

**ファミリー・サポート事業
予約制会員登録**

中野区社会福祉協議会中野区ファミリー・サポート事業担当
☎(5380)0752 FAX(5380)6027

子育てを地域で手助けする、相互援助活動の利用・協力会員の登録を事前予約制で受け付けます。

対象 利用会員=区内在住で子育ての援助を受けたい方、**協力会員**=区内在住・在勤・在学か隣接区にお住まいで、子育ての援助をしたい20歳以上の方
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
持ち物 登録希望の方(利用会員は保護者)の顔写真(3cm×2.5cm、スナップ写真可)2枚、印鑑、黒ボールペン、本人確認書類

☆予約方法などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会HPをご覧ください。電話で中野区ファミリー・サポート事業担当へ

健康・福祉

**高齢者世帯・障害者世帯などの
方の住み替えを支援します**

住宅政策係/9階
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

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をしています。詳しくは、住宅政策係へ問い合わせを。

歯科相談

中部すこやか福祉センター(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

内容 歯科衛生士による相談
対象 区内在住の方
日時 7月29日(水)午後1時~3時30分 ☆一人当たり30分程度
会場 中部すこやか福祉センター
申込み 7月6日~27日に電話、ファクスまたは直接、中部すこやか福祉センターへ。先着4人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号
☆お子さんと一緒に利用可

**ほほえみサービス事業協力会員
説明会**

中野区社会福祉協議会ほほえみサービス事業担当
☎(5380)0753 FAX(5380)6027

日常生活を有償でお手伝いする、区民同士の支えあい活動です。
20歳以上で、家事や介護のお手伝いができる協力会員を募集しています。
日時 7月22日(水)午後1時30分~3時
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
申込み 7月21日午後5時までに電話で、ほほえみサービス事業担当へ
☆会員登録には、年会費1,000円と本人名義のゆうちょ銀行口座が必要

熱中症 に気を付けて感染症対策を

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

熱中症の予防には、日常の健康管理とともに、エアコンや扇風機などの適切な使用やこまめな水分補給が大切です。新型コロナウイルス感染症対策も、熱中症に注意して行いましょう。

換気を忘れずに

エアコン使用時は、設定温度を調整しながら換気を行いましょ。扇風機を使った換気も効果的です。

高い湿度にご注意を

湿度が高いと汗が蒸発しにくくなり、熱中症の危険が高まります。

マスク着用時のポイント

- ・のどが渇いていなくてもこまめに水分補給する
- ・屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる時は、マスクを外して休憩する

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5日(日)	当番医	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		
		横島病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531		
		たかとり内科	内	大和町1-30-6 (6265)5835		
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13 (3228)1555		
		くすのき診療所	内・外・脳神経外	中央2-7-8 (3361)0072		
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11 (6300)4790		
7月5日(日)	薬局	佐川歯科☆	歯	東中野1-4-7 (3371)6480		
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6 (5380)3935		
		イオックス薬局高円寺店		大和町1-31-5 (5364)9120		
7月12日(日)	当番医	パレット薬局中野坂上店		中央2-2-22 (6914)0017		
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387)5421		
		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	上鷲宮3-8-14 (3577)8400		
		上高田クリニック	内	上高田1-8-13 (5942)5822		
		仁友クリニック	内	本町2-45-10 (3372)5121		
		多田町診療所	内・小・呼	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		
		7月12日(日)	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14 (3389)5411
		なごみ薬局上高田店			上高田1-8-13 (5942)6080	
むさしの薬局中野坂上店		本町2-45-11 (5358)7877				
7月19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		
		横島病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531		
		いしい内科クリニック	内	沼袋4-31-11 1階 (5345)7667		
		新橋医院	内・消	新井2-10-3 (3385)2800		
		山田医院	産婦・内・小	中野2-14-17 (3384)3555		
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 (3372)4701		
		ナオキ歯科クリニック☆	歯	中央1-35-1 2階 (5389)5386		
		7月19日(日)	薬局	中野中央薬局		中央4-60-5 (6304)8530
		ライフ薬局			中野2-11-5 (3380)9393	
		茜調剤薬局中野坂上店			本町2-42-15 (6300)6122	

☆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)

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、診療が中止になる場合があります。最新の情報は区HPでご確認を

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30分
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
(ファクスは聴覚・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

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。
☆必ず事前(午後5時30分以降)に電話で連絡を
☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を
☆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

新渡戸記念中野総合病院 (中央4-59-16) ☎(3382)9991	
診療日	年中無休
受付時間	午後6時30分~9時45分
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

広告

お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を!
中野区を中心に、地元密着を基本として活動する植木屋です。庭木一本からでも、お手入れ承ります。見積は無料!
0120-283691
ニワサギロク造園
中野区鷲宮 6-28-6-211
URL <http://www.sagirokuzoen.com>
メールアドレス info@sagirokuzoen.com

家族葬専用式場
中野区民の方々にご支持いただいております。
夜中でも対応してくれるのかしら
安心して葬儀を頼めるところはないかな
家に連れて帰れないのだけども...
中野新井薬師前
お問合せ・資料請求 24時間専任受付窓口 (03) 6454-0019

7月「都立霊園」の抽選お申込みです。
多磨霊園 青山霊園 小平霊園
中野ブロードウェイ1Fご相談ください。
抽選申込~墓石工事~法要までお手伝いします。
資料請求・ご相談・お申込
0120-7-09832