

通話料無料・相談料無料・携帯電話からもO.K.

24時間
年中無休

フリーダイヤルは健康推進課

☎ (0577) 35-3160 へお尋ねください。

7月から『健康・医療相談ダイヤル24』がスタート

24時間対応の 安心のホットライン ～こんな相談お気軽に～

健康相談

- 何科を受診すべきか？
- 応急処置など



医療相談

- 病気の詳しい説明や治療方法、必要な検査
- 薬の効能や副作用



介護相談

- 食事指導(水分補給、食事の選び方など)
- 高齢者の介護方法

出産・育児の相談

- 妊娠中の相談(食事・生活・運動・病気など)
- お子さんの気になるくせ(爪かみなど)



メンタルヘルス

- 対人関係の悩み
- 職場や子育てのストレス



高山市と飛騨市、白川村では、7月1日から24時間年中無休で看護師や医師などに健康や医療に関する相談ができるフリーダイヤルを開設しました。

このサービスは、市民のみなさんの健康への不安解消とともに、地域医療スタッフの負担軽減のため行うものです。例えば「気になる症状や病気のことで悩みがある」「応急手当はどうすればいいのか」「子どもが

利用案内の保存版を町内会を通じて配布しますので、ご活用ください。

問合先

健康推進課
☎ 35-3160

夜中に熱を出したかどうすればいいのか」など、ご相談内容に応じて専門スタッフが分かりやすくアドバイスします。

なお、個人のプライバシーは厳守されますので、安心してご相談ください。

■ 新型インフルエンザも他の病気と同様、日ごろからの予防が大切です。

- 頻繁な手洗い、うがいを心がけましょう。
- 咳やくしゃみをする際には、「咳エチケット」を守りましょう。
 - ・ 咳やくしゃみが出てしまうときは、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から顔をそらしましょう。
 - ・ 使用したティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。
 - ・ その後すぐに、手洗いをしましょう。

■ 症状を感じたら、すぐに医療機関を受診せずに、まず、「発熱相談センター」にご相談ください。

発熱相談センター(飛騨保健所内)
☎ 33-1111 (内線309)
午前9時～午後5時/平日、土・日・祝日

《問合先・関連ホームページ》

高山市健康推進課

☎ 35-3160 <http://www.city.takayama.lg.jp/kenkousuishin/index.html>

岐阜県ホームページ

<http://www.pref.gifu.lg.jp/pref/s11103/influenza/index.html>

厚生労働省ホームページ

<http://www-bm.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html>

新型インフルへの備え

「かからない」「ためにかからない」ために「うつさない」ために

6月16日に岐阜県内で新型インフルエンザの感染が確認されました。

市では4月から、「新型インフルエンザ対策本部」を設置して引き続き関係機関と連携し、もしもの時に備えて迅速に対応できるよう取り組んでいます。新型インフルエンザに関する情報は、日々変化してしていきます。市民のみなさんは、常に新しい情報に注意してください。