

食の安全・安心展 ～ご存知ですか？食中毒のリスクとその予防方法について～

食品衛生係(中野区保健所)
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

日時 8月17日(火)～19日(木)午前8時30分～午後5時

会場 区役所1階区民ホール ☆当日直接会場へ

肉は中心部までよく焼いて 食べましょう

最近、鳥刺し、とりわさなど肉の生食を原因とする、カンピロバクター食中毒や腸管出血性大腸菌食中毒が都内で発生しています。

生レバーや豚肉(内臓含む)は、生食用としての販売が禁止されています。鶏肉やその他の食肉も、生で食べると食中毒になることがあります。「新鮮だから生でも安全」というのは間違いです。肉を食べるときは中心部まで、しっかり加熱しましょう。

女性の健康講座～意外と知らない 女性ホルモンと生理のおはなし～

南部すこやか福祉センター
(弥生町5-11-26)
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

握力測定やお口の体操なども実施。講座はZoomでも同時配信します。

対象 区内在住・在勤・在学の12歳～64歳の方

日時 9月9日(木)午後2時～3時30分

会場 南部すこやか福祉センター

講師 寺内智子氏(寺内医院院長)

申込み 8月12日～9月3日に電子申請か、電話で、南部すこやか福祉センターへ。先着20人。保(先着5人)希望の方はあわせて申し込みを ☆Zoom(先着30人)の申し込み方法も前記と同じです

9月は「食生活改善普及運動月間」 食に関するパネル展

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

日時 9月8日(水)・9日(木)午前9時～午後4時30分

会場 区役所1階区民ホール

☆当日直接会場へ

「不妊専門相談」と 「ほっとピアおしゃべり会」

母子医療助成係/3階
☎(3228)5623 FAX(3228)5657

日程 9月11日(土)

会場 区役所9階会議室

内容・時間・人数

不妊専門相談=午後2時30分～4時30分 ☆一人当たり30分程度。先着3人(初めての方限定)

ほっとピアおしゃべり会=午後2時30分～4時 ☆先着5人程度

申込み 8月23日～9月10日に電子申請か、電話または直接、母子医療助成係へ ☆両方への参加も可

不妊検査・治療費助成もご利用を

医療費等の一部を助成します。対象などについて詳しくは、区HPをご覧ください。

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)4323 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 9月13日、10月25日、11月8日、来年1月24日、3月14日、いずれも月曜日、午後1時30分～3時 ☆1回のみ参加も可

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 8月12日～各開催日の3日前に電子申請か、電話で、北部すこやか福祉センターへ。各日先着12人 ☆詳しくは、区HPで確認を

講演会「イチからわかる！成年後見のしくみと使い方」

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

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月10日(金)午後2時～4時

会場 産業振興センター

講師 八杖友一氏(弁護士)

申込み 8月12日～9月6日(日曜日、第3月曜日を除く)に下記二次元コードからか、電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着40人。講座名、氏名とふりがな、電話番号 ☆Zoom(先着50人)でも同時配信。メールアドレスを明記の上、前記と同様に申し込みを



申し込みはこちら

からだのバランス測定会 体組成測定

産業振興センター(中野2-13-14)
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

対象 区内在住・在勤の方

日時 9月12日(日)午前10時～午後4時

会場 産業振興センター

申込み 8月12日～9月8日に産業振興センターHPで申し込むか、電話、ファクス、または直接、同センターへ。先着90人。講座名、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

「ドローイングから知る大人の塗り絵講座」

地域生活支援センターせせらぎ
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

対象 区内在住の精神障害のある方とその家族、支援者、関心のある方

日時 9月16日(木)午後2時30分～4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 8月17日～9月15日に電話で、「せせらぎ」へ。先着10人

8月11日～9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	
8月15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
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		武医院	外・皮・小	東中野1-59-14	(3368)8597
		新中野内科クリニック	内・消内	本町4-45-9 4階	(6382)5270
	薬局	田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3	(3380)2622
		前原歯科医院☆	歯	中央4-39-10	(3381)7816
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		中川薬局中野本町店		本町6-6-3	(3380)7037
8月22日(日)	当番医	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
		大場診療所	内・小	大和町3-40-6	(3330)0073
		新橋医院	内・消	新井2-10-3	(3385)2800
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
	薬局	みやびハート&ケアクリニック	内・循	中央3-35-4	(5385)3880
		中島歯科医院☆	歯	松が丘1-17-2-106	(3388)0189
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		栄真堂薬局		大和町3-44-2	(3337)2510
		むさしの薬局新井店		新井2-3-15	(3388)3987
8月29日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		哲学堂石井内科医院	内・消	江古田1-1-4	(5906)5010
		やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階	(3382)2525
	薬局	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		森山歯科医院☆	歯	中央4-53-3 1階	(3381)5939
		アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
9月5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
		いたばしクリニック	内・外	大和町1-27-3	(5356)1623
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13	(3228)1555
		中野新橋内科クリニック	内・循・内分・泌・糖尿	弥生町2-20-18	(6383)3201
	薬局	白川クリニック	内・外	南台2-51-8 1階	(6382)5011
		矢崎歯科医院☆	歯	大和町1-12-7	(3338)2295
		中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
		なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13	(5942)6080
		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

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)8998
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