

スポーツ

学ぶ楽しむ参加する

休日急病診療

1月の体育施設個人開放日予定表

オパール会員証または生きがいセンター利用登録者証を提示すると無料で利用できます
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用人数・時間などの制限や施設利用ルールがあります。
詳しくは各施設へお問い合わせください

市民スポーツセンター ☎(042)326-2211 休1日(祝)~3日(日)・18日(月)	
第一体育室	親子プレイルーム(未就学児)=水曜日12:00~16:00/卓球=水曜日12:00~16:00/バスケットボール=水曜日16:30~21:30/バドミントン=金曜日16:30~21:30/バウンドテニス=9日・23日(土)11:30~15:30
フィットネスルーム	ストレッチ・エアロバイク・ウエイトトレーニング=休館日を除く毎日9:00~22:30 ※初めての方は講習の受講が必要(受付=10:00~20:30)/中学生から可。中学生は保護者の承諾書が必要 ※10日(日)・11日(祝)は成人式のため9:00~16:00使用不可
けやき運動場	ターゲットバードゴルフ=火曜日11:00~13:00/グラウンドゴルフ=金曜日13:00~15:00
戸倉野球場 ☎(042)326-2211 (市民スポーツセンター)	
戸倉野球場	グラウンドゴルフ=火曜日13:00~15:00/ターゲットバードゴルフ=7日(木)・16日(土)・21日(木)11:00~13:00
ひかりスポーツセンター ☎(042)595-8865 休1日(祝)~3日(日)・12日(火)・25日(月)	
第一体育室	バスケットボール=9日・23日(土)9:00~13:00/ミニテニス=15日(金)11:30~15:30/卓球=16日(土)9:00~13:00/スポレク広場=16日(土)14:00~16:30/バドミントン=23日(土)13:00~17:00
フィットネスルーム	ストレッチ・エアロバイク・ウエイトトレーニング=休館日を除く毎日9:00~21:30 ※初めての方は前日の20:00までに講習の予約が必要/中学生から可。中学生は保護者の承諾書が必要
市民室内プール ☎(042)325-6868 休1日(祝)~6日(水)	

1月の西元町ゲートボール広場予定表

21日・28日(木) 9:30~11:00 ※当日直接会場へ ¥無料

※体育施設使用状況と申し込み方法は、市HP <http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1011357/1011397/1002609.html> をご覧ください

→スポーツ振興課(内279)

市民けやき運動場を一般開放します

☑ 毎週月曜日午後3時~5時

☑ どなたでも

☑ 試合形式やチームの練習場所としての利用はできません。利用方法や休場日など詳しくは市HP・施設掲示などをご覧ください

→スポーツ振興課(内278)

学ぶ楽しむ

参加する

■ 相続と遺言の無料相談会

☑ 1月8日(金) 午後1時30分~4時30分
場リオンホール(cocobunji WEST5階) ※当日直接会場へ 内 遺産相続・公正証書遺言など → 都行政書士会国分寺支部 ☎(042)324-5811

■ シルバー人材センター入会説明会

☑ ①1月8日(金) ②21日(木) 午後1時30分~ ※同内容場①福祉センター②ひかりプラザ ☑ 市内在住の60歳以上で就業希望の方定各10人 ¥無料 申1月4日(月)から電話で ※先着順 住所・氏名・年齢が確認できるもの、年会費2,000円(入会希望者のみ) → ☎(042)325-4011

■ ボールルームダンス ジュニアスクール

☑ 1月10日~3月14日の毎週日曜日午後1時~2時30分(全10回)場国分寺ウチダダンススクール(南町2-1-31青木ビル3階) ☑ 小・中学生 ※保護者同伴可 定30人 ¥無料 申1月4日(月)から電話で ※先着順 → (公財)日本ボールルームダンス連盟・早瀬 ☎(042)321-6626 (同ダンススクール)

■ 東京マガジンバンクカレッジ雑誌総合セッション「大学ゼミ成果発表会2021 雑誌と社会のかかわりを語り合おう」

☑ 1月30日(土) 午後2時~4時場Web会議ツールによるオンライン開催 講師 植村八潮さん(専修大学教授) 定120人 ¥無料 ※通信料は自己負担 申1月20日(水)までにHP <https://www.library.metro.tokyo.lg.jp/> で ※多数の場合抽選 →

都立多摩図書館 ☎(042)359-4020

■ 下水道モニター募集

利用者の意見・要望を伺い、効率的で効果的な事業運営を行うため、令和3年度下水道モニターを募集します。

任期 4月1日~令和4年3月31日 ☑ 4月1日現在満20歳以上の都内在住で、HPの閲覧とメールの送受信ができる方 ※公務員、過去にモニターを経験した方、島しょ在住の方を除く ☑ インターネットアンケートの回答など(全4回) 定1,000人程度 ¥謝礼あり(回答数に応じて図書カードを贈呈) 申1月4日(月)~2月28日(日)にHP <https://www.gesui.metro.tokyo.lg.jp/> で ※多数の場合選考 → 都下水道局広報サービス課 ☎(03)5320-6693

■ 自筆証書遺言書保管制度をご利用ください

法務局で自筆証書遺言書の保管が可能

になりました。法務局で長期間適正に保管することにより、遺言書の紛失や改ざんの恐れがなくなります。詳しくは法務省HPまたは各法務局で配布しているパンフレットをご覧ください。お問い合わせください。

→東京法務局八王子支局 ☎(042)670-6240(代表) ※自動音声案内で4を選択

市民掲示板

● 新春初稽古

拳士全員での初稽古や演武の見学ができます。

☑ 1月11日(祝) 午前10時~正午 ※当日直接会場へ場本多公民館 ¥無料 → 少林寺拳法武蔵国分寺支部・森田 ☎(090)9300-2354

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

診療対象は急病患者に限ります。往診は行えません。また当日、各医療機関では急病患者対応のため、電話での場所案内は行えません。暮らしのガイドの「医療機関一覧」または市HPでご確認ください。なお、薬を処方された場合は、処方する薬局をその医療機関へお問い合わせください。

- 新型コロナウイルス感染症検査(PCR検査)およびインフルエンザの迅速検査は、原則できません。
- 健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
- 診療科目に小児科を含まない場合、小児の診察ができないことがあります
- テレフォンサービス ☎(042)322-7700(自動音声案内)

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎(042)
1月1日(祝)	10:00~13:00 14:00~18:00	国分寺病院(内)	東恋ヶ窪4-2-2 ☎322-0123
		くまさんこどもクリニック(小)	南町3-22-27 第2浜仲ビル1階 ☎312-4358
		わに耳鼻咽喉科クリニック	本町3-11-14 メディカルコア国分寺102 ☎359-3733
	10:00~18:00	みどり薬局恋ヶ窪店	東恋ヶ窪4-2-21 ☎329-8038
		アイン薬局国分寺南口店	南町3-22-31 国分寺南町ビル1階 ☎300-6261
		アカシア薬局	本町3-11-14 メディカルコア国分寺101 ☎329-8580
9:00~12:00 13:00~19:00	鷹の台歯科医院	北町1-24-9 ☎323-8060	
	こみね歯科医院	南町3-11-17 尾崎ビル1階 ☎300-4155	
	本町クリニック(整外・内)	本町2-7-10 エssenビル2階 ☎324-6643	
10:00~13:00 14:00~18:00	行野医院(内・小)	戸倉2-26-16 ☎572-4416	
	かわち耳鼻咽喉科(耳鼻)	泉町3-35-1 西国分寺レガ3階 ☎320-5177	
	ふく福薬局	本町2-7-10 エssenビル101 ☎312-4920	
10:00~18:00	いずみ調剤薬局	泉町3-35-1 西国分寺レガ3階 ☎359-3267	
	古川歯科医院	泉町3-26-10 ☎325-1207	
	さくま歯科医院	光町1-39-23 清慈ビル2階 ☎575-0713	
1月2日(土)	10:00~13:00 14:00~18:00	国分寺病院(内)	東恋ヶ窪4-2-2 ☎322-0123
		国分寺南町診療所(内)	南町2-11-11 ☎323-6700
		くみこ恋ヶ窪眼科(眼)	東恋ヶ窪6-2-7 ☎300-0488
	10:00~18:00	みどり薬局恋ヶ窪店	東恋ヶ窪4-2-21 ☎329-8038
		みどり薬局南町店	南町2-11-14 トミービル1階 ☎329-8090
		こいがくぼ調剤薬局	東恋ヶ窪6-2-6 チサカ第一ビル1階 ☎359-7320
9:00~12:00 13:00~19:00	まついけ歯科	東恋ヶ窪5-22-4 2階 ☎326-4188	

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎(042)
1月10日(日)	10:00~13:00 14:00~18:00	小森こどもクリニック(小)	本多2-3-3 国分寺市商工会館4階 ☎322-5585
		国分寺駅おなかのカメラクリニック(消内・内視鏡内科・内)	本町2-2-1 cocobunji EAST2階 ☎323-7722
		東もともち婦人科クリニック(産・婦)	東恋ヶ窪2-11-30 ☎312-0628
1月11日(祝)	10:00~18:00	ノムラ薬局国分寺店	本多2-3-3 ☎312-4241
		松本デンタルクリニック	本町2-13-1 中久ビル1階西側 ☎312-4545
		ケン小児科内科クリニック(小・内・皮)	東恋ヶ窪5-14-1 アメニティ97 1階 ☎320-5045
9:00~12:00 13:00~19:00	10:00~18:00	くろさわ子ども&内科クリニック(小)	本多3-7-25 ☎323-9630
		ひまわり皮膚科(皮・アレ)	本町2-9-12 オリент丹野2階 ☎326-1155
		志宝薬局国分寺店	本多1-4-12 コーポ神山1階 ☎326-5260
9:00~12:00 13:00~19:00	10:00~18:00	もり薬局	本町2-9-12 国分寺オリент丹野102号室 ☎329-1786
		山口歯科医院	本町3-17-2 ☎321-5151

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

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/> ▶ QRコードからもアクセス可 ☎(03)5272-0303 ㊚(03)5285-8080 (聴覚障害者向け専用)

国分寺消防署 ☎(042)323-0119

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

東京都こども医療ガイド

HP <https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/> ▶ QRコードからもアクセス可



凡例 日 日 時 場所 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 物持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ FAX ファクス ✉ メール 託託あり 催主催・共催 注意事項