

〈7面から続く〉

子 妊婦ごはんとおーラルケア

時2月1日(木) 13:30~15:00
場碑文谷保健センター(碑文谷4-16-18)
内妊娠中の栄養とレシピの実演、口のトラブルやセルフケア
師歯科医師 呂英美氏ほか
対妊娠中のかたと同伴者
定8組(先着)
申区(コード16)で、1月4~30日に、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、☎5722-9330)へ



子 はじめての歯みがき練習

時2月7~28日の毎週水曜日9:30~11:00(1組20分程度)
場総合庁舎本館3階保健予防課、碑文谷保健センター(碑文谷4-16-18)。居住地により異なる
内歯科衛生士が教える歯みがきのポ

イント
対歯が8本程度生えてきた10カ月~1歳5カ月の乳幼児と保護者
定各3組(先着)
申1月4日から、電話で、保健予防課保健サービス係(☎5722-7057、☎5722-9508)、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、☎5722-9330)へ

講演会「子どものアレルギーと気管支喘息(ぜんそく)予防」(オンライン開催)

時2月10日(土) 10:00~11:00
内アレルギーの最新情報・治療ほか。会議アプリWebex(ウェブックス)を使用
師昭和大学医学部小児科学講座教授 今井孝成氏
申区(コード17)、電話で、1月21日までに、健康推進課公害保健係(☎5722-9407)へ



相続登記の無料相談会

閩都市計画課庶務係(☎5722-9197、☎5722-9338)

法改正により、4月から相続登記が義務化されます。「祖父母名義のままの土地が地方にある」「自宅は亡くなった夫名義かも」など、不動産の相続登記についての疑問を、司法書士に相談できる個別無料相談会を開催します。

時①1月22日②2月5日③2月26日④3月4日⑤3月11日の月曜日 13:00~16:00
場総合庁舎本館1階西口ロビー
定各15人(先着)※空きがあれば当日も受け付け
申電話で、各回の前日までに、東京司法書士会目黒支部(さくら司法書士事務所内☎6421-4240)へ

オンラインによる無料相談なども実施

詳細は東京司法書士会「総合相談センター」(☎3353-9205)へお問い合わせいただくか、同会(コード18)をご覧ください。



ボランティア募集

閩めぐるボランティア・区民活動センター(☎3714-2534、☎3714-2530)

デイサービスのシーツ交換を手伝う
時毎週(木) 11:00~13:00
場特別養護老人ホーム駒場苑(大橋2-19-1)

ミニデイサービスで高齢者とゲームなどを通して交流する
時毎月第1~3(月) 13:00~15:00
場下目黒住区センター(下目黒2-20-19)

落ち葉堆肥を作り、無農薬で草花・野菜・果樹を育てる
時毎週(土) 10:00~12:00
場中目黒公園(中目黒2-3-14)

他にも募集しているボランティアがあります。詳細は、めぐるボランティア情報検索サイト(コード19)をご覧ください



ミニデイサービスで高齢者と体操などのプログラムを通して交流する
時毎週(月)~(水) 13:00~15:00
場上目黒住区センター(祐天寺2-6-6)

お茶出しや手芸、折り紙を使った小物づくりなどを通して高齢者と交流する
時毎月第1~3(月) 10:00~12:00
場自由が丘住区センター宮前分室(八雲3-22-15)

休日・土曜日・平日夜間などの診察・調剤案内ほか

※事前連絡が必要です

年末年始(5年12月29日~1月4日)・休日診療

内科・小児科		
鷹番休日診療所	(土)17:00~21:30 (年末年始・休日)9:00~11:30、 13:00~21:30 鷹番2-6-10 目黒区医師会館別館内	☎3716-5311
中目黒休日診療所	(年末年始)9:00~11:30、 13:00~21:30 (休日)9:00~11:30、13:00~16:30 上目黒2-19-15 総合庁舎別館内	☎5721-6110
八雲休日診療所	(年末年始・休日)9:00~11:30、 13:00~16:30 八雲1-1-8 区民キャンパス心身障害者センター内	☎5701-2492
平日夜間小児初期救急診療	(1月5日以降の月~金)19:30~22:15 大橋2-22-36 東邦大学医療センター大橋病院内	☎3468-1251

調剤

鷹番休日薬局	(土)17:00~22:00 (年末年始・休日)9:00~22:00 鷹番1-7-11 クレール鷹番101	☎3792-6260
中目黒休日薬局	(年末年始)9:00~22:00 (休日)9:00~17:00 上目黒2-19-15 総合庁舎別館内	☎3792-6190
八雲休日薬局	(年末年始・休日)9:00~17:00 八雲1-1-8 区民キャンパス心身障害者センター内	☎5701-2587

歯科 9:00~11:30、13:00~16:30

5年12月29日(金)	国際デンタルクリニック駒沢 東が丘2-12-24 下目黒歯科内科 中町1-6-13	☎3418-0242 ☎3760-8877
5年12月30日(土)	岡田歯科医院 柿の木坂1-32-17 後藤歯科医院 祐天寺2-3-7	☎5729-0648 ☎3712-9733
5年12月31日(日)	メイプル歯科診療所 中根2-1-11-2階 湯浅歯科医院 碑文谷6-6-3	☎3724-1609 ☎3712-6961
1月1日(祝)	清田歯科医院 八雲1-11-15 桑名歯科医院 洗足2-23-14	☎3717-8070 ☎3786-0648
1月2日(火)	西岡歯科医院 自由が丘1-13-14-3階 野澤歯科 中目黒5-28-21-2階	☎3717-4514 ☎5725-0121
1月3日(水)	芳賀歯科クリニック 碑文谷4-15-6 野村歯科医院 八雲4-1-16	☎5721-8148 ☎3723-3780
1月4日(木)	あさの歯科クリニック 平町1-26-16-3階 風間歯科医院 祐天寺2-7-24	☎5731-3755 ☎3715-0648
1月7日(日)	大沢歯科医院 八雲1-3-17	☎3718-1651
1月8日(祝)	池田歯科診療室 柿の木坂1-31-9	☎5726-0418
1月14日(日)	はしもとデンタルクリニック 原町1-11-6	☎3719-4182

医療を探す 東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303(24時間受け付け)
医療の相談 区内診療所の相談・苦情ほか 医療相談窓口専用電話 ☎5722-6852

新型コロナウィルス感染症

一般相談、医療機関の案内、自宅療養者からの健康相談
 東京都新型コロナ相談センター
 ☎0120-670-440(無休、24時間)
 電話での相談が難しい場合は☎4510-4515

ワクチン接種についての問い合わせ ※1月4日から受け付け
 目黒区新型コロナ予防接種課ヘルプデスク
 ☎5722-7053、☎5722-7048
 (月~金曜日8:30~17:00、12月29日~1月3日、祝・休日を除く)