

健康について何でも気軽に相談できる 「かかりつけ医」を持ちましょう

●かかりつけ医とは

かかりつけ医とは、健康に関することを何でも相談できる身近な医師のことです。自分や家族の健康状態をよく知ってくれている医師がいて、いざというときに安心です。

《かかりつけ医を持つメリット》

①病気の早期発見・早期治療ができる

患者の体質や生活習慣を把握しているかかりつけ医は、ちょっとした体調の変化に気付きやすく、病気の予防や早期発見、治療につながります。

②日常の健康管理について相談できる

病状について相談したり、食事や運動など日常の健康管理のアドバイスをを受けたりできます。

③気軽に受診でき、素早く対応してくれる

大病院と比べて診察までの待ち時間が短く、受診の手続きも簡単です。

●必要に応じて専門の医療機関を紹介

専門的な検査や治療が必要な場合は、症状に応じて適切な専門医や医療機関を紹介してくれます。かかりつけ医からの紹介状や診療情報を持参することで、より早くて確実な対応ができます。

高度医療が中心の大病院は、医療費が高くなる傾向があります。軽い症状で大病院を受診することは、本当に高度医療が必要な人の治療の妨げになることもあります。医療費を無駄にしないためや地域の医療を守るためにも、かかりつけ医を見つけて上手に医療を活用しましょう。

《かかりつけ医に関するQ＆A》

Q. かかりつけ医は一人だけ？

A. 一人に決める必要はありません。自分が信頼できる医師を選びましょう。自宅や職場の近くの医療機関であれば気軽に通えます。

Q. 何科の病院を選べばいいの？

A. どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。体調不良のときに受診することが多い内科や、子どもがいる場合は小児科、女性は産婦人科を選ぶこともできます。

Q. 他にも上手に選ぶポイントはある？

A. 不安や疑問に分かりやすく答えてくれる、話しやすい医師を選ぶのがおすすめです。家族のかかりつけ医が同じであれば、自分だけでなく家族のことも相談できます。

●「かかりつけ医カード」を活用しよう

受診している病院や治療中の病気などを記入するカードです。携帯しておけば緊急で受診した際、すぐにかかりつけ医が分かるので、病院間の連携がスムーズにできます。保健センターで無料で配布しているので、気軽にお問い合わせください。



1月の健康カレンダー

●母子保健

乳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
25 (木)	午後1時～1時15分	内子保健センター	5年5月・6月生まれ

2歳Comeかむ教室（むし歯予防教室）

日	受付時間	場所	対象
23 (火)	午前9時30分～10時	内子保健センター	3年10月・11月生まれ

育児相談

日	受付時間	場所	対象
12 (金)	午前9時30分～11時	五十崎保健センター	乳幼児
17 (水)		内子保健センター	

【問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

1月の相談日・救急当番医

●年金1日相談

日時：18 (木) の午前10時～午後3時30分
場所：内子自治センター ※相談は予約制です。
予約・問い合わせ：松山西年金事務所
☎089(925)5110

●行政相談

日時：9 (火) の午前9時30分～正午
場所：町民会館／内子分庁／小田自治センター
問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6150

●心配ごと相談

日時：16 (火) の午前9時30分～正午
場所：内子分庁
※心配ごと相談は予約制です。前日までに電話でお申し込みください。
問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820

●大洲喜多休日夜間急患センター ☎0893(23)1156

診療科目	診療時間
内科	○昼間：午前9時～午後6時(日曜・祝日) ○夜間：午後7時～10時(平日、土・日曜日)

※12月30日(土)、1月1日(月)、2日(火)、3日(水)は午前9時～午後6時

●小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
1 (月)	みかんこどもクリニック(八幡浜市)	0894(20)8800
2 (火)	おおむら小児科(内子町)	0893(44)7117
3 (水)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
7 (日)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
8 (月)	おおむら小児科(内子町)	0893(44)7117
14 (日)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
21 (日)	守口小児科(八幡浜市)	0894(24)7770
28 (日)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710

※けがなどの外科治療は、救急病院をご利用ください。

●救急病院

曜日	病院名	電話番号
月・火	市立大洲病院	0893(24)2151
水	日中：加戸病院	0893(44)5500
	夜間：喜多医師会病院	0893(25)0535
木	日中：大洲記念病院	0893(25)2022
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211
金・土	大洲中央病院	0893(24)4551
日	日中：大洲中央病院	0893(24)4551
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211