



電話相談

突然の病気やけがで、すぐに医療機関を受診した方がよいか、救急車を呼んだ方がよいか迷ったときは、お電話ください。医療スタッフが症状を伺い、受診の必要性や、受診できる医療機関をご案内します。また、自宅で経過観察をする際の注意点も相談できます。

大人の病気やけがの時は

#7119

相談時間:24時間365日
(短縮ダイヤルが使えないとき022-706-7119)



子どもの病気やけがの時は

#8000

相談時間:毎日19:00~翌8:00
相談対象:概ね15歳未満のお子さん
(短縮ダイヤルが使えないとき022-212-9390)



緊急、重症のときは迷わず119番へ

緊急時の連絡先

かかりつけ医

診療所・病院名

診療科

TEL

かかりつけ薬局

薬局名

TEL

家族・親戚などの連絡先

氏名 関係

TEL

家族・親戚などの連絡先

氏名 関係

TEL

医療機関・薬局の探し方

厚生労働省の医療情報ネット(ナビイ)では、診療日や診療科目、治療内容などからお近くの医療機関・薬局を調べることができます。



日頃から健康管理を行いましょ

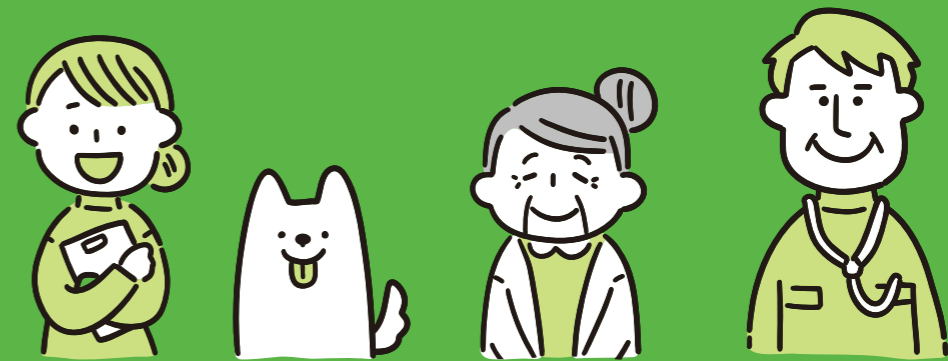
市民一人ひとりが自覚して、健康的な生活を送ることが大切です。ご自身のお身体のセルフチェックや定期的な健康診断などにより、健康状態を知り、健康管理を心がけましょ。

- ✓ 栄養バランスの良い食事や、十分な休養を心がけましょ。
- ✓ 歯と口の健康維持に取り組みましょ。
- ✓ 習慣的な運動を心がけましょ。
- ✓ 定期的に健康診断などを受診し、生活習慣の見直しを行いましょ。

発行

仙台市健康福祉局保健衛生部医療政策課
〒980-8671 仙台市青葉区国分町3丁目7-1

令和8年3月発行



上手な

医療のかかり方



あなたのかかりつけ医を持ちましょ!

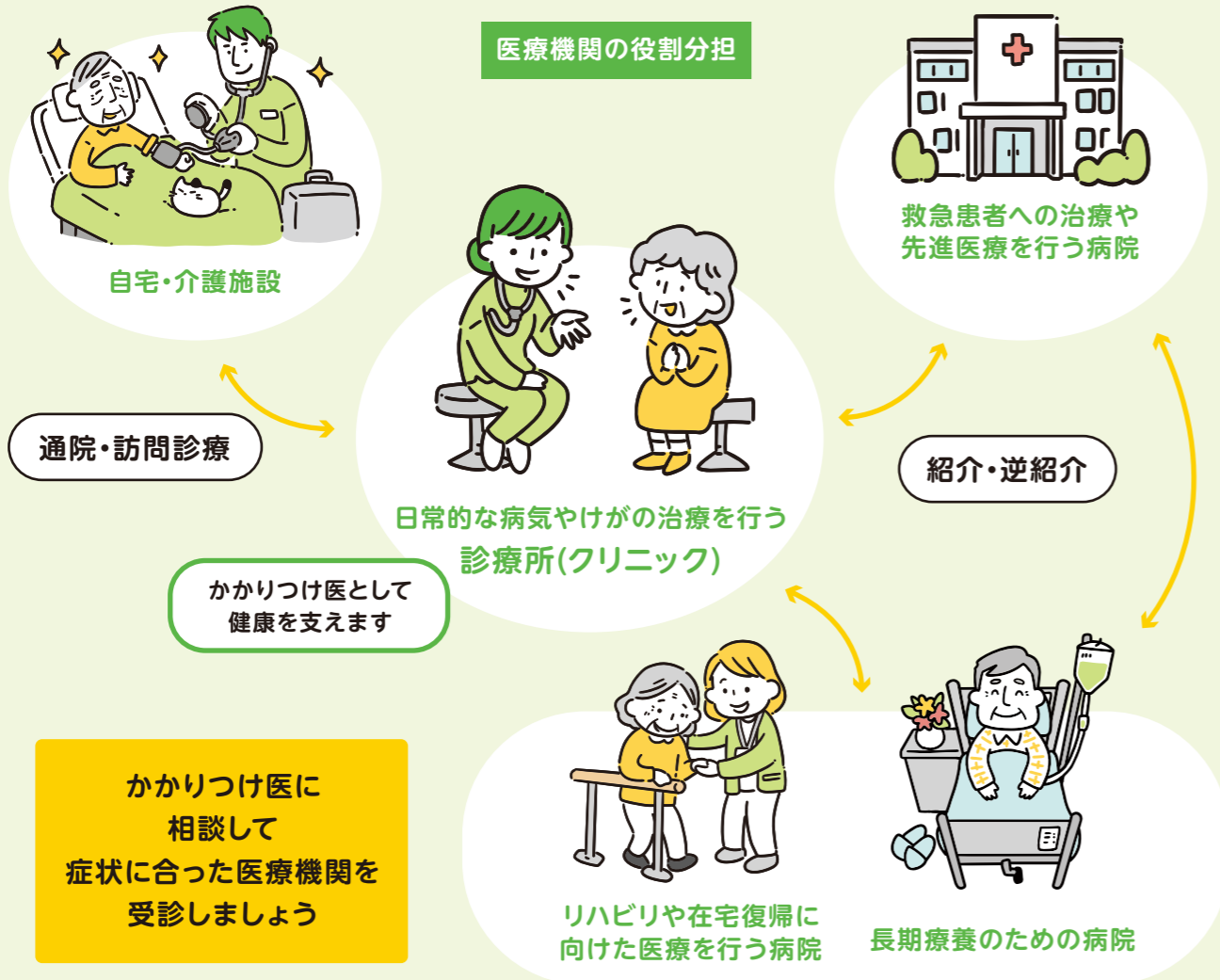
- ✓ 体調の不安を気軽に相談できる
- ✓ 病気になったときに、
体質やこれまでの病歴を踏まえて診てもらえる
- ✓ 必要な時には、専門の医師や医療機関を紹介してくれる

仙台市

知っておきたい医療のこと

医療機関は役割分担をして地域の医療を支えています

私たちの身のまわりには、診療所から大きな病院まで、いろいろな医療機関があり、それぞれが得意とする役割を分担し、連携することで、地域の医療を支えています。一方で、医療機関や医師・看護師など医療を支える人材には限りがあり、そのなかで、私たちが必要なときに必要な医療を安心して受け続けられるようにするためには、一人ひとりが医療機関の役割を理解し、上手に利用することが大切です。



Q 上手に医療機関にかかると、どうなるの？

A 大きな病院は重い病気や深刻なけがなどにより高度かつ専門的な医療を必要とする患者さんに対応しています。例えば「近いから」といった理由だけで受診してしまうと、本来優先すべき手術や入院が必要な患者への対応が遅れてしまうことがあります。また、大きな病院に患者が集中すると、①待ち時間が長くなる、②医師や看護師の負担が増える、③その結果として、質の高い医療を効率よく提供しにくくなるといった課題が生じてしまいます。必要な医療を必要な人に届けるためにも、身近な病気やけがは診療所(クリニック)へ、専門的な治療が必要などときには病院へ、というように、医療機関の役割に合わせて上手に受診することが大切です。

※紹介状を持たずに大きな病院を受診した場合には、初診料等の診療費とは別に、「選定療養費」として負担が生じる場合があります。

普段できること その1

かかりつけ医を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、健康に関することを何でも相談でき、必要なときは専門の医療機関を紹介してくれる「身近で頼りになる医師」のことです。どの世代にとっても健康を支えてくれる頼もしい存在です。

- ✔ 体調の不安を気軽に相談できる
- ✔ 病気になったときに、体質やこれまでの病歴を踏まえて診てもらえる
- ✔ 必要な時には、専門の医師や医療機関を紹介してくれる

Q かかりつけ医を選ぶときのポイントは？

A 病状をきちんと説明してくれることや、自宅や勤務先からの通いやすさも考えて、かかりつけ医を探しましょう。

医療機関・薬局の探し方

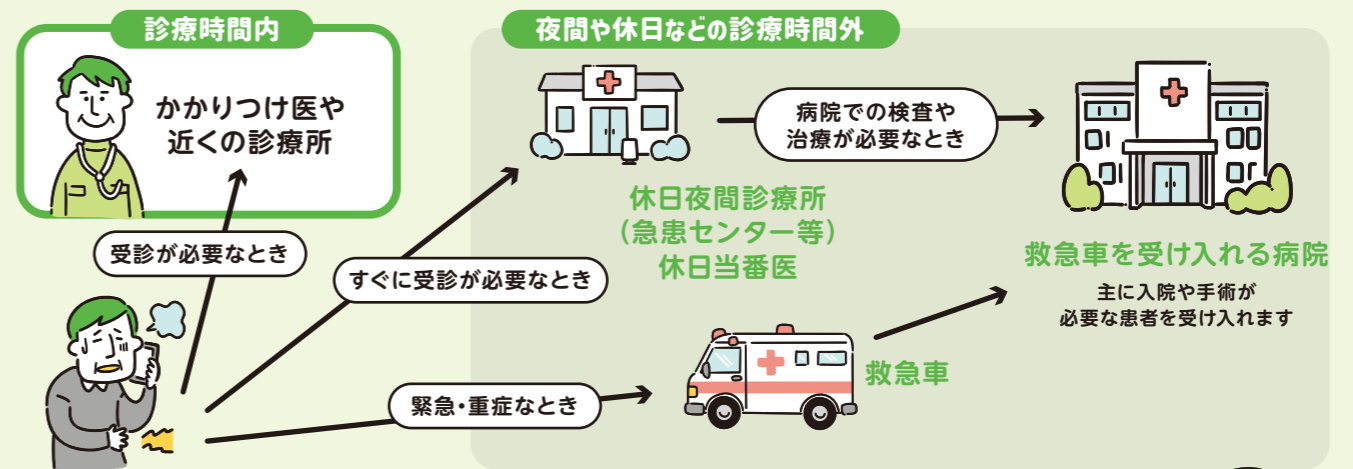
厚生労働省の医療情報ネット(ナビイ)では、診療日や診療科目、治療内容などからお近くの医療機関・薬局を調べることができます。



普段できること その2

診療時間内に受診しましょう

仙台市では、夜間や休日でも市民の皆さまが必要な医療を受けられるよう、多くの医療関係者にご協力いただきながら、救急医療体制を整えています。しかし、夜間や休日は日中に比べて医療スタッフが限られるため、緊急性の高い方へ確実に医療を届けるには、市民の皆さまの協力が欠かせません。体調が気になるときはできるだけ診療時間内に、かかりつけ医や近くの診療所(クリニック)を受診することが大切です。



Q すぐに受診が必要なのか、緊急度が高いのか、自分では判断できません

A そんなときは電話相談をご利用ください。おとな救急電話相談#7119や、宮城県こども夜間安心コール#8000では、受診の必要性や緊急性を医療スタッフに相談できます。→詳しくは裏面へ



地域医療をみんなで支えるためにも、上手に医療機関にかかりましょう。