


**児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189** 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 小児科クリニック**

**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)

**休日診療当番医** ※必ず電話して受診してください ※健康保険証を持参してください ※小さなお子さんは小児科を受診してください ※当番医は変更になる場合があります

**【内科等】** 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

小児科は、**荒川区医師会小児科クリニック(上記)**でも診療しています

期日	夜間	科目	医療機関名	所在地	電話
12月4日(出)	○	内	南千住病院	南千住5-10-1	(3806)2232
	○	内	尾久駅前内科クリニック	西尾久7-25-3	(5855)0979
12月5日(日)	○	内	南千住内科クリニック	南千住5-31-6	(5615)5311
	○	内	佐藤クリニック	荒川1-7-6	(3891)5828
	○	内	まる福ホームクリニック	西尾久4-27-3	(6807)9810
	○	内	稲富医院	東日暮里6-4-2-5	(3807)0288

診療科目 ▶内=内科 ▶小=小児科 ▶外=外科 ▶婦=婦人科 ▶整=整形外科  
 ※記載がない診療科目は、東京都医療機関案内サービスひまわりにお問い合わせください

**【歯科】** 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5日(日)	山岸歯科医院	町屋1-4-2	(3892)6362

**問合せ** ●荒川区医師会 ☎(3893)2331  
 ●荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601  
 ●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ☎(5272)0303  
 ●東京消防庁テレホンサービス<24時間> ☎(3212)2323

**日曜日柔道整復施術** [施術時間] ▶午前9時～午後1時 ▶午後3時～午後7時

期日	施術所名	所在地	電話
12月5日(日)	足立接骨院	東尾久5-39-19	(3800)3699

**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)

▶こんには荒川区 (午前9時、正午、午後6時・9時から各57分)	1日(水)～5日(日)	6日(月)～12日(日)	13日(月)～19日(日)	20日(月)～26日(日)	27日(月)～31日(金)
▶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 ▶休日診療当番医 特…特集 行…荒川区行政ナビ 手…手話付き放送	特・手空き家利活用 行・手荒川区公式LINEアカウントとCatalog Pocket	特日暮里ファッションデザインコンテスト2021 行子ども読書推進計画	特あらかわの福祉#5 行成年年齢引き下げにあたって	〈年末特別番組〉 ▶1年を振り返る～荒川区の出来事2021(前編) ▶荒川第九演奏会 ※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2021(後編) ▶荒川第九演奏会 ※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)	1日(水)～5日(日)	6日(月)～12日(日)	13日(月)～19日(日)	20日(月)～26日(日)	27日(月)～31日(金)
▶区からのお知らせ ▶映像ピックアップ	荒川区手話言語条例制定3周年記念イベント(後編)	認知症予防講演会「認知症とともに生きる」(前編)	認知症予防講演会「認知症とともに生きる」(後編)	若者向け就労支援セミナー「苦手意識対処法を学ぼう」	高齢期の食生活講演会「人生100年時代を楽しむ食生活」(前編)

**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

**ふれあい館の催し**

- 申込期間の指定がない申込順の事業は、12月1日(水)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

**石浜ふれあい館** ☎(3805)5301  
 ◆創作折り紙講座「干支 寅」  
 日12月13日(月) 時▶午前10時～正午 ▶午後1時30分～3時30分 対20歳以上の方 各5人(申込順) 申12月1日(水)午前9時から電話で

**南千住ふれあい館** ☎(3807)1131  
 ◆ニュースポーツ  
 日12月9日・23日(木) 時午後1時45分～3時 対20歳以上の方 各12人(申込順) 内ポッチャ、モルック

**南千住駅前ふれあい館** ☎(3803)0571  
 ◆駅前ハッピークリスマスタイム  
 日12月18日(出) 時▶午後1時～2時30分 ▶午後3時～4時30分 各60人(申込順) 内フィルムコンサート 締12月15日(水)

**西日暮里ふれあい館** ☎(3819)6945  
 ◆成人手芸講習会「干支の飾り物『寅』」  
 日12月15日(水) 時午前10時～午後1時 対18歳以上の方(高校生は不可) 各10人(申込順) ¥1000円 締12月7日(火)

**結露とカビのおはなし**

結露はカビの原因となり、健康に影響することがあります。

**結露の水はどこから**  
 結露は、屋内で発生した水蒸気が、ガラス窓や壁に触れて冷やされ、水滴になるものです。炊事や浴室からの湯気のほか、衣類乾燥機や食器乾燥機、加湿器、石油・ガスのストーブ等からも多量の水蒸気が発生します。

**結露を防ごう**  
 ●炊事等で発生した水蒸気は、早めに換気をして、外に出しましょう  
 ●就寝前に5分程度窓を開けましょう  
 ●家具は壁から離し、押し入れの中は奥を空け、荷物の下にすのこ等を敷き、空気が流れるようにしましょう

**カビと湿度の関係**  
 カビは、建材や壁紙を傷めるだけでなく、アレルギーの原因にもなります。カビは湿度が60%以上になると発生するため、湿度の管理が重要です。また、カビが多いとダニ等が繁殖しやすくなります。

**カビが生えてしまったときは**  
 水で洗い流せる浴室等では、カビ取り剤を使い、使用後は換気をしましょう。水で洗えない場所は、消毒用エタノールを布に含ませ、カビを中央に集めるように拭き取ります。

**健康で快適な室内環境に**  
 ●意識して換気を行い、ぬれた壁等はこまめに拭き取りましょう  
 ●温湿度計を活用し、室内の温度は17～22℃、湿度は40～60%を保ちましょう

**問合せ** 生活衛生課環境衛生係 ☎内線426

日(期) 時間 所(場) 場(所) 対(対) 対(象) 人(定) 定(員) 内(容) 講(講) 講(師) 持(持) 持(ち) 物 費(費) 費(用) 締(締) 締(め) 切(り) 申(申) 申(込) 込(手) 法(法) 法(則) 申(申) 申(込) 込(先) 問(問) 問(い) 問(ひ) 問(合) 合(せ) 先(先) 電(電) 電(子) 子(メ) メ(ー) メ(ー) ル(ル) ア(ア) ア(ド) ド(レ) レ(ス) HP(HP) HP(ホ) ホ(ム) ム(ペ) ペ(ー) ペ(ー) ジ(ジ) ア(ア) ア(ド) ド(レ) レ(ス)