

大阪府石油けんぽ健康相談ダイヤル

本ダイヤルは、当組合の被保険者のご家族の皆さまが、健康や育児、メンタルヘルスや介護等に関する日常の悩みを、看護師・保健師・管理栄養士・心理カウンセラー・ケアマネージャなど専門スタッフに24時間365日電話で相談することができる専用窓口です。匿名で相談でき、通話料や相談料など無料ですので、安心してご利用いただけます。

健康相談



病気の詳しい内容や対処法、気になる症状の原因や対応、いざという時の応急手当の仕方など、健康に関する様々な疑問をご相談いただけます。

健康診断や各種検査の結果について、生活習慣病への対応方法、更年期障害についてなど、各種ご相談に幅広く応じます。

介護相談



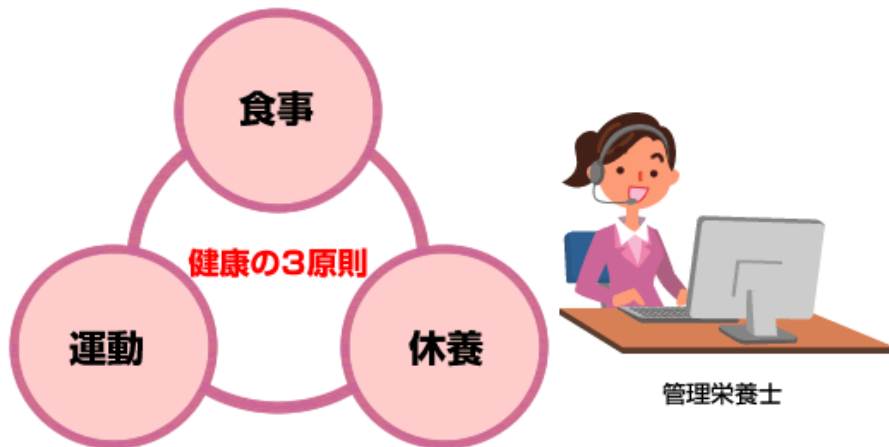
「家族に介護が必要になったがどのように手続きをしたらいいかわからない」、「在宅で介護を行っているが、自分の介護方法でいいのかわからない」など、介護に関する悩み・ご相談に24時間365日お答えします。

メンタルヘルス



今や世界的に問題となっている、職場の人間関係のストレス(パワーハラスメント)、子供の引きこもりや登校拒否、介護疲れ、近所づきあいなど様々な心の悩みに心理カウンセラーが対応します。

栄養相談



- ・ 医師から「〇〇な食事をして下さい」と言われたが、具体的にどうしたらいいか教えて欲しい。
- ・ 生活習慣病の不安があるので、食事はどのような点に気をつけたらいいか教えて欲しい。
- ・ 家族の食生活に関して（お年寄りへの食事・お子さまの食育など）現在の食生活でバランスがとれているか確認したい。
- ・ 一人暮らしや、多忙な環境でバランスのとれた食生活をするためにはどうしたらいいか？

などなど…、健康の3原則は「食事」「運動」「休養(睡眠)」です。

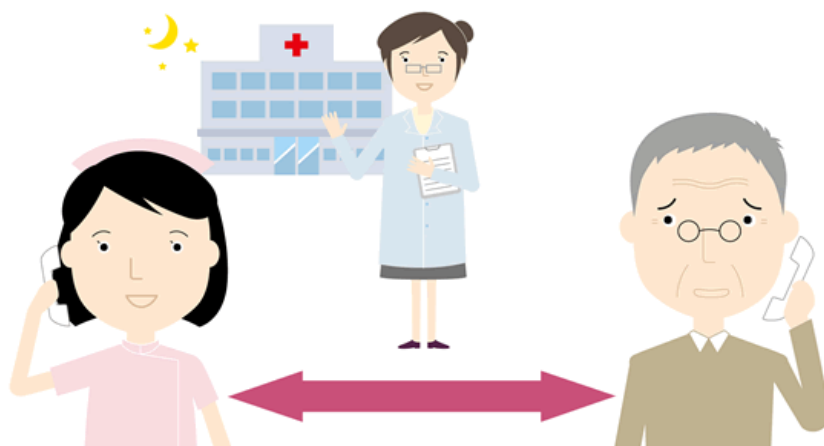
介護予防運動指導員の資格を有する管理栄養士が、栄養相談・バランスのとれた料理方法などのご紹介に加え、健康の3原則を含めた総合的なアドバイスをを行います。

育児相談



妊娠期の過ごし方や体調管理、赤ちゃんの発育や気になる症状のご相談など、妊娠・出産や子育てについてひとりで悩まずにいつでもご相談いただけます。

医療機関・福祉施設案内



お住まいの地域や出張・旅行先の、夜間・休日の開いている医療機関（または医療情報案内機関）、女性医師のいる病院、福祉施設など全国約12万件の医療機関情報から最適な情報をご案内します。

大阪府石油けんぽ健康相談ダイヤル 受付電話番号

0120-966-598 (携帯電話からも可)

【利用方法】

大阪府石油健康保険組合の加入者確認のため所属コードをお伝えください。
所属コードについては、事業主もしくは、当健康保険組合までお問い合わせください。