

information

健康・福祉



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時半  
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

東京都保健医療情報センター「ひまわり」  
☎(5272)0303 FAX(5285)8080  
(ファクシミリは聴覚・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～11時  
土・日曜日、祝・休日 午前9時～午後11時

医療機関案内

中野消防署 ☎(3366)0119  
野方消防署 ☎(3330)0119

5月5日～20日の休日当番医・当番薬局

Table with columns: 月日, 医療機関名, 診療科目, 所在地, 電話番号. Lists on-call doctors and pharmacies for May 5th to 20th.

※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。

新渡戸記念中野総合病院内/ 総合東京病院内/ 中央4-59-16 江古田3-15-2 ☎(3382)9991 ☎(3387)5421

診療日 年中無休 診療日 月～金曜日(祝・休日を除く) 受付時間 午後6時半～9時45分 受付時間 午後6時半～9時半

診療時間 午後7時～10時

☆電話は午後5時半以降にしてください  
☆必ず事前に電話で連絡を。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  
☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を

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・PHSからは #7119  
ダイヤル回線 ☎(3212)2323



HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可

HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

「こころのクリニック」をご利用ください

心の病、認知症、アルコールや薬物などで悩む区内在住の方とその家族、関係者の方が、専門医に個別に相談できます。相談日などについて詳しくは、会場となる下記4か所のすこやか福祉センターへ問い合わせを。申込み 相談日前日までに電子申請か、電話で、各すこやか福祉センターへ。各回先着3人程度 ☆一人当たりの相談時間は40分

健康講座 「運動とアンチエイジング」

運動とアンチエイジング(抗加齢)の関係について話を聞き、音楽に合わせて運動します。日時 5月23日(水)午後2時～3時45分 会場 鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5) 対象 18歳～64歳の区内在住・在勤の方 講師 米山充彦氏(抗加齢専門医) 申込み 5月7日～22日に電子申請か、電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着25人 ☆一時保育(先着6人)希望の方は、5月17日までにあわせて申し込みを

健康づくり パートナー募集

健康企画担当/6階 ☎(3228)8826 FAX(3228)5626 区や地域の団体が主催する健康づくり(食育、糖尿病予防、がん対策等)に関する普及啓発イベントに無償で協力できる個人・団体を募集します。申込み 所定の登録申込書に必要事項を記入し、5月31日までにファクシミリまたは直接、健康企画担当へ ☆必要に応じて面接を実施。応募の要件や登録申込書の入手方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。健康企画担当へ問い合わせを

5月31日は世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間

健康企画担当/6階 ☎(3228)8826 FAX(3228)5626 たばこは、吸っている人だけでなく、周囲の人々へも健康に悪影響を及ぼします。肺がんや心筋梗塞、くも膜下出血など、命にかかわる重大な病気の原因にもなります。これを機に、「禁煙習慣」を身に付けましょう。世界禁煙デーパネル展 期間 5月14日(月)～31日(木) 会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」 中野駅付近でのキャンペーン 日時 5月31日(木)午前10時～11時 ☆雨天中止

胃がんハイリスク診査(※)と胃がん検診(胃部X線検査)の対象年齢、条件が変わります

区民健診担当/6階 ☎(3228)5599 FAX(3228)5626 今年度から、区民健診の次の検査の対象年齢、条件が次のように変わります。

Table with 3 columns: 検査項目, 変更後(申込制) ☆来年3月31日に下記の年齢の方, 変更前. Rows for Gastric Cancer High Risk Screening and Gastric Cancer Examination.

☆区民健診は、6月1日から始まります。受診を希望する場合は、6月1日以降に区民健診担当へ申し込みを。申し込み方法やその他の検診については、なかの区報5月20日号をご覧ください

※胃がんハイリスク診査

胃がんハイリスク診査は血液検査で、ピロリ菌感染の有無と胃粘膜の萎縮の程度を測定し、将来的な胃がん発生のリスクを段階に応じてA～D群に分類する検査です。胃がんそのものを発見する検査ではありません。A群は「異常なし」、B～D群は「要精密検査」となります。「異常なし」の方は、胃がんになるリスクは非常に低いと考えられますが、まれに過去にピロリ菌に感染して、胃粘膜が萎縮している場合があるので、胃がん検診(胃部X線検査)を受診することをお勧めします。「要精密検査」となった方は、保険診療でピロリ菌の除菌や定期的な胃部内視鏡検査の受診が推奨されているため、区民健診の胃がん検診(胃部X線検査)の対象外としました。

庭木1本からお手入れOK!

Advertisement for tree maintenance services. Includes text: ☆土日でもOKです ☆トイレはお借りしません ☆お茶はご遠慮します. Contact: 株式会社ガーデンエクスプレス ☎03-5933-2811

無料法律相談会

Advertisement for free legal consultation. Includes text: 5月19日(土) 13:30～16:40 会場: 中野サンプラザ7階 研修室7. Contact: 草薙法律事務所 弁護士 川野 浩典 ☎042(720)5911

広告