

## 《ゴールデンウィーク中のご本人・ご家族のご相談について》

健康保険組合では、ゴールデンウィーク中でもご本人、ご家族（お子様含）の健康に関するご相談体制を整えています。不安に思ったことなど、気軽にご相談ください。

### 産婦人科・小児科オンライン相談窓口

産婦人科医・助産師に相談できる

産婦人科オンライン

小児科医に相談できる

小児科オンライン

クリック ⇒

[産婦人科・小児科  
オンライン相談窓口](#)

例えば、  
こんな時…

最近、気分が  
沈みがち  
もしかして  
更年期症状？

生理前の  
イライラが  
ひどい

出血量が  
いつもより  
多い？

うんちの  
色が変わ

湿疹が  
気になる

※なんとなくいつもと違うと感じた時に医師へ相談すると、不安の解消や予防、早期発見に役立ちます。



#### いつでも相談

毎日24時間受付 原則24時間以内返信



ウェブサイトから  
テキストで相談できます

#### 夜間相談

平日18時～22時 1枠10分の予約制



LINEのメッセージチャット/  
音声通話 / ビデオ通話 / 電話

#### みんなの相談検索

いつでも何度でも すぐに結果表示



3万件以上の相談事例から検索

#### 【ゴールデンウィーク】

・夜間相談：18時～22時  
4/30、5/1のみ営業

・いつでも相談：24時間受付  
終日営業

コンテンツ配信 医師・助産師による季節や状況に合わせた医療記事や、子育てのポイントを解説するLIVE動画をお届け

## 健康相談ほっとライン & 専門医療ほっとライン

各種サービスにより受付時間が異なりますので、まずはクリックして確認してください。

### 日常のご相談に

家族の健康が  
気になる



#### 24時間電話健康相談サービス

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、医師や保健師・看護師等の有資格者が、24時間365日対応します。

受付時間 24時間・年中無休

- 不意のケガで応急処置に困った
- 旅先や休日の受診できる病院を調べたい
- 離れて暮らす高齢の親に介護が必要になった
- どの診療科を受診すべきかわからない
- 赤ちゃんの様子がいつもと違うと感じた
- 健康診断の結果が心配

こころの不安を  
相談したい



#### メンタルヘルス カウンセリングサービス

こころの悩みに心理カウンセラーが対応します。対面・オンライン面談・Web・電話とご希望の方法でのご相談が可能です。

##### ■スポットカウンセリング(予約不要)

ご利用方法 : 電話・Web

④ 相談受付時間: 電話 9:00～22:00・年中無休(1回あたり20分が目安)  
Web 24時間・年中無休(返信は数日を要します)

##### ■継続カウンセリング(予約制)

ご利用方法 : 対面・オンライン面談・電話(1回あたり50分が目安・おひとり年間5回まで)

\*初回利用時に、ご利用方法をいずれか1つ選択していただきます  
利用途中での変更は原則不可

④ 予約受付時間: 電話 月～金 9:00～21:00・土 9:00～16:00(日・祝日・12/31～1/3を除く)  
Web 24時間・年中無休(受付後、日程調整の電話をいたします)

- ストレスがたまってイライラしている
- 誰かに話を聴いてもらいたい
- 心配ごとや不安なことを抱えている

クリック ⇒

[健康相談ほっと  
ライン](#)

