

安心カプセル 説明事項

災害時に支援を必要とされる方が、ご自分の医療情報や緊急連絡先を記入した用紙等をカプセルに入れて、冷蔵庫に保管しておくことで、救急隊の迅速な処置・搬送や、地域の見守りに活用するものです。

【安心カプセルをもらったら・・・】

- ① 安心カプセルの内容を確認してください
 - 保管容器 ●安心カプセル説明事項
 - 安心カプセル活用イメージ（4コマ漫画）
 - 緊急情報シート（記入例つき）
 - 安心カプセルシール、マグネット（各1枚） ●安心御守（1枚） 【計6点】
- ② 緊急情報シートにご自身の情報を記入しましょう
 - ボールペンで記入してください（複写式用紙）
- ③ 緊急情報シートを折って、安心カプセルに入れ、冷蔵庫で保管しましょう
 - 開けてすぐわかる位置に置きましょう



- ④ 安心カプセルがあることを知らせるため、シール・マグネットを貼りましょう



- マグネット：カプセルのある冷蔵庫「表側」に貼る
※冷蔵庫にマグネットが付かない場合はシールを貼る
- シール：玄関ドア「内側」に貼る

【緊急情報シートの書き方】

① 記入日について
●緊急情報シートを記入した日付をご記入ください。 ●緊急情報シートの内容を変更した場合は、変更した日付をご記入ください。
② 緊急連絡先について（複数記入可）
●ご自身の状況を把握している方を順番にご記入ください。 ●確実に連絡がとれる電話番号をご記入ください（日中・夜間 問わず）
③ 避難支援等実施者（安否確認員など）
●災害が起こったとき、近くで気にかけてくれる方を記入します。
④ かかりつけ医療機関について（複数記入可）
●かかりつけ医療機関（主治医のいる医療機関）の連絡先をご記入ください。 ●ご自身の状況を把握している順番にご記入ください。
⑤ 誰かに伝えておきたいことについて
●救急隊員に注意してほしいこと、緊急情報シートに書ききれなかったことをご記入ください。 ●常備薬について等不明な点が多い場合、薬情報の書かれたもの（薬袋等）をカプセルに入れてください。 ●特定の病院でしか対応できない事がありましたら、病院との決め事等をご記入ください。

【安心御守について】

安心御守は携帯用の安心カプセルになります。緊急情報シートと同じ内容を記入し、財布等に入れておきましょう。

※裏面の官公庁連絡先にある「地域包括支援センター」は高齢者の相談窓口になります。

いざという時あなたを救う 安心御守 Komaki	わたしの名前 住所 小牧市 電話番号 (0568) - 携帯番号 () - 生年月日 M・T・S 血液型 A・B・O・AB型 RH +	かかりつけ医 かかりつけ医電話番号 () - 処方されている薬 保険証種類 記号番号
---------------------------------------	---	---

【安心御守】

【情報の更新について】

緊急情報シートの内容が変更になる場合（緊急連絡先の変更等）は、改めて情報シートを作成します。また頻繁に内容が変わる可能性のある情報（飲んでいる薬の内容など）については、緊急情報シートとあわせてカプセルの中に入れておくことをお勧めします。