


# 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…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） ✉kenkou@city.kanuma.lg.jp	
●ひなたぼっこ	大切な人を自死（自殺）で亡くされた人が集まって思いをわかちあう場です。	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☎028-623-3511） 月～金（午後4時～翌朝10時） 土・日曜・祝日 24時間
大人の救急相談	とちぎ救急医療電話相談	☎局番なしの#7119（または☎028-623-3344） 月～金（午後4時～翌朝10時） 土・日曜・祝日 24時間
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） 平日の月・水・金（午後7時～8時30分）※内科・小児科のみ 日・祝日（午後7時～9時30分）※内科・小児科のみ 詳細はP8をご覧ください。
誤飲や誤食の急性中毒のとき	つくば中毒110番	☎029-852-9999（365日24時間対応）

## ●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）

こころ	身近な心の悩み相談	健康課	☎0289-63-8312
子ども・子育て	子どもの悩みに関する相談	健康課 いちごっこかぬま（こども家庭センター） こども・家庭サポートセンター	☎0289-63-2819 ☎0289-63-2177
	ひとり親家庭の就労など自立に関する相談	こども・家庭サポートセンター	☎0289-63-2159
児童・青少年の悩み、ひきこもり	青少年の悩み・ひきこもりに関する相談	生涯学習課 こども・家庭サポートセンター	☎0289-63-8324
	いじめ、不登校等学校生活に関する相談	総合教育研究所教育相談室	☎0289-63-0082
障がい児・者	障がい児・者に関する相談	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	厚生課	☎0289-63-2173
	生活困窮に関する相談	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	高齢者の生活に関する総合的な相談	高齢福祉課 地域包括支援センター	☎0289-63-2175
女性相談	離婚・DV被害者等に関する相談	こども・家庭サポートセンター	☎0289-63-2159
地域生活の様々な問題	市民生活相談	生活課	☎0289-63-2122
	消費生活相談	消費生活センター	☎0289-63-3313