

**栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはん」と離乳食**

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

**対象** 区内在住で、家族に妊婦または生後8か月未満のお子さんのいる男性

**日時** 10月15日(木)午後1時30分～2時30分

**会場** 中部すこやか福祉センター

**申込み** 9月16日～10月12日に電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。先着8人

**ファミリー・サポート事業予約制会員登録**

中野区社会福祉協議会中野区ファミリー・サポート事業担当

☎(5380)0752 FAX(5380)6027

子育てを地域で手助けする、相互援

助活動の利用・協力会員の登録を事前予約制で受け付けます。

**対象** 利用会員＝区内在住で子育ての援助を受けたい方、協力会員＝区内在住・在勤・在学が隣接区にお住まいで、子育ての援助をしたい20歳以上の方

**日時** 9月14日(月)・29日(火)、いずれも午前9時45分～正午で、同内容

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 9月7日から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ



**健康・福祉**

**あなたもなれる！市民後見人～養成講習説明会～**

中野区成年後見支援センター  
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

後見制度などについて弁護士から学び、市民後見人の候補者養成講習の説明を聞きます。

養成講習受講の要件などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会HPをご覧ください。

**日時** 10月8日(木)午後2時～4時

**会場** 産業振興センター

**申込み** 9月7日～10月2日に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着40人

**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

日常生活を有償でお手伝いする、区民同士の支えあい活動です。

20歳以上で、家事や介護のお手伝いのできる協力会員を募集しています。

**日時** 9月17日(木)午前10時～11時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 9月16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

**お子さんのいる方におススメのサイトはこちら**

簡単 おいしい

**保育園給食の献立と人気料理レシピ**

区HPで、保育園給食の献立や子どもたちに人気のレシピ、調理のポイントを紹介中。離乳食献立と作り方も。栄養満点で喜ばれるメニューばかりです。



▲こちらからアクセス



▲中野区食育マスコットキャラクター「うさごはん」

**子育て応援サイト「子育てナビ」**

子育てに関する手続きや相談窓口、休日当番医などをご覧になれます。ぜひ、ご利用を。



▲区HPトップページの「関連サイト」にバナーがあります

**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	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		
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321		
		小川クリニック	内	大和町2-46-4	(5327)4664		
		武田内科クリニック	内・循	江原町3-5-10-202	(3950)3836		
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909		
		田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3	(3380)2622		
9月6日(日)	薬局	荒牧歯科医院☆	歯	大和町1-64-10	(5356)7273		
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912		
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971		
9月13日(日)	当番医	中川薬局中野本町店		本町6-6-3	(3380)7037		
		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		
		すぎやまクリニック	内・小	鷺宮1-27-5 3階	(3223)1275		
		橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355		
		新井クリニック	内	東中野3-10-12 3階	(5331)3383		
		三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313		
		熊谷歯科医院☆	歯	東中野3-6-2-105	(3371)0844		
		9月13日(日)	薬局	アックア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
				青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
カメイ調剤薬局中野南台店				南台2-9-3	(5328)2313		
9月20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		
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9	(5327)5835		
		井上医院	内	松が丘1-2-16	(3386)6194		
		東中野クリニック	内・神経内	東中野1-58-12	(3361)2732		
		本郷診療所	内	本町4-26-2	(3381)5456		
		はいばら歯科医院☆	歯	野方3-15-14	(3385)6480		
		9月20日(日)	薬局	むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
				豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117
				アイン薬局東中野店		東中野1-58-11	(3366)9505

☆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)

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、診療が中止になる場合があります。最新の情報は区HPでご確認ください。

**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・PHSからは  
**#7119**  
ダイヤル回線  
☎(3212)2323

**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。  
☆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

新渡戸記念中野総合病院 (中央4-59-16) ☎(3382)9991	診療日	年中無休
	受付時間	午後6時30分～9時45分
	診療時間	午後7時～10時

**お葬式のこと**  
電話でご相談できます！  
一日葬や密にならないお葬式がいいわ...  
お気軽に問合せください。  
ご相談・資料請求  
0120-7-09832  
東京都中野区中野5-52-15 中野ブロードウェイ1F

**たけうちアイクリニック**  
眼科:白内障日帰り手術実施  
様々な目の病気、ご相談ください。  
白内障・網膜硝子体・眼瞼・涙道の手術治療に力を入れています。  
院長 竹内 裕貴  
日本眼科学会認定 眼科専門医  
診療 午前9:00～12:00  
時間 午後2:30～5:30  
休診日/木曜・土曜午後・日曜・祝日  
\*月・水曜は手術および予約診療  
03-5848-8582 練馬区貫井3-4-7  
takeuchi-eyeclinic.com 西武池袋線「富士見台駅」徒歩1分

**お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を!**  
中野区を中心に、地元密着を基本として活動する植木屋です。庭木一本からでも、お手入れ承ります。見積は無料!  
0120-283691  
フリーダイヤル  
ニワサギロクイバシ  
鷺六造園 中野区鷺宮6-28-6-211  
URL http://www.sagirokuzoen.com  
メールアドレス info@sagirokuzoen.com

**ZOOM 無料法律相談会**  
相続問題、借金問題、賃貸借・売買、その他法律問題かどうかからなくてもお気軽にご相談ください。  
相談時間 40分  
9月25日(金) 18:00～20:40  
会場:中野サンプラザ7階 研修室7・8  
相談ご希望の方は、事前に電話又はメールにてご予約ください。当会HP (http://zenkikai.net/)  
相談会責任者(予約先) ※土・日・祝日を除く10:00～17:00  
古川・横川法律事務所 弁護士 古川孝二 (東京弁護士会)  
03(6205)8406 kfurukawa.fac@gmail.com  
主催:東京弁護士会法友全期会(東京弁護士会所属の弁護士グループ)