

とうりようけいかく  
サービス等利用計画(セルフプラン)

さくせいび ねん がつ にち  
作成日 年 月 日

りようしゃしめい  
○利用者氏名 \_\_\_\_\_

せいねんがっぴ  
○生年月日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

じゅうしょ  
○住所 \_\_\_\_\_

でんわばんごうなど  
○電話番号等 \_\_\_\_\_

きにゅうしゃ さくせいほじょしゃ  
○記入者(作成補助者) \_\_\_\_\_  
(利用者との関係: \_\_\_\_\_ )

↓どちらかにチェックしてください

セルフプランを自分で作成する

けいかくそうだんしえんじぎょうしょ  
計画相談支援事業所の  
りよう きぼう  
利用を希望しているが見つからない

いま く  
①今の暮らしについて

1 どこで暮らしていますか？

じたく 自宅  グループホーム  しせつ 施設( \_\_\_\_\_ )  その他 ( \_\_\_\_\_ )

2 げんざい にちちゅう す  
現在、日中はどのように過ごしていますか？

しゅうろう 就労  つうがく 通学  つうしょ 通所  つういん 通院  しゅみ 趣味  がいしゅつ 外出  その他 ( \_\_\_\_\_ )

きぼう く こんご く  
②希望する暮らし:今後、どんな暮らしをしていきたいですか

1 こんご く  
今後、どこで暮らしたいですか？

じたく 自宅  グループホーム  しせつ 施設  その他 ( \_\_\_\_\_ )

2 へいじつ す  
平日はどのように過ごしたいですか？

はたら 働きたい  がっこう 学校に通う  通所したい  その他 ( \_\_\_\_\_ )

3 きゅうじつ す  
休日にはどのように過ごしたいですか？

しゅみ たの 趣味を楽しむ  がいしゅつ 外出したい  ゆっくり過ごす  その他 ( \_\_\_\_\_ )

きぼう く ひつよう  
③希望する暮らしをするためにこれから必要なこと

1 これからとくぐ してみたいことは何ですか？

ひとりぐ 一人暮らし  にゆうきよ グループホームへの入居  しゅみ がいしゅつ 趣味や外出を楽しむ

しゅうろう はじ 就労を始める  つうしょ はじ 通所を始める  しょうらい そな 将来への備え  その他 ( \_\_\_\_\_ )

2 こんご こんご なること  
現在、困っていることや気になることは何ですか？

み まわり 身の周りのこと  か 家事  つういん 通院  がいしゅつ 外出  つうしょ しゅうろう 通所や就労

しょうらいてき 将来的なこと(病気の進行・体力低下など)  その他 ( \_\_\_\_\_ )

3 解決又は達成したいですか？

げつご 2、3か月後  ねんご 1年後  き 決めていない

④ <sup>ひつよう</sup>必要な<sup>サービス</sup>サービスをだれに<sup>いらい</sup>依頼しますか？

利用を希望するサービス名	事業所	担当者	連絡先
しんたいかいご <sup>ほーむへるぷ</sup> 身体介護(ホームヘルプ)			
かじえんじょ <sup>ほーむへるぷ</sup> 家事援助(ホームヘルプ)			
いどうしえん <sup>つうがくつうしよしえん</sup> 移動支援・通学通所支援			
つういんどうかいじょ <sup>つういんどうしよこうかいじょ</sup> 通院等介助・通院等乗降介助			
じゅうどほうもんかいご 重度訪問介護 じゅうどしよがいしゃどうほうかつしえん 重度障害者等包括支援			
どうこうえんご <sup>こうどうえんご</sup> 同行援護・行動援護			
せいかつかいご 生活介護			
しゅうろうしえん <sup>いこうしえん</sup> 就労支援(移行支援・ けいぞくAがた <sup>けいぞくBがた</sup> ) 継続A型・継続B型)			
しゅうろうていちゃくしえん 就労定着支援			
たんきにゅうしよ <sup>にっちゅういちじしえん</sup> 短期入所・日中一時支援			
きょうどうせいかつえんじょ 共同生活援助(グループホーム)			
しせつにゅうしよしえん <sup>りょうようかいご</sup> 施設入所支援・療養介護			
じりつくんれん <sup>しゅくはくがたじりつくんれん</sup> 自立訓練・宿泊型自立訓練			
その他			

⑤ <sup>ふくしサービス</sup>福祉サービスを【何曜日<sup>なんようび</sup>の】【どの時間帯<sup>じかんたい</sup>で】【どんな支援<sup>しえん</sup>で】利用<sup>りよう</sup>しますか

	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:00							
10:00							
12:00							
14:00							
16:00							
18:00							
20:00							
22:00							
0:00							
2:00							
4:00							

⑥ <sup>いらい</sup>依頼する人に<sup>ひと</sup>気をつけてほしいこと ※<sup>にがて</sup>苦手なことなど、<sup>きをつけて</sup>気をつけてほしいこと