

自分の老後と介護のために！記入式のテキストです

上手に老いるための 自己点検ノート

石黒秀喜 著

B5判／36頁／CLC 発行／簡井書房 発売

税込み600円

15冊以上お買い上げの方は10%割引

<目次>

はじめに

本書の使い方

1部 人生を自己申告してみよう

1. 人生歴申告表

2. 私はこんな人

3. 健康寿命のための観察記録

2部 認知症になっても大丈夫！

1. 秀雄さんがほけた

2. 地域包括支援センターに相談に行く

3. 病院に行く

4. 要介護認定を受け、福祉サービスを利用する

5. ご近所の力

6. 健康管理で認知症をフォロー

7. 上手に往生



＝ご注文・お問い合わせ先＝



全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）

〒981-0954 宮城県仙台市青葉区川平 5-3-18-207 TEL:022-719-9240 FAX:022-719-9251

「上手に老いるための自己点検ノート」注文用紙

FAX:022-719-9251

*FAX 番号はお間違えのないようお願いいたします。

お名前		冊数	冊
ご住所	〒		
TEL		FAX	

一般書店でご購入の場合は「簡井書房発売」とお申し付けください。
送料は全国一律300円。5,000円以上お買い上げの場合は無料となります。