

知って安心

暮らしの中の医療情報ナビ

子供の発熱



あなたやあなたの家族が患者になったときのために、
医療のしくみなど知っておきたい情報をご案内します。

突然の病気やケガは、だれの身にも起こり得ることです。

わかっているにもかかわらず、どこかで

「自分だけは……」と思っていたり、

「考えたくない」と後回しにしていたり。

あなたは、緊急時の対応法、受けられる医療システム、

安心して医療を受けるための健康保険など、

大切な情報を知っていますか。

いざというときに困らないために、

Tさん家族の体験をとおして

情報を確認しておきましょう。



この体験物語の主人公とプロローグ

都内在住のTさんは32歳の母親。35歳の夫と、今月ちょうど1歳の誕生日を迎えた長男のKちゃんとの3人暮らしです。

Kちゃんは、これまで特に大きな病気をすることもなく、すくすくと育っていました。健康診断や予防接種は、自宅近くの診療所で受けています。

そんなKちゃんでしたが、ある日の夕方、突然熱を出して、夜間やっている診療所に受診したところ、救急病院へと移されました。

髄膜炎でした。……………



知っておくべきポイント

*この冊子では、病気にかかってから回復するまでの物語をとおり、医療のしくみや医療保険について説明をしています。

シーン
1

子供が夕方、急に発熱

夜間の受診のしかた
救急車の呼び方…………… 4～5

シーン
2

診療所に受診。状態が悪化し救急病院へ

医療機能の分担… 6～7

シーン
3

B病院へ入院

入院時に必要なもの
インフォームド・コンセント…………… 8～11

シーン
4

医療費の支払い

医療費の内訳
医療保険制度…………… 12～15

シーン
5

健やかに育てるために

東京都の育児情報
医療費の助成…………… 16～17

保健や医療に関する情報はどこで入手できるの?…………… 18

緊急用メモ…………… 20

参考

髄膜炎とは? ～疾患の概要～

どんな病気?

脳と脊髄(せきずい)(背骨の中を通る神経)の表面をおおっている髄膜(ずいまく)と呼ばれる膜に、ウイルスや細菌などが感染して起こる病気です。乳幼児に多くみられ、ほとんどがかぜ、おたふくかぜなどのウイルスの感染によって、からだの抵抗力が落ちたときに起こります。

症状は?

- 高熱、頭痛、嘔吐、首の後ろが突っ張る、不機嫌、頭や足をもち上げたりするとひどく嫌がる、ちょっとした光や音で泣いたりする、うとうとする、ひきつけ など。
- 赤ちゃんの髄膜炎は、大泉門(だいせんもん)(頭の骨がまだくっついていないへこみの部分)がコブのようにパンパンにはれることがあります。

緊急度は?

急いで医療機関を受診しましょう。

入院は?

入院による治療が基本。ウイルス性の髄膜炎は症状が軽いことが多く、通常は1週間ほどで治ります。

後遺症は?

ウイルス性の髄膜炎ではほとんどありません。細菌性の髄膜炎では、学習障害、難聴などの後遺症が残ることがあります。

予防法は?

細菌性の髄膜炎の約80%をヒブ菌と肺炎球菌が占めており、ヒブワクチンと小児用肺炎球菌ワクチンの接種が予防には効果的です。

子供が夕方、急に発熱

1週間ほど前に、かぜにかかったKちゃんですが、元気になって今日は久しぶりの公園です。歩き始めたばかりですべてに興味津々、元気よく探検していました。



でも、夕方になると様子が変わります。何となく不機嫌で、顔がいつもより赤みを増し、熱をはかると39度ありました。「かぜがぶり返したのかしら。こんな時間にどうしたらいいの？」……



夜間の受診、どうしたらいいの？

救急車を呼ぶほどではないけれど、夜間の急な病気やケガのときも、夜間に急な病気になったときに対応してもらえる**かかりつけ医**をもっていると

安心です。また、以下の医療機関案内サービスや電話相談を利用することができます。

夜間の急な病気やけが

お医者さんが見つからない!!



「休日夜間急患センター」「準夜診療を行う医療機関」を探して電話

・区市町村の広報誌、「医療情報ネット（ナビイ）」などのホームページでチェック

「医療機関案内サービス・ひまわり」に電話

☎03-5272-0303（毎日24時間）

東京消防庁救急相談センター（毎日24時間）

☎ # 7119

ダイヤル回線からは

こちらからも { ☎03-3212-2323

つながります { ☎042-521-2323

休日、時間外の外来においては、より重症で緊急性の高い患者を優先して診ていることから、待ち時間が長かったり、専門外の医師の診察になる場合もあるなど、必要最低限の診療を行っています。十分な診察、検査、投薬を受けるためにも、緊急性のない場合には、可能な限り平日日中の外来を受診するようにしましょう。

相談やアドバイス

「子供の健康相談室」（小児救急相談）へ電話

8000 → プッシュ回線の固定電話・携帯電話

☎03-5285-8898 → ダイヤル回線・IP電話等

すべての電話

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）→ 18:00～翌朝8:00

土曜・日曜日、祝日、年末年始 → 8:00～翌朝8:00

小さな子供が

2人以上いるときは……

1人が急病になったとき、兄弟姉妹の世話が心配です。家族や親族、友人など頼める人がいない場合は、前もって「あずける」方法をつくっておきましょう。

区市町村の子供家庭支援センター、保育所・幼稚園・託児所、ベビーシッターサービスなどの情報を集めておきましょう。





救急車の呼び方は？

緊急と思ったら**119番**にかけ、救急車を呼んでください。そのときに、主に次のことを聞かれますので、あらかじめ確認しておきましょう。

- ①「火事ですか、救急ですか？」
- ②「どうしましたか？」
- ③「住所（所在地）を教えてください」
- ④「何か目標（目印）はありますか？」

★注意事項★

○スマートフォン・携帯電話などでかけるとき

- 所在地、目標となる建物などの確認
- 病気やケガの症状の把握
- 携帯電話の使用と電話番号を告げる
- 電波が途切れないように立ち止まって話す
- 通報後10分程度、電源を切らないこと（消防署などから連絡が入る場合がある）



迷ったら「#7119」にお電話を！



「東京消防庁救急相談センター」では、医師・看護師・救急隊経験者等の相談医療チームが24時間体制で適切なアドバイスをしています。急な病気やケガの際に迷ったときなどに利用しましょう。

救急車を本当に必要とする人のために、救急車の適切な利用にご協力ください。

緊急性のアドバイス

必要な場合は救急隊を出動

応急手当をアドバイス

救急医療機関を案内

迷ったら……

病院に行くべきか迷っている

救急車を呼ぶべきか迷っている

救急医療機関が見つからない

など



- 電話番号（プッシュ回線・携帯電話・PHSの場合）

#7119（24時間・365日受付）

- その他の電話やつながらない地域の場合

こちらからも { **03-3212-2323**
つながります { **042-521-2323**



民間救急（患者等搬送事業者）の搬送サービス（有料）

救急車を呼ぶほどでもないが医療機関に連れて行きたいときなどに利用できます。

*東京消防庁のホームページ、東京民間救急コールセンター（☎0570-039-099）などで調べられます。



#7119 に相談した結果…

- 緊急の場合は、救急相談センターから119に転送します。
- 緊急性がない場合は、救急医療機関案内をします。
- 必要に応じて応急手当の方法をアドバイスします。



「東京都子ども医療ガイド」を大いに活用

小さな子供の病気・ケガへの対処法などを知ることができるホームページです。主な内容は、

- ① 病気やケガの対処のしかた
- ② 病気の基礎知識
- ③ 子育てアドバイス

このホームページは緊急時ではなく、少し気がかりな点があるときや、また日頃の余裕のある時間に、子供の病気やケア、育児の勉強の一環として活用してください。

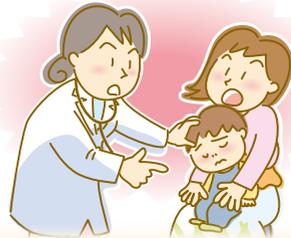
アドレス
<https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>



診療所に受診。状態が悪化し救急病院へ

Tさんは、夜までやっている診療所を探してKちゃんを車で連れていきました。診療所に着いたころには、熱がさらに上がっており、吐き始めてしまいました。

診察した医師から「髄膜炎の可能性あります。すぐに隣の市の救急のB病院で診てもらってください」といわれました。不安な思いで救急車で運ばれました。



どうして移るの？

診療所や病院などの医療機関は、それぞれが役割に応じた「医療機能の分担」を行っています。身近な場所で主に軽症の患者さんの診療にあたるのが診療所、入院が必要な重い症状の患者さんの診療にあたるのが病院という役割分担です。

一般的には、まず身近な診療所で受診し、入

院治療が必要であると判断される場合には救急病院などに転院し、治療を受けることになります。もちろん、病気やケガの状態によっては、救急車で二次・三次救急の医療機関に直接、搬送されることもあります。

初期救急医療

入院治療を必要としない比較的軽症な救急患者に対応
夜間や休日に行われている初期救急診療には、次のものがあります。

- ・区市町村の小児初期救急診療事業（主に平日夜間に実施〈午後10時ごろまで〉）
- ・区市町村の休日夜間急患センターでの治療
- ・地域の休日診療当番医（主に休日昼間に実施）

二次救急医療

救急指定の病院などです。都では、365日24時間、緊急に入院治療が必要となった患者さんに対応する救急医療機関を確保しています。

三次救急医療

生命の危機が切迫している重篤患者に対する救急医療

※東京都では、他の医療機関では救命治療の継続が困難な小児重篤患者を24時間体制で必ず受け入れ、救命処置が受けられる体制（「こども救命センター」）を確保しています。

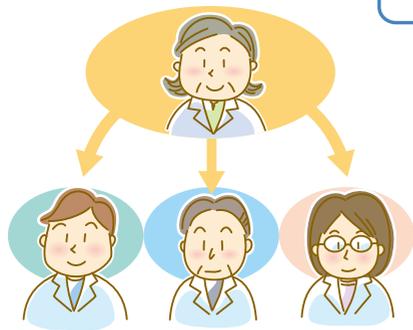
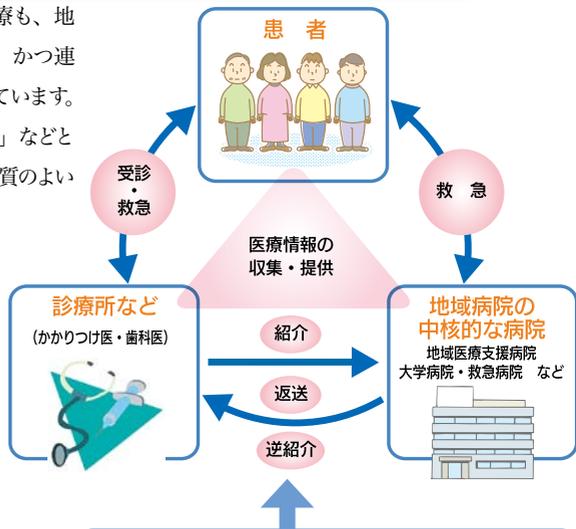


初期救急の医療機関は、区市町村の広報誌やホームページに「当番医」などとして掲載されます。また、いざというときのために、近隣の救急病院の所在地や電話番号などを確認しておきましょう。

期待される医療機能の分担と地域医療連携

近年、救急医療だけでなく一般の医療も、地域の病院や診療所が医療機能を分担し、かつ連携しながら治療を行う動きが活発になっています。「地域医療連携」とか「地域完結型医療」などと呼ばれ、分担と連携によって、効率的で質のよい医療の推進を目指しています。

診療所…入院施設のない、あるいはベッドの数が19床以下の医療施設。
 病院…ベッド数が20床以上ある医療施設。



紹介
 専門的な検査・治療が必要な場合、それらに対応できる医療機関を紹介すること

**返送
 逆紹介**
 症状が安定した場合など、紹介元の医療機関（紹介元がない場合は患者の自宅近くの医療機関など）に紹介すること

かかりつけ医・かかりつけ歯科医って、どんなお医者さん？

- 近くにいる
- どんな病気でもまず診てくれる
- 患者の疑問に率直にいていねいに答え、納得のいく治療方針を検討してくれる
- 日頃から健康管理や保健指導を行ってくれる
- 生活習慣から起こる病気の場合は、そのライフスタイル改善まで指導してくれる
- 患者の生活を支援するために、地域の医療・保健・福祉機関へのコーディネーターの役割も担ってくれる
- 病状に応じて、ふさわしい医療機関・医師を紹介してくれる

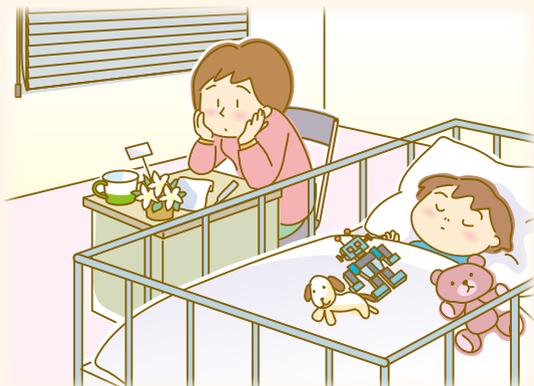
「かかりつけ医・かかりつけ歯科医」とは、何でも気軽に相談できる自分の医療のパートナー。適切な医療を受けるためには、直接大病院を訪ねる前には「かかりつけ医・かかりつけ歯科医」と十分に相談することが、より効果の高い治療へとつながります。



B病院へ入院

隣の市の救急病院のB病院に到着したKちゃん。待機していた医師・看護師によって、すぐに髄液を採取して調べる検査などを行い、ウイルス性の髄膜炎と診断、小児病棟へ入院となりました。

幸い、翌日には発熱や嘔吐などの症状も軽くなっていきましたが、小さなKちゃんの入院生活などについて、あれこれわからないことだらけのTさんでした。



入院時に必要なものは？

必要な書類の数は医療機関により若干の違いがあります。また名称も、例えば「入院申込書」は「入院承諾書・入院誓約書・入院証書」などさまざまですが、基本的に右の書類などが必要になります。

はじめでの病院へ入院した場合はできるだけ早く、予約入院の場合は当日に提出します。



入院保証金の金額は医療機関によってさまざまで、不要なところもあります。退院時に精算されるので、もらった「預かり書」はなくさないように。



主な必要書類

◎自分で用意するもの◎

- マイナ保険証 (マイナンバーカード) 又は資格確認書 又は (有効期限内の) 健康保険証
- 母子健康手帳
- ①など各種医療証
- 限度額適用・標準負担額減額認定証 (該当者)
- 限度額適用認定証
- その他
 - 現金
 - 入院保証金
 - 緊急連絡先
 - 印鑑

①医療証の例↓

◎医療機関で用意するもの◎

- 入院申込書
- 入院保証書
- 手術承諾書 (入院中に手術する場合)

入院して医療機関からもらった書類は、捨てないで必ず保管しておきましょう。その後に入院したときの参考になります。

入院生活の心配事、手続や医療費などの相談は、医療ソーシャルワーカー (MSW) や医事課職員などに相談を。

○入院時に伝えたいこと○

- 現在、服用している薬は、入院時に持参し、その旨を医師や看護師、薬剤師へ伝えておきましょう。
- アレルギーがある薬、食品、食べられないものは入院時に伝えておきましょう。



○ 児童の面会は…… ○

ほとんどの小児病棟では、感染予防のために15歳未満の子供は面会することができません。急病のときと同様に、前もって兄弟姉妹をあずかってもらえる手立てをしておきましょう。

参考

病院や診療所で働く主なスタッフ

私たちが
お手伝いいたします

医師・歯科医師

病気やケガの診察・治療

助産師

分娩の補助、妊婦・産婦・新生児の世話

管理栄養士

食事のメニューづくりや患者の栄養指導・相談

薬剤師

処方箋や注射指示箋に基づく調剤、服薬説明

医療ソーシャルワーカー (MSW)

社会福祉の立場から、入院中や退院後の心理的・社会的・生活上の問題の相談・援助

看護師・准看護師

療養上の世話と診療の補助

診療放射線技師

レントゲンやCTなどの検査や治療で使う放射線の照射・撮影

臨床検査技師

血液検査や心電図検査などの臨床検査

歯科技工士

義歯・歯冠・矯正装置などの製作・修理

歯科衛生士

歯科の診療補助・予防処置、口腔ケアなどの保健指導

理学療法士 (PT)、作業療法士 (OT)、言語聴覚士 (ST)、視能訓練士 (ORT)
リハビリテーションなどによって生活動作や運動・言語・視力機能などの向上を指導



医師から受ける いろいろな説明…… 私たちはどう関わればいいのか？

医師は、病名や病状、治療法などについて、すべての情報を患者に十分にわかりやすく説明する義務があります。

患者は、その説明を十分に理解・納得したうえで、自分が受ける治療法を選択する権利があります。

医療の主役は、
私たち『患者と家族』です。



インフォームド・コンセント (informed) (consent)

インフォームド・コンセントは、「患者の知る権利」「自己決定権」を保障する考え方です。発祥はアメリカですが、日本でも1990年代に広まりました。



医師は、病名、病状、選択可能なすべての治療法、その効果・危険性・見通し、治療にかかる費用などを患者に説明。

患者は、その説明を十分に理解・納得したうえで、自分が受ける治療法を選択（治療を受けないという選択もできます）。

「患者の知る権利」を守る

「自己決定権」を保障する

医療機関は、退院までに行われる治療などを記載した計画書を患者に交付し、適切な説明を行うことが法律により義務づけられました。

また、医療機関では、手術や治療を行う際に、患者に対して文書を交付し、説明を行い同意を求めるとも行われています。



受けた医療の説明が 「よくわからなかった」場合……

- まずは、受診先の医療機関の窓口にご相談してみましょう！
- 「窓口にご相談したけど、よくわからなかった」「何を聞いたらいいのか分からない」場合は、東京都医療安全支援センターの『患者の声相談窓口』に御相談ください。（受付時間や連絡先は19ページ参照）





「医師と患者」では、 やっぱり気後れするのですが……

患者は病気に対して「しろ」とだから、すべて「プロ」である医師におまかせ……。こういった「おまかせ医療」から、患者が主体的に医療に参加する「患者中心の医療」を実現するためには、私たちの努力も必要です。



医師にかかる際の10カ条

- ① 伝えたいことはメモして準備
- ② 対話の始まりはあいさつから
- ③ よりよい関係づくりにはあなたにも責任が
- ④ 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤ これからの見通しを聞きましょう
- ⑥ その後の変化も伝える努力を
- ⑦ 大事なことはメモをとって確認
- ⑧ 納得できないときは何度でも質問を
- ⑨ 医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩ 治療方法を決めるのはあなたです

参考

第二のプロの意見を聴く セカンド・オピニオン

患者が診断や治療法などについて迷った場合、主治医から検査結果や画像診断などの必要な情報の提供を受け、主治医以外の意見を聞くこと。

※セカンド・オピニオン外来を受診する場合は、健康保険給付の対象とならず、原則として、自己負担となります。

患者がセカンド・オピニオンを希望すると……

- 主治医は患者に「セカンド・オピニオン実施医療機関」の情報を提供し、患者の選択に協力する。家族が希望する場合は、患者本人の意思に基づいていることを原則とする。
- 主治医は、「実施医療機関」に必要な診療情報・検査所見・画像データなどの資料を可能なかぎり提供する。患者・家族はセカンド・オピニオンを受ける際に、この資料を持参する。
- 「実施機関」は、セカンド・オピニオンを実施する際、治療行為（投薬・処置など）を行わない。
- 患者はセカンド・オピニオン終了後、原則として主治医に戻ることにし、「実施機関」はその内容を主治医に提供する。



かかりつけ薬剤師とは？

- 薬の飲み方や使い方、副作用などについて納得のいく説明してくれる
- 薬の重複服用などがないよう患者さんの使用している全ての薬をきちんとチェックし、疑問があったら処方医に問い合わせしてくれる
- 一般薬の副作用情報なども含め、健康に関する情報を積極的に教えてくれる
- 薬の効果が最大限に発揮されるよう、医療機関などとの情報交換や連携に努め、地域医療の向上に貢献している
- 在宅で療養している場合は、医師などと連携した訪問服薬指導などを行ってくれる

受診時及び薬局へはお薬手帳を
忘れずに持っていきましょう。



医療費の支払い

Kちゃんは、すっかり元気になり、1週間で退院することになりました。現在のところ、髄膜炎による後遺症もありませんが、念のため定期的に検査をすることになっています。

退院の日、医療費を支払って領収書をもらいましたが、点数や金額で表示されている項目がたくさんあり、よくわかりません。



窓口で支払う医療費の内訳は？

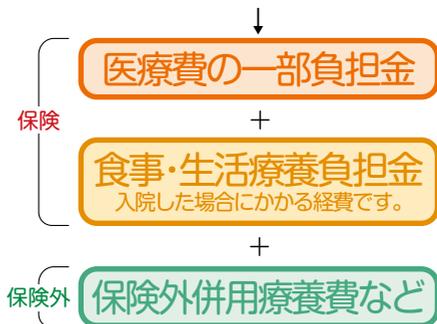
医療費の項目には、大きく分けて「保険」と「保険外」があります。

「保険」は医療保険の対象になるもので、2つに分けられます。1つは入院や検査、治療など医療に関するもの（診療報酬）で、「点」で示されています。もう1つは食事・生活療養費で「円」で示されています。

「保険外」は、医療保険が適用されないものです。

窓口で私たちが支払う費用は、医療費の一部負担金と食事・生活療養の負担金、そして保険外があればその費用を加えた合計です。

窓口で支払う医療費の内訳は



*確定申告の医療費控除などに必要となりますから、医療費の領収書及び明細書は必ず大切に保管しましょう。



*平成22年4月から、医療費の支払いの際、医療費の詳しい内容を記載した明細書が無料で発行されることになりました。（詳しくは、医療機関にお尋ねください。）

領 収 証									
患者番号		氏 名			請 求 期 間 (入院の場合)				
		様			令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日				
受診料	入・外	領収書No.	発 行 日	費 用 区 分	負 担 割 合	本・家	区 分		
			令和 年 月 日						
保 險	初・再診料	入院料等	医学管理等	在宅医療	検 査	画像診断			
	点	点	点	点	点	点			
	投 薬	注 射	リハビリテーション	精神科専門療法	処 置	手 術			
	点	点	点	点	点	点			
	麻 酔	放射線治療	病理診断	診断群分類(DPC)	食事療養	生活療養			
	点	点	点	点	円	円			
保 険 外 負 担	評価療養・選定療養		そ の 他						
	(内訳)		(内訳)						
		保 險		保険(食事・生活)		保険外負担			
合 計		円		円		円			
負 担 額		円		円		円			
領収額合計		円							

東京都〇〇区〇〇 〇-〇-〇 〇〇〇病院 〇〇 〇〇 領収印

(医科診療報酬の例)

医療費の一部負担金

医療費は法律で細かく点数化されていて、金額は**1点10円**です。

患者はその一部を自己負担、残りは医療保険から支払われます。

医療費の患者負担割合

6歳・3月末以前(義務教育就学前)	2割
6歳・4月以降(義務教育就学以降)	3割
70歳未満	

でも、
乳幼児は「乳」で
自己負担はなし



義務教育就学児・高校生等医療費の助成

高校生等(18歳・3月末)までの方を対象に、各種医療保険の自己負担分の一部を助成します。区市町村によって所得制限の有無・助成範囲が異なるので、くわしい内容は、区市町村にお問い合わせください。

乳(乳幼児医療費の助成)

対象

義務教育就学前までの乳幼児(6歳に達する日以後の最初の3月31日までの乳幼児)

対象外の場合

- ① 養育されている乳幼児が各種医療保険に加入していない場合
- ② 生活保護を受けている乳幼児の場合
- ③ 施設などに措置によって入所している場合

助成の範囲

各種医療保険の自己負担分

注意

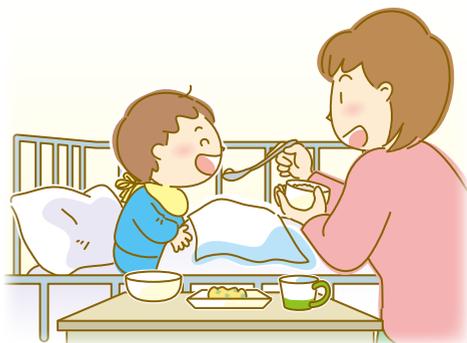
- ① 区市町村によって所得制限の有無・助成範囲が異なる。
- ② この制度による診療を扱わない医療機関で診療を受けた場合は、自己負担分を医療機関の窓口を支払い、その領収書をもって住んでいる区市町村の乳幼児医療費助成担当課に医療助成費を申請

食事・生活療養負担金

入院中の食事にかかる料金（入院時食事療養費）も、患者は一部を自己負担、残りは医療保険から支払われます。

ただし、乳幼児の場合、自治体によっては**助成制度**があり、その場合は**自己負担なし**です。

*「入院時生活療養費」は長期間入院している65歳以上の人を対象にしたものです。



保険外併用療養費

医療保険では、原則として医療保険が適用されない保険外診療があると、医療保険が適用される診療も含めて全額が自己負担となります。

しかし、次のものについては、医療保険が適用されない部分の費用は自己負担となりますが、医療保険が適用される部分（診察・検査・投薬・入院料など通常の診療と共通する部分）の費用は一般の保険診療と同様に一部負担金を支払うしくみとなっています。

選定療養

患者の選択に基づくもので、代表的なものとして「差額ベッド代」があります。

・差額ベッド代（特別の療養環境の提供）

個室などを患者が希望すると、医療機関が定められた額を負担しなければなりません。

※「治療上の必要」で差額ベッド代の対象となる病室へ入院した場合など、差額ベッド代を負担しなくてもよい場合があります。

・その他のもの

制限回数を超える医療行為、予約診療（病院の都合による場合は除く）など

評価療養

医療保険給付の対象とすべきものであるか否かについて、適正な医療の効率的な提供をはかる観点から評価を行うもので、以下のものがあります。

・先進医療、医薬品や医療機器の治験に関わる診療など

保険外負担の「その他」には薬剤容器料、おむつ代、予防接種（任意）などがあります。



参考

国民医療費の現状

国民医療費の総額（推計）は、令和4年度で約47兆円となっています。これは、国民1人当たり年間で約37万円を支払ったこととなります。今後、医療の高度化や高齢者の増加等により、国民医療費の増加が予想されます。



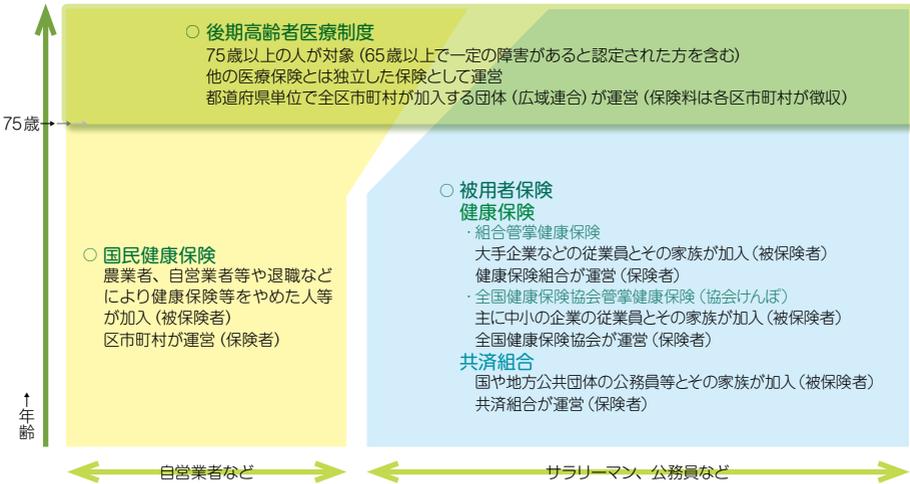


医療保険のしくみを教えて!

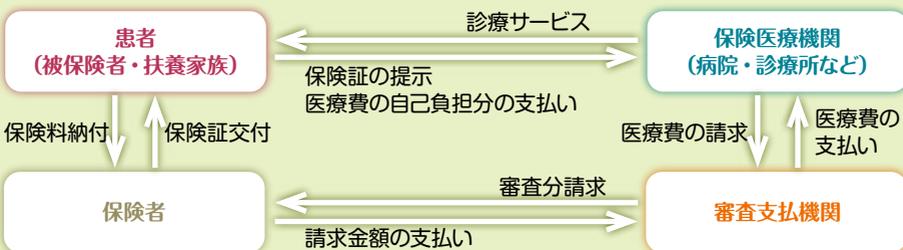
わが国では、病気やケガをしたとき、みんなが安心して医療を受けられるように、下の表の公的医療保険のいずれかに、被保険者またはその扶養家族として、すべての人が加入することになっています。

そして保険料(税)を納めることで、病気やケガをしたときには、医療費の一部を支払うだけで診療などを受けることができます。これを**国民皆保険制度**といいます。

〇 公的医療保険の制度の概要



保険診療のしくみ



高額な療養費について

入院や手術ともなれば、医療費の自己負担額が高額になることもあります。しかし、自己負担額のうち一定額を超えた分は医療保険から支払われます。

この制度を利用し、ひと月の医療機関等の窓口における支払額を一定額にとどめるには、あらかじめ加入している医療保険の保険者の承認が必要です。

詳しくは加入している医療保険の担当部署におたずねください。

【参考】厚生労働省「高額療養費制度を利用される皆様へ」

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/iryuhoken/juuyou/kougakuiryou/



健やかに育てるために

東京都こども医療ガイド

病気やケガの対処のしかた、病気の基礎知識、子育てアドバイスなどの情報を提供
アドレス
<https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>

TOKYO 子育て情報サービス

妊娠中や子育てに関する疑問、子供に起こりやすい事故や応急手当てなどの情報を提供
インターネットで
https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/info_service/info-service.html

妊娠相談ほっとライン

思いがけない妊娠に関すること、妊娠中の体調に関すること、出産費用に関することなど妊娠や出産に関する様々な悩みの相談

☎03-5339-1133

月曜日～日曜日→10:00～22:00
(元日を除く)

メール: ホームページ上の相談フォームに必要事項を記入して送信
「妊娠相談ほっとライン」で検索
※女性の健康に関する相談は女性のための健康ホットライン(03-5339-1155)へ

子育てはとても楽しく、とても大変、一喜一憂の毎日でしょう。都や区市町村では、みなさんの「サポーター」としてさまざまな情報を発信しています。
心配や不安なことがあるときは、1人で悩まず、私たちを積極的に活用してください。



子供の健康相談室(小児救急相談)

保健所や保健センターが閉庁する時間帯に行っている、子供の健康や救急に関する相談

☎#8000

→プッシュ回線の固定電話・携帯電話

☎03-5285-8898

→ダイヤル回線・IP電話等すべての電話

月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)→18:00～翌朝8:00

土曜・日曜日、祝日、年末年始→8:00～翌朝8:00

子供に関するさまざまな相談(子育てに関する親からの悩み、子供本人からの悩み等)

児童相談センター
4152 (よいこに) 電話相談
☎03-3366-4152
平日→9:00～21:00
土日祝日→9:00～17:00
(12月29日～1月3日を除く)
聴覚言語障害者用専用FAX
03-3366-6036

子供家庭支援センター

- ・子供と家庭の問題に関するあらゆる相談に応じる総合窓口
- ・電話番号や受付時間は各区市町村に問い合わせるか、東京都福祉局のホームページを参照

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/ouen_navi/center.html

東京都難病相談・支援センター

原因不明、治療法未確立の疾患(難病)についての相談

☎03-5802-1892

平日→10:00～17:00



その他、保健所、保健センター、福祉事務所、児童相談所などで相談にのってくれます。

赤ちゃんの健康を守るために

生後5日～7日
先天性代謝異常等検査



原則として生後28日まで
新生児訪問



3～4カ月児健康診査



東京都および区市町村で行っている主な医療費助成制度

妊婦や子供を対象とした医療費の助成には、以下のようなものがあります。それぞれ各種健康保険を適用したときの自己負担分を助成します。(令和7年9月現在)

妊娠高血圧症候群等の医療費助成	以下の①～⑤の疾患にかかっている妊婦で、医療機関で入院治療を受ける必要のある方、加えて(1)のいずれかに該当する方が対象 ①妊娠高血圧症候群及びその関連疾患 ②糖尿病及び妊娠糖尿病 ③貧血 ④産科出血 ⑤心疾患 (1)前年の所得税額が30,000円以下の世帯に属する方 (2)前年の所得税額が30,001円以上で、入院見込み期間が26日以上の方 手続き方法 都(ただし特別区、八王子市、町田市は各自自治体の窓口)に必要な書類をそろえて申請
入院助産(出産費用の助成)	出産にあたって、保健上必要であるにもかかわらず、経済的な理由で病院または助産所へ入院できない妊産婦で、以下のいずれかに該当する世帯が対象。認可された助産施設における分娩が適用 ①生活保護世帯等 ②住民税非課税世帯 ③当該年度の特別区民税又は市町村民税所得割の額が19,000円以下の世帯(ただし、出産一時金の額が48万8千円以上の場合を除く) 手続き方法 福祉事務所または区・市役所の窓口へ申請
乳幼児医療費の助成(㉑)	13ページ参照
未熟児の養育医療	以下のいずれかに該当する未熟児で、入院して養育を受ける必要があると医師が認めた乳児(0歳児)が対象(期間は1歳に至る前日まで。指定医療機関での入院のみが適用) (1)出生時体重が2,000グラム以下の乳児 (2)出生時体重にかかわらず、生活力が特に弱く、以下のいずれかの症状を示す乳児 ①けいれん、運動異常 ②体温が摂氏34度以下 ③強いチアノーゼなど呼吸器、循環器の異常 ④くり返す嘔吐など消化器の異常 ⑤強い黄疸 手続き方法 区市町村の窓口(区部は保健所など、市町村地域はそれぞれの窓口)に必要な書類をそろえて申請
ひとり親家庭等医療費の助成(㉒)	以下のいずれかに該当する方が対象(所得制限あり) ①ひとり親家庭(母子・父子家庭)の母又は父及び児童 ②父母のいない児童及びその児童の養育者 ※児童・18歳に達した日の属する年度の末日までの者(障害がある場合は、20歳未満) 手続き方法 区市町村の窓口へ申請
大気汚染関連疾患の医療費助成	以下の疾患がある18歳未満の児童が対象【原則として都内に引き続き1年(3歳未満は6か月)以上住んでいること】 ①気管支ぜん息 ②ぜん息性気管支炎 ③肺気腫 ④慢性気管支炎 ⑤①～④の続発症 手続き方法 区市町村の窓口に必要な書類をそろえて申請
小児慢性特定疾病の医療費助成	以下の疾病群の疾病で認定基準を満たす18歳未満の児童が対象(18歳以降も引き続き医療を受ける場合は、20歳に達するまで助成延長が可能。指定医療機関での治療が適用) ①悪性新生物(がん) ②慢性腎疾患 ③慢性呼吸器疾患 ④慢性心疾患 ⑤内分泌疾患 ⑥膠原病 ⑦糖尿病 ⑧先天性代謝異常症 ⑨血液疾患 ⑩免疫疾患 ⑪神経・筋疾患 ⑫慢性消化器疾患 ⑬染色体又は遺伝子に変化を伴う症候群 ⑭皮膚疾患 ⑮骨系統疾患 ⑯脈管系疾患 手続き方法 区市町村の窓口(区部は保健所など、市町村地域はそれぞれの窓口)に必要な書類をそろえて申請
自立支援医療(育成医療)	以下の障害がある18歳未満の児童が対象で、手術等により確実な治療の効果が期待できるもの(指定医療機関での治療が適用) ①肢体不自由 ②視覚障害 ③聴覚・平衡機能障害 ④音声・言語・そしゃく機能障害 ⑤心臓機能障害 ⑥腎臓機能障害 ⑦小腸機能障害 ⑧肝臓機能障害 ⑨その他の内臓障害 ⑩免疫機能障害 手続き方法 区市町村の窓口(区部は保健所など、市町村地域はそれぞれの窓口)に必要な書類をそろえて申請
結核児童の療育給付	18歳未満で、結核の治療のため医師が入院を必要と認めた児童が対象(指定医療機関での入院のみが適用) 手続き方法 保健所の窓口に必要な書類をそろえて申請

その他、「自立支援医療(精神通院医療)」「難病医療費等助成」「感染症医療費助成」などがあります。

6～7カ月児健康診査

9～10カ月児健康診査

1歳6カ月児健康診査

3歳児健康診査



保健や医療に関する情報はどこで入手できるの？

健康づくり・疾病の予防の情報

健康づくり

- 次のところで講演会などが行われています。広報誌などにより開催の案内があります。
《区市町村、医師会などの医療関係団体、各保険者など》

健康診査、
検診の情報

- 次のところで行われ、広報誌などにより案内があります。
《区市町村、各保険者など》

インフルエンザ
などの感染症の情報

- 感染症全般の情報がホームページでご覧になれます。
HP [東京都感染症情報センター](#)

病気の症状、
予防、
治療の説明

- 次のところで講演会等が行われています。広報誌等により開催の案内があります。
《区市町村、医師会等の医療関係団体、各保険者など》
- 次のところでは、ホームページによる情報提供が行われています。
HP [日本医療機能評価機構 \(Minds\)](#)
HP [国立がん研究センター \(がん情報サービス\)](#)
HP [国立循環器病研究センター \(循環器病情報サービス\)](#)

応急手当

最寄りの消防署等で講習会が行われています。
くわしくは最寄りの消防署にお問い合わせください。

医療全般

- 医療制度や医療用語の基本的知識や情報をホームページで解説しています。
HP [知って安心暮らしの中の医療情報ナビ](#)



モバイル版

どこに、
どのような
医療機関・薬局が
あるのか

- 全国にある医療機関と薬局を検索できます。
HP [医療情報ネット \(ナビ\)](#)
- 都内にある医療機関を電話により探すことができます。
東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
電話 ☎03-5272-0303 (毎日24時間)
- 休日や夜間に対応できる病院・診療所
・区市町村の広報誌などに当番医の情報の掲載があります。
いざというときのためにチェックしておきましょう。
・東京消防庁では、救急病院の案内などを行っています。
HP [救急病院案内 | 東京消防庁](#)
電話 #7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線)
こちらからも ☎03-3212-2323
つながります ☎042-521-2323 (ダイヤル回線)



医療情報ネット
(ナビ)

在宅看護など
在宅でのサービス
(介護保険含む)

- 介護保険サービス事業者をホームページで探すことができます。
HP [介護サービス情報の公表 | とうきょう福祉ナビゲーション](#)

医療を受ける際の情報

薬の情報

薬の正しい
使い方や
効能副作用などの
情報

- 次のホームページで情報が確認できます。

HP 東京都薬剤師会

HP 独立行政法人 医薬品医療機器総合機構
医薬品医療機器情報提供ホームページ



保険

医療保険の仕組みや
高額療養費制度など

- 加入している医療保険の窓口にお問い合わせください。
(加入している医療保険の窓口を次ページの「緊急時メモ」に記入しておきましょう。)

福祉

福祉情報

- 高齢者、子供、障害者などの福祉情報について、区市町村別ごとのサービスや相談窓口などをホームページでご覧になれます。

HP とうきょう福祉ナビゲーション

その他の情報

医療に関する相談

- 医療安全支援センター「患者の声相談窓口」
医療に関する問題を自ら解決するための助言等を行い、患者と医療機関等との信頼関係の構築を支援します。
東京都 ☎03-5320-4435 西多摩保健所 ☎0428-20-2113
南多摩保健所 ☎042-310-1844 多摩立川保健所 ☎042-526-3063
多摩府中保健所 ☎042-362-4691 多摩小平保健所 ☎042-450-3222
※東京都は主に病院に関する相談、各保健所は主に所管する診療所等についての相談をお受けします。
※特別区・八王子市・町田市に所在する診療所等に関するご相談は、各区・八王子市・町田市の保健所へお問い合わせください。
※島しょ地域における医療機関等のご相談は、各島しょ保健所出張所又は、東京都医療安全支援センターをご利用ください。
- 相談受付時間 平日9時～12時、13時～17時
- 相談方法 原則電話で30分以内

中毒事故の
対処方法等

- タバコやボタン電池などの誤飲、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性中毒について、実際に事故が発生している場合に限定し情報を提供
電話 ・大阪中毒110番 (365日 24時間対応)
☎072-727-2499 (情報提供料：無料)
・つくば中毒110番 (365日 24時間対応)
☎029-852-9999 (情報提供料：無料)
 - 中毒の知識 (予防方法など)
- HP** 公益財団法人日本中毒情報センター

※下線がついているホームページ (**HP**) は、「知って安心 暮らしの中の医療情報ナビ」のホームページの「便利情報 (リンク集)」からそれぞれの公式ホームページにアクセスすることができます。

「便利情報 (リンク集)」:

<https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/inavi/link.html>

知って安心
暮らしの中の医療情報ナビ

トップページ ナビアニメメニュー ナビガイドメニュー 目的別メニュー 用語集ページ

東京都が作成した母子「知って安心暮らしの中の医療情報ナビ」の内容をアニメーション形式とテキスト形式でご覧いただけます

子どもの発熱 高齢者の骨折

上記のボタンを押してスタート

暮らしの中の医療情報ナビ
ぜひ利用



緊急時用メモ

いざという時のために
あらかじめメモしておきましょう。

かかりつけ医・歯科医		休診日	メモ
電話 ()			
かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師			
電話 ()		電話 ()	
救急病院・救急診療所			
電話 ()		電話 ()	
休日・全夜間診療所		患者等搬送サービス	
電話 ()		電話 ()	
加入している保険の窓口		保健所	
電話 ()		電話 ()	
緊急連絡先			
電話 ()		電話 ()	
もよりの 緊急避難場所			

家族の状況

名 前	
平 熱	℃ アレルギー
持病等	
常用している薬	
備 考	

家族の状況

名 前	
平 熱	℃ アレルギー
持病等	
常用している薬	
備 考	

家族の状況

名 前	
平 熱	℃ アレルギー
持病等	
常用している薬	
備 考	

家族の状況

名 前	
平 熱	℃ アレルギー
持病等	
常用している薬	
備 考	



MEMO



Handwriting practice area consisting of 18 horizontal wavy lines.

知って安心 暮らしの中の医療情報ナビ
— 子供の発熱 —

令和7年11月発行
登録番号(7)123

発行 / 東京都保健医療局医療政策部医療政策課
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
☎03-5320-4448

印刷 / 正和商事株式会社

