

【保存版】こころとからだの安心ガイド 『ひとりで悩まず、まずお電話を』
体調不良・生活の相談窓口一覧

分類	こんなとき（相談内容）	相談先・連絡先名称	電話番号	対応時間・備考
 急な体調不良	救急車を呼ぶかどうか迷ったとき	長野県救急安心センター	#7119 15歳未満のこどもの場合は #8000	365日対応（看護師が対応） 【平日】 午後7時～翌日午前8時 【土日・祝日・年末年始】 午後8時～翌日午前8時
	救急車を呼ぶ程ではないが受診したいとき	阿南病院	22-2121	急患・体調不良時の相談 (24時間対応可)
 診療・受診	診療や受診に関するご相談	かかりつけ医 医療機関名 ※各自で記入してください ()	かかりつけ医の 電話番号 ※各自で記入してください ()	通常相談・受診案内 対応時間※各自で記入してください ()
		(阿南病院がかかりつけの方は) 阿南病院	22-2121	通常相談・受診案内 対応時間 (午前8時30分～午後5時) ただし、予約に関する問い合わせは午後のみ
	診療や受診に関するご相談（村内）	阿南病院天龍村巡回診療 (天龍村国保診療所)	31-0950	【注意】木曜日の午前中のみ対応
 生活・福祉相談	診療以外の心配ごと・福祉全般の相談	天龍村役場 福祉課	32-1021	平日開庁時間内 (夜間・土日祝日は不可)
	身近な地域での相談・日常生活の心配ごと	お住まいの地区の 民生児童委員	-	各地区の担当民生児童委員へご相談ください

【緊急時の注意事項】

- 命にかかわる重症・緊急の場合は、迷わず **119 番**（消防・救急）へ電話してください。
- 阿南病院や役場福祉課へお電話の際は、市外局番（0260）をお確かめのうえおかけください。
- 救急安心センター（**#7119**）については、別紙のチラシをご覧ください。
- 外出する際は、飲み物、常備薬、お薬手帳を持参するよう普段から心掛けましょう。



冷蔵庫や電話の近くなど、すぐ見える場所に貼ってお使いください



天龍村役場福祉課