

**C-1-2 心身の情報(私の姿と気持ちシート)**◎私の今の姿と気持ちを書いてください。

※真ん中の空白部分に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。左側のように、様々な心身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吹き出しに書き込んでください。

(次の記号を冒頭に付けて誰からの情報かを明確にしましょう。●私が言ったこと、△家族が言ったこと、○ケア者が気づいたこと、ケアのヒントやアイデア)

私の不安や苦痛、悲しみは…

私の介護への願いや要望は…

私が受けている医療への願いや要望は…

私が嬉しいこと、楽しいこと、快と感じることは…

私がやりたいことや願い、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:20 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・健康のための支援をしっかり行ってください。

※今、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✓を付けよう。

※単に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、どんな状況かを具体的に記入しよう。

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支援	私ができるように支援してほしいこと ●私が言ったこと △家族が言ったこと ○支援者が気づいたこと、支援のヒントやアイデア
	常時している(自立)	場合によってしている	場合によってはできそう	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							

※支援者とは、本人を支える人(介護職、医療職、福祉職、法律関係者、地域で支える人、家族・親戚等)であり、立場や職種を問わない。

## D-2 焦点情報(私がわかること・私がわからないことシート)

名前 \_\_\_\_\_ 記入日:20 年 月 日/記入者 \_\_\_\_\_

◎私がわかる可能性があることを見つけて機会をつくり、力を引き出してください。

◎私がわか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、代行したり、安全や健康のための支援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✓を付けよう。

※単に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、その時どんな状況なのかを具体的に記入しよう。

暮らしの場面	私がわかること		私がわからないこと		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支援	私がわかるように支援してほしいこと ●私が言ったこと △家族が言ったこと ○支援者が気づいたこと、支援のヒントやアイデア
	常時わかる	場合によってはわかる	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							

支援者とは、本人を支える人(介護職、医療職、福祉職、法律関係者、地域で支える人、家族・親戚等)であり、立場や職種を問わない。