

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。日日時期間 場所 対象 内容 定員 料金 持ち物 備考
申込方法 申込先 問い合わせ先 電話 FAX アドレス 電子メール HP ホームページ



救急医療は みんなの大切な 資源です

市民の皆さんへお願い

- コンビニ受診(緊急性のない軽症患者の救急医療機関の利用)をなくすようご協力をお願いします。
- かかりつけ医を持ちましょう！
- 救急車の適時・適切な利用をお願いします。

こんな症状・
こんな
ときには
すぐに
119番！

- 突然の激しい頭痛や高熱
 - 急な息切れ、呼吸困難
 - 視野が欠ける
 - 突然、胸や背中に激痛がする等
- 救急車の要請(119番通報)を控えることが「救急車の適切な利用」ではありません。緊急・危険な状態の場合など、迷わずいち早く通報することも「救急車の適切利用」です。



▲市HP

■救急医療を受診するかどうか迷ったら

休日や夜間に受診するか迷ったときは、救急相談を利用しましょう。ただし、重症・緊急と判断したときは、落ち着いて直ちに救急車(☎119)を呼んでください。休日当番医は、31頁をご確認ください。

電話による救急相談・医療機関案内

- 救急相談センター(☎7119)
24時間365日対応
☎7119か☎082-246-2000
- こども医療電話相談(☎8000)
19:00～翌8:00
(土日祝・年末年始は17:00～翌8:00)
☎8000か☎082-555-8870



▲☎7119・☎8000

インターネットによる救急相談

- 全国版救急受診アプリ「Q助」
症状を選択していくと、緊急度や対応が表示されます。
 - こどもの救急(生後1カ月～6歳児)
休日や夜間の診療時間外に医療機関を受診するかの判断の目安を提供しています。
- http://kodomo-qq.jp



▲Q助(総務省 消防庁)

■尾道市立夜間救急診療所

(門田町22-5)(☎0848-38-9099)
診療時間 20:00～23:00(毎日) 診療科 内科・外科
夜間に、比較的軽症の救急患者を診察するための診療所です。
詳しくは32頁をご覧ください。
健康推進課(☎0848-24-1961)



元気はつらつ!!健康づくりセミナー あなたの血管は大丈夫? 動脈硬化の怖さと生活習慣について

動脈硬化が引き起こす病気や予防のための生活習慣について学んでみませんか。日ごろ、人間ドックに携わる医師より健診結果のポイントもお伝えします。

日 6月4日(水) 13:30～15:00
場 御調保健福祉センター
対 概ね40～74歳までの市民
講 師 尾畑昇悟(公立みつぎ総合病院 健康管理部長)、管理栄養士、歯科衛生士
定 30人
締 5月29日(木)
申 間 御調保健福祉センター
(☎0848-76-2235)



尾畑昇悟
(医師、健康管理部長)

まめまめ通信④ おのみち健康チャレンジ+10

プラス10分ウォーキング、下肢の筋トレ、朝食でたんぱく質を摂取、体重測定でポイントを貯めて、健康な身体と抽選でJCBギフトカードも獲得できる「おのみち健康チャレンジ+10」に参加してみませんか？

- チャレンジ期間:期間中～11月30日(日) 締 7月31日(木)
- 対 市民か市内に通学・通勤する人(18歳以上)



▲電子申請

1. 申し込む
総合福祉センター・各支所にある申込書を持参か郵送、または電子申請・電話・FAXで
 2. 健康チャレンジ・記録する
チャレンジ項目に応じたポイントを「健康チャレンジノート(申込時にお渡し)」に記録する。
 3. 提出する
期間中1,000ポイント以上貯めてノート巻末の用紙を提出する。
 4. 抽選で総勢650人にJCBギフトカードが当たる！
抽選会(見学自由) 日 12月24日(水)
・3,000ポイント以上 → JCBギフトカード5,000円分(50人)
・2,000ポイント以上 → JCBギフトカード3,000円分(100人)
・1,000ポイント以上 → JCBギフトカード1,000円分(500人)
- 健康推進課(☎0848-24-1962・☎0848-24-1966)



こんにちは 今月は、 みつぎ総合病院です

公立みつぎ総合病院とその関連施設では、地域の皆さんが「健康」で「安心」して過ごせるよう、専門的で高度な医療と併せて地域住民の健康づくりからリハビリテーション、在宅ケア、福祉・介護を含む包括的な医療促進に向けて取り組んでいます。

地域包括ケア連携室では、患者様の受診や入院、また必要に応じて転院などできるように、医療機関や介護施設をはじめ行政や福祉を繋ぐ役割を担っています。

また、総合相談窓口を設置し、次のような様々なお困りごとに対応しています。お気軽にご相談ください。

- ・当院への受診や入院
- ・社会的・経済的な不安のある人の相談
- ・退院後の自宅での介護保険サービスや施設入所
- ・在宅介護
- ・当院や他院からの転院
- ・セカンドオピニオン
- ・認知症
- ・高次脳機能障害
- ・医療安全 など

地域包括ケア連携室の ご紹介



公立みつぎ総合病院 地域包括ケア連携室
(☎0848-76-1111代)