

# あらお健康手帳を 活用していますか？

みなさんが使っている「あらお健康手帳」には、素晴らしい機能がたくさんあることを知っていますか？

ここがすごい！！

- ① ワタシに起こった色んなことを日記帳のように書き込めるから、病院の先生に知っていて欲しいことをしっかりと伝えられる。日々の出来事をメモするのにも便利！
- ② 具合が悪い時にたくさん話をしなくても手帳を見せるだけで病状が伝わって便利！
- ③ 医療のことも介護のことも両方が書けて、緊急連絡先やかかりつけ医の情報も書けるから、これ1冊あればもしもの時に役立つこと間違いなし！
- ④ チャック付きのポケットがついているから、診察券や検査データ、予約票もなくなる心配なし！

みなさんのアイデア次第では、もっともっと使いやすい手帳になります！

たくさんの人に使ってもらえると  
とっても嬉しいです★

