

# 24時間年中無休 健康・医療相談ダイヤル24

## 心と体のさまざまなご相談に、 24時間体制でお応えいたします。

たとえばこんな時・・・



家族の介護のことで  
相談したい。



不意のケガの応急手当て、  
どうすればいいの？



病気のことですりひとりで  
悩んでしまう時。



赤ちゃんが夜中に熱を出した。  
どうしよう？



安心してお電話下さい。  
私たちがわかりやすく  
アドバイスいたします。

どこからでも、高山市・飛騨市・白川村にお住まいの皆様が無料でご相談できます。  
プライバシーは厳守されるシステムになっていますので安心してご相談ください。

**通話料無料、携帯電話からも使用可能**

ご利用方法 電話がつながりましたら、お住まいの市町村名、お名前・年齢をつけてください。  
ご相談内容に応じてアドバイスいたします。

電話番号（フリーダイヤル）は広報たかやまをご覧ください。医療課（0577）35 - 3177 へお問い合わせください。  
平日8:30～17:15

# 看護師や医師などの専門スタッフが皆様からのご相談にお答えしております。

## 健康・医療相談

### 気になる身体の症状についての相談

頭痛・めまい・耳鳴り・吐き気・腹痛・胸痛・動悸・  
月経異常・更年期症状・膝痛・腰痛・血便・下痢・  
瀧尿・排尿痛・手足のしびれ・発疹発熱など  
上記の症状について、

- 何科を受診すべきか
- どんな病気が考えられるか
- どんな注意を家庭ですべきか
- 応急処置 など



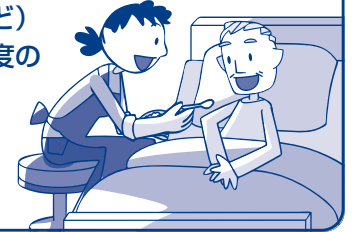
### 病気に関する相談

- 飲んでいる薬の効能や副作用について
- 検査データについての説明  
(数値が高い・低い時はどんなことが考えられるか、家庭で注意することは など)



## 介護相談

- 運動指導 (介護予防や転倒の予防方法など)
- 食事指導 (水分補給・食事の選び方など)
- 高齢者の介護方法について  
(床ずれ防止・排泄・食事・体位交換・  
寝衣交換・寝衣調整など)
- 季節に応じた室温・湿度の  
調整方法など介護する  
環境について



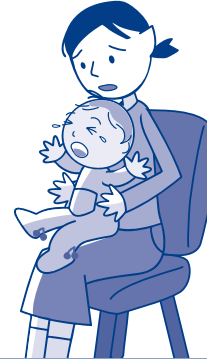
## 出産・育児相談

### 出産についての相談

- 妊娠中の各種相談 (食事・生活・  
運動・病気・薬の内服・検査など)
- 産科医・病因のご案内、無痛分娩  
などの分娩方法及び実施医療機  
関のご案内

### 育児についての相談

- お子さんの気になる癖など  
(指しゃぶり・爪かみ・チックなど)
- 誤飲や転倒した時などの応急処置について
- 月齢に合わせた授乳・離乳食・おやつとの与え方・  
回数など
- トイレトレーニングの時期や方法・  
おねしょについて



## メンタルヘルスの相談

- 対人関係の悩み
- 職場や子育てに関するストレス
- 気分障害・不安障害・  
摂食障害・不眠など



## 救急医療機関のご案内

- 休日／高山市休日診療所 (高山市保健センター内) ※日曜日、祝日 (但し、年末年始は要問合せ) 午前9時～12時・午後1時～3時 ☎ 0577-35-3175
- 夜間／小児夜間初期救急診療室 (久美愛厚生病院内) ※金曜日のみ (但し、祝日・年末年始は除く) 午後8時～午後10時 ☎ 0577-32-1115  
久美愛厚生病院 ☎ 0577-32-1115  
飛騨市民病院 ☎ 0578-82-1150
- 救命救急センター／高山赤十字病院 ☎ 0577-32-1111



委託先 ティーベック (株) よりお知らせ：個人情報の取り扱いについて

●本サービスは、ティーベック (株) が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック (株) は、本サービスの適切な実施のため、ご利用者より個人情報を取得する場合があります。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)●ティーベック (株) は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意なく第三者に開示いたしません。●ティーベック (株) は、ご利用者よりご満足をいただくため、応対品質の向上を目的として、ご利用者の当社へのお問合せ内容等を書面、音声または電子的方法により記録させていただきます。●ご提供いただいた個人情報の開示、訂正、削除等のお手続きは、「〒101-0021 東京都千代田区外神田5-2-1 ティーベック (株) 個人情報相談窓口責任者」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得及び提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。