

3月は

東京都自殺対策強化月間

気づいてください 体と心の限界サイン

精神保健支援係(中野区保健所) ☎(3382)2433 FAX(3382)7765

一人で悩まずに相談してください。自殺のサインに気づき、適切な対応を行うゲートキーパーの研修動画を配信中。誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指しましょう。



展示もご覧ください ☆当日直接会場へ

会場・期間 ①中央図書館(中野2-9-7)=2月23日(金・祝)~3月22日(金)、②区役所1階区民ホール=3月11日(月)~14日(木)、③中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側=3月1日(金)~28日(木)
☆①は図書館の開館日時、②は午前9時~午後5時

中野区こころといのちの相談窓口

相談日時 平日午前8時30分~午後5時 下記のすこやか福祉センターで相談できます

| | | | | | | | |
|----|--------------------------------------------|----|------------------------------------------|----|--------------------------------------------|----|-------------------------------------------|
| 南部 | 弥生町5-11-26 ☎(3380)5551 FAX(3380)5532 | 中部 | 中央3-19-1 ☎(3367)7788 FAX(3367)7789 | 北部 | 江古田4-31-10 ☎(3389)4323 FAX(3389)4339 | 鷺宮 | 若宮3-58-10 ☎(3336)7111 FAX(3336)7134 |
|----|--------------------------------------------|----|------------------------------------------|----|--------------------------------------------|----|-------------------------------------------|

「自殺防止!東京キャンペーン」特別相談

フリーダイヤル特別相談

3月1日(金)~7日(木)、各日午後8時~翌日午前2時30分
☆4日は午後10時30分、5日は午後5時開始
☎0120(58)9090 (東京自殺防止センター)

自殺予防いのちの電話

3月10日(日)午前8時~翌朝8時
☆上記以外の3月中は毎日午後4時~9時
☎0120(783)556 (日本いのちの電話連盟)

東京都自殺相談ダイヤル

~こころといのちのほっとライン~
3月27日(水)~31日(日) ☆期間中は24時間対応
☎0570(08)7478 (ナビダイヤル)

多重債務110番

3月4日(月)・5日(火)各日午前9時~午後5時
☎(3235)1155 (東京都消費生活総合センター)

有終支援いのちの山彦電話-傾聴電話-

月・木曜日を除く3月中 各日正午~午後8時
☎(3842)5311

自死遺族のための電話相談

3月5日(火)~8日(金) 各日午前11時~午後4時
☎(3796)5453 (グリーンケア・サポートプラザ)
3月11日(月)~13日(水)各日午前10時~午後5時
☎(3261)4350 (全国自死遺族総合支援センター)
毎週火・水・金曜日=午後3時~7時、日曜日=午後1時~5時
☎(5357)1536 (とうきょう自死遺族総合支援窓口)

東京いのちの電話

毎日24時間
☎(3264)4343

返済できない借金でお困りの方は「多重債務110番」のご利用を

消費生活センター/1階 ☎(3389)1191 FAX(3389)1199

多重債務問題は必ず解決します。専門家への相談をご利用ください。

☆東京都、法テラス(日本司法支援センター)などとの共催
対象 区内在住・在勤・在学の多重債務でお困りの方

日程 3月4日(月)・5日(火)

会場 区役所1階消費生活センター
内容・時間 消費生活相談員への相談=午前9時30分~午後4時、弁護士への相談=午後2時~4時 ☆弁護士への相談は、原則一人30分。2月21日~相談日前日の平日に、消費生活センターへ電話予約を。各日先着4人

2月20日~3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 |
|-----------|-----------------|--------------|---------------|------------|
| 2月23日(金祝) | 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 |
| | 協立内科・脳神経内科クリニック | 内・脳神経内 | 鷺宮4-2-3 1階 | (5327)8612 |
| | 中野駅前内科クリニック | 内・糖尿・内分泌 | 中野3-36-12 2階 | (3382)1071 |
| | やまぎしこどもクリニック | 小 | 本町4-45-9 2階 | (3382)2525 |
| | くすのき診療所 | 内・外・脳神経外 | 中央2-7-8 | (3361)0072 |
| | ナオキ歯科クリニック | 歯 | 中央1-35-1 2階 | (5389)5386 |
| | はいばら歯科医院 | 歯 | 野方3-15-14 | (3385)6480 |
| | 中野中央薬局 | | 中央4-60-5 | (6304)8530 |
| | コバヤシ薬局 | | 鷺宮3-15-10 | (3336)5056 |
| 2月25日(日) | パレット薬局中野坂上店 | | 中央2-2-22 | (6914)0017 |
| | 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 |
| | やまぐち内科ハートクリニック | 内 | 上鷺宮2-4-1 | (3970)0770 |
| | 寺内医院 | 内・産婦 | 新井5-31-1 | (3386)2267 |
| | 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 |
| | 歯科奥村医院☆ | 歯 | 野方6-12-9 | (3338)5418 |
| | いずみ薬局さぎのみや | | 上鷺宮2-4-1 | (5848)3229 |
| | 薬局アポック小滝橋店 | | 東中野5-23-14 | (5338)0085 |
| 3月3日(日) | 茜調剤薬局中野坂上店 | | 本町2-42-15 | (6300)6122 |
| | 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 |
| | 美穂診療所 | 内・小・消 | 鷺宮5-3-14 | (3990)1208 |
| | 中山レディースクリニック | 産婦 | 東中野3-9-14 | (3371)2676 |
| | 中野ひだまりクリニック | 内・消 | 東中野3-6-12 | (3368)0888 |
| | 白川クリニック | 内・外 | 南台2-51-8 1階 | (6382)5011 |
| | 大石歯科クリニック☆ | 歯 | 中野6-28-8 | (3360)1270 |
| | けやき薬局 | | 江古田2-22-1 | (3388)0782 |
| | ことぶき薬局中野中央店 | | 中央4-59-11 | (5385)2971 |
| すずらん薬局 | | 南台2-51-7 | (6382)7941 | |

☆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せ

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