

利用者氏名	さがみ たろう 相模 太郎	生年月日	昭和 平成 令和 ○年○月○日	障害福祉サービス等を利用するにあたり、以下の理由のために、「利用計画（案）」の作成を相談支援事業所に依頼せず、自らの意思においてセルフプランを提出します。
本人（家族）署名	相模 花子（母）	必ずどちらかにチェックしてください		
				<input checked="" type="checkbox"/> 身近な地域に指定特定相談支援事業所がない <input type="checkbox"/> セルフプランを希望するため

【記入例】施設入所 サービス等利用計画案・障害児支援利用計画案（セルフプラン） **支援者等が作成の補助をした場合の署名。**

受給者証番号	〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇	障害支援区分	〇	計画作成日	令和 〇〇年 〇月 〇日	作成補助者署名	
--------	------------	--------	---	-------	--------------	---------	--

1. 現在の生活状況と課題について 平成〇〇年〇月に施設入所。生活面で大きな不安はないが、不安定時に日中活動に参加できないことがある。月1回は両親と面会しており、楽しみにしている。	2. 将来希望する生活状況について（長期目標） 楽しみを取り入れながら安心した施設生活を送り、日中活動等の日課にも安定して参加できるようにになりたい。
---	--

3. これから利用したい支援		支援項目(番号)	利用時間または回数			
在宅支援	<input type="checkbox"/> ① 居宅介護	理由・備考： 短期目標を解決した積み上げの結果として実現できる目標を記載してください。	1回	時間	つき	時間
	<input type="checkbox"/> ② 居宅介護		1回	時間	つき	時間
	<input type="checkbox"/> ③ 居宅介護		1回	時間	つき	時間
	<input type="checkbox"/> ④ 居宅介護（通院等乗降介助）				つき	回
	<input type="checkbox"/> ⑤ 重度訪問介護	理由・備考： これから利用したいサービスの内容と理由を記入してください。訪問看護や地域活動支援センター等も対象となります。	1回	時間	つき	時間
	<input type="checkbox"/> ⑥ 同行援護					
	<input type="checkbox"/> ⑦ 行動援護					
	<input type="checkbox"/> ⑧ 重度障害者等包括支援					
	<input type="checkbox"/> ⑨ 短期入所					
	<input type="checkbox"/> ⑩ 地域定着支援					
	<input type="checkbox"/> ⑪ その他（ ）					
日中活動	<input checked="" type="checkbox"/> ⑫ 生活介護	理由・備考： 平日の日中に友達と楽しく色々な作業に取り組みたい。散歩等の課外活動も織り交ぜ、体力を維持したい。	⑫		つき	23日
	<input type="checkbox"/> ⑬ 自立訓練（生活・機能）				つき	日
居住支援	<input type="checkbox"/> ⑭ 就労選択支援	理由・備考： 在宅での生活が難しくなってきたため、施設で安心できる生活を送りたい。			つき	日
	<input type="checkbox"/> ⑮ 就労移行支援				つき	日
	<input type="checkbox"/> ⑯ 療養型介護				つき	日
	<input type="checkbox"/> ⑰ その他（ ）				つき	日
	<input checked="" type="checkbox"/> ⑱ 入所支援		⑱		つき	31日
	<input type="checkbox"/> ⑲ 療養型自立訓練					

4. 希望する生活に向けた本人の取り組みについて（短期目標と達成時期）
 医師と服薬について相談しながら、心身の安定を図りたい。
 日中活動に週1～2回参加できないことがあるため、どのような工夫ができるか支援員と相談し、試していきたい。半年後にその結果について相談したい。

サービス等利用計画案・障害児支援利用計画案（週間計画表）

	げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日	しゅうたんいいがい 週単位以外のサービス
4:00								<p>土日は好きな音楽を聴いて過ごすことが多い。友達とテレビを視聴していることもある。</p> <p>月に1回両親が面会に来ており、とても楽しみにしている。</p> <p>施設の行事があれば参加している。</p>
5:00								
6:00								
7:00								
8:00	起床・朝食・身支度							
9:00								
10:00	日中活動	日中活動	日中活動	日中活動	日中活動			
11:00								
12:00								
13:00	昼食							
14:00	日中活動	日中活動	日中活動	日中活動	日中活動			
15:00								
16:00								
17:00	入浴等							
18:00	夕食							
19:00								
20:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間			
21:00								
22:00	就寝準備・就寝							
23:00								
0:00								
1:00								
2:00								
3:00								
4:00								

計画に基づいた1週間の生活状況の全体を把握できるようにできるだけ具体的に記入してください。
 週単位以外のサービスについては隔週・不定期に利用しているサービスや医療機関への受診状況なども記入してください。サービス外の内容(買い物等)を記入しても構いません。