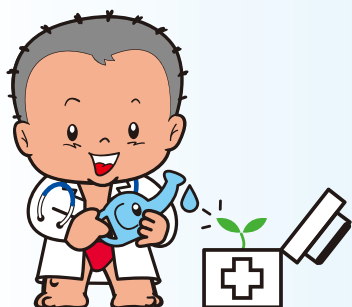
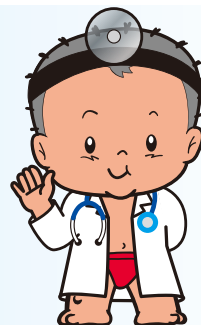


医療を守り育てる、住民の**行動**。

地域医療を守り育てる五か条

一、**かんしん(関心)**を持とう。

まずは知るところからすべては始まります。「自分はまちの医療にかかっていないから関係ない」というあなた、あなたが20年後、車を運転できなくなったら?あるいはあなたのご家族は?関係ない人などいない、それが地域医療です。



二、**かかりつけ**を持とう。

どんなときにも大きな病院の専門医にかかるのではなく、まずは何でも相談できる「かかりつけ」を探しましょう。かかりつけ医は大きな病院と連携しています。医療機関に大きな負担となるコンビニ受診は控えましょう。

三、**からだづくり**に取り組もう。

あなたが病気にならずに病院・診療所のお世話にならなかつたら、医師の業務は減り、余裕が生まれます。日ごろの食事や運動習慣を見直す、健康診断・がん検診を受けるなど、住民ができる健康増進は多いです。



四、**がくせい(学生)**教育に協力しよう。

志高く地域医療の現場に研修に来られる医学生さん、研修医の先生の気持ちを折らないよう、気持ちよく診察を受け、励ましの言葉をかけましょう。彼らが指導医とともにレベルの高い医療を提供していることも理解してください。

五、**かんしゃ(感謝)**の気持ちを伝えよう。

膨大な業務や患者の心ない言葉に、医療者の心と体はボロボロです。崇め奉るのではなく、人と人との関係として当然わき上がる感謝の気持ちを忘れずに伝えてください。感謝の言葉が、医療者を元気づけます。

