

休日急病診療

地域生きがい交流事業 参加者募集

日4月1日(土)~7月31日(月) [午前]=9:30~11:30 [午後]=13:30~15:30

※各休館日を除く

対市内在住の60歳以上の方(初心者向け)

¥1講座1回200円※講座終了後集金。材料・用具費などは別途実費負担

申3月2日(木)から電話または直接下表の申し込み先へ※各休館日を除く。9日時点で多数の場合抽選。当選者には23日(木)頃参加証を郵送し、落選者には電話でお知らせ

会場	講座番号	講座名(定員)	実施曜日・時間	申し込み先 ☎(042)
生きがいセンターとくら (戸倉4-14 福祉センター内)	1-1	楽しく筋トレ&ゲーム (25人)	木 午前	生きがいセンターとくら ☎323-5095 休館月曜日・祝日 ※月曜日が祝日の場合は、火曜日も休館
	1-2	たのしい脳トレ運動 (20人)	金 午後	
	1-3	日本画を描こう (15人)	土 午後	
	1-4	やさしい書道教室 (20人)	土 午後	
生きがいセンターこいがくぼ (西恋ヶ窪3-32-6 市民室内プール内)	1-5	セルフケア整体で若返ろう (15人)	火 午前	
	1-6	元気ハツラツ! 笑いヨガ (15人)	水 午後	
	1-7	公代さんのストレッチ (10人)	木 午後	
	1-8	暮らしを彩る折り紙 (10人)	金 午後	
生きがいセンターほんだ (本多5-29-3)	1-9	リラックスヨガ (10人)	火 午前	
	1-10	水彩画に親しもう (10人)	火 午後	
	1-11	はじめてみよう! ハングル (10人)	金 午後	
生きがいセンターひかり (光町3-13-20)	1-12	デッサンを楽しもう (8人)	水 午後	
	1-13	体をほぐすリズム気功 (10人)	水 午後	
	1-14	はじめてのハーモニカ (8人)	金 午後	
	1-15	すこやか太極拳 (8人)	土 午後	
生きがいセンターもとまち (西元町3-18-12 もとまちプラザ内)	1-16	お絵かきカフェへようこそ! (10人)	月 午後	生きがいセンターもとまち ☎359-5321 休館水曜日
	1-17	楽しい舞台朗読 (10人)	火 午後	
	1-18	アートで遊ぼう (10人)	金 午後	
	1-19	笑って元気! 笑いヨガ (10人)	金 午後	
生きがいセンターにしまち (西町3-22-1 西町プラザ内)	1-20	ゆっくり太極拳 (10人)	火 午前	生きがいセンターにしまち ☎575-8883 休館水曜日
	1-21	自分のペースで3B体操 (10人)	木 午後	
	1-22	はじめてのチェアタップ (10人)	金 午後	
	1-23	筆で遊ぼう (10人)	金 午後	

※「生きがいセンターさわやか(さわやかプラザもとまち)」の事業に関しては、指定管理者「NPO法人あおぞら」の<http://aozora.whitesnow.jp/>をご覧ください

休日急病診療

新型コロナウイルス感染症対策のため次の症状がある方は、まず電話で医療機関にご相談ください。

- 発熱や咳などの風邪の症状
- 強いだるさや息苦しさ

診療対象急病患者のみ 注往診不可/各医療機関の場所は暮らしのガイドの「医療機関一覧」または市HP 検索 1001917でご確認ください(電話での場所案内不可)/薬処方時の薬局はその医療機関へご確認ください

- 新型コロナウイルス感染症の検査とインフルエンザの迅速検査は原則不可
- 健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
- 診療科目に小児科がない場合、小児の診察不可の場合あり
- 受付時間は、医療機関によって異なります

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎(042)
3月5日(日)	10:00~13:00 14:00~18:00	たかの内科・脳神経外科クリニック(内・脳神経外科)	本町2-10-9 島田ビル2階 ☎312-4110
		中嶋耳鼻咽喉科(耳鼻)	東元町4-14-1 東元町メディカルビル3階 ☎401-0497
	10:00~18:00	ココカラファイン薬局 国分寺駅前通り店	本町2-10-9 ☎312-4634
		東元町調剤薬局	東元町4-14-1 東元町エムビル101 ☎326-9772
3月12日(日)	9:00~12:00 13:00~19:00	さくま歯科医院	光町1-39-23清慈ビル2階 ☎575-0713
		奥山内科クリニック(内)	泉町3-13-8 ☎321-1115
	10:00~13:00 14:00~18:00	ひとみ眼科クリニック(眼)	南町3-1-28 ☎329-8002
		浅野薬局西国店	泉町3-8-9 ☎328-0012
10:00~18:00	アビック薬局 国分寺南町店	南町3-1-28 飛べない飛行船地下1階 ☎322-2039	
	9:00~12:00 13:00~19:00	西国分寺ひきの歯科	泉町2-9-3泉ビル2階 ☎323-0067

小児救急(24時間) 都立小児総合医療センター(府中市武蔵台2-8-29) ☎(042)300-5111

24時間いつでも利用できます。急な病気やけがの場合にご活用ください

都医療機関案内サービス「ひまわり」

HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

☎(03)5272-0303 FAX (03)5285-8080(聴覚障害者向け専用)

東京消防庁救急相談センター #7119 注ダイヤル回線は☎(042)521-2323

国分寺消防署 ☎(042)323-0119

都こども医療ガイド HP <https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>



みんなで子育て・子育て 3月のイベント

親子ひろば

気軽に立ち寄って、安心して遊び・交流ができる場

対プレマ・プレパバ、主に0~3歳の子どもと保護者

休館日、祝日

実施日時・利用定員・方法市HP 検索1001398(1)をご覧ください

催しもの実施状況市HP 検索1003024(2)をご覧ください



東部	中央	西部
東部地区拠点親子ひろば「BOUKENたまご」 場 南町3-9-25都営住宅1階 ☎(042)312-0414 助産師のいる日/カウンセラーのいる日/外あそび、はじめまして/ちょこっと気になるチョコの日 東恋ヶ窪親子ひろば 場 第一・二東恋ヶ窪学童保育所 ☎(042)323-3822※16日(木)まで ひがしこいがくぼ3丁目よくこう親子ひろば 場 在宅複合福祉施設あじさい苑 ☎(042)300-2088 助産師のいる日/アカデミック・インテリジェンス・トレーニング/医師と話そう 本多親子ひろば 場 本多児童館 問 子ども家庭支援センターぶんちっち ☎(042)572-8138 助産師のいる日/0歳児ママパパ みんなでお話しませんか	泉町親子ひろば 場 都営泉町二丁目アパート集会室 問 子ども家庭支援センターぶんちっち ☎(042)572-8138 助産師のいる日/あつまれ0歳/まめぼち文庫の日 日吉町親子ひろば 場 第一日吉町学童保育所 ☎(042)324-8100※17日(金)まで ひよっこTIME/あすか先生(整体師)の日/ひよこの日 プレイステーション親子ひろば「BOUKENどんどこ」 場 市プレイステーション ☎(042)323-8550 助産師のいる日/ようこそ赤ちゃんタイム/カウンセラーのいる日/管理栄養士のいる日 市民室内プール親子ひろば「コアラッコ」 場 市民室内プール 問 NPO法人コアラッコ子育てサポート ☎(070)4133-4770 助産師のいる日/木のおもちゃのひろば/のびのびひろば/お誕生日会/オンラインひろば	西部地区拠点親子ひろば「ぶんちっちひろば」 場 問 子ども家庭支援センターぶんちっち ☎(042)572-8138 助産師のいる日/あかちゃんとママのホットタイム 北町親子ひろば 場 北町地域センター 問 ファミリーサロン ☎(042)326-2414 ミニ相談会(保健・母性)/鍼灸師のいる日 西町親子ひろば 場 問 にしまち児童館 ☎(042)575-8188 助産師のいる日/おはなしひろば 戸倉親子ひろば 場 問 戸倉学童保育所 ☎(042)324-9700※17日(金)まで

児童館

対0~17歳(幼児は保護者同伴) 10:00~19:00 休館日、祝日、27日(月)

注★は指定管理者※行事の詳細は市HP 検索1001404をご覧ください

本多児童館 ☎(042)322-1140	いずみ児童館 ☎(042)322-8849
絵の教室=6日(月)/おはなしポケット=9日(木)/けん玉=10日(金)/かるた=13日(月)/ほんじどのつどい=20日(月)/サクサク工作「木工作」=22日(水)~24日(金)/スマイルキャッホー=1日・8日・15日・22日(水)	親子の「わ」=7日・14日(火)/お話し会=8日(水)/折り紙=9日(木)/けん玉=13日(月)/工作「プラバン」=16日(木)~18日(土)
もとまち児童館 ★☎(042)359-1488	ひかり児童館 ★☎(042)576-2581
親子の「わ」=2日・16日・23日(木)/幼児向け体操=7日・14日(火)/チャチュケタイム=8日(水)/親子お話し会=9日(木)/1・2年生集まれ=11日(土)/みんなで遊ぼう=22日(水)	なんでも大会=6日(月)/親子の「わ」=6日・13日・20日(月)/けん玉=8日(水)、16日(木)/中高生タイム=10日(金)/スポーツでけんき(A.M.乳幼児・P.M.小学生)=15日(水)/つくろう=20日(月)、22日(水)
しんまち児童館 ★☎(042)324-7489	にしまち児童館 ★☎(042)575-8188
親子の「わ」=6日・13日・20日(月)/親子のつどい=8日(水)、10日(金)、22日(水)、24日(金)/おはなしのくにピッピー=8日(水)/親子で「シャボン玉」=9日(木)/みんなで遊ぼう=14日(火)/工作デー=15日(水)~17日(金)	親子の「わ」=2日・9日・16日・23日(木)/親子の「わ」ベイビーズ=6日・13日・20日(月)/工作「ゴッズアイ」=23日(木)~25日(土)
おもちゃ病院 各児童館で受け付け。7日(火)にもとまち児童館で修理	

お子さんに関わる悩みや子育てに関する心配、不安などの相談

養育困難や児童虐待の相談もできます
子ども家庭支援センターぶんちっち ☎(042)572-8138 FAX (042)572-0481

対0~17歳の子どもと保護者、子育てに関わる方
電話相談 ☎8:30~17:00
来館相談 ☎9:30~17:00(第2・4木曜日は13:00まで)
休館日・月曜日、祝日

児童虐待など緊急性のある場合は下記でも相談できます
小児児童相談所 ☎(042)467-3711 ☎9:00~17:00 休館日、祝日
児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189(24時間対応)

発達に関する悩みや心配ごとの相談(予約制)

こどもの発達センターつくしんぼ ☎(042)325-0070 FAX (042)323-7912
対0~17歳の子どもと保護者 ☎8:30~17:00 休館日、祝日

こま困ったことがあったら
でんわ電話してね



☎(0800)800-9033 (通話料無料)
※つながらない時は ☎(042)572-3725 (通話料有料)
☎8:30~17:00
休館日・月曜日、祝日

凡例 日日時場所会場対象内容講師定員費用申込み方法物持ち物お問い合わせ先HPホームページ検索ページ番号検索アクセスメール託託児あり催主催・共催注注意事項