

— 住み慣れた街で生活続けるために —

もしもの 入院に備えて

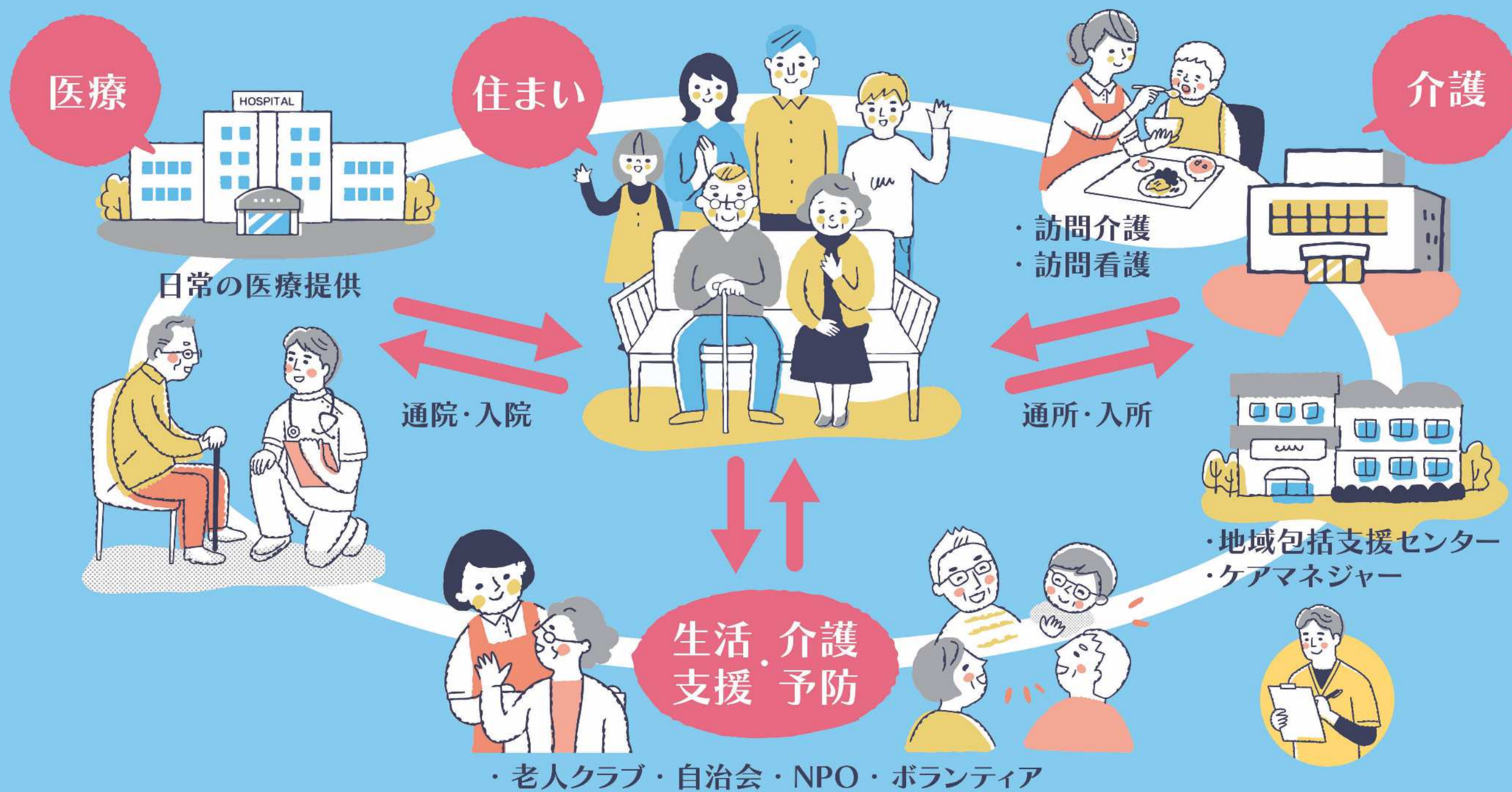
入院時 安心セット



- ☑ 本人や家族の連絡先
緊急時の連絡先を決めておきましょう
- ☑ 健康保険証やマイナ保険証
- ☑ かかりつけ医療機関の診察券
- ☑ 介護保険証
- ☑ お薬手帳
- ☑ ケアマネジャーの名刺
(担当ケアマネジャーがいる場合)
- ☑ 私の意思表示ノート
治療のことやあなたの希望など、家族などと一緒に話し合いしたことを記載しましょう

地域包括ケアシステム

※ 高齢者が、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療・介護など、サービスを提供し、住民を支える仕組みです。



水を飲むと
むせる

物忘れが
増えた

痛みが
続いている

転びやすくなった

最近救急外来
にかかった

こんな時は、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してみましょう



**かかりつけ医を
決めましょう!**

かかりつけの医療機関を決めておくことで
あなたの健康管理をサポートしてくれます。
かかりつけ歯科医や**かかりつけ薬局**
を決めておくこともおすすめします。



● **地域包括支援センター**は
市町村が設置する高齢者の
総合相談窓口です。



茨城県内の地域包括支援センターはこちら

● **ケアマネジャー**は
介護保険申請相談から必要な介護サービスの
提案・導入などを支援してくれる専門職です。