

**5月の保健センター等の教室・相談** 母子関係の事業は母子健康手帳をお持ちください。

◆ 予約制のものは4月7日(水)から受け付けます ◆

新型コロナウイルスの感染拡大状況により変更する可能性があります。事前にお問い合わせください。

事業名	担当	日	時間	内容
はじめてにこここ 歯科相談	牛込	6(木)・13(木)◎	9:00～10:30	予約制。むし歯予防等の相談・歯磨きの仕方 ◎…はじめて歯科相談(1歳児) ★…にこここ歯科相談(2歳児)
	四谷	7(金)◎・28(金)★		
	東新宿	10(月)◎・17(月)★		
	落合	11(火)◎・18(火)★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	牛込	13(木)	9:00～10:30	予約制。専門の歯科医師による食べ方についての相談(乳幼児)
	東新宿	10(月)		
育児相談	牛込	14(金)	9:00～10:00	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	四谷	6(木)	9:00～11:00	さくらんぼくらぶ(個別相談)
	東新宿	21(金)	9:00～10:00	個別相談(おおむね1歳までの乳幼児)
	落合	19(水)	13:00～14:30	
すこやか子ども 発達相談	牛込	25(火)	13:40～16:20	予約制。小児専門医による発達相談
育児(双子の会)	落合	18(火)	13:30～15:00	予約制。子育ての情報交換・交流会
はじめまして 赤ちゃん 応援教室 (産婦クラス)	牛込	28(金)	13:15～14:15 15:00～16:00	予約制。グループでのミニ講話、情報交換(おおむね4か月までのお子さんを育てているお母さんと赤ちゃん)
	四谷	6(木)		
	東新宿	20(木)		
	落合	26(水)		
離乳食相談	牛込	18(火)	9:00～10:30	予約制。栄養士による個別相談
	四谷	27(木)		
	東新宿	17(月)		
	落合	28(金)		

★★★★★★ 保健センター等の問い合わせ先 ★★★★★★

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 〒160-0008 四谷三栄町10-16
東新宿保健センター	☎(3200)1026 ☎(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター	☎(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 四谷三栄町10-16 (四谷保健センター内)

事業名	担当	日	時間	内容
女性の健康 専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	15(土)産婦人科系全般	14:00～16:00	予約制。女性の婦人科医などによる思春期から更年期の女性のからだや婦人科系の症状等についての個別相談
		25(火)更年期専門		
精神保健相談	牛込	11(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医師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	21(金)	14:00～16:15	
	東新宿	27(木)依存症専門	13:15～15:30	
	落合	20(木)	14:00～16:15	
うつ専門相談	東新宿	12(水)	13:15～15:30	予約制。精神科医師による個別相談
訪問指導	牛込	10(月)	13:30～15:30	予約制。理学療法士・作業療法士の自宅訪問による実技指導、リハビリ等のアドバイス ※管理栄養士・歯科衛生士の訪問指導(栄養・歯科のアドバイス・実技指導)は随時実施(予約制)
	四谷	14(金)		
	東新宿	12(水)・31(月)		
	落合	11(火)・21(金)		

**両親学級**

【日時】5月29日(土)・30日(日)午前9時30分～11時・午後1時～2時30分(いずれの回も同じ内容)  
【内容】妊娠している方とパートナー向けのもくろみ実習、パパの妊婦体験、赤ちゃんを迎えるに当たっての講義  
【会場】東新宿保健センター  
【問合せ】NPO法人助産師みらいSHINJUKU ☎http://jyosanshi-mirai.org/  
☎080(3710)0361(日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時～午後6時)へ。

**予防接種を受けましょう**

【問合せ】▶下記予防接種…保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)3859、▶新型コロナウイルスワクチン…新宿区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター☎0570(012)440へ。



自己負担金額を1,500円に軽減しています

**高齢者肺炎球菌定期予防接種**

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による感染症を予防し、重症化を防ぎます。区では、接種率向上のため、令和6年3月まで自己負担金額をこれまでの4,000円から1,500円に軽減しています。予診票をお持ちの上、指定医療機関で接種してください。

【対象】区内在住で、次のいずれかに該当し、過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方  
▶令和3年4月1日～4年3月31日に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方  
※3月に予診票を発送しました。令和4・5年度の対象は、各年度中に上記年齢になる方です。予診票は、対象に該当する年度になる前の3月下旬に発送します。

▶接種日現在、60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に重度の障害(身体障害者手帳1級程度)がある方  
※接種を希望する方はご連絡ください。予診票をお送りします。  
【接種期間】令和4年3月31日まで  
【自己負担額】1,500円(生活保護を受給している世帯等の方は無料)  
【接種回数】1回

**新型コロナウイルスワクチンとの接種間隔**

新型コロナウイルスワクチンとその他のワクチンは、いずれかのワクチンを受けた日の2週間後の同じ曜日以降に接種できます。接種間隔について詳しくは、保健予防課予防係にお問い合わせください。

昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性へ

**風しんの抗体検査・予防接種**

風しんの定期接種を受ける機会がなかった世代の男性を対象に、令和4年2月まで抗体検査・予防接種を実施しています。対象の方には、令和2年度までにクーポン券をお送りしました。全国の医療機関・事務所で実施する健康診断・特定健康診断で、いずれも無料で受けられます(1回のみ)。

**風しん抗体検査**  
【対象】昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性  
【検査回数】1回  
**風しん予防接種(風しん5期予防接種)**  
【対象】風しん抗体検査を受けた結果、風しん抗体価が低い方  
【接種回数】1回  
【ワクチン】原則としてMR(麻しん風

しん混合)ワクチン  
※風しん単体ワクチンでの接種を希望する方は、お問い合わせください。  
**クーポン券の有効期限**  
既に対象の方にお送りしたクーポン券は、有効期限の記載にかかわらず、令和4年2月28日(月)までご利用いただけます。転入・紛失等でクーポン券をお持ちでない方は、お問い合わせください。

**土曜日夜間や日曜日・祝日に急病になったら**

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】受け付けは終了時間の30分前まで  
▶土曜日…午後5時～10時(内科)  
▶日曜日、祝日…午前9時～午後10時(内科)  
午前9時～午後5時(小児科)  
※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  
☎(5272)0303(24時間)  
☎(5285)8080  
☎http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

**区関連・官公署情報**

**相続・不動産無料相談会**

【日時】4月15日(木)午後1時～5時  
【会場】区立産業会館(BIZ新宿、西新宿6-8-2)  
【対象】区内在住の方、区内に土地や建物をお持ちの方、10組  
【相談員】不動産鑑定士・税理士・司法書士ほか  
【後援】新宿区  
【申込み】4月8日(木)～14日(水)(土・日曜日を除く午前9時～午後4時30分)に電話でNPO法人日本地主家主協会事務局☎(3320)6281へ。先着順。

**春の内藤とうがらしフェア**

●内藤とうがらし苗販売会  
【日時・会場】▶5月1日(土)・2日(日)・3日(祝)

午前10時～午後4時…今田新聞店前(百人町1-23-2)、▶5月4日(祝)・5日(祝)・8日(土)・15日(土)午前11時～午後3時…スタジオ104atFAVETTA(歌舞伎町1-23-14)、▶5月9日(日)午前10時～午後4時・10日(月)午前10時～午後2時…ニュースサービス日経・四谷(荒木町21)、▶5月16日(日)午前10時～午後4時…ニュースサービス日経・市ヶ谷(納戸町26)、▶5月22日(土)午前10時～午後2時…ニュースサービス日経・代々木初台(渋谷区本町1-59-3)、▶5月23日(日)午前10時～午後4時…ニュースサービス日経・落合(西落合2-9-10)、▶5月29日(土)・30日(日)午前11時～午後4時…新宿タカシマヤ2階JR口特設会場(渋谷区千駄ヶ谷5-24-2)  
【後援】新宿区  
【問合せ】新宿内藤とうがらしフェア事務局☎(3371)5635へ。同フェアホームページ(☎https://www.event104.tokyo/)でもご案内しています。

**区民のひろば**

費用・問合せ

掲載行事は区の主催ではありません。日時・会場は予定です。各主催者に内容をよくご確認の上、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へ。  
★サークル紹介・会員募集★  
◆女声ボイストレーニング・カラオケ  
毎月第1～第4木曜日午前9時30分～

午後0時30分、東五軒町地域交流館で。毎月第1～第3木曜日は講師の指導あり、第4木曜日は自主練習。¥月3,000円。☎さつき会・本堂☎080(5534)3283  
◆鎌倉彫・版画 月2回土曜日午後1時～4時30分、四谷保健センター等複合施設で。¥入会金3,000円・月3,000円。☎午後5時以降に真彫会・今井☎(3353)3527