

対象 透析をしていない腎臓病の方すべて

記入シートセット

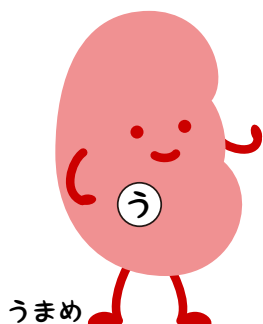
腎臓病の自己管理に役立つメモや記録用シートのセットです。

- A. 病院に行く前に自分の状態や、受診時に聞いた説明などを整理するシート
- B. 毎日の自己管理メモシート
- C. 自分の体や生活に関する備忘録シート

セット内容

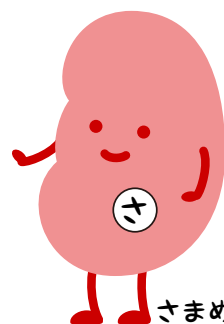
- A・病院に行く前の 病状整理メモ①
 - ・病院に行く前の 病状整理メモ②
 - ・病院に行った後の 受診後メモ
- B・毎日の 血圧メモ（1週間分）
 - ・毎日の 血圧メモ（1ヵ月分）※
 - ・毎日の 血圧メモ（1週間分、2回測る方向け）
 - ・毎日の 食事メモ
 - ・毎日の 運動メモ
- C・行事・イベントの記録
 - ・予防接種の記録
 - ・お薬の記録
 - ・病院リスト
 - ・病気やケガの記録
 - ・親族表（家族歴）

※毎日の血圧メモ（1ヵ月分）はA3サイズでお使いください。



うまめ

患者と医療者がつくった
腎臓病とのつきあい方ガイド



さまめ

病院に行く前の病状整理メモ その①



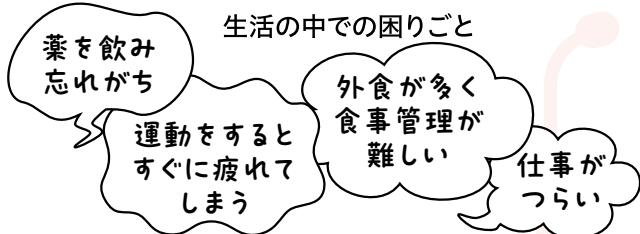
記入することで、主治医や医療者に話すことを整理できるシートです。

受診日から次の受診予定日までの間、

困りごとなどに気づいた時点で忘れないように記入してください。

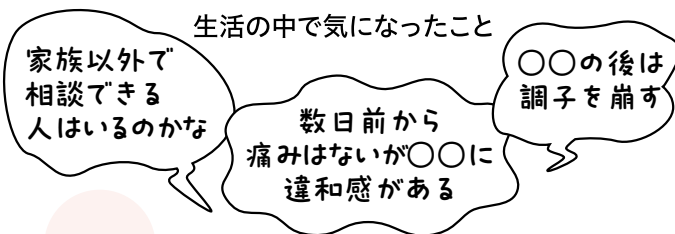
困りごと

治療に関わることでそれ以外でも、
生活の中での困りごと



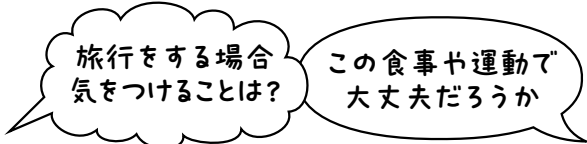
気になっていること

治療に関わることでそれ以外でも、
生活の中で気になったこと



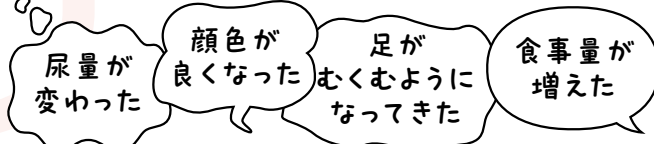
聞きたいこと

主治医や看護師、薬剤師などの医療者に
質問したいこと、確認したいこと



変化

良い場合でも悪い場合でも体調・心境の変化
家族や周りの人から「変わった」と言われたことなど



この「病状整理メモ」などを病院に持参すると便利です。

持参シートチェックリスト

受診予定日： 年 月 日 ()

必ず持っていこう

- 病院に行く前の病状整理メモ その①
- 病院に行く前の病状整理メモ その②
- お薬手帳、保険証、診察券 など

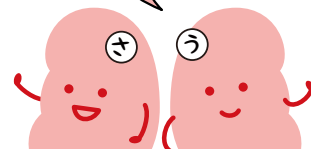
できれば持っていこう

- 毎日の 血圧メモ
- 毎日の 食事メモ
- 毎日の 運動メモ

必要に応じて持っていこう

- 行事・イベントの記録
- 病気やケガのメモ
- 予防接種の記録
- お薬メモ
- 親族表(家族歴)
- 病院リスト

これらは主治医に
求められたら持っ
ていけばいいよ



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



病院に行く前の病状整理メモ その①

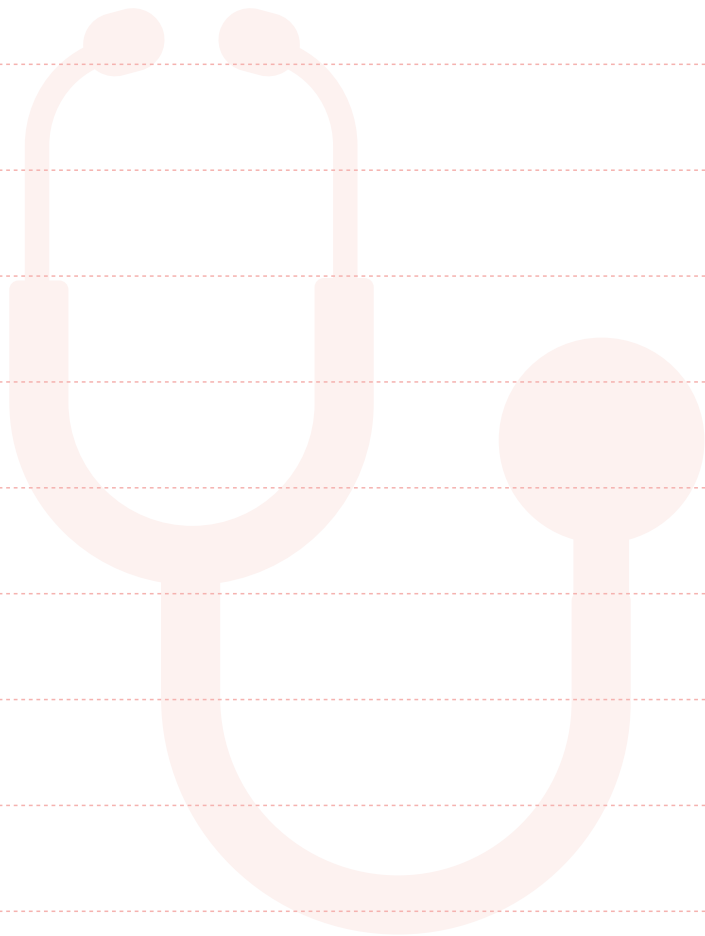


受診予定日: 年 月 日 ()

記入日

※受診直前に、特に伝えたいものをチェックしてください。

/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>
/ ()	<input checked="" type="checkbox"/>



みんなでつくろう、これからの医療
with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック

 P Pe CC
ピーペック
<https://ppecc.jp/>



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ
腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



病院に行く前の病状整理メモ その②



受診予定日: 年 月 日 ()

記入することで、主治医に話すことを整理できるシートです。
受診の直前(前日や当日)に記入してください。

服薬	前回の受診から今日まで <input type="checkbox"/> きちんと飲めた <input type="checkbox"/> たまに忘れた <input type="checkbox"/> よく飲み忘れた
食事内容	前回の受診から今日まで <input type="checkbox"/> 良かった <input type="checkbox"/> 少し乱れた <input type="checkbox"/> 乱れた
水分摂取	前回の受診から今日まで <input type="checkbox"/> 自分の適量を飲んでいて <input type="checkbox"/> 自分の適量を守れなかった
普段の生活	前回の受診から今日まで <input type="checkbox"/> 楽しく過ごした <input type="checkbox"/> 普通に過ごした <input type="checkbox"/> 振るわなかった
① 血圧	<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 高い <input type="checkbox"/> 低い 今朝の血圧 [収縮期(上の血圧) mmHg / 拡張期(下の血圧) mmHg]
② 体重	<input type="checkbox"/> 変化はない <input type="checkbox"/> 増えた <input type="checkbox"/> 減った 今朝の体重 [kg]
④ 睡眠	<input type="checkbox"/> よく眠れる <input type="checkbox"/> よく目がさめる <input type="checkbox"/> 眠れない (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)
⑤ 疲れ	<input type="checkbox"/> 疲れていない <input type="checkbox"/> 疲れやすい (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)
⑥ ストレス	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> 少しある <input type="checkbox"/> かなりある (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)
⑦ 尿量	<input type="checkbox"/> 変化はない <input type="checkbox"/> 増えた <input type="checkbox"/> 減った (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



病院に行く前の **病状整理メモ その②**



⑧ 症状の有無	<input type="checkbox"/> 食欲不振 (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> 頭痛 (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> だるさ (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> 吐き気 (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> 動機・息切れ (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> めまい (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> むくみ (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> 腰痛 (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> 胸痛 (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	メモ
	<input type="checkbox"/> しびれ (<input type="checkbox"/> 最近 <input type="checkbox"/> 1ヵ月以上前から)	しびれる部位
<input type="checkbox"/> 発熱	今日の体温 [] 度	いつからあったか、いつ平熱に戻ったか、など

メモ

「病状整理メモ その①」とあわせて病院に持参してください。



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック

PPeCC
ピーペック
<https://ppecc.jp/>



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ
腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



病院に行った後の 受診後メモ



受診日: 年 月 日 ()

主治医や医療者に伝えたこと、質問したことに対する回答や説明されたこと、その後の経過などを整理できるシートです。

伝えたことや質問したこと	説明されたこと	その後



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック

P Pe CC
ピーペック
<https://ppecc.jp/>



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ
腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



毎日の 血圧メモ



このシートの使い方

このシートは血圧と脈拍を記録するシートです。
1週間分2種類 (グラフの有無) と1ヵ月版の3種類があります。

目標血圧

ご自分の目標値を記載してください。成人が高血圧とされるのは上は135以上、下は85以上です。

あなたの目標血圧を記入してください

※知らない場合は主治医に確認

収縮期血圧 (上の血圧)

145



mmHg

拡張期血圧 (下の血圧)

95



mmHg

記録開始日: 2024

朝と夜の血圧

2回分の血圧を記録できます。正しい測定方法、注意点などは「毎日の血圧測定」を御覧ください。

測定のポイント

朝の血圧測定

- ・トイレを済ませる
- ・1~2分の安静後
- ・起床後一時間以内
- ・食前・服薬前

夜の血圧測定

- ・就寝前

測定日	3/14 (木)		3/15 (金)		3/16 (土)		朝
	朝	夜	朝	夜	朝	夜	
上の血圧	156	152	149	154	161	155	
下の血圧	99	93	97	88	102	97	

170

160

150

140

130

120

110

100

90

80

70

60

脈拍
(心拍数)

68

70

72

69

73

71

血圧のグラフ

上の血圧は「●」で、下の血圧は「○」でグラフを記入しましょう。

目標血圧の線を引いておくと分かりやすいです。

脈拍

脈拍 (心拍数) の基準値は基準値は60~100回/分です。脈拍はリラックスすると下がり、緊張や興奮すると上がります。



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



毎日の血圧メモ (1週間分)



あなたの目標血圧 を記入してください

※知らない場合は主治医に確認

収縮期血圧 (上の血圧)



mmHg

拡張期血圧 (下の血圧)



mmHg

記録開始日: 年 月 日 ()

測定日	/ ()		/ ()		/ ()		/ ()		/ ()		/ ()		/ ()	
	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜
上の血圧														
下の血圧														
(mmHg) 220														
210														
200														
190														
180														
170														
160														
150														
140														
130														
120														
110														
100														
90														
80														
70														
60														
脈拍 (心拍数)														



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



毎日の血圧メモ (1週間分)

朝と夜それぞれ
2回測る方向け



あなたの目標血圧
を記入してください

※知らない場合は主治医に確認

収縮期血圧 (上の血圧)



mmHg

拡張期血圧 (下の血圧)



mmHg

記録開始日: 年 月 日 ()

測定日	朝	脈拍	夜	脈拍
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg
/ ()	1回目	/ mmHg	1回目	/ mmHg
	2回目	/ mmHg	2回目	/ mmHg



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーベック



<https://ppecc.jp/>



制作

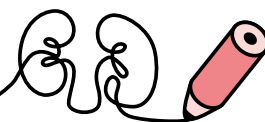
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



毎日の食事メモ(1週間分)



写真も撮っておくと振り返りが楽です。

記録開始日: 年 月 日 ()

日付	朝食	昼食	夕食	間食
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹
/ ()	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹	食べた時間 : <input type="checkbox"/> 足りなかった <input type="checkbox"/> 適量 <input type="checkbox"/> 満腹



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーベック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



毎日の運動メモ (2週間分)



あなたの運動の目標を 記入してください

例) 毎日の目標歩数、週に〇回水中歩行を30分、毎日ストレッチを5分 など

※できれば主治医や専門家に相談して決めましょう

記録開始日: 年 月 日 ()

日付	歩数	距離 (km)	その他に行った運動
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			
/ ()			



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック

 PPeCC
ピーペック
<https://ppecc.jp/>



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ
腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



行事・イベントの記録



旅行やいつもと違う外出などを記録してください。

記入開始日: 年 月 日 () 枚目

日時	年 月 日 ()	概要	
メモ			
			[記入日: 年 月 日]
日時	年 月 日 ()	概要	
メモ			
			[記入日: 年 月 日]
日時	年 月 日 ()	概要	
メモ			
			[記入日: 年 月 日]
日時	年 月 日 ()	概要	
メモ			
			[記入日: 年 月 日]
日時	年 月 日 ()	概要	
メモ			
			[記入日: 年 月 日]



みんなでつくり、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



予防接種の記録



予防接種証明書（接種済証、接種記録書）があれば一緒に保管してください。

記入開始日： 年 月 日（ ） 枚目

摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	
摂取年月日	年 月 日	<input type="checkbox"/> インフルエンザ	メモ
メーカー/ロット		<input type="checkbox"/> 新型コロナウイルス <input type="checkbox"/> その他（ ）	



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



お薬の記録



処方されたお薬、使っている市販のお薬やサプリメントを記録してください。

記入開始日： 年 月 日 () 枚目

記入日	分類	薬名	薬の効果や目的	メモ
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			
年 月 日	処方 市販			



みんなで作ろう、これからの医療

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」



病院リスト



かかっている病院を全て記録してください。

記入開始日: 年 月 日 () 枚目

病院名		電話	
診察券番号		かかっている科	
メモ			

病院名		電話	
診察券番号		かかっている科	
メモ			

病院名		電話	
診察券番号		かかっている科	
メモ			

病院名		電話	
診察券番号		かかっている科	
メモ			



みんなでつくる、これからの医療

with Kidney プロジェクト

運営

一般社団法人
ピーペック<https://ppecc.jp/>

制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>

病気やケガの記録



第1版(2024.05)

風邪をひいたり、ケガをしたり、腎臓病以外の病気やケガを記録してください。

記入開始日： 年 月 日 () 枚目

病気やケガ	
かかった病院	担当医
治療期間	年 月 日～ 年 月 日 <input type="checkbox"/> 入院(期間: 年 月 日～ 年 月 日)
治療内容	
メモ	

病気やケガ	
かかった病院	担当医
治療期間	年 月 日～ 年 月 日 <input type="checkbox"/> 入院(期間: 年 月 日～ 年 月 日)
治療内容	
メモ	

病気やケガ	
かかった病院	担当医
治療期間	年 月 日～ 年 月 日 <input type="checkbox"/> 入院(期間: 年 月 日～ 年 月 日)
治療内容	
メモ	



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidneyプロジェクト

運営

一般社団法人
ピーペック<https://ppecc.jp/>

制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>

親族表 (家族歴)



医療機関などで聞かれるところがあるため、まとめておくと便利です。

親族の体質や大きな病歴は、あなたの病気の予防や健康維持の参考になります。

発症した年齢もわかる範囲で記入してください。

記入日: 年 月 日 ()

祖母 (母方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

祖父 (母方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

祖母 (父方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

祖父 (父方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (母方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

母

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

父

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (父方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (母方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (母方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (父方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

おじ・おば (父方)

[名前] []

高血圧 [歳]

糖尿病 [歳]

が ん [歳]

()

脳卒中など [歳]

心臓の疾患 [歳]

その他

[]

わたし
(裏面へ)



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>



親族表 (家族歴)



親族の枠が足りない場合は、点線内の枠を使って書き足してください。

わたし	兄弟姉妹	兄弟姉妹	兄弟姉妹
<input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []
配偶者	子	子	子
[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []

続柄	続柄	続柄	続柄
[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []	[名前] [] <input type="checkbox"/> 高血圧 [歳] <input type="checkbox"/> 糖尿病 [歳] <input type="checkbox"/> が ん [歳] () <input type="checkbox"/> 脳卒中など [歳] <input type="checkbox"/> 心臓の疾患 [歳] <input type="checkbox"/> その他 []



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営
一般社団法人
ピーペック


ピーペック
<https://ppecc.jp/>



制作
腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>

