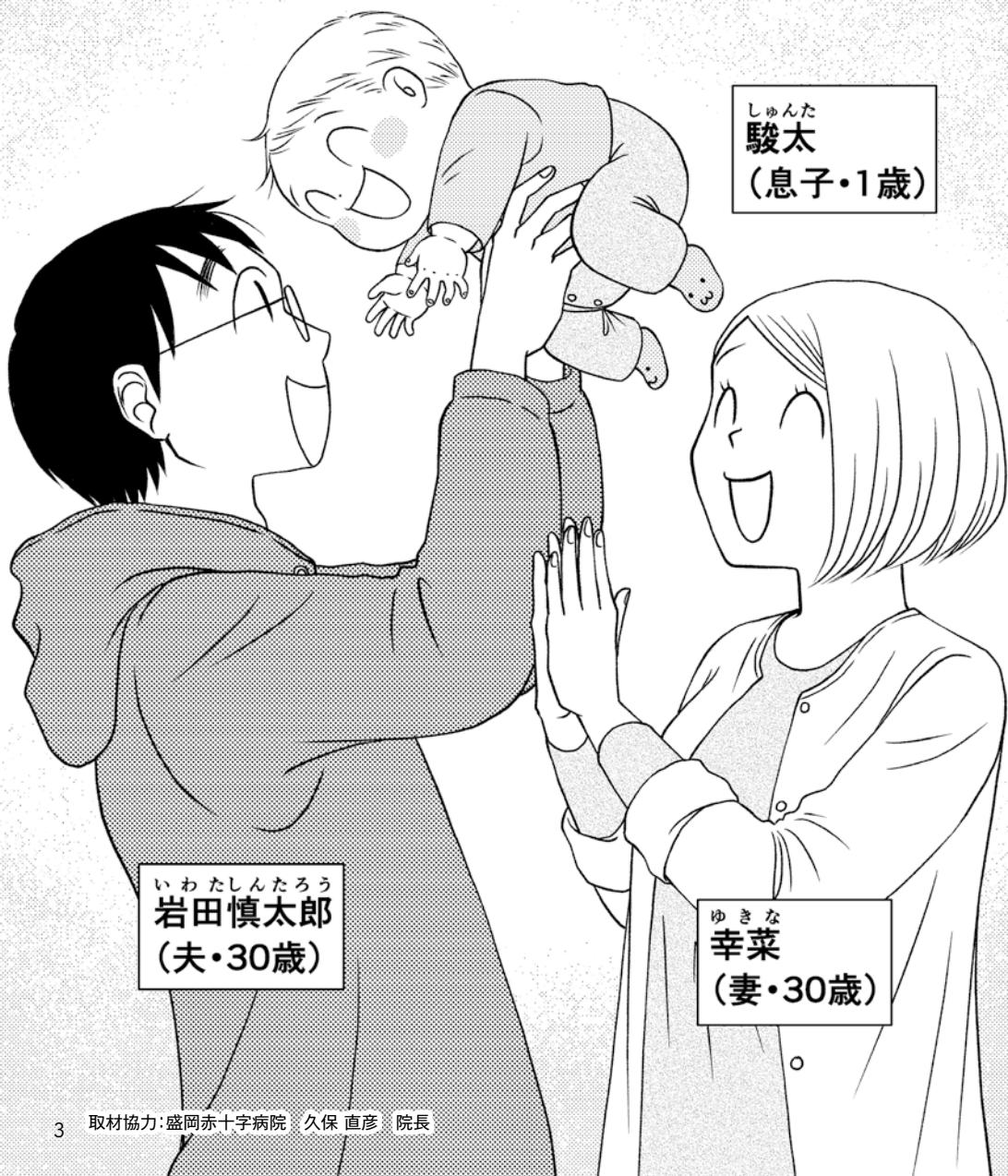


# みんなで守ろう いわての医療!



# コンビニ受診をやめよう! 編



## はじめに

病気やケガをした時、皆さんはどんな病院に行っていますか？「まずはどの病院に行けばいいのか迷う」「とりあえず大病院に行く」という方もいると思いますが、医療機関といってもみな同じではありません。医院やクリニックといった診療所、規模の大きな病院や中小の病院など、医療設備も役割も異なる様々な医療機関があります。

こうした違いを正しく理解し、適切に医療機関を利用することで、必要な人に必要な医療を届けることができるようになり、医師不足の改善や医療従事者の負担を減らすことにもつながります。

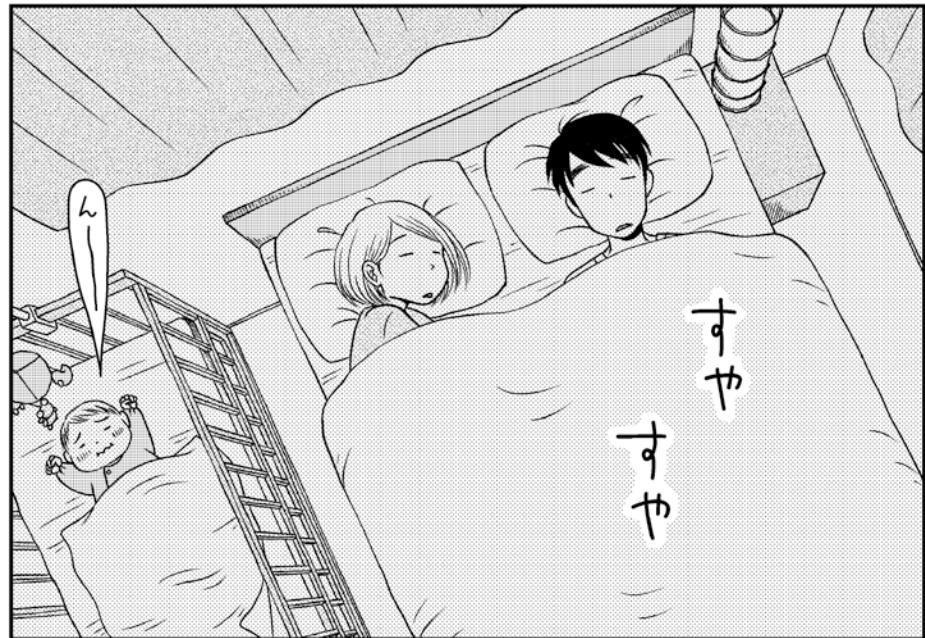
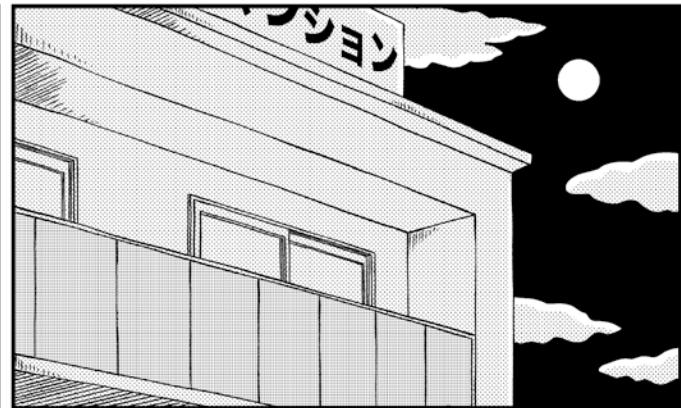
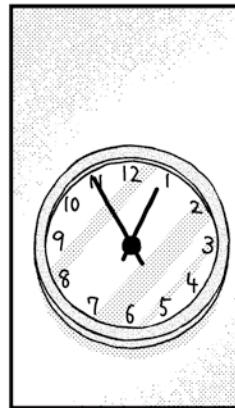
この本は、いわての医療が抱える課題を皆さんに理解してもらい、それぞれの行動を改めて考えてもらうためのマンガです。

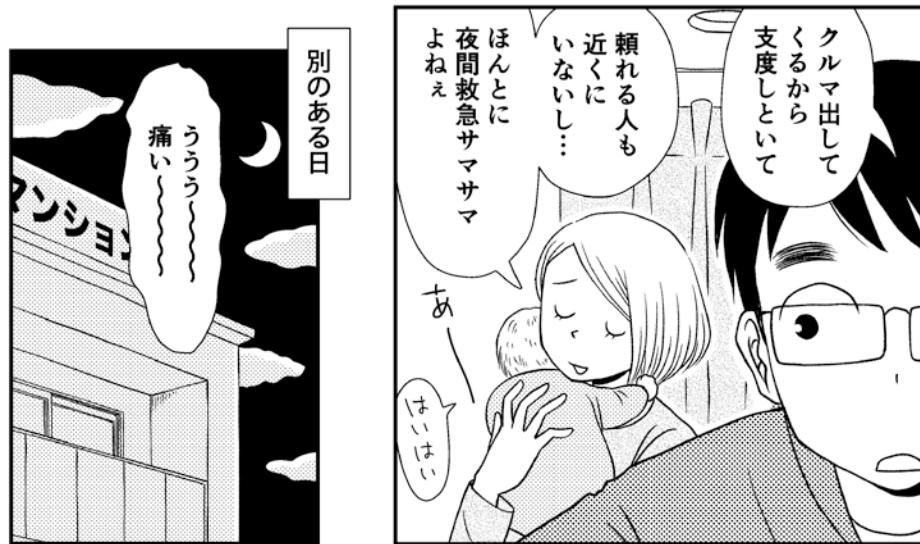
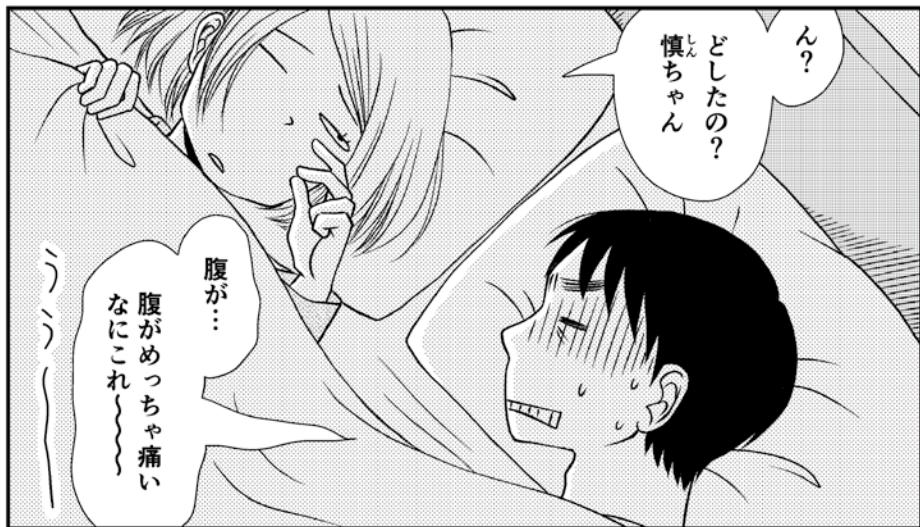
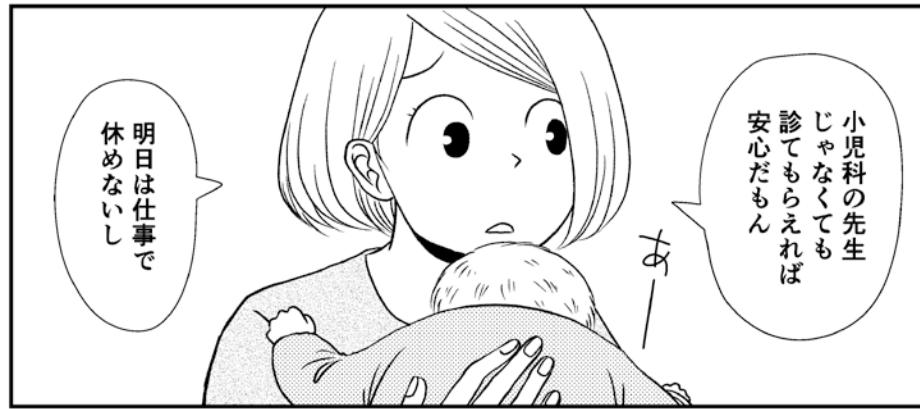
救急の利用の仕方やかかりつけ医のことなど、マンガを通して正しい知識を身につけ、上手に医療機関を利用しましょう。

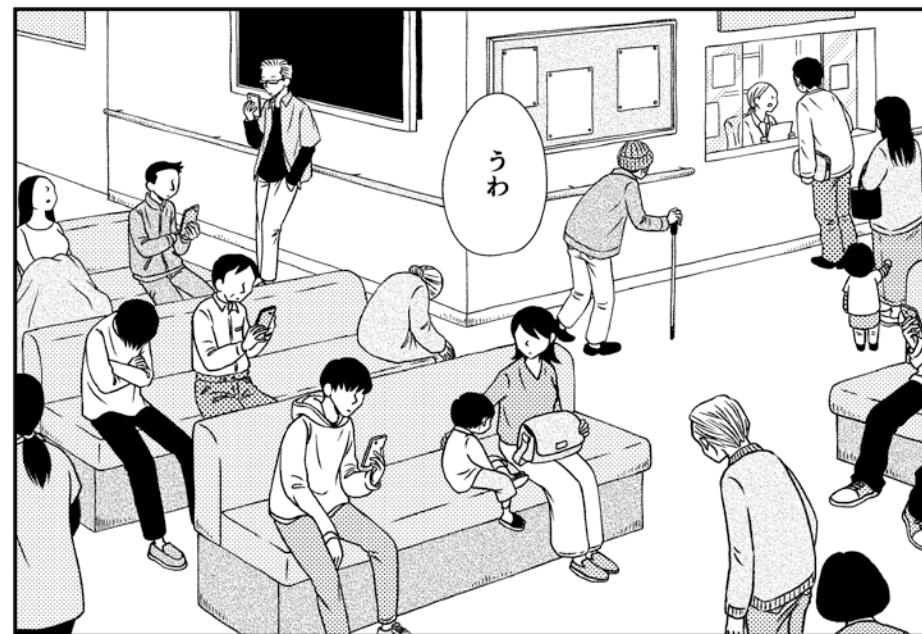
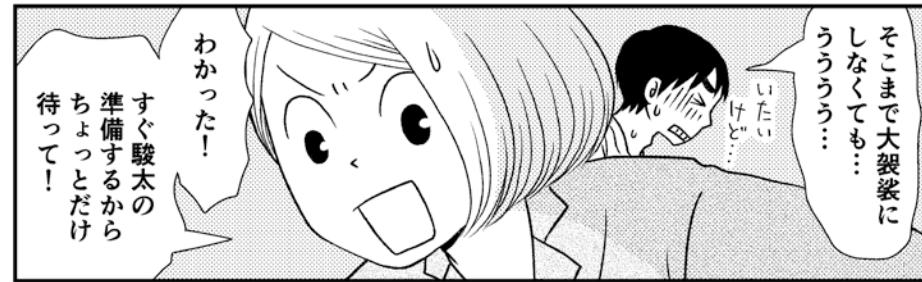
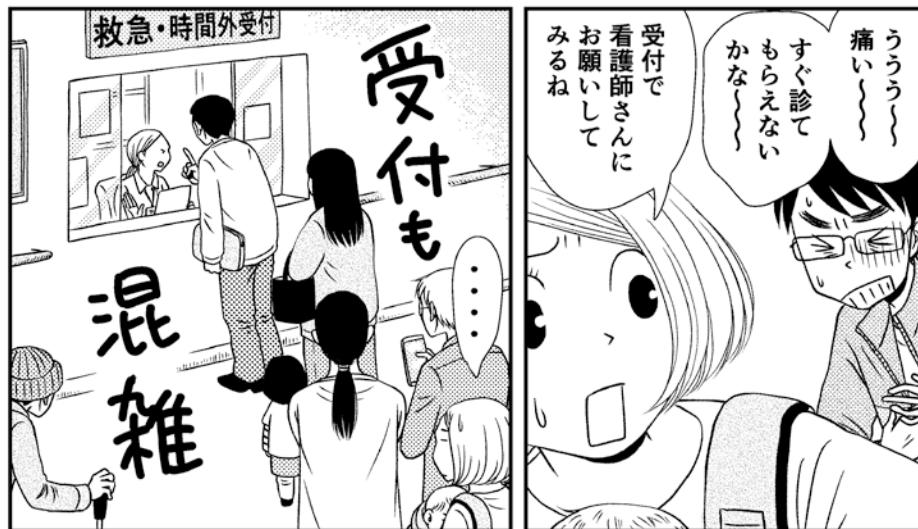
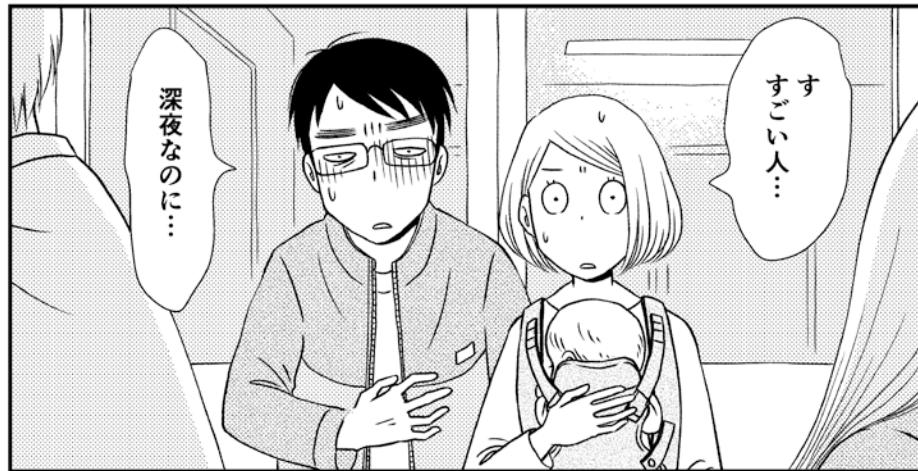
漫画:田中美菜子

岩手県盛岡市出身、盛岡市在住。立教大学在学中に「セブンティーンDX」(集英社)からデビュー。「Eleganceイブ」(秋田書店)や「コミックいわて」等で作品を執筆しているほか、いわてマンガ大賞の審査員を務めるなど活躍の幅を広げている。

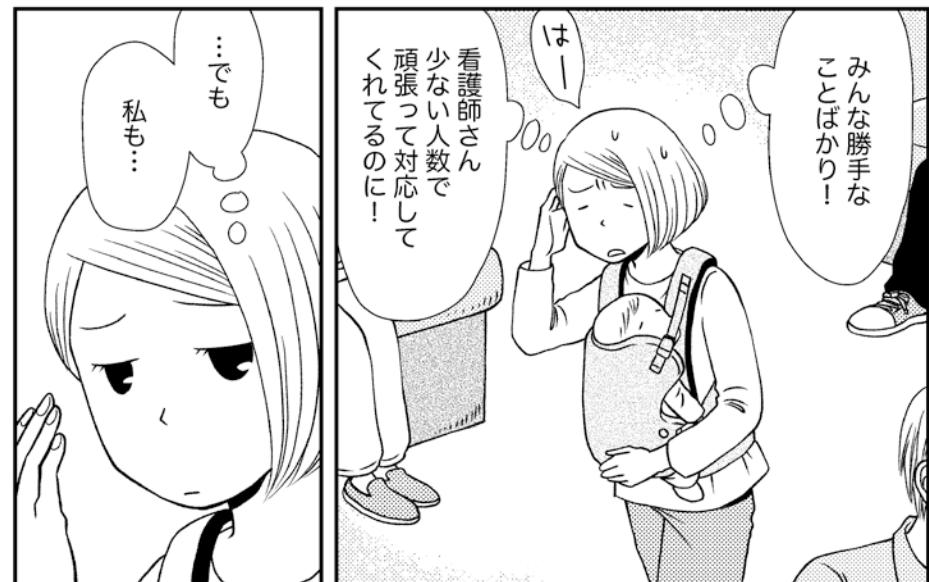
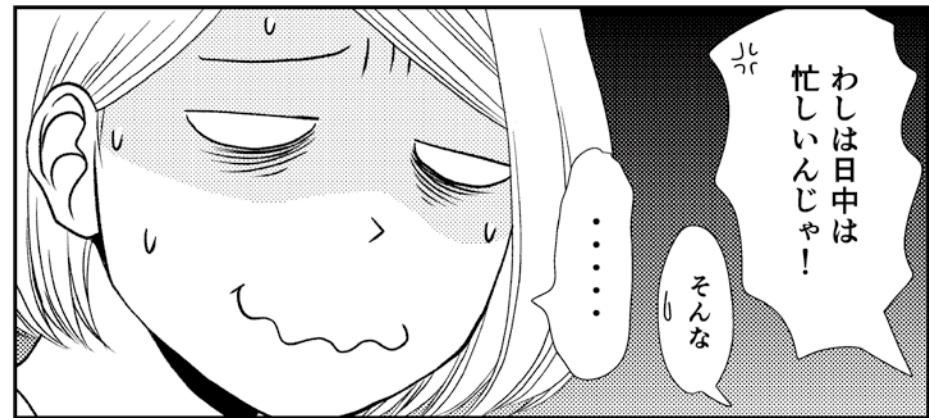
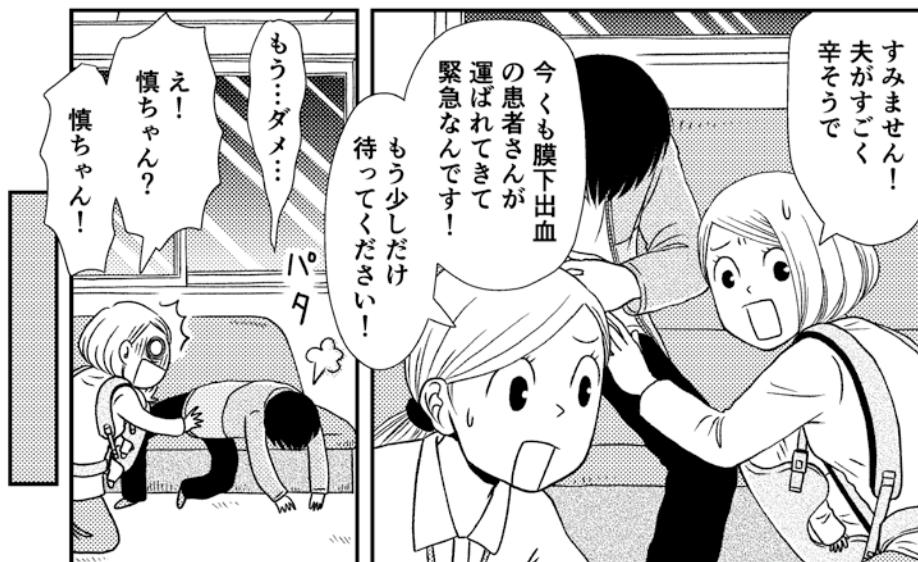
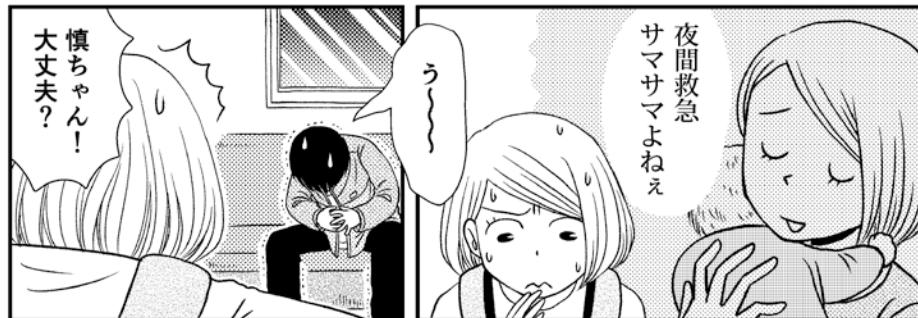
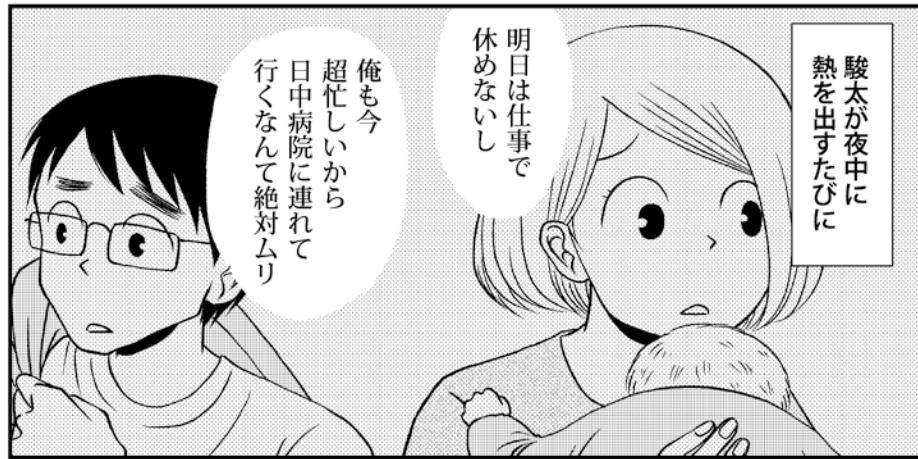


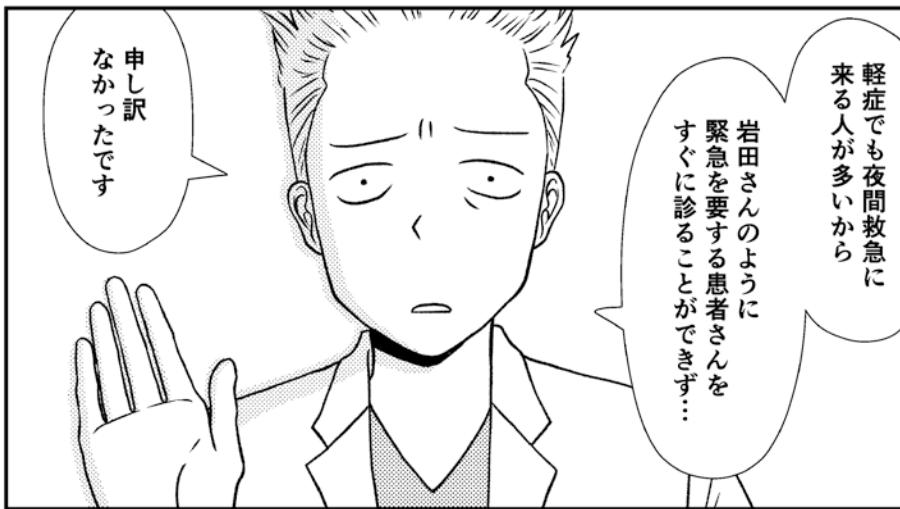
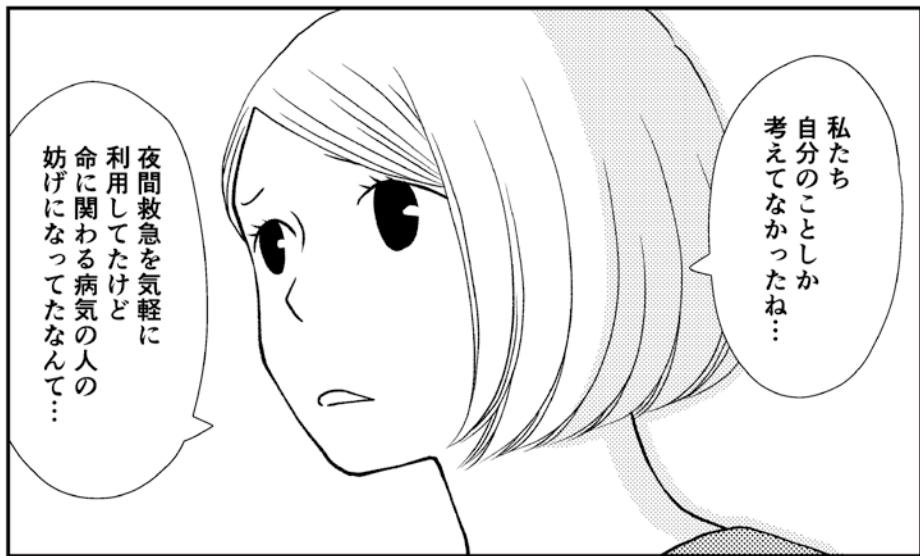
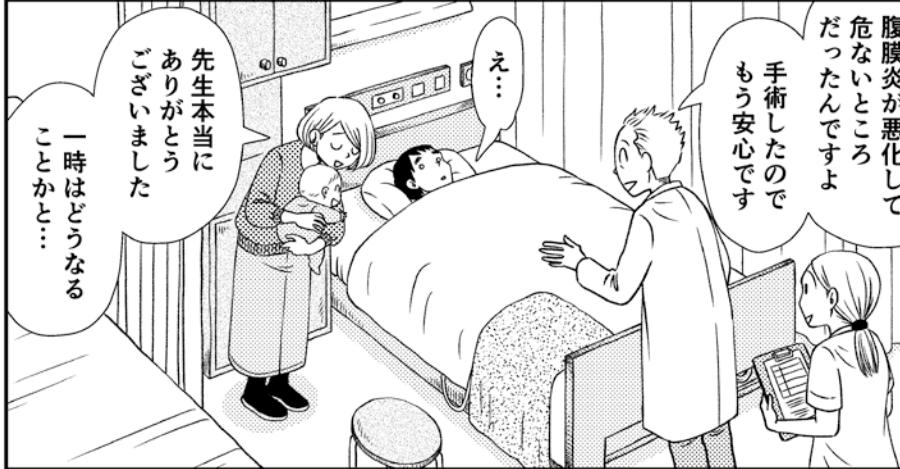
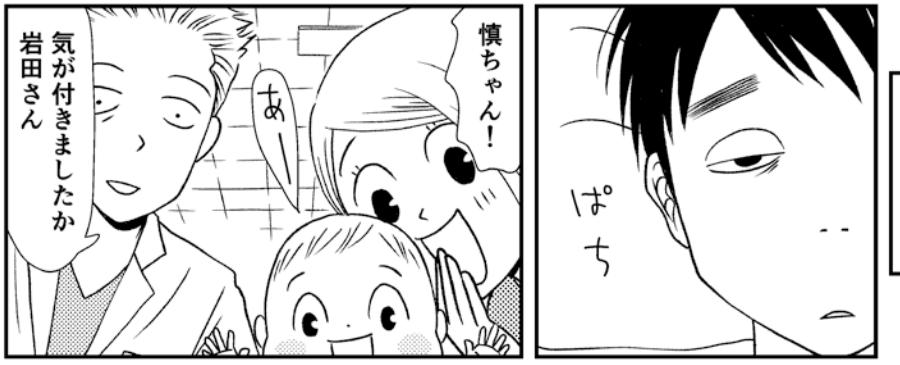












救急の上手な利用方法について、  
盛岡赤十字病院の久保直彦院長からお話を伺いました

## 救急病院を利用する前に 考えてみよう！

### 私たちの病院の救急医療

私が院長を務める盛岡赤十字病院は二次救急病院(※)です。岩手県はどの病院も医師、看護師が不足しており、当院の夜間救急は、医師2名と看護師3名という少ない人員で診療します。そのため夜間に不要不急の電話相談や、無理な要求をする患者さんが来ますと、その対応に看護師がかかりきりになり、さらに少ない人員で対応することになります。

### 『コンビニ受診』が増えてしまうと

当直の医師は、日中も勤務し、夜間は休憩を取りながら救急の患者に対応しています。こうした中で、『コンビニ受診』による軽症の患者さんが殺到しますと、何より急病人への対応が遅くなり、また医師は休むことができません。こうした状況が長く続くと、病院に勤めてくれる医師はいなくなってしまうかもしれません。

### 受診はなるべく日中に

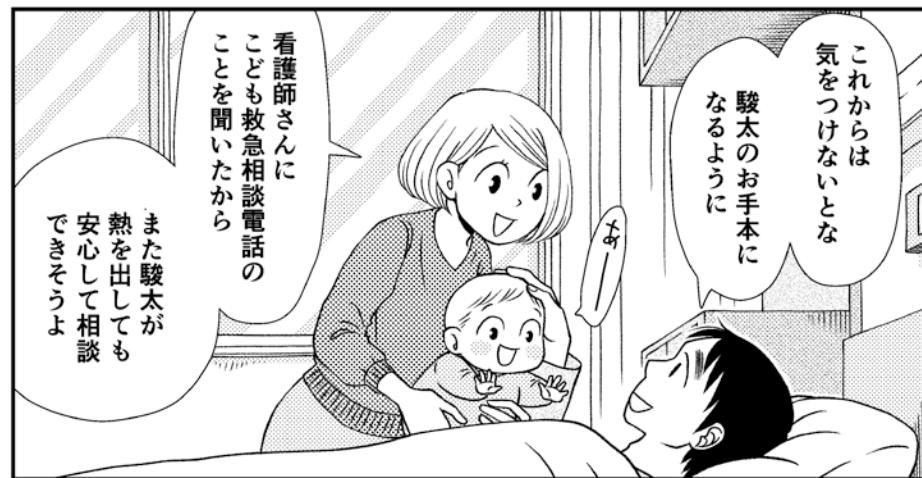
救急外来では緊急性が低いと判断した場合には日中の外来受診をお願いすることがあります。マンガにもあるとおり、当直の医師は、患者さんが望む専門医ではないことがあります。日中は各専門の医師も検査体制も充実しているので、事情はあるかもしれません。が体を第一に考え、なるべく日中に受診してほしいと思います。

### 無理せず救急車の利用を

一方で「迷惑をかけたくない」という思いから、苦しいときに救急車の利用をためらうのは良くありません。岩田さんも救急受診せずに我慢していたらどうなっていたでしょうか。

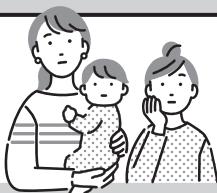
救急車利用の目安ですが、大人の体調不良については、アプリ(※)の利用が便利です。子どもの体調不良については、アプリ(※)の利用のほか、『子ども救急ガイドブック』(※)に受診の目安が載っています。普段から内容を確認し、備えておくことが大切です。

※は県からのお知らせページで解説



### ③ こどもが病気やケガをした時は?

#### こども救急電話相談



[受付時間] 19時～23時(年中無休)

[電話番号]  
**019-605-9000**

または局番なしの#8000

※#8000はダイヤル回線電話、IP電話、PHSからは利用できません。

日中は元気でも夜になつたら急に発熱するなど、子どもの体調は急に変わることがよくあります。そんな時に気軽に相談できるように、「こども救急相談電話」を開設しています。病気への対処や応急処置など、経験豊かな看護師がアドバイスします。



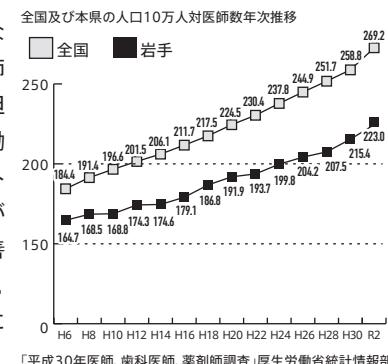
#### こども救急ガイドブック

子どもの具合が急に悪くなった時は、どう対応したら良いのか迷うものです。このガイドブックでは、発熱やけいれん、下痢など9つの症状に対する判断の目安や、受診する際のチェック項目を紹介しています。いざという時にお役立てください。



### ④ みんなでいわての医療を守ろう

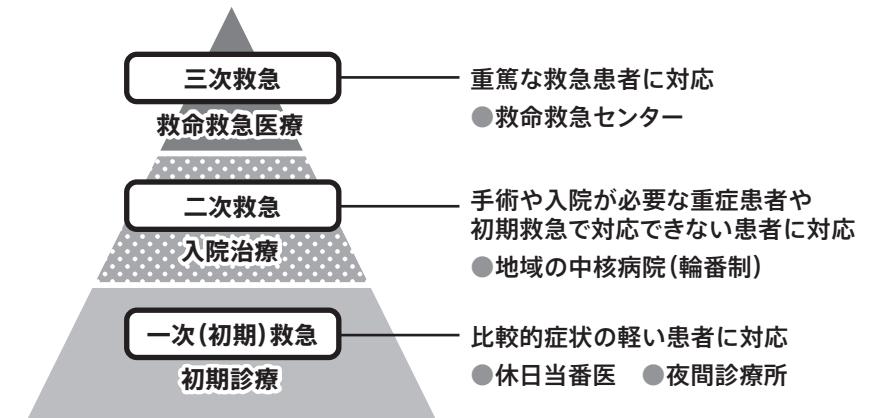
岩手県の人口10万人対医師数は全国平均より少なく、慢性的な「医師不足」になっています。少ない医師で多くの患者さんを診ているため、医師に大きな負担がかかっており、さらに令和6年4月からは医師の働き方改革で、医師の時間外労働の上限規制がスタートしました。このままでは安心して医療を受けることができなくなるかもしれません。このような状況を改善するためには、県民の皆さんの協力が不可欠です。医療を守ることは、皆さん自身の健康を守ることにつながります。適正な受診にご協力をお願いします。



### ① 一次救急と二次救急の違いは?



救急患者に対応する医療機関にも種類があり、果たす役割も違います。症状にあった医療機関の受診を心がけましょう。



※地域の休日・夜間の医療体制、その日の当番医と診察時間、二次救急医療機関に関する情報は、市町村の広報や地域の医師会のホームページ、医療情報ネット(ナビイ)などでご確認ください。

### ② 急病の時はどうすればいい?



Q助スマホ版



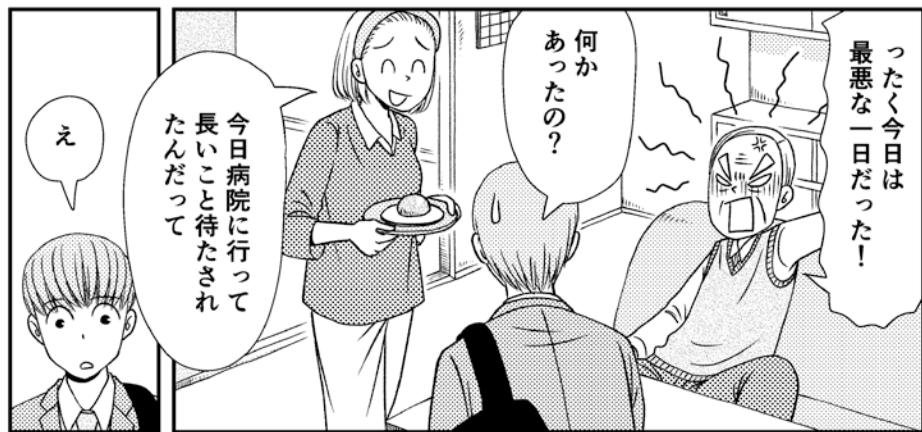
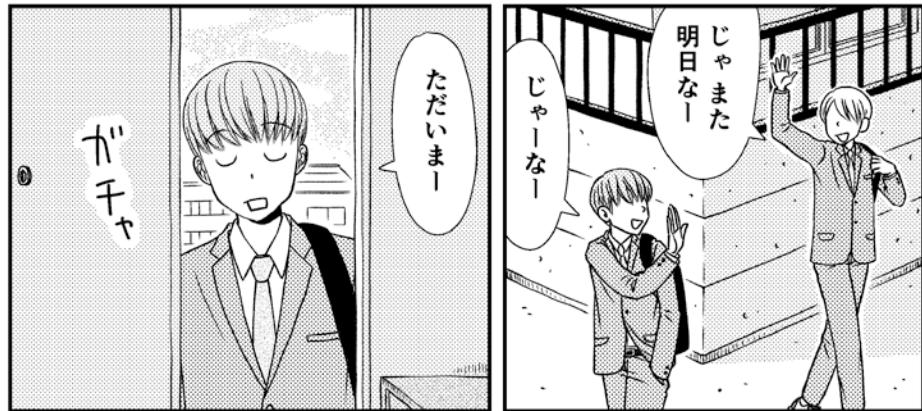
Q助WEB版

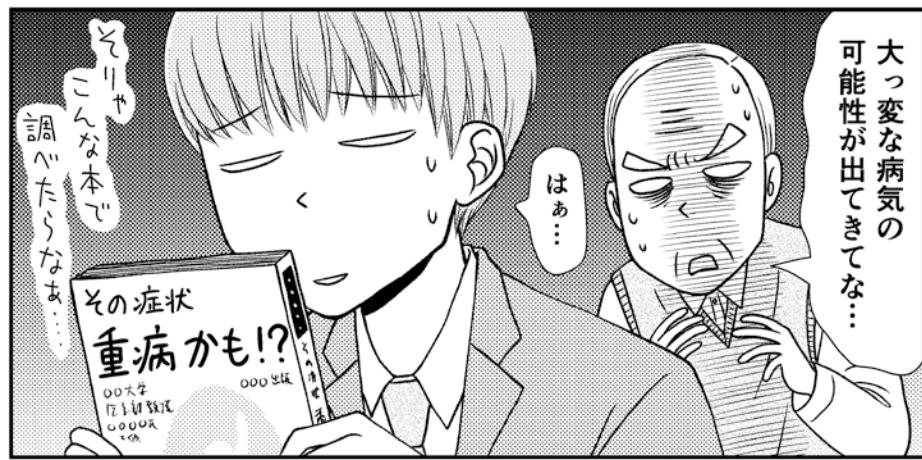
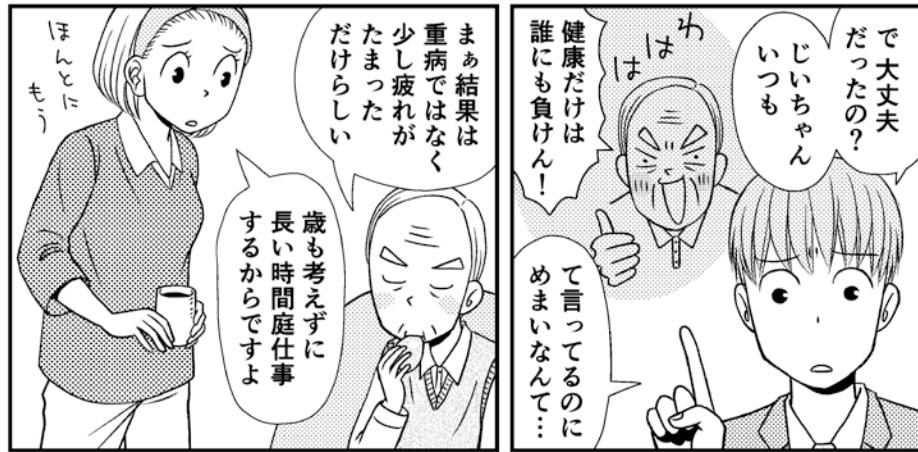


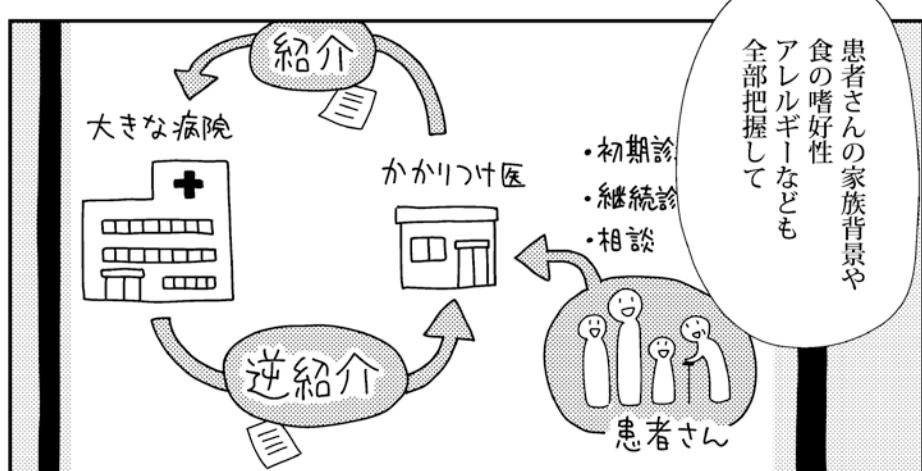
急病の時ほど冷静な判断ができないものです。そんな時は消防庁が運営する「全国版救急受診アプリ・Q助」を活用しましょう。症状及び症候を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応(「今すぐ救急車を呼びましょう」「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」など)が表示されます。

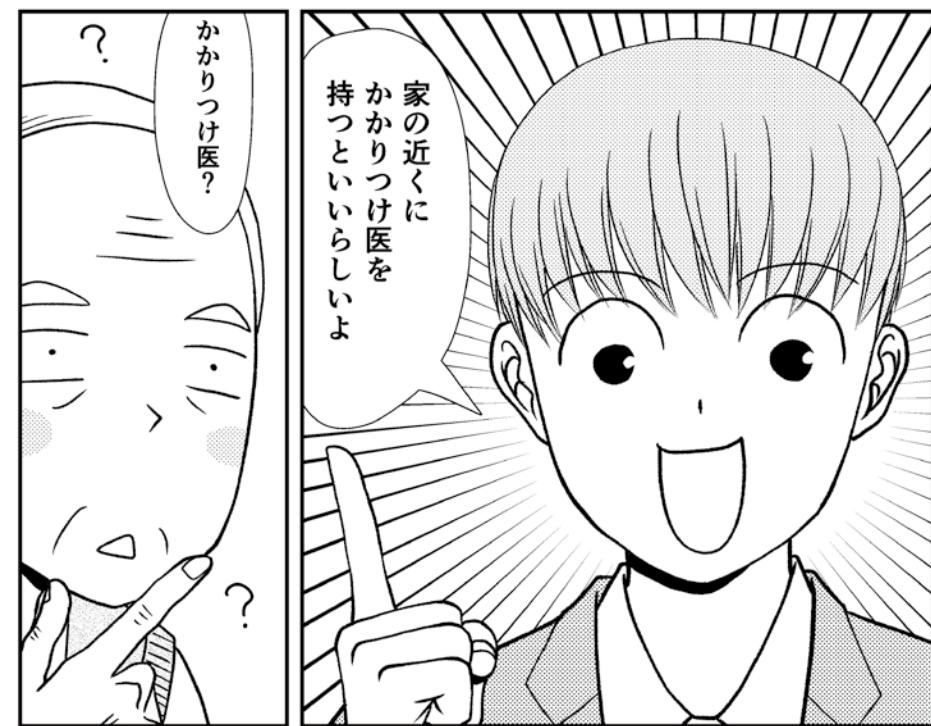
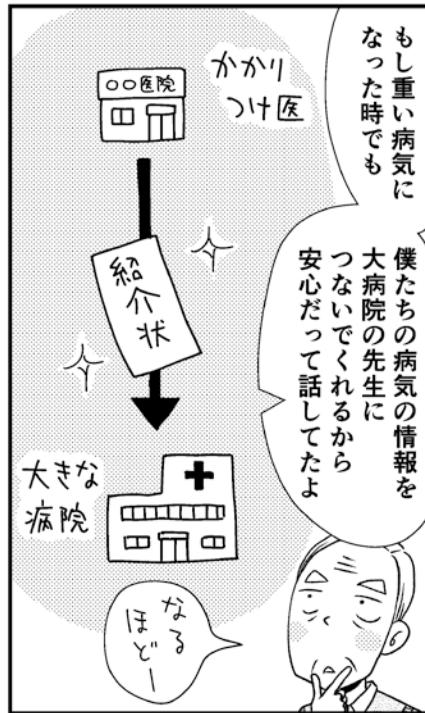
その後、119番通報、医療機関の検索や、受診するための移動手段の検索などを行うことができます。

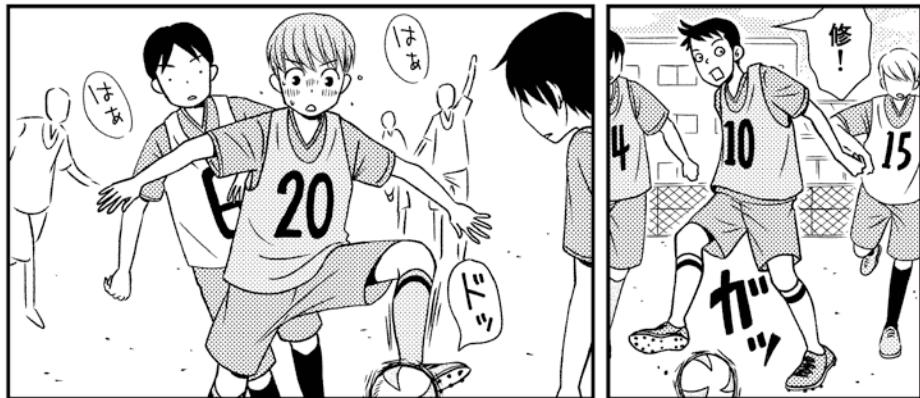
# かかりつけ医を持とう! 編















## ② かかりつけ医を持つ!

症状の程度に関わらず、すぐに大きな病院を利用ていませんか？風邪などの軽症の場合には、身近な開業医等=かかりつけ医に相談しましょう。かかりつけ医を持つことで、自分や家族の健康状態を把握してもらうことができます。かかりつけ医を探したい、近くの医療機関を探したいという方は、「医療情報ネット(ナビイ)」で検索してください。地域の休日当番医や、夜間診療所を探すこともできます。



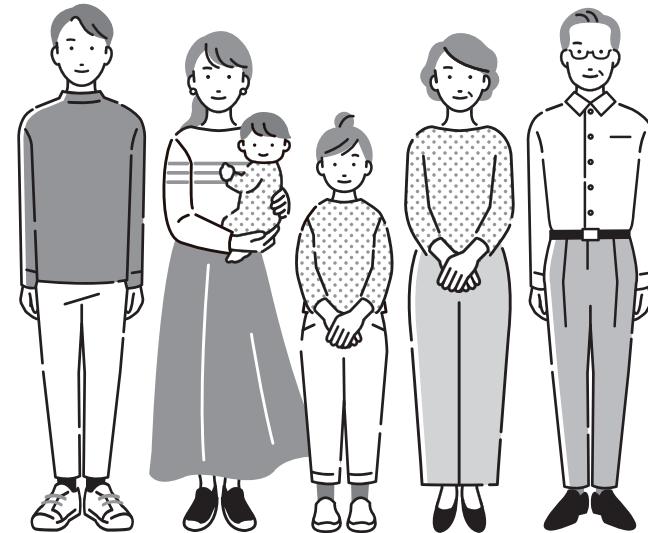
## ③ 日頃から健康維持を心がけよう!

健康でいきいき暮らすためには、若い頃からの生活習慣が大切です。喫煙や大量の飲酒、運動不足、塩分・糖分・脂質の摂り過ぎなど、不摂生な生活は病気になるリスクを高めてしまいます。また、健康診断を定期的に受けることも大切です。病気を予防することはもちろん、自覚症状のない病気を早期発見することで、早期治療を行うことができます。

日頃から食生活や適度な運動を心がけ、健康的に暮らす。それは、自分と家族の未来を守ることであり、ひいては地域医療を守ることにもつながります。



## ① オール岩手で医療を支える取り組みを推進中！



県民の皆さんのが安心して医療を受けられる環境を守るためにには、皆さん一人ひとりも「医療の担い手」であるという意識を持ち、地域医療を支えていくことが必要です。県では平成20年に、保健医療・産業・学校関係団体や行政などが一体となって、「県民みんなで支えるいわての地域医療推進会議」を設立。かかりつけ医の普及や適正受診の啓発など、オール岩手で医療を守る取り組みを進めています。県民の皆さんも、医療を支える大切なメンバー。ご協力をお願いします。

▶県民みんなで支えるいわての地域医療推進会議



あ ら す ジ

## [コンビニ受診をやめよう!]編

生まれたばかりの息子の子育てと仕事に忙しい、共働き夫婦の慎太郎と幸奈。

夜中に子どもが発熱するたびに救急病院を利用していたが、ある日慎太郎が急病に。

ところが救急病院は、軽症の患者で混み合い、なかなか診察してもらえない…。

痛みに苦しむ慎太郎は大丈夫なのか!?

## [かかりつけ医を持とう!]編

「病気の時は大病院が安心」と思い込んでいる権三じいちゃん。

体調を崩したため大病院に出かけたが、混雑で3時間以上も待たされるハメに…。

怒り心頭のじいちゃんだったが、「かかりつけ医」の話を聞いて興味津々。

「かかりつけ医」とは?病院の役割とは?



発行:岩手県医療政策室

協力:岩手県医師会

お問い合わせ先:岩手県保健福祉部医療政策室

TEL 019-629-5492