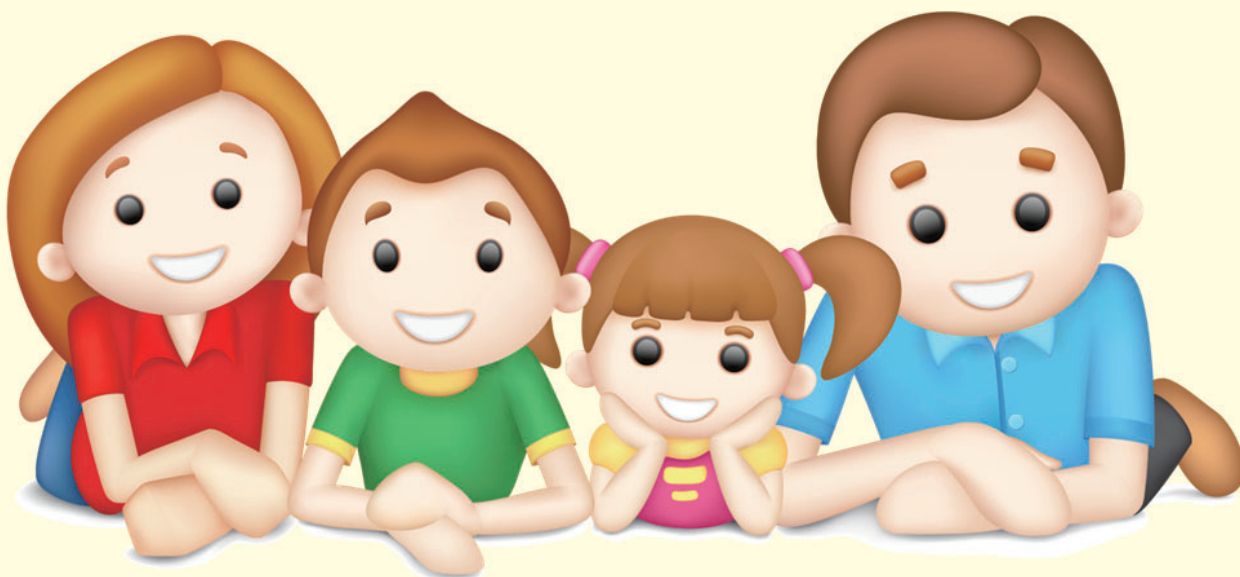




「自分らしさ」ノート

【初版】



ほんにん
本人

なまえ
名前

かぞく
家族

こじんじょうほう ほご きにゅうご とりあつか とく ちゅうい
※個人情報保護のため、記入後の取扱いには特にご注意ください。

なぜ自分らしさノートを作成するのか

- このノートには、障がい児・者の方(ご本人)の様々な情報を書き込んでいただいています。それはなぜかと言うと、学校入学・卒業後や転職時の支援者が変わるとき、親にもしものが起きたときなど、ご本人および親・保護者に転機や緊急事態が生じた際に、意見表現・表明が苦手なご本人から大事な情報(特に医療に関わる情報等)が得られないと、ご本人が長期にわたり苦しむことが予想されますし、場合によっては生命に関わる問題にもなりかねません。支援関係者による情報の共有が、ご本人の「最善の利益」につながるものと思われます。
- このノートでは、障がい者ご本人のことを「ご本人」、書き込まれる方を「ご家族」としています。そして、ご本人の支援をご家族から地域社会での見守りにスムーズに移行することをテーマとして、ご家族ならではの情報や将来のことについて書き込んでいただき、ご本人とご家族の「将来設計」づくりにご利用していただきたいと思い編集いたしました。
- 昨今、増加しつつある親に何かあつての後の突然の引き継ぎは、時間的・労力的コストが非常にかかります。その間に苦しむご本人の姿を見ることは非常に辛いものがあります。ご家族だけで共有すべき「個人情報」もあるかと思いますが、支援関係者が速やかに情報を共有し、ご本人にとっての「最善の利益」を確保するために、是非記入をお願いいたします。
- あわてることはありません。「ご家族」のペースで書き込んでください。時間の経過と共にいろいろと気持ちが変わってくるものと思われます。また、ご本人とご家族が共有する他者には計り知れない「時の流れ」と共に客観的に自分たちの生活を振り返ることが出来るかもしれません。書いたり消したり、何度も書き換えながら、ご本人の将来・現在のために伝えたい情報を詳しくお書きくださいます様お願いいたします。

スクラップブック

※このノートをつくるにあたり、ご本人やご家族の写真をつかって、スクラップブックをつくってみましょう。スクラップブックとは、お気に入りの写真をかざるペーパークラフトのことです。写真をアルバムに貼りつけるだけでなく、台紙にイラストやタイトルをそえ、写真ごとに思い出を書きつづることによって、より鮮明に自分史や家族史をわかりやすく伝えることができます。そこから、ご本人の好みやどう生きたいかという将来へのヒントが得られる可能性が広がります。ご家族で楽しみながらつくってください。

写真①

写真②

写真③

写真④

写真⑤

プロフィール(基本情報)

➤ 生年月日

年 月 日(歳)

➤ 住所(住んでいるところ)

笛吹市

(行政区:)

電話

➤ 緊急の連絡先

1.(どなたへ)(本人との関係:親・兄弟姉妹・友人知人)

氏名

住所 〒

電話

携帯Tel

2.(どなたへ)(本人との関係:親・兄弟姉妹・友人知人)

氏名

住所 〒

電話

携帯Tel

➤ 福祉手帳(身体・知的・精神等)の種類、番号、期限

てちょう 手帳・年金の種類	きごう ばんごう 記号・番号など	しゅとくねんがっぴ 取得年月日	びこう ゆうこうきげんとう 備考(有効期限等)

※20 歳になると法制度上、本人の名前で申請することになります。

例)20 歳未満の時に支給される特別児童扶養手当は、本人ではなく父母に支給されますが、20 歳から受ける障害者基礎年金は本人に支給されます。

➤ 年金証書・受給者証(重度医療・自立支援・特児等)の種類、番号、期限

てちょう 手帳・年金の種類	きごう ばんごう 記号・番号など	しゅとくねんがっぴ 取得年月日	びこう ゆうこうきげんとう 備考(有効期限等)

プロフィール(健康情報)

➤	しんちょう 身長	cm	たいじゅう 体重	kg
➤	けつえきがた 血液型	O A B AB型	RH	+ -
➤	いりょうき かん びょういんめい いしめい かかりつけ医療機関(病院名・医師名)			
	びょういんめい 病院名		いしめい 医師名	
	しんりょうか 診療科		TEL	
	ふくやく 服薬の状況	なし 無	あり 有	
その他、病気や薬に関すること				

か こ かか びょうき げんざいちりょうちゅう びょうき
➤ 過去に罹った病気と現在治療中の病気

か こ びょういんめい き かん ねん がつ ねん がつ にゅういん う む
過去(病院名とその期間 年 月～ 年 月・入院の有無)

げんざい
現在

ふくやくじょうきょう の くすり ねん がつ にちげんざい
➤ 服薬状況(飲んでいるお薬) (年 月 日現在)

朝・昼・(夕)夜・就寝前

ふくやく ちょうふ やっきよくはっこう
服薬カード貼付(薬局発行のもの)

とんぶく
頓服

た べ も の くすり
➤ アレルギー(食べ物・薬など)

ほっさ う む き とお き うしな からだ
➤ てんかん発作の有無(気が遠くなる・気を失う・体がかたくなる)

あり なし
有 ・ 無 (どちらかに○)

ぜん ちょう
前 兆

げん いん
原 因

➤ パニックの有無^{う む}(どうしてよいかわからなくなること)

あり なし
有 ・ 無 (どちらかに○)

よぼうほう
予 防 法

げん いん おと よていがい たいしょほう
原 因(ひとごみ・音・予定外のことなど、その対処法も)

➤ 自傷行為の有無^{じしょうこうい う む}(どうしようもなく自分を傷つけてしまうこと)

あり なし
有 ・ 無 (どちらかに○)

ない よう たいしょほう
内 容(どのようになるのか？その対処法も)

➤ 他害行為の有無^{たがいこうい う む たにん きず}(他人を傷つけてしまう)

あり なし
有 ・ 無 (どちらかに○)

ない よう たいしょほう
内 容(どのようになるのか？その対処法も)

➤ 今後の入院、手術^{こんご にゆういん しゅじゅつ にゆういん しゅじゅつとう}(入院、手術等)についての希望^{きぼう}を自由^{じゆう}にご記入^{ごきにゆう}ください。但^{ただ}し、必ずしも希望通りにはいかない場合もあります。)

家族・親族・友人知人関係

➤ 本人の父(名前: ほんにん ちち なまえ 連絡先: れんらくさき)

母(名前: はは なまえ 連絡先: れんらくさき)

➤ 兄弟姉妹(名前: きょうだい しまい なまえ 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 連絡先: れんらくさき)

➤ 配偶者(名前: はいぐうしゃ なまえ 連絡先: れんらくさき)

子の有無(名前: こ う む なまえ 連絡先: れんらくさき)

➤ その他親族・友人知人(特に関係の深い方・頼りにしている方)

(関係: かんけい 名前: なまえ 連絡先: れんらくさき)

(関係: かんけい 名前: なまえ 連絡先: れんらくさき)

(関係: かんけい 名前: なまえ 連絡先: れんらくさき)

➤ 本人をよく知っている学校の先生

(名前: なまえ 学校名: がっこう せんせい 連絡先: れんらくさき)

➤ 支援者リスト

(名前: なまえ 所属機関: しょうくきかん 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 所属機関: しょうくきかん 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 所属機関: しょうくきかん 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 所属機関: しょうくきかん 連絡先: れんらくさき)

(名前: なまえ 所属機関: しょうくきかん 連絡先: れんらくさき)

私の年表

◆本人にかかわるこれまでの経過などについて記入します。

[illegible]

【記入例】

ほんにん

本人の好きなこと

きにゅうれい き にゅうび ねん がつ にち
記入例：記入日2018年12月17日

おく 屋 ない 内	あそび 遊び	パソコンでの動物の動画を見ること
	テレビ	NHK の動物のドキュメント
	ほん 本	どうぶつずかん いちばん おき に い 動物図鑑が一番のお気に入り
	ゲーム	
	けいたい 携帯・スマホ	め はなす おや どうが み て 目を離すと親のスマホで動画を見ている
	その他	

おく 屋 がい 外	す き ばしょ 好きな場所	ゆう き どうぶつこうえん 遊亀動物公園
	あそび 遊び	おにごっこ
	スポーツ	すいえい 水泳
	す き のりもの 好きな乗り物	でんしゃ 電車
	その他	

ゆう 友 じん 人 ほか 他	とも 友だち	おなじしせつ かよう 同じ施設に通うAさん
	がっこう しせつ 学校・施設	相談支援事業書のBさん
	しょくいんとう 職員等	

ほんにん

本人の好きなこと

き にゅうび
記入日：

ねん
年

がつ
月

にち
日

おく 屋 ない 内	あそび 遊び	
	テレビ	
	ほん 本	
	ゲーム	
	けいたい 携帯・スマホ	
	その他	

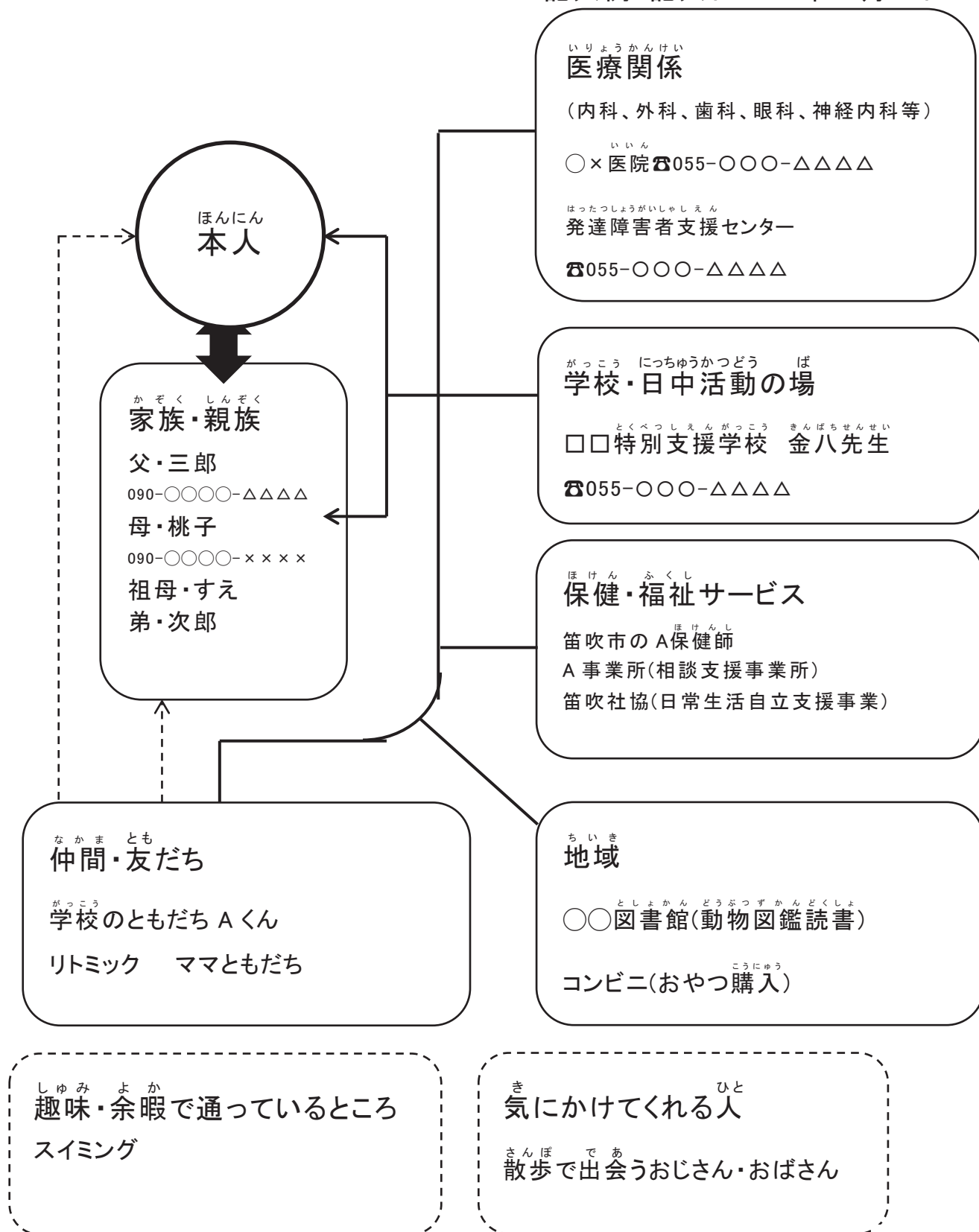
おく 屋 がい 外	す き ばしよ 好きな場所	
	あそ 遊び	
	スポーツ	
	す き のりもの 好きな乗り物	
	その他	

ゆう 友 じん 人 ほか 他	とも 友だち	
	がっこう し せつ 学校・施設	
	しょくいんとう 職員等	

【記入例】

かんけいしゃ しえん まっ ぶ
関係者(支援)マップ

きにゆうれい き にゆうび ねん がつ にち
記入例: 記入日 2018年 12月 17日



かんけいしゃ しえん まっぷ
関係者(支援)マップ

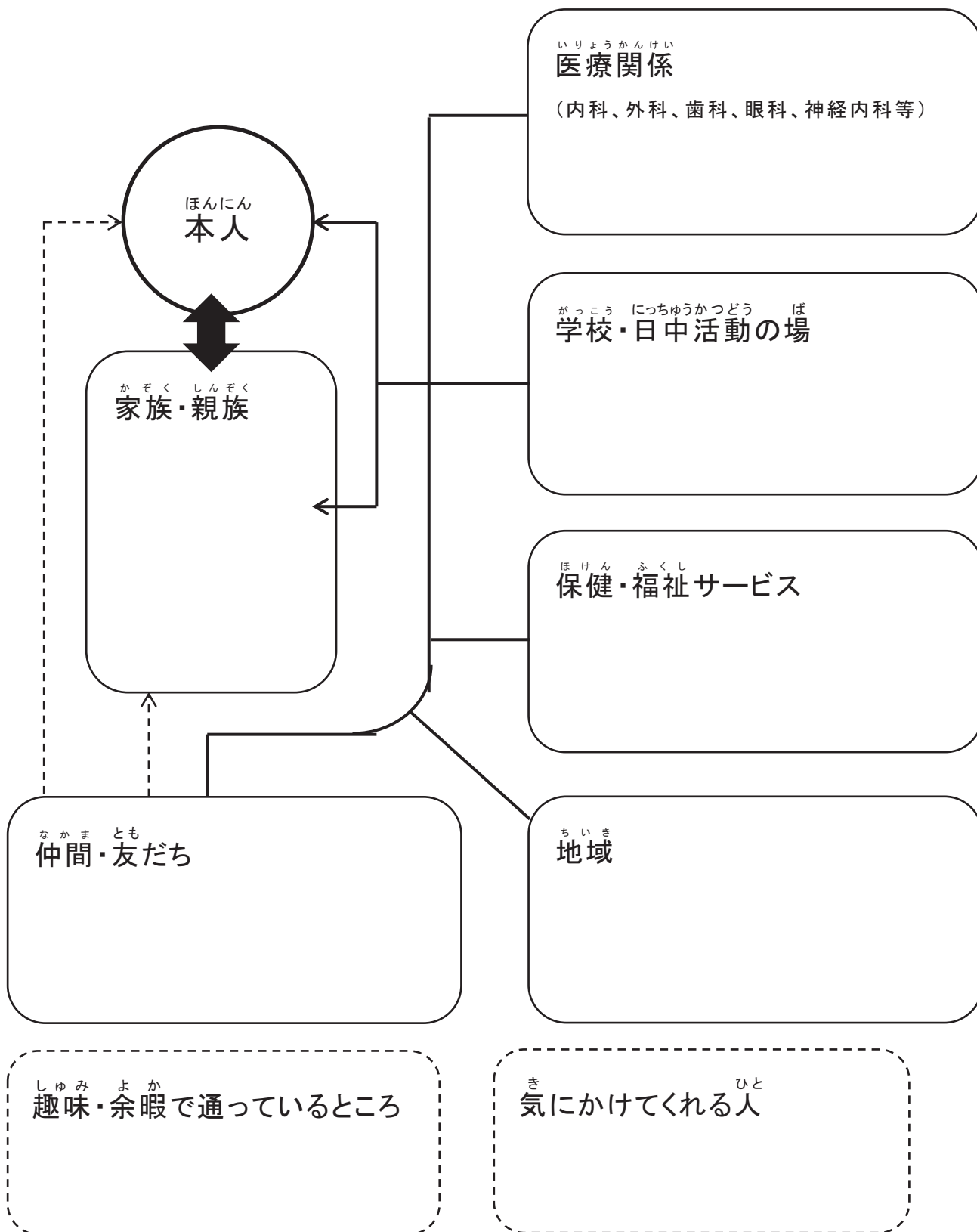
()

き にゅうび
記入日:

ねん
年

がつ
月

にち
日



【記入例】

せいかつ ようす
ふだんの生活の様子

きにゆうれい きにゆうび ねん がつ にち
記入例：記入日2018年12月17日

		状態	配慮 はいりょ が必要なこと ひつよう
食事	作ること	自立・半介助・全介助	
	食べること	自立・半介助・全介助	
トイレ		自立・半介助・全介助	だいべんじ ふきとり ふじゅうぶん 大便時の拭き取りが不十分のときがあります
お風呂		自立・半介助・全介助	ちようじかん 長時間はいついてのぼせてしまうことがあります
き が 着替え		自立・半介助・全介助	こだわりがあります えら べる はいりょ ひつよう 選べる配慮が必要です
しゅうしん きしょう 就寝と起床		自立・半介助・全介助	め ざ ま し ど け い こ え 目覚まし時計ではなく、声かけで起こしています
み 身だしなみ		自立・半介助・全介助	はみが 歯磨きをぬって渡しています せい は つ 整髪にこだわりがあります
かいもの 買い物		自立・半介助・全介助	さい ふ 財布にレシートとおつりを入れるようにメモをいれています
いどう 移動	ほ こう と ほ 歩行・徒歩	自立・半介助・全介助	か の う 可能です
	バス・電車 でんしゃ	自立・半介助・全介助	ひとりで乗ったことはありません
	自動車・タクシー じどうしゃ	自立・半介助・全介助	ひとりで乗ったことはありません
備考		電車には興味があるようですが、じっとしていられないので、目が離 せません。駅での案内の声が苦手です え き あんない こ え に が て	

せいかつ ようす
ふだんの生活の様子

き にゅうび
記入日：

ねん がつ にち
年 月 日

		状態	はいりょ ひつよう 配慮が必要なこと
食事	作ること	自立・半介助・全介助	
	食べること	自立・半介助・全介助	
トイレ		自立・半介助・全介助	
お風呂		自立・半介助・全介助	
きが 着替え		自立・半介助・全介助	
しゅうしん きしょう 就寝と起床		自立・半介助・全介助	
み 身だしなみ		自立・半介助・全介助	
かいもの 買い物		自立・半介助・全介助	
いどう 移動	ほこう と ほ 歩行・徒歩	自立・半介助・全介助	
	でんしゃ バス・電車	自立・半介助・全介助	
	じどうしゃ 自動車・タク シー	自立・半介助・全介助	
備考			

【記入例】

い し そ つ う し ゃ か い せ い
意思疎通(コミュニケーション)・社会性

き に ゆ う れ い き に ゆ う び ね ん が つ に ち
記入例：記入日2018年12月17日

ほん 本 に ん 人 か ら	ことば	た ん ご な ら べ る は な し か た 単語を並べる話し方です
	つた ほうほう 伝える方法	ことばで伝えようとしますが、手を引っ張るなど体で伝えようとします
	に が て 苦手なとき	ことばで「イヤ」とはっきり言います うご 動かなくなることもあります

ほん 本 に ん 人 へ	つた ほうほう 伝える方法	ゆっくり、はっきり話す ^{は な す} と伝わります
	はいりよ 配慮すること	べつ かんしん 別のことに ^{かんしん} 関心があるときは、一旦 ^{いったん} 注意をこちらに ^{む け て} 向けてから、目を見てゆっくり ^{は な} 話すことにしています

し ゃ 社 かい 会 せい 性	た し ゃ 他者との か か わ り か た 関わり方	かんしん み し た に ん い せ い ふ 関心があると ^{み し} 見知らぬ他人でも、異性でも ^ふ 触れようとします ち か ん ま ち が 痴漢と間違われたことがあります
	し ゃ か い て き 社会的 り か い ルールの理解	え き ば す て い ま な ら 駅やバス停で ^ま 待てない、 ^{なら} 並べないことがあります
	はいりよ 配慮すること	か ん じ に が て かんばん つうやく ひつよう じょうしゃあんない 漢字が ^{に が て} 苦手です。看板などは ^{かんばん} 通訳が必要です。乗車案内 が ^{り か い} 理解できないことがあります

い し そ つ う
意思疎通(コミュニケーション)・社会性

き に ゆ う び
記入日：

ね ん 年
が つ 月
に ち 日

ほん 本 に ん 人 か ら	ことば	
	つた ほうほう 伝える方法	
	に が て 苦手なとき	

ほん 本 に ん 人 へ	つた ほうほう 伝える方法	
	はいりょ 配慮すること	

しゃ 社 かい 会 せい 性	た し や 他者との か か わ り か た 関わり方	
	しゃ かい て き 社会的 ルールの理解	
	はいりょ 配慮すること	

【記入例】

しゅうかん せいかつ 1週間の生活スタイル

きにゆうれい き にゆうび ねん がつ にち
記入例：記入日2018年12月17日

時間	へい じつ 平 日	ど にちしゆくじつ 土日祝日	ふく やく 服 薬
6時	じ 7時に起きます せんがん き が え ちょうしょく 洗顔・着替え・朝食		
8時	支度の後、8:30 に通所施設へ じ きしょう 8時起床 せんがん き が え ちょうしょく 洗顔・着替え・朝食		ちょうしょくご じょう 朝食後□□2錠
10時	↓		
12時	ちゅうしょく ↓ 昼食	ちゅうしょく 昼食	ちゅうしょくご じょう 昼食後△△1錠
14時	↓		
16時	き たく 帰宅		
18時	ゆうしょく 夕食・テレビ・ゲーム	ゆうしょく 夕食・テレビ・ゲーム	ゆうしょくご じょう 夕食後△△2錠
20時	にゅうよく 入浴・テレビ	にゅうよく 入浴・テレビ	
22時	しゅうしん 就寝	しゅうしん 就寝	しゅうしんまえ ほう 就寝前○○1包
24時			

び こう 備考	まいしゅう か よう び じ 毎週火曜日19時からのポケモンは必ず見ます かならず み	にちよう じ かめん 日曜9時からの仮面ライダーは必ず見ます かならず み	こうふん じ とんぶくやく 興奮時に頓服薬×× 1包
------------	---	---	--------------------------------------

しゅうかん せいかつ
1週間の生活スタイル

き にゅうび
記入日： ねん がつ にち
年 月 日

時間	へい じつ 平 日	ど に ち し ゅ く じ つ 土 日 祝 日	ふく やく 服 薬
6時			
8時			
10 時			
12 時			
14 時			
16 時			
18 時			
20 時			
22 時			
24 時			

び こう 備考			
------------	--	--	--

【記入例】

こま 困ったことの記録

※ どうしてよいかわからなくなったとき、そのことを書きとめてください。

(記入例) 2018 ねん 年12 がつ 月17 にち 日(金曜日 きんようび)
こま 困ったこと:
Aくんが突然 とつぜん かんしゃくを お 起こし、いつもと違って、柱 ちが に頭 はしら をぶつけ、手 て をか んだりしてしまい、どうしてよいかわからなくなってしまった。
たす もと さき き かん ひと 助けを求めた先(機関・人):
相談支援事業所の B さん、障がい児 しょうがい をもつお母 かあ さんの C さん
年 月 日(曜日)
こま 困ったこと:
たす もと さき き かん ひと 助けを求めた先(機関・人):

こま
困ったこと

きろく
の記録

※ どうしてよいかわからなくなったとき、そのことをか書きとめてください。

ねん 年	がつ 月	にち 日()
こま 困ったこと:		
たす もと さき き かん ひと 助けを求めた先(機関・人):		
ねん 年	がつ 月	にち 日()
ようび 曜日		
こま 困ったこと:		
たす もと さき き かん ひと 助けを求めた先(機関・人):		

【記入例】

し え ん ほ う し ん き し つ も ん ほ ん に ん へ ん き に ゆ う び ね ん が つ に ち
 支援の方針を決めるための質問(本人編) 記入日:2018年12月17日

(記入例・30代) 質 問	本人の答え			メモ(きづいたこと・き)になる ことをかいて下さい)
まいにち、たのしみにしている ことがありますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	本人の意思表示はないが、表情 から買い物には興味があるようだ
いえではおてつだいをすること がきまっていますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	自分でできることを増やそうと誘う が、持続しない
けんこうにきをつけています か？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	主治医からいろいろ指導がある が、理解できていないようだ
やってみたい、なりたいものが ありますか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	アニメのキャラクターに興味はあ りそう
こわい、こまったとおもったこと がありますか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	建物の立地の恐怖感を抱くこと がある
こまりごと、なやみごとをそうだ んできるひとがいますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	今通っているBセンターの職員に はあれこれ話をしているようだ
がっこうやしょくば、しせつに、はな せるともだちがいますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	Bセンターで一緒になるFくんとべ ったりらしい
かいものにひとりで行くことは おおいですか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	お金の計算は難しいので、誰か が付き添ってもらっている
まいつきのこづかいのきんがく はきまっていますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	本人の年金から将来のための貯 金を除き1万円くらいとしている
ちょきんをしていますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	本人の代わりに親が積み立てを している(郵貯)
つうちょうはじぶんでかんりをし ていますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	親がしている
ちょきんのはらいもどしをじぶ んでしたことがありますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	近所の郵便局に事情を話して、 親が行っている
「おかねをかして」といわれたこ とがありますか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	普段は持たせないで、無いと 思う
しらないひとにもものをかわされ たことがありますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	普段はお金を持たせていない
すきな人やけっこんをしたいと おもう人はいますか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	好きな人はいるようだが、結婚の 意味がわからないかもしれない
しょうらいもじぶんのいえでくら したいとおもいますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	自分の家・部屋が好きなように思 えるので、そう判断している
しょうらいは、ひとりぐらしをし たいとおもいますか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	独立とか親なき後などを想像でき ないように思う
しょうらいは、ともだちといっしょ にくらしたいですか？	☐ はい	☐ いいえ	わから ない	親はそう願うが、本人の意思は 推定できない

し え ん ほ う し ん き
 支援の方針を決めるための質問(本人編)

き に ゆ う び
 記入日:

ね ん が つ に ち
 年 月 日

し つ も ん 質 問	ほ ん に ん こ た 本人の答え			メモ(きづいたこと・き)になる ことをかいて下さい)
まいにち、たのしみにしている ことがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
いえではおてつだいをすること がきまっていますか？	はい	いいえ	わから ない	
けんこうにきをつけています か？	はい	いいえ	わから ない	
やってみたい、なりたいものが ありますか？	はい	いいえ	わから ない	
こわい、こまったとおもったこと がありますか？	はい	いいえ	わから ない	
こまりごと、なやみごとをそうだ んできるひとがいますか？	はい	いいえ	わから ない	
がっこうやしょくば、しせつに、はな せるともだちがいますか？	はい	いいえ	わから ない	
かいものにひとりで行くことは おおいですか？	はい	いいえ	わから ない	
まいつきのこづかいのきんがく はきまっていますか？	はい	いいえ	わから ない	
ちょきんをしていますか？	はい	いいえ	わから ない	
つうちょうはじぶんでかんりをし ていますか？	はい	いいえ	わから ない	
ちょきんのはらいもどしをじぶ んでしたことがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
「おかねをかして」といわれたこ とがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
知らないひとにものをかわされ たことがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
すきな人やけっこんをしたいと おもう人はいますか？	はい	いいえ	わから ない	
しょうらいもじぶんのいえでくら したいとおもいますか？	はい	いいえ	わから ない	
しょうらいは、ひとりぐらしをし たいとおもいますか？	はい	いいえ	わから ない	
しょうらいは、ともだちといっしょ にくらしたいですか？	はい	いいえ	わから ない	

※ご家族へのお願い:ご本人との意思疎通が難しい場合でも、できるだけご本人の意思を確認するようにしてください。

【記入例】

しえん ほうしん き め る
支援の方針を決めるための質問(家族編)

き にゅうび ねん がつ にち
記入日:2018年12月17日

(記入例・30代)質 問	か ぞ く こ た 家族の答え			メモ欄(気づいたこと・気 になることを書いて下さい)
施設や職場での様子は、安心して みていられますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	すべて相談支援事業所に任せ ているので安心
近い将来について本人と家族 で話し合うことがありますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	先のことはあまり考えていない
家族以外に相談できる方がい ますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	相談支援事業所のDさんが何で も任せてくださいといってくれてい る
将来、医療費・生活費等にあて るための貯蓄をしていますか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	最後はお金なので、できるだけ 貯めている
悪質商法に狙われたことがあり ますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	
自分が要介護となった時のこと を話題にしたことがあります か？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	先のことは考えないようにしてい る
その備えは出来ていますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	考えていない
出来る限り自宅で生活を続け たいとお考えですか？	☐ はい	☐ いいえ	☒ わから ない	将来は施設かグループホームか も考えている
判断能力が不十分だと貯金の払戻し 出来ないことがあるのをご存知で すか？	☒ はい	☐ いいえ	わから ない	以前、家族会の研修で聞いたこ とはある
自分(親)の財産管理で不安な ことはありますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	今のところは大丈夫
将来、日常生活や財産管理につ いて支援を頼める方がいますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	他人は当てにならない。本人の きょうだいにも頼むつもりはない
自分の財産の相続について、何 か特別に考えていることがあり ますか？	☐ はい	☒ いいえ	わから ない	今のところ考えてはいない
将来の身上問題、相続や財産管 理についての相談窓口をご存知 ですか？	☐ はい	☐ いいえ	☒ わから ない	身上問題とか財産とかの相談を 考えたことがない
成年後見制度について家族の 中で話題になることがあります か？	☐ はい	☐ いいえ	☒ わから ない	今のところ必要は無いと思う が？

しえん ほうしん きめる 支援の方針を決めるための質問(家族編)

き にゅうび ねん がつ にち
記入日: 年 月 日

しつ もん 質 問	か ぞく こた 家族の答え			メモ欄(気づいたこと・気 になることを書いて下さい)
施設や職場での様子は、安心して みていられますか？	はい	いいえ	わから ない	
近い将来について本人と家族 で話し合うことがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
家族以外に相談できる方がい ますか？	はい	いいえ	わから ない	
将来、医療費・生活費等にあて るための貯蓄をしていますか？	はい	いいえ	わから ない	
悪質商法に狙われたことがあり ますか？	はい	いいえ	わから ない	
自分が要介護となった時のこと を話題にしたことがありますか？	はい	いいえ	わから ない	
その備えは出来ていますか？	はい	いいえ	わから ない	
出来る限り自宅で生活を続け たいとお考えですか？	はい	いいえ	わから ない	
判断能力が不十分だと貯金の払戻し 出来ないことがあるのをご存知です か？	はい	いいえ	わから ない	
自分(親)の財産管理で不安な ことはありますか？	はい	いいえ	わから ない	
将来、日常生活や財産管理につ いて支援を頼める方がいますか？	はい	いいえ	わから ない	
自分の財産の相続について、何 か特別に考えていることがありま すか？	はい	いいえ	わから ない	
将来の身上問題、相続や財産管 理についての相談窓口をご存知 ですか？	はい	いいえ	わから ない	
成年後見制度について家族の 中で話題になることがあります か？	はい	いいえ	わから ない	

※ この質問表の目的は、ご本人及びご家族の現状やご希望から地域支援・

後見計画の作成に参考とさせていただくために用意したものです。

ふだん かてい はなし 普段から家庭で話をしていること

※ ふだん かてい ほんにん がっこう しせつ しごと にんげんかんけい しょうらい しんばい
 普段から家庭で、本人の学校や施設、仕事のこと、人間関係や将来のこと、心配ごと、
 かぞくかんけい さまざま はなし おも ほんにん しょうらい かぞく
 家族関係のことなど、様々なお話をされていると思います。本人の将来、家族
 じしん しょうらい げんざい しえん ひつよう ほんにん
 自身の将来のため、あるいは現在のよりよい支援のために必要な本人のさまざまな
 ことについて、とくに ^{こころ} 心に ^{のこ} 残ることがらを ^か 書きとめてみてください。

➤（書き方の例）

き にゅうび 記入日	きにゅうれい 記入例	書き込み欄
30.6.16	しょうらい おや なに お 将来、親に何かが起こったとき、	うら す じなんふうふ めんどう 裏に住む次男夫婦が面倒をみってくれと
	い 言っていた。兄弟だから	きょうだい おも なに こころぐるしさ のこ 任せてよいと思っているが、何か心苦しさが残
	じなんふうふ せいかつ 次男夫婦の生活もあるだろうし…。	

き にゅうび 記入日	書き込み欄

ほんにん かね かん
本人のお金に関すること

※ 生活上お金はなくてはならないものです。普段から本人のお金の使い方について決
めごとがなされているものと思われます。その様子を書きこんでください。

記入日	記入例	書き込み欄
30.6.27	本人の収入 ・ 年金¥66,000 ・ 工賃¥15,000 本人の支出 ・ 小遣い¥10,000 ・ 医療費¥5,000 ・ 福祉サービス利用費¥10,000 ・ 生活費(主に食費)繰り入れ¥20,000 ・ 貯金¥36,000	計¥81,000 計¥81,000
	将来に備えての貯金をして、急な出費、ほしい物の代金はそこから払うように決めました。	

き にゅうび 記入日	書き込み欄

※ ^{かんがえる}考えることすら^{つらい}辛いですが、^{しょうらい}将来^{おこりえ}起こりえ^{そう}そうな^{もんだい}問題(^{かいご}介護や^{そうぞく}相続など)について、ご

き に ゆ う び 記入日	きに ゆうれい 記入例	書き込み欄
2018.6.27	き よ う はなし き い て じ ぶ ん か い ご に ん ち し ょ う 今日、話を聞いて自分の介護(認知症)のことなど、決めておこうと思う。	
	し ょ う ら い わ た し い さ ん そ う ぞ く ち ょ う な ん ほ う す こ よ ぶ ん そ う ぞ く また将来、私たちの遺産を相続するとき、長男の方に少し余分に相続	
	お も こ う せ い し ょ う し ょ う ゆ い ご ん させたいと思う。公正証書遺言をしておくかな。	

P.28

ほんにん なやみ ふあん おも
本人の悩み・不安に思っていること

※ 本人が日頃悩んでいることや不安に思っていることを確認しておきましょう。

き にゅうび 記入日	きにゅうれい 記入例	書き込み欄
2018.6.27	今の生活状況(健康・金・支えてくれる人)をずっと続けていけるか不安。	
	将来的に自立したいが実際に出来るかどうか不安。	

き にゅうび 記入日	書き込み欄

にちじょうせいかつじょう
日常生活上のメモ

※ にちじょうせいかつ
日常生活の中で気になることをメモしておきましょう。

記入日	書き込み欄

記入日	書き込み欄

● あとがき

このノートを作成にあたっては、近隣市町村の家族会会員の皆さんから、多くの示唆、助言をいただきました。有り難うございました。

今後も、障がい者を取り巻く社会状況の変化が続き、それに伴い、本人の状況も変化せざるを得ないものと思います。引き続き、関係者の皆さんからのご意見を参考にしながらバージョンアップ(改訂)していきたいと考えております。ご意見をお寄せくださいますようお願いいたします。

引用・参考文献

1. 社会福祉法人品川区社会福祉協議会品川成年後見センター『意思決定支援ライフプランノート』日本加除出版,2015 年
2. 渡部 伸監修『親心の記録支援者の方々へ』一般社団法人日本相続知財センターグループ,2010 年
3. NPO 法人スクラップブッキング協会 : <http://www.scrapbooking-association.com>
4. 山梨県版相談支援ファイル「サポートノート」



発行者:笛吹市

事務局

社会福祉法人 笛吹市社会福祉協議会
「後見センター ふえふき」

※この事業は笛吹市からの委託事業です。

〒406-0822

山梨県笛吹市八代町南 917

TEL055-265-5182 FAX055-265-5183