

「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 11月6日(土)

会場 区役所7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 10月21日～11月5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

不妊検査や治療への助成があります

不妊検査等助成・特定不妊治療費助成について詳しくは、区HPで確認を。

「ピアカウンセリングを共に学ぶ」

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 11月13日(土)・14日(日)、いずれも午後1時15分～4時30分。全2回

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

参加費 500円(テキスト代など全回分)

申込み 10月21日～11月12日に電話で、「せせらぎ」へ。先着10人

歯科相談

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

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 11月12日(金)午後1時～3時30分 ☆一人当たり30分程度

会場 中部すこやか福祉センター

申込み 10月22日～11月11日に電話、ファクスまたは直接、中部すこやか福祉センターへ。先着4人。住所、氏名とふりがな、年齢、電話番号、ファクス番号、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢

こころの病のある方の家族セミナー「地域で安心して暮らすために」

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

対象 区内在住の方

日時・内容 11月7日＝精神科医による病気の理解と対応、21日＝災害への備え ☆いずれも日曜日、午後1時30分～3時30分。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 10月22日～各開催日の2日前の正午に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着17人

健康経営「リラックスストレッチとバランストレーニング」

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 11月20日(土)午前10時～11時

会場 産業振興センター

申込み 10月21日～11月17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15人。氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

今から備える!災害時の食事の工夫

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 管理栄養士による災害時の知恵や食事の工夫についての話と調理実演

対象 区内在住の18歳～64歳の方

日時 11月30日(火)午後1時30分～2時30分

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 11月1日～26日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着10人



▲ポリ袋を使った調理の例

10月20日～11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          |            |
|------------|-------|--------------|--------------|---------------|------------|
| 10月24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 |
|            |       | 小金澤医院        | 内・循          | 江原町3-35-8     | (3951)5621 |
|            |       | ちひろこどもクリニック  | 小            | 野方5-22-8      | (3339)6658 |
|            |       | 中野中央クリニック    | 内・小          | 中央2-59-18 2階  | (5332)5429 |
|            | 薬局    | 三五医院         | 内・神経内        | 南台2-6-8       | (3381)0313 |
|            |       | ジョージ歯科☆      | 歯            | 中野3-34-31 3階  | (3384)1384 |
|            |       | むさしの薬局新井薬師店  |              | 新井1-26-6      | (5380)3935 |
|            |       | 東京中央薬局       |              | 中央2-59-18     | (3362)1441 |
|            |       | カメイ調剤薬局中野南台店 |              | 南台2-9-3       | (5328)2313 |
| 10月31日(日)  | 当番医   | 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 |
|            |       | 美穂診療所        | 内・小・消        | 鷺宮5-3-14      | (3990)1208 |
|            |       | 宮地内科医院       | 内・小          | 上高田1-35-9     | (3361)1858 |
|            |       | 堤耳鼻咽喉科医院     | 耳鼻咽喉         | 本町2-42-15     | (3372)4701 |
|            | 薬局    | セイメイ内科       | 内・循          | 中央1-25-5      | (5389)2972 |
|            |       | はいばら歯科医院☆    | 歯            | 野方3-15-14     | (3385)6480 |
|            |       | アクア薬局        |              | 江古田2-24-14    | (3389)5411 |
|            |       | 茜調剤薬局中野坂上店   |              | 本町2-42-15     | (6300)6122 |
|            |       | ことぶき薬局末広橋店   |              | 中央1-25-3      | (3227)1907 |
| 11月3日(水・祝) | 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 |
|            |       | 武田内科クリニック    | 内・循          | 江原町3-5-10-202 | (3950)3836 |
|            |       | 中野の森クリニック    | 小            | 上高田1-37-11    | (3361)1381 |
|            |       | 山田医院         | 産婦・小・内       | 中野2-14-17     | (3384)3555 |
|            | 薬局    | ハートケア銀河クリニック | 内・心内         | 本町2-50-12 2階  | (5371)0909 |
|            |       | 長井歯科医院       | 歯            | 本町6-26-14     | (3380)2371 |
|            |       | 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 |
|            |       | 中野中央薬局       |              | 中央4-60-5      | (6304)8530 |
| ライフ薬局      |       | 中野2-11-5     | (3380)9393   |               |            |

☆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<br>(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)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

広告

区報に広告を掲載しませんか  
広報係／4階  
☎(3228)8805 FAX(3228)5645  
区内全域に約20万部、各戸配布しています。料金や規格などについての詳しい資料を郵送しますので、問い合わせを。

屋根ふきかえ・塗装工事  
雨漏り緊急対応  
リフォーム全般 ご相談・お見積り無料  
創業 昭和62年 東京都建設業許可  
株式会社 山野  
中野区新井 1-19-1  
フリーダイヤル 012-012-4699

庭木1本からお手入れOK!  
お約束  
☑土日もOKです  
☑トイレはお借りしません  
☑お茶はご遠慮します  
なかの区報を見た方へ  
生垣剪定(幅1m・高さ2m) 通常2,200円を1,100円  
先着10名様  
ガーデンエクステル  
東京北支店: 練馬区土支田3-19-12  
☎03-5933-2811

積水ハウスのサービス付き高齢者向け住宅  
「グランドマストシリーズ」は、介護事業所・診療クリニックと連携した高齢者向け賃貸住宅です。  
グランドマスト江古田の杜  
自由な生活 24時間有人管理 広いお部屋  
参加費無料 完全予約制 個別内覧会  
10/27(水) 第1部 10:30～ 第2部 13:00～ 第3部 15:30～  
※上記日程以外でも見学可能です。下記までご連絡ください。各回2組様限定【申込締切日:前日の18時まで】  
資料請求 国土交通大臣免許(1)第9129号(公社)東京都宅地建物取引業協会(公社)全国宅地建物取引業保証協会 〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1 新宿メインタワー tel.03-5350-3900 ホームページ http://www.grandmast.jp  
積和グランドマスト株式会社 ☎0120-815-823 営業時間 9:00～18:00 定休日 土曜日・日曜日・祝日(夏期・冬期休業は別途ごまします)

広告