

8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7月7日(金)から受け付けます

事業名	担当	日	時間	内容
はじめて・ ここに 歯科相談	牛込	3(木)★・10(木)◎	9:00～10:30	予約制。むし歯予防等の相談・お口のケアのアドバイス ◎…はじめて歯科相談(1歳児) ★…ここにこ歯科相談(2歳児)
	四谷	4(金)◎・25(金)★		
	東新宿	7(月)◎・14(月)★		
	落合	8(火)◎・29(火)★		
もぐもぐ ごっくん 歯科相談	四谷	4(金)	9:00～10:30	予約制。乳幼児対象。 専門の歯科医師による食べ方についての相談
	落合	8(火)		
母親学級	牛込	17(木)・24(木)	13:30～15:30	予約制。37週未満の妊婦、30名。2日制。 1日目:沐浴実習、歯の健康 2日目:分娩の経過・呼吸法、食事の話
	東新宿	5(土)・12(土)		
育児相談	牛込	18(金)	9:00～10:00	個別相談 (1歳の誕生日の月末までの乳幼児) さくらんぼくらぶ(個別相談)
	四谷	3(木)	9:00～11:00	
	東新宿	25(金)	9:00～10:00	個別相談 (1歳の誕生日の月末までの乳幼児)
	落合	2(火)	13:00～14:00	
はじめまして 赤ちゃん応援 教室 (産婦クラス)	牛込	25(金)	13:15～14:15 15:00～16:00	▶産婦クラス…予約制。グループでのミニ講話・情報交換(生後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) ▶妊婦クラス…予約制。助産師によるお話やストレッチなど(希望者に乳頭チェックあり)
	四谷	3(木)		
	東新宿	17(木)		
(妊婦クラス)	落合	23(水)		
離乳食講習会	牛込	22(火)	13:00～14:00 14:30～15:30	予約制。おおむね5～6か月児対象。 離乳食の話と調理実演
	東新宿	21(月)		
	落合	4(金)		
1歳児食事 講習会	牛込	10(木)	9:00～10:30	1歳～1歳6か月児対象。 離乳完了時期の食事の話 ※はじめて歯科相談と同時開催。
	四谷	4(金)		
	東新宿	7(月)		
	落合	8(火)		

★★★★★★保健センター等の問い合わせ先★★★★★★

牛込保健センター	☎(3260)6231 FAX(3260)6223 〒162-0805 矢来町6
四谷保健センター	☎(3351)5161 FAX(3351)5166 〒160-0008 四谷三栄町10-16
東新宿保健センター	☎(3200)1026 FAX(3200)1027 〒160-0022 新宿7-26-4
落合保健センター	☎(3952)7161 FAX(3952)9943 〒161-0033 下落合4-6-7
女性の健康支援センター	☎(3351)5161 FAX(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
骨粗しょう症 予防検診	牛込	29(火)	9:00～10:30	予約制。20歳以上の方対象(1年度に1回。骨粗しょう症と診断されたことのある方を除く)。各日定員40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。300円
	東新宿	2(水)		
	落合	3(木)		
女性の健康 専門相談	女性の健康支援センター(四谷)	4(金)産婦人科系全般	14:30～16:30	予約制。女性の婦人科医などの個別相談。思春期～更年期の女性からだや婦人科系の症状、不妊などを相談できます。
		22(火)更年期専門	17:30～19:30	
精神保健相談	牛込	22(火)	14:15～16:30	予約制。精神科医師による思春期～高齢期(認知症を含む)のこころの相談
	四谷	4(金)	14:00～16:15	
	東新宿	23(水)	13:45～16:00	
	落合	7(月)	14:00～16:15	
依存症相談	四谷	21(月)	14:00～16:15	予約制。精神科医師による個別相談
パーキンソン 体操教室	東新宿	7(月)	13:30～14:30 15:00～16:00	予約制。パーキンソン病の方とその家族を対象にした運動療法
訪問指導	牛込	7(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	21(月)		
	東新宿	9(火)・28(月)		
	落合	1(火)		
健康相談 (生活習慣病や 歯周病予防に 関する相談)	牛込	29(火)	9:00～10:30	予約制。16歳以上対象。保健師・栄養士・歯科衛生士等の個別相談 ※最近、健康診査を受けた方は、健診結果をお持ちください。
	東新宿	2(水)		
	落合	3(木)		

両親学級

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あ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。

日時 8月26日(土)午前9時30分～11時、午後1時～2時30分(いずれも同じ内容)

会場 四谷保健センター

問合せ NPO法人助産師みらいSHINJUKU ☎080(3710)0361(日曜日、祝日等を除く午前9時～午後6時)・HP <http://jyosanshi-mirai.org/>

夜間にお子さんが急病になったら

しんじゅく夜間こども診療室

(戸山1-21-1、国立国際医療研究センター病院内) ☎・FAX(6228)0713

診療時間(小児科) ▶月～金曜日午後7時～10時、
▶土・日曜日、祝日等午後6時～10時(受け付けは午後9時30分まで)

※保険証等をお持ちください。できるだけ事前に電話で症状を伝えてから受診してください。

休日・夜間等の医療機関のご案内
東京都医療機関案内サービス

「ひまわり」

☎(5272)0303(24時間)

FAX(5285)8080・HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

人材募集



新宿区職員

職種・採用予定数 福祉(保育士・福祉・児童指導)、30名程度

受験資格 国籍を問わず、昭和61年4月2日～平成16年4月1日生まれで、保育士資格があり、都道府県知事の登録を受けている方(令和6年3月31日までに取得・登録見込みの方を含む)

採用予定日 令和6年4月1日

1次選考日 8月27日(日)

申込み 所定の申込書を8月8日(火)午後5時までに簡易書留で郵送(必着)または直接、問合せ先へ。詳しくは、人事課・特別出張所・区立図書館等で配布している募集案内をご覧ください。新宿区ホームページでもご案内しています。

問合せ 人事課人事係(〒160-8484 歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階) ☎(5273)4053

傍聴できる 審議会



子ども・子育て会議

日時 7月10日(月)午後6時～8時

会場 区役所本庁舎6階第2委員会室

申込み 傍聴を希望する方は、7月7日(金)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

問合せ 子ども家庭課管理係(本庁舎2階) ☎(5273)4260・FAX(5273)3610

保健・衛生



学んで体験 アピアランスケア



日時 7月22日(土)午後2時～4時

対象 区内在住・在勤・在学で、がん療養中の方

申込み 7月21日(金)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。

会場・問合せ 暮らしの保健室(戸山2-33、都営戸山ハイツ33号棟125) ☎(3205)3114・FAX(3205)3115

精神保健講演会



●うつ病の基本的な知識と付き合い方
YouTubeを利用した動画配信による講座です。後日申込者へ動画ページのURLを送付します。

配信期間 8月18日(金)～9月18日(祝)

対象 区内在住・在勤・在学の方(申し込みには電子メールアドレスが必要)

申込み 9月18日(祝)講師への質問がある方は7月24日(月)まで新宿区ホームページから申し込みます。

問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862

区からの お知らせ



区広報番組「しんじゅく情報局」

●7月9日～27日の放送時間が

変わります

ケーブルテレビ(ジェイコムチャンネル港・新宿(11チャンネル))での放送時間が下記のとおり変わります。

変更後 午後8時15分～8時20分

変更前 午後4時～4時5分

※午後10時～10時5分の放送回に変更はありません。

問合せ 区政情報課広報係(本庁舎3階) ☎(5273)4064

※ケーブルテレビの受信については、ジェイコム東京 ☎0120(999)000へ。

区関連・官公署情報



目白大学公開講座



子どもの権利を考える講座です。

申し込み方法等詳しくは、同大学ホームページ(<https://www.mejiro.ac.jp/univ/course/human/child/event/20230722/>)でご案内しています。

日時 7月22日(土)午後1時～4時

会場 目白大学新宿キャンパス研心館(中落合4-31-1)

対象 保育・幼児教育現場の保育者、保育を学ぶ学生ほか

内容 「さとにきたらええやん」(重江良樹監督作品)上映会、同監督の講演会ほか

後援 新宿区ほか

問合せ 目白大学人間学部子ども学科事務室 ☎(5996)3152

合唱団白樺第65回定期演奏会に区民25名を無料招待



日時 8月6日(日)午後4時～6時(午後3時15分開場)

会場 新宿文化センター(新宿6-14-1)

後援 新宿区ほか

申込み 7月7日(金)～14日(金)に電話かファックス(4面記入例のほか希望人数(2名まで))を記入し、問合せ先へ。先着順。

問合せ 同合唱団・古澤 ☎090(8813)2253・FAX048(882)7937