

上手に医療にかかるために 知っておきたいこと



1 医療体制の変化

具体的に何が変わるの？ P2

どう受診すればいいの？ P2

2 かかりつけ医

どうしたら見つかるの？ P3

大きな病院の先生が安心かしら？ P3

3 紹介受診重点医療機関

紹介受診重点医療機関とは？ P5

紹介状を用いた受診の流れ P5

本制度により期待される効果 P5

4 入院医療



なぜ、途中で転院するの？ P6

5 休日・夜間の受診

軽い症状でもつらい場合は？ P7

様子がおかしい。救急車？ P7

6 救急医療相談・急患診療所等の連絡先

にいがた医療情報ねっと P8

救急医療電話相談 P8

AI救急相談アプリ P8

休日夜間急患診療所 P8



「上手な医療のかかり方」を心がけることは、自分にとっても安心して必要な医療機関を受診できる環境を作るとともに、地域の医療を守り、支えることにもつながります。

ぜひ今日から「上手な医療のかかり方」を実践して、かかり方上手になりましょう！



▶ 1 医療体制の変化 ~知っておきたいこと~

- 少子高齢化による医療ニーズの変化に対応するため、医療体制は変わっていきます。
- 無理のない働き方を推進するためにも医療に負担をかけすぎないよう皆が心がけることが大切です。



Q1:具体的に何が変わるの？

A

人口減少が進む中で75歳以上の後期高齢者の割合が増加する見込みです。人口構造が変化すると必要な医療も変わります。高齢者に多い肺炎や骨折などに対応できる医療体制が必要です。

医療従事者の長時間労働による健康への影響が懸念されています。令和6年度から医師の労働時間に上限が設けられ、以前までのようにずっと働くことができなくなります。

医療従事者の健康を守ることは、地域の医療の維持につながります。

これらの課題に対応するため、各医療機関の役割分担と連携を進めることで、必要な医療を提供していきます。



Q2:私たちはどう受診すればいいの？

A

最初から直接大きな病院に行くのではなく、日頃から相談できるかかりつけ医を持ちましょう。

救急車や夜間の救急外来は本当に必要な人のために適正に利用しましょう。

ぜひ今日から「上手な医療のかかり方」を実践して、かかり方上手になりましょう！

▶ 2 「かかりつけ医」

上手に医療にかかるために、
自分の「かかりつけ医」を持ちましょう

- 「かかりつけ医」は、あなたの健康や病気のことについて気軽に何でも相談でき、信頼できる身近な医師のことです。
- 普段受診している医療機関から「かかりつけ医」を見つけて、いつもと体の調子が違うと感じたら、相談しましょう。



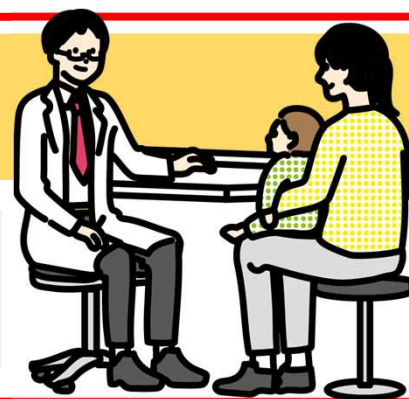
Q1: 「かかりつけ医」は、どうしたら見つかるの？

A

予防接種やちょっとした病気や怪我などの機会に身近な医療機関に行くことで「かかりつけ医」を見つけるきっかけにもなります。

身近な医療機関を探ることができる医療情報ネット（参照）を活用することも一つの方法です。

Q2: 子どもの具合が悪い！
大きな病院の先生が安心かしら？



大病院にかかりつけ医の紹介状をなしに受診すると、特別の料金が発生します。

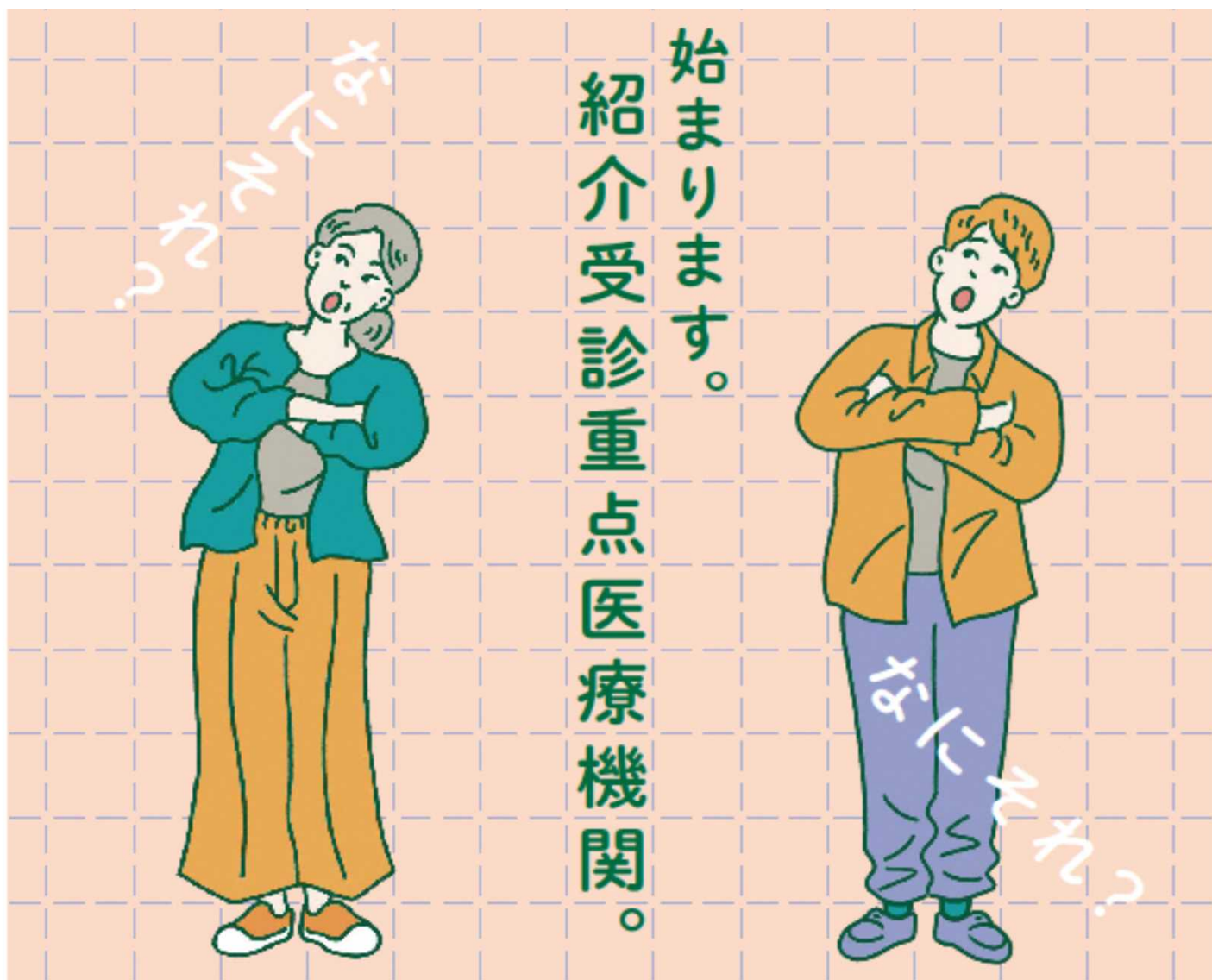
A

各医療機関において、医療機能に応じた役割分担をし、連携して地域の医療を支えています。

最初から直接大きな病院に行くのではなく、かかりつけ医と相談して適切な医療機関を紹介してもらいましょう。

より効果的な治療が期待できます。

▶ 3 紹介受診重点医療機関(2023年からの新制度)



それは、かかりつけ医からの紹介状を持って
受診いただくことに重点をおいた医療機関です。

- この制度により、医療機関の混雑緩和や、スムーズな受診につながります。
- 紹介状がなく来院された場合は、一部負担金(3割負担等)とは別に、「特別の料金」がかかる場合があります。

上手な/
医療の
かかり方

症状

▶
かかりつけ医

▶
紹介状を持って
「紹介受診重点医療機関」へ

2023年新制度スタート

▶ 3 紹介受診重点医療機関(2023年からの新制度)

1 「紹介受診重点医療機関」とは？

- 一部の医療機関に患者が集中し、そこで働く医療従事者の負担や外来の待ち時間などが増加し、課題となっています。
- 大きな病院に負担をかけることなく円滑に受診することができるよう、本制度ができました。

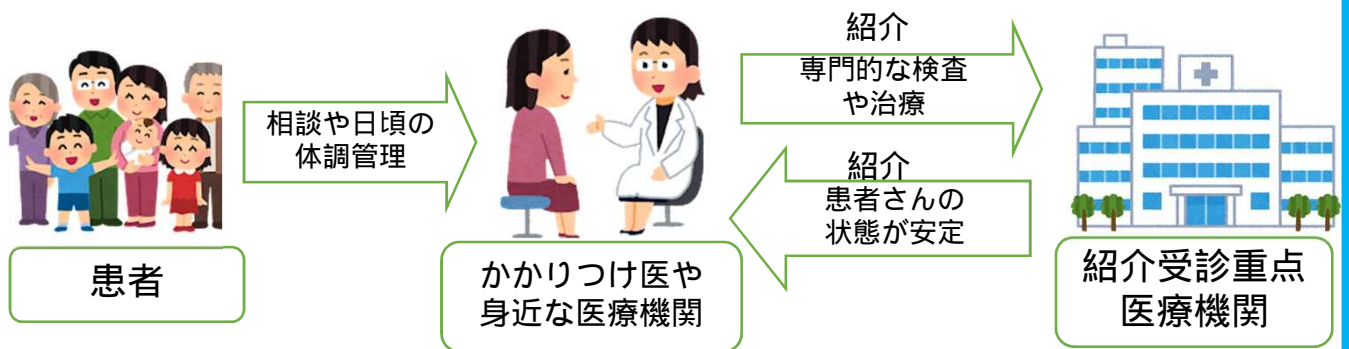
長岡地域（長岡市、小千谷市、見附市、出雲崎町）の紹介受診重点医療機関は、

- ・長岡赤十字病院（長岡市）
- ・長岡中央総合病院（長岡市）
- ・立川総合病院（長岡市）

の3病院です。

この3病院は、手術・処置や化学療法等を必要とする外来や、放射線治療等の高額医療機器等を必要とする外来を行う医療機関です。

2 紹介状を用いた受診の流れ



- まずは「かかりつけ医」を受診しましょう。
- 「かかりつけ医」を受診後、他の医療機関での診療が必要と判断された場合、紹介状が発行されます。紹介状を持って紹介受診重点医療機関を受診しましょう。

3 本制度により期待される効果

- かかりつけ医との役割分担により、患者さんが適切な検査や治療をよりスムーズに受けられるようになり、「外来の待ち時間の短縮」や「医療従事者の外来負担の軽減」、「医師の働き方改革に寄与」することが期待されます。

4 入院医療

身体の状態にあわせて
病院を利用することが大切です

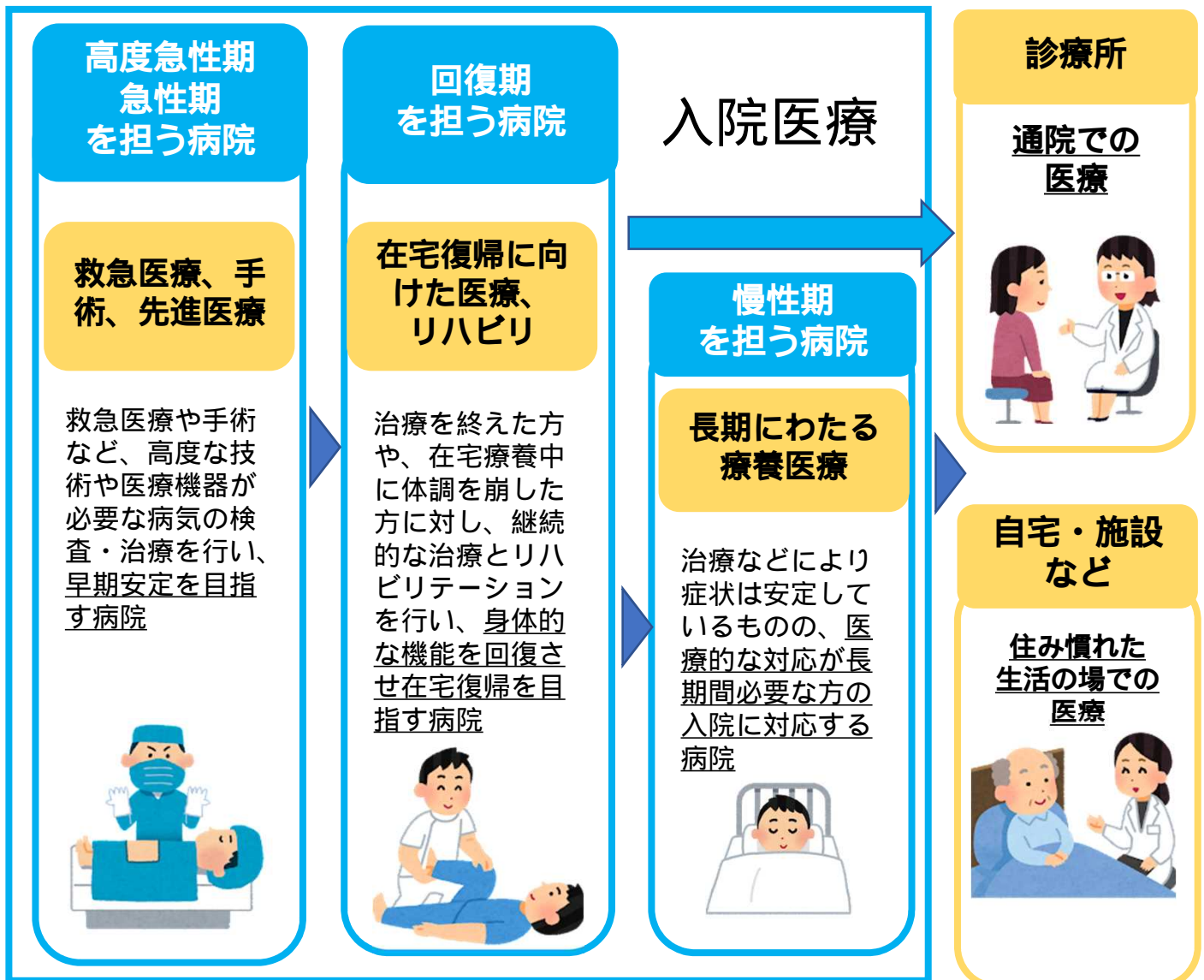


Q:なぜ、途中で転院するの？
ずっと同じ病院で入院できると思ったのに。

A

病院では、適切な医療を提供するために、状態に応じた病院・病室で対応しています。

より多くの方が適切な医療を受けるためにも、急性期の治療が終わり状態が安定した方は、移動をお願いされる場合があります。



▶ 5 休日・夜間の受診
救急外来は本当に必要な人のために適正に受診しましょう

「夜間の方がすいている」「昼間は仕事（学校）がある」

軽い症状の方が、このような理由で病院の救急外来を受診すると、

- ・救急外来が混み合い、命に関わる重症患者の治療が遅れたり
 - ・病院の医療従事者が疲弊し、救急医療体制が続かない
- といったことが起こる恐れがあります。

軽い症状の方は、本当に病院の救急外来での受診が必要か今一度考えてみましょう。

Q1: 休日・夜間に軽い症状でもつらい場合は、
どうすればいいの？



A

休日夜間急患診療所・在宅当番医（参照）を利用しましょう。
長岡地域では軽い症状の方を対象に休日夜間急患診療所を開設しています。

手術や入院が必要な場合、他の医療機関への紹介なども行います。

Q2: 夜中に家族の様子がおかしい。
救急車を呼んでいい？



A

迷った時は、救急医療電話相談（参照）に連絡してください。
急変時の対応を普段から「かかりつけ医」と話しておくことも大切です。

▶ 6 救急医療相談・休日夜間急患診療所等の連絡先



新潟県が提供する情報サイト

にいがた医療情報ネット

あなたに合った医療機関や薬局が
簡単に見つかるウェブサイト



急な病気やケガの時に
どうするべきか迷ったら

救急医療電話相談

相談時間：毎日18時～翌朝8時

概ね15歳以上の方は

「#7119」または「025-284-7119」

15歳未満のお子さんは

「#8000」または「025-288-2525」

AI救急相談アプリ

LINEで友だち追加するだけ！



友だち追加

休日

夜間

休日夜間急患診療所・在宅当番医を利用しよう！

長岡地域では軽い症状の方を対象に、以下の急患診療所を開設しています。
手術や入院が必要な場合は、救急病院への紹介なども行います。
各診療所をご利用の際は、必ず電話でご連絡のうえ受診ください。

令和5年9月現在

施設名	所在地	診療科目	受付時間
休日・夜間急患診療所 0258-37-1199	長岡市幸町 2-1-1 さいわいプラザ 1階	内科	月～金曜日（祝休日は除く） 午後6時45分～午後9時30分
		内科 小児科 外科	日曜日・祝休日 午前9時～午前11時30分 午後1時～午後4時30分
休日急患歯科診療所 0258-33-9644		歯科	日曜日・祝休日 午前9時～午前11時30分 午後1時～午後3時30分
中越こども急患センター 0258-86-5099		小児科	月～土曜日（祝休日は除く） 午後6時45分～午後9時30分

見附・中之島地区では、開業医が当番制で休日診療をしています。
詳細は長岡市及び見附市の広報誌またはホームページをご覧ください。

状況から緊急に病院に行く必要があると判断した場合は、
迷わず119番に通報してください。