

～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

出雲市では、住み慣れた地域でいつまでも自分らしく暮ら
しつづけるために、医療や介護に関するあなたの想いを普段
から考え、それを家族や友人など、あなたが信頼する人と話
し合うきっかけになることを目的として「あんしんノート」を
作成し、希望者に無料でお渡ししています。

これまでの人生を振り返り、好きなものや大切にしている
ことなど、あなたの価値観を基に、医療や介護が必要になっ
たとき、どのように過ごしたいか考え、話し合ってみませんか。

なお、「今は考えたくない」「話したくない」という気持ちも、
あなたの大切な考え方です。



無料



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
ようになっています。

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ください。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）を電話でお伝えください。送料着払い（1 冊：206 円、2 冊：241 円）でお送りします。

☎(0853) 21-6906 (市役所医療介護連携課)