

夜間・休日に急病になったら

地域の医療機関・応急診療所と二次救急病院は、夜間や休日などの急病のとき、一次救急と二次救急の役割を分担して救急医療にあたっています。一次救急は軽いけがや病気の時、二次救急は入院や手術が必要な重症の場合です。

①まず、かかりつけの医師に連絡してください

☆連絡がつかないときは

②応急診療所（朝日町1361-4）（一次救急医療受入機関）

～救急車を呼ぶほどでもないが、家で様子をみているのには心配なとき、ご利用ください～

診療科目…内科・小児科 ☎0595-63-3913 ※その他の科は電話でお問い合わせください。

- 応急的な処置・投薬を目的としています。翌日や休み明けには必ずかかりつけ医師の診察を受けてください。
- 医師の診断により詳しい検査や入院が必要な場合は、紹介状を持って二次救急実施病院へ行っていただきます。
- 持参するもの：健康保険証、診療費用、各種医療費受給者証（お持ちの人）、おくすり手帳など



※受付時間：各診療時間終了時刻の30分前まで

施設マップ（応急診療所）

診療時間	月～土曜日	午後8時～11時
	日曜日・祝日・年末年始・(12/30～1/3)	午前9時～正午・午後3時～5時・午後8時～11時

応急診療所の紹介状がある人・二次救急医療が必要な重症の人

名張市立病院の「小児科」の救急医療体制について

- 名張市立病院「小児科」では「小児救急医療センター」を開設し、24時間365日小児二次救急の対応をしています。受入対象は重症患者です。けがおよび交通事故などの外科系疾患は除きます。
- 市内の一次医療機関、名張市応急診療所が診療していない時間帯の場合は、事前に市立病院に電話連絡をしていただき、症状などをお聞きした上で、受入れを行います。

名張市立病院（☎0595-61-1100）

救急車での搬送以外は、必ず事前にご連絡ください。



応急診療所の診療時間外の場合

三重県救急医療情報センターコールセンター ☎059-229-1199

24時間体制で受診可能な医療機関をコールセンター（県内1か所）で案内しています。

- インターネット・・・<https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>
- 携帯版・・・<https://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>
 - ・案内を受けた医療機関に行かれる場合は、必ず事前に電話で確認してから受診して下さい。
 - ・場合により市外医療機関を案内することもあります。

夜間体調のことで相談したいときは

みえ子ども医療ダイヤル ☎#8000

※ダイヤル式、光電話、IP電話など上記番号ではつながらない場合は☎059-232-9955へ

相談時間：午後7時30分～翌朝8時 毎日実施しています。

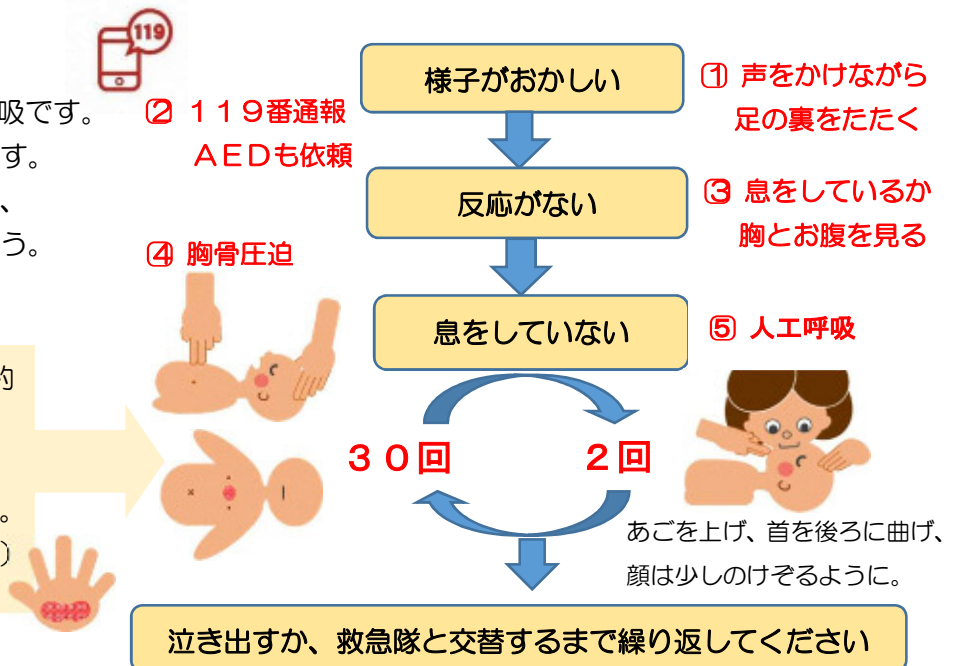
夜間、お子さんの体調のことで慌てたり、判断に困ったことはありませんか。みえ子ども医療ダイヤルでは、18歳未満の子どもたちの病気・薬・事故に関することについて、医療関係の専門相談員が電話による相談を実施します。

※相談内容についての秘密は守られます。気軽にご相談下さい。

心肺蘇生法について、乳児揺さぶられ症候群・乳幼児突然死症候群予防のために

心肺蘇生法の基本は、胸骨圧迫と人工呼吸です。
何かをするその勇気が救命につながります。
様子がおかしいと思ったら助けを呼んで、
右図の心肺蘇生法の手順を開始しましょう。
※固い床の上で行いましょう。

両乳頭を結ぶ線の少し足側を、胸の約
1/3の深さまで強く押す。
1分間に100～120回のペース。
幼児は、両手の付け根でしっかり押す。
(しっかり圧迫できれば片手でもOK)



乳児揺さぶられ症候群を予防のために

乳幼児揺さぶられ症候群とは、1秒間に3～5回程度、赤ちゃんが全身を激しく揺さぶられることで脳しんとうを起こしてしまう状態のことです。脳や神経、網膜などが傷つき、重い障害が残ったり、命にかかわります。赤ちゃんが泣いてストレスを感じたら、赤ちゃんから少し離れて気持ちを落ち着かせましょう。決して激しく揺さぶらないようにしてください。

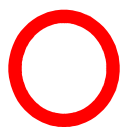
乳幼児突然死症候群予防のために

乳幼児突然死症候群（SIDS）は、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく、眠っている間に突然死亡してしまう病気です。原因はまだわかっていませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中に多いことや、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児に多いことがわかっています。⇒ うつぶせ寝は避けましょう。タバコはやめましょう。

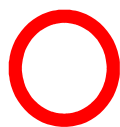
スマホに子守をさせないで！

親がスマホに夢中だと、赤ちゃんの興味・関心を見逃してしまったり、周囲の危険に気づきにくくなります。また、スマホを子どもだけで長時間見ることにより、視力低下や言葉の発達が妨げられたり、情緒が不安定になる等の悪影響があります。

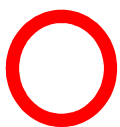
親も子どもも使用時間のコントロールが大切です。すべてのメディアに接触する時間は1日2時間までが目安です。



目と目を合わせ語りかけることで、赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。



親子が同じものに向き合う「絵本の読み聞かせ」は、親子が共に育つ大切な時間です。



散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは、子どもの体力を高め、五感・共感力を育みます。