



西播磨県民局からのお知らせ

西播磨版の問い合わせは ▶ 西播磨県民局総務企画室総務防災課へ
〒678-1205 上郡町光都2-25

☎0791-58-2100 ☎0791-58-2328

ホームページ [西播磨県民局](#)
西播磨総合庁舎 ☎0791-58-2100

困ったとき、まずは[さわやか県民相談]へ
☎0120-83-7830 (携帯電話からは代表番号へ)
【受付】平日(祝日等を除く)9時~17時30分

実践
しよう

上手な医療のかかり方

健康に安心して生活していくためには、上手に医療を利用し、地域医療を守ることが大切です。

9月9日は救急の日。本当に必要なときに、必要な人に救急医療の手が届くよう、日頃から何ができるか考えてみましょう。

ポイント01

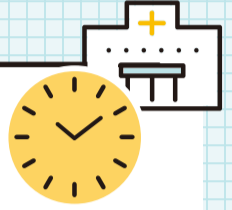
身近にかかりつけ医を持つ



気軽に相談できるかかりつけ医があると安心です。持病のある人や体調の悪い人は、早めにかかりつけ医に相談・受診しておくことも忘れずに。

ポイント02

なるべく診療時間内に受診する



診療時間内の受診を心がけましょう。連休前などは特に、医療機関の診療日・時間をあらかじめ確認しておくとう安心です。

ポイント03

子どもの急病時の相談窓口を知っておく



小さな子どもは急な発熱や体調の変化が起こりやすいもの。かかりつけ医に相談するのはもちろん、病院に行くか迷ったときは、小児救急医療電話相談窓口を活用しましょう。専門のスタッフが、病状への対処方法などを助言してくれます。

播磨姫路小児救急医療電話相談

☎079-292-4874

☎月曜~土曜 20時~24時
(日曜、祝休日、8月15日、12月31日~1月3日は9時~18時/20時~24時の対応)

兵庫県子ども救急医療電話相談

☎#8000

※ダイヤル回線やIP電話の場合は ☎078-304-8899

☎月曜~土曜 18時~翌朝8時
(日曜、祝休日、12月29日~1月3日は8時~翌朝8時)

☎龍野健康福祉事務所企画課 ☎0791-63-5150 ☎0791-63-9234 | 西播磨の地域医療に関する情報は [西播磨 地域医療](#)

自分が望む医療・ケアを共有する「人生会議」を開きましょう

「もしも」のとき、どこでどのような医療・ケアを受けたいのか。元気なうちから考え、信頼できる人たちと共有しませんか。自分が大切にしたいことを伝える「人生会議」を開いてみるのもお勧めです。

「人生会議」に関する情報は [厚労省 人生会議](#)

インフォメーション イベント等は延期・中止の場合があります

たつの市立龍野歴史文化資料館特別展「揖保川の土産」開催

揖保川に育まれた、たつの市の産物の歴史を紹介します。同時開催するスタンプラリーでは、同館に加え、うすくち龍野醤油資料館、揖保乃糸資料館そうめんの里を巡った人の中から抽選で20人に名産品をプレゼント ☎10月5日☎~12月8日☎同館 ☎一般400円、65歳以上200円、学生100円 ☎同館 ☎0791-63-0907 ☎0791-63-0998

歴史研究講座「西播磨・山城探訪」参加者募集

県立考古博物館名誉学芸員の山上雅弘さんが、山城の歴史や登山情報を紹介します ☎9月14日☎14時~15時30分 ☎赤穂市文化会館赤穂化成ハーモニーホール2階学習室 ☎90人(先着) ☎無料 ☎当日までに ☎赤穂市文化とみどり財団事務局へ ☎0791-43-3269 ☎0791-43-5950

「第2回秋を味わう引原ダム周遊サイクリング」参加者募集

紅葉の景勝地でもある引原ダム周辺でサイクリングを。親子で楽しめる初心者コースからハードな上級者コースまで、5つのコースを楽しめます ☎自転車を所有し、交通規則・マナー・イベント規則などを遵守できる人 ☎中学生以下の参加は保護者同伴 ☎10月27日☎※小雨決行、大雨・暴風警報の場合は中止 ☎宍粟市(スタート場所はコースにより異なります) ☎100人(先着) ☎無料

☎9月2日☎~30日☎までに ☎光都土木事務所企画調整担当 ☎0791-58-2229 ☎0791-58-1230

[光都土木引原ダムサイクリング](#)

フェニックス共済加入でプラスの安心を

フェニックス共済は県が実施する制度です。あらゆる自然災害で被災した住宅や家財の再建を支援。他の保険に加入していても定額で給付します ☎西播磨県民局総務防災課 ☎0791-58-2120 ☎0791-58-2328