年に1度の健康チェック 無料健康診査

【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207・ໝ(5273)3930へ。

■ 実施場所

区の委託医療機関(区内診療所など)

■ 対象

▶ ①16歳~39歳の方(学校・勤務先等で 健診を受ける機会がある方を除く)

▶②40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

▶ ③75歳以上で後期高齢者医療制度に 加入している方(65歳~74歳の任意加 入者を含む)・生活保護を受けている方 ※40歳~74歳で新宿区の国民健康保険 以外の健康保険(健康保険組合・共済組 合・協会けんぽ・国民健康保険組合など) に加入している方(被扶養者を含む)の 健康診査は、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。

■ **検査内容**※診断書は発行しません。

- 問診
 - 身体計測
- 尿検査 血液検査 ほか

※50歳以上の男性は、前立腺がん検診 (200円)も同時に受診できます。

■ 健康診査票の送付

受診には「健康診査票」が必要です。次 の方には、5月末までに健康診査票を発 送しました。

▶16歳~39歳で25年度以降に新宿区 の健康診査を受けた方、▶75歳以上で 25年度以降に新宿区の健康診査を受け た方、▶30歳・35歳の方、▶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て25年度以 降に新宿区の健康診査を受けた方

■ 受診方法

健康診査票に同封の「健康診査・がん 検診のご案内」(医療機関の一覧掲載)を ご覧の上、医療機関に直接お問い合わせ ください。

【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。受診には「が ん検診票」が必要です。

※「健康診査票」「がん検診票」がお手元 にない方は、健康づくり課健診係または 各保健センターへご連絡ください。

10月1日から 対象の方は接種が無料に

血圧測定

B型肝炎ワクチンが定期予防接種になります

現在、任意接種として26年4月2日以 降生まれのお子さんを対象に、1回 2,600円の自己負担で実施しています が、10月1日から定期接種になり、対象 と費用が変わります。

【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎 分館1階)☎(5273)3859へ。

◆定期接種は1歳未満のお子さん (28年4月1日以降生まれ)が対象

接種には予診票が必要です。対象の 方には、9月下旬に定期接種用の予診票 を発送する予定です。母子感染予防の 対象者として、健康保険によりB型肝炎 ワクチンを受けたお子さんは定期接種 の対象外です。

【接種回数】3回(4週間以上あけて2回、1 回目から20週間以上あけて1回)

日

時

9 中

月12日

(月)

午

後

□ の

の渇きを解消

ラ

イマ

、ウス相

談

対象

区

内在住の方、

8

30

分

4

時 10

分

梁洪淵·鶴

見大学歯

学 相

部談

内

容

問診と

個

別

※任意接種で既に接種した回数分は、 定期接種を受けたものとみなします。 【費用】無料

※任意接種で接種した分の自己負担額 の払い戻しはありません。

【標準接種期間】生後2か月~8か月

●任意接種の助成は29年3月31日まで 任意接種の助成対象のお子さんは、 次の期限まで引き続き1回2,600円の自 己負担で接種できます。詳しくは、お問 い合わせください。

【任意接種の助成対象・接種期間】

- ▶26年4月2日~10月1日生まれのお子 さん…9月30日金まで
- ▶26年10月2日~28年3月31日生まれ のお子さん…2歳の誕生日の前日まで (ただし29年3月31日金)まで)

日

の

つ

け方教

室

歯科

医

師)。

人

牛込簞 2分庁 会場 方]と質 香絵 内容 問 での15 30分 7 3 (合せ) 象 講演 (舎3階) 参 笥 申 疑応答 る方ほか、40名 $\overline{\times}$ \wedge 7地域 衛生課管理係(第 加 込 先 8 は 「愛犬の 在 できま 着 (講師は 住で犬 順。 らせん。 し

|時||8 11 月 地域センター(込み)当日直域 時 30 20日 分 (土) 犬を 午 を 前 牧口 つけ 接 簞 連 飼 せ 15 附

区民のひろば

週間合せ

掲載行事は区の主催ではあり ません。主催者に内容をよく確認 の上、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⋅☎(5272) 5500~。

★催し・講座★

◆お子さん向け「ゆうびんきょく シールラリー」 8月26日 金まで、 牛込地区の12の郵便局とゆうち ょ銀行牛込店で。小学生まで対 象。シールを集めた方にはお菓子 や文房具を贈呈。固新宿保健会館 内郵便局・畑中☎(3269)8466

会場 日 日時] 象 8 9 期のための栄養学 四谷保健セン 内在住·在 月6日火午後 タ 勤

6

在

から場 ター 験 性 ん。 電 型 の ·申込み】8月8日 度。 話で牛込保健 先着順。 ため 健康セミナ 検査等は行 セ V) 1 ま

ザイン 習。試 学の ンタ 内容 表) て 【申込み】8 -代表理事、島田淳子) /薬剤師・NPO法人H・ 理 れ 0 話 女性、 栄養 講 で女性 食 話と更知 オ (講師は宮原富士子 食事の 士・食 50 名 フィスJU 先着 の 月 健 年症 8 順 康支援セ <u>日</u> (月) & 期状 託 健 にに 単 康デ 子/ · な 実 児 取っ か Ν 5 代 あ Α りい

月の保健だよ

保健センターの教室・相談

母子関係の事業は母子健康 手帳をお持ちください。

★★★★★★ 保健だより各事業の問い合わせ先 ★★★★★★

牛込保健センター 四谷保健センター 東新宿保健センター

落合保健センター

☎(3260)6231 ☎(3260)6223 〒162-0851 弁天町50 ☎(3351)5161 (3351)5166 〒160-0008 三栄町25

☎(3200)1026 ☎(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4 ☎(3952)7161 ☎(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7

女性の健康支援センター☎(3351)5161 ☎(3351)5166 〒160-0008 三栄町25 (四谷保健センター内)

土曜日夜間や 日曜日・祝日に

新宿区医師会区民健康センター 新宿7—26—4 ☎(3208)2223 【診療時間(内科・小児科(午後5時まで))】

▶土曜日…午後5時~10時

急病になったら ▶日曜日、祝日…午前9時~午後10時 ※受診前に電話でお問い合わせください。

東京都医療機関案内

ひまわり **2**(5272)0303 (5285)8080

http://www.himawari. metro.tokyo.jp/

▲予約制のものは8日8日(日)から受け付けます▲

		可のものはる		5受け付けます◆
事業名	担当	В	時間	内容
はじめて・にこ にこ歯科相談	牛込	1(ᡮ)★・8(ᡮ)◎	9:00~10:00	予約制。むし歯予防等の相談・歯磨き
	四谷	2(金)○・9(金)★		の仕方
	東新宿	5例◎・12例★		◎印…はじめて歯科相談(1歳児)
	落合	13(火)○・20(火)★		★印…にこにこ歯科相談(2歳児)
もぐもぐごっくん	牛込	8(木)	9:00~10:30	予約制。乳幼児対象。専門の歯科医に
歯科相談	東新宿	5(月)		よる食べ方についての相談
母親学級	四谷	8休・15休・29休	13:30~16:00	予約制。もく浴・安産のための実習、 歯の健康と食事の話。定員25名
育児相談	牛込	9金		個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	四谷	1休)		さくらんぼくらぶ(子育て情報交換)
	東新宿	8(木)	10:30~11:30	【会場】百人町児童館 個別相談と グループ
		29休)	10:30~11:30	【会場】北新宿第一児童館 ワーク
すこやか子 <i>ど</i> も 発達相談	牛込	27以	14:00~16:00	予約制。小児専門医による発達相談。 申し込みは地区の保健センターへ。
育児・おっぱい	東新宿	23金)	9:30~11:00	保健師・助産師・栄養士の個別相談
相談	落合	7(水)	13:00~14:30	おっぱい相談は予約制
双子の会	落合	20伙	13:30~15:00	子育て情報交換
M] 00 A			13.30 13.00	(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	13伙	13:30~15:30	予約制。妊娠している方と4か月くら
	東新宿	15休)		いまでのお子さんのお母さんの育児
	落合	28例		体験教室
	四谷	1(木)	13:30~15:30	予約制。妊娠している方と28年6月生まれのお子さんのお母さんの育児体験教室
離乳食講習会	牛込	20(火)	13:30~15:30	7/htt
	四谷	29休)		予約制。5~6か月児対象。 離乳食の話と調理実演・試食、事故防
	東新宿	12例		離乳良の話と調理美演・試良、事故的 上の話
	落合	16金		
1歳児 食事講習会	牛込	28(水)	11:00~13:00	予約制。1歳~1歳6か月児対象。離乳
	 東新宿	29休)		完了時期の食事の話と調理実演・試
骨粗しょう症予防検診		1 1	9:00~10:30	食、口の発育の話。託児あり(要予約) 予約制。20歳以上対象(1年度に1回。
	牛込	27(火)		医療機関で骨粗しょう症と診断され
	四谷	16金		たことのある方を除く)。各日定員50
	東新宿	7(K)		名。骨密度測定(かかとの測定・超音波 法)、医師の結果説明、健康・栄養相談。
	落合	8(木)		
女性の健康 専門相談			14:00~16:00	300円
	女性の 健康支援	2億 産婦人科 系全般		予約制。女性の産婦人科医などの個別相談。思春期から更年期の女性のからだや婦人科系の症状などについて相
	センター	28例 更年期		だや婦人科系の症状などについて相
	(四谷)	専門		談できます。
精神保健相談	牛込	6似・20似	14.00 16.15	
	四谷	30金	14:00~16:15	予約制。精神科医の思春期から高齢期
	東新宿	12例	14:15~16:30	(認知症を含む)までの「こころ」の相 談
	落合	16金	14:15~16:30	
うつ専門相談	東新宿	7例	13:15~15:30	予約制。精神科医の個別相談
パーキンソン 体操教室	東新宿	5(月)	13:30~15:30	パーキンソン病の方と家族対象。 運動療法と患者・家族の交流
訪問指導	牛込	5例・26例	13:30~15:30	予約制。理学療法士・作業療法士が自
	四谷	26例		宅を訪問し、実技指導のほか、リハビ リ等をアドバイスします。
	東新宿	14(水)		沙寺をアドバイスします。 ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導
		1-7		(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は
	落合	8(木)・23(金)		随時実施(予約制)
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	27(火)	9:00~10:30	予約制。16歳以上対象。
	四谷	16億		保健師・栄養士・歯科衛生士等の個別相談。成人健康診査の結果の見方、食
		1 〇(亚/		事や健康面、歯周病の予防などについ
	東新宿	7(水)		て相談できます。
	 落合	8休)		※最近、健康診査を受けた方は、健診
	冷口	OVIY		結果をお持ちください。
健康アップ達人 セミナー	落合	21(水)	14:00~16:00	予約制。16歳以上対象。 成人健康診査の結果の見方、生活習慣 改善のための講義・演習。 ※最近、健康診査を受けた方は、健診
				然取が、健康診員を受けた力は、健診 結果をお持ちください。
		•	•	

両親学級【問合せ】㈱メディカルワールド☎(5404)4830(平日午前9時~午後6時)

妊娠している方とパートナーを対象に、もく浴実習やパパの妊婦体験、赤ちゃんを 迎えるに当たっての講義を実施します。申し込み方法等詳しくは、お問い合わせくだ さい。お問い合わせの際は、「新宿区両親学級の件」とお伝えください。

【日時】9月24日出▶午前9時30分~12時、▶午後1時45分~4時15分(2回とも同じ内容) 【会場】東新宿保健センター