑いや心配のある方と家族で初めて相談する方、6名

【内容】 専門医の個別相談(平形道人・慶應義塾大学病院リウマチ内科医師)、理学療法士の個別相談・リハビリ指導

【会場・申込み】 電話で四谷保健センターへ。先着順。

女性の健康専門相談

【日時】 7月6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。

骨粗しょう症予防検診

【日時・会場】 ▼①7月10日(火)・24日(火)：牛込、▼②11日(水)・25日(水)：西新宿、▼③12日(木)・26日(木)：落合の各保健センター、日(休)：落合の各保健センター、▼④20日(金)：四谷ひろば(四谷4-20)・①②③は午前9時～10時、④は午前9時30分～11時30分に受け付け

【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①②③は会場の保健センター、④は四谷保健センターへ。先着順。

名医に聞く尿の話題

●気になる前立腺の病

【日時】 7月10日(火)午後2時30分～4時30分

【対象】 区内在住・在勤の方、50名(女性の方もご参加ください)

【内容】 男性の尿トラブルの仕組みから「前立腺肥大症」「前立腺がん」の最新治療まで(赤倉功一郎・東京厚生年金病院泌尿器科部長)

【会場・申込み】 電話で落合保健センターへ。先着順。

糖尿病予防教室

【日時・内容】 ▼7月18日(水)：講演「糖尿病の基礎知識」と質疑応答(岩本安彦・東京女子医科大学常務理事)、▼26日(木)：話「今日から始める生活改善」と試食(保健師・栄養士)、▼8月1日(水)：話「続けよう楽しい運動」と運動実技(栗原弘美・ヘルスケアトレーナー)、いずれも午後1時30分～3時30分、全3回

【対象】 区内在住・在勤の方、30名

【会場・申込み】 電話で四谷保健センターへ。先着30組。

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】 7月19日(木)午前11時～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組

【内容】 離乳完了時期の食事とおやつの話、調理実演と試食、口の発育の話

【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。

両親学級

●赤ちゃんを迎えるカッパルへ

【日時】 7月21日(土)午前9時30分～12時

【内容】 実習「赤ちゃんのお風呂」と臨床心理士の講演「夫婦で会話しますか」

【持ち物】 母子健康手帳

【会場・申込み】 電話で落合保健センターへ。先着30組。

| 7月の各種相談                                |                  |                                                                                                                   |                                |                                                | ※複雑な相談内容には資料をお持ちください        |                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                             |                                |                                                               |                                                                                            |
|----------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 福祉                                     | 相談名              | 実施日                                                                                                               | 実施時間                           | 相談場所                                           | 問合せ                         | 福祉                            | 相談名                                                                                                                                                                                                  | 実施日                                                         | 実施時間                           | 相談場所                                                          | 問合せ                                                                                        |
|                                        | 福祉サービスに関する法律相談   | 17(火)                                                                                                             | 14:00～16:00<br>(電話予約)          | 第1分庁舎2階<br>区民相談室                               | 地域福祉課福祉計画係<br>☎(5273) 3623  |                               | 成年後見・権利擁護相談                                                                                                                                                                                          | 月・水・金曜日<br>(祝日等除く)                                          | 13:00～16:00<br>(電話予約)          | 新宿区成年後見センター(高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)☎(5273)4522                 |                                                                                            |
|                                        | 障害者相談窓口          |                                                                                                                   |                                |                                                |                             |                               | 障害者福祉課☎(5273)4518・☎(3209)3441、保健予防課☎(5273)3862、あゆみの家☎(3953)1230、保健センター、★区立障害者福祉センター☎・☎(5292)7890、まど☎(3200)9376、★オフィスクロバー☎(3365)4180、★ラバンス☎(3364)1644、ファロ☎(3350)4437、風☎(3952)6014へ。<br>★はピアカウンセリングも実施 |                                                             |                                |                                                               |                                                                                            |
|                                        | 子どもと家庭の総合相談      | 月～土曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 8:30～19:00                     | 子ども総合センター(新宿7-3-29)<br>☎(3232) 0675            |                             | 子ども・教育                        | 子ども家庭相談                                                                                                                                                                                              | 地域子育て支援センター二葉・原町みゆき、ゆったりーの、児童館へ。                            |                                |                                                               |                                                                                            |
| くらし・法律                                 | 女性相談             | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 8:30～17:00                     | 生活福祉課相談支援係(第2分庁舎1階)<br>☎(5273) 3884            |                             |                               | 家庭相談                                                                                                                                                                                                 | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                            | 13:00～17:00                    | 子ども家庭課育成支援係(本庁舎2階)<br>☎(5273) 4558                            |                                                                                            |
|                                        | 消費生活相談           | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 電話…9:00～17:00<br>来所…9:00～16:30 | 新宿消費生活センター(第2分庁舎3階)<br>☎(5273) 3830            |                             |                               | ひとり親相談                                                                                                                                                                                               | 火～金曜日<br>(祝日等除く)                                            | 13:00～15:00                    | お近くの公立の各保育園へ。                                                 |                                                                                            |
|                                        | 多重債務特別相談         | 9(月)・23(月)                                                                                                        | 13:00～16:00<br>(電話予約)          | 第1分庁舎2階<br>区民相談室                               | 新宿消費生活センター<br>☎(5273) 3830  |                               | 子育て電話相談                                                                                                                                                                                              | 火～金曜日<br>(祝日等除く)                                            | 13:00～15:00                    | 教育センター(大久保3-1-2)☎(3232)3071<br>電話相談☎(3232) 2711               |                                                                                            |
|                                        | 就労支援総合相談         | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 9:00～17:00                     | 消費者支援等担当課就労支援係(第2分庁舎3階) ☎(5273)3925            |                             |                               | 教育相談                                                                                                                                                                                                 | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                            | 電話…9:00～17:00<br>来所…9:00～18:00 | 東京都児童相談センター(戸山3-17-1)<br>電話相談☎(3202) 4152<br>来所相談☎(3208) 1121 |                                                                                            |
|                                        | 内職相談             | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 8:30～17:00                     |                                                |                             | 住宅・建築                         | 子ども相談                                                                                                                                                                                                | 電話…月～金曜日9:00～20:30、土・日曜日、祝日9:00～17:00<br>来所…月～金曜日9:00～17:00 |                                |                                                               |                                                                                            |
|                                        | 若者の仕事と心の相談室      | 火曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                    | 15:30～18:50<br>(電話予約)          | 若年者就労支援室「あんだんて」(新宿7-3-29、新宿こ・から広場内)☎(3200)3329 |                             |                               | 住み替え相談・不動産取引相談                                                                                                                                                                                       | 6(金)・13(金)・20(金)・27(金)                                      | 13:00～16:00<br>(電話予約)          | 第1分庁舎2階<br>区民相談室                                              | 住宅課居住支援係<br>☎(5273) 3567                                                                   |
|                                        | 商工相談             | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                                                                                  | 9:00～16:00<br>(電話予約)           | B I Z新宿 産業振興課産業振興係<br>(西新宿6-8-2) ☎(3344) 0702  |                             |                               | マンション管理相談                                                                                                                                                                                            | 13(金)・27(金)                                                 | 13:00～15:50<br>(電話予約)          |                                                               |                                                                                            |
|                                        | 図書館でのビジネス情報支援相談会 | 21(土)                                                                                                             | 13:00～17:00<br>(申込書で予約)        | 中央図書館(下落合1-9-8)<br>☎(3364) 1421                |                             |                               | 安全安心・建築なんでも相談                                                                                                                                                                                        | 11(水)                                                       | 13:30～16:00                    | 四谷区民センター(内藤町87)                                               | 建築指導課建築企画係<br>☎(5273) 3732                                                                 |
| 外国人相談                                  | 緑化(園芸・盆栽)相談      | 25(水)                                                                                                             | 17:00～21:00<br>(申込書で予約)        | 角筈図書館(西新宿4-33-7)<br>☎(5371) 0010               |                             | 年金・労務等無料相談                    | 建築紛争相談                                                                                                                                                                                               | 月～金曜日<br>(祝日等除く)                                            | 8:30～17:00                     | 本庁舎8階                                                         | 建築調整課<br>☎(5273) 3544                                                                      |
|                                        | 税務相談             | 3(火)・17(火)                                                                                                        | 13:30～16:00<br>(電話予約)          | 第1分庁舎2階<br>区民相談室                               | 税務課税務係<br>☎(5273) 4135      |                               | 不 動 産 登 記 相 談                                                                                                                                                                                        | 13(金)                                                       | 13:00～16:00                    | 区役所本庁舎1階ロビー                                                   | 主催・東京都社会保険労務士会新宿支部<br>☎(5363) 5554                                                         |
|                                        | 外国人相談            | 英語☎(5272)5060・中国語☎(5272)5070・韓国語☎(5272)5080<br>【実施日時】 月～金曜日(祝日等を除く)9:30～12:00、13:00～16:30<br>【相談場所】 本庁舎1階区民相談コーナー |                                |                                                | みどり公園課みどりの係<br>☎(5273) 3924 |                               | 行 政 手 続 相 談                                                                                                                                                                                          | 10(火)                                                       | 13:00～16:00                    | 区役所第1分庁舎2階区民相談室                                               | 主催・東京司法書士会新宿支部☎(5464)5887<br>東京土地家屋調査士会新宿支部☎(3363)0588                                     |
| しんじゅく多文化共生プラザ(歌舞伎町2-44-1) ☎(5291) 5171 |                  |                                                                                                                   |                                |                                                | 法律テレフォンガイド☎(5367) 5290      | 月～金曜日 10:00～12:00、13:00～15:00 |                                                                                                                                                                                                      |                                                             |                                |                                                               | 主催・東京都行政書士会新宿支部<br>☎(5332) 5625<br>主催・新宿区マンション管理士会<br>☎(3361) 9305<br>主催・弁護士会が運営する法律相談センター |

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。