

外来医療のかかり方に関する 国民の理解の推進について

(医療計画の見直し等に関する検討会において検討中の事項)

適切な医療機関・診療科選択の困難と患者の負担

- 適切な医療機関・診療科の選択や、そもそも医療機関にかかる必要があるのか等について、その判断に困難を抱えている人も多い。
- 患者が適切な受診行動を選択できないことにより、患者側にも費用・時間の両面においてコストが生じていると考えられる。

【表1】横浜市救急相談センターへの問い合わせ結果

	件数	割合
119番へ転送	15,122	13.2%
救急車以外の手段での速やかな受診を勧奨	32,759	28.6%
6時間以内の受診	31,427	27.4%
翌日日勤帯に受診を勧奨	19,078	16.6%
経過観察	7,131	6.2%

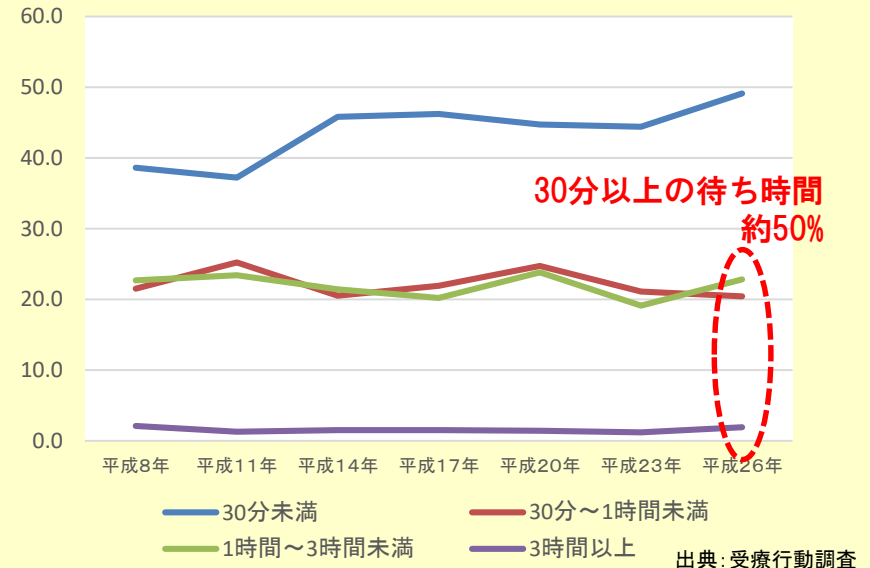
H28.1.15～H29.1.14 救急相談データ

【表2】日頃から決まって診療を受ける医師・医療機関を持たない理由

	割合
あまり病気をしないから	47.7%
その都度、適当な医療機関を選ぶ方がよいと思うから	15.0%
適当な医療機関をどう探してよいのか分からないから	13.9%
適当な医療機関を選ぶための情報が不足しているから	8.0%
その他・特に理由はない	30.9%

平成29年9月医療・医療保険制度に関する国民意識調査報告書(速報版)
(健康保険組合連合会) N=654

【グラフ】病院の待ち時間の割合の推移(単位: %)



【時間外診療に関する選定療養】

緊急の受診の必要性はないが患者が自由な選択に基づき、自己の都合により時間外診療を希望した場合に、時間外診療に係る特別の料金の徴収が可能。

医療のかかり方を改善する必要性

- 医師の長時間労働是正は、医師の健康確保や勤務環境改善のみならず、医療の質・安全確保上も重要な課題。医療機関の取組や政策的支援に加え、医療関係者だけでなく、医療の上手なかかり方をみんなで考え、広める必要がある。
- 医療機関に上手にかかれるようにすることは、患者側にとっても、安心して必要な医療機関を受診できる環境を作るとともに、時間外・土日の受診、大病院への患者集中による混雑などによるデメリットも緩和することにつながる。
- こうした取組は、治療と仕事の両立にも資するものであり、また患者が必要としない受診の減少にもつながることから、企業や保険者にとっても好ましく、また地域医療提供体制構築のためにも重要なことから、企業、保険者、地方公共団体を含め、広くの関係者の共通理解や協力を得ながら、取組を進めていく必要がある。

不適切なかかり方により生ずる事項

- 大病院や土日祝日に外来患者が集中することによる、診察の待ち時間の増加
(30分以上待った者:41%(H23)⇒45%(H26)(受療行動調査))
- 受けられる医療の質の低下
 - ✓ 大病院や土日祝日に外来患者が集中することにより、丁寧な説明を受けられない
(診療時間3分未満の者:13.6%(H23)⇒16.3%(H26)(受療行動調査))
 - ✓ 医師の疲労による診療への影響の懸念
- 医療費・自己負担の増加
 - ✓ 重複診療の発生
 - ✓ 時間外診察に関する選定療養*の発生

* 緊急の受診の必要性はないが患者が自由な選択に基づき、自己の都合により時間外診察を希望した場合に、時間外診察に係る特別の料金の徴収が可能。

かかり方改善に向けた取組の方向性

- いきなり大病院にかからないような取組の推進
 - ✓ かかりつけ医の推進
 - ✓ 地域の夜間・休日診療所の周知・普及
 - ✓ #8000などの取組の推進
- 平日でも受診できるような取組
 - ✓ 受診のために休暇を取りやすくする環境の整備
- 不要不急時の時間外診療の抑制
 - ✓ #8000などの取組の推進
 - ✓ 診療時間内の受診・病状説明を行うことの周知
 - ✓ 受診の目安や緊急時の対応についての情報提供
- ✓ 上記取組に関する周知・普及・啓発

上記取組は、あくまでも患者・国民本位のものであるが、こうした取組を進めることにより、結果として医師の働き方改善にもつながるもの。さらに、中長期的には、医師の人材確保や地域医療提供体制構築にも資することから、将来にわたって安心して医療にかかれる社会をみんなで作っていく取組。

H31.1.21修正

「いのちをまもり、医療をまもる」 国民プロジェクト宣言！

私たち「上手な医療のかかり方を広めるための懇談会」構成員は、
病院・診療所にかかるすべての国民と、
国民の健康を守るために日夜力を尽くす医師・医療従事者のために、
「『いのちをまもり、医療をまもる』ための5つの方策」の実施を提案し、
これは国民すべてが関わるべきプロジェクトであることを、ここに宣言します。

特に、医療の危機と現場崩壊は深刻で、
「いのちをまもること」「医療をまもること」は日本にとって喫緊の課題です。
これは、国、自治体、医療提供者、民間企業、市民社会などをはじめ、
医療の恩恵を被る「すべての人」が考え、参加し、行動すべき、
国民的プロジェクトだと我々は考えています。

「いのちをまもり、医療をまもる」国民プロジェクト5つの方策

- ① 患者・家族の不安を解消する取組を最優先で実施すること
- ② 医療の現場が危機である現状を国民に広く共有すること
- ③ 緊急時の相談電話やサイトを導入・周知・活用すること
- ④ 信頼できる医療情報を見やすくまとめて提供すること
- ⑤ チーム医療を徹底し、患者・家族の相談体制を確立すること

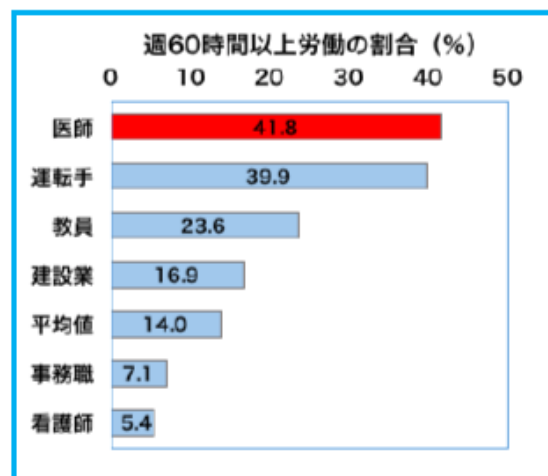
私たち「上手な医療のかかり方を広めるための懇談会」構成員は、
この5つの方策を国が速やかに具体的施策として実行し、
すべての関係者の取り組みが前進するよう、
来年度以降も継続的にコミットし、進捗をチェックし続けます。

まず、日本において「**医師は、全職種中、最も労働時間が長い**」
という現実を知ってください。

また、日本の医師の「**3.6%が自殺や死を毎週または毎日考える**」(※1)こと、
「**6.5%が抑うつ中等度以上**」であること、
「**半数近くが睡眠時間が足りていない**」こと。

そして、「**76.9%がヒヤリ・ハットを体験している**」ことなども知ってください。

こういう現実を放っておくと、 確実に医療の現場は崩壊します。

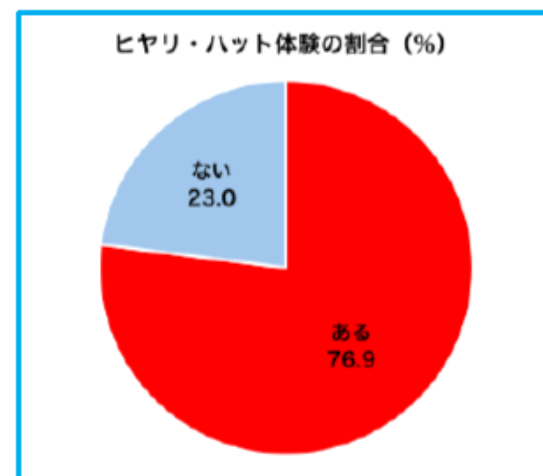


出典：総務省統計局 平成24年度就業構造基本調査

勤務医1万人アンケート (H27年度)

項目	割合 (%)
最近1ヶ月間で休みなし	5.9
平均睡眠時間5時間未満	9.1
当直日の平均睡眠時間4時間以下	39.3
不健康・健康でない	20.1
自殺や死を毎週または毎日考える	3.6
抑うつ中等度以上	6.5

出典：日本医師会 勤務医の健康支援に関する検討委員会答申(平成28年3月)



出典：労働政策研究・研究機構 勤務医の就労実態と意識に関する調査(2012年)

※1 米国の研究では、男性医師の自殺率は一般男性の1.4倍、女性医師では一般女性の2.7倍であることが示されている (Schernhammer ES, Colditz GA. Am J Psychiatry 2004;161: 2295-2302)。

「医療危機」は国民全員が考え、取り組むべき重要な問題です

市民側の要因

- ・ 医師の意見だけを信頼し、些細なことでも「とにかく医師に聞こう」と思ってしまう
- ・ 軽症重症に関わらず、大病院で受診して安心を得ようとしてしまう
- ・ 緊急かどうか判断せずに、救急車を利用してしまう

行政側の要因

- ・ 国民や現場医師の声が反映されにくい診療報酬・政策決定プロセスやメンバー構成などの問題を放置している
- ・ 必要な情報が必要な人に提供・伝達できていない
- ・ 形式的でインパクトに乏しい施策を実行している

医師/医療提供者側の要因

- ・ 「医師が一番」という構造・意識が蔓延している
- ・ 医師が全てを担うべきと、医師自身が思い込んでいる
- ・ 男性を中心とした働き方や慣習がはびこり、限られた人材で業務を回さざるを得なくなっている

「医療危機」 4つの要因

民間企業側の要因

- ・ 従業員が体調が悪い時に休んでいない(休めない)ことが、緊急でない夜間・休日受診の一因になっていることを理解していない
- ・ 健診のデータが効果的に活用されていない
- ・ 健康投資はコストにすぎないという意識がある

～医療を取り巻く社会経済状況～

厳しい財政状況

疾病構造やニーズの変化・多様化

医療需要が増える中での働き手の減少

予防努力が評価されない制度

「いのちをまもり、医療をまもる」ための国民総力戦！

～それぞれが少しずつ、今すぐできることから～

上手な医療のかかり方を広めるための懇談会資料(平成30年12月17日)

市民のアクションの例

- 患者の様子が普段と違う場合は「信頼できる医療情報サイト」(※1)を活用し、まずは状態を把握する
- 夜間・休日に受診を迷ったら#8000や#7119の電話相談を利用する
- 夜間・休日よりも、できるだけ日中に受診する
 - ・ 日中であれば院内の患者・家族支援窓口(相談窓口)も活用できる
 - ・ 夜間・休日診療は、自己負担額が高い、診療時間が短い、処方時間が短いなど、受ける側にもデメリットがある
- 抗生物質をもらうための受診は控える
 - ・ 抗生物質はかぜには効かない
- 上手に「チーム医療」(※2)のサポートを受ける
 - ・ 日頃の体調管理は看護師に、薬のことは薬剤師に聞くなど、医師ばかりを頼らない

市民

行政

行政のアクションの例

- 「『いのちをまもり、医療をまもる』国民プロジェクト」を継続・推進し、効果を検証していく
- 医療危機の現状を国民に広く共有し、理解を得ていく
- 「信頼できる医療情報サイト」の認証や支援をする
- #8000や#7119の体制整備を進め、周知を徹底する
- 上手な医療のかかり方を直接伝えていく
 - ・ 保護者が子どもの健康や医療について考えるタイミング(両親学級や乳幼児健診など)での直接講座等の実施を全国の自治体に促す
 - ・ 「高齢者/高齢者に携わる人たち」に、大人の医療のかかり方が伝わるよう、介護施設や消防機関などへ協力を呼びかける
 - ・ 学校教育等で若いうちに理解を促す
- 医療機関の機能分化や集約、連携推進など、医師/医療従事者の長時間労働を改善する施策に取り組む
- 看護師や薬剤師などコ・メディカルが、能動的に活躍できるための制度・仕組みを整える(※5)
- 働く人が日中受診できる柔軟な働き方を進める
 - ・ フレックスタイム制や休暇取得などの指標を企業が公表する仕組みを推進する
 - ・ 企業独自の休暇制度を横展開により普及させる
- 行政提出書類の簡素化/簡略化に取り組む

医師/医療提供者

民間企業

医師/医療提供者のアクションの例

- あらゆる機会に医療のかかり方を啓発する(待合室、母子健診、小児健診、成人健診、高齢者健診、学校健診、職域健診、公開講座)
- 電話相談や「医療情報サイト」などの最新情報をチェックして質を保つ
- 「かかりつけ医(※3)」として必要な能力を維持・向上し、かかりつけ医の所在・役割を市民に分かりやすく伝えるように努める
- タスクシフト・タスクシェア(業務の移管・共同化)を推進する
 - ・ 医療の質を上げ、患者の満足度を上げることにつながる
- どの医療従事者に相談したらよいかをサポートする患者・家族支援体制(※4)を整える
- 管理者は働き方改革に真摯に取り組み、地域医療の継続にも貢献する
- 医療従事者も患者の安全のため、健康管理に努め、きちんと休暇をとる

民間企業のアクションの例

- 従業員の健康を守ることを経営の柱とする
- 柔軟な働き方に関する指標を健康経営に生かす
- 業務の属人化を止め、仕事を皆でシェアする
 - ・ それによりテレワークや休暇取得がしやすくなる
- 体調が悪い時は、休みをとって自宅休養できるようにする
- インフルエンザなどの診断書を強制しない
- AIを活用した相談アプリの開発を進める
- ユーザーフレンドリーな「医療情報サイト」の構築を進める

※1 現在、様々な情報が多くのサイトに掲載されており、どこに正しい情報があるのかを市民は判断できない。国の認証や支援を受けた「信頼できる医療情報サイト」を早急に作成する必要がある(→5つの方策)。

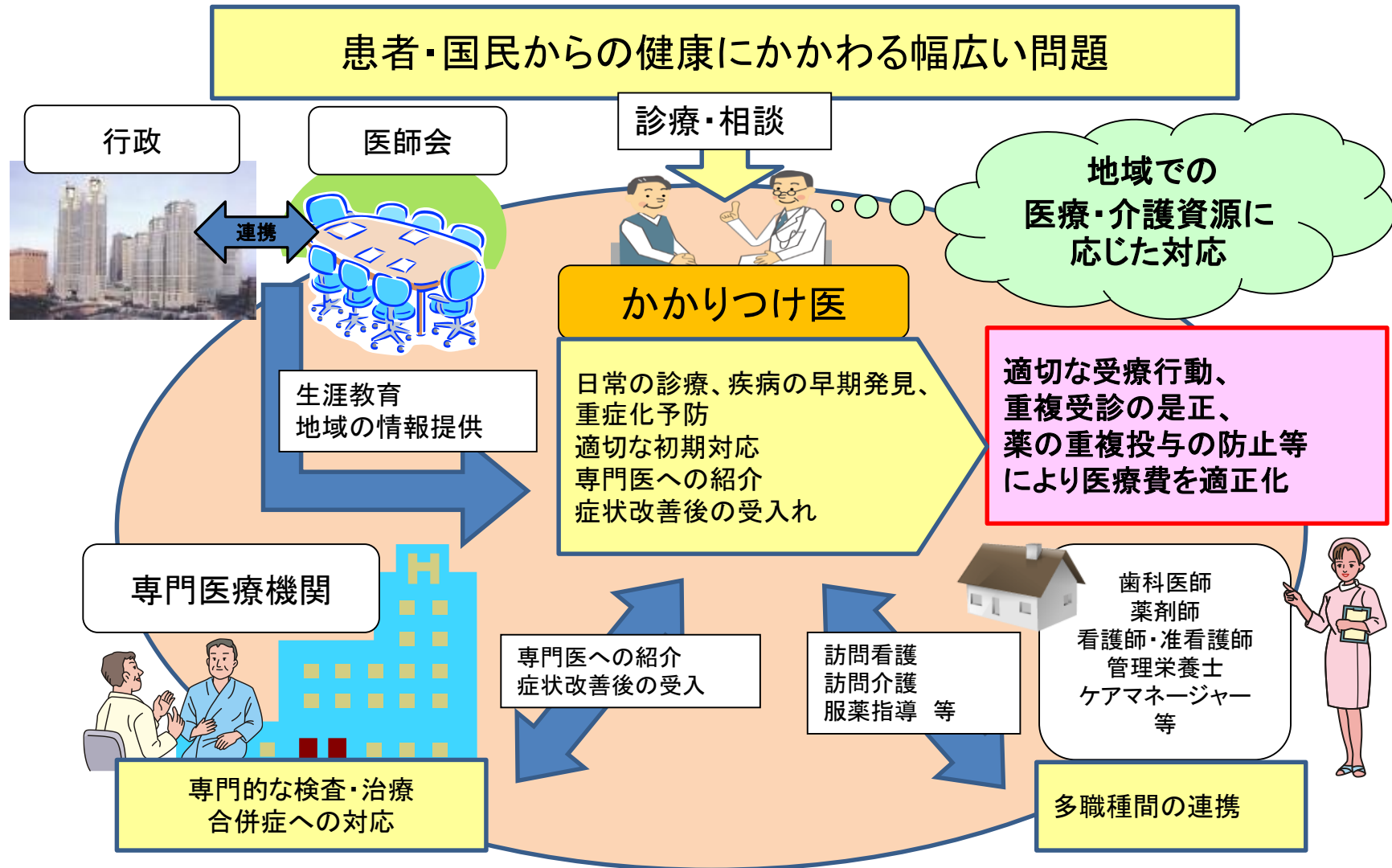
※2 医療機関では、医師、薬剤師、看護師、理学療法士(PT)、作業療法士(OT)など、様々な専門職の人が働いている。それぞれの高い専門性を活かし、業務負担しつつも連携・補完し合い、患者の状況に応じた的確な医療やケアを提供することを「チーム医療」と呼ぶ。

※3 身近な存在として気軽に相談にのり、既往歴や普段の生活状況などを知っているからできる的確な治療や薬の選択、体調の変化の気づきができ、必要時には専門医を紹介できる医師をいう。

※4 患者・家族の相談や苦情に対して適切に対応するために支援窓口を設け、適切な職員が対応できる体制を整えることを言う。

※5 諸外国においても、医師偏在・過重労働対策の中で、米国等では「フィジシャン・アシスタント」(外科手術の助手や術後管理等を担当)が創設・拡大されてきた。また、医師の指示を受けずに一定レベルの診断や治療などを行うことができる、医師と看護師の中間職と位置付けられる「ナース・プラクティショナー」という上級の看護師も存在する。また、英国では、プライマリ・ケアの場面で診療所看護師(プラクティス・ナース)により、予防や状態の安定した慢性疾患患者等に対する診断、検査、処置、処方、リフィル処方への対応等が可能となっている。

かかりつけ医を中心とした 「切れ目のない医療・介護」の提供



地域医療を守るための民間の取組（医師の働き方に着目したもの）

第6回医師の働き方改革に関する検討会 資料3（平成30年1月15日）一部加筆

○ 地域医療を守るための民間の取組は多くあるが、そのうち、医師の働き方に着目した活動としては以下のよう
なものが挙げられる。

	「県立柏原病院の小児科を守る会」 の活動	「西脇小児医療を守る会」 の活動	「一般社団法人 知ろう小児医療守ろう 子ども達の会」の活動
概 要	- 丹生 裕子代表 2007年～	- 富永 なおみ代表 2008年～	- 阿真 京子代表 2007年～（法人化は2012年）
活 動 の き っ か け 、 経 過	- 兵庫県丹波市における、県立柏原（かいばら）病院の小児科において、2名の医師のうち1名が勤務負担のために退職すると報道をきっかけに、子育て中の母親が活動開始。 - 自分たちでできることをするという考えから、スローガンを作成。 - コンビニ受診を控えよう - かかりつけ医を持とう - お医者さんに感謝の気持ちを伝えよう   - 活動開始後、この小児科の時間外受診者数が半減。 - 子どもの体調異変時の受診の目安を示したフローチャートを作成する等様々な活動を展開。	- 子育て支援活動の中で、市立西脇病院の小児科医が一人になり、入院診療ができなくなっていることを知った母親が、現状を一人でも多くの人に知ってもらい、医師の負担を少しでも減らそうと活動を開始。 - 子育て中の保護者に、小児医療の現状や医師不足の原因、子どもの病気への対処法や予備知識を伝える「スタディママ勉強会」を開催。  - 西脇市多可郡医師会が主導する地域医療再生の動きともつながり、地域を挙げた活動となっている。 - こうした活動により、深夜の軽症での病院受診が減少。	- 小児の救急外来の混雑、多忙な医療従事者の様子を目の当たりにしたことをきっかけに、小児の休日・夜間外来の9割以上が入院の必要のない軽症であることを知る。 - 保護者が子どもの病気について知り、医療のかかり方を学ぶ機会を作るため、様々な角度から活動。講座や研修の開催のほか、講座を開催するためのノウハウの提供も実施。 

※ このほか、静岡県富士宮市、宮崎県延岡市等の市民団体や、「地域医療を育てる会」などのNPO法人等が同様の活動を行っている。

【地域医療を守る条例を制定しHP掲載】

<https://www.city.shunan.lg.jp/soshiki/28/3544.html>

上手な医療のかかり方を広めるための懇談会資料(平成30年11月12日)



周南市
SHUNAN CITY

[本文へ](#)
[はじめての方へ](#)
[サイトマップ](#)

[Foreign language](#)
[音声よみあげ](#)

[文字サイズ](#)
[拡大](#)
[標準](#)
[背景色の変更](#)
[白](#)
[黒](#)
[青](#)

[f](#)
[t](#)
[v](#)



[HOME](#)
[くらし手帳](#)
[子育て支援](#)
[学びスポーツ文化](#)
[健康・福祉](#)
[都市整備まちづくり](#)
[雇用事業向け情報](#)
[観光情報](#)
[市政情報](#)

[検索コーナー](#)

[検索](#)

[分類でさがす](#)
[組織でさがす](#)
[地域でさがす](#)
[カレンダーでさがす](#)

[🏠 トップページ](#) > [組織で探す](#) > [地域医療課](#) > [地域医療を守る条例](#)

地域医療を守る条例

印刷用ページを表示する 更新日：2017年5月10日更新 Tweet

「周南市の地域医療を守る条例」を制定しました。

住み慣れた地域で、安心して健やかな生活を送ることは、誰もが望むことであり、そのために、地域医療体制を維持・確保していく必要があります。

将来にわたって、地域医療を守っていくためには、限りある医療資源（医師、医療施設等）を大切にし、

市民、行政、医療機関等がそれぞれの役割を認識して、協力し合うことが何よりも大切です。こうした中、平成27年6月議会において、「周南市の地域医療を守る条例」が委員会提出議案として提案、可決され、平成27年6月24日に公布、施行しました。

「周南市の地域医療を守る条例」 条文[PDFファイル/75KB] 概要（周南市議会だより抜粋）
[PDFファイル/248KB]

この条例は、良好な地域医療体制のもとで市民の健康の保持増進を図るための基本理念を定め、市、市民、医療機関等それぞれが果たすべき責務・役割を示すことにより、地域医療を守り、将来にわたり市民の皆さんが安心して医療を受けることができることを目的とするものです。

市民の皆さんの健康を守るためにお願いします。

かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう。

かかりつけ医では、体調が悪い時には初期の診療を、また専門的な検査や入院などが必要になれば適正な病院を紹介してもらえます。普段から本人や家族の健康状態について相談できる「かかりつけ医」を持ち、早めの受診を心がけましょう。

また、日ごろから相談できる「かかりつけ薬局」を持つことによって、複数の医療機関を受診している場合などに、薬の重複や飲み合わせを確認したり、ひとりひとりの状況に応じた調剤を検討してもらうことができます。

医療機関の検索

- [やまぐち医療情報ネット<外部リンク>](#)
- [山口県薬剤師会<外部リンク>](#)

通常の時間内に受診しましょう。

休日や夜間の救急医療機関は、限られたスタッフで運営しています。

急を要しない症状にも関わらず、「昼間は病院が混んでいるから」、「平日、都合が悪いから」などの理由で、気軽に救急外来を利用することは控えましょう。「体の調子がおかしい」と感じたら、症状がひどくならないうちに、通常の診療時間内に受診しましょう。

救急車は、緊急性の高い病気やけがなどのときに利用しましょう。

年々救急車の出動件数は増加しています。そして、搬送者の半数以上が入院を必要としない軽症であり、このままでは、真に緊急を要する人への対応が遅れ、救命率に影響が出るおそれがあります。必要な人が治療を適切に受けられるように、救急車の適正な利用をお願いします。

ただし、緊急性があるかどうかの判断が困難な場合は、迷わず119番通報をしてください。

やまぐち医療情報ネット 山口県の病院・診療所・歯科診療所・小児科・助産所の検索 | 小児救急、産婦、保健・福祉の

YAMAGUCHI
PREFECTURE

やまぐち
医療情報ネット

NEWS
5 TOPICS

・一頁
新着情報・お知らせ

現在お知らせはありません

医療機関を探す

診療時間・近所
で探す

地域から探す

名前で探す

Hospital,
Clinic

Midwifery
Center

救急情報

休日夜間当番医案内

救急告示医療機関

休日夜間
急患センター

AED設置施設

中心点登録

検索の中心にしたい位置を登録！

被災地域の
救急病院情報

※災害発生時に受診可能な救急病
院をお知らせします。

医療連携体制
照会

医療機能
関係者ログイン

小児救急電話相談
#8000

ダイヤル
インフォメーション

かんたん
便利な
マイ検索

基本理念に基づき、市民が安心
いただける地域医療体制の確立に努
め、地域医療をすすめていくためには
協賛があることから、国、道、市
との連携・情報の共有に努めること

※ 条例の詳細については、市議会

基本理念

持続可能な地域医療を
実現すること。また、市民の健康寿命の
増進が実現して推進されなければならない

●市の責務●

●基本理念●

●持続可能な地域医療を
実現すること。また、市民の健康寿命の
増進が実現して推進されなければならない

リンク集

ご意見
お聞かせ

E2_Visitについて

の懇談会資料(平成30年11月)

平成27年9月1日

特集

周南市議会だより

議員提案による

6月24日 施行

周南市の地域医療を守る条例

第2回定例会の会期中、保健医療委員会の委員会提案として提案された「周南市の地域医療を守る条例」が可決され、6月24日から施行されました。

委員会では、条例の制定に当たり、医師の現状と課題を把握するため、徳山医師会との委員会懇談会の開催、また幅広い意見を聴くために、医師・看護婦等約400人へのアンケートや市民の方を対象としたパブリックコメントを実施しました。今回の特集では、この周南市の地域医療を守る条例の概要について説明します。

【条例制定の経緯】

全市の市民が住み慣れた地域で安心して健康に暮らすためには、地域医療に関わる全ての関係者が、地域医療で抱える課題を正しく認識し、その解決に取り組む、地域医療を守る必要があります。そこで、市、市民、医療機関等がそれぞれ役割を果たし、地域全体で抱える医療課題を守り支え合うことにより、健康で明るく活気のある周南市を築くことを趣旨としています。

地域医療を守る条例

【目的】 市、市民、医療機関等が果たすべき責務、役割を明らかにすることにより、地域医療を守り、将来にわたり市民が安心して医療を受けることができる。

【基本理念】 持続可能な地域医療体制を構築するため、市、市民、医療機関等が一体となり、地域全体で守っていくこと。また、市民の健康寿命増進は、良好な地域医療の要と、市民一人一人の努力により、医療、保健及び福祉の連携して推進されるべきである。

●市の責務●

- 基本理念に基づき、市民が安心して暮らしている地域医療体制の確保に努めること
- 地域医療を守っていくためには、市役所では限界があることから、国、県、医療機関等との連携、情報の共有に努めること

●医療機関の責務●

- 病院間の連携を図ること
- 医療の質の向上に努めること
- 市が実施する地域性・総合性・地域に協力すること

●市民の責務●

- かかりつけ医、かかりつけ薬局を持つこと
- 検診及び健康診査を積極的に受診すること
- 医師からの健康管理に努めること

本条例は、合理的なものであるが、市、市民、医療機関等が、それぞれの立場で、それぞれの役割を果たし、協力していくことにより、今後の本市の地域医療を守ることができず。市民の皆さんも、地域医療を守るため、この条例の趣旨を改めていただき、ご協力をお願いします。

※ 条例の経緯については、市議会のHPをご覧ください。 **周南市議会** で **検索** を

【かかりつけ医についてHP掲載】 <https://www.city.karatsu.lg.jp/hoken/hokeniryou/kakaritukei.html>

上手な医療のかかり方を広めるための懇談会資料(平成30年11月12日)

	唐津市 Karatsu city	文字サイズ変更 拡大 標準 縮小 色をいじる 印刷 PDF 英語 Foreign Language									
		サイト内検索 Google! カスタム検索 検索 > サイトマップ > 組織案内 > 問い合わせ > 携帯サイト									
ホーム	防災・防犯	暮らし	健康・福祉・子育て	教育・文化・スポーツ	まち・環境	産業・ビジネス	市政情報				

[ホーム](#) > [健康・福祉・子育て](#) > [健康・医療](#) > [かかりつけ医をもちましょう](#)

医療機関

- > [救急医療情報案内について](#)
- > [唐津救急医療センターについて](#)
- > [唐津市民病院またはた](#)
- > [唐津市の救急医療体制について](#)
- > [「かかりつけ医をもちましょう」](#)
- > [地域連携小児救急センター](#)

ツイト

更新日：2016年11月1日

かかりつけ医をもちましょう

病気の予防・早期発見には「かかりつけ医」は欠かせません！

かかりつけ医って？

かかりつけ医は、患者さんの全身の健康管理を長年にわたって管理するお医者さんで、具体的には町の開業医さん（診療所）です。1回の治療や手術をしらら泊る病気は実際には少なく、長年にわたって薬や生活習慣改善によって管理していく病気ほとんどです。かかりつけ医と、健康状態、病気を話し合うことが安心の第一歩です。

かかりつけ医と大きな病院との関係

かかりつけ医のメリット

- 受診の手続きも比較的簡単で、じっくり診察してくれる
- 家族の病状・病歴・健康状態を把握しているのので、もしもの時に素早い対応をしてくれる
- 食事や運動など、日々の健康管理のアドバイスをしてもらえる

専門的な検査や手術を受けるには「大きな病院」でなければなりません。その場合は「大きな病院」に検査や手術の予約を入れることになりますが、その時に「かかりつけ医」からの紹介状があると、受診する科がはっきりし、その後の流れがスムーズになります。

“大きな病院”の一番重要な仕事は専門的な検査や手術を行うことです。そのため“大きな病院”では専門分野に分かれて診療を行っています。手術後の病状が安定している患者さんなどが多数受診されると、これらの専門的な検査や手術を行う時間がなくなり、特に救急患者さんへの対応ができなくなります。

病状が安定した上全体の健康管理を含めて、かかりつけ医を受診しましょう。

かかりつけ医と大きな病院との関係

かかりつけ医のメリット

- 受診の手続きも比較的手軽で、じっくり診察してくれる
- 家族の病状・病歴・健康状態を把握しているのので、もしもの時に素早い対応をしてくれる
- 食事や運動など、日々の健康管理のアドバイスをしてもらえる

専門的な検査や手術を受けるには「大きな病院」でなければなりません。その場合は「大きな病院」に検査や手術の予約を入れることにはなりますが、その時に「かかりつけ医」からの紹介状があると、受診する科がはっきりし、その後の流れがスムーズになります。

“大きな病院”の一番重要な仕事は専門的な検査や手術を行うことです。そのため“大きな病院”では専門分野に分かれて診療を行っています。手術後の病状が安定している患者さんなどが多数受診されると、これらの専門的な検査や手術を行う時間がなくなり、特に救急患者さんへの対応ができなくなります。

病状が安定した上全体の健康管理を含めて、かかりつけ医を受診しましょう。

皆さんにお願いしたいこと

現在、医師不足や看護士不足が深刻化しています。

しかし、少ない人数でもなんとか皆皆さんの健康を守る、命を助ける医療を続けていかなければなりません。“大きな病院”と“診療所（いわゆる開業医さん）”ではその仕事の役割が異なっており、お互いに連携を取り合っ、この目標を達成できるよう工夫しています。“大きな病院”にすべての人々が集中し続けしてしまうと、重篤の症状や大きなけがに遭った患者さんを治療することができなくなります。地域の皆さんが、“大きな病院”と“診療所（開業医さん）”の役割分担を理解してください。“大きな病院”で大きな手術を受けた後、病状が安定したら“かかりつけ医”で診療してもらうようお願いします。

かかりつけ医を探すのに、ご活用ください。（[佐賀県医療情報連携・救急医療情報システム「99さがネット」](#)（[外部サイトへリンク](#)））

あなたの健康状態についてよく知っている「かかりつけ医」は、頼もしい健康管理のパートナーです。

The screenshot displays the 99saga website interface. The top navigation bar includes a search bar and a 'Find a Doctor' button. A large blue arrow points from this button to the search results page. The search results page shows a list of doctors and a sidebar with filters. The sidebar includes a 'Keyword Search' section with a search bar and a 'Filter by' section with various categories like 'Specialty', 'Location', and 'Language'.

【救急医療のかかり方をHP掲載】

上手な医療のかかり方を広めるための
懇談会資料(平成30年11月12日)

The screenshot shows the official website of Shirosato Town. The top navigation bar includes links for 'Living', 'Tourism / History', 'Business', and 'Government'. The 'Government' section is highlighted, and a link to 'Local Medical Situation ~ Emergency Medical ~' is visible. The page also features a search bar, social media links (Twitter, LINE), and a menu.

救急医療

病気になった時、けがをした時、私たちは当然のように病院で診療を受けることができと思っています。これは、「救急医療」と言って、休日や夜間などに急な病気やけがをした方を診療するための体制が整備されているからなのです。

救急医療体制は症状や緊急度に応じて、初期・二次・三次の3つに分かれています。比較的軽症な救急患者を診療する初期(一次)救急として、市町村が医師会等の協力を得て、休日夜間診療所を設置しています。この診療所、実は昼間通常診療を行った医師たちにより支えられていることを知っていますか。診療を担当する医師たちは、昼間と夜間の診療を受け持ち、場合によっては夜中までの勤務となることもあり、翌日も通常業務となる医師への負担がさらに大きくなっています。このように、休日夜間診療所は医療従事者の献身的な努力によって支えられているのです。

(中略)

【休日夜間診療所ってどんな所?】

- ① 休日や夜間に開いている診療所は、緊急性の高い患者を受け入れるのが主な目的であり、日中の診療や検査が受けられるまでの応急的なもので、検査項目も限られています。継続的な治療は行っており、処方される薬も原則1日分です。このため、翌日にはかかりつけ医などで十分検査や治療を受けることが必要な場合もあります。
- ② 休日・夜間は割増料金で医療費が高くなります。
- ③ 休日や夜間が混んでいないわけではありません。休日夜間診療所においても、風邪やインフルエンザなどにかかる方が増える時期には、待ち時間が2時間以上に及ぶこともあります。

【増えるコンビニ受診】

休日夜間診療所を利用する中には軽症患者の利用が見受けられます。いつでもどんな症状でも診てもらえるという安易な考えで、休日や夜間に緊急性のない軽症患者が「日中仕事を休めない」「夜の方がすいているから」「風邪気味で、熱が出たら不安だから」などの個人的な理由で受診する、いわゆる「コンビニ受診」が増えています。

コンビニ受診が増えたとしたら、今、本当に治療を必要としている方への適切な対応が困難になってしまいます。また、患者が増えることで医師たちの負担が過重となり、疲弊し、病院を辞めてしまったり病院が減ってしまったらして、救急医療、ひいては地域医療の崩壊にもつながるおそれがあります。

救急医療を守るために私たちにできること

- ① 何でも相談できるかかりつけ医を待とう!
「かかりつけ医」なら普段の体調や病歴などを把握した上で、適切な診断や治療をしてもらえます。
- ② できるだけ「通常の診療時間内」を受診を!
休日夜間診療所はあくまでも「急病患者」のためのものです。そして、昼間の診療時間内は外来の患者さんを診るために必要な医療スタッフも十分にそろっています。診療時間内に受診しましょう。
- ③ 病院に行くその前に、もう一度考えよう!
平日の診療時間内に受診することができないか、もう一度よく考えてみましょう。

しかし、小さなお子さんは夜間や休日に急に発熱を起こすこともあり、病院に行くべきかどうか迷うことがあるかと思う。そのような時は、下記をご利用ください。

◇茨城子ども救急電話相談

看護師などの専門家がすぐに医療機関にかかるべきかをアドバイスします。
プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎8000
すべての電話から☎029-254-9900
【相談時間】平日(月~土) 18:30~翌日8:00
日曜、祝日、12/29~1/3 8:00~翌日8:00

◇ウェブサイト「こどもの救急」

症状に合わせた対処法のほか、家庭内で起こりやすい事故を防ぐためのポイントなどを掲載しています。

【対象年齢】 生後1か月~6歳児 ホームページ <http://kodomo-qq.jp/>

※救急受診の目安・判断チェックリスト もあります。

The screenshot shows the 'こどもの救急' (Children's Emergency) website. It features a section titled '救急受診の目安・判断チェックリスト' (Emergency Visit Guidelines/Decision Checklist). The checklist is divided into '外傷(けが)' (Trauma) and '発熱(熱)' (Fever) categories, with specific criteria for when to seek emergency care. A cartoon illustration of a crying child is also present.

The screenshot shows the 'こどもの救急' (Children's Emergency) website. It features a section titled '救急受診の目安・判断チェックリスト' (Emergency Visit Guidelines/Decision Checklist). The checklist is divided into '外傷(けが)' (Trauma) and '発熱(熱)' (Fever) categories, with specific criteria for when to seek emergency care. A cartoon illustration of a crying child is also present.

群馬県前橋市における情報提供

<http://www.pref.gunma.jp/03/d1010006.html>

概要

上手な医療のかかり方を広めるための
懇談会資料(平成30年11月12日)

○乳幼児健診や全戸訪問の際などに、群馬県が作成したパンフレット等を用い、小児医療のかかり方や#8000の周知を実施。

コンテンツの紹介

○乳幼児健診や全戸訪問の際に群馬県作成のパンフレット「子どもの救急ってどんなとき？」を配付



○出生後、予防接種等の情報を案内する際に名刺サイズの#8000のチラシを封入

○前橋市独自で作成の母子手帳の別冊資料や子育てガイドブックに夜間救急についての情報を掲載



○幼児健診や健康相談・教室で#8000等の情報提供を実施

医療機能情報提供制度について(平成19年4月～)

医療機関等に対して、医療を受ける者が医療機関等の選択を適切に行うために必要な情報(医療機能情報)について、都道府県への報告を義務付け、都道府県がその情報を集約し、わかりやすく提供する制度

現行制度

医療
機
関
等

医療機能情報を都道府県に報告
医療機能情報を医療機関等において閲覧に供すること(インターネット可)
正確かつ適切な情報の提供
患者等からの相談に適切に応ずること(努力義務)

都
道
府
県

集約した情報をインターネット等でわかりやすく提供
医療安全支援センター等による相談対応・助言

住
民

インターネット上の公表システム(医療情報ネット)に必要な情報を入力すると、目的に応じた医療機関が検索可能

医療機能情報の具体例

- ① 管理・運営・サービス等に関する事項(基本情報(診療科目、診療日、診療時間、病床数等)、アクセス方法、外国語対応、費用負担等)
- ② 提供サービスや医療連携体制に関する事項(専門医(広告可能なもの)、保有設備、対応可能な疾患・治療内容・在宅医療・介護サービス、セカンドオピニオン対応、クリティカルパス実施、**地域医療連携体制(医療機関等以外との連携含む)**等)

○地域医療連携体制の項目にかかりつけ医機能を追加

平成31年3月14日(平成31年厚生労働省令第23号及び平成31年厚生労働省告示第65号)公布及び告示

かかりつけ医機能

地域包括診療加算
地域包括診療料
小児かかりつけ診療料
機能強化加算

日常的な医学管理と重症化予防
地域の医療機関等との連携
在宅療養支援、介護等との連携
適切かつわかりやすい情報の提供

- ③ 医療の実績、結果等に関する事項(医療安全対策、院内感染対策、診療情報管理体制、治療結果分析の有無、患者数、平均在院日数等)

医療機関の種別をえらびます。何もえらばない場合は全医療機関からさがします。

☐病院 ☐診療所 ☐歯科診療所 ☒一般の外未診療を受け付けていない施設は含めない

☐助産所

診療科目で取り込みたいときはえらんでください。
医療機関種別で診療所を選んだ場合はこの項目はえらばないでください。えらんだ場合は何も表示されません。
歯科診療所を選んだ場合は「歯科」「矯正歯科」「小児歯科」「歯科口腔外科」からえらんでください。
(*) がついている診療科目は身体部位や疾患等が含まれる場合があります。(例:呼吸器内科、肝臓・消化器外科 等)

- | | | | |
|--|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 内科(★) | ☐ 消化器科 | ☐ 産婦科 | ☐ 皮膚科 |
| ☐ 呼吸器科 | ☐ 神経内科 | ☐ 小児科(★) | ☐ 外科(★) |
| ☐ 呼吸器外科 | ☐ 心臓血管外科 | ☐ 脳神経外科 | ☐ 整形外科(★) |
| ☐ 形成外科 | ☐ 美容外科 | ☐ 眼科(★) | ☐ 耳鼻いんご科(★) |
| ☐ 気管支腫瘍科 | ☐ 皮膚泌尿器科 | ☐ 皮膚科(★) | ☐ 泌尿器科(★) |
| ☐ 性病科 | ☐ こころ門科 | ☐ 産婦人科(★) | ☐ 産科(★) |
| ☐ 婦人科(★) | ☐ 歯科(★) | ☐ 矯正歯科 | ☐ 小児歯科 |
| ☐ 歯科口腔外科 | ☐ 心療内科 | ☐ 神経科 | ☐ 精神科(★) |
| ☐ 放射線科(★) | ☐ 麻酔科 | ☐ アレルギー科(★) | ☐ リウマチ科(★) |
| ☐ リハビリテーション科(★) | ☐ 病理診断科(★) | ☐ 臨床検査科(★) | ☐ 救急科(★) |
| ☐ その他(★) | | | |

診療日
☐月 ☐火 ☐水 ☐木 ☐金 ☐土 ☐日 ☐祝日

診療時間
時 分

外患受付時間
時 分

地震で折り込みたいときはえらんでください。



千葉
☐千葉市中央区 ☐千葉市花見川区 ☐千葉市稲毛区
☐千葉市若葉区 ☐千葉市緑区 ☐千葉市美浜区

東京都南部
☐市川市 ☐船橋市 ☐習志野市
☐八千代市 ☐鎌ヶ谷市 ☐浦安市

東京都北部
☐松戸市 ☐野田市 ☐柏市
☐流山市 ☐狹孫子市

印旛
☐成田市 ☐佐倉市 ☐四街道市
☐八街市 ☐印西市 ☐白井市
☐富里市 ☐印旛郡酒々井町 ☐印旛郡栄町

香取海浜
☐銚子市 ☐旭市 ☐匝路市
☐香取市 ☐香取郡神崎町 ☐香取郡多古町
☐香取郡東庄町

山武長生奥洞
☐茨原市 ☐東金市 ☐鎌浦市
☐山武市 ☐いすみ市 ☐大網白里市
☐山武郡九十九里町 ☐山武郡山之町 ☐山武郡横之内町
☐長生郡一宮町 ☐長生郡睦沢町 ☐長生郡長生村
☐長生郡白子町 ☐長生郡桑折町 ☐長生郡長南町
☐奥洞郡大多喜町 ☐奥洞郡御宿町

安房
☐堀江市 ☐鴨川市 ☐南房総市
☐安房郡鋸南町

君津
☐木更津市 ☐君津市 ☐富津市
☐袖ヶ浦市

市原
☐市原市

かんたん検索
診療時間、診療科目や地域、
最寄り駅からすばやくさがします

施設名や診療目名、治療内容などの言葉でさがします

設備や体制、対応できる治療内容など公表されている項目でさがします

かんたん検索
営業曜日・時間、地域や最寄り駅
からすばやくさがします

薬局名や業務内容などの言葉でさがします

相談対応や業務内容などの公表されている項目でさがします

循環型地域医療連携システムの
項目から施設をさがします

疾病とは がん・脳卒中
心筋梗塞・糖尿病
事業とは 救急医療・災害時医療
周産期医療・小児医療

医療機関、薬局でかかりつけに
登録した施設をみくらべます

検索結果の一覧や施設情報の表示画面で「かかりつけに追加」した施設を表示します。まず、検索して「かかりつけに追加」してからご覧ください。

循環型地域医療連携システムは「[循環型地域医療連携システムについて](#)」をご覧ください。

システムご利用上の注意

ご利用の前に画面下の「[このシステムについて](#)」や「[個人情報について](#)」をご確認ください。
このホームページではJavaScriptを有効にご覧ください。 [その方法についてはこちらをご覧ください。](#)
使い方の詳細は画面右上の[操作方法](#)を参照してください。
また、用語説明を用意しています。画面右上の[用語説明](#)を参照してください。

検索したい最寄りの駅名を3つまで指定できます。
最寄り駅は路線名を指定すると選べるようになります。

第1候補	▼	線	▼	馬
第2候補	▼	線	▼	馬
第3候補	▼	線	▼	馬

概要

https://www.kenporen.com/health-insurance/kashikoi_kanjya/上手な医療のかかり方を広めるための
懇談会資料(平成30年11月12日)

- はしご受診やコンビニ受診、休日・夜間の受診を控えるよう呼びかけている。
- #8000や、かかりつけ医について周知をしている。

コンテンツの紹介

健康保険組合連合会 **けんぽれん** | サイトマップ | 採用情報 | ご利用規約 | 個人情報保護の取り組み | 情報セキュリティポリシー | ご意見・ご感想

Google カスタム検索 文字サイズ 小 中 大

健康について | 健康の考え方 | プレスリリース | トピックス | けんぽれんの広報 | **知って得する!? 健康保険** | 健康コラム | けんぽれんの刊行物 | リンク集

HOME > 知って得する!?健康保険 > かしこい患者になるための基礎知識

知って得する!? 健康保険
Health-insurance

かしこい患者になるための基礎知識

医療費は受診の仕方大きくかわることがあります。受診への正しい知識を身につければ、「ムダ」な医療費を減らせるばかりでなく、医師不足や救急医療の疲弊など医療現場が抱える問題の解決の糸口にも。正しい知識を身につけて「かしこい患者」になりましょう。

こんな受診は医療費の「ムダ」

受診の仕方が悪いと、医療費ばかりでなくさまざまな「ムダ」が生じます。受診への正しい知識で「ムダ」をなくしましょう。

はしご受診

同じ病気で複数の医療機関を転々と渡り歩く「はしご受診」。行く先々で同じ検査を受けるのは医療費の「ムダ」ですし、薬の重複による副作用などの危険もあります。どうしても医療機関を変更したい場合には、医師に「紹介状」をもらってから転院を。

コンビニ受診

急病でもないのに時間外や深夜、休日に受診するコンビニ受診。単に「用事があるから」「都合がいいから」と診療時間外に受診するのは、割増料金ばかりでなく、救急医療の妨げにも。こういう「ムダ」は避けましょう。



「かかりつけ医」をもちましょう

かかりつけ医は、気になる症状について気軽に相談できるホームドクター。かかりつけにすれば、体質や病歴、生活習慣、健康状態などを把握してもらえ、それに基づいて適切な治療やアドバイスしてくれるはず。必要に応じて、専門病院や専門医等も紹介してくれます。

かかりつけ医を探すには…

まずは地域の口コミや評判、地域医師会のホームページや医療機能情報提供制度などの医療機関検索情報サイトで情報収集を。それから電話をしたり直接足を運んで、対応や雰囲気を知ることが大切です。

■ かかりつけ医を選ぶポイント

- 自宅の近くなど通いやすいか
- 自分にとって安心・信頼できる先生か
- 病気や治療法、薬についてわかりやすく説明してくれるか



休日や夜間にけがや急病になったら

休日・夜間の診療は、緊急性の高い患者さんのためのもの。通常の診療とは異なり、必要な検査が受けられなかったり、最適な薬がもらえない場合もあります。さらに割増料金もかかるので、緊急の度合や症状などをよく考えて、受診しましょう。

■ こんな場合は…

自分で通院できる程度の症状の場合

→ 自家用車やタクシーを使って自分で休日夜間診療所に向かう

自分では通院できない重い症状の場合

→ 救急車を呼ぶ、または家族に救急指定病院などに連れて行ってもらう

どうするか判断に迷ったら

→ 救急相談センターなど各都道府県の救急相談窓口へ連絡し、症状を伝えて相談

子供が急病になったら

→ 小児科の医師や看護師からアドバイスを受けられる小児救急電話相談（#8000）に相談



医療のかかり方に関する保険者の取組例(協会けんぽ)

第1回 上手な医療のかかり方を
広めるための懇談会

参考資料
2

平成30年10月5日

- 医療費適正化の観点から、ホームページや広報誌、社会保険料納入告知書に同封する書面等において、
- ①「かかりつけ医」をもち、「かかりつけ医」を受診すること、
 - ②「ハシゴ受診」は大きな無駄につながる事、
 - ③時間外受診は割増料金であり、やむを得ない場合を除き時間外受診を控えること、
 - ④子どもが軽い症状で、受診の迷った際はまず「小児救急電話相談(#8000)」を利用すること、
 - ⑤適正受診は健康保険財政の改善につながる事 等を訴求。

～協会けんぽ加入者・事業主の皆様へ～

職場の皆様で回覧・掲示をお願いします。
協会けんぽ東京支部からのお知らせ

医療機関のかかり方で上手に節約！

医療費の負担を減らす6つのポイント

医療機関に支払う医療費は、ちょっとした心がけで節約することができます。節約といっても、具合が悪いのに受診せずに済むということではありません。上手に受診して、医療費の無駄を減らすポイントをご紹介します。

1 かかりつけ医・かかりつけ薬局をもちましょう！

かかりつけ医・かかりつけ薬局をもつことが医療費節約の第一歩です。生活習慣病など長期にわたって治療やケアが必要な人、普段は健康な人が風邪などの軽症で受診するときは、まずは近所の「かかりつけ医」を受診するようにしましょう。入院や詳しい検査が必要な時にも、適切な病院や専門医に紹介状を書いてもらえます。

2 ハシゴ受診はやめましょう！

治療中、「新しくできた病院のほうがよさそうだから」などの安易な理由で、医療機関を次々に変える「ハシゴ受診」は、複数の医療機関を受診するたびに初診料がかかります。また、検査や治療、薬の処方などが重複すると、その分医療費が増えるだけでなく、検査によっては体にも負担がかかります。

Point 「セカンドオピニオン」とハシゴ受診は違います！

セカンドオピニオンは、患者さんが納得できる治療を受けるために、主治医以外の医師に意見を求めることです。セカンドオピニオンを申し出ることで、主治医は紹介状に加えて、検査結果や画像情報など、必要な情報を紹介状に添えてくれます。

3 受診する時間に注意しましょう！

診療時間外や夜間、休日に医療機関を受診すると、**割増料金**がかかります。

また、夜間や休日には限られた検査や治療しか受けられない場合が多く、診療時間内にあらためて受診する必要があります。急病や緊急時を除いては、**診療時間内**に受診しましょう。

(例) 3割負担で受診した場合の初診・再診料	初診	再診
診療時間内	850円	220円
診療時間外	1,100円	410円
休日・夜間	1,600円	790円
緊急時	2,290円	1,480円

4 夜間や休日などに子どもの病気で迷ったら救急相談へ！

■ 小児救急でんわ相談 ☎ #8000

全国同一の相談番号「#8000」をプッシュすると、小児科医や看護士などの専門家に電話で相談できます。受付時間は都道府県によって異なります。詳細は厚生労働省のホームページでご確認ください。

■ こどもの救急 <http://www.kodomo-tsuji/>

社団法人日本小児科学会が管理運営するホームページです。対象年齢は生後1か月～6歳で、夜間や休日に医療機関を受診すべきかどうかの判断の目安を確認できます。

全国健康保険協会 東京支部
〒164-8540 東京都中央区千代田4-10-2中野セントラルパークス7階
電話 03-6555-1111(代表) <http://www.koyukokuken.or.jp/tokyo/>
●協会けんぽ加入者以外の方は、ご加入先の各保険者(国民健康保険組合等)にお問い合わせください。 平成28年7月版

医療費の負担を減らす6つのポイント

協会けんぽ東京支部 広報誌 発行

平成29年12月号 第67号

保険料率等の最新情報掲載！
メールマガジンの登録は、こちらからホームページから(無料)

お問い合わせ 保険証の早期回収にご協力ください

加入者ご本人の退職後、ご家族が就職等により被扶養者でなくなった後に、誤って保険証を使用するケースが発生しています。平成28年度の三重支部では、誤って保険証を使用したことによる協会けんぽの負担額は約2億円にのぼります。これは協会けんぽ財政の圧迫となり、保険料率の上昇につながります。

退職後・扶養解除後は必ず保険証を回収のうえ、5日以内に日本年金機構へ「資格喪失届」または「被扶養者異動届」を提出していただきますようお願いいたします。

被保険者(加入者ご本人)が保険証を使用できるのは「退職日まで」、被扶養者(加入者ご家族)が保険証を使用できるのは「被扶養者でなくなった日の前日まで」です！

保険証の回収に関するお問い合わせ先：セプトグループ ☎059-225-3316

お問い合わせ 保険証は正しく使い、適正な受診をお願いします

かかりつけ医を持ち、「はしご受診」はやめましょう

同じ病気で次々と医療機関を変え、多くの医療機関を渡り歩く「はしご受診」は、医療機関を変えるたびに検査や処置、投薬などをやり直すため、合計した医療費がかかってしまいます。自分の判断だけで医療機関を次々と変える「はしご受診」はやめましょう。

業務上・通勤途上のけが等については健康保険は使えません

勤務先の仕事で原因の病気やけが、通勤途上のけがは労災保険の適用となります。労災保険に該当するかどうかは、労働基準監督署が調査し判断します。まずは、勤務地を管轄する労働基準監督署にご相談ください。

交通事故など第三者が原因で負傷したときは、協会けんぽへのお届けが必要です

相手の行為による負傷(交通事故、けんかなど)で、健康保険を使って受診される場合は、「第三者行為による負傷届」を協会けんぽまですみやかに提出してください。

お知らせ 年末年始の業務のご案内

協会けんぽの年末年始の業務時間は以下のとおりとなります。年内の最終日は12月28日までとなりますので、お急ぎのご用件などございましたら、お早めにお手続いただきますようお願いいたします。

◆年内の営業：平成29年12月28日(木) 17時15分まで
◆年始の営業：平成30年1月4日(木) 8時30分から
※年末年始は窓口が閉鎖することが予想されます。届出や申請にご協力をお願いします。

医療機関のかかり方で上手に節約！

平成29年04月01日

少しでも安く買い物をして食費を節約、こまめに電気を消して電気代を節約等、日頃から節約を心がけている人は多いことでしょう。では、「医療費」に関してはいかがでしょうか。「健康にかかわることだから…」と医療費を気にせずに受診する人も少なくないのではないでしょうか？

ところが、医療機関に支払う医療費も、ちょっとした心がけで節約することができるのです。節約といっても、具合が悪いのに受診せずに我慢するということはありません。ここでは医療費節約のポイント、すなわち上手に受診して医療費の無駄を減らすコツをご紹介します！

医療費を減らす5つのポイント

1. 「かかりつけ医」をもう！

できるだけ家の近所に「かかりつけ医」をもち、かななど日常よくある病気のときは、まずは「かかりつけ医」を受診しましょう。

2. ハシゴ受診は体とお金の負担が大きい

病気やけがの治療中に、自分の判断だけで受診先を変える「ハシゴ受診」は、身体的にも経済的にも大きな負担につながるのやめましょう。

3. 時間外受診は割増料金に注意

休日や夜間に救急に対応してくれる医療機関は医療費が「割増料金」になることをご存じですか？ やむを得ない場合を除き時間外受診は控えましょう。

4. 意外に高い子どもの医療費

医療費の単価は大人も子どもも基本的には同額ですが、乳幼児の場合は加算がつくものがあります。

5. 子どもを病院に連れて行くが迷ったら救急相談へ

軽い症状で受診が必要かどうか迷ったときは、まずは「小児救急電話相談」を利用しましょう。

医療費の節約は、健康保険財政の改善につながります。医療費についての理解を深め、ご協力をお願いいたします。

【令和元年度の取組（普及啓発事業として委託）】

2. アワードの創設

3. 国民全体に医療のかかり方の重要性に気づいてもらうための普及啓発(CM等各種広告、著名人活用等)

4. 信頼できる医療情報サイトの構築

5. #8000・#7119(存在する地域のみ)の周知

6. 小・中学校及び母親学級等で医療のかかり方改善の 必要性と好事例の普及啓発

7. 民間企業における普及啓発

毎年11月を普及月間として啓発活動を開始

○上手な医療のかかり方大使任命イベントの開催

日時: 令和元年11月18日(月) 14:30~16:00

第1部: 加藤厚生労働大臣より、デーモン閣下・中村仁美様を大使に任命

第2部: 上手な医療のかかり方に関するシンポジウム

○登壇者 デーモン閣下・中村仁美様

株式会社ワーク・ライフバランス 代表取締役社長 小室淑恵 様

東京女子医科大学東医療センター 救命救急センター医師 赤星昂己 様

一般社団法人知ろう小児医療守ろう子ども達の会 代表 阿真京子 様



医療のかかり方普及促進事業

令和2年度予算案 2.1億円

【課題】

- 働き方改革実行計画(平成29年3月28日働き方改革実現会議決定)等を踏まえ、「医師の働き方改革に関する検討会」が開催され、報告書(平成31年3月28日)が取りまとめられた。同報告書において、医師の勤務負担軽減・労働時間短縮に向けて、医療提供者側の取組だけでなく、患者やその家族である国民の理解が欠かせないため、医療機関へのかかり方を含めて国民の理解を得るための周知の取組を関係者が一体となって推進する必要があるとされている。

(事業内容)

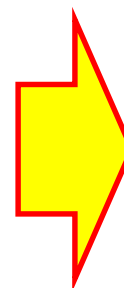
- ・ 国民(患者)の医療機関へのかかり方に関する意識と行動の変革及び医療機関の負担軽減に向けた具体的な取組を推進するための国民運動の展開
- ・ 上手な医療のかかり方について国民が理解しやすいように、分かりやすく情報を整理したウェブサイトの整備、啓発資料の作成
- ・ 多様な取組主体が参画し、国民運動を広く展開していくためのイベント開催等の実施

医療関係者、企業、行政等が参画する国民運動の展開

※広告代理店等に業務委託

毎年11月の「かかり方月間」を中心に

- ・ 上手な医療のかかり方についての周知啓発
 - ・ 関係機関・団体等による上手な医療のかかり方を広める取組事例の展開
- を実施する。



ポスター等啓発資料の提供

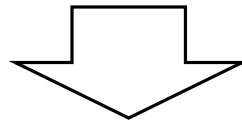
イベント開催

厚生労働大臣表彰

ウェブサイトの整備

【現状】

- 「上手な医療のかかり方を広めるための懇談会」において、平成30年12月に「『いのちをまもり、医療をまもる』国民プロジェクト宣言！」を取りまとめ。同懇談会で、市民、行政、医師/医療提供者、民間企業のアクションの例が整理された。
- 様々な関係機関・団体により、上手な医療のかかり方を広めるための取組が行われている。
(例)
 - ・ 医師会等における、かかりつけ医を中心とした切れ目のない医療・介護の提供の推進
 - ・ 民間団体による地域医療を守るための取組(医療のかかり方に関する講座や研修等)
 - ・ 地方自治体による地域医療を守る条例の制定、かかりつけ医の周知、救急医療のかかり方や#8000(小児救急電話相談)の周知、医療機能情報提供制度による各医療機関の医療機能・地域の医療連携体制の周知等
 - ・ 保険者によるかかりつけ医の周知、いわゆるはしご受診・コンビニ受診を控えるよう呼びかけ等
 - ・ 国による取組(国レベルでの啓発活動、関係機関・団体等による取組事例の普及等)



【論点】

- 外来医療のかかり方について、国民にとって分かりやすい形で周知・啓発を進めていくために、誰がどのような役割・取組を担っていくことが考えられるか。
- 例えば、国において、上手な外来医療のかかり方のポイント、かかりつけ医をもつことのメリット等を整理し、関係機関・団体が周知に活用できるツールを作成するとともに、国においても国民に対して積極的に周知を図っていくことについて、どう考えるか。