

急な病気やけがのとき

診療を受けるときは、
健康保険証と現金を必ず持参してください

◎夜間・休日診療所

相談名	診療科目	診療日・診療時間	名称	所在地〔位置〕	電話番号
日曜・祝日 年末年始の急病	内科・小児科	日曜・祝日・12/30～1/3 午前10時～午後4時	神奈川区 休日急患診療所	反町1-8-4 はーと友神奈川3F(J-8)	317-5474
夜間の急病	内科・小児科 眼科・耳鼻咽喉科	毎日 午後8時～午前0時	横浜市 夜間急病センター	中区桜木町1-1 (健康福祉総合センター内)	212-3535
	内科・小児科	毎日 午後8時～午前0時	横浜市 北部夜間急病センター	都筑区牛久保西1-23-4 (都筑区休日急患診療所内)	911-0088
歯科の急病	歯科	(夜間診療)毎日 午後7時～午後11時 (受付終了:午後10時30分) (休日診療)日曜・祝日・12/29～1/4 午前10時～午後4時 (受付終了:午後3時30分)	横浜市 歯科保健医療センター	中区相生町6-107	201-7737

◎相談窓口

相談内容	相談時間	名称	電話番号	FAX
医療機関案内 (救急受診できる病院・ 診療所を知りたい)	年中無休 24時間対応	横浜市救急相談センター(#7119) (医療機関案内)	#7119または232-7119 ※音声ガイダンス後、1番を選択	—
	年中無休 24時間対応	医療機関案内FAX (聴覚障害者専用)	—	FAX:242-3808 【聴覚障害者専用】
救急電話相談 (今すぐに受診すべきか、 救急車を呼ぶべきか)	年中無休 24時間対応	横浜市救急相談センター(#7119) (救急電話相談)	#7119 または232-7119 ※音声ガイダンス後、2番を選択	—
救急受診ガイド(緊急性や受診の必要性を確認できます)		パソコン・スマートフォンから Q 横浜市救急受診ガイド 検索		
(こどもの急病時)	年中無休 午後6時～午前0時	かながわ小児救急ダイヤル	#8000または 722-8000	—
誤飲などによる 急性中毒事故相談	年中無休 〔大 阪〕24時間対応 〔つくば〕午前9時～午後9時	(公財)日本中毒情報センター 「中毒110番」	(大阪)072-727-2499 〔つくば〕029-852-9999	—
家庭用化学製品 (たばこ等)の誤飲	年中無休 24時間受付 〔医薬品や異物は対象外〕 ※すでに症状が出ている場合は病院・ 診療所で受診してください。	(公社)神奈川県医師会 「中毒情報相談室」	262-4199	—

地震に備える

室内を確認しましょう

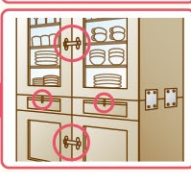
1 家具

金具やつっぱり棒など家具転倒防止器具を取り付ける。



2 扉・戸棚

扉が開いて食器等が飛び出すのを防ぐため、留め金具を取り付ける。



3 プレーカー

地震による電気火災を防ぐために感震ブレーカーを設置する。



4 窓ガラス

ガラスに飛散防止フィルムを貼る。



防災用品の準備

様々な災害に備えて、食料や飲料水を家庭内で最低3日分備蓄するとともに、非常持出品をリュックサックなどに入れて、あらかじめ準備をしておきましょう。



備蓄品

- 水……………1日1人3リットル×最低3日分が必要です。
- 食料……………簡単に食べられる保存食を用意しましょう。
- トイレ対策……断水時のトイレ対策として、トイレパックを1日1人5個×3日分を用意しましょう。
- その他の備蓄…燃料、卓上コンロ、携帯ラジオ、懐中電灯、常備薬など

非常持出品

食料関係 簡易食料 	水 	貴重品 現金 身分証明書 預金通帳
救急・安全 常備薬 包帯 絆創膏 メガネ コンタクトレンズ 	日用品 懐中電灯 ティッシュペーパー 携帯ラジオ マスク 	衣類等 ヘルメット 底の厚い靴 軍手 衣服

津波に備える

地震発生時には「より早く、より高い場所へ避難」することを意識し、鉄筋コンクリート造など堅固な建物の3階以上又は標高5m以上の高台を目安に避難しましょう。
区内ではおおむね国道15号線より海側が浸水すると予測されています。