


# 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"> <li>・子育てが心配</li> <li>・予防接種が分からない</li> <li>・健康に不安がある</li> <li>・健診を受けたい</li> <li>・健診結果の見方</li> <li>・生活習慣を変えたい</li> <li>・食事の悩みがある</li> <li>・禁煙したい</li> </ul>	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：偶数月の最終土曜日 ※詳細は市民健康係（☎63-8312）へお問い合わせください。	

## ●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）

## ●こころの相談窓口

開庁時間：月～金（祝日・年末年始を除く、午前8時30分～午後5時15分）

こころ	身近な心の悩み相談	鹿沼市健康課	☎0289-63-8312
子ども・子育て	子育て全般についての相談（妊娠～子育て中）	鹿沼市健康課 子育て世代包括支援センターいちごっこかぬま	☎0289-63-2819
	母子・父子、婦人相談	鹿沼市子ども総合サポートセンター	☎0289-63-2177
児童・青少年の悩み、ひきこもり	青少年相談	鹿沼市子ども総合サポートセンター	☎0289-63-8324
	いじめ、不登校等 学校生活に関する相談	鹿沼市教育委員会事務局 学校教育課	☎0289-63-2236
障がい児・者	障がい児・者に関する相談	鹿沼市障がい福祉課	☎0289-63-2176
仕事や職場・経済問題	生活保護に関する相談	鹿沼市厚生課	☎0289-63-2173
	生活困窮に関する相談	鹿沼市社会福祉協議会 生活相談・支援センターのぞみ	☎0289-63-2167
高齢者・介護	高齢者の生活に係る 総合的な相談	鹿沼市高齢福祉課 各地域包括支援センター	☎0289-63-2175
女性相談	離婚・DV被害等の相談	鹿沼市人権推進課	☎0289-63-8352
地域生活の様々な問題	市民生活相談		☎0289-63-2122
	消費生活相談	鹿沼市生活課	☎0289-63-3313