

# あらかじめ書き込んで、電話の近くに置いてください

緊急時は、おちついて、あなたの情報を伝えてください。

|      |                      |       |     |
|------|----------------------|-------|-----|
| 名前   | ふりがな                 |       |     |
| 性別   | 男 ・ 女                | 血液型   | 型   |
| 住所   | 〒 _____<br>(家の近くの目印) |       |     |
| 生年月日 | 明治 ・ 大正 ・ 昭和         | 年     | 月 日 |
| 電話   | _____                | _____ |     |

## お困りのときに連絡するところ

|                   |                     |    |   |   |
|-------------------|---------------------|----|---|---|
| 親戚・友人等の<br>連絡先    | 名前                  | 電話 | — | — |
|                   | 名前                  | 電話 | — | — |
|                   | 名前                  | 電話 | — | — |
| 地域の<br>地域包括支援センター |                     | 電話 | — | — |
| 地域の<br>保健相談所      |                     | 電話 | — | — |
| 地域の民生委員           | 名前                  | 電話 | — | — |
| 練馬区役所             | <b>03-3993-1111</b> |    |   |   |
|                   |                     |    |   |   |
|                   |                     |    |   |   |

### ◆医療機関案内(テレホンサービス) ※毎日24時間対応

- |                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| ○東京都医療機関案内サービス「ひまわり」            | ☎ 5272-0303 (自動応答)   |
| ○練馬消防署(東京消防庁救急病院案内)             | ☎ 3994-0119          |
| ○光が丘消防署(東京消防庁救急病院案内)            | ☎ 5997-0119          |
| ○石神井消防署(東京消防庁救急病院案内)            | ☎ 3995-0119          |
| ○東京消防庁救急相談センター(救急車を呼ぶべきか迷った時など) | ☎ 3212-2323<br>#7119 |