

あなたらしく過ごすための

わたしの糖尿病連絡ノート

「わたし」中心の医療・介護・看護を実現するツールです

無料

糖尿病治療はガマンではありません！
このノートには、お薬や検査データだけではない
「あなたの思い・気持ち・希望」を
書くことができます



糖尿病連携手帳と一緒に
持ち歩けます！

主人公はあなたです

様々な職種が応援します

わたしについて (記入日 . . .)

(フリガナ) 氏名	性別	男性・女性
連絡先 TEL	生年 月 日	年 月 日

これらの人生をあなたらしく過ごすために、3つ
のことを教えてください。
このノートがあなたの生活を応援するために活用
される事をお願いいたします。

Q1. あなたにとって糖尿病はどのような病気ですか？

Q2. 糖尿病で気を付けていることはありますか？

Q3. この先どのように過ごしたいですか？

※糖尿病連携手帳のP4・5に基本情報の記入をお願いします。

まず、
あなたのことを
教えてください

支援者が応援すること

目指す値 (HbA1c) (目標 . . .)

主治医

薬剤師

眼科医

薬剤師

支援者が応援すること

ケアマネジャー

看護師

記入開始年 年

月日	誰が誰に	内容 (何を)	確認

記入開始年 年

月日	誰が誰に	内容 (何を)	確認

応援してくれる人が
一目でわかります

日々のこと、気にな
ることなど記入
し、応援してくれる
人に見せましょう

使い方→
詳細は



糖尿病連絡ノートを
医師・歯科医師・薬剤師・看護師・管理栄養士・
リハビリスタッフ・ヘルパー・ケアマネジャー等へ
提示しましょう

*裏面にも詳しい使い方を説明しています

「わたしの糖尿病連絡ノート」の使い方



紹介動画は
こちら



*港北区糖尿病委員会作成版



「わたしの糖尿病連絡ノート」の書き方例

記入開始年		年	①		②		
月日	誰が誰に	内容(何を)	確認	月日	誰が誰に	内容(何を)	確認
2/10	〇〇ヘルパー ↓ 管理栄養士さんへ	最近食事量が減っていて、お弁当を残しています。何を作ればいいのか教えてください。	2/13 △ △	2/15	□ □ 医師 ↓ 皆様へ	本日採血。低血糖はないのでこのままの数値でいきます。データはノートに挟んでおきます。生活情報をお願いします。	〇 〇 △ △
2/13	△ △ 栄養士 ↓ 〇〇ヘルパーさんへ	1品は必ず好きなものを入れて、野菜は茹で野菜中心のものを1品作ってください。	2/14 〇 〇	2/18	◇ ◇ 薬剤師 ↓ 皆様へ	内服の飲み忘れはありません。インシュリンの減りも適量です。	

ご本人・ご家族から先生へ、ヘルパーさんから管理栄養士さんへなど、だれかに伝えたいこと(気になる事や質問など)を気楽にお書きください