

いさはや **オレンジ手帳** 書き方講習会

東部(高来町)

しらぬい学園

開催日 令和7年9月26日(金)

参加者 8名

オレンジ手帳って？

医療や介護サービスを利用するときに
自分が安心できる「時間」や「場所」を
つくるヒントとするため、元気な頃から必要
な情報をまとめることができる手帳です。



参加者の声

字ばかりではなく
写真を貼るのもいいね



こういうものがあると
家族も助かる



実際の記入ページ

いままでシート なじみシート

記入日

年 月 日

築いてきた「なじみの暮らしかた」と「こだわり」について、あてはまる
☒にチェックし、余白に記載ください。

記入例	長年なじんだ習慣や好み	備考 (思い・こだわり等)
好きな色	赤	
趣味・遊び	ドライブ	運転が好き
得意なこと 私の自慢	コーラス	10年続けている



電子申込は
こちら

出前講座のお申込みは、

お住いの

諫早市地域包括支援センター

検索

または 地域包括ケア推進課 (☎ 0957-22-1500) へ

▼諫早市高齢者
ささえあいネット

