

### B-3 暮らしの情報(私の暮らし方シート)

名前

記入日

年 月 日

記入者

◎私なりに築いてきたなじみの暮らし方があります。なじみの暮らしを継続できるように支援してください。

暮らしの様子	私が長年なじんだ習慣や好み	私の現在の状態・状況	私の願いや 支援してほしいこと
毎日の 習慣となっていること			
食事の習慣			
飲酒・喫煙の習慣			
排泄の習慣・トイレ様式			
お風呂・みだしなみ (湯の温度、歯磨き、 ひげそり、髪をとかすなど)			
おしゃれ・色の好み・ 履き物			
好きな音楽・テレビ・ラジ オ			
家事 (洗濯、掃除、買い物、 料理、食事のしたく)			
興味・関心・遊びなど			
なじみのものや道具			
得意な事/苦手な事			
性格・特徴など			
信仰について			
私の健康法 (例:乾布摩擦など)			
その他			

## C-1-2 心身の情報(私の姿と気持ちシート)

名前

記入日

年

月

日

記入者

◎私の今の姿と気持ちを書いてください。

※私のありのままの姿を書いてみてください。もう一度私の姿をよく思い起こし、場合によっては私の様子や表情をよく見てください。  
様々な身体の問題を抱えながら、私がどんな気持ちで暮らしているのかを書き込んでください。

私の姿

私の不安や苦痛、悲しみは・・・	私が嬉しいこと、楽しいこと、快と感じることは・・・
私の介護への願いや要望は・・・	私がやりたいことや願い、要望は・・・
私が受けている医療への願いや要望は・・・	私のターミナルや死後についての願いや要望は・・・

# D-1 焦点情報(私ができること・私ができないことシート)

名前

記入日

年

月

日

記入者

◎私ができそうなことを見つけて、機会を作って力を引き出してください。

◎できる可能性があることは、私ができるように支援してください。もうできなくなったことは、無理にさせたり放置せずに、代行したり、安全・健康のための管理をしっかり行ってください。

※今、私がしている、していないを把握するだけでなく、できる可能性があるか、もうできないのかを見極めて、該当する欄に✓を付けましょう。

※漠然とした動作のチェックではなく、24時間の暮らしのどの場面(時間や朝、昼、夕、夜など)かを状況に応じて具体的に記入しましょう。

暮らしの場面	私がしていること		私がしていないこと		私の具体的な言動や場面	できるために必要な支援、できないことへの代行、安全や健康のための管理	私ができるように支援してほしいこと
	常時している(自立)	場合によってしている	場合によって出来る	もうできない			
起きる							
移動・移乗							
寝床の片づけなど							
整容 (洗顔や整髪など)							
着替え (寝まき⇄洋服)							
食事準備 (献立づくり・調理・配膳等)							
食事							
食事の片付け							
服薬							
排泄							
掃除・ゴミ出し							
洗濯 (洗い→たたみ)							
買い物 (支払いも含む)							
金銭管理 (貯金の管理、手持ち現金の管理、通帳の管理・出し入れ、計画的に使えるか)							
諸手続き (書類の記入・保管・提出等)							
電話をかける・受ける							
入浴の準備							
入浴時の着脱							
入浴							
寝る前の準備 (歯磨、寝床の準備)							
就寝							
人への気づかい							
その他							

## D-2 焦点情報(私ができること・私ができないことシート) 名前

記入日 年 月 日 記入者

◎私ができる可能性があることを見つけて、機会を作って力を引き出してください。

◎私ができる可能性があることを見つけて支援してください。もうわからなくなったことは、放置しないで、安全・健康のための管理をしっかり行ってください。

※外見上のわかること、わからないことを把握するだけでなく、わかる可能性があるのか、もうわからないことかを見極めて、該当する欄に✓を付けましょう。

※漠然とした動作のチェックではなく、24時間の暮らしのどの場面(時間や朝、昼、夕、夜など)かを状況に応じて具体的に記入しましょう。

暮らしの場面	私ができること		私ができないこと		私の具体的な言動や場面	わかるために必要な支援、わからないことへの代行、安全や健康のための管理	私ができるように支援してほしいこと
	常時わかる	場合によってはわかること	場合によってはわかる可能性がある	わからない			
会話の理解							
私の意思やしたいことを伝える							
毎日を暮らすための意思決定(服を選んだり、やりたいことを決める)							
時間がわかる							
場所がわかる							
家族や知人がわかる							
直前の記憶							
最近の記憶(1～2週間程度の記憶)							
昔の記憶							
文字の理解(ことば、文字)							
その他							