

コロナ禍でも、医療機関で必要な受診を。

- 過度な受診控えは、健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。
- コロナ禍でも、持病の治療の継続や予防接種・健診等の健康管理は重要です。
- 医療機関では、しっかりと感染防止の対策をしています。
- まずはかかりつけ医に相談しましょう。



知っておくとクナ医療制度

「受診すると費用が結構かかりそう…」と気にしている方、**制度を上手に活用しましょう!**

高額療養費制度

月に支払った医療費が一定額を超えた場合に、その超えた部分について保険者から払い戻しが受けられる制度です。詳しくは、加入している医療保険組合、市町村窓口などへお問い合わせください。

子どもなどの医療費の助成制度

子ども(主に乳幼児から中学生まで)の医療費の一部又は全額を助成する制度や、ひとり親家庭が対象の「ひとり親家庭医療費助成制度」、心身に重度の障がいがある方が対象の医療費の助成制度などがあります。詳しくはお住まいの市町村担当窓口にお問い合わせください。

定期検診を受けましょう

「自覚症状がないから大丈夫!」ではなく、自覚症状がない病気もあるため、健康診断は、定期的に受けましょう。また、健康診断で精密検査が必要と通知された場合は、速やかに再検査を!

治療もお薬も自己判断でやめないようにしましょう

自己判断で通院をやめたり、途中で薬をやめると、せっかく順調に回復してきたのに、体調が逆戻りしたりします。必ず医師の判断を受けましょう。

日頃から体調管理を。

早期発見&早期治療で体の負担&医療費負担を最低限に。

医療機関

を探すときは

あおもり医療情報ネットワーク | Q

症状などのいろんな条件でお医者さんを検索。休日・夜間の当番医、薬局なども探せる便利なサイト。

症状に応じた近隣医療機関の情報検索

休日夜間急患センター

休日・夜間当番医の紹介

緊急時の連絡先

かかりつけの医療機関・TEL

.....

家族・親戚の連絡先

保存版

上手な医療のかかり方BOOK



意識がない! 緊急のときは迷わず119番

救急車を呼んだら良いのか迷う時、症状の緊急度を素早く判定! 救急車を呼ぶ目安に!

全国版救急受診アプリ Q助 (きゅーすけ)



App Store



Google Play

その時の症状を選択していくと、救急車が必要かどうか緊急度の判定をしてくれるアプリです。日頃から、携帯にダウンロードしておきましょう。

夜間・休日の子どもの急な病気の際は

子ども医療電話相談

#8000へ

看護師・小児科医師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院などのアドバイスが受けられます。

〈平日〉18:00~翌朝8:00(土曜13:00~) 〈休日〉24時間対応 ※8/13、12/29~1/3は休日と同様の対応



受診時の持ち物



保険証

診察券

お薬手帳

お財布

紹介状

母子手帳

マスク

など

いつから、どんな風に体調が悪くなったかの経過をメモに書いて一緒に持っていきましょう。

日頃から、医療に上手にかかすることで 体力・時間・治療費などの負担を 軽減できます。

大病院とクリニック(診療所)で、
役割分担をして地域の医療を守っています

日常的な病気やけがの治療はクリニック、手術や緊急性が高い病気など、
専門的な、高度な治療は大病院と、それぞれの機能に応じて役割分担を
しています。クリニックでは、専門的な治療や検査が必要な場合に、適切
な病院に紹介してくれるので安心です。

