

外国人に対する医療サービス・医薬品提供の円滑化に向けて— ニセコ・倶知安におけるアクション・リサーチの経過報告

佐々木香織¹、木村崇人²、國行彩斗³、野村茉由³、瀧 啓太²

¹ 札幌医科大学医療人育成センター (元小樽商科大教員)

² 元小樽商科大学佐々木香織研究会所属学生

³ NPO 法人 SoRie

Progress Report on an Action Research at Niseko, Hokkaido, Japan: For facilitating processes of foreign visitors and residents' accessing and receiving local medical and healthcare services

Kaori Sasaki¹, Takahito Kimura², Ayato Kuniyuki³, Mayu Nomura³, Keita Taki²

¹ Center for Medical Education, Sapporo Medical University (Former Professor at Otaru University of Commerce)

² Former student of the Prof. K Sasaki Seminar, Otaru University of Commerce

³ A member of Nonprofit Organization SoRie

I. はじめに

本稿は北海道後志地方の倶知安・ニセコ地区における外国人への医療提供に関する「課題解決型調査研究(≒ action research)」の経過報告である。同地区では近年スキー場の開発に伴い急速に国際観光化が進んでいる。この研究は2017年7月に小樽商科大学の佐々木香織研究室の活動として開始され、研究が軌道に乗ると2020年に筆頭筆者を代表とするSoRieというNPO法人を設立した。同法人は、石狩・後志の地域社会における(特に保健・医療・介護・教育に関する)課題解決へ貢献を目指すものである。

この研究を開始した2017年は、外国人の受け入れと医療に関する政策が動いた時期である。例えば2016年6月9日に閣議決定された「未来投資戦略2017」では、2017年から訪日する外国人に対する医療サービス体制の充実を求め、ⁱ2017年8月1日には厚生労働省の委託研究が外国人患者の受け入れ実態の調査結果を発表している。ⁱⁱ その報告によれば「外国人患者の受け入れに当たり、現在負担になっていることや今後不安な点」として「言語や意思疎通」を84.5%、「未収金と訴訟のリスク」を63.9%、「対応に要する時間や労力の増加」を61.7%の機関が挙げており、実際のトラブルと

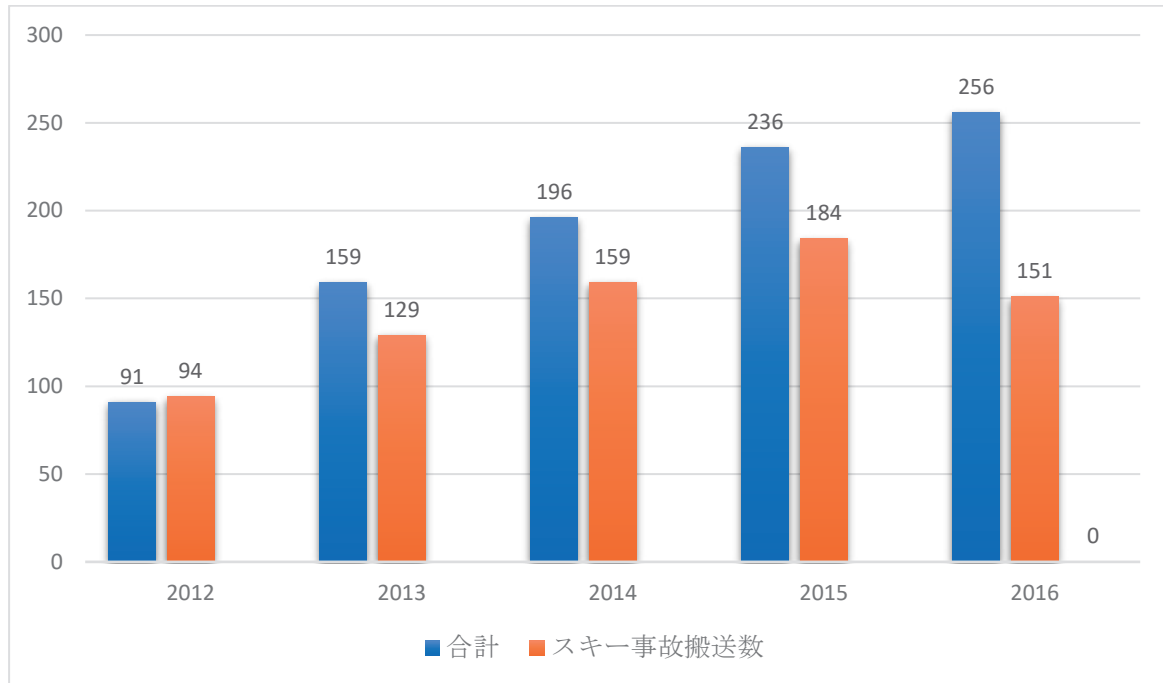
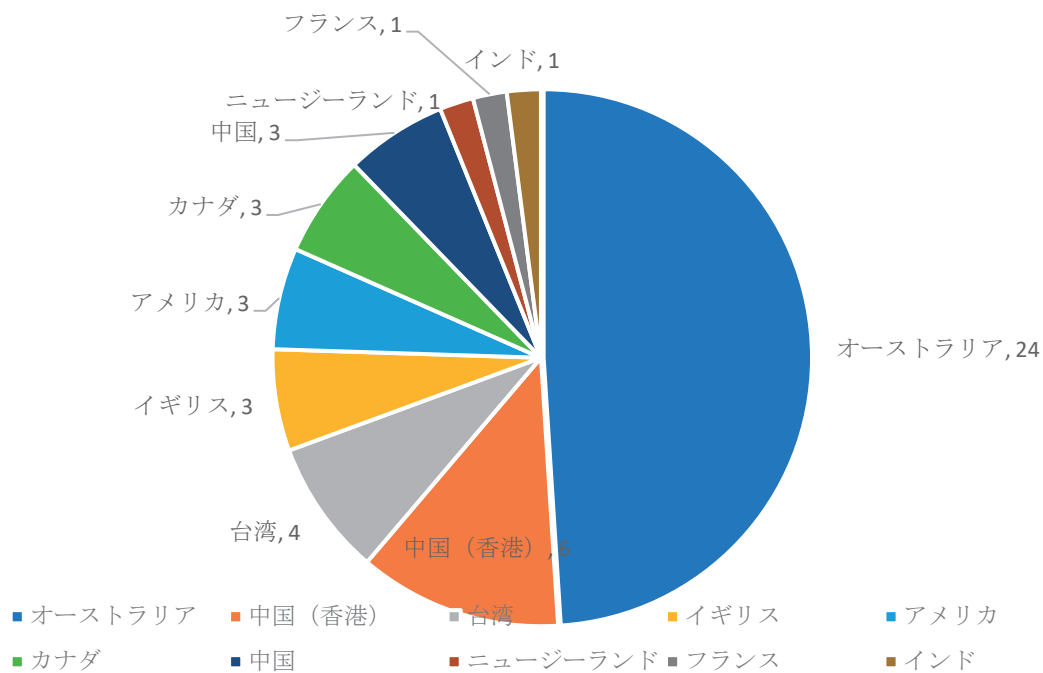
しては「意思疎通がはかれない」「文化の相異」「習慣の違いから説明に時間を費やした」「医療費未納」などがあるという。

そこで筆頭著者が主宰する研究室では「倶知安・ニセコ町では、上記の実態調査結果と類似した問題がある」という予測の下で、非構造化聞き取り調査を2017年8～10月に実行した。調査で判明したのは、当該地区では外国人の救急搬送が急増し(〔図1〕参照)、各医療機関では外国人患者受け入れに関して同様の問題を抱えていたばかりか、ドラッグ・ストアや処方箋薬局や観光業者も類似課題に直面していた。しかし「語られた内容」を精査すると、問題は単なる「言語」や「文化の相異」に還元できるかが不確かであった。

そこで〔表1〕に示すリサーチ・クエスチョンを掲げ、それを解明する聞き取り調査を実施することにした。この様な具体的な状況を把握し、その背景と問題の原因を分析できれば、その解決策を提案と実行も可能となる。つまりアクション・リサーチを実施することへ導かれる。ここに本格的なりサーチが始動することになった。

[表1] リサーチ・クエスチョン

1. ドラッグ・ストアや医療機関における「意思疎通」「文化の相異」そして「説明に時間を要する」といった問題とは、具体的にはどういう状況に陥っているのか
2. その状況には、どのような背景や要因があるのか

[図1] 羊蹄山ろく消防組合五年間のスキー事故搬送者における外国籍傷病者の推移ⁱⁱⁱ

[図2] アンケート対象者の出身国

II. アクション・リサーチの経過

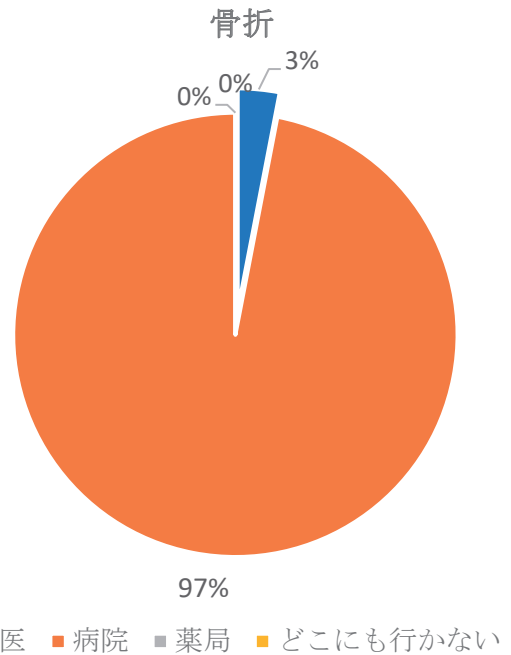
A. 第一期（2017年10月—2018年9月）

〔表1〕のリサーチ・クエスチョンを探究すべく、2017年10～12月に非構造化インタビューを実施した。対象はドラッグ・ストア、薬局、医療機関、各スキー場、ニセコ・倶知安の両町役場と保健所職員、ホテル・ペンションである。

結果を一言でいうと、具体的な事例は様々であったが、共通する背景・要員が発見された。それは外国人が当然視している「医療のあり方」「薬局やドラッグ・ストアの役割」が日本人と大きく乖離している点である。文献で確認すると、詳細は省くが、日本は相当に独特な医療制度を採用しているため、日本人が当然視している医療制度やシステムは、外国人に理解が難しいという推論がなされた。この知見から「医療や健康に関する『制度』や『習慣』や『役割・期待値』の違い」が、「言語の相違」の問題を更に深め、外国人への「説明に時間を要する」事態が生じているという仮説を採用した。

そこで上記の仮説を検証するアンケート・聞き取り調査を2018年1月13～14日に英語で外国人スキー客に対して実施し、54名より回答を得た。当該地区は2018年1月における外国人宿泊者の内訳が多い順で、オーストラリア34%香港16%中国10%であるため^{iv}、内訳比率がほぼ同様となる回答者を得ている（図2参照）。

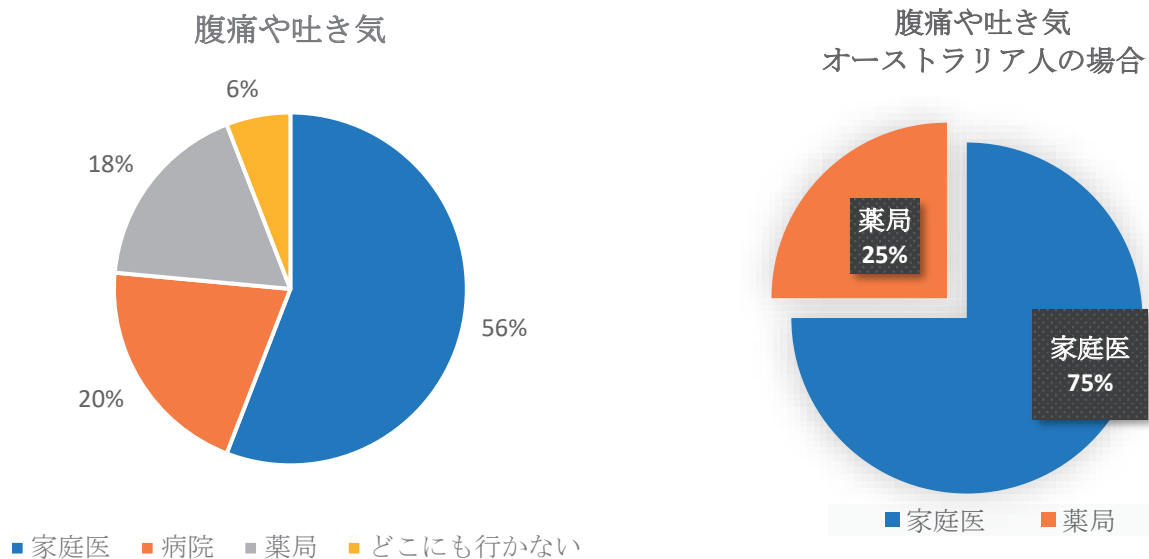
特筆すべき結果は、仮説を裏付ける以下の3点が認められことである。一つは薬局・ドラッグ・ストアの位置づけである。7割ほどの外国人は、薬剤師の常駐を当然視しており、症状に合わせて相談しながら薬



〔図3〕 骨折をした際の行き先

を選べることを期待するのみならず、薬剤師不在のドラッグストアが日本（ニセコでは全て）にはあって、その様なドラッグ・ストアでは高度な医薬品（第一類など）が購入できないことを認識していなかった。

第二に医療制度の相異である。特にオーストラリア人は、腹痛や吐き気という症状において病院・医院ではなく、家庭医という日本に馴染みの薄い存在に頼るか薬局・ドラッグ・ストアで対応しようという傾向が見て取れ、外国人全体としても病院（日本の基幹病院を指す）は2割程度であった。一方で骨折となると、倶知



〔図4〕 腹痛や吐き気を感じた際の行き先 外国人全体（左）とオーストラリア人（右）

[表2] 医療ガイドマップ(初版)のコンテンツ

1. 医師と医院のあり方 (e.g. 家庭医と専門医、診療所と専門クリニック・医院と総合病院)
2. 医療機関へのアクセスと受付から処方箋・会計に至るまでのプロセス
3. 症状・症状の指し指図
4. 当該地域の医療機関と症状の対応表
5. 医薬品の分類 (e.g. 要指導薬品)
6. 薬局・ドラッグ・ストアの情報
7. 病院・医院の情報 (e.g. 英語対応の是非、診療時間)
8. 地図(各機関の位置)
9. 救急と医療保険情報

[表3] 医療ガイドマップ(初版)のコンテンツ

1. 従業員が使うための日本語版や日英の PDF ファイルが欲しい
2. 基幹病院の倶知安厚生病院にない眼科や歯科の医院を掲載して欲しい
3. 長期滞在のスキー客は、捻挫などのケガや腰痛に悩む人も多いので、フィジオ(整体)の情報が欲しい
4. フィジオ(整体)に無認可営業があったり、フィジオに行って逆に容態が悪くなって病院診察に戻った人もいたりしたので、正確な情報が欲しい
5. 医療機関や薬局などに行くためにバス停、タクシーの所要時間など、交通に関する具体的な情報が欲しい
6. ドラッグ・ストアでは、ロキソニン、ヘルペス、ガンジダの薬を求められることが多いが、それらは第1類である 調剤薬局にしかないことを示して欲しい
7. ドラッグ・ストアと調剤薬局で、「緊急避妊薬」を求める人が多いが、処方箋がないと購入ができないことを示して欲しい
8. 地域で医療機関やドラッグ・ストアの開業・廃業が最近あるので、情報のアップデートをして欲しい
9. ウェブ・スマホ版が欲しい

安厚生病院のような総合病院を頼る人が殆どである。また他の診療項目も類似の傾向がみられた。すなわち一般的な疾患症状には家庭医に頼るため、様々な病気の症状が出た場合は、どのような医院や診療科に訪れれば分からない可能性が高いことが推測された。他方で欧州やオーストラリア等の家庭医の診療所にはX線やCTなどの検査機器が殆ど装備されておらず、また日本のような検査機器を揃えている診療所や中堅の外科や内科の医院は殆ど存在しないため、骨折など機器での検査を要する怪我では、総合病院にかかるのが妥当と判断するようであった。言い換えると基幹病院ではない外科の診療所でも骨折を治療してもらえるという認識が薄いと考えられる。この傾向は、2018年の5～9月に倶知安・ニセコ地区で勤務する外国人の就労者10名程度に対する非構造化した聞き取り調査にて確認作業を行い、このような認識であることが伺えた。

第三に説明に時間を要するという点を鑑み、外国人旅行者が医療機関を訪れる前に知っておきたい内容を確認できた点である。それらは病院や医院などの場

所、診療時間という基本情報だけでなく、仮説を裏付けるような「どのようにして医師にアクセスできるのか」というような「医療制度」に関する情報も求めている。また「言語的な補助の有無」も確認したい情報であり、先行研究が指摘したような「言語や意思疎通」の課題について外国人も予測しうる問題としていた。

この様な結果をもとに医療ガイドマップを2018年2～3月に英語で作成し、当該地域に配布した。内容は「医療制度」の違いに配慮したものとなっている(それは上掲の[表2]に示す構成となっている(実物は[補遺]を参照のこと)。

この冊子は、北海道庁の後志振興局や倶知安町役場やニセコ町役場といった行政機関における協力と活用だけでなく、ホテルや観光所においては旅行・滞在客に利用され、さらには外国人労働者を抱えている事業所においてはその従業員向けとして使用された。その評判は上々で新聞や雑誌にも紹介された。したがってアクション・リサーチとして、社会調査にもとづいて現実の社会的な課題に関与できたと言えるだろう。

外国人に対する医療サービス・医薬品提供の円滑化に向けて—ニセコ・倶知安におけるアクション・リサーチの経過報告

B. 第二期 (2018年10月—2020年12月)

2018年秋から本プロジェクトを第二段階へと進めた。それはアクションに対するフィードバックをもらい更なるアクションを起こす調査・研究である。そこで配布した医療ガイドマップに対する効果や要望に関する非構造化インタビューを実施した。外国人滞在者から「病人や怪我人への対応に役に立った」という好意的な評価をえることができた一方、多くの改善要望を求められた。具体的に考慮すべきと判断されたものは上掲の[表3]のとおりである。

要望への対応は2つに分けて進めた。第1点の要望に関しては、2018年秋から2019年春にかけて日本語版を配布し、更にPDFファイルはいくつかの事業所に送付して各々のニーズに合わせて活用してもらった。残りの要望については、それらに応える改訂版を目標とした調査を行うことにした。2020年はコロナ禍であったが、交通機関、フィジオ(整体)と許認可権を持つ保健所、そして眼科や歯科医院といった新たな側面に重点を置きながら確認作業を進め、そこで分かった点を整理したり、議論したりして、改訂版の方向性を決めるよう努めた。

C. 第三期(2021年1月—2022年2月)

2021年から[表3]で示された要望に対する確認作業の結果を踏まえ、ウェブ・スマホ版の準備と2021年にガイドマップの改訂版を英語版のみならず、日本語と中国語版の作成に取りかかった。11月に後者が完成し、12月から翌年1月にかけて配布をした(実物は[補遺]を参照)。これによりウェブ・スマホ版を除く[表2]の全要望に応えられることを企図している。

とはいえ、本研究はアクション・リサーチである以上、実際の効果を踏まえて展開する必要がある。そこで「ガイドマップ」の改定に対する評価と、今後の本アクション・リサーチの方向性を検討するための調査を実施した。具体的には2021年12月に改訂版のガイドマップの配布に伴う配布先の代表者に対する聞き取り調査、そして2022年1-2月は、ステークホルダーに対しての改訂版に関するアンケート調査である。それらの調査では改訂版の評価に加えて、外国人には医療ガイドマップ[改訂版]で、必要な内容理解ができたかを査定し、日本人に対しては配布される前に日本と外国における医療制度や医薬品の取り扱いの違いを認知していたかを問うている。その目的は、外国人の理解度に合わせた掲載内容の改定および、日本人に対する人材教育の必要性を確認することである。更にウェブ・スマホ版への具体的な期待も尋ね、具体的なニーズの

確認も行った。その上で現行の紙媒体の長所と短所について、ウェブ・スマホ版の利用を念頭に記述してもらっている。これもウェブ・スマホ版作成と紙媒体の更新を展望することを念頭にしている。

調査分析は未だできてはいないが、分析結果を参考に、紙媒体の今後の発展を検討し、ウェブ・スマートフォン化をより効果的に発展するよう努める予定である。

III. むすびにかえて

2017年から4年の歳月をかけ、筆頭筆者とNPO法人SoRieによる倶知安・ニセコ地区における外国人に対する医療提供に関する問題解決型研究—アクション・リサーチ—を実践してきた。結果としては、外国人への医薬品や医療サービスへのアクセスや提供を円滑にすることに貢献を微力ながらできたと思われる。

これらの活動を踏まえ、本アクション・リサーチは以下三点の活動を行う予定である。第一に紙媒体における掲載内容の理解度を考慮し、それらを埋め合わせるウェブ・スマホ媒体のコンテンツを完成させ、オンラインの情報提供を開始する。第二に日本人のステークホルダーに対する人材教育の必要性と方向性を見極めていく。第三にウェブ・スマホ版と紙媒体の利用に関する実態調査を行う。これらの活動により地域医療に対する更なる社会貢献が実現されることを祈念している。

謝辞

本稿で扱った研究活動は、文部科学省の「知の拠点事業」、小樽商科大学の「グローバル推進事業」、小樽商科大学言語センター「外国語を使った地域貢献プログラム」そして札幌医科大学の「特定医学研究推進事業・学術振興事業」からの助成、そして元小樽商科大学教員である高宮城朝則さん、井上典子さん、久保田顕二さん、西山茂さん、野口将輝さんからの寄付を受けて実施された。この場を借りてお礼を申し上げたい。

補遺

医療ガイドマップ改訂版 (英語版)

A-15 Kashiwaya dental clinic

233-1-1 Ichino, Maemi 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-23-2708

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English, Spanish

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-16 Kawabata dental clinic

118-1-2 Chome, Maemi 2 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-6400

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-17 Horiyoko "osteopathic clinic"

153-1-1 Chome, Kita 4 Jo, Kuchan (t:41) 136-24-830

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-18 Ezo "osteopathic clinic"

165-1-1 Chome, Kita 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-55-229

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-19 Kuchikan "osteopathic clinic"

165-1-1 Chome, Kita 4 Jo, Kuchan (t:41) 136-24-4141

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

C-20 Niseko Dome Therapy Center

427-5 Aka-Niseko, Niseko (t:41) 136-58-819

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

C-21 Niseko Acupuncture and moxibustion clinic

100-1-1 Aka-Niseko, Niseko (t:41) 136-42-2390

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

C-8 Niseko Clinic

21-1 Erimo, Niseko (t:41) 136-44-2301

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

B-9 Niseko International Clinic

125-100 Yamato, Kuchan (t:41) 136-21-5454

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-10 Kuchikan Azuma ophthalmological clinic

1-3 Higashi 3-chome, Maemi 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-23-148

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-11 Hakagawa dental clinic

133 Higashi 3-chome, Maemi 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-23-2220

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-12 Royal dental clinic

165-1-1 Chome, Kita 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-5585

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-13 Ito dental clinic

203-1-1 Ichino, Maemi 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-1085

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-14 Kunimoto dental clinic

165-1-1 Chome, Kita 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-29-1971

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-1 Kutchikan Kosel General Hospital

118-1-1 Ichino, Maemi 1 Jo, Kuchan (t:41) 136-21-1141

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-2 Yotel Pediatrics and Allergy Clinic

153 Higashi 3-chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-6633

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only, English

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-3 Ueda Orthopedic Surgery

165-1-1 Chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-1386

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-4 Sato Internal Medicine

165-1-1 Chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-6122

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-5 Shirakaba Internal Medicine Clinic

165-1-1 Chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-22-1707

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

A-6 Niseko Neurosurgery Clinic

165-1-1 Chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-21-5500

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.

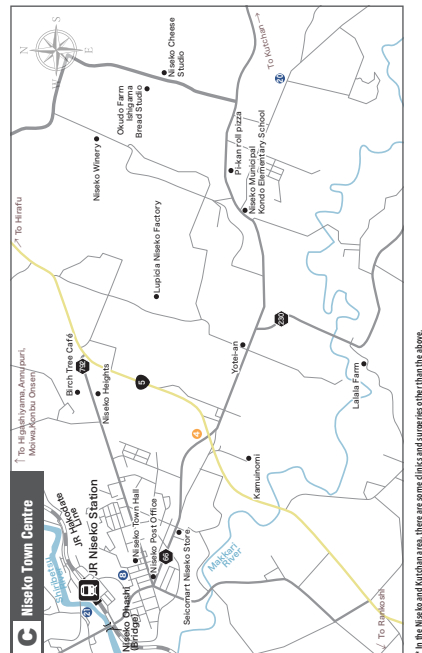
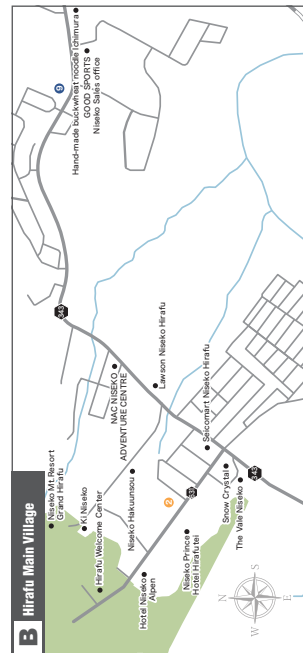
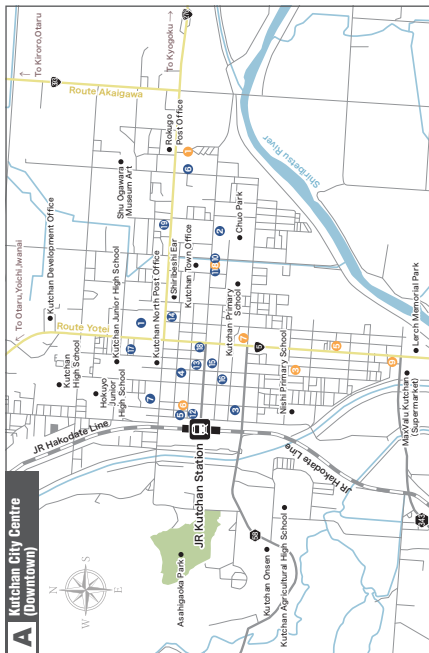
A-7 Kitasan Surgical Gastroenterologist Clinic

165-1-1 Chome, Maemi 3 Jo, Kuchan (t:41) 136-21-6410

Open hours: Mon-Fri 9:30-18:00, Sat 9:30-18:00, Sun 9:30-18:00

Available: Cash only, Japanese only

Remarks: *1: Please call for the first time. *2: Please call for the first time. *3: Please call for the first time.



* In Niseko and Kuchikan area, there are some clinics and surgeries other than the above.

外国人に対する医療サービス・医薬品提供の円滑化に向けて—ニセコ・倶知安におけるアクション・リサーチの経過報告



If I get sick or injured in Kutchan & Misako area, what should I do?

Here, you can find useful information about Specialists hospitals, clinics, surgeries, pharmacies, drug stores, Japanese healthcare system!



OTARU UNIVERSITY OF COMMERCE
Nonprofit Corporation SoRe

Medical Emergency

Medical Emergency - Visit a local hospital
Kutchan Koset General Hospital (+81) 136-21141
Nighttime medical service in Misako & Kutchan
Kutchan Koset General Hospital may offer a nighttime consultation, depending on your condition and their available resources. You should make a phone-call to the Hospital before you visit in order to confirm whether or not they can accept you.
Call an Ambulance → Dial 119

Do you have International Travel Insurance?

- Medical service is NOT free of charge in Japan and can be expensive.
- We recommend buying insurance for your stay in Japan.
- Choose a suitable insurance policy that covers your medical cost and/or sports activities (e.g. skiing, rafting) that you have planned to enjoy.
- Many insurance policies allow you to buy extend and claim (online) anytime - even if you're already on the road.

Four Different Types of Medical Institutions in the Kutchan and Misako area

Category	Explanation	Examples
Primary Care (family doctor/ general practitioner) (GP)	A family doctor (GP) examines your condition thoroughly, i.e. primary care or general medical services. It is especially convenient if you find it difficult to decide which family doctor (GP) consults you and then either diagnoses and surgery or refers you to a specialist.	Misako Clinic Kutchan Koset International Clinic
Primary Care (family doctor) (FP)	Primary care (family doctor) (FP) medical specialty (e.g. stomach, heart). A clinic has various medical devices and equipment.	Misako Clinic Kutchan Koset International Clinic
Specialists	Specialist consultations and treatments are available appointments. Each doctor has their specialty and a ward with various medical devices and facilities.	Misako Neurosurgery Clinic Misako Medical Clinic SAB Internal Medicine Ueda Pediatric and Surgery Yama Pediatrics and Allergy Clinic
Hospital	A hospital consists of a range of departments and units that covers a range of specialties (e.g. surgery, internal medicine). It is equipped with various medical devices and facilities. It supplies inpatient and outpatient care.	Kutchan Koset General Hospital

Three Different Category / Group of Japanese medicine

Category	Explanation	Examples
Prescription drugs	Drugs which require a doctor's prescription from a doctor after a medical consultation.	Warning After Pill
Over-the-Counter (OTC) drugs	Drugs only available under a doctor's advice (e.g. painkillers, antibiotics). Contains more effective second and third class OTC drugs.	Anti-inflammatory drug Antibiotic Gastrointestinal drug (e.g. acid blockers) Anti-histamine Anti-hypertensive (e.g. Calcium channel blockers) Anti-allergy drug
Over-the-Counter (OTC) drugs	Available at Japanese drugstores without a doctor's prescription or pharmacist advice.	Cold remedy Anti-histamine Pain killers Diuretics Eye drops Creams for itchy skin Vitamin pills

Seeing a doctor in Japan

- 1. Visit a doctor**
 - No need for an appointment.
 - First come first-served basis, depending on each patient's condition.
- 2. Reception and Acceptance**
 - Fill in a medical sheet.
 - Write down your personal information (e.g. phone number), your current condition and symptoms (e.g. broken leg and your medical history (e.g. allergy)).
 - Check your insurance status.
 - If you claim from an insurance company for the medical cost, you need a 'medical certificate'. If you need one, please request at reception.
- 3. Consultation and Medical Examination**
 - See a doctor to diagnose your symptoms and condition.
 - On-site about tests, X-ray, CT, ultra-sound, endoscopic examination, etc. are available -- even if you visit a small surgery and/or clinic.
 - If necessary, you might be referred to another specialist or a hospital.
- 4. Payment and Check-out**
 - Make pay for your consultation fee.
 - Receive your prescription.
 - Your medication might be received here if in-house prescription service is available.
- 5. Visiting a Pharmacy**
 - Submit a prescription to any pharmacy within four days after your consultation.
 - Receive prescribed drug with a brief explanation.
 - You can ask a pharmacist about your prescribed drug.

Pharmacies and Drugstores in the Kutchan and Misako area

A-1 Stella pharmacy
1-10-1 Higashi 7-chome, Misako 3-po, Kutchan (+81) 136-21725
Available Cash
No. Tel. This 9:00-21:15 (Wed. Sat. 9:00-21:45)
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

B-2 Satsudora Drugstore Niseko Hirado
B1 floor 188 Hirado, 188-5-1 Aka Yama, Niseko (+81) 136-21751
Available Cash
11:00-21:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

A-3 Surohira Drug Store Kutchan
6-5 Nishi 1-chome, Misako 3-po, Kutchan (+81) 136-21580
Available Cash
9:00-22:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

C-4 Salsandra Drugstore Misako Minomachi
1F-1R Minomachi, Misako (+81) 136-18220
Available Cash
9:00-21:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

Other pharmacies
*Staffed by pharmacists
*Located near hospitals and clinics
*Can get prescribed drugs

A-5 Satsudora Drugstore Kutchan

1-9 Higashi 1-chome, Misako 3-po, Kutchan (+81) 136-21505
Available Cash
9:00-21:45
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

A-6 Like pharmacy
101 Mita 3-chome, Aka 2-po, Kutchan (+81) 136-21511
Available Cash
Wednesdays 9:00-18:00 Sat 9:00-13:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

A-7 Yamaya pharmacy
9 Higashi 1-chome, Misako 3-po, Kutchan (+81) 136-21298
Available Cash
9:00-21:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

A-8 You pharmacy
3-30 Higashi 3-chome, Misako 1-po, Kutchan (+81) 136-23-0703
Available Cash
Wednesdays 8:30-18:00 Sat 8:30-13:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

A-9 Surohira Drug Store Kutchan Minami
1-10-1 Higashi 1-chome, Misako 3-po, Kutchan (+81) 136-21201
Available Cash
9:00-21:00
*Have about 10 minutes for your personal information, and it takes about 10 to 15 min.

Picture for physical symptoms and their description

- Headache
- Head injury
- Fever
- Pain around abdomen
- Stomach ache
- Burns
- Rashes
- Swelling
- Physical condition of a baby or child
- Swelling of the gums
- Injury
- Injured site

There are family doctors who can deal with various symptoms.

- Neuro International Clinic
- Misako Clinic
- Kutchan Koset General Hospital
- Misako Neurosurgery Clinic
- Shinkai Internal Medicine Clinic
- Salsandra
- Ueda Orthopedic Surgery
- Yama Pediatrics and Allergy Clinic
- Kutchan Koset General Hospital
- Songye
- Kutchan Koset Ophthalmological Clinic
- Dentist

Like Misako and Kutchan area, there are some clinics and companies other than the above. The listed institutions are those who have given us permission to publish here.

参考文献

- i 国土交通省観光庁：明日の日本を支える観光ビジョン（平成 28 年 3 月 30 日）. 2016. <2022.02.01 アクセス>
http://www.mlit.go.jp/kankocho/topics01_000205.html
- ii 井上事務機事務用品株式会社：厚生労働省「医療機関における外国人旅行者及び在留外国人受入れ体制等の実態調査」の結果—平成 29 年 8 月 1 日 .2017. <2022.02.01. ア ク セ ス> <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000173230.html>
- iii 羊蹄山ろく消防組合 2017 年 8 月 18 日の聞き取り調査より
- iv 北海道庁 経済部 観光局観光振興課：「訪日外国人宿泊客」後志総合振興局 2017. <2022.01.15 アクセス>
<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kkd/gaikokujinshukuhaku.html>
- v 平田博治：英語でニセコ医療マップ—樽商大生が作製二町に寄贈 . 北海道新聞 後志版 . 2018 年 5 月 12 日；「商大生が英語版医療マップ作製—日本の医療制度を知ってもらい外国人に『最適な医療』を」. 後志よみうり p.1 第 39 号；平田博治：ニセコ医療マップ—指導の佐々木樽商大准教授「制度、文化の違い壁に」. 北海道新聞後志版 2018 年 6 月 2 日；松本浩司：外国人観光客の増加で問われる、病院の受け入れ体制。インバウンド向け医療の対応指針を策定し、連携を深める北海道 . LIFUL HOME'S PRESS https://www.homes.co.jp/cont/press/buy/buy_00976/ <2022.02.20 アクセス>