

メタボリックシンドローム(メタボ) 解消のために特定保健指導のご利用を

保健事業係(中野区保健所)
☎(3382)2430 FAX(3382)7765

中野区国保特定健診を受診し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」を順次郵送します。

この券を利用すると、医療機関等で、管理栄養士や医師などの専門スタッフから、生活習慣の改善に向けた支援を継続的に受けられます。

精神保健福祉講座「これって依存症?〜ゲーム課金、推し活、ギャンブル…『プロセス依存』とのつきあいかた〜」

中部すこやか福祉センター
(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 10月9日(金)午後6時30分～8時30分

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

申込 9月7日～29日に電子申請で。先着70人。**手・保**(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを

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)0750

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、家事や趣味活動を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

日時 9月24日(木)午後2時～3時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 9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

9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
9月6日(日)	当番医	総合東京病院	内・外・整	江古田3-15-2 (3387)5421
		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
		橋本医院	内	野方3-15-3 (3389)0355
		中野ひだまりクリニック	内・消内・循環内・呼内	東中野3-6-12 (3368)0888
		山田医院	産婦・小・内	中野2-14-17 (3384)3555
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11 (6300)4790
		三上歯科医院	歯	南台3-37-27 (3384)0385
	薬局	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
		ライフ薬局		中野2-11-5 (3380)9393
9月13日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 (3387)7321
		横畠病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13 (3228)1555
		中野リウマチ膠原病クリニック	内	中野2-24-11 5階 (3380)8585
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・外・整	中央4-4-2 (6382)4880
		右近クリニック	内・小	南台3-33-5 (3381)3191
		船坂歯科医院	歯	野方3-25-8 (3388)6818
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22 (5343)3912
		なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13 (5942)6080
		とおやま薬局中野南台店		南台3-32-5 (3229)5039
9月20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
		横畠病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		やまぐち内科ハートクリニック	内	上鷲宮2-4-1 (3970)0770
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10 (3330)0743
		中野ひだまりクリニック	内・消内・循環内・呼内	東中野3-6-12 (3368)0888
		なかのキッズクリニック	小	中野2-24-9-A103 (5340)7153
		中野富士見町歯科	歯	弥生町5-27-1 1-B (6304)8278
	薬局	セレン薬局中野店		中央4-60-10 (5328)2345
		いずみ薬局さざのみや		上鷲宮2-4-1 (5848)3229
		イトウ薬局		東中野3-8-7 (3371)6936

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



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(ナビイ)」
https://www.iryoku.teikyouseido.mhlw.go.jp

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

9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

そのせき 本気に風邪ですか

結核・感染症予防係(中野区保健所)
☎(3382)6500 FAX(3382)7765



結核は過去の病気ではありません。昨年は、区内で27人の新たな結核患者が発生しました。2週間以上続くせきやたん、発熱、倦怠感、胸の痛み、体重減少は結核発病のサイン。早めに受診し、治療しましょう。医療費のほとんどは国や区の助成が受けられます。

結核健診のご利用を

区民健診や職場健診などの機会のない区内在住・在勤・在学の方を対象に、胸部X線検査を実施します。

日時 9月17日(木)・25日(金)・28日(月)午前9時～午後4時(午前11時～午後1時を除く)

会場 中野区保健所(中野2-17-4)

☆当日直接会場へ。健康保険証は不要です。結果は、2～3週間後に郵送

せきなどの症状が出にくい高齢者の結核

早期に発見できるよう、65歳以上の方は年1回、国保特定健診・長寿健診等の胸部X線検査を受けましょう。

気になる時は保健所に相談を

保健所では、結核の正しい知識の普及や相談、療養支援を行っています。「身近な人が結核になったが、自分は大丈夫だろうか」など気になる時は、ぜひご利用ください。

また、身近な薬局でも、服薬支援や治療終了後の継続支援をしています。

ANYTIME FITNESS エニタイムフィットネス野方店

9.28(月)オープン記念

先行入会キャンペーン

期間限定

受付期間のこりわずか! **9.13(日)まで!**

3ヶ月分会費(初月分+10月分+11月分)+他初期費用

入会費用 500円 (税込)のみ

東京都中野区野方 6-13-4
野方エニタイムフィットネスビル
TEL: 03-5848-3321

詳細はこちら