

健康・福祉

歯科相談

鷺宮すこやか福祉センター  
(若宮3-58-10)  
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

**内容** 歯科衛生士によるお口全般に関する相談 ☆お子さんと一緒に参加可  
**対象** 区内在住の方

**日時** 12月13日(月)午後1時~3時30分 ☆一人当たり30分程度

**会場** 鷺宮すこやか福祉センター  
**申込み** 11月22日~12月10日に電話、ファクスまたは直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着4人。住所、氏名とふりがな、年齢、電話番号、ファクス番

号、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢



▲歯の模型を使った歯磨き指導も

ネズミ対策パネル展  
「侵入箇所や駆除方法を学ぼう」

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

**期間** 12月1日(水)~24日(金)

**会場** 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側 ☆当日直接会場へ

区民健診は2月28日までに受診を

区民健診係(中野区保健所)  
☎(3382)2429 FAX(3382)7765

国保特定健診や各種がん検診など、区民健診の受診期限は来年2月28日です。期限が近付くと、医療機関が混み合って受診できない場合もあります。早めに受診しましょう。

☆健診(検診)の種類によっては、区への申し込みが必要(申込期限は2月10日)。受診券を紛失した場合は再発行します。詳しくは、区民健診係へ問い合わせを

メタボリックシンドローム(メタボ)の疑いがある方へ

国保特定健診でメタボの可能性があるとの結果が出た方のうち、まだ特定保健指導を利用していない方へ特定保健指導利用券を郵送しています。

この券を利用すると、医師や管理栄養士から生活習慣の改善に向けた支援を受けられます。積極的に活用しましょう。

協会けんぽ被扶養者の方は年に一度は健診を

全国健康保険協会(協会けんぽ)の被扶養者(家族)で40歳~74歳の方は、特定健診を受診できます。詳しくは、協会けんぽ東京支部健診専用ダイヤル☎(6853)6111(平日午前9時~午後5時)へ問い合わせを。

☆区は、区民の健康増進や疾病予防を推進するため、協会けんぽ東京支部と覚書を締結しています

冬場に多発 ノロウイルス食中毒に要注意

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

次の注意点を守り、食中毒や感染を予防しましょう。

感染予防の3つのポイント

- 1 カキなどの二枚貝は十分加熱を
- 2 調理・食事の前、トイレの後にはしっかり手洗いを
- 3 嘔吐物などを片付けた後は塩素系消毒剤で消毒を

パネル展示もご覧ください

**期間** 12月1日(水)~24日(金)

**会場** 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側  
☆当日直接会場へ



広告

積水ハウスのサービス付き高齢者向け住宅  
**グランドマスト江古田の杜**

資料請求  
ご見学についてのお問合せは

積和グランドマスト株式会社 ☎0120-815-823

「グランドマストシリーズ」は、介護事業所・診療クリニックと連携した高齢者向け賃貸住宅です。

自由な生活 24時間有人管理 広いお部屋

参加費無料 完全予約制 **個別内覧会**

11/25(木) 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:前日の18時まで】

入居一時金 礼金更新料 なし

〒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)

11月20日~12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
11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
		横島病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		いしい内科クリニック	内	沼袋4-31-11 1階 (5345)7667
		やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階 (3382)2525
	薬局	中村診療所	内	本町5-39-2 (3381)3797
		佐川歯科☆	歯	東中野1-4-7 (3371)6480
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11 (5385)2971
		あいせい薬局		沼袋4-31-15 (5942)6039
		本町鈴薬局		本町5-39-13 (3382)6787
11月23日(火・祝)	当番医	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
		熊谷医院	内	鷺宮3-32-5 (3338)1515
		司馬内科医院	内	大和町1-65-2 2階 (3223)1785
		かななか脳神経外科	内・外・脳神経外・整	中央4-4-2 (6382)4880
	薬局	秋吉クリニック	内	本町3-20-22 (3378)1600
		林歯科医院	歯	中野5-30-6-209 (3387)1354
		大久保歯科クリニック	歯	野方6-4-1 2階 (3330)4144
		アクア薬局		江古田2-24-14 (3389)5411
		やまと調剤薬局		大和町1-64-1 (3337)3380
11月28日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 (3387)7321
		横島病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14 (3990)1208
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13 (3228)1555
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 (3372)4701
	薬局	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
		むらやま歯科医院☆	歯	野方5-31-7 (3336)3022
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6 (5380)3935
		なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13 (5942)6080
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15 (6300)6122
12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
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387)5421
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		新井五行堂醫院	内・耳鼻咽喉	上高田2-9-11 (3387)0893
		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	田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3 (3380)2622
		熊谷歯科医院☆	歯	東中野3-6-2-105 (3371)0844
		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
		中川薬局中野本町店		本町6-6-3 (3380)7037

☆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

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

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