

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 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

■休日・夜間急患診療所の待合状況確認

受診待ちの人数・お呼び出し状況が確認できます。

右のQRコードを
読み取ってご覧ください。



秦野市休日夜間急患診療所・秦野市薬剤師会薬局

- 秦野駅からバスで高砂車庫行
「カルチャーパーク前」下車徒歩約2分
渋沢駅行「水無瀬橋」
下車徒歩約1分

秦野市役所

- 秦野駅から
徒歩約10分
- バスで高砂車庫行
又は渋沢駅行
「市役所前」下車
徒歩1分

秦野市歯科休日 急患診療所 (農協ビル内)

秦野市保健福祉センター

- 秦野駅からバスで 土橋経由渋沢駅北口行「保健福祉センター前」下車
- 渋沢駅からバスで 土橋経由秦野駅行「保健福祉センター前」下車

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
ときには、次の機関をご利用ください。

こどもの急病時、 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。

こどもの救急



かながわ救急相談センター

急な病気やけがをしたときに、今すぐ医療機関を受診したほうがよいのか、救急車を呼んだほうがよい
かなどで迷った際に、電話で相談することができます。

- 相談時間 24時間365日
- 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
または、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

#7119 (市街局番なし)

直通 **045-232-7119**
045-523-7119

聴覚障がい者専用FAX 045-242-3808 (医療機関案内のみ)

- 相談内容 救急医療相談・医療機関案内
- 相談対応者 看護師・相談員等
- 注意 緊急時は迷わず119番へご連絡ください。

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。

※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、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 ■予約による来所相談時間 月～金 9:00～19:00 土 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)
	こども若者相談担当 84-7800	
県	平塚児童相談所 73-6888	月～金(祝日・年末年始を除く) 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 (年末年始を除く)
	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 90-2260	月・水(祝日を除く) 10:00～16:00 メール「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。

プレコンセプションケア(プレコン)とは

自分の身体や将来の妊娠について正しく理解して日常生活や健康に向き合い、ライフプランを考えていこうというものです。

かながわプレコン相談

妊娠や出産、産後に関する疑問や悩み、健康管理に関する相談に、産婦人科医師や助産師が応じています。

■相談方法(相談種類は3種類あります)

- ウェブで気軽に、毎日24時間受け付けている「いつでも相談」
- 直接話せる「夜間相談」平日18時～22時(祝日・年末年始を除く)1枠10分予約制
LINEのメッセージチャット／音声通話／ビデオ電話／電話で相談できます。
- LINEのメッセージチャットでできる「日中助産師相談」
月・水・金の13時～17時(祝日・年末年始を除く)予約不要です。

<https://www.okanouenooisyan.com/obstetrics/>

【問い合わせ】神奈川県健康増進課 ☎045-210-4786





赤ちゃんが泣いた時の接し方

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

♥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の証拠。「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える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。

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。

あなたの身近な相談相手【民生委員・児童委員】

さまざまな機関・団体と連携して地域福祉の向上に取り組んでいます

民生委員・児童委員

厚生労働大臣から委嘱され、地域の
人々の福祉向上のために活動してい
ます。高齢者、障害者、子育て中の家庭や、
生活困窮家庭などで、福祉的な支援が
必要な方はひとりで悩まずご相談くだ
さい。みなさんの声に寄り添い必要な
支援が受けられるよう関係機関につな
ぎます。

主任児童委員

民生委員・児童委員のうち、児童福祉に関することを専門的に取扱い、児童福祉法に基づき
学校や関係機関（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子育て
に関する不安など、子どもや親が抱える課題の相談・支援を行っています。
市主催の4か月児健診会場では「ふれあいサロンほっとコーナー」を開設し、一緒に来場した
きょうだいのお相手をしていますので気軽に声がけください。
※都合により休止する場合があります。

【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（年末年始を除く）
●LINE 毎日 16時～21時（年末年始を除く）

※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 / 0120-212-818

【問い合わせ】神奈川県健康増進課 ☎045-210-4786

妊娠SOS
かながわ



もしヤケドをしてしまったら…

いくら気を付けていても、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、あわてずに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。軽度と思っていても、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ことと安心ですね。

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
こども家庭支援課 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	月～金 8:30～17:00
こども家庭支援課 こども若者相談担当	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	月～金 9:00～17:00 ■電話相談時間 ■予約による 来所相談時間 月～金 9:00～19:00 土 9:00～16:00
こども政策課 こども政策担当	ぽけっと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1階	月～金 8:30～17:00
こども政策課 手当・助成担当	児童手当、こども医療費助成 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
保育こども園課(★)	保育コンシェルジュ、認可保育所、 認定こども園、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
ぽけっと21 すえひろ	子育てに関する相談	83-6736	末広町6-35 すえひろこども園2階	月～金 9:30～16:00
ぽけっと21 しづさわ	子育てに関する相談	87-8777	渋沢上1-12-2 しづさわこども園2階	月・水・金 9:30～16:00
ぽけっと21 おおね	子育てに関する相談	77-1542	下大槻138 ひろはたこども園2階	火・木・金 9:30～16:00
ぽけっと21 こども館	子育てに関する相談	83-5011	寿町3-12 はだのこども館1階	火・木・土 9:30～16:00
ぽけっと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
ぽけっと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
ぽけっと21 ミライエ	子育てに関する相談	80-2351	曽屋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・年末年始を除く) 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『きゅうち。』	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・年末年始を除く) 9:00～12:00 13:00～17:00
平塚保健福祉事務所 秦野センター	慢性疾患などの 医療支援など	82-1428	曾屋2-9-9	月～金 (祝日・年末年始を除く) 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・年末年始を除く) 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・年末年始を除く) 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 受付フォームから相談可)	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 (祝日を除く) 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 (年末年始を除く) 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

知っとう コラム

楽しい子育て講座で 子育てのヒント

を学んでみませんか



「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。この講座では、子どものよいところに注目して成長を促すための声かけや親子のコミュニケーションなど、子どもとよ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、子育てを一層楽しくとすることができるように応援しています。



詳しくはこちら↑

体罰等によらない子育てのためのポイント

★子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう

- 相手に自分の気持ちや考えを受け止めてもらえたという体験によって、子どもは気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。
- 子どもに問いかけたり、相談をしながら、どうしたらよいかを一緒に考えましょう。



★良いことやできていることを具体的に褒めましょう

- 子どもの良い態度や行動を褒めることは、子どもにとって嬉しいだけでなく、自己肯定感を育むことにもなります。

★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

- 子どもに伝えるときは、「ここでは歩いてね」など、肯定文で何をすべきかを具体的に、また、穏やかに、近づいて、落ち着いた声で伝えると、子どもに伝わりやすくなります。

★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

- 子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいこともあります。少し待ったり、場面を切り替えるなど、注意の方向を変えてみましょう。



「体罰等によらない子育てを広げよう!」リーフレットから抜粋: 詳しくはこちら↑

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。