

# ケアライフサポート

## 介護応援カレンダー

### 自由に働き込む「学步」と「メモ」

予定には想定の手当てやスケジュールを、  
 状況になった事などはメッセベースに自由に  
 働き込んでご利用ください。  
 家族全員が被介護者の体調を毎日把握でき  
 みんなの情報共有にも役立ちます。

### 毎日の食事を記入

①事前測定での高齢者の基準は上が 135、  
 下が 85 以上です。

高齢者の食生活について専門家に聞いていただくことが、多くの  
 高齢者に共通しています。食生活や生活習慣などについて、詳しく  
 聞いてもらうことも、介護の質を向上させることに役立ちます。

食事量	朝食	昼食	夜食	朝食	昼食	夜食	朝食	昼食	夜食
食圧	朝 122 / 80 夜 125 / 84	朝 126 / 79 夜 131 / 82	朝 120 / 80 夜 128 / 83						
予定	10:00 教歩 15:00 マッサージ	9:30 病院 13:00 デイサービス (入浴あり)	10:00 教歩 15:00 教歩						
メモ	<b>23</b> 病院が良く お風呂は入も おきやわりました	<b>24</b> 病院のため 平日デイに 変更	<b>25</b> 教歩の後は 少し寝れた みたい						

電話機の前や冷蔵庫など日につきやすい所に貼っておくと便利です。

### 緊急時の覚え書き

体調不良や事故など緊急時には、救急車を呼ぶ前に、まずかかりつけの医師に連絡しましょう。  
 応急手当てをすることで命を救うことができます。救急車を呼ぶ場合は下記のことを伝えましょう。

- ①自分の住所 ※わかりやすい住所がある場合はそれも伝える
  - ②患者について名前(およそでも良い)年齢(自分との関係)どのお方(性別)どのお方(今の状態)
  - 例)お隣の住人が胸の痛みを訴えて倒れて意識がありません
  - ③自分の名前とおまの連絡
  - ④自分の連絡先の番号 ※処置をする場合があるので電話番号より良い
  - ⑤救急車が来る前に到着するもの ※応急手当てが必要な場合はせらる優先
- 数人いる場合はわかるもの、または関係・保険証・かかりつけの医師の氏名、主治医の氏名、電話番号、  
 経路や居住歴のわかるものなど

**救急の番号: 119**

■かかりつけ医師の氏名:	■居住歴:
氏名: 電話番号:	
■自宅の住所:	■現在居住中の家の名称:
(※居住にならぬもの)	
■緊急連絡先:	連絡先:
名前: 性別:	■その他メモ:
携帯電話: 勤務先:	