

いのちまもる
わたしノート

もしものときに
開いてください

MEMO

名前

いのちまもる わたしノート



だい じあしやしちいきふくしけいかく すいしん
第2次芦屋市地域福祉計画を推進してきた

「キラッとプロジェクト」では、
こうれいしゃ こどもも、しょうがひのある人もない人も、
だれ 誰にとっても必要で役立つ情報を届けたいと活動してきました。

この「わたしノート」が、
さいがい 災害という「もしも」に備えるだけでなく、
にちじょう 日常の様々な「もしも」に心えられるようになり、
「ふ」だんの「く」らしの「し」あわせと安全のために
あなたのお役に立てることを願っています。



お出かけのときは

けんこうほけんしょう いっしょ も
健康保険証と一緒に持ちください

きにゅうび ねん がつ にち
記入日 年 月 日

わたし



なまえ () けつえきがた () がつ
名前 () (血液型) 月

せいねんがっぴ ねん がつ にち
生年月日 年 月 日

じゅうしょ
住所

でんわばんごう
☎

連絡先

1 つづきから ()
続柄 ()

なまえ ()
名前 ()

でんわばんごう
☎

2 つづきから ()
続柄 ()

なまえ ()
名前 ()

でんわばんごう
☎

びょうき 病 気



おも しびょう
主な持病

- アレルギー ()
- 高血圧 心臓病 腎臓病
- ぜんそく 糖尿病 肝臓病
- その他 ()



かな の くすり きにゅう くすり せつめいしょ はさ
必ず飲む薬 (記入するか、薬の説明書を挟む)



いりょうきかん
かかりつけの医療機関

1

いりょうきかんめい
医療機関名

しんりょうか
診療科

でんわばんごう



2

いりょうきかんめい
医療機関名

しんりょうか
診療科

でんわばんごう



よき
♡ 予期せぬときに ♡

- できる限りの延命治療 (気管切開、人工呼吸) を望む
- 延命治療は希望しないが、痛みを和らげてほしい
- その他、具体的希望



ぞうきていきょう いし うむ
♡ 臓器提供の意思の有無 あり なし

いしひょうじ うんでんめんきょしょう けんこうほけんしょう
 意思表示カード 運転免許証 健康保険証

マイナンバーカード





2017年3月発行

地域福祉アクションプログラム推進協議会 キラッとプロジェクト

TEL 0797-38-2040 FAX 0797-38-2060 (芦屋市地域福祉課)