

困ったときは

相談と窓口

休日夜間に受診したいとき
 受診を迷ったとき、中毒事故のとき
 子育てが思うようにいかないとき、
 地域のサポーター(民生委員・児童委員、主任児童委員)
 妊娠SOSかながわ、相談窓口一覧
**急な発熱や救急の対応、困ったときは
 迷わずご相談ください**

休日・夜間の急病人診療連絡先

休日・夜間の急病・病気・けがの悪化に対し、応急的な治療をするための一次救急施設です。

| 診療所名 | 診療科目 | 所在地・電話番号 | 受付時間 |
|------------------|--------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 秦野市休日夜間 急患診療所 | 内科・外科 小児科 | 曾屋11番地 81-5019 | 平日夜間 20:00~22:45 |
| | | | 日・祝日 9:00~11:30 13:00~16:30 19:00~22:45 |
| 秦野市歯科休日 急患診療所 | 歯科 | 今川町1-3(秦野駅北口) 秦野駅前農協ビル3階 83-3120 | 日・祝日 9:00~16:30 |
| | | | |
| 秦野市 薬剤師会薬局 | 調剤 | 曾屋21-27 83-3330 | 平日夜間 20:00~23:00 |
| | | | 日・祝日 9:00~23:00 |

上記以外の診療科目・診療時間で緊急時の相談は、消防本部(本署) ☎81-0119へお問い合わせください。



休日夜間に 受診したいとき

お子さんが最も良い医療を受けるためには、日頃からお子さんの体質や病歴などを知っている「かかりつけ医」に相談したり、医療体制が整っている、昼間の診療時間帯に受診することが大切です。
 もし、休日や夜間の急な発熱・腹痛などで、かかりつけ医に連絡しても診察できないときには、次の機関をご利用ください。

子どもの急病時、 医療機関へ受診させた方が良いか迷ったとき

かながわ小児救急ダイヤル

夜間、お子さんの体調のことで判断に迷ったことはありませんか。家庭でどのように対処すれば良いか、すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて、電話で相談に応じます。

- 相談時間 毎日 18時~翌8時
- 電話番号 市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話でご利用の場合
#8000(市外局番なし)
ダイヤル回線、IP電話、PHS、市外局番が042のプッシュ回線でご利用の場合
050-3490-3742
- 相談内容 お子さんの体調の急変等に関する一般的な助言
- 相談対応者 専任の相談員(看護師等)
- 注意 この電話相談は、助言を行うものであり、電話による診断・治療を行うものではありませんので、あらかじめご了承ください。

こどもの救急 社団法人日本小児科学会

夜間や休日などの診療時間外に、病院を受診するかどうか判断の目安を提供しています。

<http://kodomo-qq.jp/>



- 対象 生後1か月~6歳のお子さん
- お子さんの症状に近い症状の項目をクリックすると対処方法が表示されるものです。
 病院を受診するかどうかの最終診断は、保護者ご自身でお願いします。

救急車の正しい使い方

救急車は、緊急性の高いけがや病気などに限って利用しましょう。
 まずは、かかりつけ医に相談を。



いくら気をつけていても、子どもは予測もできないような動きをすることも。もしヤケドをしてしまったら、あわてずすぐに冷たい水で冷やしましょう。水道水の流水が手取り早いですが、患部によってはシャワーや洗面器を利用してもいいでしょう。衣服の下をヤケドした場合

は皮膚がはがれる恐れもあるので、無理に脱がさず着たまま冷やしてください。約20分以上冷やして、痛みがおさまってきたら、速やかに受診を。その場合、軟膏や消毒薬などは使わず、清潔なガーゼで患部を覆い、水ぶくれも潰さないように気をつけます。軽度と以为っていても、深い場所が損傷している場合もありますから、専門医を受診しておくとう安心ですね。



※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

中毒事故のとき

化学物質(たばこ、家庭用品など)、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性の中毒について情報提供・相談が実施されています。連絡すると、下記事項等を尋ねられます。

●患者の氏名、年齢、体重、性別、状態 ●連絡者との関係、連絡者の電話番号

●中毒原因物質(正確な商品名、会社名、用途)

●中毒事故の発生状況(摂取量、経路、発生時刻)

医薬品、洗剤、消毒剤、殺虫剤などを飲んだ場合は、電話や受診の際に、その成分がわかるような説明書や箱、ビンなどを必ず持って行ってください。

中毒の相談窓口

(財)日本中毒情報センター

大阪中毒110番

■相談時間 365日 24時間対応
■電話番号 **072-727-2499**

つくば中毒110番

■相談時間 365日 24時間対応
■電話番号 **029-852-9999**

たばこ誤飲事故専用回線

■相談時間 365日 24時間対応 テープによる情報提供
■電話番号 **072-726-9922**

子育てが思うようにいかないとき

こんな悩みをひとりで抱えていませんか。このような思いが少しでもよぎったら、相談窓口につながることで、解決の糸口になるかもしれません。

「子どもが言うことを聞かず、いつもイライラしてしまう」

「子育てが思うようにいかず、つい子どもをたたいたり怒鳴ったりしてしまう」

「子どもをかわいいと思えない」

相談機関の連絡先 子育てに関して悩んでしまった時の相談窓口です。

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間 | |
|-----|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 市 | こども家庭支援課 | 82-5273 | ■電話相談時間:月～金 9:00～17:00 |
| | こども若者相談担当 | 84-7800 | ■予約による来所相談時間 月～金 9:00～19:00 土 9:00～16:00(祝日・年末年始は除く) |
| 県 | 平塚児童相談所 | 73-6888 | 月～金(祝日・年末年始は除く) 8:30～17:15 |
| | 子ども・家庭110番 | 0466-84-7000 | 毎日(年中無休) 9:00～20:00 |
| | かながわ子ども家庭110番相談LINE |  | 月～土 9:00～21:00 (年末年始は除く) |
| | 児童相談所 相談専用ダイヤル | 0120-189-783 | 毎日(年中無休) 24時間 |
| | 児童相談所 虐待対応ダイヤル | 189 (市外局番なし) | 毎日(年中無休) 24時間 |
| その他 | 認定NPO法人 チャイルドファーストジャパン (虐待相談かながわ) | 90-2260 | 月・水(祝日除く) 10:00～16:00 メール相談可 「虐待相談かながわ」のホームページ 受付フォームから相談できます。 |

知っとう コラム

赤ちゃんが泣きやまない、どうしたらいいの?

ことばを話せない赤ちゃんは、泣いて気持ちを伝えます

赤ちゃんが泣いた時の接し方

赤ちゃんは、本当によく泣きます。ピークは生後2か月ぐらいで、だんだんおさまっていくことが多いですが、生後2週間から5か月ぐらいまでは、理由もなく泣くこともあります。

赤ちゃんへの対応

- ・授乳する
- ・オムツを替える
- ・抱っこする
- ・衣服、布団を調節する
- ・話しかける
- ・穏やかな音楽をかける
- ・散歩に出かける



♥ママ・パパも気持ちの切り替えを!♥

- ・深呼吸をしましょう
- ・大きな声で泣くのは元気な証拠。「泣いても大丈夫」と繰り返し声に出してみましょう
- ・コーヒーやお茶を飲んでほっと一息つきましょう
- ・柵付きのベッドなど安全なところに赤ちゃんを仰向けに寝かせ、数分間赤ちゃんから離れてみましょう。(こまめに呼吸状態を確認してください)
- ・テレビを見る、歌うなどして、頭をクールダウンさせましょう
- ・他の人に赤ちゃんをみてもらって、散歩や買い物など外に出ましょう
- ・友人・家族などの相談できる人や相談窓口で電話しましょう。困ったことやイライラしたことを聞いてもらおうと気持ちが軽くなります

赤ちゃんを絶対に激しく揺さぶらないで

お願い!!

泣きやまなくて困っても、絶対に、あなたの大切な赤ちゃんを揺さぶったり、傷つけたりしないで。

乳幼児揺さぶられ症候群(SBS)を起ささないために

赤ちゃんを激しく揺さぶると、赤ちゃんの柔らかい脳に衝撃が加わり重い障害が残ります。これを、**乳幼児揺さぶられ症候群**と言います。赤ちゃんを揺さぶることは、床に落とすことやたたくことより危険です。



[問い合わせ] こども家庭支援課 こども若者相談担当(保健福祉センター1階) ☎82-5273、84-7800

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

地域のサポーター 〈民生委員・児童委員、主任児童委員〉

住み慣れた地域で、安心して暮らせるためのお手伝い

子育ての不安、仲間づくり、いじめ、不登校、虐待などに対する相談や支援を通じて、子育てしやすい環境づくりをすすめるため、地域で活動するボランティアです。コミュニティ保育への支援や子育てサロンなどを開催しています。

ふれあいサロンほっとコーナー（4か月児健診時に開設）

4か月児健診の会場で、一緒に来場したきょうだいのお相手をしています。気軽にお声がけください。※都合により休止する場合があります。



民生委員・児童委員

民生委員は民生委員法によって市町村にその設置が定められ、また、児童福祉法によって同時に児童委員を兼ねることになっています。そのため、「民生委員・児童委員」と呼ばれています。民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、無報酬で地域の人々の福祉向上のために活動するボランティアです。

高齢者、障害者、子育て中の家庭、生活困窮家庭など、福祉的な支援が必要な方に関することであれば、どなたでも相談できます。子育て、介護のこと、福祉サービスの利用の仕方、生活上の悩みなどがあれば、遠慮せず、ご相談ください。

主任児童委員

主任児童委員は、児童福祉に関することを専門的に取扱う民生委員・児童委員です。児童福祉法に基づき、学校や関係行政機関（市役所や児童相談所等）、地区の民生委員・児童委員と協力して、虐待や非行など、子どもと親が抱える問題に対し相談・支援活動を行っています。子育てに関する悩みなどの相談があれば、遠慮せず、ご相談ください。

【問い合わせ】 地域共生推進課（本庁舎2階） ☎82-7392

妊娠SOSかながわ

神奈川県では、予期しない妊娠等に関する悩みを抱えた方へ、電話・LINE、必要に応じて直接お会いしてご相談に応じています。男性の相談も可能です。

- 相談受付日時 ●電話 月・水・金 16時～21時（年末年始は除く）
- LINE 毎日 16時～21時（年末年始は除く）

※受付日時等は変更になる場合があります。最新の情報は神奈川県ホームページをご確認ください。

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/cnt/f533186/index.html>

- 電話相談 045-212-1051

【問い合わせ】 神奈川県健康増進課 ☎045-210-4786



相談窓口一覧 秘密厳守します

（★）土曜または日曜日でも一部の業務を取り扱っています。「土日開庁」の詳細については、市ホームページなどでご確認ください。

市内相談窓口 （祝日・年末年始は除く）

| 名称 | 内容 | 電話番号 | 所在地 | 日時 |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 子ども家庭支援課 親子健康担当（★） | 妊産婦やお子さんの健康相談、 食育、幼児健診や予防接種など | 82-9604 | 緑町16-3 保健福祉センター1階 | ■電話相談時間 月～金 9:00～17:00 |
| 子ども家庭支援課 子ども若者相談担当 | 18歳未満のお子さんに関する相談、 児童虐待に関する相談・通告など | 82-5273 84-7800 | 緑町16-3 保健福祉センター1階 | ■電話相談時間 月～金 9:00～17:00 ■予約による 来所相談時間 月～金 9:00～19:00 土 9:00～16:00 |
| 子ども政策課 子ども政策担当 | ほけっと21、ファミリー・サポート・ センター、コミュニティ保育など | 86-3460 | 桜町1-3-2 本庁舎 | 月～金 8:30～17:00 |
| 子ども政策課 手当・助成担当 | 児童手当、小児医療費助成 ----- ひとり親家庭等医療費助成、児童 扶養手当、母子家庭等自立支援など | 82-9607 82-9608 | 桜町1-3-2 本庁舎1階 | 月～金 8:30～17:00 ■予約による 来所・オンライン相談日 第2土曜日 9:00～12:00、 13:00～16:00 |
| 保育子ども園課（★） | 保育コンシェルジュ、認可保育所、 認定子ども園、一時預かり、 おひさまルームなど | 82-9606 | 桜町1-3-2 本庁舎2階 | 月～金 8:30～17:00 土日開庁は 11月のみ |
| 教育総務課 | 市立幼稚園入園など | 84-2783 | 桜町1-3-2 教育庁舎2階 | 月～金 8:30～17:00 |
| 障害福祉課 （療育相談員） | 18歳未満のお子さんの 発達等に関する相談 | 86-9100 | 桜町1-3-2 本庁舎1階 | 月～金 9:00～16:00 |
| 障害福祉課 | 療育手帳の相談、 身体障害者手帳の受付 | 82-7616 | 桜町1-3-2 本庁舎1階 | 月～金 8:30～17:00 |
| 地域共生推進課 | お住まいの地区の民生委員・ 児童委員、主任児童委員の案内 | 82-7392 | 桜町1-3-2 本庁舎2階 | 月～金 8:30～17:00 |
| ほけっと21 すえひろ | 子育てに関する相談 | 83-6736 | 末広町6-35 すえひろ子ども園2階 | 月～金 9:30～16:00 |
| ほけっと21 しぶさわ | 子育てに関する相談 | 87-8777 | 渋沢上1-12-2 しぶさわ子ども園2階 | 月・水・金 9:30～16:00 |
| ほけっと21 おおね | 子育てに関する相談 | 77-1542 | 下大槻138 ひろはた子ども園2階 | 火・木・金 9:30～16:00 |
| ほけっと21 子ども館 | 子育てに関する相談 | 83-5011 | 寿町3-12 はだの子ども館1階 | 火・木・土 9:30～16:00 |
| ほけっと21 保健福祉センター | 子育てに関する相談 | 82-7630 | 緑町16-3 保健福祉センター2階 | 不定期 （原則週3日開所） 9:30～16:00 |
| ほけっと21 にし | 子育てに関する相談 | 88-7577 | 並木町8-1 西幼稚園2階 | 火・木・金 9:30～16:00 |
| ほけっと21 ミライエ | 子育てに関する相談 | 80-2351 | 曾屋687-37 ミライエ秦野1階 | 月・水・土 9:30～16:00 |
| ちっちゃなて | 子育てに関する相談 | 45-0534 | 鶴巻北1-7-23 | 月・水・金 10:00～15:00 |
| ファミリー・サポート・ センター | お子さんの預かり、 送迎の相談 | 84-1330 | 緑町16-3 保健福祉センター4階 | 月～金 9:00～17:00 |
| 社会福祉協議会 ハートフルサービス | 出産後の家事援助など | 83-4032 | 緑町16-3 保健福祉センター1階 | 月～金 8:30～17:00 |

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

相談窓口一覧 秘密厳守します

市内相談窓口

| 名称 | 内容 | 電話番号 | 所在地 | 日時 |
|---------------------------------------|-----------------------------|---------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 地域共生支援センター | 高齢者や子どもなど複合的な 困りごとに関する相談 | 38-4479 | 緑町16-3 保健福祉センター1階 | 月～金 (祝日・年末年始は除く) 8:30～17:00 |
| 社会福祉協議会 はだの地域福祉総合 相談センター『きゃっち。』 | 生活上の困りごとに 関する総合相談 | 83-2751 | 緑町16-3 保健福祉センター1階 | 月～金 (祝日・年末年始は除く) 9:00～12:00 13:00～17:00 |
| 平塚保健福祉事務所 秦野センター | 慢性疾患児などの 医療支援など | 82-1428 | 曾屋2-9-9 | 月～金 (祝日・年末年始は除く) 8:30～17:15 |
| 秦野市地域生活支援センター ばれっと・はだの | 障害福祉に関する相談 | 80-3294 | 本町2-7-25 秦野市地域生活 支援センター2階 | 月～土 (祝日・年末年始は除く) 9:30～17:30 |
| 秦野市休日夜間 急患診療所 | 休日・夜間の急病、 けがの診療 | 81-5019 | 曾屋11 | (受付時間) 平日夜間 20:00～22:45 日・祝日 9:00～11:30 13:00～16:30 19:00～22:45 (年末年始を含む) |
| 秦野市歯科休日 急患診療所 | 休日の急患の診療 | 83-3120 | 今川町1-3(秦野駅北口) 秦野駅前農協ビル3階 | (受付時間) 日・祝日 9:00～16:30 (年末年始を含む) |

市外相談窓口

| 名称 | 内容 | 電話番号 | 所在地 | 日時 |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| 平塚児童相談所 | 児童に関するさまざまな相談。 虐待・一時保護に関すること | 73-6888 | 平塚市 中原3-1-6 | 月～金 (祝日・年末年始は除く) 8:30～17:15 |
| 虐待相談かながわ 認定NPO法人 チャイルドファーストジャパン | 子ども・虐待に関する 電話相談 メール相談(ホームページの 受付フォームより相談可) | 90-2260 | 伊勢原市桜台1-5-31 チェリーヒルズ金田 2階B号室 | 月・水(祝日除く) 10:00～16:00 |
| 子ども・家庭 110番 | 育児の悩み、子どものしつけ、発育や 発達に関すること。虐待の相談、通報 | 0466- 84-7000 | 藤沢市亀井野3119 中央児童相談所 | 毎日 9:00～20:00 |
| かながわ子ども家庭 110番相談LINE | 子どもに関する相談全般 親との関係・家庭の悩み相談 |  | | 月～土 (祝日・年末年始は除く) 9:00～21:00 |
| 児童相談所 虐待対応ダイヤル | 子ども・虐待に関する 電話相談 | 189 (市外局番なし) | | 毎日24時間 |
| 児童相談所 相談専用ダイヤル | 子どもに関する相談全般 | 0120- 189-783 | | 毎日24時間 |
| かながわ小児 救急ダイヤル | 子どもの体調の急変等に 関する一般的な助言 | 050- 3490-3742 (市外局番が042以外のプッシュ回線、 携帯電話でご利用の場合は「#8000」) | | 毎日 18:00～翌8:00 |

| 名称 | 内容 | 電話番号 | 所在地 | 日時 |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------|------------------|-----|--------|
| 大阪 中毒110番 | 化学物質(たばこ家庭用品など)、 医薬品、動植物の毒などによって 起こる急性の中毒についての 情報提供、相談 | 072- 727-2499 | | 毎日24時間 |
| つくば 中毒110番 | 中毒について | 029- 852-9999 | | 毎日24時間 |
| たばこ誤飲事故 専用回線 | テープによる情報提供 | 072- 726-9922 | | 毎日24時間 |

知っとこ コラム

子ども若者相談

子ども家庭支援課
「子ども若者相談担当」って
知っていますか？

★子どもの相談を行っています。

「子ども若者相談担当」では、18歳未満のお子さんに関する相談をはじめ、児童虐待に關する相談・通告に対応しています。相談には家庭相談員、児童心理相談員、保健師などが対応しています。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

- 相談時間 ★電話相談時間：月～金曜日 9:00～17:00
★予約による来所相談時間：月～金曜日 9:00～19:00
土曜日 9:00～16:00

■電話番号 **82-5273・84-7800** ご相談は匿名でもかまいません。

■来所相談 電話で予約をしてください。

年齢や相談内容によっては、適切な相談窓口をご紹介します場合もあります。
秘密は厳守いたします。安心して、ご相談ください。

★赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭(生後4か月まで)に新生児訪問やこんにちは赤ちゃん訪問で子育ての相談や情報提供を行い、子育てを応援しています(P.16参照)

★「楽しい子育て講座」を開催しています。

「子どもが言うことを聞かないけど、どうしたらいいの?」「しつけの仕方がわからない」と悩むことは多いと思います。子育ては親と子の安定した愛着(=アタッチメント)が大切であると言われています。この講座では、アタッチメントの深め方など、日々の生活の中で子どもと良い関係を作っていく「子育てのヒント」をたくさん学びます。子どもの成長を見守る保護者の方が、子育てを一層楽しいと感じることができるように、応援しています。

★体罰等によらない子育てのためのポイント

「体罰等によらない子育てを広げよう!」リーフレットからポイントの抜粋

- 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
- 良いこと、できていることを具体的に褒めましょう
- 肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本を示しましょう
- 注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかけてみましょう

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。