

健康・福祉

**11月14日は世界糖尿病デー
パネル展「糖尿病予防のための生活習慣」**

保健企画係(中野区保健所)
☎(3382)2428 FAX(3382)7765

40歳～74歳の都民の4人に1人が糖尿病または糖尿病予備群であると推計されています。糖尿病の多くは、日常生活の影響を受けて発症するタイプの生活習慣病です。パネル展で知識を深め、日頃の生活習慣を見直しましょう。

期間 11月13日(月)～22日(水)

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

くすりの相談会のご利用を

医薬環境衛生係(中野区保健所)
☎(3382)6663 FAX(3382)6667

内容 薬の飲み合わせなどを薬剤師に相談できます

日時 11月12日(日)午後1時30分～4時

会場 帝京平成大学中野キャンパス(中野4-21-2)

☆当日直接会場へ。駐車場はありません

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16日(木)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

パーキンソン病リハビリ教室

北部すこやか福祉センター(江古田4-31-10)
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

対象 区内在住のパーキンソン病の方とその家族

日時 11月27日(月)午後1時30分～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 11月6日～24日に電子申請か、電話で、北部すこやか福祉センターへ。先着20人

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7日(木)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 11月6日～12月5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、連絡先、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢

グループワークで考える 障害を理由とした差別の解消 ～障害平等研修～

障害者施策推進係/1階
☎(3228)8832 FAX(3228)5660

日時 12月7日(木)午後1時30分～4時30分

会場 区役所7階会議室

申込 11月6日～30日に電話、✉shogaihukusi@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは直接、障害者施策推進係へ。先着50人。☑(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを。☑氏名とふりがな、連絡先、☑はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

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

日常生活をお手伝いする区民同士の支えあい活動です。20歳以上で、家事や外出を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

日時 11月21日(火)午後1時30分～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 11月18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

Dr.セルフチェック測定会

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

内容 血管年齢などを測定し、結果を基にカウンセリングを実施

対象 区内在住の勤労者・在勤の方

日時 11月23日(木・祝)午前10時～午後4時 ☆1時間ごとに6回実施(正午開始はなし)

会場 産業振興センター

申込 11月6日～20日に産業振興センター☎で。各回先着10人

成年後見講座「備えてあんしん! 知っておきたい任意後見制度」

中野区成年後見支援センター(中野5-68-7スマイルなかの内)
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 12月7日(木)午前10時～正午

会場 スマイルなかの

申込 11月6日～12月1日(日曜日、祝日、第3月曜日を除く)に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着20人。☑講座名、氏名とふりがな、電話番号

11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
11月5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
		若宮診療所	内	鷺宮3-11-8 (3338)7335
	薬局	かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階 (3227)0603
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12 (3368)0888
		ハートケア銀河クリニック	心内・内	本町3-29-15 2階 (5371)0909
11月12日(日)	当番医	奥田歯科医院☆	歯	丸山2-24-1 (3339)9288
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22 (5343)3912
		ファーコス薬局鷺宮		鷺宮3-11-7 (5327)5127
		薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14 (5338)0085
		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
	薬局	小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		中山レディスクリニック	産婦	東中野3-9-14 (3371)2676
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・整・外	中央4-4-2 (6382)4880
		高野整形外科	整	弥生町4-18-7 (3380)6700
		なかの新橋歯科クリニック☆	歯	本町5-3-2 1階 (6382)5654
11月19日(日)	当番医	アリア薬局		江古田2-24-14 (3389)5411
		青葉調剤薬局		中野5-47-10 (3389)7110
		わかみや薬局		若宮1-43-11 (5327)3663
	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
		たかのクリニック	内・小	上鷺宮4-6-38 (3990)2222
		小金澤医院	内・循	江原町3-35-8 (3951)5621
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12 (3368)0888
		やまざしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階 (3382)2525
	薬局	ふじい歯科医院☆	歯	江原町3-13-3-101 (6915)3160
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11 (5385)2971
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6 (5380)3935
		アシスト薬局		江原町3-35-8 (5996)4631

☆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 子ども救急診療

新渡戸記念中野総合病院
(中央4-59-16)
☎(3382)9991

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。

診療日 年中無休 **受付時間** 午後6時45分～9時45分 **診療時間** 午後7時～10時

☆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

当番医・当番薬局が変更になる場合があります。最新の情報は区☎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

屋根ふきかえ・外壁塗装
雨漏り緊急対応
リフォーム全般 ご相談・お見積り無料
創業 昭和62年 東京都建設業許可
株式会社 山野
中野区新井 1-19-1
フリーダイヤル 012-012-4699

マンション・アパート・ビル・戸建て
オーナーさま大募集!
住建ハウジング中野
中野区本町 4-21-16 青梅街道沿い錦橋交差点すぐ
☎03-5385-7551 東京都知事(14)第27594号

外壁・屋根塗装工事
リフォーム工事全般 見積もり無料・最短翌日対応
外壁塗装まるごとパック
420,000円(税別)
おおよそ30坪 462,000円(税別)
確かな実績 リフォームローン ご相談からでも
創業34年 金利0% 明瞭な下記フリーダイヤルまで
ご連絡お待ちしております。
株式会社 トーソーコンストラクション 総合建設業 建設許可番号(第22)第123790号
受付時間9:00～18:00(土日祝営業) 中野区弥生町1-9-8 トーソー本社ビル7F
0120-860-100