

トヨタ紡織健保 健康ホットライン

☎ 0120-064-783

24時間・年中無休、通話料無料の専用ダイヤルで気軽にご相談いただけます。

こどもが夜中に熱を出した。どうしよう。

在宅勤務疲れで夜眠れない。

発熱が4日続いている。いま医療機関は受診できるだろうか。



トヨタ紡織健康保険組合の被保険者と被扶養者の方がご利用頂けます。

24時間電話健康相談サービス

経験豊かな**医師・保健師・看護師**などの相談スタッフが、健康・医療・介護・育児などに関するご相談にアドバイスいたします。

医療機関情報等の提供

健康相談と合わせて、全国約40万件を超える医療機関データベースから、夜間診療を行っている等、ご希望に応じた医療機関情報等のご案内いたします。

※緊急事態宣言発令によりお電話が繋がりにくい状況がありますので予めご了承ください。



プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。(委託先 ティーベック株式会社)

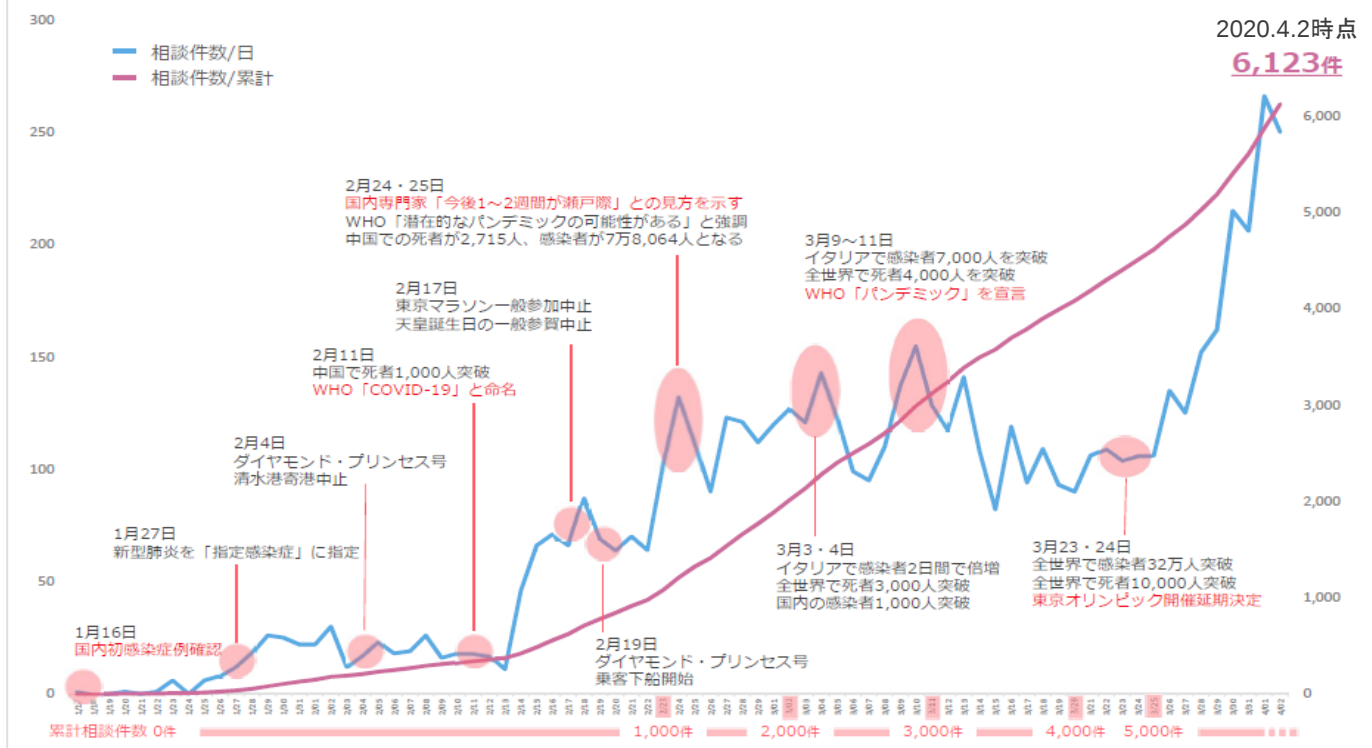
ご利用の際の諸条件などがありますので、ご不明点はお問い合わせください。

個人情報の取扱いについて

●本サービスは、ティーベック株式会社が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック株式会社は、本サービスの適切な実施のため、ご利用者より個人情報を取得する場合があります。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)

●ティーベック株式会社は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要があると当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を第三者に提供いたしません。●ティーベック株式会社は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただきます。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは「〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株) 個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。

新型コロナウイルスについても、毎日多くのご相談をいただいています。



まずはひとりで悩まず、専門家に相談してみましょう。



- ・熱と咳の症状が続いています。コロナでしょうか。
- ・コロナに感染したら、どのような治療が行われるのでしょうか。
- ・妊娠中ですが、コロナが心配です。注意することを教えてください。

・コロナ以外の病気であることが多いようですが、周囲に感染者がいるなどの場合は帰国者・接触者相談センターにご相談してください。

・コロナに効果のある薬は確立されていません。治療の中心は対処療法となります。

・現在のところ、感染しても胎児への異常などの報告はありません。ただし、肺炎などになると重症化することがありますので、3つの「密」はさけましょう。



自宅でできる
簡単リフレッシュ



きんしかんほう
在宅勤務中は筋弛緩法でセルフケア

- ①肩に力を入れてキュッと上げる
- ②ゆっくり5秒間その姿勢をキープする
- ③一気に肩の力を抜く
- ④腕全体のリラックスを味わう

- ①ふくらはぎに力を入れてつま先を思いっきり上げる
- ②ゆっくり5秒間その姿勢をキープする
- ③一気に力を抜いてつま先を下ろす
- ④ふくらはぎ全体のリラックスを味わう