

### 歯科医師による 歯と口の無料相談会

在宅療養推進係/5階  
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

中野区歯科医師会の医師に、お口の悩みごとなどを相談できます。

**対象** 区内在住の方  
**日時** 4月11日(木)午後1時~3時  
**会場** 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ

### 点字講習会

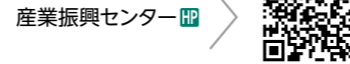
障害者福祉会館(沼袋2-40-18)  
☎(3389)2171 FAX(3389)2175

**対象** 区内在住・在勤・在学の方  
**日時** 5月8日、5月15日~9月4日の隔週水曜日、午前10時~11時30分。全10回  
**会場** 障害者福祉会館  
**参加費** 3,000円程度(教材費)  
**申込** 4月8日~5月2日の平日午前9時~午後5時に電話で、障害者福祉会館へ。先着10人

### 職場で気軽にリフレッシュ 「リフレッシュヨガ」

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

**対象** 区内在住の勤労者・区内在勤の方  
**日時** 5月11日(土)午前10時~11時  
**会場** 産業振興センター  
**申込** 4月8日~5月8日に産業振興センター☎で。先着15人



## 4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	
4月7日(日)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整外・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
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3	(5345)6166
		新橋医院	内・消	新井2-10-3	(3385)2800
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12	(3368)0888
		おだ歯科医院☆	歯	鷺宮3-7-7 1階	(6383)0218
4月14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
4月14日(日)	当番薬局	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
		フジ薬局		野方4-19-2	(3386)8854
		むさしの薬局新井店		新井2-3-15	(3388)3987
		おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・外・整外	中央4-4-2	(6382)4880
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		田中歯科医院☆	歯	中野5-52-15-410	(3387)6850
4月14日(日)	当番薬局	アコア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		フラワー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122

☆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)

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

## 身体障害・知的障害のある方などは都営交通無料乗車券の更新を

在宅福祉係/1階 ☎(3228)8953 FAX(3228)5665

**対象** 有効期限を迎える都営交通無料乗車券を持ち、次のいずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳か愛の手帳を持っている
  - ②戦傷病者手帳を持っている
  - ③被爆者健康手帳と、厚生労働大臣(厚生大臣)の認定書または健康管理手当証書を持っている
  - ④生活保護受給世帯
  - ⑤児童扶養手当受給世帯
  - ⑥中国残留邦人等に対する支援給付を受けている(またはその配偶者)
  - ⑦児童養護施設などに入所している
- ☆いずれもシルバーパスをお持ちの方は対象外。④⑤は世帯で1人のみ発行可

**申込** 現在お持ちの都営交通無料乗車券と、上記①~⑦の資格を確認できる手帳や認定書、受給者証明書などを持って、有効期限の切れる月の1日以降に右記の場所へ

### 磁気式の都営交通無料乗車券をお持ちの方

すこやか福祉センター、地域事務所、区役所1階障害者福祉相談窓口へ

### ICカード式(PASMO)の都営交通無料乗車券をお持ちの方

- ①~③の方=直接、都営地下鉄の定期券発売所へ(有効期限経過後、12か月までは同様の手続き可)
- ④~⑦の方=次の窓口で更新確認書を受け取ってから、都営地下鉄の定期券発売所へ

### 更新確認書の発行窓口

すこやか福祉センター、地域事務所、区役所内の各担当窓口(④⑥=2階生活支援呼び出し窓口、⑤=3階子ども総合窓口、⑦=1階障害者福祉相談窓口) ☆区内には、都営地下鉄の定期券発売所はありません。大江戸線の新宿駅・練馬駅などのご利用を。④~⑦の方で有効期限が過ぎた場合は、区で磁気式券の発行を受けてからICカードとともに持参の上、手続きを

### 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す

広告

**積水ハウスグループのシニア向け賃貸マンション(サービス付き高齢者向け住宅)**  
人生100年時代を楽しみたい60歳以上の方々へ ~賃貸形式の幸せな新しい住まいを検討してみませんか?~

●おすすめポイント | 多世代交流型住宅 ●おすすめポイント | 「都立家政」駅より徒歩3分

グランドマスト 江古田の杜 東京都中野区 江古田3-14-2

グランドマスト 中野若宮 東京都中野区 若宮3-27-2

個別内覧会開催 先ずはお気軽に見学へお越しください!

グランドマスト江古田の杜 4月11日(木)・18日(木)  
グランドマスト中野若宮 4月9日(火)・13日(土)

①人生100年時代、今後の資金を考え入居一時金・礼金・更新料不要の住まい  
②遠方に住む親が無事に暮らしているのが不安な方へすぐに会いに行ける「近居」という選択  
③外出・面会制限が無く、悠々自適な自分らしい暮らし

お問い合わせの際は「なかの区報を見た」とお伝えください。  
お問い合わせ先 ☎0120-815-823  
営業時間/9:00~18:00 定休日/土曜・日曜・祝日 担当:川口

**シニあん 訪問マッサージ**  
中野区全域訪問可能! ご自宅/施設で待ってただけ!

シニあん 医師の同意のもと健康保険が使えます!

☆国家資格者☆あん摩師/鍼灸師が行う 訪問リハビリマッサージ/訪問鍼灸

練馬区豊玉北4-23-9アーバンテラス練馬202  
毎日8~22時まで受付中!  
☎0120-684-481

公益社団法人 **中野区シルバー人材センター**

あなたにとっての「働くよろこび」「健康づくり」  
シルバー人材センターで実現してみませんか!

**会員募集中**

ご要望の多い仕事  
●家事援助(掃除・洗濯・調理など)  
●育児支援(子供の送り迎え、保育補助など)  
●除草作業 ●屋内外清掃  
●広報誌の配布など

入会資格  
●原則満60歳以上の健康で働く意欲がある方  
●地域貢献を目指すシルバー人材センターの活動趣旨にご賛同頂ける中野区民の方  
●年会費2,000円

入会ご希望の方はお気軽にお電話を!  
受付時間 平日午前9時~午後5時(土・日・祝日除く)  
〒164-0011 東京都中野区中央2-22-10-101  
TEL.03-3366-7971