

information

健康・福祉



休日当番医の診療時間

☆事前に電話で確認を

午前9時～午後5時
保険証・医療証をお持ちください。往診はしません。

休日当番薬局の開設時間

☆事前に電話で確認を

午前9時～午後5時半
医療機関受診時の処方せんをお持ちください。

夜間および日曜日、祝・休日の医療機関案内

東京都保健医療情報センター「ひまわり」

☎(5272)0303
FAX(5285)8080
(ファクシミリは聴覚・言語障害者向け)

携帯電話などからは
http://www.himawari.metro.tokyo.jp/kt/

小児救急相談

東京都「子供の健康相談室」
☎(5285)8898

☆プッシュ回線・携帯電話からは
#8000も利用可

月～金曜日
午後6時～11時
土・日曜日、祝・休日
午前9時～午後11時

救急病院案内

中野消防署
☎(3366)0119
野方消防署
☎(3330)0119

7月5日～20日の休日当番医・当番薬局

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
7月8日(日)	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	中越整形外科	整	鷺宮3-20-9	(5327)5835
	西武沼袋医院	内	沼袋1-7-14	(3388)1791
	山田医院	産婦・小・内	中野2-14-17	(3384)3555
	仁友クリニック	内・小	本町2-45-10	(3372)5121
	景山歯科医院※	歯	中央2-59-11 1階	(3367)3456
	むさしの薬局江古田店 青葉調剤薬局		江古田4-20-22 中野5-47-10	(5343)3912 (3389)7110
7月15日(日)	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
	横昌病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
	杉本医院	内・小	野方2-7-17	(3388)2338
	日吉医院	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
	藤原医院	産婦・内	東中野5-20-14	(3371)4506
	くすのき診療所	内・外・脳神経外	中央2-7-8	(3361)0072
	川崎歯科クリニック※	歯	大和町1-65-2 1階	(3339)8241
	むさしの薬局新井薬師店 中野中央薬局		新井1-26-6 中央4-60-5	(5380)3935 (6304)8530
7月16日(月・祝)	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	松が丘医院	内・小	松が丘2-34-2	(3953)0682
	つるた鷺ノ宮クリニック	内・皮	白鷺1-7-15	(5373)8460
	たまつ小児科医院	小	南台3-15-5 1階	(3380)0325
	新中野女性クリニック	産婦	本町4-48-23	(3384)3281
	大橋歯科医院	歯	新井2-25-4	(3386)3444
	吉永歯科医院 やまと調剤薬局松ヶ丘店 青葉調剤薬局	歯	中野5-30-19 松が丘2-35-4 中野5-47-10	(3387)0118 (3954)7608 (3389)7110

※印は、歯科医療拠点事業(午前9時～正午は、歯科救急電話相談も受け付け)

中野区準夜間子ども救急診療

15歳以下のお子さんを対象に、小児科医が診療を行います。

- ☆電話は午後5時半以降にしてください
- ☆必ず事前に電話で連絡を。症状により診療できない場合があります
- ☆入院などが必要な場合は、他の病院を紹介します
- ☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を

新渡戸記念中野総合病院内/ 中央4-59-16 ☎(3382)9991	総合東京病院内/ 江古田3-15-2 ☎(3387)5421
---	--------------------------------------

診療日 年中無休	診療日 月～金曜日(祝・休日を除く)
受付時間 午後6時半～9時45分	受付時間 午後6時半～9時半

診療時間 午後7時～10時

東京消防庁救急相談センター(24時間受け付け・年中無休)

プッシュ回線・携帯電話・PHSからは
#7119
ダイヤル回線
☎(3212)2323



HPはホームページ 区HPから、☒は電子申請が、☒は申請書などのダウンロードが可

HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

障害年金所得状況届(20歳前障害の方)の提出は7月31日までに

国民年金担当/1階
☎(3228)5515 FAX(3228)5654

20歳になる前からの障害により障害基礎年金を受給している方に、今月初旬に日本年金機構から「所得状況届」を郵送します。

届いたら必要事項を記入し、7月31日必着で国民年金担当へ提出してください。提出が遅れると一時的に年金の支給が停止されることがあります。
☆紛失の際は、同担当へ問い合わせを

犯罪被害者のための相談窓口のご利用を

地域福祉推進担当/6階
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

区は、犯罪に巻き込まれ、被害に遭った方やその家族のための相談窓口を設置しています。専門の相談員が話をお聞きし、必要な情報提供や支援を行います。秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。

相談日時 月～金曜日午前8時半～午後5時

受付窓口 区役所6階犯罪被害者等相談支援窓口

☆電子メール☒hanzaihigaishasien@city.tokyo-nakano.lg.jp、電話やファクシミリでも相談可。詳しくは、地域福祉推進担当へ問い合わせを

高齢者世帯・障害者世帯等の方の住み替えを支援します

住宅政策担当/9階
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

区内の民間賃貸住宅にお住まいで、区内の民間賃貸住宅への転居(住み替え)が困難な高齢者世帯・障害者世帯などの方に、協力不動産店の紹介や家賃債務保証制度を利用するための支援をしています。適当な物件が見つからない場合は、ご相談ください。詳しくは、住宅政策担当へ問い合わせを。

糖尿病予防対策事業にご参加を

健康企画担当/6階 ☎(3228)8826 FAX(3228)5626

糖尿病が心配される次の対象の方は、運動実技指導・栄養指導を受けられます。
いずれのコースも全12回、参加費2,000円(全回分)。生活習慣の改善に役立てるため、ぜひご参加ください。

対象

- 次の条件の全てに当てはまる方
- ・来年3月31日時点で35歳～64歳で、区内在住
- ・申し込み時点で、平成30年度国保・社保特定健診、健康づくり健診を区内の医療機関で受診済み
- ・平成30年度の健診結果が、区の定める基準に該当(健診医の意見書が必要)

会場・コース 次の①②の会場で、8月・9月コース、10月・11月コース、12月・来年1月コース、同2月・3月コースの各4コース、計8コースあり

①東京アスレティッククラブ	中野2-14-16
②TACサンプラザスポーツスペース	中野4-1-1

☆①②とも、トレーニングルームでの運動。期間中の都合の良い日の午後1時～9時に、2時間ずつ、計12回

申込み いずれのコースも、7月9日から電話または直接、健康企画担当へ。各コース開始月の前月25日(休日の場合は直前の平日)まで受け付け。各コース先着で①=10人、②=6人(計64人)



食中毒を予防しましょう

食品衛生担当(中野区保健所内)
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

次の①②とも、当日直接会場へ。
①食品衛生街頭相談会
食中毒やその予防方法について、中野区食品衛生協会会員と保健所職員に相談できます。

日時 7月10日(火)午後2時～3時半
会場 中野ブロードウェイ1階早稲田通り側(中野5-52-15)

②食中毒予防パネル展
「お肉は中心までよく焼いて食べよう!」

肉の生食を原因とする食中毒が区内で発生しています。鮮度が良くても、肉には食中毒菌が潜んでいることがあります。主な食中毒の菌と予防のポイントを、パネルで確認しましょう。

期間 8月1日(水)～30日(木)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

害虫パネル展

衛生環境担当(中野区保健所内)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

夏に多い害虫の対処法などを紹介します。
期間 8月1日(水)～30日(木)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

広告

中野サンプラザ 開業45周年記念 ウェディングプラン

開業45周年を記念して特別プランをご用意!

【45周年記念特典】
ブーケ・ブートニアをプレゼント!!

期間 2019年3月31日(日)まで
料金 45名様 / 450,000円(税別)
*1名様追加 10,000円(税別)

プラン内容
○お料理(開業45周年特別コース)
○お飲み物(フリードリンク)
○生ケーキ など

※上記プランの適用は諸条件がございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

中野サンプラザ 10F サンプラザウェディング 〒164-8512 東京都中野区中野4-1-1
SUNPLAZA (営業時間10:00～19:00) TEL.0120-330-103 [URL] sunplaza.jp



フェンスター音楽教室 幼児から大人まで

ピアノ
ソルフェージュ
ソング

☎090-8082-3821
(03-5848-7437)

ミュージックセラピー出張致します

区報に広告を掲載しませんか

区報担当/4階
☎(3228)8805 FAX(3228)5645

区内全域に約20万部、各戸配布しています。料金や規格などについての詳しい資料を郵送しますので、問い合わせを。

