

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

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

内容 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠中から出産後の食事のポイントとお口のケアなどを紹介

☆希望者は、食事診断も受けられます

日時 2月25日(金) ①午後1時15分から、②2時40分から ☆各回1時間で、同内容

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 2月10日～22日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着6人

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・協力を予約制で受け付けています。

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・在学が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

日時 2月15日(火)、3月9日(水)いずれも午前9時45分～正午

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 2月10日午前10時から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはん」と離乳食」

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

対象 区内在住で、家族に妊婦または生後8か月未満の乳児のいる男性

日時 3月5日(土) 午後1時30分～2時45分

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 2月7日～3月2日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着8人

健康・福祉

障害者・高齢者虐待防止講演会

障害者支援係/1階
☎(3228)8714 FAX(3228)5665

対象 区内在住の方、施設職員等福祉に関わる方

日時 2月22日(火)午後2時～4時

会場 区役所9階会議室

講師 綿祐二氏(日本福祉大学福祉経営学部教授)

申込み 2月7日～15日に電話、☑sho.gaihukusi@city.tokyo-nakano.lg.jp またはファクスで、障害者支援係へ。先着30人程度。要約筆記・☑希望の方は、あわせて申し込みを。☑氏名とふりがな、

電話番号、参加方法、要約筆記・☑はその旨 ☆Zoom(先着100人)でも同時配信。メールアドレスを明記の上、前記と同様に申し込みを

在宅福祉や障害者団体の活動に助成を受けたい方はご参加を

中野ボランティアセンター
☎(5380)0254 FAX(5380)6027

助成の種類・説明会日時

在宅福祉活動助成(在宅福祉活動を行っているボランティアグループ、NPO団体の活動費の一部を助成)＝①3月1日(火)午前10時30分から、②3日(木)午後2時から

障害者等団体活動助成(障害者や生きづらさを抱える方々を直接支援する団体、当事者やその家族等で構成する団体の活動費の一部を助成)＝③3月1日(火)午後2時から、④3日(木)午前10時30分から

☆各回1時間。①③はZoomで開催

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 2月18日までに電話または☑vc@nakanoshakyo.comで、中野ボランティアセンターへ。☑氏名とふりがな、電話番号、団体名、参加希望日

ほほえみサービス協力会員説明会

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

日時 2月17日(木)午前10時～11時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 2月16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

2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
2月6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
	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
	すぎやまクリニック	内・小	鷺宮1-27-5 3階	(3223)1275
	小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
	東中野セント・アンジェラクリニック	内	東中野5-17-10 1階	(6908)9698
	はまだ耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉	弥生町2-21-11 2階	(5304)7556
	山内歯科医院☆	歯	東中野4-4-3 2階	(3361)0526
	けやき薬局		江古田2-22-1	(3388)0782
	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
	アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460
2月11日(金)・祝 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
	つるた鷺ノ宮クリニック	内・皮・小	白鷺1-7-15	(5373)8460
	いたばしクリニック	内・外	大和町1-27-3	(5356)1623
	武医院	外・皮・小	東中野1-59-14	(3368)8597
	三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
	藤田歯科医院	歯	鷺宮4-3-4	(3223)4141
	歯科仲井診療所	歯	中野3-31-7	(3382)8818
	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
	イオックス薬局鷺ノ宮店		白鷺1-7-15	(6265)5840
2月13日(日)・ 当番医	カメイ調剤薬局中野南台店		南台2-9-3	(5328)2313
	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
	横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
	橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355
	上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13	(3228)1555
	かねなか脳神経外科	内・外・脳神経外・整	中央4-4-2	(6382)4880
	ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
	友内歯科医院☆	歯	野方5-25-4	(3330)2456
	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
2月20日(日)・ 当番医	なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13	(5942)6080
	横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	小川クリニック	内	大和町2-46-4	(5327)4664
	天正堂クリニック	小・内	丸山1-5-7	(3319)3965
	中野新橋内科クリニック	内・循・内分・泌・糖尿	弥生町2-20-18	(6383)3201
	やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階	(3382)2525
	土田歯科医院☆	歯	南台3-6-25 1階	(3229)0880
	むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
	青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
にこにこ薬局あおだも店		丸山1-15-22	(5942)7746	

☆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。
☆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

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

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・携帯電話からは
#7119
ダイヤル回線
☎(3212)2323

積水ハウスのグループのサービス付き高齢者向け住宅

グランドマスト中野若宮

入居一時金 礼金 更新料 なし

資料請求 ご見学についてのお問合せは

国土交通大臣(12)第2250号(公財)日本賃貸住宅管理協会

積水ハウス不動産東京株式会社 グランドマスト事業部 ☎0120-815-823

「グランドマストシリーズ」は、「施設」ではなく「住まい」になります。自宅での生活は心配や不安はあるけど、「まだ自分の身の回りのことは自分でできる、これからほしい」という方向けの「緩やかな見守り」と「食事サービス」のある高齢者向け賃貸です。

参加費無料 完全予約制

個別内覧会

2/12(土)

第1部 10:30～
第2部 13:00～
第3部 15:30～

※上記日程以外でも見学可能です。下記までご連絡ください。各回2組様限定【申込締切日:2/9(金)18時まで】

●所在地/東京都中野区若宮3丁目27-2 ●交通/西武新宿線「鷺ノ宮」駅から徒歩6分(約474m)、西武新宿線「都立家政」駅より徒歩3分(約220m) ●総戸数/30戸 ●構造・規模/重量鉄骨造3階建 ●建物用途/サービス付き高齢者向け住宅 ●登録番号/15013 ●賃料(月額)/156,000円～212,000円 ●共益費(月額)/21,500円 ●生活支援サービス費(月額)/1名入居55,000円(税込)2名入居82,500円(税込) ●敷金/月額賃料の1ヶ月分 ●仲介手数料/月額賃料の1.1ヶ月分 171,800円～233,200円(税込) ●専有面積/37.00㎡～47.21㎡ ●契約形態/普通賃貸借契約(4年間) ●取引形態/仲介 ●設計・施工/積水ハウス株式会社 ●貸主/積水ハウス不動産東京株式会社 グランドマスト事業部 ●募集(仲介)/株式会社 イー ●広告有効期限/2022年2月末日

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1 新宿メインタワー
tel.03-5350-3900 ホームページ: http://www.grandmast.jp
営業時間: 9:00～18:00
定休日: 土曜日・日曜日・祝日(夏期・冬期休業は別途ごさい)