



## みんなで育む地域医療 「上手な医療機関のかかり方」

問い合わせ 健康づくり課 ☎0537⑧1123



安心して生活するために「みんなで地域医療のことを考え、共に育む」ことが必要です。「みんな」の一人が私たち「住民」です。

### 医者にかかる10箇条

あなたが”いのちの主人公・からだの責任者”

- ①伝えたいことはメモして準備
- ②対話の始まりはあいさつから
- ③よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤これからの見通しを聞きましょう
- ⑥その後の変化も伝える努力を
- ⑦大事なことはメモを取って確認
- ⑧納得できないときは何度でも質問を
- ⑨医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩治療方法を決めるのはあなたです  
(認定 NPO 法人ささえあい医療人権センター COML)

### －住民が地域医療を育む5つの“か”活動－

- ①地域の医療事情について関心(かんしん)を持ちましょう
- ②健康、病気、医療について学習(がくしゅう)しましょう
- ③健康な体(からだ)作りに取り組みましょう
- ④医療スタッフに感謝(かんしゃ)と敬意の気持ちを伝えましょう
- ⑤医療機関へのかかり方を見直しましょう
  1. かかりつけ医を持ちましょう
  2. 症状に応じて病院・診療所にかかりましょう
  3. コンビニ受診\*を控えましょう
  4. 救急車をタクシー代わりに使うことをやめましょう  
(国立大学法人浜松医科大学 地域医療学講座)

#### ※コンビニ受診

緊急性がないと知りながらも、24時間営業のコンビニを利用するのと同じ感覚で、時間外(救急)外来を受診すること

市内医療機関マップ



名称	診療科目	電話番号
1 市立御前崎総合病院	内科・リウマチ科・小児科・外科・整形外科・脳神経外科・産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・透析・皮膚科・形成外科・麻酔科・リハビリテーション科	0537⑧8511
2 阿部医院	内科・小児科	0537⑧7001
3 阿部クリニック	胃腸科・外科・皮膚科	0537⑧7002
4 小野澤医院	内科・小児科・外科・婦人科・神経内科	0537⑧8070
5 くわはた整形外科	内科・整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科・神経内科・歯科口腔外科	0537⑧7100
6 外科胃腸外科奥村医院	内科・胃腸科・外科・整形外科・肛門科・放射線科・麻酔科・循環器内科・消化器内科	0537⑧3855
7 池新田クリニック	内科・呼吸器内科・消化器内科・小児科	0537⑧1190
8 宮内診療所	内科・小児科・呼吸器内科・消化器内科	0537⑧7811
9 おまえぎ痛みのクリニック	ペインクリニック外科・リハビリテーション科・麻酔科	0537⑨7341
10 あんぬ医院	内科・神経内科	0537⑧8088
11 むぎ運動場前クリニック	内科・循環器内科・泌尿器科	0537⑧7755
12 座光寺医院	内科・小児科・消化器内科	0548③3206
13 永尾内科・循環器科医院	内科・循環器科	0548③6611

### 市地域医療を育む会

市民自らが、健康維持・増進を図り、地域医療に関する意識を高め、理解を深めることで、医療者などにとっても魅力ある地域となります。「地域医療の充実」と「安心した市民生活」に寄与することを目的に活動しています。

随時、会員を募集しています。お気軽にお声掛けください。

☎・FAX 0537⑧ 3718  
090-1624-0139 代表 阿形操