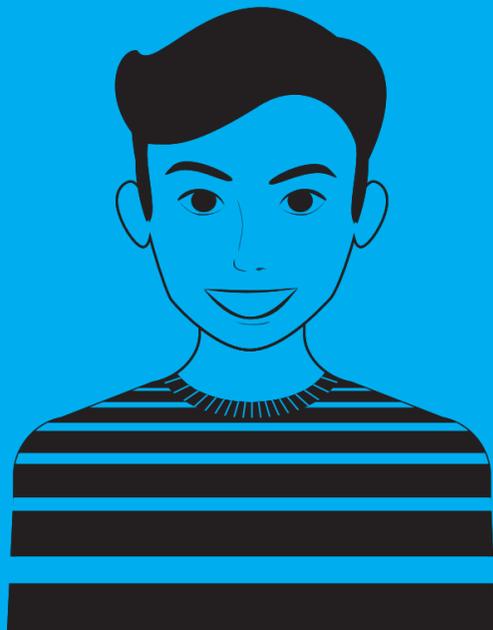


健康管理は 自分で 行いましょう

11歳~12歳

- ☑ あなたのヘルスケアの権利を知りましょう。
- ☑ お薬やアレルギーなど、あなたや家族の健康について知りましょう。
- ☑ 使っている薬について理解し、スケジュール通りに飲みましょう。
- ☑ 診察の時は、先生と直接お話ししましょう。正直に話し、そして質問をしましょう。



13歳~14歳

- ☑ 診察中に、医師と一対一で話す時間を設けてもらえるよう頼みましょう。
- ☑ 可能であれば、自分の医療情報をみたり、先生にメッセージを送れるようオンラインポータルを設定しましょう。
- ☑ 診察の時には、自分で受付しましょう。



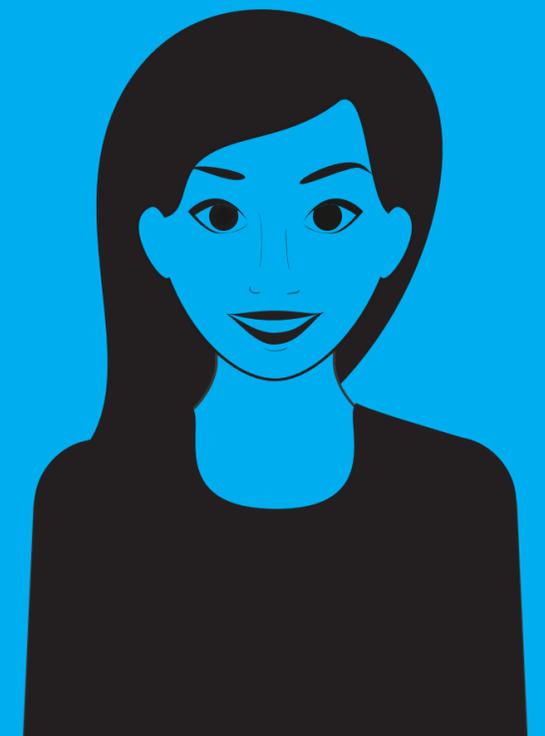
15歳~16歳

- ☑ 自分で予約をとりましょう。
- ☑ 処方箋を補充する時は、自分で薬局に電話をしましょう。
- ☑ 自分の医師や歯科医などとの連絡方法を知っておきましょう。
- ☑ 医療保険について学び、保険カードを持ち歩きましょう。
- ☑ 保険に加入していない場合、ほかの選択肢について問い合わせましょう。



17歳~18歳

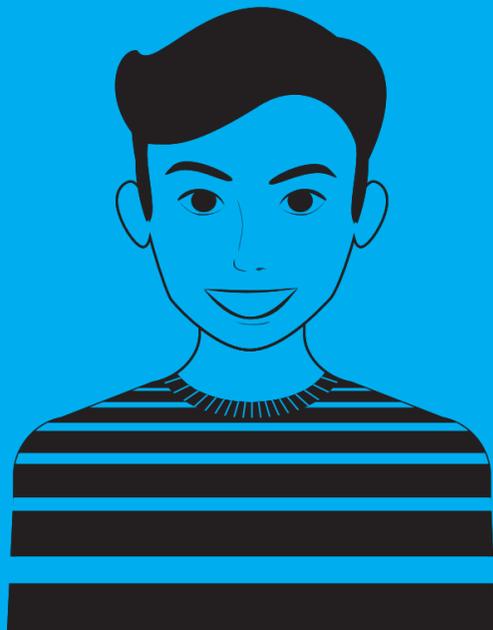
- ☑ 自宅から離れて暮らす予定がある場合、次回からどこで医療を受けるか計画を立てましょう。
- ☑ 必要に応じて新しい医師に診療記録を送りましょう。
- ☑ 18歳になった時のプライバシー保護の権利について、医師に尋ねましょう。
- ☑ 18歳になった後も保険に加入していることを確認しましょう。そうでない場合、選択肢について医師と相談しましょう。



健康管理は 自分で 行いましょう

11歳~12歳

- ☑ あなたのヘルスケアの権利を知りましょう。
- ☑ お薬やアレルギーなど、あなたや家族の健康について知りましょう。
- ☑ 使っている薬について理解し、スケジュール通りに飲みましょう。
- ☑ 診察の時は、先生と直接お話ししましょう。正直に話し、そして質問をしましょう。



13歳~14歳

- ☑ 診察中に、医師と一対一で話す時間を設けてもらえるよう頼みましょう。
- ☑ 可能であれば、自分の医療情報をみたり、先生にメッセージを送れるようオンラインポータルを設定しましょう。
- ☑ 診察の時には、自分で受付しましょう。



15歳~16歳

- ☑ 自分で予約をとりましょう。
- ☑ 処方箋を補充する時は、自分で薬局に電話をしましょう。
- ☑ 自分の医師や歯科医などとの連絡方法を知っておきましょう。
- ☑ 医療保険について学び、保険カードを持ち歩きましょう。
- ☑ 保険に加入していない場合、ほかの選択肢について問い合わせましょう。



17歳~18歳

- ☑ 自宅から離れて暮らす予定がある場合、次回からどこで医療を受けるか計画を立てましょう。
- ☑ 必要に応じて新しい医師に診療記録を送りましょう。
- ☑ 18歳になった時のプライバシー保護の権利について、医師に尋ねましょう。
- ☑ 18歳になった後も保険に加入していることを確認しましょう。そうでない場合、選択肢について医師と相談しましょう。

