



医療機関の適正受診にご協力ください

必要な人が安心して医療が受けられるようにするとともに、最終的に保険料や窓口負担として皆様にご負担いただく医療費を有効に活用するため、医療機関・薬局を受診等する際には、次のとおり適正受診にご協力ください。

1.休日や夜間の受診は避けましょう

休日・夜間は医療機関に支払われる医療費も高く設定されており、医療費の増加につながります。また、軽い症状の方が、休日や夜間に救急外来を訪れることで救急外来が混みあい、緊急性の高い重症患者の方の治療に支障をきたします。休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。受診する際には、平日の時間内に受診することができないかもう一度考えてみましょう。

2.小児救急電話相談（#8000）を利用しましょう

夜間・休日にお子さんの急な病気で心配になったら、まず、小児救急電話相談（#8000）を利用してみましょう。お子さんの症状に応じた適切な対処の仕方などアドバイスが受けられます。

【受付時間】 毎日 19 時～翌朝 8 時

【電話番号】 局番なしの **#8000**（携帯電話からも利用可）
または専用電話番号（**087-823-1588**）

【対応】 看護師が対応（小児科医師がバックアップ）



3.かかりつけ医を持ちましょう

病気になったとき、日頃の健康に不安を感じたときに相談できる『かかりつけ医』を持ちましょう。気になることがあったら、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。

4.重複受診はやめましょう

同様の症状または病気で複数の医療機関を受診するのはやめましょう。医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬により体に悪影響を与えてしまう心配があります。今受けている治療に不安があるときは、そのことを医師に伝え話し合ってみましょう。

5.薬のもらいすぎに注意しましょう

薬は用量・用法を守って服用しましょう。守らずに服用すると体に悪影響を与えてしまう心配があります。また、薬の飲み合わせによっては、副作用が生じることがあります。『お薬手帳』を活用し、処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、薬の重複や飲み合わせを確認してもらいましょう。

6.ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは新薬（先発医薬品）の特許期間が過ぎたあとに新薬と同じ有効成分で製造した薬のことです。新薬に比べて開発費が低く抑えられるため、安価に製造できます。特に高血圧や糖尿病などで継続的に薬を服用している方は薬代を減らす効果が期待できます。