

●作成例 ※実際の6割程度の大きさです

医療の連絡先

+

かかりつけ医

医院名

☎

緊急時  
救急車

119番

休日救急

天竜休日救急（天竜保健福祉センター）

☎ 053-922-0075

佐久間病院

☎ 053-965-0054

浜松市夜間救急室（浜松市医師会館1階）

☎ 053-455-0099

メモ

夜間休日当番医情報  
☎ 0800-222-1199  
  
\*飲んでいる薬の覚え  
[ ]

医療

介護

暮らし

介護の連絡先

♥

地域包括支援センター

地域包括支援センター北遠中央

☎ 969-0088

天竜区役所

長寿保険課

☎ 053-922-0065

介護事業所

事業所名：龍山保健センター  
「やすらぎ」

内 容：デイサービス・ケアマネ

☎ 969-0082（代）

氏名

☎

メモ

介護

暮らし

暮らしの連絡先

🏠

駐在所

☎

地区

または110番

民生委員

氏名

☎

お出かけ

NPO タクシー

☎

オンデマンドバス

☎

メモ

暮らし

更新年月

記載年月

困った時の連絡帳

天竜区  
ひいきやないよ  
助けあおう

私のこと

住所

氏名

生年  
月日

1番に知らせる親族

氏名

関係

2番に知らせる親族

氏名

関係

親しくしている近所の人

関係

浜松市天竜区在宅医療介護連携協議会