



医療、健康

医療

休日診療・救急医療のご案内

休日急患診療所

土曜日の夜間、休日などに急患の診療を行っています。薬は原則1、2日分の処方となります。受診の際はマイナ保険証または資格確認書、各種医療証(お持ちの方はお薬手帳)をお持ちください。

※医師の判断により薬の処方日数を延長する場合があります。

	場所	診療日時
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 ☎050-5810-4682 (予約専用) ☎3994-2238 (問合せ)	平日 午後8時～10時30分 土・日・祝休日・年末年始(12月29日～1月3日) 午後6時～9時30分 ※保護者同伴 ※予約可
	練馬休日急患診療所 豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階 ☎050-5810-4682 (予約専用) ☎3994-2238 (問合せ)	土曜 午後6時～9時30分 日曜・祝休日・年末年始(12月29日～1月3日)
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 ☎050-5526-1262 (予約専用) ☎3996-3404 (問合せ)	午前10時～11時30分 午後1時～4時30分 午後6時～9時30分 ※15歳以下の方は保護者同伴 ※予約可
	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・年末年始(12月29日～1月3日) 午前10時～11時30分 午後1時～4時30分 ※当日、電話で要予約

※予約可…開始30分前～終了1時間前に練馬区医師会ホームページまたは電話で各診療所へ。



休日当番医療機関

受診の際はマイナ保険証または資格確認書、各種医療証をお持ちください。往診は行いません。

休日診療当番医療機関

医療機関が交代で各月の休日医療機関となります。その月の当番医療機関は毎月1日発行の「ねりま区報」や区ホームページでお知らせします。

診療時間 日曜・祝休日・12月29日～1月3日の午前9時～午後7時

※必ず当日事前に連絡してから受診してください。

※当日診療可能な診療科目については確認してください。

病院名(住所)	電話
練馬総合病院(旭丘1-24-1)	☎5988-2290
大泉生協病院(東大泉6-3-3)	☎5387-3111
田中吉祥寺病院(関町南3-9-23)	☎3920-6263
浩生会スズキ病院(栄町7-1)	☎3557-2001
久保田産婦人科病院(東大泉3-29-10)	☎3922-0262
川満外科(東大泉6-34-46)	☎3922-2912
忠医会病院(高松3-6-11)	☎5848-8761

休日歯科診療当番医療機関

ゴールデンウィーク期間中(4月28日～5月6日)の日曜・祝休日と12月29日～1月3日に当番で診療を行います。詳しくは「ねりま区報」や区ホームページでお知らせします。

休日施術当番接骨院

毎月1日発行の「ねりま区報」や区ホームページでその月の当番接骨院をお知らせします。

医療機関の電話案内など

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」 ☎5272-0303

電話・ファクスで24時間受付

ファクス FAX5285-8080(聴覚障害者用)

外国語による相談(午前9時～午後8時)

☎5285-8181

(英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語)

医療情報ネット(ナビイ)

全国の医療機関・薬局について検索・情報収集ができます。

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>



東京消防庁救急相談センター ☎#7119

救急車を呼ぶべきか迷うときなどの救急相談を24時間受け付けています。

(ダイヤル回線の場合) ☎3212-2323

東京消防庁救急病院案内

問 各消防署→121p参照

24時間救急医療機関を案内しています。

区内医療機関の案内

かかりつけ医の案内

問 練馬区医師会医療連携・在宅医療サポートセンター

☎3997-0121

平日:午前9時～午後5時/土曜:午前9時～正午

医療機関の案内

問 生活衛生課医務薬事係

☎5984-1352

区内の医療機関の案内をしています。

区内の医療機関名簿→123p参照

相談

相談名	内容	日時	相談先
健康相談	病気や健診結果の見方、食生活、歯科、禁煙に関する相談(予約制)		
おとなの歯みがき相談	歯科衛生士による歯みがきの仕方などの相談、唾液によるお口の状態のチェック(予約制) ※唾液によるチェックは、むし歯や歯周病を診断するものではありません。		
アスベストに関する健康相談	アスベストに由来する疾患についての健康相談	各保健相談所にお問い合わせください。	管轄の保健相談所→25・108p参照
精神保健相談	心の病気や精神的な問題に関する相談(予約制) ・こころの健康相談 ・子育てこころの相談 ・うつ相談 ・思春期相談・ひきこもり相談 ・酒・ギャンブルなど依存、家族相談 ・大人の発達障害相談		
精神保健福祉相談	こころの健康に関わる内容、アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症に関する相談、思春期の問題などの相談	電話相談 平日 午前9時～午後5時 面接相談 平日 午前9時～午後5時 (電話相談により面接が必要とされた場合、予約)	東京都立中部総合精神保健福祉センター ☎3302-7711
	精神的な問題で困った時や、よく眠れない、やる気がでない、死にたくなるなどつらい時の相談	毎日 午後5時～10時 (受付は午後9時30分まで)	東京都夜間こころの電話相談 ☎5155-5028
	仕事、人間関係、孤独や不安などでつらい気持ちを抱えている方のお話を相談員が伺い、必要に応じて専門の支援機関を紹介	電話相談 毎日 正午～翌日午前5時30分 LINE相談(相談はとLINE@東京) 毎日 午後3時～11時 (受付は午後10時30分まで)	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～ ☎0570-087478 相談はとLINE@東京
	精神疾患や障害に関するさまざまなこころの悩みを抱える方(都内在住・在勤・在学の本人および家族)のための総合相談窓口	LINE相談(相談はとLINE@東京) 毎日 午後5時～10時 (受付は午後9時30分まで)	 友だち登録はこちらから
医療に関する相談	都内にある病院(20床以上)に関する相談	平日 午前9時～正午、午後1時～5時	東京都医療安全支援センター「患者の声相談窓口」 ☎5320-4435
	区内の診療所(クリニック、医院など)に関する相談	平日 午前9時～午後5時	生活衛生課医務薬事係 ☎5984-1352
感染症に関する相談	結核、その他感染症に関する相談	平日 午前9時～午後5時	保健予防課感染症対策担当係 ☎5984-4671

乳幼児の健康に関する相談→41p参照

練馬区Instagram「ねりま健すたぐらむ」

問 健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624

健康に関する講座やイベント情報、コラム等を発信します。



©2011練馬区ねり丸



練馬区Instagram「ねりまde野菜レシピ」

問 健康推進課栄養食育係 ☎5984-4679

旬の野菜を取り入れたレシピや食育の情報を発信します。また、区内農業者の方がおススメする野菜レシピや、ねりまの食育応援店が提案するレシピも発信します。



©2011練馬区ねり丸



講習会・教室

問 保健相談所→108p参照

保健相談所では、生活習慣病予防教室など、さまざまな講習会や、教室を催しています。

詳しくは「ねりま区報」でお知らせします。

体操

ねりま健康いきいき体操

問 健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624

「練馬区の歌一わが街・練馬」に合わせ、子どもから高齢者まで取り組める健康体操です。体操は座位と立位の2通りです。区ホームページで動画配信しています。

ねりま ゆる×らく体操

問 健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624

骨や筋肉、神経、腱などの運動器の働きを整え健康寿命を延ばすことを目的に作られた、誰でも気軽に取り組める体操です。区ホームページで動画配信しています。

ねりま お口すっきり体操

問 健康推進課歯科保健担当係 ☎5984-4682

リズムミカルな曲に合わせて行うお口の体操です。お口の周囲の筋肉をストレッチすることで、いつまでもおいしく食事をし、会話を楽しむための体操です。区ホームページで動画配信しています。

予防接種

問 保健予防課予防接種係 ☎5984-2484

子どもの予防接種 →42p参照

妊婦の予防接種 →42p参照

成人の予防接種

定期助成

帯状疱疹

次のいずれかに当てはまる方に費用の一部助成を行っています。

- ・令和8年度中に、65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方
 - ・接種日現在60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級程度の障害がある方
- ※過去に帯状疱疹予防接種の助成を受けたことがある方は対象外です。

高齢者用肺炎球菌

65歳の方と、60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級程度の障害がある方に費用助成を行っています。

※過去に高齢者用肺炎球菌ワクチンを受けたことのある方は助成対象外です。

インフルエンザ(10月～翌年1月)

65歳以上の方と、60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級程度の障害がある方に、費用助成(接種期間中1回のみ)を行っています。

新型コロナ(10月～翌年3月)

65歳以上の方と、60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級程度の障害がある方に、費用助成(接種期間中1回のみ)を行っています。

任意助成

風しん抗体検査・予防接種

19歳以上で、次のいずれかに当てはまる方に、風しん抗体検査・予防接種の費用助成を行っています。

- ・妊娠を希望している女性
- ・妊娠を希望している女性の同居者(同居者とは住民登録上の住所が同一の場合をいいます)
- ・妊娠している女性の同居者

※過去に風しん予防接種の助成を受けたことがある方は対象外です。

麻しん抗体検査・予防接種

19歳以上で、次のいずれかに当てはまる方に、麻しん抗体検査・予防接種の費用助成を行っています。

- ・0歳児の同居者
- ・妊婦の同居者

※過去に麻しん予防接種の助成を受けたことがある方は対象外です。

健康診査・がん検診など

乳幼児の健康診査

→41p参照

成人の健康診査 対象年齢は、翌年3月末時点の年齢です。

問 健康推進課成人保健係

☎5984-4669

名称	対象
30歳代健康診査	30～39歳の方
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険に加入している方
75歳健康診査	75歳の方
医療保険未加入者健康診査	以下のいずれかに該当する40歳以上の方 ・生活保護受給中などの理由により医療保険に加入していない ・中国・樺太残留邦人等の方で支援給付を受給している
肝炎ウイルス検診	30歳以上でこれまで検診を受診したことがない方
眼科(緑内障等)健康診査	40・45・50・55・60・65歳の方
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性
成人歯科健康診査	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方
長寿すこやか歯科健診	76・80歳の方

※75歳以上の方は無料。前年度住民税非課税世帯の方、生活保護受給中の方、中国・樺太残留邦人の方で支援給付を受給中の方は無料(事前に申請が必要な場合があります)。

*特定健康診査・特定保健指導(国民健康保険)→35p参照

がん検診 対象年齢は、翌年3月末時点の年齢です。

問 健康推進課成人保健係

☎5984-4669

名称	対象
胃がん検診(胃部エックス線検査)	40歳以上で前年度に区の胃がん検診(胃内視鏡検査)を未受診の方
胃がん検診(胃内視鏡検査)	50歳以上で前年度に区の胃がん検診(胃内視鏡検査)を未受診の方
乳がん検診	40歳以上で前年度未受診の女性
子宮がん検診(頸部細胞診検査)	20歳以上で前年度未受診の女性 ※体部細胞診も実施する場合があります。
肺がん検診(胸部エックス線検査)	40歳以上の方 ※50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×年数)が600以上の方は、かくたん細胞診検査も実施する場合があります。 ※加熱式タバコについては「カートリッジの本数」を「喫煙本数」とします。
大腸がん検診	40歳以上の方
前立腺がん検診	60・65歳の男性

※75歳以上の方は無料。前年度住民税非課税世帯の方、生活保護受給中の方、中国・樺太残留邦人の方で支援給付を受給中の方は無料(事前に申請が必要な場合があります)。

HIV/エイズ・性感染症相談、検査

相談

問 管轄の保健相談所→25・108p参照

各保健相談所で受け付けています。

検査(無料・匿名・予約制)

問 豊玉保健相談所

☎3992-1188

豊玉保健相談所で、HIV検査・梅毒検査を原則月に1回金曜に実施します。その他の性感染症検査(クラミジア・淋菌)は、6月、12月のHIV検査・梅毒検査と同時に希望する方に実施します。

※検査内容が変更される場合がありますので、事前にお問い合わせください。

※事前に予約が必要です(匿名)。

予約受付方法 区ホームページから申し込み

<https://www.city.nerima.tokyo.jp/hokenfukushi/hoken/kenkoshinsa/hiv.html>



東京都の検査・相談窓口(無料・匿名・予約制)

問 東京都HIV等検査予約センター

☎050-3801-5309

東京都新宿東口検査・相談室、多摩地域検査・相談室などでHIV検査・梅毒検査および相談ができます。

予約受付方法

・電話 午前10時～午後8時(年末年始を除く)

・東京都HIV等検査予約サイト

<https://yoyaku.metro.tokyo.lg.jp/>



医療、健康

医療費などの助成

名称	概要	問合せ
難病医療費助成(都制度)	認定された疾病(難病)について、医療費の自己負担が原則2割になります。また、自己負担には月額の限度額があります。 ※難病医療費助成を受けている方は、練馬区心身障害者福祉手当を受給できる場合がありますので、 →65pの手当の項目をご覧ください。	
B型・C型肝炎ウイルス肝炎治療医療費助成制度(都制度)	B型・C型肝炎のインターフェロン治療およびB型肝炎の核酸アナログ製剤治療、C型肝炎のインターフェロンフリー治療にかかる医療費を助成する制度です。	保健相談所→108p参照 保健予防課管理係 ☎5984-2484
大気汚染医療費助成(都制度)	大気汚染の影響を受けると推定される疾病にかかっている方に対し、疾病の治療に要した医療費を助成する制度です。	
石綿(アスベスト)助成	石綿(アスベスト)により健康被害を受けた方およびそのご遺族への救済制度です。	
肝がん・重度肝硬変医療費助成制度(都制度)	肝がん・重度肝硬変治療研究促進事業の受付を行っています。一定の条件を満たす方へB型・C型肝炎ウイルスに由来する肝がん・重度肝硬変の入院または通院治療費の一部を助成します。	保健予防課管理係 ☎5984-2484
骨髄等提供者支援事業	骨髄・末梢血幹細胞を提供した方(ドナー)やドナーが勤務する事業所に助成金を交付する事業です。	
自立支援医療(精神通院医療)(都制度)	精神疾患を理由として通院している方の医療費を助成する制度です(精神通院のみ、入院は除く)。	保健相談所→108p参照 保健予防課精神保健係 ☎5984-4764
結核に関する助成	結核の治療を受けている方へ医療費を助成する制度です。	保健予防課感染症対策担当係 ☎5984-4671
アピアランスケア費用助成	がん等の疾病やその治療、外傷により外見(アピアランス)の変化があった方へ、ウィッグ・胸部補整具等の購入費用等を助成します。	健康推進課健康づくり係 ☎5984-4624

- ❑ 妊産婦の医療費に関する助成→42p参照
- ❑ 子どもの医療費に関する助成→42p参照
- ❑ 障害者の医療費に関する助成→66p参照
- ❑ ひとり親家庭の医療費に関する助成→70p参照