

区民健診は 2月28日までに受診を

区民健診係(中野区保健所) ☎(3382)2429 FAX(3382)7765

国保特定健診や各種がん検診など、区民健診の受診期限は来年2月28日です。医療機関が混み合う場合もあります。早めに受診を。

☆健診(検診)の種類によっては、区への申し込みが必要(申込期限は2月7日)。受診券を紛失した場合は再発行します。詳しくは、区民健診係へ問い合わせを **協会けんぽ被扶養者の方は 年に一度は健診を**

全国健康保険協会(協会けんぽ)の被扶養者(家族)で40歳~74歳の方は、特定健診を受診できます。詳しくは、協会けんぽ東京支部 ☎(6853)6111(平日午前8時30分~午後5時15分)へ問い合わせを。



犯罪被害者相談会

犯罪被害者等相談支援窓口/4階 ☎(3228)5713 FAX(3228)5662

対象 区内在住・在勤・在学の方 日時 11月26日(火)午後1時~3時 会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ。中野・野方警察署との共催

歯科相談

北部すこやか福祉センター(江古田4-31-10) ☎(3389)4321 FAX(3389)4339

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 12月16日(月)午後1時~3時45分 ☆一人当たり30分程度

会場 北部すこやか福祉センター

申込 11月25日~12月12日に電話、ファクスまたは直接、北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、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢

目の不自由な方の読み書きをお手伝いしませんか 代筆・代読支援者養成研修

障害者施策推進係/3階 ☎(3228)8832 FAX(3228)5662

対象 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方

日時 12月20日(金)午前9時~午後4時40分

会場 区役所7階会議室

参加費 2,000円(テキスト代)

申込 11月21日~12月6日に電話または nakashikyo-navix309@clock.ocn.ne.jpで、NPO法人中野区視覚障害者福祉協会事務所 ☎(6382)6444へ。先着28人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、障害福祉に関わった経験の有無とその内容

侵入箇所や駆除方法を学ぼう 「ネズミ対策パネル展」

衛生環境係(中野区保健所) ☎(3382)6662 FAX(3382)6667

期間 12月13日(金)~19日(木)

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側 ☆当日直接会場へ

成年後見講座「自分で決める自分の終活~いつまでもあなたらしく過ごすための任意後見制度~」

中野区成年後見支援センター/4階 ☎(5380)0134 FAX(5380)0591

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 12月19日(木)午後2時~4時

会場 区役所1階

申込 11月21日~12月13日に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

Dr.セルフチェック測定会

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

内容 肌年齢や血管年齢などを測定し、専門家によるカウンセリングを実施

対象 区内在住の勤労者・在勤の方

日時 12月21日(土)午前10時~午後3時 ☆1時間ごとに5回実施(正午開始はなし)

会場 産業振興センター

申込 11月21日~12月18日に産業振興センターHPで。各回先着10人

11月20日~12月5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 weekends and holidays from Nov 20 to Dec 5.

☆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

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す

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) パソコンやスマホからは「医療情報ネット(ナビイ)」 https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp

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

屋根ふきかえ・外壁塗装 リフォーム全般 ご相談・お見積り無料 株式会社 山野 012-012-4699

12月のあすなろ葬祭セミナー 相続のはなし 12月4日(水) 14:00~ 参加料:500円(税込) 03-5318-2876

遺産分割がまとまらない 相続預貯金を使いこまれていた 遺留分の請求をしたい・された 相続問題は相続を得意分野にする弁護士にご相談ください。 吉口総合法律事務所 03-6382-4640

外壁・屋上の防水/総合リフォーム MARUTOMO マルトモ 03-5380-0065(代) https://www.marutomo1994.co.jp/

中野区シルバー人材センター 会員募集中 03-3366-7971