

相談窓口・救急医療

相談の種類	とき	ところ	電話番号
女性の健康相談※要予約	1月12日(休)・18日(水) 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	1月16日(月)13:00～15:00 1月23日(月)13:00～14:00	岡垣町役場	282-1211(福祉課)
行政相談	1月12日(休)13:30～16:00	いこいの里	282-1211(総務課)
総合福祉相談 (福祉110番)	1月10・24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	1月13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	1月20日(金)10:30～16:00	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8:30～17:15	宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)	0940-36-2473
窓口・電話	高齢者・障害者相談	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)
電話	ふくおか自殺予防ホットライン	24時間受付	—
	宗像児童相談所	24時間受付	宗像児童相談所(宗像市)
	児童相談所虐待対応ダイヤル	24時間受付	—
	児童相談所相談専用ダイヤル	24時間受付	—
	子どもホットライン24	24時間受付	—
	教育電話相談	月～金曜日8:30～17:15	—
	みんなの人権110番	月～金曜日8:30～17:15	—
新型コロナウイルス	受診・相談センター	月～金曜日8:30～17:15 ※夜間休日は、一般相談窓口	宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)
	一般相談窓口	24時間受付	—
	ワクチン専用ダイヤル	9:00～21:00	—
	後遺症診療相談窓口	24時間受付	—

もしものときは
早めの対応を

休日・夜間の 救急医療

■休日急病センター

対象 内科、小児科

診察時間

●日祝日は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

●日祝日は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

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「体を整えるコツ」。私自身、徹夜明けや食べ過ぎた日の翌朝など、不摂生が体に及ぼす影響は、年を重ねるにつれ増しているように感じる今日この頃です。記事を書く上で、専門家の方や町の栄養士にたくさんのお話を伺いましたが、健康な体は一朝一夕には得られない、ということ改めて認識しました。新年からは、休日に昼まで寝てしまいうつせを直すところから始めようかと思えます。皆さんも、健やかに新年をお迎えください。(江河)

▼私の冬の楽しみの一つに「鍋料理を食べること」があります。寒い夜の「鍋」の味は格別ですよ。レモン鍋やトマト鍋など、毎年いわゆる「トレンド鍋」が話題になりますが、今年はキムチチゲ鍋に豆乳で作ったホイップを載せた「クリームチゲ鍋」が流行っているようです。私はまだ食べたことがないので、どんな味なのか気になるところです。さて、年末年始は人と会う機会が増えますね。皆で温かい鍋を囲みながら、来年に向けて英気を養いたいと思います。皆さん、よいお年をお迎えください。(中村)