

# サービス・支援計画書

※<長期目標>達成したいこと、自立したいこと、やりたいことを記入  
「～したい」「～できるようになる」等本人を主語とした表現で記入  
右欄の達成に向けた目標を記載

〇日

足利 太郎 様

(要)

自立を阻害している要因を記載  
下部※1参照

目標> 一人暮らしを継続したい  
目標> 下肢筋力をアップし、自宅で入浴できるようになる。(6か月後)

利用者及び家族の生活に対する意向

<利用者> 外出する機会を持ち続け、できるだけ一人暮らしを続けたい

本人が理想としている姿を記入

<家族> 転ばないように生活してほしい

自立した日常生活の阻害要因 (心身の状態、環境等) ※1	①下肢筋力低下	②ふらつき	③独居
	④交通量が多い道あり	⑤膝の痛み	⑥可動域制限あり

状況の事実 ※2		現在 ※3	要因※4	本人・家族が改善したいこと	状況・支援内容	総合的課題	総合的課題に対する目標と具体策
起居移動	床からの立ち上がり	自立			外出時は、杖を使用しているが、少しの段差などで躓くことがある。家の周りの交通量が多いことやふらつきがあるため、一人では外出していない。	現在の状況・支援内容から、自立を妨げている要因を踏まえ、利用者が「〇〇したい」「〇〇できるようになる」という希望・目標を持てるような計画を記載	左欄の課題に対する目標の設定し、それに伴う具体策を記載
	室内移動	自立					
	屋外移動(1Kmの歩行)	自立 見守り 一部介助 全介助	①、②、⑤	◎			
	使用補助具(○室内・△屋外)	杖、手杖、シルバーカー、自転車					
食事調理	食事摂取	自立 見守り 一部介助 全介助			硬いものが食べにくく柔らかいものばかり食べている。	目標とする生活を送るためにできないこと(課題)に着目し、課題解決に向け目標指向型となるよう記入	例)① 週3日以上は、家の周りを15分歩くことができる (1) 通所型サービスを利用し、運動習慣を身につけ、膝関節周囲の筋力、下肢筋力を強化する。  (2) 通所型サービスで行う運動を自宅でも10分間実施する。  (3) 週に1回家族と外出する機会を継続  (4) 家族が家族が来訪時に、一緒に散歩に出かけるなど外出の機会を増やす。
	炊飯	自立 見守り 一部介助 全介助					
	簡単な食事の準備	自立 見守り 一部介助 全介助					
	食後の後片付け	自立 見守り 一部介助 全介助					
排泄	排泄場所(○日中・△夜間)	自立 見守り 一部介助 全介助			浴槽へ入る際に、下肢が上がりにくい、転倒への不安があり、自宅では、シャワーチェアに座り、シャワー浴を行っているのみ。	例) ①外出する機会を少しずつ増やし、下肢筋力低下の予防を実施することで、歩行が安定し、躓きなく歩くことができる。	② 「浴槽のまたぎができるようになり、自宅での入浴ができる」 (1) 足が上げられるよう、自宅等のリハビリに積極的に取り組む。  (2) またぎの動作を通所等の専門職と共に確認する。必要により、自宅の風呂での状況を確認する。
	排泄動作	自立 見守り 一部介助 全介助					
	下衣の上げ下げ	自立 見守り 一部介助 全介助					
	片付け・掃除	自立 見守り 一部介助 全介助					
入浴	湯張りや掃除	自立 見守り 一部介助 全介助			基本チェックリストにて、口腔該当であり、状況記入	②股関節の可動域制限があることから、入浴への不安を改善し、安全に浴槽の出入りができる。	
	浴槽の出入り	自立 見守り 一部介助 全介助	①、⑤、⑥				
	洗身	自立 見守り 一部介助 全介助					
	洗髪	自立 見守り 一部介助 全介助					
整容	歯磨き・髭そり	自立 見守り 一部介助 全介助			左欄、現在の状況とその要因(原因)を踏まえ、具体的な状況と支援内容を記入		
	爪切り	自立 見守り 一部介助 全介助					
更衣	ファスナー・ボタンの留め外し	自立 見守り 一部介助 全介助			買い物は、別居の娘家族が来訪時一緒に行っている		
	靴下の着脱	自立 見守り 一部介助 全介助					
掃除整理	ゴミの分別	自立 見守り 一部介助 全介助			娘が週2回来訪し、週1回は、買い物と一緒にしている。近所のかかわりは以前からない。		
	ゴミ出し	自立 見守り 一部介助 全介助					
	居室の掃除	自立 見守り 一部介助 全介助					
整理・物品の管理	自立 見守り 一部介助 全介助						
洗濯	洗濯機の操作	自立 見守り 一部介助 全介助					
	洗濯物を干す・しまう	自立 見守り 一部介助 全介助					
金銭管理	お金の支払い	自立 見守り 一部介助 全介助					
	通帳管理	自立 見守り 一部介助 全介助					
買物	食品・日用品の購入	自立 見守り 一部介助 全介助					
	衣類・その他の購入	自立 見守り 一部介助 全介助					
電話の利用	自立 見守り 一部介助 全介助						
認知	買ったことを忘れいくつも購入	自立	時々ある 常にある 行っていない				
	しまった場所が分からなくなる	自立	時々ある 常にある				
	料理の味付けができなくなる	自立	ない 時々ある 常にある 行っていない				
	同時に2つのことができない	自立	時々ある 常にある 行っていない				
社会性	趣味や楽しみ	自立	ある ( ) ない				
	外出の頻度等	自立	ほぼ毎日 週1日 ほとんどない				
	外出の手段	自立	徒歩 自転車 車 その他( )				
	隣近所とのかかわり	自立	ある あいさつ程度 ない ③				
地域参加	地域の行事の参加	自立	ある サロン・敬老会・元氣アップ、教室その他( )				

事業所及び団体名を記載、留意事項には、事業所にお問い合わせすることを記入

## <サービス・支援計画書>

目標	本人のセルフケア・家族支援	地域でできること	サービスの種類 (介護保険以外のサービスを含む)	提供先	期間・頻度
サービス・支援計画書の総合的課題に対する目標と具体策を記載	本人が自ら取り組むことや家族が支援すること、地域のボランティアや近隣住民の協力などもインフォーマルサービスとして記載(誰が何をするのかを具体的に)	基準緩和(スポーツ施設型)、短期集中通所、〇〇サロンなどの種別を記載			実施期間について記載、期間は概ね3~12カ月の範囲で設定 ※期間終了月にモニタリング評価を行う
同意					
同意いたします					
年 月 日 氏名					
代筆の場合 代筆者氏名					(本人との関係)

\*1 情報収集をもとに本人の自立を阻害している要因を、特に\*2の「状況の事実」において、自立以外を選択した項目の要因及び基本チェックリストの該当項目を分析したうえで、根本的で重要な要因を6つに絞り込み記入する。

\*2 各項目は課題分析標準項目を参考に追加し作成しているため、必要に応じて追加して差し支えない。

\*3 日常的に実施しているか、客観的事実に基づきチェックする。

\*4 現在の状況が「自立」等以外である場合、そのような状況をもたらしている要因を\*1の「阻害要因」欄から選択し、該当する番号を記入する。(複数記入可)

\*5 加除訂正については、斜線又は色ペンにて修正可能。その際は訂正部分について訂正日を記載。