救急医療を守るために、上手な医療のかかり方の確認を

冬場は感染症等により体調を崩しやすい季節です。また、年末年始は多くの医療機関が休診します。かかりつけ医の休診日、処方薬や常備薬の確認、急な体調不良に備えた電話相談、休日・夜間に受診できる医療機関（5ページ）を確認しておくと安心です。一人ひとりが「上手な医療のかかり方」を知り、実践することは、地域に必要な“救急医療”を守ることにもつながります。いざという時に備えて、以下の3つの「上手な医療のかかり方」を確認しましょう。

①　かかりつけ医を持ちましょう

日頃からかかりつけ医を持つことで、継続的に健康状態を確認してもらえたり、病気の早期発見・早期治療につなげたりすることができます。それにより、急な体調不良を未然に防げる可能性もあります。

②　体調に不安を感じたら、平日の診療時間内に受診しましょう

休日や夜間など医療機関の診療時間外に受診すると、必要な検査ができないことがあります。

また、診療時間外は「応急手当て」が中心のため、原則として薬は必要最小限のみの処方となります。さらに、診療時間外の受診は時間外加算や休日加算などの追加料金がかかり、皆さんの経済的負担も増加します。

③　迷ったら電話相談へ

急な体調不良で、「体調が悪い。どう処置をしたら･･･」「救急車を呼ぶべき？」など悩んだ時は、救急医療電話相談を活用しましょう。



熊本県子ども医療電話相談
対象：おおむね15歳までのこども



救急安心センター
対象：大人（おおむね15歳以上）

詳しくは、5ページへ。

救急医療啓発動画を市公式YouTubeで公開中



救急医療を守るヒーロー「救急医療マモルンダーマン」が、安心して受診できる救急医療を守るために、必要不可欠な適正医療の実践について紹介する動画です。ぜひご覧ください。

動画はこちら　適正受診3分動画　適正受診15秒動画

（医療対策課　☎096-364-3186）

12月3日～9日は障害者週間　できることを　ちょっとずつ

あなたの“サポート”で誰もが暮らしやすいまちへ

本市には4万人以上の障がいのある方々が暮らしています。

障がいのある人が暮らしやすいまちは「みんなが暮らしやすいまち」です。誰もが自分らしく、いきいきと暮らせるまちづくりのために、あなたの力が必要です。

障がい者サポーター募集中！

障がいの特性や必要な配慮を理解し、障がいのある人が困っている時に、必要な手助けを実践する「障がい者サポーター」を募集しています。どなたでも「サポーター研修会」を受講することで、サポーターになることができます。

研修会の開催は、市ホームページなどでお知らせします。また、10人以上のグループへの出前講座も行っています。詳しくは、障がい福祉課へ。



障がい者サポーター制度シンボルマーク

おとなりマルシェ（障がい者施設商品販売会）を開催します！

特別イベントとして「ガラポン抽選会」を開催します。

日時：12月5日（土）午前10時～午後4時　**場所**：びぷれす広場

ヘルプマークを知っていますか？

■ヘルプマークとは？

「外見からは分からない障がいや病気がある」ことを周囲の方に知らせるためのマークです。このマークを持っている方は、配慮や支援を必要としています。本市では、ヘルプカードとヘルプマークストラップを無料配布しています。

詳しくは、市ホームページまたは障がい福祉課へ。



ヘルプマーク

■ヘルプカードを持っている方が困っていたら…

・電車やバス内では、席をゆずるなど思いやりのある行動をお願いします。
・支援が必要な様子の時には、「どうしましたか」「お手伝いしましょうか」などと声をかけ、できる範囲での配慮や支援をお願いします。
・緊急時は、ヘルプカードの内側に書かれている緊急連絡先や病名などを確認し、周囲の人と協力しながら必要な支援をお願いします。

（障がい福祉課　☎096-361-2519）

Kumamoto Education Week2027　入場無料

こどもから大人まで、幅広い人々が集まり、これからの教育について考え・語り合い・その思いを国内外に発信する教育の祭典です。入場は全て無料！

お好みのプログラムを見つけて、Kumamoto Education Week2027をお楽しみください。

今回は青山学院大学陸上競技部の原晋監督や、バイオリニストの篠崎史紀さんなどを招待！

主なプログラム
・青山学院大学の原晋監督を含む、豪華講師陣による講演やトークセッション
・小中学生対象のプレゼンコンテスト
・高校生の総合的な探究の時間発表会（探究フェスタ）
・こどもたちが楽しめるような仕事体験ワークショップや、半導体ワークショップ・プログラミング体験、親子で楽しめる防災プログラムなど体験を通して学べるイベント

期日　来年1月11日（月・祝）～17日（日）
場所　市民会館シアーズホーム夢ホール、市教育センター、中央公民館、蔦屋書店熊本三年坂、鶴屋百貨店　ほか
※原晋監督講演のみ、熊本城ホールシビックホールで実施予定。



Kumamoto Education Week 2027.1.11-17

公式ホームページ→

（地域教育推進課　☎096-328-2276）