

つくば市民の皆さまへ

# 上手なお医者さんのかかり方

こども編



## 診療時間内に受診する

夕方から夜間は症状が悪化しがち  
早めに受診することで必要な処置や検査を受けることが  
できお子さんやおうちの方の負担も軽く安心



## かかりつけ医をもっておく

健診や予防接種等でお子さんや家族のいつもの様子を  
知っている医師がいるといざという時にも安心

## 受診するときのポイント

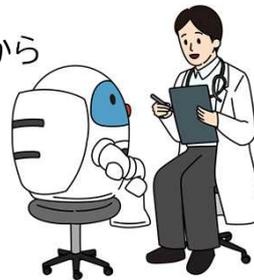
### \*子どもの様子がわかる人と行く

症状や食事の状況、飲ませた薬や対応などの説明が  
できるように状況を把握している人と一緒に行きましょう

### \*伝えることをメモしておく

伝え忘れてしまうことのないように事前にメモしてから  
行きましょう

- ①どんな症状か(写真や動画でもOK)、いつからか
- ②薬や食べ物のアレルギー
- ③身の回りに同じ症状の人がいるか
- ④これまでにかった大きな病気



### \*持ち物チェック☑

- 母子健康手帳
- マイナンバーカード  
または資格確認書  
または健康保険証(有効期限に注意)
- 診察券
- お薬手帳
- マスク
- 紙おむつ、おしりふき
- ミルクセット
- 着替え、ビニール袋
- タオル、ティッシュ
- おもちゃ、絵本

## 休日・夜間のこどもの症状に困ったら...



### 休日夜間小児 デジタル急患センター



▲詳細は  
市ホームページへ

対象:つくば市在住0歳から中学3年生のお子さま

- \* 医療相談(無料) 【平日】18時~翌9時 【土日・祝】24時間
- \* オンライン診療(診察料がかかります)  
【平日・土】18時~22時 【日・祝】9時~13時、14時~22時



### こども医療でんわ相談

緊急かどうかや受診を迷うときは...

## #8000

または 050-5445-2856  
24時間365日・休日夜間もOK

### 医療情報ネット(ナビイ)

現在診療中の全国の病院・薬局を探す▶▶▶



### 子どもの救急ってどんなとき?

普段から読めて対処法もわかる▶▶▶

