

# オンライン子育てなんでも相談

妊娠出産に関する不安や、育児に関するお悩みを保健師・助産師・看護師・栄養士・臨床心理士がお聞きします。

外出を控えている方やお子さんを連れて出かけることが負担な方はぜひご利用ください！



相談日時 平日9:30~16:00

スマートフォン・タブレット・パソコンで手軽に相談できます♪

## 利用方法

### Step1 Zoomのアプリを持っていますか？

持っていない

持っている

①Zoomのアプリをダウンロードしましょう  
お持ちのスマートフォンやタブレット、パソコンへ  
「Zoom」のアプリをダウンロードしてください。

市のホームページから  
もメールを送れるよ♪



### Step2 相談申し込みメールを送る

下記アドレス宛にメールをします。

[kenkou@city.himi.lg.jp](mailto:kenkou@city.himi.lg.jp)

メールには右記の内容を記載してください。

※上記アドレスからのメールが届くように  
設定をお願いします。

**必要事項** ※申込は相談日の1週間前までに

件名: オンライン相談申し込み

本文: ①お名前(妊婦・保護者、お子さん)

②お子さんの生年月日・出産予定日

③相談希望日(〇月〇日、午前・午後など)

④相談内容(母乳について など)

⑤使用するモバイル機器

(パソコン、タブレット、スマートフォン等)

### Step3 予約確定のお知らせ・相談時のZoomミーティングIDとパスワードをお送りします

ご都合が悪い場合や日程変更の場合は再度ご連絡ください

### Step4 オンライン相談当日

Zoomを立ち上げ、IDとパスワードを入力してください😊

#### ※注意事項※

(1)セキュリティ対策として「Zoom」アプリは最新バージョンを使用してください。(2)「Zoom」利用時には通信料金が発生します。通信料金は相談者の負担となりますので、有線接続やWi-Fi環境をお勧めします。(3)プライバシーの保護に配慮して1対1での利用となります。そのため、ミーティングID・パスワードは第三者に提供しないでください。(4)相談時の録音・録画はご遠慮ください。



<問合せ>

氷見市健康課

☎0766-74-8062

「利用したいけど、  
やり方がわからない…」  
そんな時はお電話ください!!