

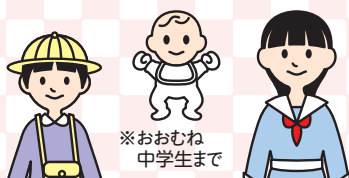
休日・夜間の**おとな**の
体調不良は

シャープ
#7119



休日・夜間の**こども**の
体調不良は

シャープ
#8000



日頃から体調管理を行いましょう

皆さんは定期健(検)診を受けていますか？

ご自分では「元気だから大丈夫」と思っている、自覚症状があまり出ない病気もあります。

定期健(検)診を受けることで、病気の早期発見・早期治療につなげることができるため、機会があれば積極的に受けましょう。

また、病気の完治・寛解のために、医療機関を受診した後に、ご自身の判断で治療や服薬をやめないようにしましょう。

**早期発見・早期治療で
ご自分の身体にも医療費にも負担を軽く。**



かかりつけ医

病院名

科

TEL

病院名

科

TEL

家族・親戚などの連絡先

氏 名

TEL

氏 名

TEL

緊急時の連絡先

お問い合わせは 熊本市保健所医療対策課 TEL096-364-3186

(令和6年4月発行)

上手な医療の
かかり方を知って

ご自身と医療体制に
やさしい受診を!



上手な医療のかかり方 ポイントBOOK

- ① かかりつけ医を持とう
- ② 診療時間内に受診しよう
- ③ 電話相談を活用しよう



熊本市

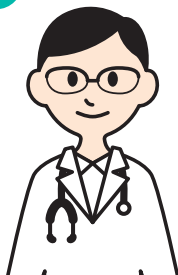
熊本市保健所医療対策課

1 かかりつけ医を持つ

かかりつけ医は、日常生活での健康相談をはじめ、体調不良時など様々なタイミングで皆さんの健康をサポートしてくれます。

「かかりつけ医」を持つメリット

1. 日頃の状態を知ってもらえる
2. 症状に応じて専門医を紹介してもらえる
3. 病気の予防や早期発見・早期治療につながる



かかりつけ医は1人に絞らないといけない?

A かかりつけ医は複数人いても大丈夫です。

内科、眼科など科目ごとにかかりつけ医を持つ人もいます。信頼できて、気軽に相談できる医師をかかりつけ医として選びましょう。

2 診療時間内に受診しよう

休日や夜間など診療時間外には、普段よりも少ないスタッフ人数で、緊急性の高い患者さんを優先的に診ています。

そのため、容易に時間外受診をすることは、ご自身の体力や時間を浪費するばかりでなく、緊急性の高い患者さんがすぐに診療を受けられない原因にもなります。

また、医療従事者にとっても非常に負担がかかります。

ご自身のため、医療従事者のため、そして緊急性の高い患者さんのため、安易な診療時間外受診は控えましょう。



この症状で受診するかどうかを迷ったら?

A そんなときに電話相談。

電話相談窓口では、専門的な知識を持った看護師が対応します。詳細は「③ 電話相談を活用しよう」をご覧ください。

知っトクPoint!

選定療養費について

大病院は重症度が高く、複雑な病気に対し、専門的・高度な治療を行っています。

紹介状を持たずに大病院を受診すると、選定療養費（一般的に7,700円）が生じる場合もあります。

まずはかかりつけ医に受診し、必要な時に紹介状を書いてもらうことで、金銭的負担を軽くすることができます。

知っトクPoint!

時間外受診の特別料金

皆さんは時間外加算をご存じでしょうか?

おおむね8時前と18時以降、土曜は8時前と午後1時に受診すると通常よりも高い診療料金がかる場合があります。また、休日や深夜（22時から翌朝6時）にも加算されます。

診療時間内に受診することで、ご自身の金銭面もおトクになります。

3 電話相談を活用しよう

休日や夜間の体調不良への対応方法や処置方法を相談できる電話相談窓口が用意されています。ぜひご利用ください。

シャープ
#8000

熊本市子ども医療電話相談

ダイヤル回線、IP電話、光電話の場合は

TEL096-364-9999

相談
時間

平日 / 午後7時～翌午前8時
土曜 / 午後3時～翌午前8時
日曜・祝日 / 午前8時～翌午前8時



知っトクPoint!

どのタイミングで
かければいい?

電話相談窓口では症状に対し、看護師が専門的な知識をもって対応します。

救急車を呼ぶべきか悩む時ははじめ、そもそも病院へ行くべきなのか、自宅で経過観察をするときの注意点なども相談できます。

休日や夜間の急な体調不良への対応に悩んだ時に、積極的にご利用ください。

シャープ
#7119

救急安心センター

ダイヤル回線、IP電話、光電話の場合は

TEL03-6456-3290

相談時間

24時間

[年中無休]

注目
Attention

医師の働き方改革 がスタート!

令和6年4月から医師の働き方改革が始まります。現在の医療提供体制は医師の長時間労働によって支えられていますが、医療従事者には大きな負担となっています。

これからも医療従事者が活躍し続けるために「平日昼間の受診」「電話相談の利用」にご協力をお願いします。

休日・夜間の緊急性の低い受診は行わないようにしましょう。

もっと知りたい、
そんなときは

熊本市
ホームページ

上手な医療
のかかり方

