

# ふれあい館の催し

- 申込開始日の指定がない申込順・抽選の事業は、12月1日(日)午前9時から、来館・電話で各館へ申し込んでください
- 費用の記載がない事業は無料です

## 南千住ふれあい館

☎(3807)1131

### ◆キッズランド

日12月13日・27日の(金) 時午前10時～11時30分 対未就学児と保護者 各30組(当日の先着順)

### ◆音楽ムーブメント

日12月20日(金) 時・対▶午前10時30分～11時…1歳児と保護者 ▶午前11時10分～11時40分…2・3歳児と保護者 各10組(申込順)

日12月6日(金)午前9時から来館・電話で

## 町屋ふれあい館

☎(3800)2011

### ◆町屋倶楽部

日12月3日・17日の(火) 時午後1時30分～2時30分 対50歳以上の方 各15人(申込順) 内脳トレ、簡単な体操、輪投げ、ダーツ等

## 荒木田ふれあい館

☎(3800)1981

### ◆ソーシャルダンス

日令和7年1月12日(日) 時午

後1時～3時 対65歳以上の方 各50人(申込順) 内フリーダンス 対ヒールカバー、手袋

### ◆介護者教室

日令和7年1月18日(土) 時午後1時30分～3時 対中学生以上の方 各20人(申込順)

内更衣・移乗・移動介助

## 東日暮里ふれあい館

☎(3807)6383

### ◆成人ヨガ・ストレッチ

日令和7年1月16日～3月27日の(休)(3月20日を除く、全10回) 時▶午後7時～8時 ▶午後8時15分～9時15分

対18歳以上の方(高校生は不可) 各15人(抽選)

日12月9日(月)～11日(水)に来館・電話で

### ◆成人手芸講習会「干支のぬぐるみ『巳』」

日12月18日(水) 時午前10時～午後3時 対18歳以上の方 各10人(申込順) ¥1000円 締12月10日(火)

## 児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく)

虐待を受けていると思われる子どもに関する相談を24時間・年中無休で受け付けます

## あらかわキッズ・マザーズコール24

☎0120(536)883

妊娠や育児に関する相談を24時間・年中無休で受け付けます

## 小児科の平日準夜間・休日診療 荒川区医師会こどもクリニック

診療時間 ▶(月)～(金)午後7時～午後10時 ※受け付けは、午後6時30分～午後9時30分  
 ▶(土)午後5時～午後9時 ※受け付けは、午後4時45分～午後8時30分  
 ▶(日)・(祝)午前10時～午後1時、午後2時～午後9時 ※受け付けは、午前9時45分～午後8時30分

場所・問合せ 荒川区医師会館1階(西日暮里6-5-3) ☎(3893)1599  
 対象 15歳未満の救急患者(急な発熱等)

## 休日の医療機関

※健康保険証・公費負担の医療証等を持参してください ※小児科は、荒川区医師会こどもクリニック(上記)でも診療しています ※当番の医療機関は変更になる場合があります

必ず電話して受診してください

【休日診療】診療時間 ▶昼…午前10時～午後1時、午後2時～午後5時  
 ▶夜…午後5時～午後9時 ※夜間の受け付けは、午後8時30分まで  
 診療科目 ▶内=内科 ▶小=小児科 ▶外=外科 ▶婦=婦人科 ▶整=整形外科  
 ▶泌=泌尿器科 ▶皮=皮膚科

期日	昼夜	科目	医療機関名	所在地	電話
12月1日(日)	○	内・外	木村病院	南千住1-1-1	(5615)2111
	○	内	日野クリニック	荒川7-4-4-5	(3892)4530
	○	内	宮の前診療所	西尾久2-3-2	(3800)7111
	○	内・外	ひろせ内科外科クリニック	西日暮里5-2-7-2	(3803)6260
12月7日(土)	○	内	南千住病院	南千住5-10-1	(3806)2232
	○	内	尾久橋医院	東尾久8-19-2	(3800)3020
	○	内・小	日下診療所	南千住5-2-1-7	(3803)5831
12月8日(日)	○	内・小	水野クリニック	荒川11-49-2	(3891)0219
	○	内	まる福ホームクリニック	西尾久4-2-7-3	(6807)9810
	○	内	小島医院	西日暮里6-5-7-2	(3893)8569

## 【休日診療(耳鼻咽喉科)】

診療時間 午前9時～午後5時

期日	医療機関名	所在地	電話
12月8日(日)	野中クリニック	東日暮里6-7-9	(3803)6805

## 【休日調剤薬局】

開局時間 ▶昼…午前10時～午後5時 ※◆は午前9時～午後5時  
 ▶夜…午後5時～午後9時

期日	昼夜	薬局名	所在地	電話
12月1日(日)	○	マークスター薬局	荒川7-4-6-1	(3895)1750
	○	きらら薬局	西尾久2-4-1-18	(6240)8086
	○	コスモ薬局西日暮里店	西日暮里5-2-7-2	(5850)5227
12月7日(土)	○	なの花薬局南千住店	南千住5-9-6	(5604)2211
	○	岩崎薬局熊の前店	東尾久8-18-10	(3895)7696
12月8日(日)	○	クローバー薬局	荒川11-49-2	(3805)0384
	◆	つくし薬局日暮里店	東日暮里6-2-1-1	(3801)7415
	○	とまと薬局西日暮里店	西日暮里6-5-4-11	(6807)7275

## 【休日歯科診療】

診療時間 午前9時～午後4時(電話受け付け)

期日	医療機関名	所在地	電話
12月1日(日)	ホワイト歯科三河島	東日暮里6-2-1-4	(3801)8111
12月8日(日)	久野歯科医院	東日暮里1-3-1-2	(3891)0502

問合せ ●荒川区医師会 ☎(3893)2331  
 ●荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601  
 ●荒川区薬剤師会 ☎(3819)0550

医療機関案内サービス ●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ☎(5272)0303  
 ●東京消防庁救急相談センター<24時間> ☎#7119  
 (救急車を呼ぶか迷ったときの相談もできます)

## 日曜日柔道整復施術

施術時間 午前9時～午後7時

期日	施術所名	所在地	電話
12月1日(日)	尾久本町通りタムラマ接骨院	東尾久2-4-8-7	(5692)0809
12月8日(日)	GB5日暮里整骨院	西日暮里2-30-1	(3803)3343

## お酒の飲み方総点検

自分や家族のお酒の飲み方を見直してみませんか。



期日 令和7年1月18日(土) 時間 午後1時30分～3時

会場 ゆいの森あらかわゆいの森ホール

定員 80人(申込順) 内容 健康に配慮したお酒の飲み方等

講師 筑波大学准教授・吉本尚氏

申込み 12月2日(月)～令和7年1月17日(金)正午に電話・荒川区ホームページで、健康推進課保健相談担当☎内線432

## 区民のひろば

区民の皆さんの自主的な活動を掲載するコーナーです。お問い合わせのうえ、ご自身の判断で参加してください。



費用の記載がないものは無料です

### イベント情報

#### ◆みんなで歌おう「琵琶湖周航の歌～西国十番長命寺の謎」・明治唱歌

日令和7年1月21日(火) 時午後1時～4時 所La・ら・ら日暮里(東日暮里6-60-2) 各30人(申込順) 内合唱・解説

¥2000円

☎電話・下記ホームページで、UTABITO(歌旅人)倶楽部・大西☎080(4598)4133  
HP https://utabito-club.jimdofree.com

## 12月CATVマイチャンネルあらかわ

## 番組案内

地デジ11ch

(番組内容は変更になる場合があります)

こんにちは荒川区(午前9時、正午、午後6時・9時から各57分) ▶ウイークリーニュース ▶区からのお知らせ ▶荒川ばん座位体操、あらみん体操 ▶休日の医療機関

1日(日)	2日(月)～8日(日)	9日(月)～15日(日)	16日(月)～22日(日)	23日(月)～31日(火)
特あらかわ福祉まつり 冬の食中毒～ノロウイルスにご用心!	特・甲自然まるかじり体験塾 行・甲子育て交流サロン	特日暮里道灌まつり 行年末に改めてチェック!ごみの出し方とリサイクル	<年末特別番組> 1年を振り返る～荒川区の出来事2024(前編) ※特集・荒川区行政ナビの放送はありません	<年末特別番組> 1年を振り返る～荒川区の出来事2024(後編) ※特集・荒川区行政ナビの放送はありません

あらかわ情報スクエア(午後4時・7時から各57分) ▶区からのお知らせ ▶映像ピックアップ

1日(日)	2日(月)～8日(日)	9日(月)～15日(日)	16日(月)～22日(日)	23日(月)～31日(火)
銀の杖公開講座～音楽フェスタ(後編)	人生100年時代講演会「80代、いよいよ私の人生」(前編)	人生100年時代講演会「80代、いよいよ私の人生」(後編)	健康週間特別セミナー「健康を決める力」(前編)	健康週間特別セミナー「健康を決める力」(後編)

### その他の番組

あらまるNEXT(区内情報番組) 放送時間 毎日午前6時・8時30分、午後1時30分から  
 あらぶんちょ!(荒川区・文京区・千代田区内の地域情報番組) 放送時間 毎日午前11時、午後2時・5時から

### ケーブルテレビの申込み・問合せ

▶東京ケーブルネットワーク荒川サービスステーション ☎0800(123)2600  
 ▶荒川ケーブルテレビ ☎(3894)3888

日(期) 時間 所(会)場・場所 対(対)象 人(定)員 内(容) 講(講)師 持(持)ち物 費(費)用 締(締)め切り 申(申)込方法(申込先) 問(問)い合わせ先 電(電)子メールアドレス HP(HP)ホームページアドレス