

～出雲市版終活支援ノート～

あんしんノートを 希望者にお渡しします



無料

あんしんノートって？

将来望む医療や介護に関する想いを前もって考え、家族や信頼する人と話し合う「きっかけ」とするためのノートです。

なぜ話し合っておく必要があるの？

命の危険が迫った状態になると4人に3人は望む医療や介護を自分で決めたり、人に伝えることができないと言われていています。そのような、もしもの時にそなえて、元気なうちから、周りの方と話し合っておくことが大切です。

あんしんノートの使い方

- ・一人で決めず、周りの方と一緒に話し合いながら、記入しましょう。
- ・一度に決めず、定期的に繰り返し話し合いましょう。
- ・無理に考える必要はありません。考えたい項目だけ話し合いましょう。



どんな 内容？

自身のプロフィールや家系図のほか、医療や介護が必要になったときにどのような治療やケアを受けたいか、選択肢の中から選べるようになっていきます。

構成・内容			
第1章 “わたし”のこと	プロフィールや大切にしていること	第5章 介護の章	介護してほしいひと、どこで過ごしたいか
第2章 繋がりの章	緊急時等に連絡を取ってほしいひと	第6章 財産の章	財産、遺言書の有無等
第3章 家系の章	家系図	第7章 葬送の章	葬儀の場所や規模等
第4章 医療の章	代理意思決定者、延命治療の考え方等	第8章 これからの章	これからやりたいこと、伝えたいこと

配布場所などは裏面をご覧ください

お問い合わせ

出雲市役所 健康福祉部 医療介護連携課
電話：(0853) 21-6906 FAX：(0853) 21-6749
Mail：iryuu-kaigo@city.izumo.shimane.jp

どこでもらえる？



窓口で受け取る

出雲市役所医療介護連携課または各行政センター

名称	電話番号	所在地
本庁医療介護連携課	21-6906	今市町 70
平田行政センター 市民サービス課	63-5567	平田町 951-1
佐田行政センター 市民サービス課	84-0111	佐田町反辺 1747-6
多伎行政センター 市民サービス課	86-3111	多伎町小田 74-1
湖陵行政センター 市民サービス課	43-1212	湖陵町二部 1320
大社行政センター 市民サービス課	53-3116	大社町杵築南 1397-2
斐川行政センター 市民サービス課	73-9110	斐川町荘原 2172

高齢者あんしん支援センター

名称	電話番号	所在地
出雲高齢者あんしん支援センター	25-0707	今市町 543 出雲市社会福祉センター内
平田高齢者あんしん支援センター	63-8200	平田町 2112-1 平田福祉館内
佐田高齢者あんしん支援センター	84-0019	佐田町反辺 1747-6 佐田行政センター内
多伎高齢者あんしん支援センター	86-7122	多伎町小田 50 多伎地域福祉センター 「うなばら会館」内
湖陵高齢者あんしん支援センター	43-7611	湖陵町三部 1352 湖陵福祉センター内
大社高齢者あんしん支援センター	53-3232	大社町杵築南 1397-2 大社行政センター内 2 階
斐川高齢者あんしん支援センター	73-9125	斐川町上庄原 1766-2 出雲市社会福祉協議会斐川支所内

インターネットから

出雲市のホームページ内から検索できます！



郵送 (出雲市民の方のみ)

(配布場所まで行けない・インターネットを利用していない方)

市役所医療介護連携課までお電話の上、送付先住所、氏名、連絡先電話番号、希望冊数（お一人 2 冊まで）をお伝えください。なお、着払いでの郵送となりますので、送料をお支払いください。

☎ (0853) 21-6906