



10. 医療と保険

1. 公的医療保険

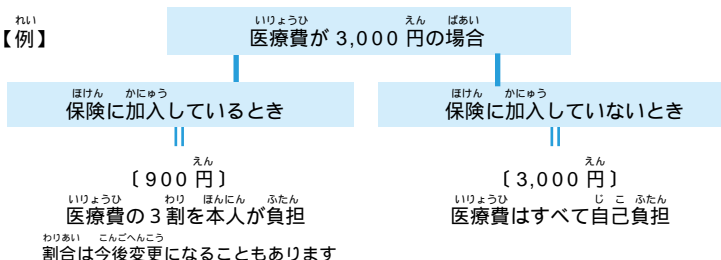
日本に住んでいる人はだれでも、何らかの公的医療保険に加入しなければなりません。日本の公的医療保険には大きく分けて会社や事業所などに勤める人が加入する「健康保険」と、それ以外の人を対象とする「国民健康保険」の2つがあります。

1-1 医療費と公的医療保険

医療費と公的医療保険

公的医療保険に加入していると、基本的に全国一律に決められた医療費の3割を自己負担（自分で支払うこと）することになります。ところが、公的医療保険に加入しないで、医療機関にかかると、医療費はすべて自己負担となり、支払いはかなり高額になります。

【例】



健康診断

2008年度から、健康診断の実施が公的医療保険の運営者に義務付けられました。対象は40歳～74歳の人で、会社や事業所に勤める人だけでなく、勤めている人の家族も含まれます。会社や事業所、または、直接、公的医療保険の運営者から健康診断の案内があるので、

けんこうしんだん う じこふたんがく こうてきいりょうほけん
健康診断を受けるようにしましょう（自己負担額は、公的医療保険
の運営者により異なります）。ただし、日本に来て1年未満で
こくみんけんこうほけん かにゅう ひと し まち おこな けんこうしんだん う
国民健康保険に加入できない人は、市や町で行う健康診断を受ける

ことができますので、市や町にお問合せください。

けんこうしんだん けっか あと ほけんしどう
健康診断の結果によっては、その後保健指導が
じっし たいしやう ひと う
実施されます。対象となった人は受けましょう。

けんこう しょくせいかつ うんどう ふだん
健康のため、食生活や運動、たばこなど、普段の
せいかつしゅうかん き
生活習慣に気をつけましょう。



ほけんたいしやうがい ちりやう 保険対象外の治療

こうてきいりょうほけん かにゅう いりやうひ じこふたん きほんてき
公的医療保険に加入していると、医療費の自己負担は基本的にか
いりやうひ わり つぎ ばあい ほけん てきやう
かった医療費の3割ですが、次の場合は保険が適用されません。

ほけんたいしやうがい ちりやう 保険対象外の治療

たにん ふちゆうい ふほうこうい ばあい かがいしゃ いりやうひ ふたん 他人の不注意や不法行為によってけがをした場合は、加害者がその医療費を負担し ます。ただし、加入している保険に届を出すことにより、保険が使える場合もあります
こうつうじこ しょうがいじけん ふしやう 交通事故や傷害事件による負傷
せいじやう にんしん しゅつさん 正常な妊娠、出産
びやうきがい りゆう にんしんちゆうぜつ 病気以外の理由による妊娠中絶
けんこうしんさ にんげん ひやう いちぶ ほじょ しくちやう 健康診査、人間ドック 費用の一部を補助する市区町もあります
よほうせっしゅ 予防接種
びやうせいけい しれつきやうせい 美容整形、歯列矯正
つうきんとじやう しごとじやう じ こ ろうさいほけん 通勤途上や仕事上のけがや事故（労災保険の対象となります）
こしつ にゅういん ばあい さがく だい 個室に入院した場合などの差額ベッド代
ほけんしんりやう たいしやう けんさ しゅじゅつ ちりやう くすり 保険診療の対象となっていない検査、手術、治療、薬など

みんかん いりょうほけん 民間の医療保険

いりょうほけん せいめいほけんがいしゃ はんばい みんかん いりょうほけん
医療保険には生命保険会社などが販売する民間の医療保険もあり
ます。これは決まった金額の掛け金を支払って、病気やけがなどで
にゅういん つういん しゆじゆつ きゆうふきん うと
入院、通院したときや手術をしたときなどに給付金を受け取れるもの
です。

けんこうほけん 1-2 健康保険 かにかうたいしやうしや 加入対象者

かいしゃ じぎょうしよ はたら ひと かにかう
会社や事業所などで働いている人が加入します。

かにかうてつづき 加入手続

かにかうてつづき きんむ かいしゃ じぎょうしよ おこな きんむさき と あ
加入手続は勤務している会社や事業所で行います。勤務先に問い合
わせましょう。

ほけんしやう けんこうほけんひほけんしやしやう 保険証（健康保険被保険者証）

かにかう ほけんしやう こうふ ほけんしやう ほけん かにかう
加入すると、「保険証」が交付されます。保険証は保険に加入してい
ることを証明するものですから、大切に扱います。保険証には加入し
しょうめい たいせつ あつか ほけんしやう かにかう
た人の住所、氏名などが記載されており、診察を受けるときには必ず、
ひと じゆうしよ しめい きさい しんさつ う かならず
医療機関の窓口で提示します。日本国内を旅行するときも
いりょうきかん まどぐち ていじ にほんこくない りやこう
携帯しましょう。保険証の貸し借りや売買はできません。



いりょうきかん ふたんがく 医療機関における負担額

びょうき いりょう う じこふたん いりょうひ わり
病気やけがで医療を受けたときの自己負担は医療費の3割です。
ただし、70歳から74歳の方は、所得に応じて、自己負担が2割ま
さい さい ひと しょとく おう じこふたん わり
たまたは3割（2010年3月31日までは1割または3割）、75歳以上
わり ねん がつ にち わり さいいじょう
の場合は、後期高齢者医療制度により、自己負担額が所得に応じ
ばあい こうきこうれいしやいりょうせいど じこふたんがく しょとく おう
て1割または3割となります。0歳から小学校入学前までの児童の
わり わり さい しょうがっこうにゅうがくまえ じどう
自己負担は2割です。
じこふたん わり

ほけんりょう 保険料

ほけんりょう きゅうりょう てんび まえ さ ひ がく
 保険料は給料から天引き（前もって差し引くこと）されます。その額
 きゅうりょう き やと ぬしがわ かにゆうしゃ はんぶん はら
 は給料などによって決まり、雇い主側と加入者で半分ずつを払います。

けんこうほけん きゅうふ しゅるい ないよう 健康保険の給付の種類と内容

くぶん 区分
びょうき 病気やけがをしたとき
ひほけんしゃしやう ちりょう 被保険者証で治療を うけるとき
いりょうひ たてかえばら 医療費を立替払いしたとき
いりょうひ いっていがくいじょう 医療費を一定額以上 ふたん 負担したとき
きんきゅうじ いそう 緊急時などに移送されたとき
りょうよう かいしゃ 療養のために会社などを やす 休んだとき
しゅっさん 出産したとき
しばう 死亡したとき

きゅうふ しゅるい 給付の種類	
ひほけんしゃ 被保険者	ひふようしゃ 被扶養者
りょうよう きゅうふ 療養の給付 にゅういんじしよくじりょうようひ 入院時食事療養費	かぞくりょうようひ 家族療養費
りょうようひ 療養費	
こうがくりょうようひ 高額療養費	
いそうひ 移送費	かぞくいそうひ 家族移送費
しょうびょう てあてきん 傷病 手当金	
しゅっさんいくじいちじきん 出産育児一時金 まんえん しゅっさんてあてきん 42万円 出産手当金	かぞくしゅっさんいくじいちじきん 家族出産育児一時金 まんえん 42万円
まいそうりょう 埋葬料	かぞくまいそうりょう 家族埋葬料

しゅっさんいくじいちじきん かぞくしゅっさんいくじいちじきん ひほけんしゃ しゅっさん
 出産育児一時金、家族出産育児一時金：被保険者が出産したとき
 しゅっさんいくじいちじきん ひふようしゃ かぞく しゅっさん
 には出産育児一時金が、被扶養者である家族が出産したときには
 かぞくしゅっさんいくじいちじきん いちじ まんえんしきゅう
 家族出産育児一時金が、一児につき 42 万円支給されます。（2009
 ねん がつげんざい
 年 10 月現在）

ぜんこくけんこうほけんきょうかい しずおか し ぶ
 全国健康保険協会 静岡支部

〒 420-8512 静岡市葵区日出町 2-1 田中産商第一生命共同ビ
 ル 2 階 TEL 054-275-6601

1-3 国民健康保険

加入対象者

職場の健康保険に加入していない人が加入します。外国人でも、外国人登録を行い、1年以上の在留資格があり、職場の健康保険に加入していない人は国民健康保険に加入しなければなりません（在留資格が「短期滞在」の人は除く）。また、入国当初の在留期間が1年未満であっても、その後、1年以上滞在すると認められる人は国民健康保険に加入する必要がありますので注意してください。

ただし、2005年10月1日発効の日米社会保障協定により、合衆国費用負担法令の適用を受ける人で、日本で受ける療養に関する費用の支出に備えるための適切な保険に加入していることをアメリカ合衆国社会保障庁より証明された人は、国民健康保険に加入する必要がありませんので、注意してください。

加入手続

加入手続は外国人登録をした市区町の役所の国民健康保険の担当係で行います。

市区町役場リスト P208

必要な書類

- 外国人登録証明書
- 在留期間が1年未満の方は1年以上日本に滞在することを証明できる書類（入学許可証、在学証明書など）

保険証（国民健康保険被保険者証）

加入すると、「保険証」が交付されます。保険証は保険に加入していることを証明するものですから、大切に扱きましょう。保険証には加入した人の住所、氏名などが記載されています。診察を受ける際に

かなら いりようきかん まどぐち ていじ にほんこくない りょうこう
は必ず、医療機関の窓口に提示してください。日本国内を旅行すると
けいたい けいたい ほけんしょう か か ばいばい
きも携帯しましょう。保険証の貸し借りや売買はできません。

いりようきかん ふたんがく 医療機関における負担額

びょうき やけがで 医療を受けたときの自己負担は医療費の3割です。
ただし、70歳から74歳の方は、所得に応じて、自己負担が2割
または3割(2010年3月31日までは、1割または3割)75歳以上
の場合は、後期高齢者医療制度により、自己負担額が所得に
て1割または3割となります。0歳から小学校入学前までの児童の
自己負担は2割です。

ほけんりょう 保険料

ほけんりょう きんゆうきかん つう じぶん はら やくしょ おく
保険料は金融機関などを通じて自分で払います。役所から送られて
くる「納付書」を金融機関、役所に持参して払う方法と、金融機関の
「口座振替」を利用する方法があります。徴収員が集金にくる場合も
あります。

ほけんりょう きんがく しちょう こと しょうとく せたい にんずう
保険料の金額は市町によって異なり、所得や世帯の人数などによ
て毎年決められます。ただし、入国1年目は前年に日本での所得が
ないため、最低限の保険料が課せられ、2年目から所得などに応じて
変動します。また、40歳以上65歳未満の方は介護保険分を加算し
た金額になります。

ほけんりょう たいのう きげん はら ひほけんしゃしょう
保険料を滞納(期限をすぎても払わないこと)したり、被保険者証
を返還し、かわりに被保険者資格証明書が交付されている間は医療費
が全額自己負担となることがあります(あとで療養費払いとして市
町の役所または所属の組合に請求)。滞納することのないよう、き
ちんと納めましょう。災害や失業、倒産などで保険料を納めるのが
難しい場合は保険料を減免できる場合があります。市町の役所の
こくみんけんこうほけん たんとうがかり そうだん
国民健康保険の担当係に相談してください。

こくみんけんこうほけん きゅうふ しゅるい ないよう
国民健康保険の給付の種類と内容

ほんにん 本人
びょうき 病気やけがをしたとき
ひほけんしゃしょう ちりょう う 被保険者証で治療を受けるとき
いりょうひ たてかえばら 医療費を立替払いしたとき
いりょうひ いっていがくいじょうふたん 医療費を一定額以上負担したとき
きんきゅうじ いそう 緊急時などに移送されたとき
しゅっさん 出産したとき
しぼう 死亡したとき

きゅうふ しゅるい 給付の種類
りょうよう きゅうふ 療養の給付
りょうようひ 療養費
こうがくりょうようひ 高額療養費
いそうひ 移送費
しゅっさんいくじいちじきん まんえん 出産育児一時金 42 万円
まいそうひ 埋葬費

しゅっさんいくじいちじきん

出産育児一時金

ひほけんしゃ しゅっさん ばあい じ まんえん しゅっさんいくじいちじきん
 被保険者が出産した場合、1 児につき 42 万円の出産育児一時金が
 しきゅう ねん げつげんざい
 支給されます。(2009 年 10 月現在)

とどけで
こんなときは届出を

こくみんけんこうほけん いちどかにゅう じどうてき だつたい
 国民健康保険は一度加入すると、自動的に脱退になりません。
 しょくば けんこうほけん かにゅう にちいない やくしょ こくみんけんこうほけん
 職場の健康保険に加入したときは 14 日以内に役所の国民健康保険の
 たんとかがり とど で ほけんしょう よご
 担当係に届け出をしましょう。保険証をなくしたり、汚したときや、
 こ う せたいぬし か ひほけんしゃ しぼう
 子どもが産まれた、世帯主が変わった、被保険者が死亡したときなど
 は にちいない とど で
 は 14 日以内に届け出をしてください。

てんにゅうてんしゅつ じゅうしょ か とど で ひつよう
 転入・転出(ひっこし)で住所が変わったときも届け出が必要です。
 てんしゅつ ばあい ほけんしょう いま す やくしょ じきん てんしゅつび
 転出する場合は、保険証を今まで住んでいた役所に持参して転出日を
 もう で ひつこ にちいない あたら じゅうしょ やくしょ てんにゅう とど で
 申し出、引越したら 14 日以内に新しい住所の役所へ転入の届け出を
 します。

にほん しゅっこく ほけんしょう いんかん も ひと
 日本を出国するときは、保険証と印鑑(持っている人のみ)、
 がいにくじんどうろくしょうめいしょ こうくうけん も とど で
 外国人登録証明書、航空券などを持って届け出ます。

10. 医療と
 国民
 保険

1-4 特定疾患治療研究事業（難病の医療費の公費負担）

公的医療保険に加入している人で、国及び県が公費負担の対象としている難病（静岡県では49の病気）にかかっている人は、一定の基準に該当すれば、医療費の自己負担が軽減されます。主治医に相談の上、詳しくは近くの健康福祉センターや保健所におたずねください。

健康福祉センター・保健所リスト P275

2. 日本の医療機関のシステム

日本では、国民全員が公的健康保険に加入していて、希望するどの医療機関へも原則として同一料金で受診できるようになっています。そのため、外来診療が大変混雑し、諸外国に比べ受診者数が数倍多いのが現状です。その結果、受診者一人あたりにかかることのできる診療時間が数分程度となる場合もあります。特に、初めて病院にかかるときは、先着順であるため、自分の番が来るのに1時間から2時間程度待つ場合もあります。このような日本のシステムを理解しましょう。

2-1 診察を受けるには

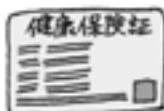
日本では、多言語で対応できる医療機関は限られています。できるだけ日本語の話せる人と一緒に行きましょう。宗教上の理由により、日常生活や治療について制限があるときや、アレルギー体質などのときには、前もって受付や看護師などに伝えてください。

診察に必要なもの

病院へは健康保険証を持って行くと、医療を一部自己負担で受けることができます。医療保険証を持って行かなかった場合、または医療保険に加入していない場合は、医療費は全額自己負担となり、高額になります。

そのほか、^{がいこくじんとうろくしやうめいしよ}外国人登録証明書や^{みぶん しやうめい}パスポートなどの身分を証明する書類も持って行くとよいでしょう。また、すでに服用している薬があれば、それも持参します。

1 ^{けんこうほくけんじ}健康保険証



2 ^{がいこくじんとうろくしやうめいしよ}外国人登録証明書か

パスポート



3 ^{いやく}今まで

^{やく}服用していた薬など



しんさつじかん
診察時間

^{いりようきかん}医療機関によって違いますが、^{ちが}通常、^{つうじょう}平日の午前中と午後が多く、^{へいじつ}土曜日は午前のみ、^{ごぜんちゆう}日曜・祝日は休診のところが多いです。^{ここ}前もって、^{あお}電話で確認しておくといでしょう。^{まえ}時間外の診療については、^{まへ}「9 救急」P133 をご覧ください。

れい 例							
	げつ	か	すい	もく	きん	ど	にち
ごぜん 午前							×
ごご 午後				×		×	×

しゅくじつ やす
祝日は休み

^{びょういん}病院の入口には、このよう
^{いりぐち}な診察時間案内があります。
^{しんさつじかん あんない}× が休診ですので、こ
^{きょうしん}の例では、木曜日の午後と
^{れい}土曜日の午後、日曜日は終
^{もくようび}日お休みということです。
^{ごご}
^{にちようび}
^{しゅう}
^{じつ}
^{やす}

10. 医療と
保険

いりようきかん
医療機関を探さ

^{いりようきかん}医療機関は市町が発行している^{しちやう}広報紙や、^{はつこう}インターネット、^{こうほうし}電話帳
^{でんわちやう}などから探せます。また、^{さか}近隣の住民の人に聞くという方法もあります。
^{きんりん}通訳や外国語が通じる^{じゅうみん}医療機関の紹介などについては、^{ひと}地域の
^き国際交流協会や^{ほうほう}市区町の国際課等へ問い合わせてください。

^{びょういん}病院リスト P312 ・ ^{こくさいこうりゅうきやうかい}国際交流協会リスト P218

しずおかし しずおかしこくさいこうりゅうきょうかい そうごうびょういん
* 静岡市は、静岡市国際交流協会のホームページに総合病院リストと
よび開業医のリストがあります。

http://www.samenet.jp/life/m_list.html

2-2 診察の流れ

びょういん うけつけ けんこうほけんしょう ていしゆつ けんこうほけんしょう ていしゆつ
病院の受付に健康保険証を提出します。健康保険証を提出したら、
まちあいしつ ましんさつ かいけい くすり うと なが おこな
待合室で待ち、診察、会計、薬の受け取りという流れで行われます。
ぐたいてき つぎ とお
具体的には次の通りです。

医院、病院へ行く

うけつけ しよしん けんこうほけんしょう だ
受付に「初診です」といって健康保険証を出します。このと
き、多くの場合、受診申込書や問診票などに必要事項などを記入
することになります。もんしんひょう
問診票と
げんざい びょうき しょうじょう びょうれき
は、現在の病気の症状や病歴
(既往歴)、アレルギーの有無な
きあうれき うむ
どを記入する用紙のことです。
きにゅう お ようし うけつけ
記入し終わったら、用紙を受付
に返し、待合室で待ちます。



診察

なまえ よ しんさつしつ い しんさつ う けんさ しょち
名前を呼ばれたら、診察室に入り、診察を受けます。検査や処置
があります。また、必要に応じて、次回の予約をします。

会計

いりょうひ げんきん しはら しんさつ お あと かんごし
医療費を現金で支払います。診察が終わった後、看護師から
かいけいしよるい わた ばあい かいけいしよるい
会計書類を渡されることもあります。その場合は、会計書類を
かいけいまどぐち だ わた りょうしゅうしょ ほかん
会計窓口に出します。このときに渡される領収書は保管しておきま
しょう。1 カ月に医療費が高額(被保険者の所得水準により違いま

すが、通常 80,100 円を超える額)になると、医療費の一部が支給
 されます。また、1年間に10万円を超えると税金が安くなること
 もあります。どちらも領収書が必要です。

薬の受け取り

会計の時に渡される処方せんを持って、薬局
 へ行き薬を受け取ります。薬代はここで別に支
 払います(これを院外薬局といいます)。中
 は、病院内に薬局窓口がある場合もあり、その
 場合は会計の中に薬代が含まれています(これ
 を院内薬局といいます)。



再診(2度目以降の診察)のときは、診察券を持って再診機(再診
 を受付ける機械)または受診科で受付をします。受付で申し込む
 場合もあります。その後の手順は初診と同じです。

AMDA 国際医療情報センター

外国語の通じる医療機関の紹介や医療情報の提供を電話で受け付け
 ています。

TEL 03-5285-8088 <http://homepage3.nifty.com/amdack/>

月曜～金曜	9:00 ~ 17:00	日本語、英語、中国語、韓国語、 タイ語、スペイン語
月曜、水曜、金曜	9:00 ~ 17:00	ポルトガル語
水曜	13:00 ~ 17:00	タガログ語

3. エイズ (AIDS) 検査と相談について

健康福祉センターや保健所で相談やエイズの原因である HIV に感染しているかどうかの検査予約をすることができます。検査はほとんどの場合が無料で、匿名で受けることができます。検査はほんの少しの血液でできます。結果は 1 ~ 2 週間後にわかります。事前に予約をしておく必要がありますので、まずは地域の健康福祉センターや保健所へ問合せをしてみましょう。

保健所・健康福祉センターリスト P277

4. 結核について

結核は、結核菌によって、主に肺に炎症を起こす病気です。結核菌は、結核患者がくしゃみや咳をしたときに飛び散り、それを周りの人が吸い込むことにより感染します。職場や学校などでの集団で広まりやすい病気なので、2 週間以上の長引く咳・微熱、体重減少、痰がでるなどの症状があったら、早く医療機関を受診してください。結核は、きちんと薬を飲めば、人に感染させる危険性が少なくなり 6 ~ 9 か月で治る病気です。

また、結核の治療については、公費負担制度がありますので、結核が心配なときは、早く受診して治療をしましょう。

5. インフルエンザについて

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスによる急性感染症の一種です。通常、11 月から 12 月に始まり、翌年の 1 月から 3 月に患者が増加します。急な発熱と咳 (せき) やのどの痛みなど風邪のような症状がみられますが、強いけん怠感や急激な発症など、風邪とはちがうものです。

インフルエンザの原因となるインフルエンザウイルスは A 型、B 型、C 型に大きく分類されています。このうち大きな流行の原因とな

るのはA型とB型です。

5-1 インフルエンザの症状

次のような症状がみられる場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。

子ども

- 呼吸が速い、息苦しそうにしている
- 顔色が悪い（土気色、青白いなど）
- 嘔吐や下痢がつづいている
- 落ち着きがない、遊ばない、反応が鈍い
- 症状が長引いていて悪化してきた

おとな

大人

- 呼吸困難または息切れがある
- 胸の痛みがつづいている
- 嘔吐や下痢がつづいている
- 3日以上、発熱が続いている
- 症状が長引いていて悪化してきた

5-2 インフルエンザにかかったらどのようにすればよい？

- 水分（お茶、ジュース、スープなど）の十分な補給
- 学校や仕事は休み、休養する
- 早めに医療機関を受診して、治療を受ける
- 外出を控え、マスクをつける
- 薬を使うときには、医師や薬剤師の指示に従う

5-3 ワクチンについて

インフルエンザワクチンの効果は100%ではありませんが、重症化を防ぐ効果がみられています。ワクチンの予防効果が期待できるのは、

接種後 2 週から 5 か月と考えられています。

日本で使用されるワクチンは生ワクチンではないので、妊娠中の全ての時期に接種可能です。特に高齢者の人はインフルエンザにかかる
と重症化しやすく、また、ワクチン接種により発病や死亡をさける
効果がみられているので、かかりつけの医師と相談して接種を決めて
ください。1 歳以上で 6 歳未満の幼児では、発病（発熱）を阻止する
効果は約 20 ~ 30%と考えられています。

いつ、どこで受けられますか

10 月下旬から 12 月中旬までに接種を受けることが望ましいと考えられています。

地域の医療機関、かかりつけ医で受けることができますが、
医療機関によって受けられる期間や費用は違います。予防接種は病気の
治療ではないため、健康保険が適用されません。だいたい 1 回あたり、
2,000 円 ~ 4,000 円かかります。地域の保健所や医療機関に
問い合わせてください。

5-4 インフルエンザにかからないためには？

- ・インフルエンザシーズン前にワクチン接種を受ける
- ・うがいや手洗いをする
- ・バランスのよい食事と十分な休養をこころがける
- ・室内の湿度を 50 ~ 60% に保つ
- ・外出を控え、マスクをつける

参照

厚生労働省 ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>

国立感染症情報センター ホームページ <http://idsc.nih.gov.jp/index-j.html>

6. 肝炎ウイルス検査とインターフェロン治療に対する医療費助成に

ついて

肝臓は“沈黙の臓器”と言われており、肝炎になってもなかなか症状が出ません。気がつく頃には重症になっていることがあります。

肝炎ウイルスに感染しているかどうかは、少量の血液検査でわかります。各健康福祉センター（保健所）では、無料の肝炎ウイルス検査を実施していますので、最寄りの健康福祉センター（保健所）にお問い合わせください。また、30の地域肝炎診療連携拠点病院でも無料検査を実施していますので、詳細は静岡県厚生部ホームページをみてください。

肝炎に感染していても、早く発見して早く治療を開始すれば、肝硬変や肝がんへの進行を予防することが可能です。静岡県では、肝炎のインターフェロン治療に対する医療費助成事業も実施していますので、最寄りの健康福祉センター（保健所）にお問い合わせください。

各健康福祉センター（保健所）連絡先

健康福祉センター・保健所名	担当課等	電話番号
賀茂健康福祉センター（下田市）	地域医療課	0558-24-2052
熱海健康福祉センター（熱海市）	医療健康課	0557-82-9126
東部健康福祉センター（沼津市）	地域医療課	055-920-2109
御殿場健康福祉センター（御殿場市）	医療健康課	0550-82-1224
富士健康福祉センター（富士市）	医療健康課	0545-65-2206
中部健康福祉センター（藤枝市）	地域医療課	054-644-9273
西部健康福祉センター（磐田市）	地域医療課	0538-37-2253
静岡市保健所（静岡市）	保健予防課	054-249-3172
浜松市保健所（浜松市）	保健予防課	053-453-6118

7. 心の悩みについて

びょういんがい しせつ だれ い なや もんだい でんわ そうだん
病院以外の施設で、誰にも言えない悩みや問題を電話で相談できます。

【電話相談機関】

こころの電話..... せいしんほけんふくしせんもん そうだんいん けんこう
精神保健福祉専門の相談員によるこころの健康や
せいしんいりょうなど そうだん
精神医療等の相談

げつよう かよう すいよう きんよう
月曜・火曜 8:30 ~ 21:00 水曜～金曜 8:30 ~ 24:00

どよう にちよう しゆくじつ
土曜 10:00 ~ 24:00 日曜・祝日 10:00 ~ 21:00

(月曜～金曜 17:00 以降および土曜・日曜・祝日はいのちの電話

に転送されます。)

県精神保健福祉センター

か とうぶ
賀茂 TEL 0558-23-5560 東部 TEL 055-922-5562

ちゅうぶ せいぶ
中部 TEL 054-285-5560 西部 TEL 0538-37-5560

ハロー電話ともしび..... せいしやうねん なや ほごしや こそだ きやういく
青少年の悩みや保護者の子育てや教育につ

いて

げつよう きんよう どよう にちよう しゆくじつ
月曜～金曜 9:00 ~ 19:00 土曜、日曜、祝日 9:00 ~ 17:00

ぬまづ しずおか
沼津 TEL 055-931-8686 静岡 TEL 054-289-8686

かけかわ はままつ
掛川 TEL 0537-24-8686 浜松 TEL 053-471-8686

あざれあ相談室

1. 女性相談..... じよせいそうだん おつと かぞく なや
夫やパートナー、家族をめぐる悩みについて

げつよう きんよう
月曜～金曜 9:00 ~ 16:00

か ちく とうぶ ちく
賀茂地区 TEL 0558-23-7879 東部地区 TEL 055-925-7879

ちゅうぶ ちく せいぶ ちく
中部地区 TEL 054-272-7879 西部地区 TEL 053-456-7879

*離婚やDVなど、専門家へ相談することもできます。まずは問合せ
をしましょう。専門家への相談費用も無料です。

2. 男性相談.....自分の生き方や家庭、仕事、健康の悩みなどにつ
いて

毎月第3土曜 13:00 ~ 17:00 TEL 054-272-7880

3. チャレンジ相談.....女性対象です。キャリアカウンセラー等の
専門の女性アドバイザーによるカウンセリングを受けられま
す。費用は無料です。託児可能。

毎月1回 奇数月第2土曜午後、 偶数月第3水曜午前

TEL 054-250-8107

*相談日の10日前まで(一時保育の希望は2週間前まで)に申込み
が必要。

DV相談.....女性の悩み、配偶者等からの暴力の相談、保護、自立
支援について

祝日・年末年始以外 9:00 ~ 20:00

女性相談センター TEL 054-286-9217

こども・家庭110.....子育てや親子の悩みなどについて

祝日・年末年始以外

月曜～金曜 9:00 ~ 20:00 土曜、日曜 9:00 ~ 17:00

賀茂地区 TEL 0558-23-4152

東部地区 TEL 055-924-4152

中部地区 TEL 054-273-4152

せいぶちく
西部地区 TEL 053-458-4152
E メール kokatei@pref.shizuoka.lg.jp

たげんご う りょう
多言語で受けられる無料カウンセリング
とうきょうえいご でんわ えいご
東京英語いのちの電話（英語）

TEL 03-5774-0992

まいにち
毎日 9:00 ~ 23:00

よこはま でんわ ご
横浜いのちの電話（ポルトガル語）

TEL 0120-66-2487 /

045-336-2488

すいよう どよう
水曜 10:00 ~ 21:00 土曜 12:00 ~ 21:00

よこはま でんわ ご
横浜いのちの電話（スペイン語）

TEL 0120-66-2474 /

045-336-2477

すいよう
水曜 10:00 ~ 14:00 19:00 ~ 21:00

もくよう きんよう どよう
木曜、金曜 19:00 ~ 21:00 土曜 12:00 ~ 21:00

はままつ でんわ ご
浜松いのちの電話（タガログ語）

TEL 053-474-0333

だい 1・3 もくよう
第 1・3 木曜 19:30 ~ 21:30

はままつ でんわ ご
浜松いのちの電話（ポルトガル語）

TEL 053-474-0333

きんよう
金曜 19:30 ~ 21:30

たげんごいりょうもんしんひょう 8. 多言語医療問診表

こくさいこうりゅうざいだん たげんごいりょうもんしんひょう にゅうしゅ
かながわ国際交流財団で多言語医療問診票を入手できます。また、
こくさいいりょうじょうほう たげんごしんざつもうしこみしょ にゅうしゅ
AMDA 国際医療情報センターでは多言語診察申込書を入手できます。
それぞれ、インターネットからのダウンロードができ、アドレスは次
つぎ
の通りです。

こくさいこうりゅうざいだん
かながわ国際交流財団 <http://www.k-i-a.or.jp/medical/index.html>

ないか げか せいけいげか さんふじんか し か じびいんこうか がんか
内科、外科、整形外科、産婦人科、歯科、耳鼻咽喉科、眼科、
しょうにか ひ か のうしんけいげか どう かもく げんご
小児科、皮膚科、脳神経外科、等 10 科目、13 言語あります。

<http://homepage3.nifty.com/amdact/PDF/jap/pdf-J-master.html>
えいご ご ちゅうごくご やくだ しんさつ
英語、スペイン語、ポルトガル語、中国語のお役立つページ（診察
なが しんさつもうしこみしよ めいさいしよ けっかく とう
の流れ、診察申込書、明細書、結核ガイド、HIV 等）があります。

きゅうきゅう
9. 救急

やかん きゅうじつ きゅうきゅう
9-1 夜間、休日、救急のとき

つうじょう いりょうきかん しんりょう おこな きゅうじつ やかん きゅうびょうしゃ
通常の医療機関が診察を行っていない休日や夜間の急病者
たいおう いらりょうきかん じょうほう しんぶん ちようかん
に対応するための医療機関の情報は、新聞の朝刊、または
しずおかけんきゅうきゅういりょうじょうほう でんわあんない
静岡県救急医療情報センターでの電話案内やホームページからみる
ことができます。

しずおか きゅうきゅうでんわそうだん きゅうびょう たい そうだん かんごし
静岡こども救急電話相談.....こどもの急病に対する相談に看護師や
いし でんわ かいどう
医師が電話で回答します。

まいにち いりょうじつ かいせん
毎日 18 : 00 ~ 23 : 00 医療室 プッシュ回線 # 8000

または TEL 054-247-9910

きゅうきゅういりょうじょうほう ちいき きゅうじつ やかん とうばんい あんない
救急医療情報センター.....地域の休日・夜間の当番医を案内する
じどうおんせい じょうほう ていきょう
自動音声、FAX 情報を提供します。

じかん いりょうじつ
24 時間 医療室 TEL0800-222-1199

せいしんかきゅうきゅうじょうほう せいしんかいりょうしせつ とうばんびょういん かくにん
精神科救急情報ダイヤル.....精神科医療施設の当番病院の確認や
せいしんかきゅうきゅうじ そうだん たいおう
精神科救急時の相談に対応します。

じかん けんりつ いりょう
24 時間 県立こころの医療センター TEL 054-253-9905

いりょう きゅうじつ やかんとうばんいじょうほう
医療ネットしずおか.....休日・夜間当番医情報をホームページで
ていきょう
提供します。

<http://www.qq.pref.shizuoka.jp/qq/men/qqtpmenult.aspx>

きゅうじつやかんきゅうかん きゅうじつしかしんりょう
休日夜間急患センター・休日歯科診療所リスト P236

9-2 急病やけがなどで救急車を必要とするとき

119 番へ通報します。119 番へは固定電話、公衆電話、携帯電話、PHS のいずれからもかけられます。詳しくは緊急のとき「1 救急、火事や交通事故、犯罪のときの緊急電話」P6 をご覧ください。