記載例

【浦安市】サービス等利用計画案(セルフプラン)

氏名	〇〇 〇〇	計画作成日	令和4年6月20日
生年月日	平成7年5月5日(27歳)	連絡先	080-▲◎〇×-◇◇〇〇
住所	浦安市堀江9-9-9-101		
計画作成者	〇〇 〇〇(続柄 本人)	計画作成補助者	△△センター(続柄 相談支援事業所)
手帳などの状況(あてはまるものに○)		家族の状況(本人以外を記載)	
	身体障害者手帳(等級 級)	氏名	続柄
	療育手帳(程度)	〇〇 〇〇	父
○	精神障害者保健福祉手帳(等級 3級)	〇〇 〇〇	兄
○	自立支援医療(精神通院)		
	特定医療費(指定難病)受給者証		
	診断あり(診断名)		
○	障害支援区分(1・2・3・4・5・6)	備考:実家は埼玉県で、父と兄と一緒に暮らしている。母は死去。	
○	その他: 生活保護受給中		
医療の状況			
疾患名	うつ病	過去の受診歴・現在の健康状態	
医療機関	〇〇メンタルクリニック	〇〇メンタルクリニック初診。以後継続して通院している。	
主治医	◆◆先生	現在は状態としては安定しているが、やる気は起きず、夜は睡眠導入剤なしには眠れない状況は変わらない。	
通院頻度	月1回		
服薬状況	□□錠 1回/日 夕食後 〇〇〇〇 1回/日 就寝時 ▲▲▲錠 2回/日 朝食後・就寝時		
生活歴		利用サービス・関係機関の状況	
埼玉県出身。兄が1名。 地元の県立高校卒業後、都内の専門学校(情報系)に進学。一人暮らし開始。専門学校卒業後、システムエンジニアとして務めるも、3年経過した頃に激務から体調を崩しうつ病と診断される。その後退職となる。就職への足掛かりとして、〇〇センター(地活)に時々顔をだしている。		・〇〇メンタルクリニック ・〇〇センター(地活) ・生活保護受給(担当:□□ケースワーカー)	

希望する生活と目標・サービス

こうありたいと 思う暮らし	体調に無理のない範囲で、再就職を目指したい。		
困っていること	朝が弱いので、遅刻せずに事業所に通えるか不安。		
サービスの種類 (希望するものに○)		支給量	障害福祉サービス等を利用して 実現したいこと
訪問系	居宅 身体介護	月 時間・1回 時間	
	居宅 家事援助	月 時間・1回 時間	
	重度訪問介護	月 時間	
自立生活の援助	自立生活援助	当該月の日数	
	就労定着支援	当該月の日数	
	地域(移行・定着)支援	当該月の日数	
日中活動系	生活介護	週 日	徐々に日数を増やしていき、再就職につながるよう、体力・気力を回復させたい。
	○ 就労継続支援(A型・B型)	週 5日	
	就労移行支援	週 日	
	自立訓練(機能・生活)	週 日	
居住系	短期入所	月 日	
	共同生活援助(グループホーム)	当該月の日数	
	宿泊型自立訓練	当該月の日数	
	施設入所支援	当該月の日数	
	療養介護	当該月の日数	
外出の支援	同行援護	月 時間	
	行動援護	月 時間	
	通院等介助	月 時間・1回 時間	
その他			

週間ケア計画(簡潔に記載してください)

	月	火	水	木	金	土	日	サービス提供事業所名
午前	● 9:00 起床 ↑ 10:00~ ↓ 15:00							★○○B型事業所 週3日から5日に徐々に増や す 時々、○○センターに 顔をだす
午後	★ B型 ↓ ● 0:00 就寝							
						ゆっくり家 で過ごす か、買い出 しに出かけ る。		