

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

東京都医療機関案内サービス「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

10月20日～11月5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
10月21日(日)	当番医	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
		中野共立病院	内	中野5-44-7 (3386)3166
		かみさぎキッズクリニック	小・小外	上鷺宮3-8-14 (3577)8400
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9 (5327)5835
	薬局	新井クリニック	内	東中野3-10-12 3階 (5331)3383
		赤沢医院	内	中野5-33-28 (3387)1811
		藤田歯科医院※	歯	鷺宮4-3-4 (3223)4141
10月28日(日)	当番医	青葉調剤薬局		中野5-47-10 (3389)7110
		中野中央薬局	中央4-60-5	(6304)8530
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 (3387)7321
		横畠病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
	薬局	橋本医院	内	野方3-15-3 (3389)0355
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11 (3361)1381
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 (3372)4701
11月3日(土・祝)	当番医	小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		金子歯科医院※	歯	弥生町1-32-4 (3373)2561
		むさしの薬局江古田店	江古田4-20-22	(5343)3912
		むさしの薬局新井薬師店	新井1-26-6	(5380)3935
	薬局	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387)5421
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・小・整・脳神経外	中央4-59-16 (3382)9991
		渡辺整形外科・外科・内科	整・外・内	中央2-2-3 (3361)1770
11月4日(日)	当番医	つるた鷺ノ宮クリニック	内・皮	白鷺1-7-15 (5373)8460
		藤原医院	産婦・内	東中野5-20-14 (3371)4506
		新中野女性クリニック	産婦	本町4-48-23 (3384)3281
		優歯科クリニック沼袋	歯	沼袋1-36-5 3階 (3228)5470
	薬局	KUMAデンタルクリニック	歯	中野5-35-8 1階 (3228)8241
		アクア薬局	江古田2-24-14	(3389)5411
		ことぶき薬局中野中央店	中央4-59-11	(5385)2971
11月4日(日)	当番医	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
		宮医院	内・小	上高田3-1-13 (3385)3177
		たかとり内科	内	大和町1-30-6 (6265)5835
	薬局	東中野クリニック	内・神経内	東中野1-58-12 (3361)2732
		仁友クリニック	内・小	本町2-45-10 (3372)5121
		蒲生歯科医院※	歯	鷺宮3-19-5 (3330)0648
11月4日(日)	薬局	やまと調剤薬局	大和町1-64-1	(3337)3380
		むさしの薬局中野坂上店	本町2-45-11	(5358)7877

※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)

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

中野区準夜間こども救急診療

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。

新渡戸記念中野総合病院／  
中央4-59-16  
☎(3382)9991

総合東京病院／  
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

☆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

>> 健康・福祉(休日当番医・当番薬局)>>

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能 HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

歯科相談

南部すこやか福祉センター  
弥生町5-11-26(みなみらいず内)  
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

お口や歯、入れ歯の手入れなどについて歯科衛生士に相談できます。  
希望者にはむし歯菌検査、かむ力や、唾液の検査も。お子さんと一緒に参加も可能です。

対象 区内在住の方

日時 11月26日(月)午後1時～3時半

☆一人当たり45分程度

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 10月22日から電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着6人

「ピアカウンセリングを共に学ぶ」

地域生活支援センターせせらぎ  
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

精神障害のある方とその家族、支援者、関心のある方が対象。話し合いで悩みや気持ちを共有し、自分の持っている力を引き出す「ピアカウンセリング」について学びます。

日時 11月10日(土)・11日(日)いずれも午前10時～午後4時。全2回

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

参加費 500円(テキスト代・お茶代)

申込み 10月21日～11月9日に電話で、「せせらぎ」へ。全回参加できる方優先で先着10人

食の安全・安心懇談会「食中毒は偶然起きない!～知っておきたい食中毒予防法～」

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

食中毒予防についての話を聞き、食の安全と安心について意見交換します。

日時 11月13日(火)午後2時半～4時半

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

対象 区内在住の方

申込み 10月22日～11月5日に電話か、氏名とふりがな、年齢、電話番号、一時保育(先着8人)希望の方はお子さんの氏名とふりがな、月年齢、アレルギーの有無、緊急連絡先、手話通訳希望の方はその旨も記入して電子メール✉seikatu.kankyo@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクシミリで、食品衛生担当へ。先着35人

シニア向け健康ウォーキング

健康企画担当/6階  
☎(3228)8826 FAX(3228)5626

区内をウォーキングしながら、正しい歩き方を学びましょう。スタート地点の双鷺公園(若宮3-58)でスポーツクラブ指導員から正しいフォームを教わり、約2.4kmを歩きます。ゴール地点の白鷺せせらぎ公園(白鷺1-4)では、歩き方の講評も。

日時 11月18日(日)午後1時半～3時半

対象 区内在住のおおむね55歳～75歳の方

申込み 10月22日～11月7日に電話またはファクシミリ(住所、氏名とふりがな、電話番号、年齢を記入)で、健康企画担当へ。先着35人

11月14日は世界糖尿病デー

パネル展「糖尿病予防のための生活習慣」

健康企画担当/6階  
☎(3228)8826 FAX(3228)5626

40歳～74歳の3人に1人が、糖尿病または糖尿病予備群であると推計されています。

糖尿病の多くは日常生活の影響を受けて発症するタイプの生活習慣病で、初めのうちは自覚症状がありません。しかし、糖尿病を放置すると、神経障害や網膜症、腎症などの合併症を引き起こす恐れがあります。また、高血圧などの症状がある方は、悪化を招くこともあります。

パネル展で糖尿病についての知識を深め、日頃の生活習慣を見直して、予防に努めましょう。

期間 11月1日(木)～16日(金)

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」

駅チカ! 家族葬専用式場を見に来ませんか?

くみん斎場 肉見見学会

くみん斎場で家族葬を行う場合

その内容がまるわかり!

当日は真備の無料相談もできます。家族葬をお考えなら、ぜひ一度ご来場下さい。

11月17日(土) 11:00～16:00

お好きな時間にご来場下さい! ●ご来場の方にBOXティッシュプレゼント●

お問合せ TEL 03-6454-0019

くみん斎場 中野新井薬師前

区報に広告を掲載しませんか

HPは

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。

広告