

子ども相談室「めぐろ はあと ねっと」

友達や学校でのトラブルなどで悩んでいませんか。1人で悩まず、相談してください。

電話 ☎0120-324-810

窓口 こども家庭センター利用者支援係(総合庁舎別館2階。要予約)

時 毎週水～土曜日10:00～17:00  
(12月28日～1月4日、祝・休日を除く)

対 18歳未満のかた・保護者、子どもに関わりのあるかた

問 同センター利用者支援係(☎5722-9392)



🚩 サークル紹介

めぐろスローエアロビックサークル

時 毎月3回(火)10:30～11:30  
場 高齢者センターなど  
¥ 入会金1,000円、  
会費月額2,000円  
問 ☎3719-3705

ゆうゆう健康太極拳

時 毎月2回(木)13:20～14:50  
場 鷹番住区センター  
¥ 入会金1,000円、  
会費1回1,000円  
問 ☎090-8683-3609

DanceR(ズンバ)

時 毎月2回(水)(金)10:00～11:40、  
13:30～15:15  
場 めぐろパーシモンホールなど  
¥ 入会金なし、会費1回800円  
問 ☎080-6709-8042

えふでCLUB(トールペイント)

時 毎月第1～3(金)10:30～14:00  
場 碑住区センター  
¥ 入会金1,000円、  
会費1回1,600円  
問 ☎090-9320-3485

ダンスA(ストレッチ、ウォーキング)

時 毎週(土)9:15～11:00  
場 田道住区センター三田分室  
¥ 入会金なし、会費月額3,000円  
問 ☎3713-3487

目黒ボッチャクラブ

時 毎月3回(火または金)  
12:30～15:00  
場 中央町さくらプラザ  
¥ 入会金2,000円、会費月額1,000円  
問 ☎090-8501-7779

主に区内公共施設で活動している趣味のサークルで、営利性・政治性・宗教性のないものを紹介しています。入会・申し込みなどは当事者間で。区は関与しません。  
問 広報広聴課(☎5722-9486、FAX5722-8674)

掲載依頼  
方法は  
こちら >>>



👋 ボランティア募集

ゆうゆうクラブのお手伝い

地域の高齢者と体操や朗読、小物作り、ゲーム、折り紙などを行うミニデイサービスです。温かな雰囲気の中、みんなでアイデアを持ち寄り、楽しく活動しています。ぜひ見学にお越しください。

時 毎週水曜日、第1・3・4火曜日、第2・4月曜日13:00～15:00  
場 上目黒住区センター

問 めぐろボランティア・区民活動センター  
(☎3714-2534、FAX3714-2530)

他にも募集している  
ボランティアがあります。  
詳細はこちら >>>



🏥 年末年始(12月29日～1月4日)、休日・土曜日、平日夜間などの診療・調剤案内

※事前連絡が必要です

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、13:00～16:30、 17:00～21:30 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、13:00～16:30、 17:00～21:30(休日)9:00～11:30、13:00～16:30 総合庁舎別館内	☎5721-6110
八雲休日診療所 ※インフルエンザ流行期 (2月まで)のみ開所	(12月29日を除く)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 (祝・休日を除く)の 19:00～21:45	月・火曜日 ロコクリニック中目黒 青葉台1-23-4 水・木曜日 東邦大学医療センター大橋病院 大橋2-22-36 金曜日 総合病院厚生中央病院 三田1-11-7	☎5722-6565 ☎3468-1251 ☎3713-2141

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	☎3792-6260
中目黒休日薬局	(年末年始)9:00～22:00(休日)9:00～17:00 総合庁舎別館内	☎3792-6190
八雲休日薬局 ※インフルエンザ流行期 (2月まで)のみ開所	(12月29日を除く)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

12月29日(月)	国際デンタルクリニック駒沢 東が丘2-12-24 松島歯科医院 洗足2-6-12	☎3418-0242 ☎3710-8241
12月30日(火)	後藤歯科医院 祐天寺2-3-7 岡崎歯科医院 目黒本町1-15-21-2階	☎3712-9733 ☎3712-8021
12月31日(水)	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)	みき歯科医院 上目黒 2-49-20 岡田歯科医院 柿の木坂1-32-17	☎3716-3652 ☎5729-0648
1月2日(金)	西岡歯科医院 自由が丘1-13-14-3階 池田歯科診療室 柿の木坂1-31-9	☎3717-4514 ☎5726-0418
1月3日(土)	野澤歯科 中目黒5-28-21-2階 芳賀歯科クリニック 碑文谷4-15-6	☎5725-0121 ☎5721-8148
1月4日(日)	風間歯科医院 祐天寺2-7-24 野村歯科医院 八雲4-1-16	☎3715-0648 ☎3723-3780
1月11日(日)	義典デンタルオフィス 目黒1-4-6-4階	☎5496-4696
1月12日(祝)	大沢歯科医院 八雲1-3-17	☎3718-1651

医療を探す

医療機関・薬局検索  
医療情報ネット(ナビ)



東京都医療機関案内サービス「ひまわり」  
☎5272-0303(24時間対応)

医療の相談

区内診療所の相談・苦情など  
医療相談窓口専用電話☎5722-6852