



城北地区 困った時のお役立ち！便利帳

保存版

令和7年11月 城北地区住みよい町づくり協議会 福祉の部会

(夜間・休日)救急車を呼ぶか迷ったら



長野県救急安心センター

☎ #7119 または 026-231-3021

平日夜間：19時～翌8時

土日祝：8時～翌8時

年末年始

※15歳以下の場合

平日 19時～翌8時

小児救急電話相談(＃8000) 土日祝 8時～翌8時

年末年始

※平日の昼間は「119」に相談してください

防災無線を聞き逃したら



☎0120-07-8686 (通話無料)

☎0263-36-8686 (通話有料)

介護や福祉について相談したい



中央北地域包括支援センター

☎34-8511

ボランティア・生活支援について



松本市社会福祉協議会 ☎27-3381

城北地区生活支援員 ☎070-8684-8022

事件・事故などの相談



緊急の場合 ☎110番

警察相談電話 ☎#9110

松本警察署 ☎25-0110

北部交番 ☎35-2320

健康・育児について相談したい



中央保健センター

☎39-1119

こどもについての相談



不登校支援アドバイザー ☎33-4397

(松本市教育委員会 学校教育課 学校支援室)

学び・健康増進・生きがいくくり



城北公民館 ☎38-0120

城北地区福祉ひろば ☎36-0168

相談先に迷ったら

城北地区地域づくりセンター ☎38-0120

メモ



緊急連絡先①

名前

☎

緊急連絡先②

名前

☎

かかりつけ医

医院名

☎

町会長 (町会)

名前

☎

民生児童委員

名前

☎

【冷蔵庫等の目立つところに貼っておくと、いざというとき安心です】