


健康に関する相談はどこにするの？

(健康ダイヤル無料相談)

●例えばこんな時は…鹿沼市健康課へ

<ul style="list-style-type: none"> ・子育てが心配 ・予防接種が分からない ・健康に不安がある ・健診を受けたい ・健診結果の見方 ・生活習慣を変えたい ・食事の悩みがある ・禁煙したい ・介護にお困り 	保健師や栄養士が、育児・健康・メンタルヘルスなどの相談に適切なアドバイスをいたします。必要により訪問にも応じます。	☎0289-63-8311、63-8312、63-2819 Fax 0289-63-8313 月～金（祝日・年末年始を除く、午前8時30分～午後5時15分） ✉kenkou@city.kanuma.lg.jp	
●ひなたぼっこ	大切な人を自死（自殺）で亡くされた人が対象です。	日程：偶数月の最終日曜日 ※詳細は☎0289-63-8312へお問い合わせください。	
●出前講座	10名以上集まれば地域にお伺いします。希望日の1か月前までにご連絡ください。		

●日ごろから相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう！ それでも休日夜間の急病時は「電話相談」から…

お子さんの急病	「こどもの救急」ホームページでは、生後1か月～6歳までのお子さんが病気の際、医療機関を受診すべきか、判断の目安をお知らせしています。	☎局番なしの#8000（または☎028-600-0099） 月～土（午後6時～翌朝8時） 日曜・祝日 24時間（午前8時～翌朝8時）
大人の救急相談	とちぎ救急医療電話相談	☎局番なしの#7111（または☎028-623-3344） 月～金（午後6時～10時） 土・日・祝日（午後4時～10時）
受診するときは	休日夜間急患診療所 休日急患歯科診療所	☎0289-65-2101 日・祝日（午前10時～11時30分、午後1時～4時30分） 月・水・金・日・祝日（午後7時～9時30分）※内科・小児科のみ 詳細はP2をご覧ください。
異物を飲み込んだ	つくば中毒110番	☎029-852-9999（午前9時～午後9時）

●こころの相談

さまざまな心の悩み	栃木いのちの電話	☎028-643-7830（365日24時間） *インターネット相談可。HPより検索
こころの健康や悩みに関する相談	こころのダイヤル	☎028-673-8341 月～金（祝日・年末年始を除く、午前9時～午後5時）
身近なこころの悩み相談	鹿沼市健康課	☎0289-63-8312 月～金（祝日・年末年始を除く、午前8時30分～午後5時15分）
	県西健康福祉センター	☎0289-62-6224 月～金（祝日・年末年始を除く、午前8時30分～午後5時15分）



一般社団法人 鹿沼薬剤師会

〒322-0043 栃木県鹿沼市万町937-3 つくも薬局内
TEL0289-60-1655 FAX0289-60-1656

財源確保のため広告を掲載しています。