

8月はレバーは十分に加熱して食べましょう

食品衛生法に基づく規格基準の改正で、7月1日から、牛の肝臓(レバー)は生食用としての販売・提供が禁止されました。牛のレバーは、必ず中心部までしっかり加熱してから食べるようにしてください。また、夏はカンピロバクター、腸管出血性大腸菌O(オー)157などの細菌が原因の食中毒が増加します。食中毒予防の3原則を守り、食中毒の発生を防ぎましょう。

【問合せ】衛生課食品保健係(第2分庁舎3階)☎(5273)3827へ。

年に1度の健康チェック・無料健康診査(9月分)

対象者・実施場所		健康診査の実施場所(日程等は右記ア〜ウ参照)		
区が実施する健康診査の対象		保健センター	区民健康センター	区の委託医療機関
		16歳〜39歳の方(学校等で健康診を受ける機会がある方を除く)(※1)	○	○
40歳〜74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方(※2)		○	○	○
75歳以上の方(※3)		○	○	○

(※1)健康診査は必要ありません。下記ア・イに電話で予約してください。
(※2)5月末にお送りした健康診票をご用意の上、下記ア〜ウに電話で予約してください。
(※3)健康診票(21年度以降に区の健康診査を受けた方には4月末にお送りしています)をご用意の上、下記イ・ウに電話で予約してください。
★健康診票がお手元にない方は、電話で新宿区健康診査ご案内センター☎0120(502)252または健康推進課健診係☎(5273)4207へ請求してください。

▶新宿区の国民健康保険に加入している40歳〜74歳の方には、メタボリックシンドロームに着目した健康診査(特定健診・特定保健指導)を実施しています。
▶40歳〜74歳で国民健康保険以外の健康保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合)に加入している方(被扶養者を含む)の特定健診は、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保険者へお問い合わせください。

■健康診査内容■ 診断書は発行しません。
問診、身体・腹囲測定、血圧、尿検査、血液検査ほか。50歳以上の男性で希望する方は、前立腺がん検診(200円)を同時に受診できます。

■9月の日程■
ア 保健センター(2日制)
健康希望日の8日前までに、保健センター専用健康診予約センター☎(3200)1508へ予約(月〜金曜日の午前9時〜午後6時)

健康診と結果説明の2日制。両日とも会場へおいでください。
【日時・会場】下表のとおり。受け付け時間はいずれも午前9時〜10時30分
【結果説明】3〜4週間後の指定日に、医師による結果説明と健康相談を実施
【追加検診】骨粗しょう症予防検診(20歳以上の方・300円)

健康診会場	牛込保健センター (弁天町50)	西新宿保健センター (西新宿7-5-8)	落合保健センター (下落合4-6-7)
第1回	健康日 9月4日(火) 結果説明 9月25日(火)	9月5日(水) 9月26日(火)	9月6日(木) 9月27日(水)
第2回	健康日 9月18日(火) 結果説明 10月9日(火)	9月19日(水) 10月10日(水)	9月20日(木) 10月11日(木)
土曜健康診	健康日 9月15日(土) 結果説明 10月13日(土)		9月1日(土) 9月22日(金)

※四谷保健センター(四谷4-17)は、当分の間、健康診査を休止します。

イ 区民健康センター(大久保3-1-1、旧戸山中学校)
☎(3208)2222へ予約(月〜金曜日の午前8時30分〜午後5時)

【日時】月〜金曜日と9月23日(日)。時間は午前中
【結果通知】3〜4週間後に郵送で通知
【追加検診(日曜日を除く)】がん検診(各検診ごとに曜日を決めて実施・20歳以上の方・有料)

ウ 区の委託医療機関(区内診療所など)
【申込み】健康診票に同封の一覧表からご希望の医療機関を選び、直接予約
【結果通知】後日、対面等で通知
【追加検診】がん検診(有料)を実施している医療機関もあります。一覧表でご確認ください。受診には検診票が必要です。お手元にない方は、新宿区健康診査ご案内センター☎0120(502)252または健康推進課健診係へ請求してください。

【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。毎月5日号の「広報しんじゅく」で翌月の日程をお知らせしています。

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

健康

■日時■ 8月24日(金)午後1時30分〜4時30分
【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の69歳までで運動制限がなく、全16回出席できる方30名
※①の講演のみの参加もできます(年齢を問わず区内在住の方20名)
【申込み】電話で牛込保健センターへ。先着順。
NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

7月の新宿区の人口		1日現在(増減は前月比)	
総人口		320,386人	(84人増)
		住民登録	外国人登録
人口	286,551人	146人増	33,835人
男	143,263人	74人増	16,387人
女	143,288人	72人増	17,448人
世帯数	174,481世帯	106世帯増	—

【主催・申込み】電話で8月20日(月)までに、NPO法人東京山の手まごころサービス☎(3205)6813へ。先着40名。
【日時】8月11日(土)午後1時30分〜2時30分
【会場】新宿通り(新宿3丁目紀伊国屋書店前付近)
【内容】判断力・行動力等を判定【問合せ】新宿区警察署☎(3346)0110・四谷警察署☎(3357)0110へ。
交通安全キャンペーン
【日時】8月11日(土)午後1時30分〜2時30分
【会場】新宿通り(新宿3丁目紀伊国屋書店前付近)
【内容】判断力・行動力等を判定【問合せ】新宿区警察署☎(3346)0110・四谷警察署☎(3357)0110へ。

【対象】法人格があり、児童指導業務の運営経験がある企業・団体
【委託期間】25年4月1日〜26年3月31日(事前の準備委託あり)
【委託内容】▼落合第一小学校(中落合2-13-27)内の学童クラブ・放課後子どもひろば事業、▼中落合子ども家庭支援センター(中落合2-7-24)でひろば型一時保育、日曜日・祝日の児童コーナー運営
【選定方法】1次：書類、2

次：応募者が運営する事業の視察と公開プレゼンテーション・ヒアリングによるプロポーザル方式
【申込み】所定の申請書等を、9月21日(金)までに子ども総合センター児童館運営係(新宿7-3-29、新宿ここから広場内)☎(5273)4544へお持ちください。申請書・募集要項は同係で配布するほか、新宿区ホームページでご案内しています。現地説明会の日程等もご案内しています。
次：応募者が運営する事業の視察と公開プレゼンテーション・ヒアリングによるプロポーザル方式
【申込み】所定の申請書等を、9月21日(金)までに子ども総合センター児童館運営係(新宿7-3-29、新宿ここから広場内)☎(5273)4544へお持ちください。申請書・募集要項は同係で配布するほか、新宿区ホームページでご案内しています。現地説明会の日程等もご案内しています。

【日時】8月24日(金)午後1時30分〜4時30分
【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

【対象】区内在住の方8名程度
【内容】歯科矯正専門医の問診と個別相談(田村隆彦・日本大学歯学部付属歯科病院歯科医師)。1人15分程度。検査等は行いません。
【会場・申込み】電話で西新宿保健センターへ。先着順。
スリムアップ教室
【日時・内容】▼①9月3日(月)：講演「効果バググン1ガッテン流ダイエット」(新井智久・NHKためしてガッテン元ディレクター)・▼②9月12日(水)：話「代謝アップの食事術」と試食・計測・▼③9月19日(水)：話「代謝アップの生活術」とダイエットプラン作成・▼④10月3日〜12月19日の水曜日：運動「代謝アップエクササイズ」(全12回、金田裕明・元気館講師)・▼⑤25年1月9日(水)：運動「正月太り解消エクササイズ」(白川睦恵・健康運動指導士)・▼⑥③は午後2時〜4時、④は午後2時〜3時、⑤は午前10時〜12時
【会場】①②③は牛込保健センター、④⑤は元気館(戸山3-18-1)、⑥は榎町地域センター(早稲田町85)

●招待状は10月上旬に送ります
敬老週間に合わせて、例年9月上旬に実施していましたが、残暑の厳しい時期であることから、昨年から10月に開催しています。詳しくは、「広報しんじゅく」10月5日号でお知らせする予定です。
※事業の見直しに伴い、今年からお菓子の配布はありません。
【問合せ】高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階)☎(5273)4567へ。

●NPO活動資金助成事業
【日時】8月18日(土)午後2時〜3時30分
【会場】善國寺(毘沙門天、神楽坂5-36)
【対象】4歳〜中学生と60歳以上の方、50名(小学生以下は保護者同伴)
【講師】神田織音・講師紹介
【費用】500円(保護者・介護師は無料、兄弟姉妹で参加のお子さんは2名で500円)
【申込み】電話かファックス・電子メール(記載例2面参照)のほか、年齢・小学生以下のお子さんは保護者氏名を記入し、8月16日(木)までにNPO法人・料金をまちづり倶楽部事務局山下☎(3260)6260・月・金曜日午前11時〜午後6時・☎(5261)3464・☎khnachi@syoutengai.webnetへ先着順。

【申込み】電話かファックス・電子メール(記載例2面参照)のほか、年齢・小学生以下のお子さんは保護者氏名を記入し、8月16日(木)までにNPO法人・料金をまちづり倶楽部事務局山下☎(3260)6260・月・金曜日午前11時〜午後6時・☎(5261)3464・☎khnachi@syoutengai.webnetへ先着順。

新宿の魅力を発信します

映画やテレビ等のロケ撮影を通して、新宿の多様な魅力を発信してみませんか。
【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。

【日時】8月23日(木)午後2時〜5時
【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【対象】ロケ撮影の受け入れを検討している区内の企業・団体、個人
【講師】藤崎慎一(堀地域活性プランニング代表)
【申込み】所定の申込書を、郵送またはファックスで、8月14日(必着)までに新宿未来創造財団観光課☎(160000083・☎3255)5036へ。申込書は同課区文化観光課(本庁舎1階)で配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。