



厚生労働省
「上手な医療のかかり方プロジェクト」
広報ツール活用事例

厚生労働省「上手な医療のかかり方プロジェクト」の趣旨にご賛同いただいた方に、ポスターや、動画、ロゴマークなどの広報ツールをダウンロードしてご利用頂くことができます。

各団体の皆様から発信される拡がりや、地域住民の皆様にとって上手な医療のかかり方を普及啓発していく上で重要なことと考えております。

事務局までお問い合わせをいただき、承認されましたらご活用することができます。

医療機関・自治体・企業・団体の皆様からの広報ツール活用事例をご参考くださいませ。

(1) ポスター活用事例

(1) ポスター活用事例

- 団体名：栗原市立栗原中央病院
- 媒体名：デジタルサイネージ(病院内)

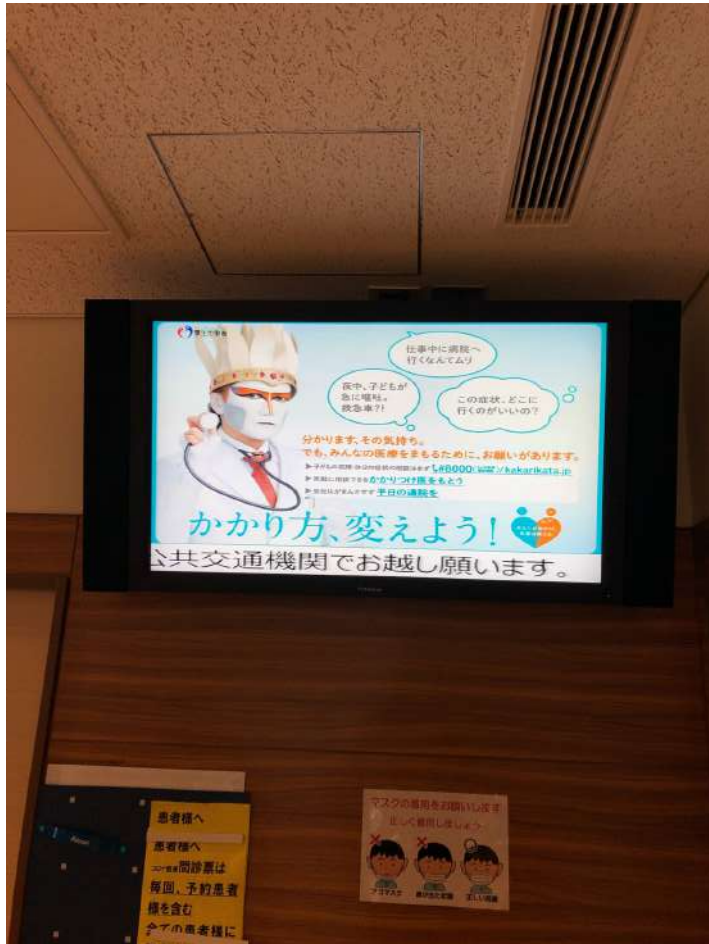


- 団体名：平塚市民病院
- 媒体名：デジタルサイネージ(病院内)



(1) ポスター活用事例

- 団体名：京都府立医科大学附属病院
- 媒体名：デジタルサイネージ (病院内)



- 団体名：枚方市国民健康保険課
- 媒体名：デジタルサイネージ(枚方市駅構内)

かきり方、変えよう!

みんなの医療をまもるために、
お願いがあります。

気候に相談
できる
かかりつけ医を
もちましよう

夜間や
休日診療は
重篤な急患の
ためにあります

時間外の
急病は
kakarikota.jp
もしくは☎7119

時間外の
子どもの症状は
☎8000まで

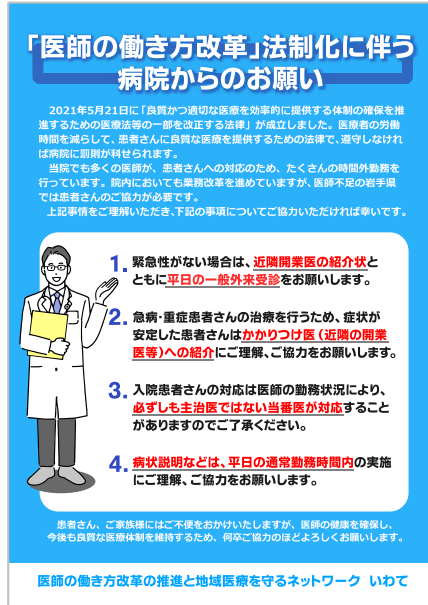
平日の日中、
お困りのことは、
利用されている
病院の「相談窓口」まで

上手なかかり方が、
あなたと医療を救う。

枚方市
Hirakata City

(1) ポスター活用事例

- 団体名：岩手県医師支援推進室
- 媒体名：ポスター掲示(病院内)



- 団体名：独立行政法人東京病院機構東京都立多摩総合医療センター
- 媒体名：ポスター掲示(病院内)



(1) ポスター活用事例

- 団体名：国立大学法人熊本大学 病院事務部
- 媒体名：ポスター掲示(病院内)



Kumamoto University

病院からのお願い

～提供する医療の質や安全を確保するために～

病状説明等は、原則として
平日の診療時間内

とさせていただきます。

医療スタッフの健康と医療安全を守るため、患者・ご家族の皆様のご理解とご協力をお願いします。

熊本大学病院長



- 団体名：島根県医療政策課
- 媒体名：WEBサイト・広報誌

Information

上手な医療のかかり方

現在の医療は、医師をはじめ医療従事者の長時間労働に支えられている面があります。令和6年4月からは、医師の時間外労働に上限規制が適用されます。みんなが安心して医療を受けられるために、「上手な医療のかかり方」を実践しましょう。

島根県子ども医療電話相談（#8000）
休日・夜間の子どもの急病には、まず子ども医療電話相談「#8000」の利用をご検討ください。

相談時間 平日19:00～翌朝9:00
土日祝日9:00～翌朝9:00

※相談は無料ですが、通話料は利用者の負担になります。

「かかりつけ医」を持ちましょう！
複数の病院で同じ検査を受けたり、大きな病院で長く待たれたことはありませんか？「かかりつけ医」がいると気軽に相談ができ、食事などの日常の健康管理のアドバイスもしてもらえます。普段の健康状態がわかるため、緊急時にも適切で素早い対応が可能です。

また、別の病院にかかる時、「かかりつけ医」の紹介状があるとスムーズに医療を受けることができます。

みんなで島根の医療を守りましょう。

厚生労働省「上手な医療のかかり方プロジェクト」ポスター

■ 問い合わせ先／医療政策課 TEL 0852-22-5688

島根県内で薬剤師として働きたい方へ奨学金の返還を助成します

県内の登録を受けた医療機関・薬局に就業を希望する「薬学部在学学生」または「既卒の薬剤師」を対象に、就業期間中の奨学金の返還を助成します。

- 助成額 月額上限2万円（最長12年間、最大288万円）
- 応募要件など、詳しくはホームページでご確認ください。

島根県 薬剤師奨学金 検索

■ 問い合わせ先／薬事衛生課 TEL 0852-22-6697

新型コロナウイルス感染症の後遺症に関する相談・受診について

治療や療養が終わった後、体調に不安がある場合は、かかりつけ医等の身近な医療機関に相談・受診できます。受診を希望される方は、必ず事前に電話で次のことを伝えましょう。

- 新型コロナウイルス感染症で入院または療養していたこと
- 入院または療養の期間
- 気になる症状、症状が継続している期間

相談先に迷う場合は、フォロアアップセンターまたは「健康相談コールセンター」でも相談先をご案内します。

【しまね新型コロナウイルス感染症「健康相談コールセンター」】

松江保健所	松江市、安来市	0852-33-7638
雲南保健所	雲南市、奥出雲町、飯南町	0854-47-7777
出雲保健所	出雲市	0853-24-7017
県央保健所	大田市、川本町、美郷町、吾南町	0854-84-9810
浜田保健所	浜田市、江津市	0855-29-5967
益田保健所	益田市、津和野町、吉賀町	0856-25-7011
隠岐保健所	海士町、西ノ島町、知夫村、隠岐の島町	08512-2-9900

■ 問い合わせ先／感染症対策室
TEL 0852-22-5254

家族でいっしょに絵本を楽しんだ記憶は一生のたからもの

島根県子ども読書活動推進会議では、絵本の読み聞かせの記録手帖「しまね絵本ダイアリー」を作成しています。読んだ日付や絵本の題名、お子さんの反応もひとこと添えて、ダイアリーに記録を残してみませんか？お子さんが大きくなったとき、かけがえのない絆（きずな）の証になるでしょう。

しまね絵本ダイアリーのダウンロードはこちらから家庭で印刷して使うことができます

■ 問い合わせ先／県立図書館・子ども読書支援係 TEL 0852-22-6077

(1) ポスター活用事例

- 団体名：川崎市
- 媒体名：WEBサイト「川崎市ホームページ」

川崎市 KAWASAKI CITY

トップ | 暮らし・手続き | お知らせイベント・募集 | 市の施設 | 川崎の魅力みどころ | 事業者就職支援情報 | 市政情報

現在位置：トップページ > 暮らし・手続き > 緊急情報・日頃の備え > 救急医療 > 医師の働き方改革・上手な医療のかかり方

医師の働き方改革・上手な医療のかかり方

ウェブサイトへのリンクは横ワインドウで開きます。 | 2023年3月1日 | コンテンツ番号149470

医師の働き方改革・上手な医療のかかり方

厚生労働省では「上手な医療のかかり方」に関する情報を発信しています。
上手な医療のかかり方【厚生労働省Webページ】 [外部リンク](#)

かかり方、変えよう！

夜中、子どもが急に嘔吐。緊急室？！

この症状、どこに行くのがいいの？

分かります、その気持ち。でも、みんなの医療をまもるために、お願いがあります。

※ 子どもの嘔吐・発熱の症状は「044-200-3939」へ相談してください。

※ 夜間に嘔吐する場合は「かかりつけ医をもとに」

※ 嘔吐が止まらずに「翌日の連絡を」

【厚生労働省「上手な医療のかかり方プロジェクト」ポスター】

医師の働き方改革

医師は、医療提供者である前に、一人の人間であり、長時間労働による健康への影響が懸念されています。一人ひとりの医師の健康確保のため、また、提供する医療の質を確保する観点からも、医師が疲弊せずに働けることが重要となっています。

令和6年度（2024年度）以降は、時間外・休日労働時間の上限規制がなかった医師にも、一般労働者と同程度である960時間を上限として適用されるようになり、医療の現場は医療従事者の努力だけではもたない時代になっていきます。

上手な医療のかかり方

たとえば、少し具合が悪いと感じた時、近いからと行って大きな病院に紹介状もなしにかかれば、診療料のほか特別料金がかかります。大きな病院ですから予約で来ている方も多く、待合時間もその分、長くなります。また、夜間の救急外来にかかるとなれば少ないスタッフで運営している医療機関の負担も増します。

上手な医療のかかり方をすることで、金銭的負担、時間的負担、そして医療機関の負担も軽減されます。

救急医療

- 救急医療情報センター・かわさきのお医者さん・救急医療機関
- 年末年始急患医療相談
- 医師の働き方改革・上手な医療のかかり方
- かかりつけ医を持ちましょう！
- 自動車体外除細動器（AED）について
- 川崎市Medical Guide
- かながわ小児救急ダイヤル
- サージカルマスク着付への感謝状贈呈式を行いました。
- 川崎市救急受診ガイド

ワンコールでつながる
044-200-3939
(夜間に関するお問合せへご対応)

よくある質問 (FAQ)

A!チャットボットに聞く

(検索リンク)

電子申請

ネット窓口からまたは
オンラインで手続きがわかるように
メニューあり！

市役所

- 市役所案内
- 行政サービスコーナー

区のホームページ

- 川崎区
- 幸区
- 中原区
- 高津区
- 宮前区
- 多摩区
- 麻生区

- 団体名：群馬県
- 媒体名：WEBサイト「群馬県ホームページ」

群馬県

群馬県ホームページ

群馬県庁 〒371-8570 群馬県大前町1-1-1
電話番号 (TEL) 027-223-1111 法人番号 7000020100005

上手な医療のかかり方 へかかり方、変えよう！

上手な医療のかかり方 へかかり方、変えよう！

医師の働き方改革・上手な医療のかかり方プロジェクト (外部リンク) に登録しました。

医師、診療にかかるとすべての国民の健康をまもるため、日課を回す医師、医療従事者をまもるために、「上手な医療のかかり方」を知り、考え、行動することが大切です。

生活者の皆様、医療関係者、関係企業、自治体などをはじめとした医療の現場を渡る「すべての人」とともに、厚生労働省が中心となって「上手な医療のかかり方」プロジェクトを推進しています。

詳しくは、このホームページから「上手な医療のかかり方」プロジェクト(外部リンク「厚生労働省」)をクリックしてください。

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医って？

日ごとの健康習慣や体の変化などを察知し察知したり、初期の対応をしてくれる、身近なお医者さん (かかりつけ医) のことです。

かかりつけ医を持つメリットって？

以下のようなメリットがあります。

- 入院や検査などが必要な場合、適切な病院や診療科などを紹介してスムーズ
- 病気・病状、健康状態、体質や生活習慣なども把握しているため、もしもの時も最善の対応をしてくれる
- 日々の健康習慣や食事などの相談に応じたり、アドバイスもしてもらえます

情報の身近にある診療所 (医師) を探しましょう！

自宅や職場の近くなどで、自分に合ったかかりつけとなる診療所 (内科・婦科) や薬局を探す際には、「群馬県総合医療システム」(外部リンク) もご利用いただけます。

平日の通院を

できるだけ診療体制の整った平日通院に受診しましょう。

夜間や休日の診療科数は、あくまでも緊急の対応です。できるだけ診療科の多い平日通院に受診し、体調がすぐれないときは、早めに受診しましょう。また、事業主の方は、従業員の方が受診できるよう、関係機関にご依頼します。

子どもの夜間・休日の症状の相談はまず#(シャープ) 8000に

子どもの健康相談電話 (#(シャープ) 8000) ロボットに相談ください。

このページについてのお問い合わせ

健康福祉政策課
〒371-8570 群馬県大前町1-1-1
電話 027-226-2636
FAX 027-223-0631
E-mail: maeda@pref.gunma.jp
E-mail: maeda@pref.gunma.jp
送付メール対応のため、メールアドレスの一部 (@pref.gunma.jp) を省略しております。

群馬県ホームページについて | 問い合わせの提案 | サイトマップ | 県庁舎のご案内 | 県へのお問い合わせ一覧

(1) ポスター活用事例

- 団体名：静岡県庁
- 媒体名：静岡県病院協会会報

いよいよ始まります!!～医師の働き方改革～

令和6年4月からの医師の時間外労働上限規制適用まで、いよいよ2年となります。医師の時間外・休日労働の上限は原則年960時間以下（A水準）となり、地域医療提供体制確保の観点からやむを得ず勤務医の時間外労働の上限を超えざるを得ない場合等には年1,860時間以下（連携B、B、C-1、C-2水準）となります。例外的に長時間労働が認められる連携B、B、C-1、C-2水準の医療機関となるためには、医師労働時間短縮計画案を作成した上で、令和4年度から評価センターによる評価を受審する必要があり、上限規制開始への対応は急務です。

県は病院協会に委託する「ふじのくに医療勤務環境改善支援センター」の取組等を通じた支援を強化していきます。（センター問合せ先：電話 054-252-6326、ホームページ<https://www.fujinokuni-kinkai.jp/>。QRコードからアクセスできます）



(2) 動画の活用事例

(2) 動画の活用事例

- 団体名：仙台市立病院
- 媒体名：デジタルサイネージ(病院内)

- 団体名：独立行政法人東京病院機構東京都立多摩総合医療センター
- 媒体名：デジタルサイネージ(病院内)



(2) 動画の活用事例

- 団体名：和歌山県福祉保健部健康局医務課
- 媒体名：テレビ和歌山30秒CMにて放映



- 団体名：和歌山県福祉保健部健康局医務課
- 媒体名：イベントでの活用



(3) 「かかりつけ医」をお持ちませんか？サインPOP 活用事例

(3) 「かかりつけ医」を持ちませんか？サインPOP活用事例

- 団体名：福岡県
- 媒体名：イベントでの活用



- 団体名：宮城県
- 媒体名：イベントでの活用



(4) プロジェクトロゴ・WEBサイト内コンテンツ 活用事例

(4) プロジェクトロゴ・WEBサイト内コンテンツ活用事例

- 団体名：全国健康保険協会東京支部
- 媒体名：育児情報誌「お医者さんにかかるまで」



「上手な医療のかかり方」は健康保険制度を守ります！

私たちが医療のかかり方を少し変えるだけで、医療費の節約につながります。また、私たちの健康を日々守る医療従事者の方の健康を守ることもつながります。私たちの「上手な医療のかかり方」が、他の医療の大切な人を救うかもしれません。

Q1. 不安定な大きな病院にかかっていますか？

A かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

大きな病院は医療行為が高度な方が多くあります。日常の病や軽症を診察するために大きな病院に行くのは、医師の人手がかかりすぎ、かかりつけ薬局もありません。ご自身のための思いやりも、適切なかかりつけ医や、医師をしてもらうことで実現しやすくなるかもしれません。



Q2. 予約の多い病院や休日診療に行かれていますか？

A コンビニ受診は控えましょう

コンビニ受診は、緊急時以外、平日で朝や夜間、夜間に診療を受けられます。予約の多い病院や休日診療に行かずに済む可能性があります。しかし、平日や夜間診療の多い病院は、医師の人手がかかりすぎ、適切な医療を受けられない可能性があります。また、医師の負担も大きくなります。また、医師の負担も大きくなります。また、医師の負担も大きくなります。



Q3. 電車が止まったら、自宅を留守にしていますか？

A まずは冷静に、状況を確認しましょう

もしも、電車が止まるとしたら、まずは冷静に状況を把握してください。また、困ったときは、119番に電話してください。また、困ったときは、119番に電話してください。また、困ったときは、119番に電話してください。



「上手な医療のかかり方」が、あなたを救う。

体の不調があったとき、病院に行かない、我慢することはありません。「上手な医療のかかり方」を実践して重症化する前に医療機関を受診しましょう。

- 団体名：和歌山県福祉保健部健康局医務課
- 媒体名：クリアファイル

みんなの医療を守るために、 お願いがあります。

病院・診療所にかかるすべての方の健康をまもるため、日夜を尽くす医師・医療従事者をまもるために、「上手な医療のかかり方」を知り、考え、行動することが大切だと考えます。あなたやあなたの大事な人がもしものときも、安心して医療を受けられ、みんなの医療がまもられていくために。



在宅医療 自分らしく生きるため



和歌山県医務課 検索

(4) プロジェクトロゴ・WEBサイト内コンテンツ活用事例

- 団体名：天理よろづ相談所病院
- 媒体名：チラシ・ポスター・ホームページに掲載

- 団体名：盛岡市保健推進員協議会（事務局：盛岡市保健所企画総務課）
- 媒体名：ポケットティッシュ チラシとして活用

みなさまの
健康を守るため
ご理解とご協力をお願いたします




救急車の受け入れを積極的に行っています

当院は高度・専門医療において、奈良県の救急医療に力を尽くしています。

紹介状を持たずに直接来院された初診の方は、「選定療養費」の対象となります

選定療養費とは、初期の診療は地域のクリニック・診療所で行い、高度・専門医療は大きな病院で行うことにより、限られた医療資源の有効活用や大病院の混雑緩和等を目的として設けられた国の制度です。
紹介状がない場合は診療費とは別に、選定療養費として5,000円（税込）のお支払いが必要となります。

厚生労働省は、医療を守るために「上手な医療のかかり方」を推奨しています

 上手な医療のかかり方の例

- ① かかりつけ医をもち、できるだけ平日の日に受診する。
- ② 体調に不安がある場合は、まずは地域の診療所や休日夜間応急診療所への受診を検討する。
- ③ 他院に通院中の方が病院を受診する際には、紹介状[※]を持参する。
※紹介状をお持ちの方は選定療養費の対象外となるほか、医療情報を当院とかかりつけ医との間で共有することで、適切な医療に繋がることができます



かかり方、変えよう!

“上手な医療のかかり方”に関する情報を発信していく厚生労働省の公式ウェブサイトです



奈良県内で受診可能な診療所や休日夜間応急診療所を検索できます

天理よろづ相談所病院

もしかして、
控えてませんか？

- かかりつけ医への相談
- 乳幼児健診・予防接種
- 生活習慣病の健診・受診
- がん検診

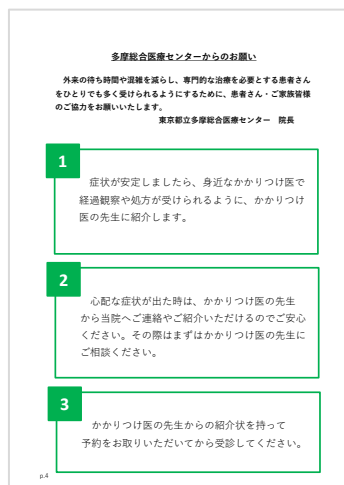


乳幼児の予防接種を遅らせると、免疫がつかのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。
また、生活習慣病やがんの早期発見には、定期的な健診と適切な受診が重要です。健康が気になる今だからこそ、かかりつけ医に早めに相談し、健診は予定どおり受けましょう。



(4) プロジェクトロゴ・WEBサイト内コンテンツ活用事例

- 団体名：東京都立多摩総合医療センター
- 媒体名：患者さん説明用リーフレット





上手なかかり方が、
あなたと医療を救う。