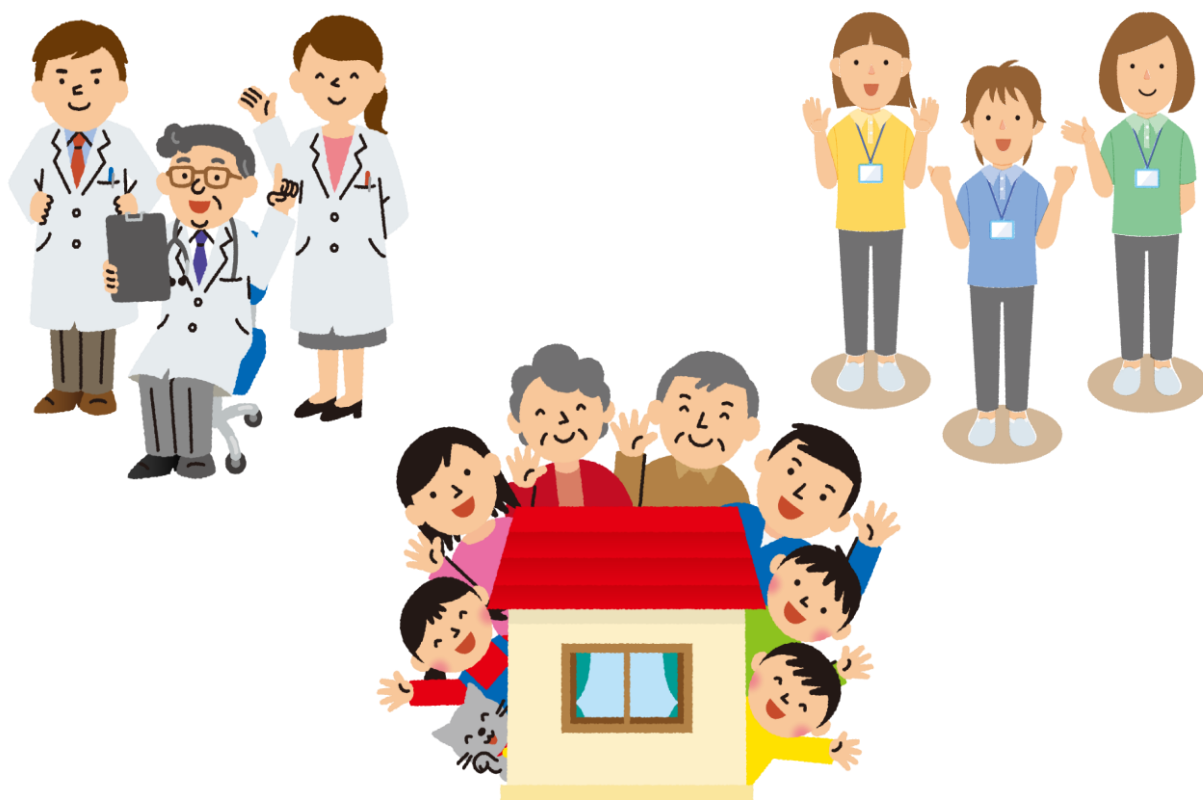


利根沼田圏域  
在宅支援ノートほほえみ  
利用の手引き

～医療と介護とあなたをつなぐ～



令和4年4月 改定版

# 目 次

## 第1章 ほほえみノート 利用の目的

## 第2章 ほほえみノート 運用について

## 第3章 「利用者・家族への周知・説明」について

- 1 ノート配布時の手順と説明
- 2 利用者・家族への説明
- 3 ノートの持参・提示が必要な時と場所

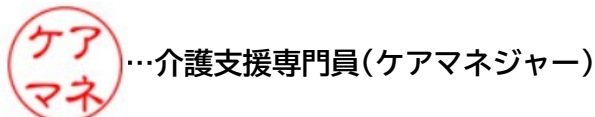
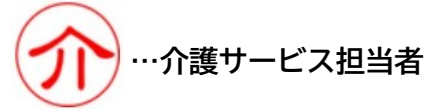
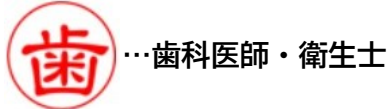
## 第4章 「各ページの記入方法」について

- 1 「わたしのメモ」のページについて
- 2 「本人・家族・医療介護関係者から」のページについて
- 3 「歯科医院からのお願い」のページについて
- 4 「体調チェック（体重記録表・グラフ）」のページについて
- 5 「理想の人生」のページについて
- 6 「わたしを支える人たち（関係者名刺貼付欄）」のページについて

## 第5章 ほほえみノート Q&A

## 第6章 ほほえみノート 連携活用例

業種別・職種別に特に読んで頂きたい部分をマークで示しています。



## 第1章 ほほえみノート 利用の目的



### 1 ほほえみノートの目的

○切れ目のない医療と介護サービスの提供を目指すために使用します。医療・介護の支援が必要となった方とその家族が、安心して住み慣れた自宅での生活が1日でも長く続けられるよう「日々の様子や様々な情報の共有」を目的としています。

○日々の生活状況や介護サービス等の利用時の情報を、定期受診や入院の際に医療従事者が退院に向けての目標設定へのヒントとして、治療内容や日々の生活にて本人・家族・介護関係者が注意すべきことや支援をしてほしいことなどを記載し、「本人の望んだ生活」の実現を支援するために、使う皆さんのアイデアや想いで使い方も目的も変わります。

### 2 利用の手引き 作成の背景

この地域で「在宅支援ノート ほほえみ」が使われるようになり20年以上が経ちました。地域連携への更なる活用を目指し少しずつ変化を繰り返していますが、お寄せいただいた多くの意見にて、いくつかの課題が見えているためこの手引きを作成しました。

全国的にもこのような取り組みは少なく、このまま無くなるのはもったいないと考えておりますが、ICT活用の波もあり今後どうなるのかは、使っていらっしゃる皆様の声や活用状況で決まっていくこととなります。

### 3 ほほえみノート利用の手引きの運用

ほほえみノート利用の手引きの運用は、令和 年 月 日から開始します。

今後も、定期的に皆様の意見を参考に必要に応じて内容の見直しなどを行います

## 第2章 ほほえみノート 運用について



#### 1. (配布対象者)

介護サービスおよび市町村事業を利用している人が対象です。(以下、利用者)

#### 2. (配布・管理場所)

利用者の住所地市町村窓口で配布します。介護事業所のスタッフ・医療従事者の誰でも受け取ることができます。一度にもらえる冊数は市町村窓口にて確認して下さい。

### 3. (利用者への配布方法)

介護サービスおよび市町村事業開始時に、担当者（ケアマネジャー等）よりノートの目的と内容、利用方法について説明し、本人または家族にお渡し下さい。



### 4. (利用者・家族への説明)

担当ケアマネジャーは、利用者及びその家族へ後述第3章 利用者・家族への説明に記載してある手順にてノートを配布し、(利用者・家族向けパンフレットを提示しながら)、ほほえみノートの説明をします。

### 5. (ノートの記入について)

ノートへの記入は、利用者本人、その家族、医療機関職員、介護事業所職員、ケアマネジャーなど、生活や支援に関わる方々にご協力をお願いします。



### 6. (わたしのメモ・理想の人生・わたしを支える人たちのページについて)

在宅支援の要で信頼関係のある「担当ケアマネジャー」が、「わたしのメモ」・「理想の人生」・「わたしを支える人たち」のページを利用者・家族と一緒に記入いただけるようご協力をお願いします。

### 7. (個人情報保護)

ほほえみノートは、利用者及びその家族の大切な個人情報であることに留意し、その利用に際して利用者及びその家族が内容を目にしても「不快にならない」「困らない」ようご注意ください。

### 8. (ノートの持参・提出について)

利用者又はその家族は、診察・治療・投薬（病院、診療所、歯科、薬局等）と、介護サービス（通所介護、短期入所、リハビリ、訪問介護、訪問看護等）にほほえみノートを持参し、必要に合わせて関係者に提出をお願いします。



### 9. (外来時における医療機関の役割)

医療機関職員は、持参したほほえみノートを必要に応じて内容確認し、日々の様子や医療機関に宛てた記録などあれば確認をお願いします。



受診時の状態にて関係者と情報共有の必要があった場合は、ほほえみノートやそれ以外の伝達方法を活用し、できる限り正確に伝わるようお願いいたします。（本人・家族から関係者にしっかり伝達できる場合などは不要かもしれません）





## 10. (入院時における医療機関の役割)



医療機関職員は、入院時に持参されたほほえみノートの記録より「日々の様子」を必要に応じて確認してください。自宅での生活状況が治療計画作成に役立つかもしれません。入院中にノートの紛失を心配される声もあるため、活用後はすみやかに返却してください。看護師は、利用者及びその家族に検査結果や処方内容など「本人の病気に関する書類」を渡したら、退院後の介護サービス使用時に、ほほえみノートと一緒に確認してもらおうよう伝えましょう。



## 11. (介護事業所の役割)



介護事業所職員は、利用内容の変更や特別なことがあった場合は、必要に応じて電話連絡や他関係者宛てに情報共有できるように記入しましょう。特にいつもと変わらないサービス利用状況の場合は、記録を簡略化してもかまいません。

## 12. (利用者及びその家族の役割)

- (1) 利用者及びその家族はノートに適宜目を通し、自宅の様子や思い・関係者への質問などあれば記載してみましよう。
- (2) ノートに挟まっている「お便り」や「集金袋」などがあれば確認しましょう。
- (3) 病院・歯科・薬局などで「本人の病気に関する書類」などを渡されたら、ほほえみノートの「本人・家族・医療介護関係者から」のページに貼ったり、挟んだりして失くさないようにしましょう。



## 13. (ケアマネジャーの役割)

ケアマネジャーは、適宜ほほえみノートの内容を確認し、必要に応じ記載や調整・相談をお願いします。ノートを見ることで電話連絡等と違った発見があるかもしれません。



## 14. (薬剤師の役割)

薬剤師は、ほほえみノートの内容を確認し、必要に応じて記載をお願いします。処方が変更されたら、薬剤情報をノートに挟んで利用者に返却し、介護サービス職員に見せるようにお伝えください。



## 15. (歯科の役割)

歯科では、ほほえみノートの内容を確認し、必要に応じて記載をお願いします。関係者間で共有してほしい指示や情報がある場合は、「歯科医院からのお願い」のページに記載して下さい。

## 16. (次のノートに移行する場合)

「本人・家族・医療介護関係者から」のページが埋まったら、次のノートに移行します。

情報の書き写しが大変であれば既存ノートを取り離して次のノートに貼付、もしくはコピーを貼付してもかまいません。

### 17. (記入内容の変更・ページの不足)

「本人・家族・医療介護関係者から」のページ以外で、記入内容を変更する場合又はページ数が不足し、増やしたい場合は「ぬまとね医療・介護連携相談室 ホームページ 資料室」から必要なページを印刷し、貼付してご活用下さい。

ケア  
マネ

### 18. (緊急対応時について)

緊急事態の際はノートではなく電話やFAXをご活用ください。

医

ただ、その際に「普段の様子」がわかると治療や緊急対応に役立つ場合があります。もしもの場合に備えて関係者で記載内容を充実させていきましょう。

看

また、救急搬送や救急外来にて「理想の人生」のページに記載があると、本人の望む「治療内容」や「治療後の生活」などの確認ができるので助かります。

### 19. (ほほえみノートの問合せ先)

ほほえみノートを使用していて改善点が見つかったときやノートについて意見がある場合は、「市町村窓口」または「ぬまとね医療・介護連携相談室」に連絡をお願いします。

## 第3章 「利用者・家族への周知・説明」について

ケア  
マネ

### ★ノート配布時の手順と説明★

#### (1) 配布方法

① 新規利用の方は、初回サービス担当者会議の際などに、担当ケアマネジャーより利用者またはご家族に配布をお願いします。

② 使用中のノートが終了した、または万が一紛失した場合は、担当ケアマネジャーもしくはサービス事業所より新しいノートを配布して下さい。

#### (2) 利用者・家族への説明

別紙パンフレットを渡し、それをご覧頂きながら本人・ご家族に説明を行ってください。配布時の説明を統一するためのパンフレットです。必ず配布する際にはご使用ください。

スムーズにほほえみノートが活用できるよう

担当ケアマネジャーより説明して頂きたい点は、**次ページの5点です。**

- ① このノートはどんな物でいつ使うの？
- ② 持っていくところ・提出するところ
- ③ 本人・家族はどこをみて、何を書くの？
- ④ 自分に関係するものは「貼付」「挟みこみ」してみよう
- ⑤ 「理想の人生」「医療の希望」記入の大切さ

### (3) ノートのやり取りを行う場所

ほほえみノートを持って行き見せる場所は、主に3つ

- ① 医療機関（病院・診療所・歯科・薬局など）
- ② 介護サービス利用時
- ③ 担当ケアマネの訪問時

提出のタイミングは、

- ①は診察・投薬を受ける前に受付などで見せましょう
- ②は介護サービスを受ける際などに出しましょう
- ③は担当ケアマネジャー訪問時に見てもらいましょう

と説明してください。

ただし、「混雑具合」や「関係者に伝えることがない場合」などは、内容の確認や記載が難しい場合もある旨をお話してください。



## 第4章 「各ページの記入方法」について



### 1 「わたしのメモ」のページについて

ご本人の「病気」「連絡先」などの情報を記載します。記載しておく活用する場面があるかもしれません

**お願い①** 担当ケアマネジャーがサービス利用開始時の質問として、本人やご家族と話し合い、「わたしのメモ」のページを記入してください。

**お願い②** ノートに移行する際に「わたしのメモ」に変更がないか担当ケアマネ等が確認し、必要に応じて更新してください。



## 2 「本人・家族・医療・介護関係者から」のページについて



利用者本人を支える家族や医療・介護関係者が必要な情報を記載したり、情報共有をするページです。



お願い① 本人の状態に変化がある時や、次に支援する人への連絡・相談などがある時は詳しく記入し、特に変わりがない場合は毎回記入する必要はありません。



お願い② 医療機関より、検査データや薬剤情報など「本人の病気に関する書類」を渡されたら、できる範囲でこのページに貼りましょう。受診日と記録が同じ日又は一番近い日のページの上の方にめくれるように貼ってください。



お願い③ コメントを記入するときに、どこのだれに宛てるのか明記しましょう。  
(～デイサービスの〇〇から、～訪看△△さんへ など)

お願い④ 重要な記入は、わかるように付箋を貼っておきましょう。複数の重要な記入はわかるように複数の付箋を貼ってください。

特に重要な部分や読んで欲しい部分は、蛍光ペンなどでアンダーラインを引いたり囲ってみたりして相手に伝わるよう工夫しましょう。

お願い⑤ 記録やコメントを読んだら、確認欄にサイン又は押印しましょう。本人又は家族にも確認してもらいましょう。

## 3 「歯科医院からのお願い」のページについて



歯科医院の記録やコメントはこちらのページに記入して下さい。家族や介護関係者に伝えたい「治療内容」や「口腔ケアの説明」などあれば記入をお願いします。

お願い① 歯科医院宛ての記入があった場合は、コメントの確認やサイン又は押印をお願いします。

お願い② 口腔内のイラストを使用し、治療した部分や「介護事業所での支援」や「普段の生活にて必要な情報」を記載してください。

お願い③ コメントを記入するときは、どこに向けての発信なのか明記してください。(例：～ケアマネ△△さんへ など)



看

## 4 「体調チェック」のページについて



介

継続的に記録することにより、体調の変化に気づく場合もあります。体重の急な増減は何等かのサインかもしれません。

お願い① 体重測定をした介護事業所や医療機関にて、記録表とグラフに記入をして下さい。

お願い② 新しいノートに移行する際に、必要に応じて記録を書き写したり、コピーを貼るなど、継続的に確認できるようにお願いします。

ケア  
マネ

## 5 「理想の人生・医療の希望」のページについて

医

利用者と家族がこれから「どこでどのように」過ごしたいかを考えてもらうページです。本人・家族・支援者の誰もが後悔しないよう確認をしてみませんか。

看

お願い① ノートの初回説明時に、ケアマネを中心に「理想の人生・医療の希望」のページを記入していただくとその後の支援がスムーズです。

お願い② 体調や環境の変化にて希望は変化することがあります。対象者の人生にて「節目」や「転換期」に、記入内容の見直しを支援してみましょう。

お願い③ 救急車などで搬送された場合に「ほほえみノート」を持参し、「理想の人生・医療の希望」を救急隊や医療関係者に提示するよう、本人やご家族に説明しておきましょう。

ケア  
マネ

## 6 「わたしを支える人たち」について



介

担当ケアマネジャーや事業所の担当者より名刺を貰ったらこのページに貼り付けるよう利用者とその家族に伝えて下さい。急な入院等の際に、関係者の連絡先がわかり連携がスムーズになります。

お願い① 名刺を貼り付けるときは、テープなどをご使用ください。

お願い② 貼り付けを望まない場合は、保険証やお薬手帳などに名刺を挟み医療関係者にご提示ください。

## 第5章 ほほえみノート Q&A



ここでは皆さんから多く寄せられた質問や意見、それに対する回答例を紹介いたします。

### Q1. サイズが持ち運ぶには大きい・B5サイズ位はどうか？

A1. 複数のサイズで試作し確認をしてみました。ノートを小さくすると記載が難しくなり、文字も小さくなるため読みづらくなってしまいます。また、救急車を呼んだ時などに救急隊がノートを見つけやすいようにこのサイズとしています。

### Q2. 「本人・家族・医療・介護関係者から」のページは、スペースが少なく必要な記録やコメントが書ききれない。

A2. 「ほほえみノート利用調査結果」と、「改訂委員会内での意見交換」にて、「サービス内容や事業所」によって求めている記録項目が異なるため、全員が納得できる内容にするのは難しいと考えました。そのため、多数の意見に合わせて調整を行いました。基本的にノートの記載方法は自由です。2枚使用や枠からはみ出ても構いません。伝えたい相手、共有したい情報によって皆さんで工夫していきましょう。



### Q3. このノートが長期的な記録のため、外来受診時にどこを見たら良いかわからない。また、診察時などに毎回コメントを書く事も難しい。(医療関係者)



A3. 厳格なルールではありませんが、わかりやすい工夫として特に見てほしい部分に付箋やラインマーカーで印を付ける事を提案しています。



また、毎回無理に記載をしたり確認する必要はありません。

記入等なくノートを返却する場合は、「今日は〇〇さん調子が良いから書かないね。

また次回持って来てね」などとお声かけしていただくことで、継続しての持参や情報共有が図りやすくなるかと思えます。



## 第6章 ほほえみノート 連携活用例



ノートを使っての連携活用例を職種や状況にていくつか書き出してみました。ぜひ皆様にもご活用いただけると幸いです。

(利用者本人とその家族)

- 次回の受診日をノートに書いておこう。診察時に確認したいことなど書いてくれるかも
- 【家族】薬の飲み忘れが多いので、忘れた日に✖をつけてみよう。
- 認知症の周辺症状で困っている。いつどんなことがあったのか忘れずに書いておき、専門家にどうしたら良いか教えてもらおう。

(医師・外来)

- 内服を変更したので関係者に一言書いておこう。
- 次回受診は「食事を抜いて」検査なので、念のためノートにも記載しておこう。
- 内服変更後の状態変化が知りたいので、「変更後の●●について」を毎日書いてもらおう。

(薬剤師)

- 本日処方された薬に「食べ合わせ不可」の食材があるので目立つようにしておこう。
- デイに行かない日の朝は飲み忘れが多い。昼食後に変更できないか医師に相談しよう。
- 家族が薬の仕分けが大変みたい。分包か投薬カレンダーをケアマネに相談しよう。

(歯科医師)

- 口腔ケアで介助してもらいたいことがある。関係者に手順を伝えよう。
- 治療後の食事について注意点があるので、ノートに書いて共有しよう。

(病院入院)

- 入院前の生活情報から、本人の様々な情報を確認し入院計画を作成しよう。
- デイサービスで撮影した写真がとても良い表情！それをきっかけに会話してみよう。
- 家族からの聞き取りにはない情報がノートにあったので、ケアマネに聞いてみよう。

(通所系サービス)

- 体重が減っているので、1週間の食事量をみんなで書いてもらい原因を探ろう。
- 来週は受診。血圧が少し高めなので目立つようにノートに書いて、家族にも主治医に伝えてもらうようお願いしよう。

(訪問看護)

- 訪問時の症状で医師から内服変更指示が出た。関係者に電話連絡をしたけど念のためノートにも書いておこう。
- 排尿量が減っているため。オムツ交換時の重さと、水分摂取量を関係者でノートに記載してもらい、その情報で医師に相談しよう。

(短期入所系サービス)

- 初めて宿泊されるので、普段のサービス利用状況や支援内容を記録で確認しよう。
- 夜間のケガの原因は、トイレ移動時の転倒ではなくベッドからの転落が原因だった。ノートに状況を記録しつつ、自宅での対策をケアマネに連絡し考えてもらおう。

#### (訪問介護)

- 訪問時に本人が自分でできることが増えてきたので、関係者と情報共有しよう。
- 配食サービスをほとんど食べずに捨ててあるので、どれくらい食べたのか書いておこう。食べたおかずも調べて関係者に伝えよう。

#### (居宅介護支援事業所)

- 以前の状況と比較して「どのような変化」があったのかを確認し、ケアプランを変更する参考にしよう。
- ACP や最期までしたいことは話にくいですが、ノートに記録するのが決まりだからと理由にして相談してみよう。

#### (福祉用具貸与)

- 利用者宅を訪問した時に、日々の記録から「道具の使い勝手」や「違う便利な道具の提案」などにつながる情報を確認しよう。

#### (介護老人保健施設)

- 事前にもらった書類による情報と、ほほえみノートの記録の両方を確認し、日々の生活の様子からリハビリメニューや援助目標作成してみよう。

#### (サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム)


- 受診時にノートを持参し、日々の生活状況を主治医に確認してもらおう。
- 家族の面会時に施設での生活状況をノートも含めて伝え安心してもらおう。

#### (小規模多機能型居宅介護事業所)

- 自宅でのデイ、ヘルパー利用時はどんな様子だったのか、食事の好みなどこれからの支援に役立つ情報をノートからも確認しておこう。

★あくまでも活用例です。このように実施を必ずしていただくものではありません。

医療と介護のどちらが欠けても「利用者本人」や「ご家族」の生活は守れません。住み慣れた自宅で1日でも長く過ごし、悔いのない人生が送れるよう多くの医療介護関係者の皆様のお力をお貸しください。



# 医療と介護と あなたをつなぐ

【制作・監修】

沼田市・みなかみ町・川場村・片品村・昭和村  
ほほえみノート改訂委員会メンバー  
ぬまたとね医療・介護連携相談室