

さんの My まいまいプラン

	調子がいいとき	調子が悪いとき
私が気づくこと	<例>よく眠れる、食欲がある	<例>外に出たくない、イライラする
私がすること	<例>ディケアに通う	<例>休憩する
周りの人にしてほしいこと	<例>薬を正しく飲んでいるか確認する	<例>ゆっくり話を聞く
周りの人にしてほしくないこと	<例>細かく生活を確認しないでほしい	<例>あまり話しかけないでほしい

困ったときの相談先

< 湊病院 > 連絡先：0178-25-0011

主治医：

担当相談員：

< > 連絡先：

担当者：

< > 連絡先：

担当者：

困ったときには
いつでもご相談ください！

