

相談窓口・救急医療

相談の種類	とき	ところ	電話番号
女性の健康・不妊相談※要予約	2月16日(水)・18日(金) 13:00～16:00	宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)	0940-37-4070
補聴器相談	2月14日(月)13:00～14:00 2月21日(月)13:00～15:00 2月28日(月)13:00～14:00	岡垣町役場	282-1211(福祉課)
行政相談	2月10日(水)13:30～16:00	いこいの里	282-1211(総務課)
総合福祉相談 (福祉110番)	2月8・22日ともに火曜日 10:00～12:00	いこいの里	283-2940 (社会福祉協議会)
法律相談※要予約	2月18日(金)13:30～16:30	いこいの里	
子ども支援オフィス巡回相談 ※要予約	2月18日(金)9:00～16:00	いこいの里	283-2940 (社会福祉協議会)
こころの健康相談※面談は要予約	月～金曜日8:30～17:00	宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)	0940-36-2473
高齢者・障害者相談	24時間受付	岡垣町高齢者・障害者相談センター	282-5167
		岡垣町東部高齢者・障害者相談センター	282-5103
消費生活相談	月～金曜日8:30～17:15 ※専門員への相談は10:00～17:00	岡垣町役場	282-1211 (地域づくり課)
新型コロナウイルス感染症 受診・相談センター	月～金曜日8:30～17:15	宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)	0940-36-6098
ふくおか自殺予防ホットライン	24時間受付	—	092-592-0783
宗像児童相談所	24時間受付	宗像児童相談所(宗像市)	0940-37-3255
児童相談所虐待対応ダイヤル	24時間受付	—	189(通話料無料)
児童相談所相談専用ダイヤル	24時間受付	—	0120-189-783
子どもホットライン24	24時間受付	—	0949-24-3344
教育電話相談	月～金曜日8:30～17:15	—	282-4884
みんなの人権110番	月～金曜日8:30～17:15	—	0570-003-110

もしものときは
早めの対応を

休日・夜間の
救急医療

■休日急患センター

対象 内科、小児科

診察時間

●日祝日=9:00～正午(受け付けは11:30まで)、13:00～17:00(受け付けは16:30まで) ※小児科は要問い合わせ

●電話相談 月～土曜日=18:00～22:00、日祝日=17:00～22:00

ところ 遠賀・中間休日急病センター

電話番号 282-9919

■小児救急医療電話相談

受付時間

●平日=19:00～翌朝7:00

●土曜日=正午～翌朝7:00

●日祝日=7:00～翌朝7:00

電話番号 #8000

■受診できる病院などを知りたいとき

受付時間 24時間受付

ところ 福岡県救急医療情報センター

電話番号 #7119 または 092-471-0099

編集後記

▼今月の特集は「生涯スポーツ」です。記事の中で紹介しているノルディックウォーキングなどは、いままで知らなかった人も多いのではないのでしょうか。私も取材をする中で教えていただいた「みんなの体操(4ページ)」を初めて試してみました。が、5分程度で全身を楽に動かせるため、運動不足の解消に役立つくれそうです。コロナ禍の影響で自宅にこもりがちですが、適度に体を動かすことは健康を守るために欠かせない……と、約2年ぶりに会った友人たちの体型を見て、改めて思った年末年始でした。(江河)

▼あけましておめでとうございませう。新年を迎え、はや1カ月が過ぎようとしています。皆さんはお変わりなくお過ごしでしょうか。私は年末年始の暴食でついたお肉と日々格闘しています。あるアンケート調査の結果で「正月太り」の体重増加は平均2.7キログラム、解消までに1カ月以上かかった人が半数を超えることが明らかになりました。平均までは増加していませんが、いまだに解消されていないお腹回りのお肉とさよならできるのは、何年かかるところでしょうか。(門司智)