

みやっこケアノート



* ご本人・家族の方へ

医療機関の受診、介護サービスの利用、薬局で調剤してもらうときなど、このノートを持参してください。

* このノートを拾われた方へ

西宮市役所福祉のまちづくり課（0798-35-3292）へご連絡ください。

記入シート一覧

既定の記入シートに限らず、
必要な情報は何でも綴じましょう

スターターキット（このノートに入っている記入シート）

様式	書く内容
私のページ（主に書く人：ご本人）	
私の事を知ってください・使用同意書	「私」の歴史や趣味、大切にしていること、伝えたいことなど
かかりつけの医療・利用しているサービス	医療や介護、その他のサービスの情報
私の希望 救急・災害準備シート	救急搬送や災害に備えて、確認・共有しておくこと
私の健康記録	自分で健康管理するための情報
免疫力up 1・2・3! & メッツ表	免疫力を上げるために取り組むと良いこと
医療・介護のページ（主に書く人：医療職・介護職）	
健康チェック表	日々のバイタル情報
みやっこケアシート	健康状態・社会参加・環境・ご意向など
みんなのページ（主に書く人：誰でも）	
日々の出来事・連絡シート	連絡事項や質問など

- ◆クリアポケットは、お薬手帳や検査結果を入れると便利です。
 - ◆西宮市ホームページから、各記入シートや、スターターキットに入っていない
血圧表や服薬管理表をダウンロードすることができます。
- 検索方法：下の二次元バーコードを読み取るか、西宮市ホームページの検索機能で
「みやっこケアノート」またはページ番号「64162557」で検索

