

セルフプラン作成手引き



セルフプランってどうやって
つくるの？

障害福祉サービス（児童福祉サービスも含む）を利用するためには、区役所に**サービス等利用計画**を提出することが必要です。

この手引きでは、障害福祉サービスの利用を希望され、ご自身でサービス等利用計画（以下「**セルフプラン**」）を作成し、自らサービス事業所との調整を行う方向けに、セルフプランの作成方法についてわかりやすく説明します。

① 区役所にサービス利用を申し込む

② 区役所にセルフプランを提出する※

③ サービスの支給決定を受ける

④ サービスを利用する

ポイント

セルフプランとは、**障害福祉サービスの利用（予定）者の希望する暮らしの実現に向けて、誰が何をするのかという具体的な目標や行動を書き、みんなで協力して取り組むための計画書**です。



※作成上の注意事項

セルフプランにより、福祉サービスを利用する場合は、ご自身でサービス事業所とご利用の曜日や時間を調整していただきます。

サービスの利用条件や量には、制度上の基準があります。全てご希望通りになるとは限りません。基準やサービス内容については、横浜市のホームページに掲載してある資料を確認してください。

○セルフプランの作成用紙は、区役所又は市 HP から入手してください。

○サービス利用の申請書と一緒に提出ください。

※相談支援専門員が作成する用紙と自分で作成する用紙は異なりますが、内容は同じです。

※横浜市のホームページには、指定特定相談支援事業所のリストも掲載しています。

よこはまし
横浜市

そうだんしえん
相談支援



④ 誰に依頼をするか、必要なサービスについて

必要なサービスは何曜日にどのくらい利用したいですか？

利用希望のサービス	利用したい曜日	利用する目的	事業所名・連絡先 (担当者)
<input type="checkbox"/> 身体介護			
<input type="checkbox"/> 家事援助			
<input type="checkbox"/> 移動支援・通学通所支援			
<input type="checkbox"/> 通院等介助・通院等乗降介助			
<input type="checkbox"/> 重度訪問介護・重度障害者等包括支援			
<input type="checkbox"/> 同行援護・行動援護			
<input type="checkbox"/> 生活介護			
<input type="checkbox"/> 就労支援 (移行支援・継続 A 型・継続 B 型)			
<input type="checkbox"/> 就労定着支援			
<input type="checkbox"/> 短期入所・日中一時支援			
<input type="checkbox"/> 共同生活援助(グループホーム)			
<input type="checkbox"/> 施設入所支援・療養介護			
<input type="checkbox"/> 宿泊型自立訓練			
<input type="checkbox"/> その他 ()			

※記載されているサービスは一例です。その他を希望される場合は、その他に記載してください。

⑤ 依頼する人(事業所の担当者)に気をつけてほしいこと

◇ 依頼する人に気をつけてほしいことは何ですか？
