

令和6年度保存版

保存版

★午後7時～翌朝8時
毎日受付・相談無料
※ただし通話料はかかります。

香川県

救急電話相談

令和6年4月から#7119に変わりました

一般向け

#7119

15才～高齢者の方

ダイヤル回線・IP電話・光電話などからは ☎087-812-1055

小児向け

#8000

15才未満の方

ダイヤル回線・IP電話・光電話などからは ☎087-823-1588

迷ったら まずは相談

救急車の出動件数が増加し、搬送先の医療機関がすぐに決まらないケースが増えています。休日や夜間に、軽症の方の受診が増えると、緊急性の高い患者さんの治療が遅れることも。
「香川県救急電話相談」では、夜間に病院に行くか悩んだときに看護師などが助言を行います。

利用者の体験談

子どもの急な発熱のときの強い味方でした。

夜中に、子どもが急に熱を出し、あわてました。電話したところ、看護師さんから適切な対処方法を教えてもらい、安心して家で朝を迎えることができました。

当時1才の娘を持つ保護者



症状が重く、すぐに救急車が必要な場合は、**119番**へ通報してください。



市町のお問い合わせ窓口

健康に関するお悩み・疑問などについては、お住まいの市町へご相談ください。

- 特定健診について
- 各種相談、手続き
- 国民健康保険について

市町名	担当課	電話番号	市町名	担当課	電話番号
高松市	健康づくり推進課	087-839-2363	三豊市	健康課	0875-73-3014
	国保・高齢者医療課	087-839-2311	土庄町	健康福祉課	0879-62-7002
	特定健診問合せ先	087-839-2371	小豆島町	健康づくり福祉課	0879-82-7038
丸亀市	保険課	0877-24-8842	三木町	住民健康課	087-891-3303
	特定健診問合せ先	0877-24-8806	直島町	住民福祉課	087-892-2223
坂出市	けんこう課	0877-44-5006	宇多津町	健康増進課(保健センター)	0877-49-8008
善通寺市	保健課	0877-63-6308	綾川町	健康福祉課(えがお)	087-876-2525
観音寺市	健康増進課	0875-23-3964	琴平町	子ども・保健課	0877-75-6705
さぬき市	国保・健康課	0879-26-9907	多度津町	高齢者保険課	0877-33-4488
東かがわ市	長寿保健課	0879-26-1360	まんのう町	福祉保険課	0877-73-0124

交通事故にあった場合

健康保険で治療を受けた場合は、届け出が必要です!



このままじゃ 医療保険制度が破綻する!?

香川県の令和3年度の一人当たりの医療費は約41万円。全国平均の約36万円を大きく上回っており、年々増加しています。

このまま医療費が増加すると、医療保険制度が破綻し、誰もが適切な医療を受けられなくなる恐れがあります。

さらに、香川県では糖尿病で病院にかかる人の割合や死亡率が全国平均と比べて高く、糖尿病の重症化は医療費の増加の一因となっています。

毎年健診を受け、病気の予防や早期発見を心がけるなど、健康意識を高め、みんなが健康と医療保険制度を守りましょ。

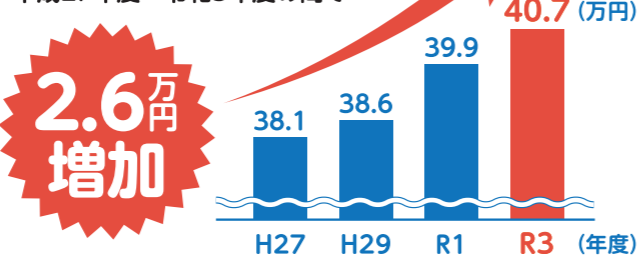
香川県の糖尿病事情

糖尿病死亡率
(令和4年)
全国ワースト4位

出典:かがわ糖尿病予防ナビ 香川県の現状「糖尿病死亡率・受療率について」

県民一人当たりの医療費

平成27年度～令和3年度の間で



出典:厚生労働省「国民医療費の概況」

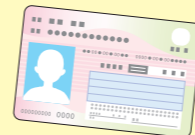
マイナンバーカードが健康保険証として利用できます!

マイナンバーカードと数字4桁の暗証番号を準備して、マイナポータル*で申し込むと、マイナンバーカードを健康保険証として利用することができます。

*マイナポータルって?

子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請がワンストップできたり、行政からのお知らせを確認できたりする自分専用サイトです。

これを機に申込みを!!



詳しくはこちら▶▶▶
マイナポータル 検索



利用のメリット

- 健診や薬剤・医療費の情報を見ることができます。
- 薬剤情報等の提供に同意すると、過去に処方されたお薬や特定健診などの情報を医師や薬剤師にスムーズに共有できます。
- 高額医療の限度額適用認定証が不要になり、手続きがなくても限度額を超える支払いが免除されます。
- お薬手帳の代わりになります。

発行

香川県 健康福祉部 医務国保課 国民健康保険室

TEL:087-832-3316

詳しくは▶▶▶ 香川県医療情報総合サイト 検索



このパンフレットは、古紙配合率70%再生紙と環境にやさしい植物油インキを使用し、水なし印刷で印刷しています。

糖尿病を 予防しよう

生活習慣病の一つである糖尿病は、脳梗塞・心筋梗塞など、さまざまな**合併症**を引き起こす病気であるにもかかわらず、初期症状がほとんどありません。糖尿病を早期発見するには、健診などで定期的にチェックすることが重要です。

自覚症状がないからと放置して、重症化すると、**人工透析**が必要になるなど、心身はもちろん、仕事や家計など、生活にも大きな負担がかかります。



医療とくすりは 上手に利用しよう

病院やくすりを上手に利用することは、健康のみならず医療保険制度を守ることに繋がります。

同じ症状で病院を転々とする「**はじり受診**」は、**初診料を何度も払う**ことになり、さらに、同じ検査を繰り返し行うと**体への負担も**大きくなります。

また、飲み合わせが悪いくすりや同じ成分のくすりを重複して服用することにより、副作用が起きたり、飲み忘れ、飲み間違いが生じるおそれがあります。

※多剤服用(ポリファーマシー)



それってもしかして...
まちがった使い方?

Let's みんなで正しい知識を知って、適切に利用

振り返ってチェック!!

診察時間内に受診しよう

夜間の急病など、緊急かどうかわからない「**香川県救急電話相談**」へご連絡ください。

電話相談についてはウラ面へ。



生活習慣をふり返る

糖尿病の予防・治療には、**生活習慣を改善し内臓脂肪を減らす**ことが肝心。肥満になると糖尿病の**発症率が5倍**になります。

- バランスよく一日三食
- 今よりプラス10分運動
- 適正体重をキープ



楽しみながら健康づくり!!

マイチャレかがわ!

小学生以上の香川県民限定で参加できる健康ポイント事業です。健康活動でポイントがたまり、一定の健康ポイント数を達成すると、抽選でプレゼントが当たったり、県内のサービス協力店で特典が受けられます。



詳しくはこちら▶▶▶
マイチャレかがわ! 検索

「特定健診」を受ける

日本人の死因の半数以上を占める生活習慣病予防のため、**40歳から74歳**を対象に行われる「**特定健診**」。静かに進行する糖尿病の**早期発見**につながります。

健診には**期限**があります。**早めに受診**しましょう。

"特定健診のお知らせ"が届いてるよ!

「特定保健指導」を受ける

生活習慣の見直しで病気の予防の効果が大きいと期待できる人には**専門スタッフのサポート**があります。

若い人も健診を受ける

手遅れのリスクははかりません。**年齢に関係なく健診**が必要です。

早めに行かなくちゃ!

治療は継続する

糖尿病は治療を中断すると**合併症のリスクが約3倍**！継続することが大切です。

三大合併症のリスク

- ・糖尿病性網膜症
- ・糖尿病性腎症
- ・糖尿病性神経障害

リスク **約3倍**

参考：「香川県平成28年度糖尿病実態調査の概要」

ご存知ですか?

- **リフィル処方箋**
決まった期間に、繰り返し(上限3回)使える処方箋。医師の判断で発行されます。正しく服用しましょう。
- **セルフメディケーション税制**
軽い体調不良などに、特定の**市販薬**(OTC医薬品)を購入すると所得控除が受けられます。
詳しくはこちら▶▶▶



セルフメディケーション税制 検索

必要以上に受診しない

病院を変えると、**再診料の4倍近く**の初診料が必要になります。また、過度な受診は、大人にも子どもにも体に負担がかかります。自身の健康に責任を持ち軽度な不調は自分で手当すること(セルフメディケーション)に取り組み、過度な受診は控えましょう。

「セカンドオピニオン」と「はじり受診」は違います。

「セカンドオピニオン」は納得して治療を受けられるよう、治療方針について主治医とは別の医師に「意見を聞く」ことであり、単に別の病院を受診することではありません。



くすりは処方を守って飲みきる

医師が処方した薬は、飲み残しのないよう、飲みきり、病気を完治させましょう。

「**抗生剤**(抗菌薬)を飲んだら安心」と思っていますか?
抗菌薬は細菌と闘うくすり。ウイルスが原因のかぜには効きません。また、菌に耐性ができ、本来に必要なときに効かなくなってしまうことも。抗菌薬は医師の指示どおり服用しましょう。

ジェネリック医薬品を利用しよう

「**ジェネリック医薬品**」(後発医薬品)は、安全性も効果も新薬と同じで、より低価格です。

安全+安心

