

介護についての疑問や不安をお持ちの方へ

365日24時間
つかえる安心ダイヤル



いつでも相談できます。介護のこと。



悩まず電話ください



施設への入所を希望しているが
どうすればいいの？

認知症の親への対応方法を
教えてほしい

介護保険のサービスを
受けたいがどうすればいいの？

自宅での在宅介護を予定して
いるがどんな準備が必要なの？

食事や排泄の
介助方法について

介護が精神的に
つらい・・・

練馬福祉人材育成・研修センター ころとからだの元気サポート

相談料
無料



通話料無料

電話番号は、ポスターまたはご利用案内でご確認
ください。

ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方がご利用いただけます。

受付時間：24時間・年中無休

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・メンタルヘルスなどに関する相談にアドバイスいたします。あわせて医療機関情報もご提供します。



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）

※各サービスに諸条件がございますのでサービスを受ける際にご確認ください。



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。

練馬福祉人材育成・研修センター

営202001_04_017

ちょっとした 不調や疲れの悩み

チャットボットが回答します

目、肩こり・腰痛、頭痛、
冷え、睡眠、便秘など...
あなたのからだのお悩みに！



こんな「不調や疲れ」を感じている方に…

- ✓ 腰痛の予防法は？
- ✓ 寝つきをよくするための入浴方法の工夫は？
- ✓ 女性に冷え性が多いのはなぜ？ など

からだの相談 を押して

ちょっとした不調の相談 からご利用ください

【こどもの相談 (0~6歳)】 【女性・男性に多いからだの悩み】
【季節限定相談(花粉症、熱中症、インフルエンザ)】
【こころの不調や悩みの相談】などのテーマも！

*上記テーマは2021年7月時点のもので、ご加入の団体等により異なります。

ご利用はこちらから！

QRコードは、
ポスターまたは
ご利用案内
でご確認ください
さい。

チャットボットで解決しない場合、
当社相談スタッフが電話でお答え
します！

URLは、ポスターまたはご利用案内でご確認ください。

※実際の画面とは異なる場合がございます。

※当サービスは、必ずしも疾病の予防を保障するものではありません。※このサービスはティーベック株式会社が運営しています。