



病院・歯科・サロン

案内図

施設の番号と地図の番号で位置を確認してくださいね。

- …児童館
- …高齢者会館
- …公園
- …郵便局
- …交番



サロン ママ友・子供どうし・お年寄りのコミュニティスペースがいっぱい!

番号	サロン名	会場	開催日時	料金	内容	連絡先	
1	おおざかい	鷺宮6丁目アパート集会所	毎月最終週の金曜日 (13:30~15:30)	どなたでも 100円	誰でも気軽にお茶を飲みながら、おしゃべりや手芸等を楽しみます。	社協: ☎5380-0751	
2	さぎのみや国際カフェ	鷺宮区民活動センター	毎月6回程度	どなたでも 100円~200円	地域に住む外国人・日本人が気軽に集い、交流を深める場です。	中野区国際交流協会: ☎5342-9169	
3	あいサボ	鷺宮児童館2階	毎月第2火曜日 (10:00~13:00)	4月・1月は第3火曜日 8月は休み 鷺宮在住者 500円 (保険料など)	地域にお住まいの生後3か月~4歳未満の健康なお子さんを預かります。《事前申込要》	中田: ☎3336-9090	
4	駒ちゃんサロン	しらさぎ桜苑	毎月第1水曜日 (13:30~15:30)	どなたでも 100円	スタッフの中に看護師もいて、健康相談や健康チェックができます。お茶のみだけでも参加できます。	社協: ☎5380-0751	
5	コーラスねむの花	鷺宮体育館	毎週月曜日 (13:00~15:30)	どなたでも 月3,000円 (入会金1,000円)	先生より歌の指導を受け、年1回発表会に向け練習しています。《事前申込要》	太田: ☎5364-7185	
6	エラズハウス	個人宅	毎月第4水曜日 (13:00~15:00)	どなたでも 400円 (お茶のみ200円)	お庭付きのサロンで、本格的な珈琲に手作りお菓子・折り紙体験。	社協: ☎5380-0751	
7	楽々関節ストレッチ	鷺宮西住宅第2集会所	毎月第2・第4水曜日 (13:30~15:00)	どなたでも 月額400円 (2回分)	座って出来るストレッチを行っています。どなたでも出来ます。	水口: ☎3330-8868	
8	しらさぎカフェ	しらさぎ動物病院	日・月・火・金 (10:00~12:00) 土(16:00~18:00)	どなたでも ワンドリンク制	里親募集型の猫カフェです。猫とふれあいながらお茶をして寛げます。《事前申込要》	しらさぎ動物病院: ☎3330-5411	
9	ふれあいママサロン	白鷺町会ふれあい館	毎月第2火曜日 (10:00~12:00)	0歳児とそのママ 500円 (白鷺町会員は400円)	0歳児とそのママが対象。助産師がスタッフなので、子育て相談も可能。茶菓子あり。《事前申込要》	木村: ☎080-5509-3962	
10	まちなかサロン白鷺	白鷺町会ふれあい館	毎月第4木曜日 (13:30~15:30)	どなたでも 100円	お茶を飲みながら楽しいひとときを。歌、体操等もあります。	社協: ☎5380-0751	
11	障害児の休日クラブ	鷺宮区民活動センター分室	白鷺 (月4回) (10:00~12:00)	小学生以上のどなたでも 月4,000円	空手の稽古を通じて、柔軟な体を作り、礼儀やコミュニケーションを身に付けます。《事前申込要》	関根: ☎3310-6848	
12	和い和いしらさぎ	白鷺1丁目第37期集会所	毎月第2・4木曜日 (10:30~12:00)	乳幼児親子 200円	親子が気軽に集い「和やか」に「わいわい」と親子の「和」が広がるサロン。	社協: ☎5380-0751	
13	文楽舎	文楽舎	若宮2-21-5	平日 (午後~20:00)	小学生・中学生・高校生 無料	子どもたちが心から安まる居場所と楽しく「活きる」ための「学び」を提案しています。《事前申込要》	文楽舎: ☎3223-4211

地域密着の医療機関だから、心の通う診察が受けられます。

病院	名称	住所	電話番号	診療科目
1	宮嶋メディカルクリニック	若宮 1-25-12	☎3338-7492	内、皮、呼内、アレルギー
2	佐藤医院	若宮 2-23-6	☎3338-0536	内、呼、循、小、胃腸
3	小池小児科医院	若宮 3-2-10 1F	☎3330-0743	小、アレルギー
4	とりつかせいクリニック	若宮 3-36-12 step1,1階	☎3310-3880	内、消内、心内
5	浜野眼科医院	若宮 3-40-12	☎3338-5539	眼
6	つるた鷺ノ宮クリニック	白鷺 1-7-15 マアヤ白鷺1階	☎5373-8460	内、消内(胃腸内科)、糖尿病内科(代謝内科)、小、皮
7	西山耳鼻咽喉科医院	白鷺 2-45-10	☎3330-4195	耳鼻、気食内
8	明野眼科	白鷺 2-49-27	☎3336-8185	眼
9	太田整形外科	白鷺 3-15-10	☎3310-5216	リウマチ、整外、リハビリ、皮
10	霜山医院	鷺宮 1-2-15	☎3330-5880	内、小
11	こころの杜クリニック	鷺宮 1-27-6 青山ビル2階	☎3310-1840	精、心内
12	塩崎クリニック	鷺宮 2-5-7 宮ビル2階	☎5327-3336	内、胃腸、外、肛
13	くすもと皮膚科	鷺宮 3-9-1-102	☎6427-6667	皮
14	ホリスティックメディカルクリニック	鷺宮 3-9-27	☎5356-8170	内、循内、皮
15	若宮診療所	鷺宮 3-11-8	☎3338-7335	内、呼、アレルギー
16	さぎのみや皮膚科クリニック	鷺宮 3-19-1 連城ビル2階	☎5327-3013	アレルギー、皮、小皮、美皮
17	さかい内科クリニック	鷺宮 3-19-15 1階A	☎5327-3670	内、呼、アレルギー
18	さぎの宮の根岸眼科	鷺宮 3-20-3 小野田ビル2階	☎5327-3555	眼
19	沖津医院	鷺宮 3-20-4 鷺宮医療ビル2,3階	☎3339-2865	内、消、循、リハビリ、神内
20	中越整形外科	鷺宮 3-20-9	☎5327-5835	リウマチ、外、整外、リハビリ
21	鷺ノ宮耳鼻咽喉科	鷺宮 3-20-10 707エフ鷺宮1階	☎5327-4187	耳鼻
22	ふじもり耳鼻咽喉科クリニック	鷺宮 3-4-7	☎5373-4133	アレルギー、耳鼻
23	熊谷医院	鷺宮 3-32-5	☎3338-1515	内、外、放
24	曾根クリニック	鷺宮 4-31-2	☎5373-8700	精、心内
25	美穂診療所	鷺宮 5-3-14	☎3990-1208	内、小、消

歯科

1	新海歯科医院	若宮 1-50-2	☎3338-6019	歯
2	もみの木歯科	若宮 2-42-3	☎3338-7776	歯、矯正、小歯、歯外
3	若宮歯科医院	若宮 3-3-11	☎5327-4182	歯、矯正、小歯、歯外
4	石田歯科医院	若宮 3-6-7	☎5373-2737	歯
5	永広歯科	若宮 3-17-7 関根ビル1階C号室	☎3223-3777	歯、矯正、小歯、歯外
6	わかば歯科クリニック	若宮 3-36-12 マイプレ1階	☎3310-1118	歯、矯正、小歯、歯外
7	小木曾歯科医院	白鷺 1-23-8	☎3338-0690	歯
8	鷺ノ宮駅南口歯科	白鷺 1-30-6	☎3338-4510	歯、矯正、小歯
9	しらさぎ歯科医院	白鷺 2-10-10	☎3223-8817	歯、小歯、歯外
10	酒井歯科医院	鷺宮 1-16-7	☎3338-6004	歯
11	とりつかせい歯科医院	鷺宮 1-27-8	☎3337-8815	歯
12	関谷歯科医院	鷺宮 1-30-12 さくらビル2階	☎5373-8724	歯、矯正、小歯
13	みしな歯科クリニック	鷺宮 2-3-2 カドヤビル1階	☎5327-8099	歯、矯正、小歯、歯外
14	さぎのみやファミリー歯科	鷺宮 2-18-8	☎3337-4618	歯、矯正、小歯、歯外
15	おだ歯科医院	鷺宮 3-7-7 鷺宮ビル1階	☎6383-0218	歯外、小歯、矯正、歯
16	こみやま歯科	鷺宮 3-17-5 大勝ビル1階A号	☎5373-4182	歯、矯正、小歯、歯外
17	浦生歯科医院	鷺宮 3-19-5	☎3330-0648	歯
18	熊谷歯科医院	鷺宮 3-32-5	☎5327-5347	歯
19	藤田歯科医院	鷺宮 4-3-4	☎3223-4141	歯外、小歯、歯
20	協立歯科	鷺宮 4-2-3	☎3339-6483	歯、小歯、歯外
21	日野浦歯科医院	鷺宮 4-36-10	☎3330-5193	歯
22	シンデンタルクリニック	鷺宮 4-37-15	☎3223-3718	歯、矯正、小歯、歯外
23	つかさ歯科医院	鷺宮 4-44-9	☎3339-7733	歯

●24時間医療機関のご案内をしています 東京都保険医療機関案内サービス「ひまわり」 ☎5272-0303