

健康

医療

介護

福祉

# オンライン総合相談

## オンライン相談とは

これまでの電話での相談に加え、オンライン会議アプリケーション（ZOOM）を利用して、自宅等でインターネットを通して映像や音声のやり取りが行える仕組みです。お互いの顔が見えるため、窓口での相談により近い形で、安心して相談することができます。

- 1 相談内容 健康や医療、介護や福祉など生活に関する相談全般に応じます。

## このような困りごとはありませんか・・・？

- 血圧が高くて、糖尿病もある。どんなことに気をつければ良いか知りたい。
- 仕事が見つからない、家賃が払えないなど生活に困っている。
- 高齢の親の物忘れが最近ひどい。認知症が心配。
- 脳梗塞で入院したが、退院後の生活が不安。
- 50歳の息子が仕事に就かず、ひきこもっていて将来が心配。(ひきこもり)
- 学生だが、親や兄弟の介護をしなければいけないので大変。(ヤングケアラー)
- 高齢の親の介護と子育ての両立が大変。(ダブルケア)



- 2 相談時間（相談は予約制となります。※次ページ参照）

平日の午前9時～午後4時 ※土曜日、日曜日、祝日等を除く

※ 1回の相談時間は30分程度

- 3 オンラインに必要な手続き

(1) 準備するもの オンライン相談を行う場合には、以下の準備物が必要となります。

◇ カメラ付きのパソコンまたはスマートフォン ◇ メールアドレス

(2) オンライン会議アプリ「ZOOM」の取得（インストール）

◇ パソコン版 <https://zoom.us/download>

◇ スマートフォン版

iPhone用

Android用



ZOOM Cloud Meetings  
をインストール

## 4 オンライン相談の流れ

### ① 電子メールで相談予約日等を申し込み

予約申込メールアドレス

chiikihoukatsu@city.fukuroi.shizuoka.jp

予約申込時には、メールのタイトルに「オンライン総合相談」と記入し、本文に、氏名、住所、電話番号、主な相談内容、希望日時（第3希望まで）を記入してください。

※ 前日（前日が休日の場合は休日前の平日）の午後4時までにお申し込みください。

### ② 相談日時の調整（市で日程調整を行います）

ご希望の日時で空きがない場合には、再度日程調整させていただきます。

### ③ 電子メールによる相談日の連絡

相談日や時間、ミーティングID、パスワードを送付します。

相談日時で都合が悪くなった場合は電話等で御連絡をお願いします。

### ④ 相談の実施

ZOOMによるオンライン相談の実施

通信状況により、オンライン相談ができない場合があります。

※ 通信料は、個人の負担となります。

## 5 ZOOMの利用方法

ZOOMのホームページ等でご確認ください。

<https://zoom.us/jp-jp/meetings.html>



### 問い合わせ

はーとふるプラザ袋井（総合健康センター）

地域包括ケア推進課 介護ケア相談係

電話 0538-84-7836 FAX0538-84-7582

E-mail [chiikihoukatsu@city.fukuroi.shizuoka.jp](mailto:chiikihoukatsu@city.fukuroi.shizuoka.jp)