

日＝日時・期間 定＝定員 費＝費用 共＝共催
場＝会場・場所 内＝内容 持＝持ち物 申＝申込・申請方法
対＝対象 講＝講師 主＝主催 問＝問合せ

📶＝オンライン開催 🖥＝HPで詳しく

👶 …こども・教育 🏵 …高齢者・介護 ♿ …障害のある方 👤 …事業者の方 👤 …すべての方 🤝 …人材募集



はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み

- ①講座・催し名 ②〒・住所 ③氏名(ふりがな)
④電話番号(往復はがきの場合は、返信用にも住所・氏名)

※往復はがきは、各記事で指定がある場合のみ。 ※費用の記載のないものは、原則として無料。
※電子メールは、件名に講座・催し名を記入。

ピックアップ

6月4日～10日は歯と口の健康週間 ～生涯を通じた歯と口の健康のために～



歯と口の働きは「食べる」ことだけではなく、「呼吸する」「話す」「表情を豊かにする」ことにも関連し、歯と口の健康を保つことは、健康寿命を延ばすことにもつながります。この機会に、ぜひ歯科健診を受診して歯と口の健康を保ちましょう。

16歳以上の方はどなたでも年1回歯科健診を受診できます

●歯科健康診査

対 区内在住の16歳～75歳(令和8年3月31日時点)

内 歯周病やむし歯等のチェック

費 400円(70歳以上の方・生活保護等を受けている世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯は自己負担額無料、令和7年度の住民税が非課税世帯の方は費用免除の制度あり(事前申請が必要))

●後期高齢者歯科健康診査(無料)

対 区内在住の76歳以上(令和8年3月31日時点)

内 かむ力・唇や舌の機能・飲み込む機能等の口腔機能のチェック

共通事項

期間 6月1日(日)～12月28日(日)

受診方法 歯科協力医療機関(区が発行する受診票・問診票に同封のご案内に一覧を掲載)を予約し、受診票・問診票をお持ちの上、受診してください。要介護等で、通院が難しい方は、訪問による受診もできます。

※20・30・40・50・60・70歳の方には歯科健康診査受診票等を、76・80歳の方には後期高齢者歯科健康診査受診票等を5月30日(金)までに発送します。上記以外の年齢の方や受診票等がお手元ない方はお問い合わせください。受診票等を郵送します。

問 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3047

歯科医師会の講座

歯周病と全身疾患(オンライン)

YouTubeで動画配信します(18分程度)。下記二次元コード(📄 <https://youtu.be/TtnZ7eW6uLU>)から視聴できます。



配信期間 6月1日(日)午前10時～11日(水)午後10時

問 新宿区四谷牛込歯科医師会 ☎(3356)6367

お口の健康から元気なからだ

80歳で20本の歯を残す「8020(ハチマルニイマル)」を達成した区内在住の方の表彰式と講演会を開催します。

日 6月7日(土)午後2時～4時

場 東新宿保健センター(新宿7-26-4)

問 新宿区歯科医師会 ☎(3200)5064

楽しくからだを動かそう♪

新宿ゆにスポ！(5月～9月開催分)

障害のある方を主な対象に、定期的に楽しみながら体を動かすプログラムを実施します。年齢、障害の種類や程度にかかわらず、どなたでも参加できます。

オンライン配信もあります。詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



日時・会場・テーマ 右表のとおり。時間は午後1時30分～2時30分(6月26日(水)は午前10時30分～11時30分)

講 ▶ダンス…石田真紀、▶やさしいボール運動…田中三千太郎

申 ▶個人で参加する方は当日直接、会場へ。▶団体で参加する方は電話で問合せ先へ。

新宿区ホームページ(右上二次元コード)からも申し込みます。

※自力での参加が難しい方は、付き添いの方とおいでください。

問 ㈱Criação 新宿ゆにスポ！担当 ☎070(1452)5506

区の担当課 生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎(5273)4358・FAX(5273)3590



石田真紀
(チア教室講師)



田中三千太郎
(中級パラスポーツ指導員)

プログラムスケジュール

実施日	会場	テーマ
5月28日(水)	新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)	ダンス
6月26日(水)	新宿スポーツセンター	やさしいボール運動
7月23日(水)	新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)	やさしいボール運動
8月28日(水)	新宿スポーツセンター	ダンス
9月24日(水)	新宿コズミックセンター	ダンス

※各回ごとの参加もできます。
※令和8年3月まで毎月1回開催します。