

アイスランド 医療事情

1 国名・都市名（国際電話番号）

アイスランド共和国 レイキャビク市（国際電話番号 3 5 4）

2 公館の住所・電話番号

在アイスランド日本国大使館（毎週土日休館）

住所：Laugavegur 182, 105 Reykjavik

電話等：電話+354 510 8600

ホームページ：https://www.is.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

※土日以外の休館日は暦年ごとにホームページで案内していますので、ご覧ください。

3 医務官駐在公館ではない

在英国日本国大使館 医務官が担当

4 衛生・医療事情一般

[気候]

首都レイキャビクは北大西洋海流（メキシコ湾流）の影響を受けるため、高緯度（北緯 64 度）のわりには冬の気温も－10 度以下になることは少ない。ただし冬期は悪天候が続く上、風が強いので体感温度は低い。また真夏でも 20 度を超えることはほとんどない。日照時間は真夏が約 21 時間（白夜）、真冬は約 4 時間となる。

[医療事情]

医療機関のほとんどが国営である。医師のレベル、治療技術、治療設備は一応の水準にあるが、病室や看護師の不足、医師や看護師のストライキ等、国営のひずみもある。2008 年の金融危機以降、年々財政が縮小されており、特に専門的手術や長期入院を要する場合、長時間待たなければならないこともある。殆どの治療、手術は可能だが、高度な技術を要する手術は海外で実施されることもある。

[ホームドクター]

当地では、ホームドクター制度が採用されている。6 ヶ月以上アイスランドに居住する場合は、各地域の医療センターに所属する医師の中からホームドクターを選択する。住んでいる地域によって、掛かりつけの健康管理センター（ホームドクター）が振り分けられているが、どの地域の健康管理センターでも診察を受けることは可能。緊急でない傷病等の場合は、ホームドクターの診察を受けることができ、より専門的な治療を要すると判断された場合には、担当ホームドクターから専門医の紹介を受ける。

[飲料水]

世界各地の中で特に質の良い湧き水を原水とする当地では、どこでも安心して水道水を飲むことができる。お湯の場合、僅かな硫黄分が含まれていることがある。調理・飲料水とするには問題は無い。気になる場合は沸騰させること。

5 かかりやすい病気・けが

当地におけるかかりやすい病気、疫病は特にない。ただ、1年を通して平均気温が低く、日本からアイスランドへ夏に渡航する場合は気温差による体調・衣服の管理に注意。冬期は地面が凍っていることもあるため、転倒によるけがには十分に注意する必要がある。郊外の滝や湖を訪れた際は、水しぶきによって地面が濡れていたり、凍っている場合があるため、身を乗り出して写真撮影することなどは控え、安全第一で観光する。都市から都市への移動手段が限られている当地では、現地住人や観光客の殆どが車を利用することが多いため、交通事故には十分注意する。特に観光客の場合、当地の交通ルールを十分に把握していない場合もあるため、運転には特に注意を払う必要がある。

夏期、自然の多い場所に「Lúsmý」という小さなハエがおり、このハエに刺されると、耐えがたい痒み、痛み、高熱、嘔吐といった症状を起こす場合がある。服の繊維を通り抜けるほどの小さなハエのため、着衣箇所も刺される。症状は数時間で終息することがほとんどである。

6 健康上心がけること

当国には風土病はなく、衛生にも問題は無いが、空気が乾燥しているので特に室内での水分摂取や肌のケアが必要。冬場に風邪が流行することもあり、日光の不足を補うためにもビタミン剤（特にビタミンD）、肝油あるいはLysiの服用が望ましい。

運動不足になりやすいため、散歩、登山、水泳、軽スポーツ等をするのが望ましいが、冬は積雪、路面凍結や暴風のためアウトドア活動が困難。室内でトレーニング、体操をする習慣があると良い。

7 予防接種（ワクチン接種機関を含む）

（出典:The Director of Health “National Childhood Vaccination Programme in Iceland as of January 2020”）

	DTaP-Hib-Polio (Pentavac)	PCV (Synflorix).	MenC (NeisVac-G)	VZV (Varilrix).	MMR (M-M- RVAXPRO)	dTaP (Boostrix).	Girls only: HPV (Cervarix).	dTaP-Polio (Boostrix Polio).
3ヶ月	○	○						
5ヶ月	○	○						
6ヶ月			○					
8ヶ月			○					
12ヶ月	○	○		○				
18ヶ月				○	○			
4歳						○		
12歳					○		○	
14歳								○

注) DTaP-Hib-Polio (ジフテリア、破傷風、百日咳、インフルエンザ菌 b 型、ポリオ)

PCV (肺炎球菌)

VZV (水ぼうそう)

MMR (麻疹、おたふくかぜ、風疹)

HPV (ヒトパピローマウイルス)

8 病気になった場合

(1) 緊急電話番号：112 ※救急車

(2) 緊急医療

○アイスランド国立大学病院(The National University Hospital of Iceland) 住所：
 フォスボーグル：Fossvogur, 108 Reykjavik フリンクブロイト：Hringbraut, 101
 Reykjavik 電話：543-1000 (代表受付) アイスランド国立大学病院は、フォスボーグル
 とフリンクブロイトの2ヶ所に施設があり、通常の救急診療はフォスボーグル、心臓疾患
 の救急診療はフリンクブロイトにて行われます。

○ライクナバクティン(Læknavaktin)

住所：Háaleitisbraut 68, 2nd floor, 103 Reykjavik 電話：1770

受付時間：17:00～23:30 (月～金) / 9:00～23:30

(土・日・祝祭日) / 9:00～18:00 及び 21:00～23:00 (クリスマスイブ、大晦日)

○アクレイリ病院(Akureyri Hospital) 住所：Eyrarlandsvegur, 600 Akureyri 電話：463-0100 FAX：462-4621

○東部地域医療センター(Medical Centre of East Iceland) 住所：Laugarás 17-19, 700 Egilsstaðir 電話：470-1400 FAX：470-1408

○南部地域医療センター(Medical Centre of South Iceland) 住所：Árvegur, 800 Selfoss 電話：432-2000 FAX：432-2012

○西フィヨルド地域医療センター(Medical Centre of West Fjords) 住所：Torfnæs, 400 Ísafjörður 電話：450-4500 ※救急車の依頼は、112 に直接連絡して下さい。

(3) 日常的な医療（一般的な診察や慢性疾患の診察）

健康管理センター：一般的な診察または慢性疾患の診察は各地域の健康管理センターにて依頼をすることができる。[健康管理センター] 参照。

9 そのほかの詳細情報入手先

在アイスランド日本国大使館

電話等：電話+354 510 8600

ホームページ：https://www.is.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

10 現地語・一口メモ

※アイスランドの公用語はアイスランド語だが、国民の多くが英語を理解するため、英語で会話をしても問題は無い。

病院はどこですか？：Hvar er sjúkrahúsið? (クバール エル シュクラフーシズ)

医師：læknir (ライクニル)

薬局：apótek (アポテック)

11 新型コロナウイルス感染症関連情報

URL：<https://www.landlaeknir.is/covid19-screening>

・PCR 検査会場（リンク参照）

○首都圏（レイキャビク市）

Primary Health Care of the Capital Area

Suðurlandsbraut 34, 108 Reykjavík

○予約方法

電子 ID を所持している場合は、Heilsuvera のマイページから予約登録。

IDが無い場合は、最寄りの健康管理センター、ライクナバティン/Læknavaktin、
(tel:1700)、Heilsuvera のオンラインチャットから予約可能。

Heilsuvera Web: <https://www.heilsuvera.is/>

・検査のながれ

予約登録が完了すると、登録した電話番号宛てに検査日時および検査に必要なバーコード
が SMS で送られてくる。

・感染が確認された場合

Web: <https://www.covid.is/sub-categories/after-covid-19-infection>

当地病院情報

[国立アイスランド大学病院]

○Emergency Department, Landspítali, Fossvogur (フォスヴォーグル)

患者対象：大人の重篤な病気、事故 子どもの事故 予約：不要

住所：Fossvogi, 108 Reykjavík

電話番号：5 4 3－1 0 0 0 対応時間：2 4 時間

・外来クリニック、日帰り患者ユニット、入院病棟、救命救急ユニット、臨床検査室
精神科、婦人科

備考：疾患、事故など緊急を要する患者を対応。専門医の豊富さはアイスランド内で随一。

ただ、込み具合により対応が遅れ、待ち時間が数時間に亘ることもある。

○Emergency Unit, Childrens Department, Landspítali, Hringbraut (フリンクブロイト)

患者対象：子どもの重篤な病気、心臓疾患、精神疾患 予約：不要

住所：Hringbraut, 101 Reykjavík

電話番号：5 4 3－1 0 0 0 対応時間：2 4 時間

備考：混み具合にもよるが、診察までの待ち時間が長いことがある。

[時間外医療センター]

○Medical Emergency Clinic, Austurver, Læknavaktin (ライクナバクティン)

患者対象：大人と子どもの病気（問診と薬の処方が主） 予約：不要

住所：Austurver, Háaleitisbraut 68, 103 Reykjavík

電話番号：1 7 7 0 対応時間：平日 17:00－23:30

休日・祝日 9:00－23:30

電話対応は 24 時間

備考：診察手続き後、整理券を受け取り順番が来るまで待つ。医師との診察後、処方箋に関

する情報が薬局「Apotek」へ共有され、全国の Apotek にて薬を購入することができる。一階に Apotek あり。レントゲン等検査機器はない。赤十字マークが目印。

[健康管理センター] (Health Care Center/ Heilsugæslustöðvar : 首都圏主要エリア)

Web: <https://www.heilsugaeslan.is/heilsugaeslustodvar/>

健康管理センター/ Heilsugæslustöðvar は、居住地域ごとに掛かりつけ先が振り分けられているが、どの施設でも受診は可能。

○Heilsugæslan Árbæ

住所 : Hraunbær 115, 110 Reykjavík

電話番号 : 513-5200

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Árbær, Selás, Ártúnsholt, Grafarholt

○Efra Breiðholti

住所 : Hraunberg 6, 111 Reykjavík

電話番号 : 513-5300

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Efra-Breiðholt

○Efstaleiti

住所 : Efstaleiti 3, 103 Reykjavík

電話番号 : 513-5350

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Fossvogur in the south, Miklubraut in the north, Kringlumýrarbraut in the west and Reykjanesbraut in the east

○Fjörður

住所 : Fjarðargata 13-15, 220 Hafnarfjörður

電話番号 : 513-5400

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Hafnarfjörður

○Garðabær

住所 : Garðatorg 7, Garðabær

電話番号 : 513-5500

対応時間 : 平日 8:00-16:00

救急対応 : 平日 (火曜を除く) 8:15-15:30

火曜のみ 9:00-15:30

時間外対応 : 平日 16:00-17:00 (要予約)

対象住民 : Garðabær

○Glæsibær

住所 : Álfheimar 74, 104 Reykjavík

電話番号 : 513-5700

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Vogar and Heimahverfi

備考 : 当大使館のプライマリーケア対応先。血液検査、尿検査ができる。

事故、急性疾患のための緊急治療室がある。

○Grafarvogur

住所 : Spöngin 35, 112 112 Reykjavík

電話番号 : 513-5600

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Grafarvogur

○Hamraborg

住所 : Hamraborg 8, 200 Kópavogur

電話番号 : 513-5800

対応時間 : 平日 8:00-16:00

対象住民 : Kópavogur who live west of Digranesvegur to Bröttabrekka, north of Fífuhvamsvegur and Nýbýlavegur

○Hlíðar

住所 : Drápuhlíð, 105 Reykjavík

電話番号 : 513-5900

対応時間 : 8:00-16:00

対象住民 : Hlíðasvæði, which is limited by Snorrabraut and Kringlumýrarbraut and the sea in between

○Hvammur

住所 : Hagasmári 5 / Smárahvamsvegur, 201 Kópavogur

電話番号 : 513-5850

対応時間 : 8:00-16:00

対象住民 : Kópavogur who live east of Digranesvegur and Bröttabrekka, south of Kópavogslækur (Fífuhvammur) and south of Nýbýlavegur (with Hólmur)

○Miðbær

住所 : Vesturgæata 7, 101 Reykjavík

電話番号 : 513-5950

対応時間 : 8:00-16:00

対象住民 : postcode 101 west of Snorrabraut and north of Hringbraut

○Mjódd

住所 : Þönglabakki 6, 109 Reykjavík

電話番号 : 513-6000

対応時間 : 8:00-16:00

時間外対応 : 月～木曜 16:00-17:00 (要予約)

対象住民 : lower Breiðholt, that is district 109, Bakkar, Stekkjar and Seljahverfi

○Mosfellsumdæmi

住所 : Sunnukriki 3, 270 Mosfellsbær

電話番号 : 513-6050

対応時間 : 8:00-16:00

対象住民 : Mosfellsbær, Kjalarnes and Kjósarhreppur

○Seltjarnarnes og Vesturbær

住所 : Suðurströnd, 170 Seltjarnarnes

電話番号 : 513-6100

対応時間 : 8:00-17:00

対象住民 : Seltjarnarnes and Reykvíkingar in the west town south of Hringbraut,
including the university district and Skerjafjörður

○Sólvangur

住所 : Sólvangsvegur 2, 220 Hafnarfjörður

電話番号 : 513-6200

対応時間 : 8:00-16:00

対象住民 : Hafnarfjörður