

# 「かかりつけ医」をもちましょう

かかりつけ医とは、健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のことです。

## ▶ [かかりつけ医]をもつメリット

日頃の状態をよく知っているかかりつけ医であれば、ちょっとした体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療が可能になります。また、病気や症状、治療法などについての確かな診断やアドバイスをしてくれたり、必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれます。



### Q 自分で選んでいいの？

かかりつけ医はご自身で選択できます。日常生活における健康の相談や体調が悪いときなどにまず相談する。自分が信頼できるといった医師であればかかりつけ医と呼んで構いません。

### Q 選ぶのは一人なの？

かかりつけ医は一人に決める必要はありません。例えば内科のかかりつけ医の他に眼科にも通院しているという場合には眼科の医師もかかりつけ医と言えます。

### Q 何科の医師を選べばいいの？

内科医がかかりつけ医と思われがちですが、どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。



出典:厚生労働省ホームページ 上手な医療のかかり方.jp

### いばらき医療機関情報ネット



診療科目や治療の内容など  
いろいろな条件から病院や  
薬局を探ることができます。

### 茨城県救急医療情報システム



現在受診可能な医療機関や  
急病時に対応している病院を  
探すことができます。

【お問合せ】 かすみ保健福祉センター 〈ひまわり〉 ☎64-5240

## 救急車が必要なのはどんなとき？

急な病気やケガをしたとき、救急車を呼んだほうがいいのか迷うことがあると思います。緊急性の高い症状があるときは、すぐに救急車を呼ぶ必要があります。救急車を呼ぶべきか悩んだり、迷った時には下記をご利用ください。



### ▶ おとな救急電話相談 (15歳以上) 24時間365日対応

プッシュ回線 **#7119** (すべての電話から050-5445-2856)

「すぐに病院に行った方がよいか」や「救急車を呼ぶべきか」悩んだりためらう時に、医師・看護師等の専門家に電話で相談できるものです。

### ▶ 子ども救急電話相談 (15歳未満) 24時間365日対応

プッシュ回線 **#8000** (すべての電話から050-5445-2856)

保護者の方が、休日・夜間の子どもの症状にどのように対処したらよいか、病院を受診した方がよいかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師に相談できるものです。

【お問合せ】 かすみ保健福祉センター 〈ひまわり〉 ☎64-5240