

- 2面 民間賃貸住宅の家賃を助成します
- 4・5面 みんなの国民年金
- 8面 地震・豪雨等の被害を最小限に  
漱石追慕のかたち～漱石、筆子、そして松岡譲



### しんじゅくコール

☎03(3209)9999 FAX03(3209)9900  
土・日曜日、夜間もご案内 午前8時～午後10時

発行 新宿区 編集 区政情報課 (毎月5・15・25日発行)  
〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 ☎03(3209)1111  
ホームページ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>  
携帯電話版 <http://www.city.shinjuku.lg.jp/m/>



携帯電話用二次元コード

聴覚に障害がある方で「ファックス番号のない記事」へのお問い合わせ・申し込みをご希望の際は、しんじゅくコール☎03(3209)9900をご利用ください。

## 40歳～74歳で国民健康保険に加入している方へ もう受診しましたか? 年に1度の 特定健康診査



受診は  
31年3月31日まで

### 受診場所

#### 区の指定医療機関

区発行の「健康診査・がん検診のご案内」と新宿区ホームページでご案内しています。

※「健康診査・がん検診のご案内」に記載の医療機関一覧は変更する場合があります。最新の情報は新宿区ホームページでご案内しています。

### 対象

40歳～74歳で  
新宿区の国民健康保険に加入している方

そんなあなたに受けてほしい



#### 忙しくて時間がない方も

- 忙しい方ほど生活習慣病になりやすい傾向があります
- 日曜日に実施している医療機関もあります



#### 通院中の方も

- 通院中の方も主治医に相談して、受診してください

※健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合等に加入している方(被扶養者を含む)には、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。

## 特定健康診査とは

「治療」のための検査とは、目的が異なります

40歳以上の方を対象としたメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群※1))に着目した健康診査です。健診の結果、「生活習慣の改善が必要」と判定された方には、健診受診月のおよそ2か月後に特定保健指導・非肥満保健指導※2のご案内をお送りします。

### ※1…メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは

食べ過ぎ・飲み過ぎ・運動不足・喫煙等の生活習慣により内臓脂肪がたまり、さまざまな病気を引き起こしやすくなった状態です。糖尿病・心臓病・脳卒中等の危険が高まります。

### ※2…特定保健指導・非肥満保健指導とは

食事や運動等の生活習慣の見直しに取り組む3か月間のプログラム(無料)です。専門職(医師・保健師・管理栄養士等)が、一人一人の生活に合わせてサポートします。



人間ドック等を受けられる方もサポートします

新宿区の国民健康保険に加入している40歳～74歳で、特定健康診査を受けず人間ドックや事業主健診等を受ける方も、必要項目を満たした健康診査の結果を提出し区の保健指導等の対象になった場合、健康支援(上記※2)を無料で受けられる利用案内をお送りします。詳しくは、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

## 主な検査内容

診断書は発行しません



■血圧測定



■問診



■身体計測



■尿検査



■血液検査

## コラム 新宿の未来のために!

新宿区ホームページ「区長の部屋」で写真日誌も公開しています

▼今月初め、「敬老の日」を前に、区内の新たに100歳を迎えた方を訪問し、「長寿をお祝いさせていただきます」の言葉を贈りました。区内の100歳以上の方は、206名(今年度末現在)で、最高齢の方は女性で109歳、男性で104歳です。長寿の方とお話しをしながら、刺激や元気をいただいています。印象に残っている言葉に「振り返ってみると、100年なんてあっという間です。ゆめゆめ油断召されるな」というものがあります。身が引き締まる思いをしました。また、100歳で現役の町会役員を務め、町内のお年寄りの見守りをされている方にお会いしました。新宿にはすごい人がいるものだ、毎年驚かされています。今年度は、長寿の時代を元気に過ごしたいために、「健康ポイント事業」や「区オリジナル筋力トレーニングの開発」をスタートしました。ぜひ、「活用いただき、健康寿命の延伸につなげてください。」  
▼漱石山房記念館は、今年24日で1周年を迎えます。初年度ということで注目していただき、多くの皆さまに訪れていただきました。区では1周年を記念し、名誉館長の半藤末利子氏(夏目漱石のお孫さん)から寄贈を受けた、漱石やその門下生たちに関する貴重な資料を紹介する「松岡・半藤家資料受贈記念特別展」を、9月22日から開催します。そのほか講演会の開催やオリジナルグッズの販売等を行います。今後も、郷土の偉人である文豪・夏目漱石の作品や思想、人柄に触れていただける魅力ある展示や発信を展開していきます。▼10月中旬から、区内4警察署と連携した新たな「特殊詐欺根絶対策」を進めます。区内では、近年被害件数と被害額が急激に増加しています。特殊詐欺の被害者を分析すると、大半が65歳以上の高齢者で警察との接点が多く、訪問や注意喚起を受けた経験のない人という傾向がありました。そこで、65歳以上の高齢者のお宅を警察官が訪問し、特殊詐欺の防止に効果がある「自動通話録音機の貸し出し」や「注意喚起」を行います。事業に先立ち、今年10月から、65歳以上の高齢者全員に事業の案内を順次郵送しています。訪問を希望されない方は、同封の回答書を返信用封筒で返信する等、区へ連絡をいただければ戸別訪問の対象者名簿から除外いたします。本事業により、特殊詐欺被害の根絶を図ってまいります。

区長 吉住 健一