いざというときに

日曜・祝祭日当番医

医　科	9:00～17:00まで
歯　科	9:00～12:00まで
薬　局	営業時間は直接お問い合わせください。

日曜・祝祭日に急病になった場合の医療機関は日によって異なりますので広報こもろ、小諸市公式ホームページ、新聞紙面によりご確認ください。

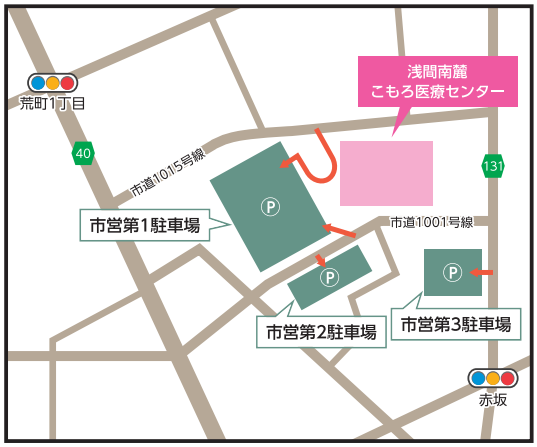
緊急医

休日や夜間に急病になったとき、次の医療機関で診療が受けられます。

なお、この医療機関は急病患者の応急診療を行うもので、通常の診療を行うものではありません。緊急医を受診される場合は、事前にお電話でお問い合わせください。

持ち物：保険証、お金　※服薬中の方は**お薬手帳**を持参しましょう。

病院名：JA長野厚生連　浅間南麓こもろ医療センター
住　所：小諸市相生町3-3-2
TEL：22-1070



広告

P103 D-2

P109 D-3、P124 B-1

緊急時の通報先・情報収集先

現在、小諸市を含む佐久広域管内の119番通報は全て佐久広域消防本部の高機能消防指令センターで受け付けています。確実に現場を特定するために小諸市であることを伝えてください。携帯電話からの119番通報も119とダイヤルすることで指令センターにつながります。また、市の境目や山からの119番通報は電波状況によっては他消防本部につながる場合がありますので一般電話同様小諸市であることを伝えてください。

内容	通報・情報収集先	電話番号等
火事・救急の通報	消防署	**119** ※119番は火事・救急・救助など、緊急の時に使用する緊急回線です。小諸消防署への問い合わせ等は、☎24-0119までお願いします。
事件・事故の通報	警察署	**110**
気象情報の確認	気象庁	気象庁のホームページから「気象情報」を見ることができます。 ☞https://www.jma.go.jp/
	気象庁・長野地方気象台	177 ☎026-232-2037 検索サイト「長野気象台」で検索 ☞https://www.jma-net.go.jp/nagano/
	テレビのデータ放送	地デジ対応のテレビのリモコン「dボタン」で気象情報を見ることができます。
注意報・警報の確認（雨量、水位、土砂災害）	小諸市公式SNS（Facebook・Twitter・LINE）	小諸市公式SNSで気象警報・注意報の情報を発信しています。
	長野県河川砂防情報ステーション	長野県河川砂防ステーションのホームページから「気象警報・注意報」を見ることができます。また、メール受信登録も可能です。 ☞https://www.sabo-nagano.jp/ ☞携帯サイト：http://www.mobile.sabo-nagano.jp/m/
	気象庁	気象庁のホームページから、「気象警報・注意報」を見ることができます。 ☞https://www.jma.go.jp/

広告

P103 D-4

P104 A-3、P134 B-5

P127 E-2

困ったときの相談窓口

名称	内容	日時	担当・場所	お問い合わせ先
消費生活相談	消費生活に関するご相談を来所または電話にて受け付けています。相談は無料、秘密は厳守します。消費者の方が対象です。事業者の方の事業に関する相談は受け付けができません。特定事業者の信用性に関する問い合わせの回答、指導、代理人になることはできません。	受付 午後8:30～午後4:00 月～金	小諸市消費生活センター （小諸市役所市民課 市民協働・相談係）	☎31-5100（直通）
市民相談	相談内容に応じて、担当各課へのご案内、各種相談機関への紹介をいたします。	月～金	市民課（市民協働・相談係）	☎22-1700 （内線2118）
健康相談	赤ちゃんからお年寄りまでの健康相談をお受けします。各区、各種グループ等地区へ出向いての健康教室、健康相談も行います。ご希望の場合は、健康づくり課へお申し込みください。	月～金 午前9:00～午前11:30	健康づくり課（保健センター）	☎25-1880（直通）
心配ごと相談	小諸市社会福祉協議会では、市民が日常生活をおくる上で心配なこと、わからないことなどの相談に応じています。相談者の人権と自主性を尊重し、相談の秘密は厳守されます。電話での相談も受付けています。	月～金	小諸市社会福祉協議会 与良町6丁目5-1	☎25-7337
育児相談	家庭教育や子育て全般（しつけ、友達関係、遊び、言葉遣いなど）についての様々な迷いや悩みに対して、相談を行っています。	月～土	子どもセンターこもロッジ	☎23-5567
		月～土	美南ガ丘児童館	☎23-5667
		月～金	東児童館	☎22-1717
		月～金	水明児童館	☎25-0041
妊婦・乳幼児相談	●妊婦・乳幼児の子育て相談 ●発達・育児心配ごと相談 保健師、歯科衛生士、栄養士が対応したします。	月～金	健康づくり課（保健予防係）	☎25-1880 ☎22-1700 （内線2172・2173）
歯・食生活相談	赤ちゃんからお年寄りまでの歯に関する相談を歯科衛生士が、食生活全般の相談を栄養士がお受けします。 〔持ち物〕歯ブラシ・タオル・乳幼児の場合は母子健康手帳・赤ちゃん手帳・健診結果等あればお持ちください。	予約制	健康づくり課（保健センター）	☎25-1880（直通）
小児緊急電話相談（お医者さんが不在の時間）	夜間等、お医者さんが不在時の相談。	毎日 午後7:00～翌日8:00	長野県	＃8000 ☎0263-34-8000 （アナログ回線、IP電話）
教育相談 不登校等に関する相談	不登校、不適応、引きこもり等の心配がある児童生徒に関する相談	月～金	教育支援センター	☎26-6717
教育相談 学校生活や学習に関する相談	学校生活における心配事や要望などに関する相談	月～金	学校教育課（学校教育係）	☎22-1700 （内線2325）
教育相談 教育支援（就学）相談	適切な学びの場への就学、教育的配慮に関する相談	月～金	子ども育成課（子ども相談係）	☎22-1700 （内線2291）
子ども・家庭相談	子どもの養育に関する心配事など、子どもと家庭に関する相談全般	月～金	子ども育成課（子ども相談係）	☎22-1700 （内線2292）
		24時間いつでも	児童相談所相談専用ダイヤル	☎0120-189-783
虐待相談通報 児童	児童虐待に関する悩みや心配ごとに関する相談、通報	月～金	子ども育成課（子ども相談係）	☎22-1744 （ホットライン）
		月～金	佐久児童相談所	☎0267-67-3437
		24時間いつでも	児童相談所虐待対応ダイヤル	☎189（短縮）
虐待相談通報 障がい者	障がい者虐待に関する相談・通報	月～金 ※通報は24時間	厚生課福祉係（小諸市障害者虐待防止センター）	☎22-1700

広告

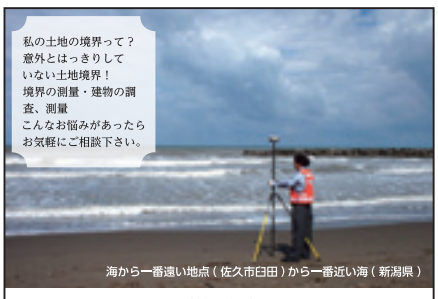
かばん・バッグ等、それぞれの製品にあった素材とデザインにこだわり、職人が一つひとつ手作りで仕上げます。

皮革製品の注文製造や販売
株式会社 荻原
小諸市与良町3-9-8 TEL.0267-22-6260
営業時間／8:30～17:30 定休日／土曜、日曜、祝日

P108 C-2

空き家の活用もう一度考えてみませんか?
RENOVATION DESIGN OFFICE
SEIKEN RENOVATION Ltd.
COMODO
コ モ ド
長野県小諸市荒町 2-6-7
TEL：0267-26-3310
https://sr-comodo.com
解体しないという選択お手伝いいたします

P103 E-2



取扱業務
基準点測量・筆界測量・真北測定（天文ジャイロ）・
GNSS測量・鑑定測量・不動産登記・筆界特定・
民間紛争解決手続代理・各種行政申請手続・開発行為申請手続

土地家屋調査士・特定行政書士・補償コンサルタント
塩川豊事務所／有限会社リドー
〒384-0801 小諸市甲1137番地1
TEL：0267-22-7643
FAX：0267-22-2507
E-mail：tobo-3@ctknet.ne.jp

P123 D-4

名称	内容	日時	担当・場所	お問い合わせ先
虐待相談通報 高齢者	高齢者虐待に関する相談・通報	月～金 ※通報は24時間	高齢福祉課・小諸市地域包括支援センター	☎22-1700 (高齢福祉課) ☎26-2250 (地域包括)
子供専用ダイヤル（様々な相談）	友達・家族・様々な相談。	月～土 午前10:00～午後6:00	長野県(子ども支援センター)	0800-800-8035 (無料)
子どもの人権110番	子どもの人権に関する専用相談電話。子どもだけでなく、大人もご利用可能です。 インターネット人権相談 https://www.jinken.go.jp/	月～金	電話相談	☎0120-007-110
			つながらない場合 長野地方法務局	☎026-235-6611
女性のための相談	配偶者等からの暴力や生活の中での困りごとがあれば、まずは相談してください。	月～金	厚生課	☎22-1700 (面談は要予約)
		火～土	長野県男女共同参画センター	☎0266-22-8822
		月～金	女性の人権ホットライン	☎0570-070-810
		月～金	長野県女性相談センター	☎026-235-5710
男性のための相談	家庭、夫婦、人間関係、生き方などに悩む男性からの相談に男性相談員が対応します。	金 午後5:00～午後7:00	長野県男女共同参画センター	☎0266-22-7111 (男性相談専用電話)
DV・子どもの相談	長野県が性暴力にあわれた方を支援するために設置する公的な相談窓口です。専門の研修を受けた支援員が相談をお受けし、被害にあわれた方の意思に基づき、支援をコーディネートします。		性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」	☎026-235-7123 (24時間ホットライン)
			長野県児童虐待、DV24時間ホットライン	☎026-219-2413
			長野県警察安全相談窓口	☎026-233-9110 (毎日24時間)
職場での相談(女性)	女性差別、セクシャル・ハラスメント等の相談。	月～金	長野労働局雇用環境・均等室	☎026-227-0125
法律相談	弁護士による市民無料法律相談を、市役所で年8回開催しています。相談は無料で秘密は守られます。1人当たりの相談時間は30分です。予約制となりますので右記お問い合わせ先にご連絡ください（1回につき12人まで受付可）。	予約制 ※開催日時は市ホームページか係にお問い合わせください。	市民課（市民協働・相談係）	☎22-1700 (内線2118)
行政相談	国の仕事や、国からの法定委託事務として、地方公共団体などが行っている仕事に関する意見・要望を、行政相談委員がお聞きします。相談は無料で、秘密は守られます。予約は不要です。直接会場へお越しください。	月1回 (5月・10月は行政相談月間のため2回開催) 午後1:00～午後3:00	市民課（市民協働・相談係）	☎22-1700 (内線2118)
交通事故相談	長野県では、無料で交通事故の相談に応じています。交通事故により生じた様々な問題や悩み、疑問などの相談に応じ、専門の相談員がアドバイスや説明を行います。交通事故巡回相談をご利用ください。完全予約制となりますので右記連絡先にご連絡ください。	第2金 午前10:00～午後3:00	佐久市跡部65-1 佐久合同庁舎内	佐久地域振興局 ☎63-3133(代表)
人権に関する相談	人権に関する相談（不当な差別、学校・職場でのいじめ、相隣間のトラブル、インターネットでの誹謗中傷等）	火・木（祝祭日は除く）	長野地方法務局佐久支局	☎0267-67-2272
		月～金	みんなの人権110番	☎0570-003-110
	日本語を自由に話すことができない方からの人権相談電話。	月～金	外国語人権相談ダイヤル	☎0570-090-911
外国籍県民等の相談	外国籍県民等の皆さんの普段悩み困っていること、知りたいことなどの様々な生活相談。	月～金 (第1・第3水を除く) 第1・第3土	長野県多文化共生相談センター	☎026-219-3068
高齢者の介護・くらしの相談	保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等が介護・医療・権利擁護等に関する相談を受け、適切な機関と連携し解決のお手伝いをします。認知症・介護予防・地域交流についての相談もお受けします。	月～金	小諸市地域包括支援センター（小諸市社会福祉協議会内）	☎26-2250

広告

P103 D-3

お気軽にご相談ください
●遺言・相続手続き ●会社・法人設立手続
●定款・議事録作成 ●各種営業許可申請
●各種契約書・公正証書・内容証明書作成
小諸市で行政書士をお探しなら
行政書士林事務所
行政書士 林 哲也
TEL.0267-34-0684
営業時間／9:00～18:00
定休日／土曜、日曜、祝日
〒384-0025 小諸市相生町3-4-1
P103 E-2

わがままが叶う！プライベート空間で
ゆったり過ごせるサロンです

お子様も気軽に通えるサロンです。
RittRe
ヘアーサロン リトル
【ご予約優先】
☎0267-31-5669
長野県小諸市大手2-1-28
営業時間／平日・土曜 10:00-19:00
日曜・祝日 10:00-18:00
定休日／火曜日
P103 E-2