

健康・衛生



介護相談・交流カフェ 「一人で抱えない介護のコツ ～助っ人は必須!～」

介護に役立つお話のほか、介護経験のある支援者による相談会を行います。▶日時:3月26日(土)午後2時～4時▶場所:街かどケアカフェはるのひ(北保健相談所内)▶講師:介護離職防止対策促進機構理事/飯野三紀子▶定員:10名(先着順)▶申込:電話で同所☎5399-5347

ペット相談

獣医師がしつけや病気などについて無料で相談を受け付けます。※ペットを連れての来場はご遠慮ください。▶日時:3月8日(火)午後1時30分～4時30分▶場所:区役所アトリウム▶申込:当日会場へ ※電話相談☎3993-1111(代表)もできます。▶問合せ:生活衛生課管理係☎5984-2483

食品を扱う方などへ ～保健相談所での腸内細菌検査 (検便)は終了します

3月23日(水)以降に検査を希望する方は、民間の登録検査機関に申し込んでください。登録検査機関など詳しくは、お問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。▶問合せ:生活衛生課管理係☎5984-2483

場所(保健相談所)	最終受付日
石神井	3/14(月)
北・関	3/16(水)
豊玉・光が丘・大泉	3/22(火)

高齢者



はつらつシニアクラブ ～「はつらつ度」測定します

体組成(脂肪や筋肉の量など)、血管年齢、骨の健康度などの測定やフレイルチェック(心身の活力低下の

有無を確認)などを行い、アドバイスをします。また、運動や文化活動など近隣で活動している団体の紹介も行います。 ※ペースメーカーを使用の方は一部の測定ができません。 ※申し込みは1人1会場です。▶対象:区内在住の65歳以上の方▶定員:各50名(先着順)▶区の担当:介護予防係▶申込:電話でスポーツクラブネサンス石神井公園☎5910-3975(午前11時～午後7時)

場所	日程
サンライフ練馬	3/16(水)
東大泉地区区民館	3/18(金)

※時間はいずれも9:30～12:00。

子ども・教育



新小学1年生に⑤医療証を送付

健康保険に加入している区内在住の中学生までのお子さんを対象に、医療費を助成しています。新小学1

年生となるお子さん(平成27年4月2日～28年4月1日生まれ)の医療証は、4月1日(金)に⑤医療証(乳幼児対象)から⑥医療証に切り替わります。新しい⑥医療証は、3月9日(水)から順次発送します。4月になっても届かない場合はご連絡ください。

また、中学生までのお子さんの保護者で、⑤医療証をお持ちでない方は、申請が必要です。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。▶問合せ:児童手当係☎5984-5824

令和3年度私立幼稚園の入園料・保育料などの助成申請をお忘れなく

私立幼稚園などに通うお子さんの保護者に、入園料と保育料の一部を助成しています。3年度分の申請をしていない方は、3月31日(木)までに申請してください。 ※4月以降に入園する場合は、入園後に申請してください。▶申込:幼稚園にある申請書に記入の上、幼稚園係☎5984-1347

区ホームページで紹介 専門医のコラム第2弾

「みんなが知りたい、コロナのこと」

新型コロナウイルスの感染拡大により、外出自粛や社会活動の制限が続いています。コロナ禍が日常生活に及ぼす影響について医師が語るコラムを、区ホームページに掲載しています。ぜひ、ご覧ください。▶問合せ:健康づくり係☎5984-4624

テーマ	医師
コロナ禍でのこころの守り方	陽和病院院長/牛尾敬
コロナ禍での糖尿病対策	菅原医院院長/菅原正弘
コロナ禍で妊娠出産を無事に乗り切るために	順天堂練馬病院/荻島大貴
コロナ禍の子どものお口の健康を守るために!	あけみ小児歯科クリニック院長/川端明美



お子さんの予防接種をお忘れなく

4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種を済ませましょう。特にMR(麻しん風しん混合)第2期の定期予防接種は、小学校就学前の1年間が接種期間で、3月31日(木)が接種期限です。予診票がない方はご連絡ください。▶問合せ:予防係☎5984-2484

8月開設 特別養護老人ホームの入所者を募集

(社福)香南会が設置・運営する特別養護老人ホームおおいずみの里(大泉町4-20)の入所者を募集します。▶対象:次の①②のいずれかに当てはまる方 ①介護保険の要介護3～5と認定された方②要介護1・2と認定され、地域包括支援センターで特例基準に該当すると判断された方のうち、居家で介護を受けることが困難な方▶定員:ユニット型(108名)、短期入所(ショートステイ、12名)▶区の担当:地域包括支援係▶申込:地域包括支援センターやおおいずみの里開設準備室(東大泉1-37-13和田第2ビル4階)で配布する申込用紙に記入の上、3月31日(消印有効)までに郵送で開設準備室☎6904-5950 ※区内の特別養護老人ホームに関することは、担当地域の地域包括支援センターへ。

3月の休日医療関係機関

急病者の応急診療を行います。

必ず健康保険証をお持ちください。往診はしません。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、診療内容や診療体制を変更する場合があります。事前に各機関へ電話で確認してください。

▶問合せ:地域医療課☎5984-4673

●休日急患診療所

	場所	受付日時
小児科	練馬区夜間救急こどもクリニック(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎3994-2238 ※小児科専門医が診療。	平日の20:00～22:30 土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30、18:00～21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
	練馬休日急患診療所(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階)☎3994-2238	土曜の18:00～21:30 日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30、18:00～21:30 ※予約不要。 ※15歳以下の方は保護者同伴。
内科・小児科	石神井休日急患診療所(石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階)☎3996-3404	日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30 ※当日、電話で要予約。
歯科	練馬歯科休日急患診療所(豊玉北6-12-1 区役所東庁舎3階)☎3993-9956	日曜・祝休日の10:00～11:30、13:00～16:30 ※当日、電話で要予約。

●休日診療当番医療機関

診療科目を必ず電話で確認の上、来院してください。

▶診療時間:日曜・祝休日の午前9時～午後7時

浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290

●テレホンサービス

- 東京消防庁救急相談センター
「救急車を呼ぶべきか迷ったら…」
携帯電話など ☎#7119
ダイヤル回線 ☎3212-2323
- 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303(毎日24時間自動応答)
- 東京消防庁救急病院案内
練馬消防署 ☎3994-0119
光が丘消防署 ☎5997-0119
石神井消防署 ☎3995-0119

●休日施術当番接骨院

認め印を必ずお持ちください。

▶施術時間:午前9時～午後5時

6日(日)	コマツモ接骨院(豊玉上1-8-2)	☎3991-1231
	紅の葉接骨院(石神井町3-19-14)	☎6763-3022
	日高アスリート接骨院(関町北2-28-3)	☎6882-3979
13日(日)	豊玉上サイトウ接骨院(豊玉上2-20-4)	☎6914-5320
	おおで整骨院(田柄1-26-11)	☎3939-7535
20日(日)	学園通り整骨院(大泉学園町4-23-8)	☎5387-3560
	小間沢接骨院(早宮4-25-3)	☎5999-1550
	大幸接骨院(旭町1-15-11)	☎5997-3232
21日(祝)	花道接骨院(石神井台8-22-1)	☎3922-2634
	ごとう接骨院(桜台2-1-5)	☎3994-7804
27日(日)	サイトウ田柄接骨院(田柄3-7-17)	☎5848-8034
	池島接骨院(関町北2-31-7)	☎3920-5556
	篠整骨院(栄町36-5)	☎3991-6623
	塚田接骨院(石神井町3-27-7)	☎3996-0397
	愛身堂接骨院(大泉学園町7-14-22)	☎3923-6789