

障害者就労相談会

障害者施策推進係／1 階
☎(3228)8832 FAX(3228)5660

内容 障害のある方の就労について区内就労支援事業所の就労スタッフなどに相談できます

対象 就労を検討している区内在住の障害のある方とその家族、障害者雇用に関心のある区内事業者

日時 11月14日(月)午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く) ☆一人当たり30分

会場 区役所1階区民ホール ☆当日直接会場へ

講演会「不登校・ひきこもりに向き合う」

中野区社会福祉協議会ひきこもり支援事業担当
☎090(5412)0666 FAX(5380)6027

日時 11月11日(金)午後2時～4時30分

会場 なかのZERO(中野2-9-7)

講師 丸山康彦氏(不登校・ひきこもりヒューマン・スタジオ代表)

申込み 10月21日～11月10日に電話または☑tunagaru@nakanoshakyo.comで、ひきこもり支援事業担当へ。先着50人程度。☑住所、氏名とふりがな、電話番号

「ピアカウンセリングを共に学ぶ」

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

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

日時・会場 11月12日(土)＝サンプラザ(中野4-1-1)、13日(日)＝スマイルなかの(中野5-68-7) ☆時間はいずれも午前10時～午後4時。全2回

参加費 500円(テキスト代など全回分)

申込み 10月21日～11月11日に電話または直接、「せせらぎ」へ。先着15人。両日参加できる方優先

栄養講座(2件)

次のいずれも

対象 区内在住の18歳～64歳の方

申込み 申込期間に電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ

「カルシウムたっぷり!お食事講座」

鷺宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日時 11月25日(金)午後1時30分～2時30分 ☆先着8人

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込期間 10月25日～11月22日

「かんたん!ラクラク!おいしく続ける適塩ごはん」

南部すこやか福祉センター
(弥生町5-11-26)

☎(3380)5551 FAX(3380)5532

日時 11月30日(水)午後1時30分～2時30分 ☆先着10人

会場 南部すこやか福祉センター

申込期間 10月31日～11月28日

働いている方向け産業振興センターの健康講座(2件)

産業振興センター(中野2-13-14)
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

次の①②とも

対象 区内在住・在勤の方

会場 産業振興センター

申込み 10月21日～11月16日に産業振興センターHPで申し込むか、電話、ファクスまたは直接、同センターへ。☑氏名とふりがな、電話番号、希望開始時間(②のみ)

①「コアとは?コアエクササイズ」

日時 11月19日(土)午前10時～11時 ☆先着15人

②Dr.セルフチェック測定会

内容 肌年齢や血管年齢の測定と予防医療診断士による集団カウンセリング、体操

日時 11月23日(水・祝)午前10時～午後4時 ☆1時間ごとに5回実施(正午開始はなし) ☆各回先着10人

新型コロナワクチン接種情報

詳しくは、区HPをご覧ください。コールセンターへ問い合わせを。

オミクロン株対応ワクチンを接種できます

従来株に加え、オミクロン株にも対応した新しいワクチンへ段階的に切り替えています。次の対象の方は、2・3回目接種の5か月後から接種できます。

対象 2回以上接種した12歳以上の方

5歳～11歳のお子さんの3回目接種

2回目接種の5か月後から接種できます。2回目接種の4か月後から接種券を順次、郵送しています。

中野区新型コロナ
ワクチン接種コールセンター
☎0120(76)4040
(毎日午前9時～午後7時)



▲最新の情報は区HPで確認を

10月20日～11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
10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
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3 (5345)6166
		中野の森ファミリークリニック	小	上高田1-37-11 (3361)1381
		やまもと消化器内科クリニック	内・外	本町3-31-7 1階 (5304)1195
	薬局	武医院	外・皮・小	東中野1-59-14 (3368)8597
		かみさぎ歯科医院☆	歯	上鷺宮4-6-20 (3999)1850
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22 (5343)3912
		青葉調剤薬局		中野5-47-10 (3389)7110
		フジ薬局		野方4-19-2 (3386)8854
10月30日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387)5421
		横畠病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階 (3227)0603
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 (3372)4701
	薬局	重光クリニック	肛・外・胃・内	弥生町2-20-12 (6382)5476
		田中歯科医院☆	歯	中野5-52-15-410 (3387)6850
		わかみや薬局		若宮1-43-11 (5327)3663
		薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14 (5338)0085
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15 (6300)6122
11月3日(木・祝)	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
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 (3387)7321
		たかのクリニック	内	上鷺宮4-6-38 (3990)2222
		新井五行堂醫院	内・耳鼻咽喉	上高田2-9-11 (3387)0893
		山田医院	産婦・小・内	中野2-14-17 (3384)3555
	薬局	みやびハート&ケアクリニック	内・循	中央3-35-4 (5385)3880
		かわい歯科クリニック	歯	丸山2-3-3 1階 (3339)3455
		山内歯科医院	歯	東中野4-4-3 2階 (3361)0526
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22 (5343)3912
		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

☆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

外壁・屋上の防水／総合リフォーム

MARUTOMO

1994 MARUTOMO SPIRITS

マルトモ

は、

中野区物件を手掛け創業25年以上、ビル・マンションから一戸建等、その数は1050棟に達しています修繕工事専門会社です。修繕工事・防水工事等で、私達の技術を活かして下さい!

03-5380-0065(代)

https://www.marutomo1994.co.jp/

株式会社マルトモ

中野区新井5-33-7(本社・工務部)
中野区新井1-11-9-5F(営業部)

Flower Arrangement School

フラワーアレンジメント教室

開催

11月9日(水) 14:00～

参加料:1,000円(お一人様)＊花材代込み

テーマは当日お知らせします
お楽しみに!

参加ご希望の方は11月1日(火)までにお電話にてお申し込み下さい

お申込み
お問合せ

TEL 6454-0019

中野区上高田3-19-17 西武新宿線「新井薬師前駅」南口 徒歩約3分

気功教室

生徒募集

講師 YUJI (ヨウジ)

どなたでも簡単に始められる気功教室です

毎週火曜(月4回) 13～14時

※約50分間

入会金 5,000円 月謝 9,000円 体験 1,500円

場所: 中野サンプラザ8階 中野区中野4-1-1

連絡先 03-4363-2078