

✿ **なら健康だより** ✿ **vol.55**

次回掲載予定日 平成27年**5月26日**  **奈良県**

ひとりで悩まずお電話ください。奈良県の相談窓口等のご紹介

自殺予防のためのこころの相談

つながりのある地域づくりをめざして、
**県民ひとり1人が
ゲートキーパーです！**

《ゲートキーパーの役割》

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける。
 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けて真剣に話を聴く。
 身近な人や相談機関などにつなぐ。
 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

ひとりで悩まず、お電話ください。

自殺予防のためのこころの相談

ならこころの
ホットライン

しろくじちゅうこころさわやか

0744-46-5563

相談受付時間／平日9:00～16:00 奈良県精神保健福祉センター内

<http://www.pref.nara.jp/> **精神 奈良**

県精神保健福祉センター
マスコットキャラクター
「ココならちゃん」

がん患者・経験者、 そのご家族の方へ **就 労 相 談**

**就労に関する悩みや心配事は
ありませんか？**

例えば

復職を考えて
いるが、不安…。

治療のための
休暇取得や休職は
どうすればいい??



社会保険労務士と、
病院のがん相談員が
一緒に考えます！

日時: **平成27年5月27日(水)**
13:00～16:00

場所: 奈良県立医科大学附属病院
がん相談支援センター

※お1人あたりの相談時間は60分

定員
3名
無料

申込 ☎0744-22-3051
(内線3284)

今後の就労相談の予定は、下記サイトで案内します。

奈良県のがん情報提供サイト **がんネットなら**

※就職先のあっせんは行っておりませんので、ご了承ください。

妊娠なんでも110番

お名前はお聞きしません

生理が
来ないん
だけど…

妊娠適齢期
ってホントに
あるの？

なかなか
子供が
できない

避妊に
失敗した
かも…

妊娠中に
気をつける
ことは？

彼女が
妊娠した
かも



妊娠中の
食事について
知りたい

普段
飲んでいる薬、
続けても
大丈夫？

男性の
相談者も多数

あなたよりも、あなたの体に詳しい人がいます。

まずは**助産師**に相談を

奈良県妊娠なんでも110番
☎0742-26-3110

相談無料
秘密厳守

奈良県医療政策部保健予防課

利用可能 火・金曜日 16:00～20:00
曜・時間 土・日曜日 13:00～20:00
(国民の祝日・年末年始を除く)

無 料 検 査

保健所では、

**エイズ・(B型・C型)肝炎・梅毒の
検査を無料で受けることができます。**

**中 和
保健所**

☎0744-48-3037
毎週金曜日、第1・3水曜日
9:00～11:00

要
予約

**郡 山
保健所**

☎0743-51-0194
毎週火曜日
9:00～11:00

**内吉野
保健所**

☎0747-22-3051
第1・3月曜日
9:00～11:00

**吉 野
保健所**

☎0747-52-0551
第2・4月曜日
9:00～11:00

**奈良市
保健所**

☎0742-93-8397
[エイズ] 第1・2・3月曜日 13:30～15:00
[肝 炎] 毎月第4月曜日 13:30～15:00
※梅毒の検査は未実施

要
予約

詳しくは最寄りの保健所にお問い合わせください。