



5. 健康



5. 健康

(1)毎日の健康管理

急な病気やケガの時に、慌てずに適切な医療機関で適切な治療を受けるため、あらかじめ近くのドラッグストアやクリニックの場所を確認しておきましょう。



風邪薬、頭痛薬、整腸剤はドラッグストアで購入できますので、常備薬として持つておくことをお勧めします。なお、ドラッグストアで売っている薬の情報は、以下のサイトで効果や副作用、服用方法を確認することができます。



○おくすり検索

薬局・ドラッグストアなどで買える薬について検索することができます。

○くすりのしおり

病院・クリニックで処方される医療用医薬品の効果や用法、副作用について検索できます。

5. 健康

(2) 健康相談

構内での軽いケガ(切り傷、打撲、捻挫など)や内科的な急病(頭痛、腹痛、力ゼの症状など)時の応急的な措置が必要な時は、[保健管理センター](#)を利用して下さい。

また、大学生活や日常生活に不安があるときにも、気軽に[保健管理センター](#)に相談してください。

《その他の機関》

○ [沖縄県国際交流・人材育成財団](#)

外国語で受診できる沖縄県内の医療機関や医療通訳者(有料)について案内を受けられます。

○ [AMDA国際医療情報センター](#)

在日外国人向けに日本の医療情報の提供を行っています。

○ [日本政府観光局 \(JNTO\)](#)

日本で医療を受ける際に役立つ情報の提供を行っています。



5. 健康

(3) 医療機関の種類

日本の医療機関は、「クリニック(医院、診療所)」と「病院」の2つに分けられていて、役割が違います。よりスムーズに適切な医療を受けられるよう、この2つの違いを知ることが大切です。

○クリニック(医院、診療所)

病気になった際、緊急性が高くない場合は、まずクリニックを受診しましょう。

近くのクリニックがわからない場合は、保健管理センターや国際教育課に相談してください。

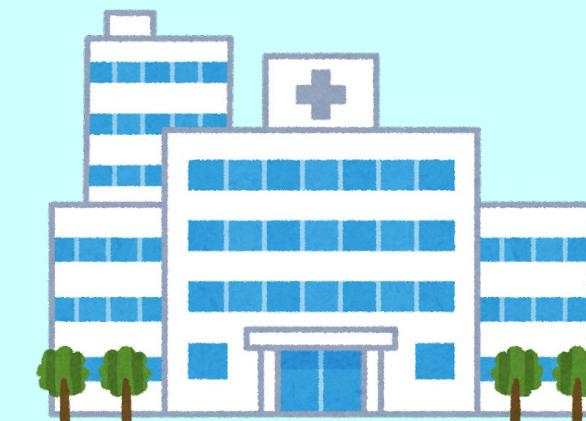
- ・保健管理センター TEL:098-895-8144(平日08:30～17:00)
- ・国際教育課 TEL:098-895-8103(平日08:30～17:00)



○病院

クリニックでは治療できない病気や手術が必要な場合は、適切な病院の紹介状が出されます。

※琉球大学病院の受診は、クリニックからの紹介状が必要です。



5. 健康

(4) 国民健康保険

3ヶ月以上日本に滞在する留学生は、国民健康保険(国保)へ加入する義務があります。

この保険に加入すると国民健康保険税(国保税)を支払う必要がありますが、病院で受診する際に保険証の提示をすることで、治療費の70%を補助してもらえます。(ただし、保険が適応されない治療もあります。)

国保税は、加入者の前年中の所得をもとに計算されます。前年の所得が不明のままだと、軽減や減免を受けることができず、高い保険税を払わなければなりません。前年に収入がない場合でも、あなたの住んでいる市町村役場で毎年収入を申告してください。

国保と国保税については、[『外国人留学生生活ガイドブック』](#) 59ページから62ページを参照してください。

