

歯科医師による 歯と口の無料相談会

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

中野区歯科医師会の医師に、お口の悩みごとなどを相談できます。

対象 区内在住の方

日時 3月2日(月)午後2時～4時

会場 中野区保健所(中野2-17-4)

申込 2月6日～24日に電子申請か、電話で、保健企画係へ。先着24人。要約筆記・希望の方は、あわせて申し込みを

区HP



2月22日は頭痛の日 講演会にご参加を

医療連携係(中野区保健所)
☎(3382)2428 FAX(3382)7765

医師へのかかり方や、頭痛の正しい対処方法を学びます。

対象 区内在住・在勤の方

日時 2月22日(日)午後5時～6時10分

会場 区役所1階

申込 2月20日までに専用フォームから申し込みを。先着順(定員あり)

☆同日午後5時～9時に本庁舎ライトアップも実施



▲専用フォーム

食育講習会「見て学ぶ！プロ直伝 フルーツカッティング実演＆美味し さアップ術」

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

対象 区内在住の方

日時 3月2日(月)午後2時～4時

会場 中野区保健所(中野2-17-4)

申込 2月6日～24日に電子申請か、電話で、保健企画係へ。先着24人。要約筆記・希望の方は、あわせて申し込みを

区HP



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)4321 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 3月9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 2月6日～3月6日に電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。先着20人

区HP



歯科相談

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 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 3月4日(水)午後1時～3時45分

会場 南部すこやか福祉センター

申込 2月6日～3月2日に電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着4人



公益社団法人
中野区シルバー人材センター

あなたにとっての『働くよろこび』『健康づくり』
シルバー人材センターで実現してみませんか！

会員募集中

ご要望の多い仕事

- 家事援助(掃除・洗濯・調理など)
- 育児支援(子供の送り迎え、保育補助など)
- 除草作業 ●屋内外清掃
- 広報誌の配布など

入会ご希望の方はお気軽にお電話を！

TEL.03-3366-7971

受付時間 平日午前9時～午後5時(土・日・祝日除く)
TEL.164-0011 東京都中野区中央2-22-10-101

期間限定 入会無料 キャンペーン！

このようなお仕事に興味ある方、大募集！

- 駐輪場の管理
- 小学校の児童見守り
- 公共施設の管理

令和8年2月～3月にご入会の方は入会時の会費(2,000円)が免除となります

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8日(日)	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
	宮地内科医院	内・小	上高田1-35-9	(3361)1858
	かねなか脳神経外科	内・脳神経外・外・整	中央4-4-2	(6382)4880
	三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
	大久保歯科クリニック☆	歯	野方6-4-1 2階	(3330)4144
	フジ薬局		野方4-19-2	(3386)8854
2月11日(水・祝)	薬局アポック上高田店		上高田1-35-5	(3361)0077
	薬局日本メディカルシステム新中野店		中央4-4-2	(6382)7530
	総合東京病院	内・外・形外	江古田3-15-2	(3387)5421
2月15日(日)	横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
	熊谷医院	内	鷺宮3-32-5	(3338)1515
	小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
	中野すこやかクリニック	内	中央2-59-18 2階	(5358)9967
	おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
	すぎうら歯科	歯	弥生町4-22-1 1階	(5342)4767
	歯科奥村医院	歯	野方6-12-9	(3338)5418
	薬局アポック鷺宮店		鷺宮3-33-6	(3223)0088
2月18日(木)	東京中央薬局		中央2-59-18	(3362)1441
	フラー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
	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
2月22日(日)	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	美穂診療所	内・小・消内	鷺宮5-3-14	(3990)1208
	中野ひだまりクリニック	内・消内・呼内	東中野3-6-12	(3368)0888
	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
	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
	景山歯科医院☆	歯	中央2-59-11 1階	(3367)3456
	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
	イトウ薬局		東中野3-8-7	(3371)6936
2月25日(水)	なないろ薬局中野本町店		本町3-32-23	(6300)5105

☆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

新渡戸記念中野総合病院
(中央4-59-16)
☎(3382)9991

15歳以下の子さんを対象に、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

☆マイナ保険証(または資格確認書)・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ります。最新の情報は区HPで確認を

事前に電話で確認を

休日当番医の診療時間

午前9時～正午、午後1時～5時
マイナ保険証(または資格確認書)
・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

午前9時～正午、午後1時～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

(ファックスは聴覚・言語障害者向け)

パソコンやスマホからは

「医療情報ネット(ナビ)」

<https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp>

小児救急相談

東京都「子供の健康相談室」

☎(5285)8898

ブッシュ回線・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)

ブッシュ回線・
携帯電話からは #7119

ダイヤル回線

☎(3212)2323