

通院や入院等の「もしもの時」に備えて、必要なものをまとめてありますか？

# 「通院・入院あんしんセット」を 準備しましょう

準備ができたなら□に✓をつけましょう✎



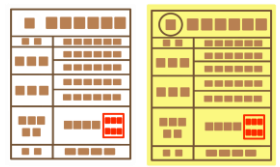
資格確認書 または  
マイナンバーカード



診察券



介護保険証




各種受給者証・手帳  
(身体障害者手帳等)



ケアマネジャー  
の名刺



緊急連絡先



おくすり手帳


おくすり手帳は  
一冊にまとめましょう

または



保険証等収納カバー付 わたしノート  
または わたしノート+中身の見えるケース

わたしノートのカバーや  
中身の見えるケース等に  
全部まとめておこう！



## おくすり手帳を病院ごとに分けたりしていませんか？

おくすり手帳は、みなさんが使用している薬の名前や使い方などに関する情報を、過去のアレルギーや副作用の経験の有無と併せて、経時的に記録できます。

また、その記録を医師や薬剤師等が見て、処方する薬と現在飲んでいる薬の飲み合わせを確認するためにも活用されます。

そのため、おくすり手帳は一冊にまとめるようにしましょう。



## 「通院・入院あんしんセット」の準備が出来たら

### ① 日頃から持ち歩くようにしましょう。

また、「もしもの時」に備えて、家族や医療・介護関係者に保管場所を伝えておきましょう。



### ② 入院が決まった時、退院予定や転院が決まった時は、なるべく早く担当のケアマネジャーに連絡することが大切です。

入院の際に御家族を介して医療機関とケアマネジャーのつながりが開始されることで、より退院に向けて円滑な連携をすることができます。

## 「わたしノート」について

### 「わたしノート」とは

上尾市内在住の高齢者が、安心して医療と介護が受けられるように、自分の情報を家族や支援者と情報共有するための手帳です。



### 使い方

- 元気なうちから、自分らしい、自分の望む療養を受けるために、家族や支援者と話し合うきっかけづくりとして御使用ください。
- 上手く自分の意思を示せないときに誰に連絡を取ればいいのか、どうしてほしいのかを伝える道具として御使用ください。
- 無理やり全て埋めようとせず、書けるところから書きましょう。
- 何度書き直してもよいですが、記入した日付は必ず書きましょう。

## 【問合せ・わたしノートの配布場所】

上尾市高齢介護課 (TEL: 048-775-4190)

または **お近くの地域包括支援センター**