

information

# 健康・福祉



## 生活講座「知って安心!『終活』×『成年後見制度』」

地域生活支援センターせせらぎ

☎(3387)1326 FAX(3387)1347

成年後見制度について学びます。「エンディングノート」の書き方など、終活につ

いて考える時間も。

日時 7月11日(木)午後1時半~2時半

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 区内在住の精神障害のある方とその家族・支援者、関心のある方

申込み 6月21日~7月10日に電話で、「せせらぎ」へ。先着20人

# 6月20日~7月5日の休日当番医・当番薬局

### 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~翌朝8時

土・日曜日、祝・休日

午前8時~翌朝8時

### 救急病院案内

中野消防署 ☎(3366)0119

野方消防署 ☎(3330)0119

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
6月23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
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
		中野診療所	内・小	本町6-12-13	(3381)0151
	薬局	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		羽生歯科医院※	歯	東中野1-37-9	(3361)4991
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		ひまわり調剤薬局		本町6-1-10	(3381)0351
		6月30日(日)	当番医	総合東京病院	内・外
横島病院	外・内			新井1-38-6	(3389)2531
竹下医院	内・小			野方5-22-8	(3339)6658
藤原医院	産婦・内			東中野5-20-14	(3371)4506
ハートケア銀河クリニック	内・心内			本町2-50-12 2階	(5371)0909
薬局	多田町診療所		内・呼・小・アレルギー	南台3-33-5	(3381)3191
	竹村歯科クリニック※		歯	松が丘1-33-15 1階	(3319)8239
	アクア薬局			江古田2-24-14	(3389)5411
	むさしの薬局新井薬師店			新井1-26-6	(5380)3935

\*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/ 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	

**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、Eメールは電子申請が、PDF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

## 都医療券(気管支ぜん息)の更新を忘れずに(大気汚染医療費助成制度)

保健予防係(中野区保健所)  
☎(3382)6500 FAX(3382)7765

都内に引き続き1年以上住んでいて、一定の要件を満たす気管支ぜん息にかかっている方を対象に、その治療に要した医療費のうち健康保険を適用した後の自己負担の一部(月額6千円を超えた部分)を都が助成する制度です。

助成対象と認定された方には都医療券を交付。その有効期間満了後も引き続き助成を受けるには、更新手続きが必要です。有効期間満了の1か月前を目安に、すこやか福祉センター、中野区保健所で手続きをしてください。

なお、平成9年4月1日以前に生まれた方が更新手続きを行わずに資格を喪失すると、再認定を受けられません。ご注意ください。

☆18歳未満の方は、一定の要件を満た

せば新規認定され、18歳になる月の末日まで助成を受けられます。認定要件などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、保健予防係へ問い合わせを

## 成年後見人勉強会「成年後見制度における監督機能」

中野区成年後見支援センター  
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

後見人に対する家庭裁判所の監督機能について、現状や注意点を専門相談員(弁護士)から学びます。

日時 7月13日(土)午後1時半~3時半  
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 親族の成年後見人・保佐人・補助人を受任している方、成年後見制度に関心のある方

申込み 6月21日~7月12日に電話か、氏名とふりがな、電話番号、講座名を書いてファクシミリで、中野区成年後見支援センターへ。先着40人

## 食品衛生街頭相談会

食品衛生係(中野区保健所)  
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

食中毒やその予防方法について、保健所職員などに相談できます。

日時 7月3日(水)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)

☆当日直接会場へ

## 江古田の森公開セミナー「健康な体を維持していこう」

高齢者支援基盤整備係/6階  
☎(3228)5631 FAX(3228)5662

リハビリの観点から、身体年齢を測定します。

日時 7月6日(土)午後2時~3時  
会場・問合せ先 東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19) ☎(5318)3711

☆当日直接会場へ。先着50人程度

## 光化学スモッグにご注意を

環境公害係/8階 ☎(3228)5799 FAX(3228)5673

気温が高く風が弱い、空にもやがかかったような日に発生しやすい、光化学スモッグ。自動車の排気ガスもその一因です。短時間の駐車場で車両のエンジンを止める「アイドリング・ストップ」の徹底にご協力を。



### 光化学スモッグ注意報が発令されたら...

乳幼児や高齢者、ぜんそくなどの呼吸器系疾患がある方は、特に注意が必要です。外出や屋外での運動は控えましょう。

- 注意報は次の方法でお知らせします。
- ◆ 防災無線スピーカーによる放送
- ◆ 区民活動センターや児童館などに垂れ幕を掲示(平日のみ)
- ◆ 区立小・中学校の屋上に黄色の吹き流しを掲揚(平日のみ)
- ◆ 東京都HP <http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp>
- ◆ 東京都大気汚染テレホンサービス ☎(5640)6880

### 光化学スモッグの被害に遭ったら...

「目がチカチカする」「のどが痛い」「息苦しい」などの症状が出たら、すぐに屋内に入って目を洗い、うがいをしてください。

それでも良くならない時は、医師の診療を受けてください。

被害状況を調査しています。被害に遭った時は、最寄りのすこやか福祉センターへ連絡を

南部	中部	北部	鷺宮
☎(3380)5551 FAX(3380)5532	☎(3367)7788 FAX(3367)7789	☎(3389)4321 FAX(3389)4339	☎(3336)7111 FAX(3336)7134

☆土・日曜日や祝日、夜間の連絡は東京都医療機関案内サービス「ひまわり」☎(5272)0303へ

**6月は蚊の発生防止強化月間です**

衛生環境係(中野区保健所)  
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

デング熱やジカ熱など蚊が媒介する感染症を防ぐため、日頃から蚊の発生を抑制し、蚊に刺されないような対策を取りましょう。

### 蚊の防除のポイント

#### 【幼虫(ボウフラ)対策】

- 植木鉢の受け皿や空き缶、古タイヤなどの水たまりを無くす

#### 【成虫対策】

- 草むら、やぶの手入れを定期的に行う
- 刺されないように長袖・長ズボンを着る
- 必要に応じて虫よけ剤を使う

広告

**駅チカ! くみん斎場内覧見学会**

家族葬専用式場を見に来ませんか? 当日は葬儀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。

くみん斎場で家族葬を行う場合  
総額 **611,609円** +税 この内容がまるわかり!

6月29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

TEL 03-6454-0019

7月のあすなろ葬儀セミナー開催

サンブラザで行う **終活**

最近の葬儀事情

7月10日(水) 14:00~ 参加料:500円  
テキスト・お茶代込

中野サンブラザ 15F アクアルーム

お申込みお問合せ TEL 03-5318-2876