



<http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/>



▲新宿区立産業会館(BIZ新宿)3階

新宿区は、超高層ビルが集まるビジネス街「西新宿」や、世界でも有数の繁華街「歌舞伎町」のほか、豊かな緑あふれる「新宿御苑」など、さまざまな観光資源を持っています。新宿観光振興協会は、そうした資源を有効に活かし、地域経済をさらに活性化することを目的に2014年4月に設立されました。新宿区を訪れる観光客の方々と地元の方々の皆さんと文化交流やふれあいを積極的に創造し、新宿の魅力を発信していきます。



いっばんしゃだんほうじん
一般社団法人

しんじゆくかんこうしんこうきょうかい 新宿観光振興協会が たんじょう 誕生しました



「歩きたくなるまち新宿観光マップ」は、日本語版のほか、英語・中国語・韓国語版もあります。

しんじゆく おとず みな 新宿を訪れる皆さんへ

新宿は実に多様なまちです。年齢・性別・国籍を問わず、どなたでも自分にあった楽しみ方ができます。訪れる前の期待+αの体験もきっとあります。今後は、さまざまなイベントにより皆さんがまだ知らないようなまちの魅力を伝え、訪れた方から「また新宿に来たい!」と言っていただけるよう努力します。

事務局 局長 菊地 加奈江



いっばんしゃだんほうじん しんじゆくかんこうしんこうきょうかい
一般社団法人 新宿観光振興協会

新宿に関する観光情報を知りたいという方は、ぜひこの新宿観光振興協会を活用してください。きっとあなたの知らない新宿を再発見できるはずですよ。

【受付時間】月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
【住所】〒160-0023 新宿区西新宿 6-8-2
新宿区立産業会館 (BIZ新宿) 3階
【電話】03-3344-3160 ※日本語対応です
【URL】<http://www.kanko-shinjuku.jp>



しんじゆくかんこうしんこうきょうかい おも やくわり かつどうないよう 新宿観光振興協会の主な役割と活動内容

- 観光情報の収集と発信**
ホームページ、観光マップなどにより情報を発信します。
- 観光に関するイベントの開催**
「新宿芸術天国」や「森の新能」、その他さまざまなイベントを開催します。
- 観光を盛り上げる人材の育成と活用**
地元ネタをリポートする協力者や観光ガイドを務める若

- 者(留学生)を育成します。
- 観光資源の開発・創出**
特産品物販支援や新宿ブランドの創出などを行います。
- 観光関連団体との連携・支援**
地域、商店街、企業等のイベントを支援します。

水痘(水ぼうそう)・高齢者用肺炎球菌ワクチンが定期予防接種になります(2014年10月1日から)

区から送られた予防票を持って、区の指定医療機関で接種してください。予防票が手元にない方は、保健予防課にお問い合わせください。詳しくは、新宿区外国語版ホームページをご覧ください。



[URL] http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/140810/140810_1.html

[URL] http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/140925/140925_2.html

Table with 2 columns: 水痘(水ぼうそう) ワクチン and 高齢者用肺炎球菌ワクチン. Rows include 対象者 (1歳~3歳未満, 65歳以上), 費用 (無料), and その他 (2014年度に限り).

[申込み・問合せ] 保健予防課予防係 (第2分庁舎分館1階) ☎ 03-5273-3859 ※日本語対応です

インフルエンザ予防接種を実施します(2014年10月1日から2015年1月31日まで)

流行前に予防接種を受けることは、感染予防や症状を軽くする効果があります。早めに接種しましょう。区から送られた予防票を持って、区の指定医療機関で接種してください。詳しくは、新宿区外国語版ホームページをご覧ください。



[URL] http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/140925/140925_1.html

Table with 2 columns: 一般インフルエンザ (65歳未満) and 高齢者インフルエンザ. Rows include 対象者 (13歳以上, 65歳以上), 費用 (無料/1,500円/2,200円).

[申込み・問合せ] 保健予防課予防係 (第2分庁舎分館1階) ☎ 03-5273-3859 ※日本語対応です

健康診査・がん検診

生活習慣病やがんなどの病気は、早期に発見して治療につなげるのが大切です。定期的に健康診査・がん検診を受けて健康状態をチェックしましょう。

【健康診査】

内容：身体測定・血液検査・尿検査 ほか

【がん検診】

内容：胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん・前立腺がん

【受診機関】

新宿区指定医療機関、新宿区医師会区民健康センター

【問合せ】

健康推進課健診係 (第2分庁舎分館1階)

☎ 03-5273-4207 ※日本語対応です

詳しくは、新宿区外国語版ホームページをご覧ください。

【健康診査 URL】

http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/teiki/kenshin.html

【がん検診 URL】

http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/teiki/gankenshin.html



【健康診査 URL】



【がん検診 URL】

HIV / エイズ・性感染症 (STI) 検査・相談

HIV や性感染症は誰にでも感染の可能性がある病気です。性感染症には自覚症状がないものもあり、気づかぬうちにパートナーにうつしてしまいます。

①外国語による HIV 相談、検査

【対応言語】 英語・タイ語・スペイン語・ポルトガル語

(1) HIV / エイズ電話相談 ☎ 03-3369-7110

【相談日】 木曜日 午後1時~5時 (タイ語は原則月2回、検査日のみの実施)

(2) HIV・性感染症 (STI) 検査

【検査内容】 HIV・STI (梅毒、クラミジア)

*検査を受ける場合は受付時間内に直接検査会場へ来てください。予約は不要です。

【検査日】 原則毎月2回、木曜日

*結果は1週間後にお知らせしますので検査会場まで来てください。

【受付時間】 午後1時30分~3時

【会場】 新宿都税事務所1階 (新宿区西新宿7-5-8、旧西新宿保健センター1階)

詳しくは、新宿区外国語版ホームページをご覧ください。

[URL] http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/japanese/oshirase/teiki/aids.html

②日本語による HIV 相談、検査

(1) HIV / エイズ電話相談 ☎ 03-5273-3862 (保健予防課保健相談係)

【相談日】 月~金曜日 午前9時~午後5時

(2) HIV・性感染症 (STI) 検査

検査日時・検査内容・会場は上記と同様です。

【予約電話】 ※日本語による HIV・STI 検査は予約が必要です。

☎ 03-5273-3859 (保健予防課予防係)



知っていますか？

薬局

のこと



● 知っていますか？「お薬手帳」

自分が使用している薬の名前・量・使用方法・アレルギーの有無・副作用歴・過去にかかった病気などを記録できる手帳です。「お薬手帳」は保険薬局で希望すればもらうことができます。

「お薬手帳」のメリット

- 外出先での思わぬケガや体調不良の際、服用している薬の情報を正確に伝えることができます。
- 薬の記録や他に飲んでいる薬を確認することで、重複投与の防止・副作用の再発防止ができます。
- 医療機関や薬局を利用する際、自分の病歴・副作用歴・アレルギーなどの情報を伝えることができます。

日本では、医師と薬剤師の役割が分かれており、医師が薬の処方せ
んを作成し、その処方せんに基づいて薬剤師が調剤や薬の販売を行っ
ています。多くの薬局は保険薬局であり、医師から処方された薬につ
いては、健康保険証を提示することで自己負担が少なくなります。
今回の特集では、薬局について紹介します。

薬局の 3 つの特徴

1 薬について説明します

薬局には薬剤師がいます。医師から処方された薬を渡す際、薬
剤師が薬の効果や適切な使用方法、副作用、注意事項などを説明し
ます。わからないことは確認しましょう。

2 薬剤師は薬のエキスパート

薬剤師は、個人で購入できる市販の薬について相談に対応しま
す。薬が効いていない、副作用が出ている気がする、自分の体に
あった薬を買いたい。このような心配ごととは薬剤師に相談しまし
よう。

3 健康管理のパートナー

あなたの病歴や薬に関する情報を管理してくれる、かりつけ
の薬局を1つ作りましょう。複数の病院にかかっている時や、ほ
かにも薬を飲んでいる場合は、薬剤師に相談してください。安全
に治療を進められるようアドバイスをしてくれます。



☑ いざという時に役立つ常備薬

ケガをした時や急に体調を崩した時に常備してあると便利な薬や医療品を
チェックリストにまとめました。半年に1回は中身を整理し、使用期限を
確認しましょう。

【チェックリスト】

<input type="checkbox"/> 風邪薬	<input type="checkbox"/> 鎮痛剤	<input type="checkbox"/> 解熱剤
<input type="checkbox"/> 下剤	<input type="checkbox"/> 下痢止め	<input type="checkbox"/> 吐き気止め
<input type="checkbox"/> 消化薬・胃薬	<input type="checkbox"/> 抗生物質入り軟膏	<input type="checkbox"/> 貼付薬
<input type="checkbox"/> 絆創膏 (大・小)	<input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ	<input type="checkbox"/> 包帯
<input type="checkbox"/> 消毒液		

これらは薬局のほか、ドラッグストアでも購入することができます。
ドラッグストアとは…市販の薬を中心に日用品、美容品、食品品などを取り
扱うお店です。

外国語対応の薬局はこちら
<http://www.t-yakkyokuinfo.jp>



東京都薬局機能情報提供システム「t-薬
局いんふお」では、外国語対応の薬局リス
トを公開しています。正しい服用方法や副
作用について、母国語で説明を受けたい方
は、ぜひ利用してください。

(注) 掲載内容については事前に各薬局に
確認しましょう。



だい 第35回 かい

だい しんじゅく 大新宿区まつり

がつ 10月1日 (水) から 19日 (日) まで、イベントや地域まつりが区内各地で開催されます。ここでは2つの主要イベントを紹介します。

《新宿芸術天国2014》

新宿駅周辺の協賛店舗や大道芸人によるイベントを開催します。バラエティ豊かな路上パフォーマンスやファッションショーを通じて、多様なあふれる新宿の魅力を体感してください。

【問合せ】 一般社団法人新宿観光振興協会 ☎ 03-3344-3160 ※日本語対応です

★新宿ハフンアーティスト・フェスタ

【日時】 10月5日 (日)
 【会場】 スタジオアルタ前、新宿高野・中村屋前、ビック口前、新宿サブナード地下街、小田急百貨店1階特設会場、京王百貨店店頭、JR本社ビルホール前、新宿サザンテラス、新宿高島屋2階特設会場
 【内容】 大道芸、演奏、踊りなどの各種パフォーマンス

★新宿スタイル・コレクション

【日時】 10月5日 (日)
 【会場】 丸井・伊勢丹前、小田急百貨店1階特設会場、新宿高島屋1階特設会場
 【内容】 ファッションショーなどの各種イベント



《ふれあいフェスタ2014》

毎年、戸山公園で開催する区民まつりです。3つのステージでは、吹奏楽や和太鼓、ジャズの演奏、ダンス、民族芸能などのパフォーマンスを披露します。8つの広場では、模擬店、地方の特産品販売コーナー、ミニ動物園、染色・製本体験コーナー、健康相談コーナーなどがあり、子どもから大人まで楽しめます。区内最大のおまつりにご家族でぜひお越しください。
 【日時】 10月19日 (日) 午前10時～午後4時
 【会場】 戸山公園 大久保地区 (大久保三丁目)
 【問合せ】 文化観光課 ☎ 03-5273-4069 ※日本語対応です

新宿区日本語教室2学期 学習者募集

教室の定数に空きがあれば途中からでも参加できます。
 3学期 (1～3月) の教室は12月上旬から募集を開始します。



【対象】 入門初級レベル。日常生活で日本語を必要としている方。
 ただし、中学生以下の方は参加できません。
 【日時】 9～12月の平日。週1回の教室と週2回の教室があります。曜日は会場によって異なります。学習時間は午前9時30分～11時30分、月・木曜日のみ午後6時30分～8時30分の教室もあります。
 【会場】 しんじゅく多文化共生プラザなど区内10カ所
 【参加費】 週1回クラス / 2,000円

週2回クラス / 4,000円
 【申込み・問合せ】 ☎ 160-0022 新宿区新宿6-14-1
 公益財団法人 新宿未来創造財団 文化交流課 (新宿文化センター内)
 【TEL】 03-3350-1141 【FAX】 03-3350-4839
 【メール】 sjc@regasu-shinjuku.or.jp
 【ホームページ】 <http://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=630>

