

## <自分メモ>

知ってください  
私のこと。

◆ 今までにかかった病気



◆ 現在治療中の病気  
通っている医療機関など

◆ 今飲んでいるお薬  
(お薬手帳を持参しましょう。)

自分の病気に対する  
理解を深め、主体的に治療に  
参加しましょう。

家に帰ったらメモを見直しましょう。

分からない点があれば書き出して  
おき、次回受診時に医師・看護師に  
聞きましょう。

次回受診までの症状の変化をメモし  
ておきましょう。

医療に関する相談・苦情は  
『横浜市医療安全相談窓口』へ  
☎045-671-3500  
月～金曜日（祝日・年末年始の休庁日を除く）  
時 間 8時45分～17時15分

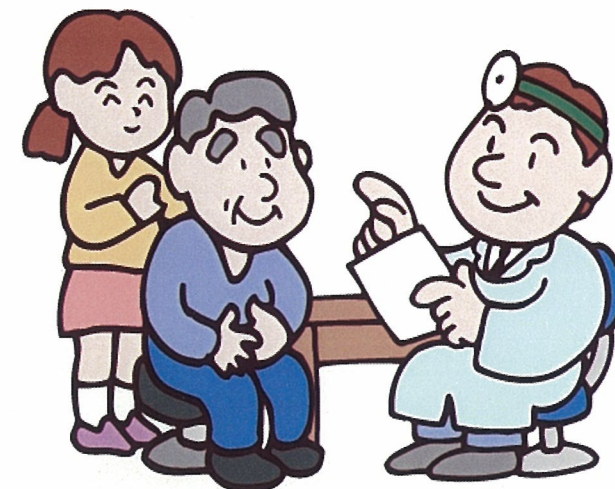
発行年月日 平成21年3月  
横浜市広報印刷物登録第 200598号  
種類・分類 C-EC360  
編集・発行 横浜市健康福祉局健康安全部医療安全課  
〒231-0017  
横浜市中区港町2-9 関内駅前第二ビル4階  
TEL 045(671)3654 FAX 045(663)7327



横浜市

# お医者さんへの上手なかかり方

準備しましょう  
伝えたいこと。知りたいこと。



このリーフレットは、  
患者さんとお医者さんとの  
より良い関係づくりを  
お手伝いします。

横浜市医療安全支援センター

## < 伝える >

伝えたいこと  
聞きたいことを  
メモにして準備しましょう。

- ◆ いつ頃から？ どんな時に？  
どんな症状がある？



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- ◆ 気になっていること、心配なこと。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## < 説明を聞く >

医師の説明をきちんと  
聞き、主体的に治療に  
参加しましょう。

- ◆ 大事なことはメモしましょう。



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### < 例えばこんなことが大事 >

- ★ 普段の生活で気をつける  
ことはありますか
- ★ 薬を飲んで、体調が悪くなっ  
たらどうすればいいですか
- ★ こんどの受診日はいつですか

## < 質問する >

あとで不安にならないため  
に、理解できないことは  
遠慮なく聞きましょう。

- ◆ 医師の説明に対し、わからないこと  
は、質問してみましょう。



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- ◆ これからの治療の見通しについて  
聞いてみましょう。



気になっていることは  
確認できましたか？