

# 7 相談

## ●各種相談窓口一覧

相談内容		受付時間等	電話番号
子育て総合相談	育児、しつけ、障がい、家庭教育、就学相談の悩み	●下諏訪町 教育こども課 ※面接要予約 [月～金曜] 8:30～17:15	0266-27-1111
		●諏訪児童相談所 [月～金曜] 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く) 諏訪市大字湖南 3248-3	0266-52-0056
		●児童家庭支援センター つつじ [月・火・水・金・土曜] 10:00～17:00 茅野市ちの 3502-1 ベルビア 3F	0266-75-1108
児童虐待・DV通報	児童虐待・DVに関する 通告・通報・相談	児童相談所 虐待対応 全国共通ダイヤル 24時間対応・通話無料	いちはやく <b>189</b> 一部IP電話不可
		●長野県 県民文化部こども・家庭課 児童虐待・DV24時間ホットライン [24時間365日]	026-219-2413
		●下諏訪町 教育こども課 ※面接要予約 [月～金曜] 8:30～17:15	0266-27-1111
	相談ホットライン(専用ダイヤル) [月～金曜] 8:30～16:00	0266-27-3204	
	子育ての悩み、不安、 イライラ…話してみま せんか?	●ながの子どもを虐待から守る会 子育てひといきホットライン [火・木曜] 10:00～14:00 [土曜] 10:00～12:00	026-268-0008
行政の相談窓口	妊産婦や乳幼児の健康 相談	●下諏訪町 保健センター 健康・育児相談 [平日] 8:30～17:15	0266-27-8384
	子育て相談・交流の場	●子育てふれあいセンター ぼけっと [平日] 9:00～17:00	0266-27-5244
	子育てに迷ったり、悩ん だり、困ったりした時の 子育て相談	●さくら・とがわ・みずべ保育園 保育相談 [平日] 8:30～17:00	さくら 27-8764 とがわ 27-3315 みずべ 27-8781
	保育園入園等の相談	●下諏訪町 教育こども課 保育係 [平日] 8:30～17:15	0266-27-1111 (内線 716)
	児童・生徒が悩みを気軽 に話せ、ストレスを和ら げる	●下諏訪町 各小中学校 なんでも相談室・心の相談室 [平日] 8:30～17:00 ※教員以外の相談員が対応	南小 27-5000 北小 27-2288 下中 27-3000 社中 28-7600
	日常生活の困りごと等、 些細なことでも結構で す	●下諏訪町なんでも相談室 [平日] 8:30～17:15	0266-28-3366
	障害者手帳や福祉制度 自立支援給付制度の 相談	●下諏訪町 保健福祉課 福祉係 障がい・生活相談 [平日] 8:30～17:15	0266-27-1111 (内線 123)
	収入が少なく生活に 困っている	●下諏訪町 保健福祉課 福祉係 生活困窮の相談 [平日] 8:30～17:15	0266-27-1111 (内線 122)
離婚、親権、養育費等 弁護士による無料相談	●下諏訪町 住民環境課 生活相談係 法律相談 ※1人30分要予約 [原則第4木曜] 13:00～17:00	0266-27-1111 (内線 143)	

	相談内容	受付時間等	電話番号
子どもからの相談窓口	学校生活（いじめ含む）における児童生徒の悩み相談	●長野県教育委員会 心の支援課 学校生活相談センター 24時間子ども SOS ダイアル	なやみいおう 0120-0-78310
	虐待	●南信子どもの虐待防止研究会 南信子どもの虐待防止ホットライン [第1・3土曜] 10:00~13:00 24時間メール相談 <a href="http://www.janis.or.jp/users/nopcan/">http://www.janis.or.jp/users/nopcan/</a>	0265-81-7363
	18歳までの子どもがかける専用電話	●チャイルドライン [毎日] 16:00~21:00 ●チャット [第1・3水木金土曜日] 16:00~21:00	フリーダイヤル 0120-99-7777
	子どもが抱えるいじめ体罰等の悩み	●長野県子ども支援センター 電話 [月~土曜] 10:00~18:00 メール相談 kodomom-shien@pref.nagano.lg.jp	子ども専用ダイヤル (無料) 0800-800-8035
	保護者が抱える育児や子育ての悩み		大人用 026-225-9330
	子どもの心の相談 人権 非行問題 いじめ等学校問題 児童虐待等家庭問題 20歳未満の少年問題	●長野県精神保健福祉センター こころの健康相談(自殺予防のための相談) [月~金曜] 9:30~16:00/18:30~22:00	0570-064-556
		●長野地方法務局 子どもの人権110番 [月~金曜] 8:30~17:15	0120-007-110
		●長野県警察本部 少年サポートセンター「ヤングテレホン」 毎日24時間	よくなれ 026-232-4970
		●社会福祉法人長野いのちの電話 松本いのちの電話 [毎日] 11:00~22:00	0263-29-1414
	学校教育相談	学校教育、いじめ、不登校等 教育上のあらゆる問題の悩み	●南信教育事務所 [月~金曜] 8:30~17:00 伊那市荒井 3497 伊那合同庁舎内
●長野県総合教育センター 電話 [月~金曜] 9:00~17:00 メール相談：あり			0263-53-8811
思春期相談	精神科医による思春期の心の相談	●諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援 電話 [第4金曜] 14:00~16:00 ※要予約 メール相談：あり	0266-57-2927
	ひきこもりに関する心の相談	●ひきこもり支援センター (精神保健福祉センター内) [月~金曜] 8:30~17:15	026-266-0280
障がい児相談	保健・福祉サービス利用の援助、就業に関する相談、その他生活全般に関する相談	●諏訪圏域障がい者総合支援センター オアシス 諏訪市小和田 19-3	0266-54-7713
		●信濃医療福祉センター	0266-27-8414
	こどもの発達についての相談	●発達障がい者支援センター [月~金曜] 8:30~17:15	(精神保健福祉センター直通) 026-266-0280

相談内容		受付時間等	電話番号
女性相談	夫婦・家族関係、離婚、男女の関係、人間関係、配偶者からの暴力、医療の悩み	●男女共同参画センターあいとぴあ (配偶者暴力相談支援センター) 岡谷市長地権現町 4-11-51 □一般相談 電話・面接(要予約) [火～土曜] 9:00～12:00/13:00～16:30 □法律相談(要予約1人30分)無料 [第1木曜] 13:00～16:00 [第3木曜一県立長野図書館] 11:00～12:00 □女性のためのカウンセリング(要予約)無料 [第2土曜、第4金曜] 10:00～15:00	0266-22-8822
		●女性相談センター(配偶者暴力相談支援センター) [月～金曜] 8:30～17:15 面接相談(要予約) 長野市鶴賀東鶴賀町 1908-13	026-235-5710
		●諏訪保健福祉事務所 福祉課 [月～金曜] 8:30～17:15	0266-57-2911
	不妊に関する悩みへの相談	●長野県不妊・不育専門相談センター 長野県看護協会会館 ※面接要予約 [火・木曜] 10:00～16:00 [毎週土曜] 13:00～16:00 産婦人科医による相談 ※面接相談のみ要予約 毎月第4木曜日 13:30～16:00 松本市旭 2-11-34	0263-35-1012 (相談専用)
	予期せぬ妊娠・出産の不安、女性の心身の健康に関する悩み	●長野県助産師会 [毎週木曜日] 10:00～14:00/19:00～21:00 ●にんしん SOS ながのうえだみなみ乳児院 メール相談:あり 上田市上田原 1050	0263-31-0015 0120-68-1192 (24時間365日)
男性相談	家庭、夫婦、人間関係、生き方などで男性の抱える悩み相談	●男女共同参画センターあいとぴあ [毎週金曜] 17:00～19:00 ※男性相談員対応	0266-22-7111 (専用)
寡婦・家庭と庭の相談	家庭相談(生活全般)	●諏訪保健福祉事務所 福祉課 [月～金曜] 8:30～17:15	0266-57-2911
	就業・自立支援相談	●伊那保健福祉事務所 福祉課 [月～金曜] 随時	0265-76-6811
外国人の生活相談	県の行政サービス相談、小中学校における外国籍児童・生徒の相談、県の機関における母国語の翻訳、日常生活に関する相談等	●(公財)長野県国際化協会(ANPI) 「外国籍県民」多文化共生くらしのサポーター Introducing Supporters for International Residents [平日] 9:30～17:30 Consultations are available from 9:30am～5:30pm	日本語 026-235-7186
			英語(English) 026-235-7186
			ポルトガル語 090-7428-3577
日常生活で困っていることなど何でも	●長野県多文化共生相談センター [第1・第3水曜日を除く平日、第1・第3土曜日] 10:00～18:00 長野市新田町 1485-1 もんぜんぶら座 3F	中国語 090-7429-6822	
		タガログ語 090-7710-7446 タイ語 090-7427-4648	
Address:1st Floor Higashi Chosha(East Building) 692-2 Habashita Minami-Nagano Nagano City, Nagano Prefecture Phone:026-235-7186 Fax:026-235-4738 E-mail:mail@anpie.or.jp			

## ●生活福祉資金の貸付

所得が少ない方を対象に、経済的な自立等安定した生活を送ることができるよう、無利子又は低利で、総合支援資金、福祉資金、教育支援資金等各種資金の貸付を行っています。

- ◆手続き 社会福祉協議会へ申請をしてください。
- ◆貸付主体 長野県社会福祉協議会

【問い合わせ先】  
下諏訪町社会福祉協議会  
TEL 27-7396

## ●生活・就労等自立に関する相談（まいさぼ）

相談者の生活や就労といった困り事に対し、解決のためのプランを作成し、継続的な支援を行います。

### ◆相談例

- ・仕事が見つからない
- ・病気で仕事や生活が不安
- ・ひきこもりの家族が心配
- ・借金を抱え、住む家もなくなりそう
- ・生活に困っているが、頼れる人がいない

【問い合わせ先】  
まいさぼ信州諏訪  
TEL 75-1202

## ●介護に関する相談（下諏訪町地域包括支援センター）

高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として、保健師（もしくは経験豊富な看護師）や社会福祉士、主任ケアマネジャーが配置され、介護だけでなく、医療や保健など様々な領域の関係機関と連携し、高齢者の生活課題の相談を受け付けています。

### ◆相談例

- ・介護保険制度について知りたい
- ・親のものの忘れが気になる

【問い合わせ先】  
下諏訪町地域包括支援センター  
(下諏訪町社会福祉協議会内)  
TEL 26-3377

## 地域の子どもたちのために

## ●しもすわ子ども人権ネットワーク会議

児童福祉法の規定による、要保護児童対策地域協議会（以下「要対協」という。）を設置しています。「要対協」は、「代表者会議」、「実務者会議」、「個別ケース検討会議」の三層構造となっています。支援対象児童等の早期発見及び早期対応並びに適切な支援を図るために、次の事項を担当しています。

- (1) 児童虐待の防止に関すること。
- (2) 支援対象児童等の早期発見及びサポートに至るシステムの構築に関すること。
- (3) 支援対象児童等の支援に関すること。
- (4) 支援対象児童等についての地域社会への啓発活動に関すること。
- (5) 支援対象児童等対策に関すること。

【問い合わせ先】  
下諏訪町教育委員会  
教育こども課  
こども家庭相談係  
TEL 27-1111  
内線 715



## 医療機関

### ●下諏訪町医療機関

詳細及び休診日（お盆・年末年始）等は、各医院にお問い合わせください。休日当番医は新聞、町ホームページ等でご確認ください。

※ 小児医療欄の「有」は小児科専門、あるいは小児科がある医院です。小児科がない場合も通常の病気等是对応いただけます。

### 休日当番医

【問い合わせ先】

下諏訪町役場  
TEL 27-1111  
下諏訪消防署  
TEL 28-0119

### ●医院 50音順

### ●歯科医院 50音順

小児医療	施設名	所在地	電話番号	施設名	所在地	電話番号
	あざみ胃腸科 クリニック	4342-6 (西赤砂)	28-0505	あさひ中央台 歯科診療所	4700-16 (東赤砂)	26-1414
	市瀬医院	4824-8 (西鷹野町2部)	26-1717	近代予防歯科 センター	4917 (西鷹野町1部)	28-7060
	さとう眼科医院	5295-1 (富士見町)	27-0085	小松歯科医院	5515 (富士見町)	27-8226
有	信濃医療福祉 センター	社 6525-1 (東山田第6)	27-8414	小松歯科 クリニック	5000-4 (西四王2部)	28-0008
	しもすわ肛門胃腸 内科クリニック	5031-18 (栄町)	78-3242	さつき歯科医院	6178-1 (高浜)	27-5858
	諏訪共立病院	214 (矢木町1)	28-2012	しんえい歯科 クリニック	4629-6 (西鷹野町2部)	27-7500
	諏訪皮膚科 クリニック	3164-1 (御田町)	27-5388	鈴木歯科医院	4917 (西鷹野町1部)	(一般) 28-3191 (小児) 28-3190
有	諏訪マタニティー クリニック	112-13 (矢木町2)	28-6100	諏訪クリスタル 歯科医院	4360-12 (西赤砂)	78-7188
	諏訪メンタル クリニック	4705-2 (東赤砂)	75-1035	土田歯科医院	5701 (湖畔町北)	28-3001
有	高浜医院	6171-9 (西豊)	28-3811	中根矯正歯科 医院 ※矯正のみ	278-1 (花咲町)	28-3134
有	西川小児科医院	4870-2 (西四王3部)	27-0011	浜歯科医院	6374-1 (五官)	28-4649
	平山医院	3149-7 (塚田町)	27-8053	林歯科医院	社 115-6 (社東町第2)	28-6586
	三沢医院	144-6 (矢木町2)	27-8760	溝口歯科診療所	4342-12 (西赤砂)	27-3838
	溝口医院	6273 (東豊)	27-6266	三輪歯科医院	5296 (富士見町)	27-3084

市外局番 0266

## ●長野県小児救急電話相談

お子さんの夜間のケガや急病等の際、保護者の方々が対処に戸惑う時や、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しい時に、応急対処の方法や受診の要否等について助言を行います。

- ◆相談内容 小児の病気やけがなどの救急医療に関する相談
- ◆相談対応者 小児科医の支援体制のもと、乳幼児・小児の医療相談に経験豊富な看護師等が相談に応じます。
- ◆相談日時 毎日 午後7時から翌朝8時まで
- ◆利用方法 局番なしの「#8000」まで、お電話ください。  
※ 短縮ダイヤル「#8000」は、プッシュ回線及び携帯電話からご利用できます。アナログ回線・IP電話の場合は、「026-235-1818」へおかけください。

【問い合わせ先】  
県健康福祉部  
保健・疾病対策課  
TEL026-235-7141

## ●不妊・不育症治療について

不妊・不育症治療を行っているご夫婦の経済的な負担の軽減を図るために不妊・不育症治療に要した費用の一部を助成します。

- ◆支給額 不妊・不育症治療に要した費用のうち、医療保険の一部負担及び医療保険適用外治療費等のうち5割相当額（年度上限額10万円）  
※町の助成の他、長野県の助成事業も利用できます。  
お早めにご相談ください。  
※長野県では、長野県妊活支援サイト『妊活ながの』を開設し、不妊・不育症治療に取り組む方々の支援を行っています。

【問い合わせ先】  
保健センター  
TEL 27-8384

妊活ながの 検索

## かかりつけ医を決めておきましょう

突然の病気にあわてないため、病気になる前に、信頼がおけるお医者さんを見つけておきましょう。

普段の健康状態を把握していて、気になる症状がある時にいつでも相談できる「かかりつけ医」は、子育ての心強い味方。乳児健診や予防接種などを利用して、顔をあわせておくと安心ですね。

