

information

健康・福祉



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)

保健予防担当(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をご覧ください。

「市民後見人養成講習」講演と説明会

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

「市民後見人」とは、社会貢献をしようという精神で後見業務を担っていただく方のことです。

後見制度などについて弁護士から学び、市民後見人の候補者養成講習の説明を聞きます。

養成講習受講の要件などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会HP http://

www.nakanoshakyo.comの募集要項をご覧ください。

日時 7月11日(水)午後2時~4時半

会場 商工会館(新井1-9-1)

対象 成年後見制度に関心のある方

申込み 6月21日~7月6日に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着70人

☆講演のみの参加も可

成年後見人勉強会「後見人が行う財産管理とは」

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

後見人の業務の一つである財産管理について、専門相談員(弁護士)に学びます。

日時 7月14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13日に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着40人

光化学スモッグにご注意を

環境公害担当(中野区保健所内) ☎(3382)3135 FAX(3382)6667

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。短時間の駐停車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/ox.php
● 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眼を洗い、うがいをしてください。それでも良くならないときは、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

Table with 4 columns: 南部, 中部, 北部, 鷲宮. Each column contains phone and fax numbers for the respective area.

☆土・日曜日や祝日、夜間の連絡は東京都保健医療情報センター☎(5272)0303へ

6月は蚊の発生防止強化月間です

衛生環境担当(中野区保健所内) ☎(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なくす

【成虫対策】

- 草むらや、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

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ください

Beauty Workshop「~カラダ、ココロの健康な毎日を~」

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

骨粗鬆症や生活習慣病などの話を聞きます。運動実技もあります。

日時 7月19日(木)午後2時~4時半

会場 南部すこやか福祉センター

対象 区内在住・在勤のおおむね30代~50代の女性

講師 寺内智子氏(寺内医院院長)他

申込み 6月21日から電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。電子申請=7月17日まで、電話・窓

☎=7月18日まで。先着30人 ☆一時保育(先着6人)希望の方は、あわせて申し込みを

つむぎセミナー「香りで五感を働かせてみよう」

障害者地域自立生活支援センターつむぎ ☎(3389)2375 FAX(5942)5811

リラックスしたり体調を整えたりするためのアロマ(香り)の活用方法を学びます。

日時 6月30日(土)午後2時半~4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 区内在住の身体障害や知的障害のある方とその家族・支援者、関心のある方 参加費 400円

申込み 6月21日~29日に電話で、「つ

むぎ」へ。先着15人

健康講座「生活習慣病について知ろう」

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

精神障害のある方の生活習慣病について、保健師から予防のコツなどを学びます。

日時 7月25日(水)午後1時半~3時

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24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

Table with 5 columns: 月日, 医療機関名, 診療科目, 所在地, 電話番号. Lists on-call doctors and pharmacies for weekends and holidays.

※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。

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

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