

伊豆市 健康ほっとライン 0120-235-124

伊豆市健康ほっとラインサービスご利用案内

伊豆市専用ダイヤル（無料）です。
医師、看護師などの相談スタッフが市民の皆様からのご相談にお答えします。

医療相談

治療に関する相談

- 病気の詳しい説明や治療方法、必要な検査について
- 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



健康相談

気になる身体・心の症状についての相談

頭痛・めまい・耳鳴り・吐き気・胸痛・動悸・月経異常・更年期症状・腹痛・腰痛・血便・下痢・頻尿・排尿痛・手足のしびれ・発疹・発熱・不眠などの症状について、

- 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



医療機関情報等のご提供 夜間・休日の医療機関のご案内

- 病気やケガの症状によってどんな医療機関を選ばいいか
- 急病の際に受診可能な医療機関など近くの医療機関に関する情報



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・薬の服用・検査など）
- 産科医・病院のご案内、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



24時間無料
健康相談

「伊豆市健康ほっとライン」では、
このようなご相談に応じています。
お気軽にご相談ください。



こんな時は
迷わず

「119」へ!!

- 意識が無い。またはもうろうとしている。
- 呼吸や脈が不規則または停止している。
- 多量出血がある。
- けいれんやひきつけが治まらない。
- 激しい頭痛・胸痛・腹痛などの痛みがある。
- 明らかに重症と思われる時。

伊豆市健康支援課 TEL0558-72-9861 (委託先：ティーペック株)