

年に1度は わたしノート を書こう！

(医療と介護)

将来、療養生活が必要になったときに、緊急時の対応について不安に思ったことはありませんか？
もしものときに備えて、日頃から自分の健康状態や利用している医療・介護サービスなどを周囲の人に知らせておくことが大切です。

「わたしノート」とは、突発的な事故や病気などで自分のことを自分で決められなくなった時のために、受けたい医療や療養中の暮らし方について、あらかじめ記入しておくノートです。

市ホームページで「わたしノート」を検索すると、本様式をダウンロードすることができます。
「わたしノート」について詳しく知りたい方は、お近くの地域包括支援センターにお問合せください。



市ホームページ

名前

生年月日

記入日

医療のこと（かかりつけの医療機関や薬局など）

医療機関名	診療科名	病名
いつも飲んでいる薬、「お薬手帳」の置き場所など		

介護のこと（ヘルパーなど利用しているサービスや相談している機関など）

サービス種別・担当者名	事業所名	備考
ケアマネジャー		

緊急連絡先

氏名	(続柄)	住所	電話番号
氏名	(続柄)	住所	電話番号