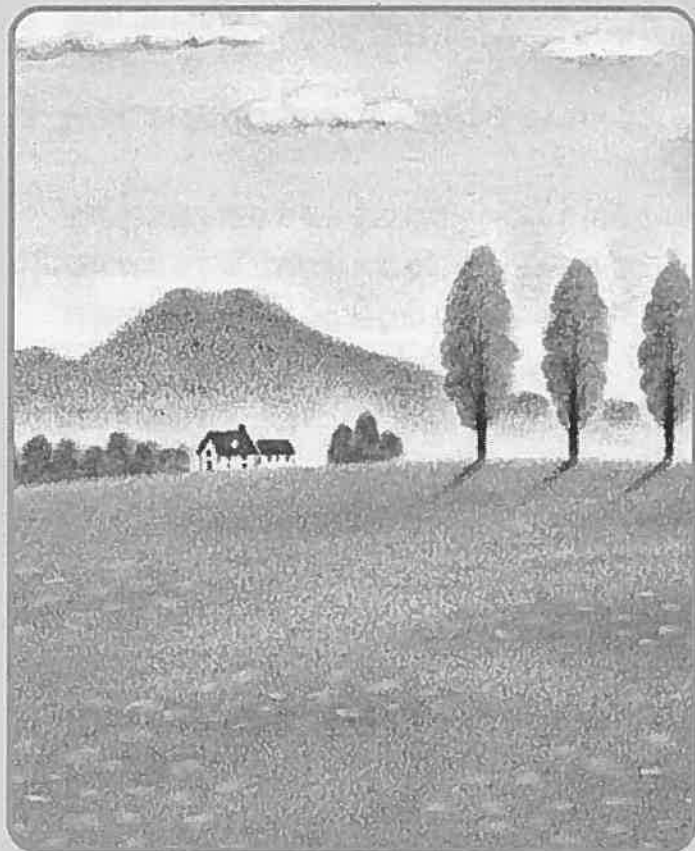


療養の手引



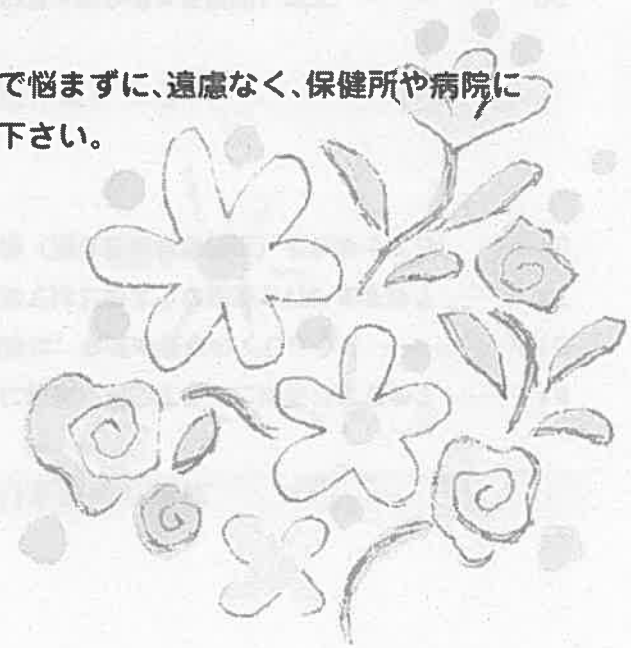
 東京都

この本を手にされたあなたへ

今、この本を手にされたあなたは
「まさか？」…
「どうして私が？」…
「これから、どうしよう…」と
不安な気持ちでいらっしゃることでしょう。

……………
ご心配はいりません。ほとんどの結核は、きちんと治療が終了
するまで確実に薬を服薬し、生活を整えることで治ります。
保健所は、あなたの療養生活を治療が終了するまで支援します。

お1人で悩まずに、遠慮なく、保健所や病院に
ご相談下さい。



目次

I 結核という病気を知ろう

- 結核の主な症状は？ 1
- 結核はどうやって起こる病気ですか？ 2
- いつ結核に感染したのでしょうか？ 3

II 結核を治すために

1 結核治療の基本

- 入院が必要と言われました。どうしてですか？ 4
- 結核の治療はどのように行うのでしょうか？ 5
- 症状が消えたので薬は飲まなくてもいいですか？ 6
- 薬の副作用を疑うとき、どうしたらいいのでしょうか？ ... 7

2 結核菌の検査にはどのようなものがあるのでしょうか？ ... 8

- 3 治療に関わる主な機関の紹介 9
- 治療中の気がりQ & A 10

4 治療終了後の健診

- 治療が終わっても健診は必要でしょうか？ 13
- 経過観察が終われば安心ですか？ 13

III 結核の広がりを防ぐために

- 1 周囲の人に結核が感染することはありますか？ 14
- 2 接触者健診は、なぜ必要なのでしょう？ 15
- 3 接触者健診ではどのような検査を行いますか？ 17
- 4 結核の感染（潜在性結核感染症）がわかったら。 18

IV 保健所に相談しましょう

- 1 結核治療の基本的な流れを説明します。 20
- 2 保健所はあなたの療養を支援します。 21
- 3 結核医療費には、公費負担の制度があります。 22

保健所一覧 24

I

結核という病気を知ろう

結核の主な症状は？

肺結核は最初のうちは症状がほとんどありません。病気が進行すると、せき、たん、発熱（微熱）、体のだるさ、食欲低下などの症状がでます。かぜの症状に似ているため、症状が出始めてからも結核になったことに気付かず、結核の発見が遅れることもあります。

あなたが症状に気付いたのはいつですか？

2週間以上続くせき・たん・発熱は、結核の注意症状です。



【結核は決して過去の病気ではありません。】

現在でも、毎年全国で約1万5千人、東京都で約2,000人の方が新たに結核を発病しています。

特に、東京都では、高齢の方の発病に加えて、若い世代の患者さんが多いのが特徴です。

結核はどうやって起こる病気ですか？

結核菌が体の中に入ることによって起こる病気です。

結核菌は自分では動けません。せきをすると飛沫（しぶき）が飛び散ります。

結核の患者さんの飛沫には、結核菌が含まれていることがあります。それを周囲の人が吸い込むことにより感染します。

また、飛沫の周りの水分が乾燥・蒸発した状態（飛沫核）でも、結核菌は生き続け、空中を漂います。この飛沫核を吸い込むことによって感染することもあります。

多くの場合は、結核菌が体に入っても体の抵抗力により追い出されます。結核菌が追い出されず、体内に残っている状態を「感染」といいます。

そして、「感染」後、結核菌が体内で活動し始めると病巣ができ、せきやたん、発熱などの症状が現れます。

これを「発病」といいます。ただし、「発病」する人は感染した10人のうち、1人か2人といわれており、感染した人全員が発病するわけではありません。



【結核は肺以外にも起こります。】

結核の約9割が肺の結核です。ただし、血液やリンパの流れによって骨やじん臓、皮膚などに病気が起きることもあります。全身のほとんどの臓器が結核に冒されるおそれがあるのも、結核の特徴です。

特に乳幼児は、重症の結核性髄膜炎を起こすこともあり、その予防としてBCG接種が行われています。

いつ結核に感染したのでしょうか？

結核は感染しても、すぐには発病しません。感染から発病までの期間にとっても幅があるのが、結核の特徴です。

多くの場合、結核は感染して半年から2年位の間に発病します。

しかし、何年、何十年もたってから発病する人もいれば、一生発病しない人もいます。

今回、あなたが結核といわれたのは、最近、結核菌を吸い込んで感染し発病したのかもしれませんが、あるいは過去に感染しており、今、発

病したのかもしれません。

結核がまん延していた1950年代に青春を過ごした大部分の方は、結核の感染を受けており、結核に対する免疫を獲得していますが、病気や加齢により免疫が低下すると、休止していた菌が活動を再開して発病したり、新たに感染して発病することもあります。

【この機会にあなたの生活を見直してみませんか？】

結核の発病には、ストレスも関連があるようです。

これまでの生活で、体と心の無理を続けていませんか？

体の抵抗力を維持できるよう、そしていきいきと過ごせるよう、体と心にゆとりのある生活を考えてみませんか？



Ⅱ 結核を治すために

1 結核治療の基本

入院が必要と言われました。どうしてですか？

一般にたんの中に菌が出ていると入院が必要です。

症状が重い場合やほかの人に感染させるおそれがある場合は、入院が必要になります。薬を飲み始めて2週間位で、菌の数はぐっと減り、周囲の人への感染の心配も少なくなります。

しかし、合併症の検査や薬の調整なども含め、菌検査で菌が出なくなるまでは入院が必要といえます。

入院の期間は症状によっても異なりますが、通常1～2か月位です。



【早い時期に治療すれば後遺症は、残りません。】

肺結核では、まず肺に炎症が起こります。この時点で治療すると、多くの人は肺にほとんど痕が残らず治ります。

しかし、肺の中に病巣が広がり重症になってしまうと、治った後もその部分の肺の機能が元に戻らないことがあります。早いうちにきちんと治せば、肺の機能は落ちません。早期の発見、早期の治療が大切です。

結核の治療はどのように行うのでしょうか？

結核治療の基本は規則正しい服薬です。ただし、薬の効かない結核や重症の場合は、手術が必要になることもあります。

薬は、病状に合わせ3～4種類を組み合わせ、6か月～12か月位の間に服します。

薬の例



イソニアジド リファンピシン エタンブール ストレプトマイシン (注射) ピラジナミド

※商品により薬の色が違う場合があります。

初めて治療を受ける時の一般的な治療方法

内服期間 (月)	2	4	6	9
イソニアジド	■	■	■	■ 延長
リファンピシン	■	■	■	■ 延長
エタンブールまたは ストレプトマイシン	■	■	■	■
ピラジナミド	■	■	■	■

→症状の改善や薬の効果を
確認できるまで延長

初めての治療でピラジナミドを使えない時の治療方法

内服期間 (月)	2	4	6	9
イソニアジド	■	■	■	■
リファンピシン	■	■	■	■
エタンブールまたは ストレプトマイシン	■	■	■ 延長	■

潜在性結核感染症

内服期間 (月)	2	4	6	9
イソニアジド または リファンピシン	■	■	■	■
			■ 延長	■ (イソニアジドが効かない時)

結核の標準治療では、4種類あるいは3種類の薬を使います。2回目以降の治療や肺以外の結核、また糖尿病などの合併症がある時には、治療期間が長びくこともあります。また、検査の結果によっては薬を変更することもあります。

症状が消えたので薬は飲まなくてもいいですか？

結核は治療開始後、2週間～1か月たつと、症状が改善されますが、「症状が消えたから」「検査で菌が陰性化したから」と、服薬を中断することは危険です。この時点では、体の中に結核菌が残っており、服薬を中断したり服薬が不規則になると、体の中に生き残った結核菌が勢いを盛り返し、結核が再び悪化してしまいます。

結核の薬が結核菌を殺菌できるのは、菌が増えるために分裂している時だけです。分裂が非常に遅い結核菌を、再発率ができるだけ低くなるように殺菌するには、最低でも6か月～12か月の服薬が必要です。

また、不規則な飲み方をしたために、薬が効かない菌（薬剤耐性菌）になってしまいます。そうすると、治療はたいへん難しくなってしまいます。

しかし、自覚症状がなくなるとどうしても服薬を忘れがちになります。服薬ノートを活用し、確実に服薬を続けましょう。また、ご家族や周囲の方々の協力を得ることも重要です。

保健所も治療完了に向けてのご相談に応じています。

【DOTSってご存知ですか？】

DOTSとはWHO（世界保健機構）が打ち出した結核対策で、1）政府のリーダーシップ、2）菌検査による診断・経過観察、3）直接服薬確認、4）薬の安定供給、5）治療結果の評価が主な要素となっています。

日本でも、平成17年度より、この対策が法律に盛り込まれ、特に服薬を継続するための支援として、入院中の院内DOTSや退院後の地域DOTSが開始されました。

地域DOTSでは、患者さんと保健所との相談により、外来、訪問、面接、連絡（電話、手紙等）などの方法により、個々の状況に合わせた服薬支援を行っています。

また、東京都では、外来や薬局での服薬支援もご紹介しています。
あなたの治療のために、どうぞご活用下さい。

薬の副作用を疑うとき、どうしたらいいでしょう？

結核の治療では、状況にあわせて3～4種類の薬を内服します。結核の治療を効果的に安心して行うために、薬について心配や疑問がある時、副作用が出現した時などは、自己中断せず主治医や薬局、保健所の担当者に早めに相談をしましょう。

結核治療に使われる主な薬と副作用

一般名	商品名	主な副作用
INH イソニコチン酸 ヒドラジド (イソニアジド)	 イスコチン スミフォン	指先のしびれ かゆみ・肝障害 食欲不振
RFP リファンピシン 注1) 商品により薬の色が違 うことがあります。	 リマクタン リファジン アプテシン	肝障害・胃腸障害 発疹・かゆみ・発熱 ※尿が橙色になります が、心配ありません。
EB エタンブトール	 エプトール エサンブトール	視力の低下・発疹 下肢のしびれ ※視力の低下はすぐ 相談を
PZA ピラジナミド	 ピラマイド	肝障害・関節痛 胃腸障害
SM (注射) ストレプトマイシン	 硫酸ストレプト マイシン	耳鳴り・聴力障害 めまい・ふらつき
LVFX レボフロキサシン	 クラビット	めまい・吐き気 不眠・発疹

注2) 治療に使われる結核薬はここに示した他にもあります。

2 結核菌の検査にはどんなものがあるのでしょうか？

① 塗抹 (とまつ) 検査

たんなどを顕微鏡で見て、結核菌の量により、感染力や病状の目安とします。

治療中も定期的に検査します。死んでいる結核菌 (死菌) や人から人への感染がない菌 (非結核性抗酸菌) も、顕微鏡では同じように見えるため、下記の培養検査や同定検査で確認を行います。

記載法	菌量 (蛍光法)	ガフキー
—	0/30 視野	G0 号
±	1～2/30 視野	G1 号
1+	2～20/10 視野	G2 号
2+	≥ 20/10 視野	G5 号
3+	≥ 100/1 視野	G9 号

② 培養 (ばいよう) 検査

たんなどを培地で育て、生きている菌か死菌かを調べます。

6～8週間培養し、菌が生えると、結果は陽性 (+) となり「生きている菌」と判断します。治療中も、薬が効いているかを観察するため、定期的に検査をします。

③ 同定 (どうてい) 検査

結核菌と同じ抗酸菌の仲間、人から人への感染がない非結核性抗酸菌か結核菌かを見分ける検査です。



④ 薬剤感受性 (やくざいかんじゅせい) 検査

それぞれの患者さんの結核菌に薬が効くかどうかを調べる検査です。薬を入れた培地に培養した結核菌を入れて、菌が育つかどうか調べます。菌が育つと、その培地の薬は効果がない (感受性なし、耐性あり) と判定され、治療薬も変更されます。



結核菌の電子顕微鏡写真

提供：東京都健康安全研究センター

3 治療に関わる主な機関の紹介

【医療機関】

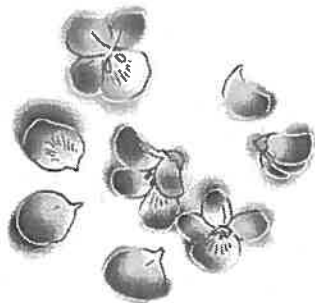
医療機関では、結核を診断した医師が感染症法に基づき保健所に届出を行い、医師・看護師・薬剤師等が協力して、診察や検査、服薬確認等を行います。

【保健所】

保健所では、医師の届出を受けて患者登録を行い、治療開始から治療後の健診まで、担当保健師が服薬の確認や療養支援を行います。また、保健所は結核医療公費負担の申請窓口でもあります。結核の療養全般について、どうぞご相談ください。

【薬局】

薬局では、薬剤師が薬を調剤すると共に、必要により薬の説明や服薬の相談、服薬確認等を行います。



治療中の気がり

Q

&

A

Q 治療中は仕事をしてもいいのでしょうか。

A

昔のように結核の治療中ずっと寝ていなければいけないというようなことはありませんが、たんの塗抹検査が陽性で人に感染させる恐れがあるときには、入院治療となり就業が制限されます。

通院治療の場合は、服薬しながら仕事を続けることができます。

ただし過労を防ぐ意味で、十分な睡眠時間の確保、1日3回の食事摂取等の規則正しい生活を心がけることが大切です。

Q たばこを吸ってもいいのでしょうか。

A

たばこは肺の機能を落とし、身体に負担をかけます。禁煙のための保険治療もできるようになりました。これまで喫煙されていたなら、これを機会に禁煙しましょう。

Q お酒を飲んでもいいのでしょうか。

A

どんな病気でも治療中は、禁酒が原則です。肝臓の負担が増えると薬の副作用も出やすくなり、治療にも影響がでます。服薬中は飲酒をひかえましょう。

Q 食事の注意がありますか。

A

体の回復力を高めるために、バランスのよい食事を規則正しくとりましょう。

Q 食器や布団などは消毒しなくていいのでしょうか。

A 今では消毒の必要はないことがわかっています。気になるようなら室内の空気をこまめに入れかえ、布団を天日干ししてください。結核菌は紫外線に弱く、直射日光にさらされると死んでしまいます。

Q 入院中に家族や友人に面会に来てもらっても感染しないのでしょうか。

A 服薬を始めて2週間ほどたつと、菌の数はぐっと減りますが、病院に確認し、マスクをつけたり、せきをする時にはタオルで口を覆うなど配慮をしましょう。

Q 治療中は運動を控えたほうがいいのでしょうか。

A 発病すると心肺機能が落ちますので、激しい運動は避けたほうがいいでしょう。しかし、体力を維持するためにも、歩くことや呼吸リハビリを主治医と相談しながら行っていきましょう。また、学校の体育の授業の参加についても、主治医と相談しましょう。

Q 朝の薬を飲み忘れた時は、その分飲まなくてもいいのでしょうか。

A 万一忘れてしまった時でも、決められた1日量はきちんと飲めるように、忘れた分は昼か夜かにまとめて服薬しましょう。薬の飲み方が不規則になると、結核菌が生き残り、症状が悪化したり、薬が効かなくなってしまうことがあります。薬を食卓に置いておくなど、飲み忘れのないように工夫することも大切です。

Q 治療中は避妊したほうがよいのでしょうか。

A セックスは治療の効果には直接影響がないと言われています。しかし、結核薬には胎児への影響がほぼないと言われているものと、一般的には妊娠中に使用しないものがあるため、妊娠の可能性がある時には、主治医とよく相談しましょう。

Q HIV検査について

A ヒト免疫不全ウイルス（HIV）に感染している場合は、結核の治療法が変わります。もし、HIVについてご心配なことがある時には、主治医や保健師にご相談下さい。病院では、患者さんにとって最適な治療法を決めるためにHIV検査を勧めることがあります。

4 治療終了後の健診

治療が終わっても健診は必要でしょうか？

きちんと服薬をしても、冬眠状態で薬が効かなかった菌が生き残ることがあり、再発率は2～5%と言われています。

そのため保健所では、再発がおこりやすい治療終了後約2年間は、胸部X線検査等健診結果により経過を確認しています。

健診は、経過を追って変化を見るために、できる限り、毎回、同じところで受けましょう。

経過観察が終われば安心ですか？

年に1回は健診を受ける機会を持ちましょう。

高齢になったり、他の病気になったりして抵抗力が落ちると、活動を休止していた結核菌が息を吹き返し、再び発病することがあります。

年に1回は、職場や区市町村の実施する健診を受けましょう。

また、気になるせきや体調不良が続いた場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

III 結核の広がりを防ぐために

1 周囲の人に結核が感染することはありますか？

せきやたんの中に菌が出ていると、感染を広げている可能性があります。

結核は、インフルエンザのように短期間に次々と感染が広がっていく病気ではありません。しかし、結核菌がせきやたんとともに、体の外に出るようになると、同居家族、接触時間の長い友人や職場の同僚などに、感染が起こる可能性があります。

あなたの結核も、他の人から感染を受けたことが考えられます。

特に乳幼児が結核を発病すると、重症の結核性髄膜炎や、粟粒結核などになりやすく、重症化予防のために生後一歳に至るまでのBCG接種が勧められています。

また、若い人たちは、結核菌にさらされる経験が少なく、結核に対する免疫がないため、様々なストレスにより免疫が低下した状態では、感染が起こりやすいといわれています。

適切な治療を始めれば、たんの中の菌は速やかに減ります。すでに治療を始めているのであれば、周りの人に感染させる危険性は少ないので、過剰に心配する必要はありません。

病状や周囲の人の年齢、接触の程度などによって感染の危険性は変わりますので、保健所では感染の危険の高い方から状況に応じて接触者健診を実施しています。この健診の費用はかかりません。

2 接触者健診は、なぜ必要なのでしょう？

周囲の人たちの健診は、あなたと那些人たちの健康を守るために必要です。

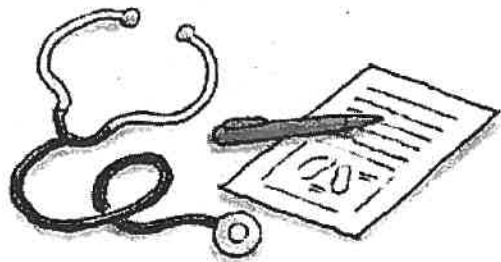
なぜなら・・・

- ① 周囲のだれかが、結核の発病に気づかずに、あなたやまわりの人に感染させているかもしれないからです。
- ② また、あなたの身近な人があなたから感染しているかもしれないからです。

結核を発症した方が治療を受けず、咳や痰から結核菌が出ると、まわりの多くの方に感染させてしまうことになります。

感染した方の発病は、最初の患者さんが見つかったから数年後にまで及ぶこともあります。今、症状がないからといって、感染の心配がないとはいえません。

そのため、病状や周囲の状況を詳しく調べ、適切な健診を行うことは、感染がひろがることを防ぎ、症状が軽いうちに治療を行うためにとても大切なことです。



保健所では、あなたの病気の経過や御家族、日常の友人関係、職場の状況を伺います。

これは、接触者健診の必要な人や実施方法、健診時期を決めるためであり、周囲の人が結核に感染している場合に、早期に発見し治療するためです。お伺いした内容は、健診以外の目的には使いません。

保健所の調査や健診に御協力くださいますようお願いいたします。



こんなことをお聞きします。

- * 周囲にせきをしている人はいましたか？
- * あなたのせきはいつごろからありましたか？
- * せきやたんなどの症状が出始めてから、一緒に旅行したり、宿泊したりした人はいませんか？
- * 毎日の生活で接する機会の多い人はだれですか？

家族 友人 同僚 同級生
クラブの仲間 アルバイトの仲間



3 接触者健診ではどのような検査を行いますか？

接触者健診は、患者さんの病状、健診を受ける方の年齢や健康状態と、各検査の特性を考えて、検査内容や時期を検討し、実施します。

1) ツベルクリン反応検査

ツベルクリン液を注射し、48時間後に発赤等反応の大きさを測ります。

結核の感染を調べる検査です。

原則として6歳未満の未就学児に行います。

BCG接種をしていると反応が大きくなることもあります。

感染後、約8週間は検査しても感染が検査結果に現れない期間があります。

BCG接種をしておらず結核を発病すると重症化のおそれのある乳児等は、この検査が陰性でも、潜在性結核感染症の治療（次ページ参照）を開始することがあります。

2) IGRA検査（QFT検査、T-SPOT検査）

採血をして、その血液から結核の感染を調べる検査です。

6歳未満の未就学児にはツベルクリン反応検査と合わせて実施することもあります。BCG接種の影響を受けることなく検査ができます。

免疫が低下していると結果がはっきり出ないことがあります。

感染後、約8週間は検査しても感染が検査結果に現れない期間があります。

3) 胸部X線検査

胸のX線写真を取り、結核を発病していないか調べる検査です。

IGRA検査を行わない方は、はじめからこの検査を行います。

4 結核の感染（潜在性結核感染症）がわかったら。

潜在性結核感染症とは、結核菌に感染していますが、結核の症状はなく、今後、発病するおそれがある状態です。発病を抑えるために、原則としてイソニアジド（INH）を最低6か月間服用します。

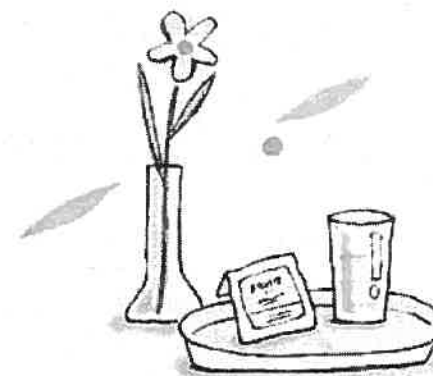
この内服についても医療費公費負担の対象になります。

服薬中、特別な生活の制限はありません。

しかし、結核は過労や強いストレスを感じる生活が続いたり、糖尿病などがあり、免疫力が低下している時に発病しやすくなります。

また、発病を抑えるための内服も、不規則になったり中断してしまうと、発病を抑えられなかったり、薬が効かない菌（薬剤耐性菌）を作ってしまうです。

感染した結核菌が耐性菌である場合は、必要に応じて服薬内容も変更されます。薬は最後まで欠かさずに飲みましょう。



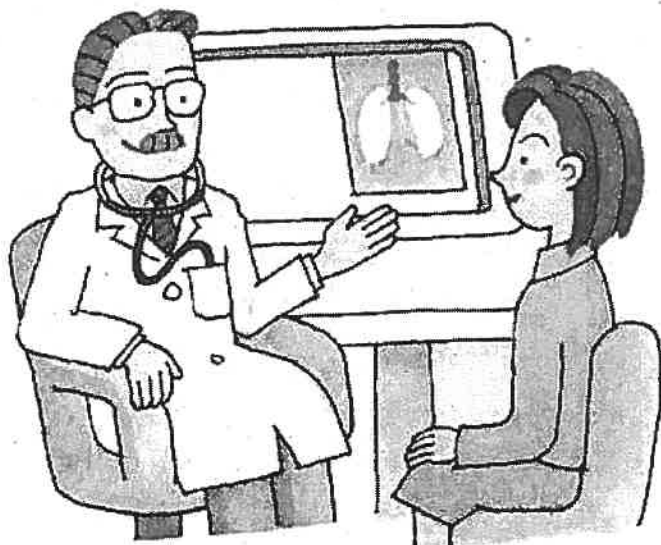
服薬終了後について

結核は治療が終わったあと、再発することがあり、再発率は2～5%といわれています。そのため、症状や治療経過により治療終了後約2年間は経過観察期間を設けています。

この期間には、保健所から健診のお知らせをしますので、住所の変更をされた時は、保健所へお知らせ下さい。

もし、治療終了後、せき、たん、発熱、体のだるさ、食欲低下などの症状が続く時は、早期に受診し、治療内容などを医師に伝えてください。

それは、あなたの健康を守るための重要な情報になります。



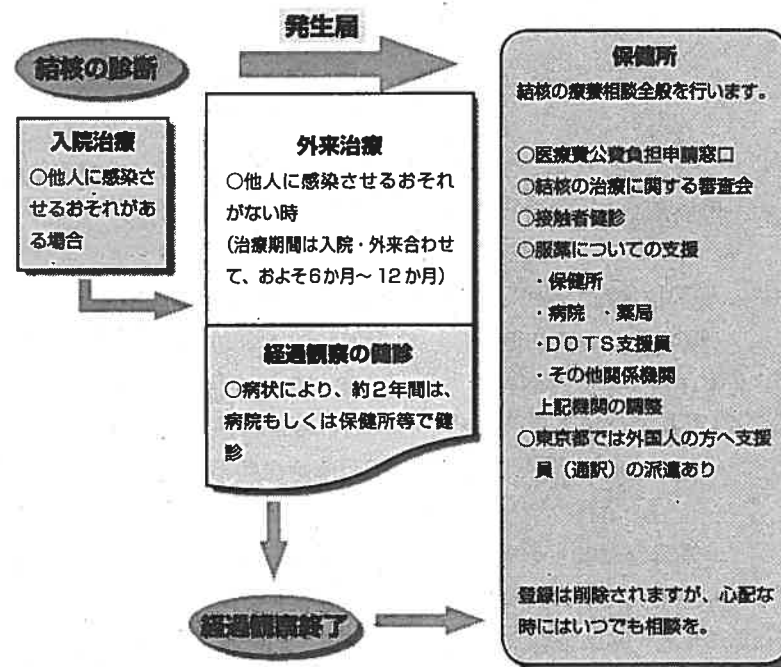
IV 保健所に相談しましょう

1 結核治療の基本的な流れを説明します。

結核を診断した医師は、感染症法により直ちに保健所へ届出ることが定められています。

また、その届出により保健所に登録されます。

保健所は医師からの届出を受けて訪問や面接を行い、病気や治療、公費負担申請、接触者健診について患者さんや関係者へ説明します。



2 保健所はあなたの療養を支援します。

結核は、きちんと治療すれば治る病気です。しかし治療期間が長いことから、治療を中断しやすい病気でもあります。また、医療費や仕事等の面で、あなたやご家族だけでは解決が難しい問題が出てくることもあります。

保健所も病気の回復に向けてのお手伝いをいたします。

あなたの治療やご家族のことなど、心配なことがありましたら、いつでもご相談ください。



3 結核医療費には、公費負担の制度があります。

結核の治療が安心して受けられるように、結核医療費の一部を公費で負担する制度があります。

結核医療費の公費負担制度は、外国人の方も受けることができます。保健所が、公費負担制度の相談・申請窓口です。

申請手順

- ①主治医に申請書の中の診断書部分を記入してもらう。
 - ↓
 - ②胸部エックス線写真と申請書を併せて保健所へ提出する。
 - ↓
 - ③保健所で治療内容を検討し、公費負担を承認する。
 - ↓
 - ④保健所から患者票が発行される
(医療機関へ直接郵送する場合があります。)
- ※更新時も同様の手続をします(承認期間は、最長6か月)。

●入院治療の場合

たんの中に菌がでており、人へ感染させるおそれがある場合は入院する必要があります。その場合は、保健所から入院勧告が出され、勧告されている間の結核治療に関する医療費(法律に定められているもの)については公費で全額負担されます。

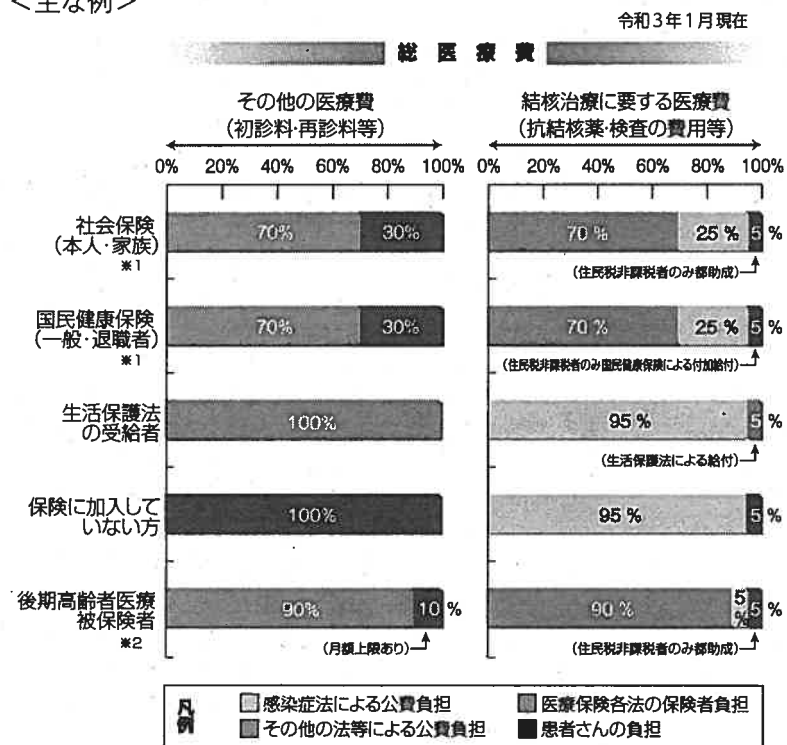
ただし、世帯の収入により一部自己負担となりますので、前年分の所得を証明できる書類を提出していただきます。

詳しいことは、保健所にお問い合わせください。

●通院治療の場合

通院治療の場合にかかる医療費は、加入している保険等により、主に次のようになります。

<主な例>



*1…社会保険・国民健康保険加入者については、年齢や加入保険の種類によって負担割合が変わることがあります。

*2…後期高齢者医療の被保険者のうち、一定以上の所得がある方は、その他の医療費・結核治療に要する医療費共に保険者による負担割合が70%となります。

保健所一覧 (令和3年1月現在)

●東京都保健所

保健所名	電話番号	保健所名	電話番号
西多摩	0428-22-6141	多摩府中	042-362-2334
南多摩	042-371-7661	多摩小平	042-450-3111
多摩立川	042-524-5171	島しょ	03-5320-4342

●市保健所

保健所名	電話番号	保健所名	電話番号
八王子市	042-645-5162	町田市	042-724-4239

●23区保健所

区	保健所名	電話番号	区	保健所名	電話番号
千代田	千代田	03-5211-8173	渋谷	渋谷区	03-3463-2416
中央	中央区	03-3541-5930	中野	中野区	03-3382-6577
港	みなと	03-6400-0081	杉並	杉並	03-3391-1025
新宿	新宿区	03-5273-3859	豊島	池袋	03-3987-4182
文京	文京	03-5803-1834	北	北区	03-3919-3102
台東	台東	03-3847-9476	荒川	荒川区	03-3802-4243
墨田	墨田区	03-5608-6191	板橋	板橋区	03-3579-2321
江東	江東区	03-3647-5879	練馬	練馬区	03-5984-4671
品川	品川区	03-5742-9153	足立	足立	03-3880-5372
目黒	目黒区	03-5722-9896	葛飾	葛飾区	03-3602-1238
大田	大田区	03-5744-1263	江戸川	江戸川	03-5661-2476
世田谷	世田谷	03-5432-2441			