

3月は

東京都自殺対策強化月間

気づいてください 体と心の限界サイン

精神保健支援係(中野区保健所) ☎(3382)2433 FAX(3382)7765

一人で悩まずに相談してください。自殺のサインに気づき、適切な対応を行うゲートキーパーの研修動画を配信中。誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指しましょう。



展示もご覧ください ☆当日直接会場へ

会場・期間 ①中央図書館(中野2-9-7)=2月23日(金・祝)~3月22日(金)、②区役所1階区民ホール=3月11日(月)~14日(木)、③中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側=3月1日(金)~28日(木)
☆①は図書館の開館日時、②は午前9時~午後5時

中野区こころといのちの相談窓口

相談日時 平日午前8時30分~午後5時 下記のすこやか福祉センターで相談できます

南部	弥生町5-11-26 ☎(3380)5551 FAX(3380)5532	中部	中央3-19-1 ☎(3367)7788 FAX(3367)7789	北部	江古田4-31-10 ☎(3389)4323 FAX(3389)4339	鷺宮	若宮3-58-10 ☎(3336)7111 FAX(3336)7134
----	--	----	--	----	--	----	---

「自殺防止!東京キャンペーン」特別相談

フリーダイヤル特別相談

3月1日(金)~7日(木)、各日午後8時~翌日午前2時30分
☆4日は午後10時30分、5日は午後5時開始
☎0120(58)9090 (東京自殺防止センター)

自殺予防いのちの電話

3月10日(日)午前8時~翌朝8時
☆上記以外の3月中は毎日午後4時~9時
☎0120(783)556 (日本いのちの電話連盟)

東京都自殺相談ダイヤル

~こころといのちのほっとライン~
3月27日(水)~31日(日) ☆期間中は24時間対応
☎0570(08)7478 (ナビダイヤル)

多重債務110番

3月4日(月)・5日(火)各日午前9時~午後5時
☎(3235)1155 (東京都消費生活総合センター)

有終支援いのちの山彦電話-傾聴電話-

月・木曜日を除く3月中 各日正午~午後8時
☎(3842)5311

自死遺族のための電話相談

3月5日(火)~8日(金) 各日午前11時~午後4時
☎(3796)5453 (グリーンケア・サポートプラザ)
3月11日(月)~13日(水)各日午前10時~午後5時
☎(3261)4350 (全国自死遺族総合支援センター)
毎週火・水・金曜日=午後3時~7時、日曜日=午後1時~5時
☎(5357)1536 (とうきょう自死遺族総合支援窓口)

東京いのちの電話

毎日24時間
☎(3264)4343

返済できない借金でお困りの方は「多重債務110番」のご利用を

消費生活センター/1階 ☎(3389)1191 FAX(3389)1199

多重債務問題は必ず解決します。専門家への相談をご利用ください。

☆東京都、法テラス(日本司法支援センター)などとの共催
対象 区内在住・在勤・在学の多重債務でお困りの方

日程 3月4日(月)・5日(火)

会場 区役所1階消費生活センター
内容・時間 消費生活相談員への相談=午前9時30分~午後4時、弁護士への相談=午後2時~4時 ☆弁護士への相談は、原則一人30分。2月21日~相談日前日の平日に、消費生活センターへ電話予約を。各日先着4人

2月20日~3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
2月23日(金祝)	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
	協立内科・脳神経内科クリニック	内・脳神経内	鷺宮4-2-3 1階	(5327)8612
	中野駅前内科クリニック	内・糖尿・内分泌	中野3-36-12 2階	(3382)1071
	やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階	(3382)2525
	くすのき診療所	内・外・脳神経外	中央2-7-8	(3361)0072
	ナオキ歯科クリニック	歯	中央1-35-1 2階	(5389)5386
	はいばら歯科医院	歯	野方3-15-14	(3385)6480
	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
	コバヤシ薬局		鷺宮3-15-10	(3336)5056
2月25日(日)	パレット薬局中野坂上店		中央2-2-22	(6914)0017
	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
	やまぐち内科ハートクリニック	内	上鷺宮2-4-1	(3970)0770
	寺内医院	内・産婦	新井5-31-1	(3386)2267
	かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階	(3227)0603
	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
	歯科奥村医院☆	歯	野方6-12-9	(3338)5418
	いずみ薬局さぎのみや		上鷺宮2-4-1	(5848)3229
	薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14	(5338)0085
3月3日(日)	茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
	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
	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
	美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
	中山レディースクリニック	産婦	東中野3-9-14	(3371)2676
	中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12	(3368)0888
	白川クリニック	内・外	南台2-51-8 1階	(6382)5011
	大石歯科クリニック☆	歯	中野6-28-8	(3360)1270
	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
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)

中野区準夜間子ども救急診療

新渡戸記念中野総合病院(中央4-59-16)
☎(3382)9991

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。

診療日 年中無休 | 受付時間 午後6時45分~9時45分 | 診療時間 午後7時~10時

☆必ず事前に電話で連絡を
☆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せ

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



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