

東京生活支援ノート つなぐ



とうきょうせいいかつしえん 東京生活支援ノート一つなぐーについて

◎このノートは、障害のある人が生涯にわたって、安全で安心した生活を送れるように、ライフサイクルを通じての健康や生活のようすを記録し、必要な時に必要な情報を役立てていただけるように作成したものです。

◎医療にかかる時、福祉の窓口で相談する時、今までのことを何回も尋ねられて、困った経験お持ちの方も多いと思います。そんなときにこのノートを見せて伝えることができると便利だと考えて作りしました。

◎成長の過程で、いろいろな問題にぶつかるかもしれませんが、一人でかかえ込まないで、相談できるとよいと思います。そんな時にもこのノートが役に立つとよいと思います。

◎子どもが小さいころは、成長の喜びに目を見張るとき、幸せな気持ちになった時などに忘れないように書いておくと、成長の記録にもなると思います。

◎このノートは、本人と相談しながらご家族や、支援者が記入してください。とくに本人のことをいちばんよく知っている母親（家族）は、大切なことを記録しておきましょう。

◎このノートは、長年にわたってお使いいただけるように、書く欄を多く取っています。あまり関係のないページもあるかもしれませんが、ご自分の必要性に応じて、今必要なところから書いていただけると思います。

◎このノートが、東京都内に住む知的障害のある人に少しでも広く活用していただけるようにと願っています。

*このノートは本人が支援を必要とする時に使用するためのものです。

*本人のプライバシーの保護には十分に注意を払ってください。

— 目 次 —

| | | | |
|--|--|-------|-------------------|
| プロフィール | プロフィール | | 1 |
| | 福祉支援 | | 2 |
| わたしの ^{なんびょう} 年表 | 主たる ^{しゅたん} 診断名 ^{しんたんめい} ・持病 ^{じびょう} | | 3-16 |
| 健康 ^{けんこう} ・医療 ^{いりょう} | 身体 ^{しんたい} の ^{たい} 状態 ^{じょうたい} | | 18 |
| | 緊急 ^{きんぎょ} 対応 ^{たいおう} | | 18 |
| | 配慮 ^{はいり} してほしいこと | | 19 |
| | かかりつけの ^{いりょう} 医療機関 ^{いりょうきかん} | | 20-21 |
| | II の ^{いしやく} 歯科 ^{しやく} 医療機関 ^{いりょうきかん} | | 22 |
| | かかりつけの ^{いりょう} 薬局 ^{やくきょく} | | 23 |
| | 既往 ^{きじやう} 歴 ^{れき} | | 23-24 |
| | 予防 ^{よぼう} 接種 ^{せつしゅ} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 25-26 |
| 乳 ^{ちゅう} 幼 ^{よう} 児 ^じ 期 ^き | 生 ^う まれた ^た 時 ^{とき} の ^{ようす} 様子 ^{ようす} | | 27-28 |
| | 相談 ^{そうだん} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 29 |
| | 相談 ^{そうだん} ・活動 ^{かつどう} の ^{ばしょ} 場所 ^{ばしょ} | | 30 |
| 学 ^{がく} 齡 ^{れい} 期 ^き | 相談 ^{そうだん} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 31-32 |
| | 個別 ^{こべつ} の ^{きょういく} 教育 ^{きょういく} 支援 ^{しえん} 計画 ^{けいかく} など | | 33-36 |
| | サービス ^{りょう} 利用 ^{りよう} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 37-38 |
| | 小学 ^{しょうがく} 低 ^{てい} 小学 ^{しょうがく} 高 ^{こう} 中学 ^{ちゅうがく} 高校 ^{こうこう} | | |
| | わたしの ^{せいかつちず} 生活 ^{せいかつ} 地図 ^{ちず} | 39-40 | 43-44 47-48 51-52 |
| | 生活 ^{せいかつ} の ^{じょうき} 状況 ^{じょうき} | 41-42 | 45-46 49-50 53-54 |
| | 進路 ^{しんろ} 相談 ^{そうだん} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 55 |
| | 実習 ^{じっしゅう} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 56 |
| 成 ^{せい} 人 ^{じん} 期 ^き | わたしの ^{せいかつちず} 生活 ^{せいかつ} 地図 ^{ちず} | | 57-58 |
| | 相談 ^{そうだん} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 59 |
| | わたしの ^{ねが} 願 ^{ねが} い ^い ・親 ^{おや} の ^{ねが} 願 ^{ねが} い | | 60 |
| | 生活 ^{せいかつ} の ^{じょうき} 状況 ^{じょうき} | | 61-62 |
| | 日 ^{にち} 中 ^{ちゅう} 活動 ^{かつどう} の ^{ばしょ} 場 ^{ばしょ} | | 63-66 |
| | 暮らし | | 67-68 |
| | 楽しみ | | 69-70 |
| | ショート ^{しゅーと} ステイ ^{すてい} の ^{きろく} 記録 ^{きろく} | | 71-72 |
| | 居 ^き 宅 ^{たく} 支援 ^{しえん} | | 73-76 |
| | 成年 ^{せいねん} 後 ^{こう} 見 ^{けん} 制 ^{せいど} 度 ^ど | | 77 |
| メモ | | | 78 |
| 支部 ^{しぶ} の ^{ぺーじ} ページ | | | 79 |

プロフィール

| | | | |
|---------------|------|-----|-----------|
| 名前 | ふりがな | | 性別 |
| | | | 男 ・ 女 |
| 呼び方 本人がわかる | | 血液型 | 生年月日 |
| | | 型 | 年 月 日生 |

| | | |
|--------|-----|-----|
| 住所 | 〒 ー | |
| 電話 | 自 宅 | 携 帯 |
| 住所(変更) | 〒 ー | |
| 電話 | 自 宅 | 携 帯 |

| | | | | | |
|-------|------|------|--|--------|--|
| 緊急連絡先 | 第1順位 | 氏 名 | | 本人との関係 | |
| | | 電話番号 | | | |
| | 携帯電話 | | | | |
| | 第2順位 | 氏 名 | | 本人との関係 | |
| 電話番号 | | | | | |
| 携帯電話 | | | | | |

| | | |
|------------------|-------------------|-----|
| 愛の手帳 (療育手帳) | 有 (1 2 3 4)度 | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| 等級変更 | 有 (1 2 3 4)度 | ・ 無 |
| 変更日 | () | |
| 身体障害者手帳 | 有 ()級 | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| 等級変更 | ()級 | ・ |
| 変更日 | () | |
| 精神保健福祉手帳 | 有 () | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| 障害程度区分 | 有 (1 2 3 4 5 6) | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| 変更 | 有 (1 2 3 4 5 6) | ・ 無 |
| 変更日 | () | |
| 医療費に関する助成 | 有 | ・ 無 |
| () | () | |
| 手当 | 有 | ・ 無 |
| () | () | |
| 障害基礎年金 | 有 (1級 2級) | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| その他・年金 () | 有 | ・ 無 |
| 取得日 | () | |
| 成年後見利用 | 有 | ・ 無 |
| (補助 ・ 保佐 ・ 後見) | () | |
| 心身障害者扶養共済制度加入の有無 | 有 | ・ 無 |
| 介護保険の利用の有無 | 有 | ・ 無 |

わたし（ ^{ねんぴょう} ^{にゅうようじき} ）の年表～乳幼児期

| 西暦 (年号) | 年齢 | 所属 (通所施設・幼稚園・保育園など) | 病院・療育相談機関など |
|------------|----|------------------------|-------------|
| | 0 | | |
| | 1 | | |
| | 2 | | |
| | 3 | | |
| | 4 | | |
| | 5 | | |
| | 6 | | |

| すきなこと・興味があること・習いごとなど | 生育状況や本人を取り巻く環境の大きなできごとなど |
|----------------------|--------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

ねんぴょう がくれいき
わたしの年表 ～学齡期1

| 西曆 (年号) | 年齢 (学年) | 所属 (学校・通所施設など) | 病院・療育相談機関など |
|------------|----------------------|-------------------|-------------|
| | 6 ↳ 7 () | | |
| | 7 ↳ 8 () | | |
| | 8 ↳ 9 () | | |
| | 9 ↳ 10 () | | |
| | 10 ↳ 11 () | | |
| | 11 ↳ 12 () | | |

| すきなこと・興味があること・習いごとなど | 生育状況や本人を取り巻く環境の大きなできごとなど |
|----------------------|--------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

ねんぴょう がくれいき
わたしの年表～学齢期2

| 西暦 (年号) | 年齢 (学年) | 所属 (学校・通所施設など) | 病院・療育相談機関など |
|------------|----------------------|-------------------|-------------|
| | 12 ↳ 13 () | | |
| | 13 ↳ 14 () | | |
| | 14 ↳ 15 () | | |
| | 15 ↳ 16 () | | |
| | 16 ↳ 17 () | | |
| | 17 ↳ 18 () | | |

| すきなこと・興味があること・習いごとなど | 生育状況や本人を取り巻く環境の大きなできごとなど |
|----------------------|--------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

ねんぴょう せいねんき
わたしの年表 ～青年期

| 西暦 (年号) | 年齢 | 所属 (勤務先・通所施設・学校など) | 病院・相談機関など |
|------------|----|-----------------------|-----------|
| | 19 | | |
| | 20 | | |
| | 21 | | |
| | 22 | | |
| | 23 | | |
| | 24 | | |
| | 25 | | |
| | 26 | | |
| | 27 | | |
| | 28 | | |
| | 29 | | |

| 余暇活動・趣味など | 生活状況や本人を取り巻く環境の大きなできごとなど |
|-----------|--------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

| 余暇活動・趣味など | 生活状況や本人を取り巻く環境の大きなできごとなど |
|-----------|--------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

しゅ しんだんめい しょうがいめい
主たる診断名 (障害名)

| | |
|-------|---------------|
| 診断名など | (診断日 医療機関名) |
| 常用薬 | 服薬開始日 年 月 |

じびょう きそしっかん たいしつ
持病 (基礎疾患) ・体質など

| | |
|------------|----------------------------|
| 飲んではいけない薬 | なし ・ あり () |
| 食物アレルギー | なし ・ あり () |
| 薬アレルギー | なし ・ あり () |
| 副作用(薬やその他) | なし ・ あり () |
| てんかん | なし ・ あり (初めての発作 頻度 回/月) |
| 持病(慢性的な病気) | なし ・ あり () |
| おくすり手帳 | なし ・ あり () |
| その他 | |

| | | | |
|-----------|--------|----------------------------|----------|
| コミュニケーション | ある程度可能 | 本人に合わせれば ある程度可能 | 難しい |
| まひの有無 | なし | ・ あり(部位 |) |
| 移動 | 自立 | ・ 見守りや声かけが必要 | ・ 介助が必要 |
| | | | ・ 車いす補装具 |
| 食事 | 自立 | ・ 見守りや声かけが必要 (偏食・過食・少食) | ・ 介助が必要 |
| 排泄 | 自立 | ・ 見守りや声かけが必要 | ・ 介助が必要 |

きんきゅうたいおう びょうじょう しょうじょう
緊急対応をしてもらいたい病状・症状

| | | | |
|----|-----------|-----|--|
| 病名 | 症状 | 対応 | |
| | 病院名 電話 | 主治医 | |
| 病名 | 症状 | 対応 | |
| | 病院名 電話 | 主治医 | |
| 病名 | 症状 | 対応 | |
| | 病院名 電話 | 主治医 | |

じゅしん さい はいりょ
受診の際に配慮してほしいこと

(診察の状況、待合室での過ごし方)
例えば・白衣を怖がる・治療手順を説明して欲しいなど

薬局で配慮して欲しいこと(薬の説明をする時など)

かかりつけの医療機関 いりょうきかん

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

かかりつけの医療機関 いりょうきかん

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

かかりつけの^{し か い り ょ う き か ん}歯科医療機関

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

| | |
|-------|-----------------------------|
| 診療科目 | |
| 医療機関名 | |
| 電 話 | () - |
| 主 治 医 | |
| 住 所 | 〒 - |

かかりつけの薬局 やっきょく

| | |
|-----|-----------------------------|
| 薬局名 | |
| 電話 | () - |
| 住所 | 〒 - |

| | |
|-----|-----------------------------|
| 薬局名 | |
| 電話 | () - |
| 住所 | 〒 - |

きょうれき
既往歴

| 病名 | 既往の有無 | 備考 |
|------------|-------|----|
| 麻疹（はしか） | 済 ・ 未 | |
| 風しん（三日はしか） | 済 ・ 未 | |
| 水痘（水ぼうそう） | 済 ・ 未 | |
| おたふくかぜ | 済 ・ 未 | |
| その他 | | |
| | | |

よぼうせっしゅ きろく
 予防接種の記録

| 予防接種の種類 | 年 月 日 | 備 考 |
|-------------|----------|-----|
| BCG | ・ ・ | |
| ポリオ | ・ ・ | |
| | ----- | |
| | ・ ・ | |
| 三種混合 1期 | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| 二種混合 | ・ ・ | |
| 麻疹 (はしか) | ・ ・ | |
| | ----- | |
| | ・ ・ | |
| 風しん (三日はしか) | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| 日本脳炎 1期 | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| 水痘 (水ぼうそう) | ・ ・ | |
| おたふくかぜ | ・ ・ | |

| 予防接種の種類 | 年 月 日 | 備 考 |
|----------------|----------|-----|
| その他（インフルエンザなど） | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |
| | ・ ・ | |

はったつ きろく
 発達の記録

| | | | |
|----------|-----------|--------|---------|
| 乳の飲み方 | 普通 ・ 弱かった | 首のすわり | (年 カ月) |
| 寝返り | (年 カ月) | お座り | (年 カ月) |
| はいはい | (年 カ月) | 人見知り | (年 カ月) |
| つかまり立ち | (年 カ月) | 一人で歩く | (年 カ月) |
| 指差しをする | (年 カ月) | 一人で走る | (年 カ月) |
| 意味のあることば | (年 カ月) | 二語文を話す | (年 カ月) |
| オムツがはずれる | (年 カ月) | | |

その他の発達の記録

そうだん きろく
相談の記録

| 年月日 | 相談機関（担当者） | 内容 |
|-----|-----------|----|
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |

そうだんきかん
相談機関

| 相談機関名 | 住所 | 電話番号 |
|-------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

そうだん かつどう ば そうだん つうえんしせつ
 相談・活動の場（相談・通園施設、プレサークルなど）

| | |
|--------------|---------|
| 年 月 ～ 年 月 | |
| 施設名 | |
| 住所 | |
| 電話番号 | |
| 支援内容 活動内容 | |
| 担当者 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

| | |
|--------------|---------|
| 年 月 ～ 年 月 | |
| 施設名 | |
| 住所 | |
| 電話番号 | |
| 支援内容 活動内容 | |
| 担当者 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

そうだん きろく
相談の記録

| 年月日 | 学校・相談機関（担任・担当者） | 内容 |
|-----|-----------------|----|
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |

そうだんきかん
相談機関

| 学校・相談機関名 | 住所 | 電話番号 |
|----------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

そうだん きろく
相談の記録

| 年月日 | 学校・相談機関（担任・担当者） | 内容 |
|-----|-----------------|----|
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |

こべつ きょういくしえんけいかく
個別の教育支援計画など

| | | | | |
|------------------|----------------|----|---|----|
| 就 学 前 | 就学支援シートの有無 | あり | ・ | なし |
| | 個人の（教育）支援計画の有無 | あり | ・ | なし |
| | 作成機関名 | | | |
| 小 学 1 年 | 個別の教育支援計画の目標 | | | |
| | 個別指導計画の目標 | | | |
| 小 学 2 年 | 個別の教育支援計画の目標 | | | |
| | 個別指導計画の目標 | | | |
| 小 学 3 年 | 個別の教育支援計画の目標 | | | |
| | 個別指導計画の目標 | | | |

| | |
|--------------|--------------|
| 小学 4 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 小学 5 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 小学 6 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |

こべつ きょういくしえんけいかく
個別の教育支援計画など

| | |
|--------------|--------------|
| 中学 1 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 中学 2 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 中学 3 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |

| | |
|--------------|--------------|
| 高校 1 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 高校 2 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |
| 高校 3 年 | 個別の教育支援計画の目標 |
| | 個別指導計画の目標 |

りよう
サービス利用

| 年月日 | 事業所名 (担当者) | 内容 |
|-----|------------|----|
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |

りようじぎょうしょ
利用事業所

| 事業所名 | 住所 | 電話番号 |
|------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

せいかつちま しょうがくこうていがくねん
わたしの生活地図～小学校低学年

よく行く場所

学

友達・仲間

わたし

本人の思い・願い

家族

相談・緊急時避難拠点・他

学
齡
期

きにゅうび ねん がつ にち
記入日 年 月 日

校

放課後・余暇

支援者

なまえ

親の思い・願い

親族

病院・施設

学
齡
期

せいかつ じょうきょう しょうがっこうていかくねん
 生活の状況 ～小学校低学年

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| コミュニケーション | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 移動手段 歩行、杖車 いすの使用など | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 更衣 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 食事 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 排泄 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 整容 (歯みがき ・洗面など) | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 入浴 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |

きにゅうび
 記入日

 ねん
 年

 がつ
 月

 にち
 日

| | |
|----------------------------|--------------------------|
| 通学手段 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| 徒歩 バス・電車 | |
| 睡眠 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 電話 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 時間 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 金銭管理 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| その他 (こだわり・好きなこと、 など) | |
| その他 | |

せいかつ ち す しょうがっこうこうかくねん
わたしの生活地図～小学校高学年

よく行く場所

学

友達・仲間

わたし

本人の思い・願い

家族

相談・緊急時避難拠点・他

学
齢
期

きにゅうび ねん がつ にち
記入日 年 月 日

校

放課後・余暇

支援者

なまえ

親の思い・願い

親族

病院・施設

学
齡
期

せいかつ じょうきょう しょうがっこうこうがくねん
 生活の状況 ～小学校高学年

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| コミュニケーション | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 移動手段 歩行、杖車いすの使用 など | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 更衣 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 食事 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 排泄 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 整容 (歯みがき ・洗面など) | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 入浴 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |

| | |
|--------------------------------|------------------------------|
| 通学手段 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| 徒歩 バス・電車 | |
| 睡眠 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 電話 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 時間 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 金銭管理 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| その他 (こだわり、 好きなこと、 など) | |
| その他 | |

せいかつちす ちゅうがっこう
わたしの生活地図～中学校

よく行く場所

学

友達・仲間

わたし

本人の思い・願い

家族

相談・緊急時避難拠点・他

きにゅうび ねん がつ にち
記入日 年 月 日

校

放課後・余暇

支援者

なまえ

親の思い・願い

親族

病院・施設

学
齡
期

せいかつ じょうきょう ちゅうがっこう
 生活の状況 ～中学校

| | |
|------------------------------|--------------------------|
| コミュニケーション | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 移動手段 歩行、杖 車いすの使用 など | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 更衣 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 食事 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 排泄 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 整容 (歯みがき ・洗面など) | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 入浴 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |

| | |
|--------------------------------|------------------------------|
| 通学手段 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| 徒歩 バス・電車 | |
| 睡眠 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 電話 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 時間 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 金銭管理 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| その他 (こだわり、 好きなこと、 など) | |
| その他 | |

よく行く場所

学

友達・仲間

わたし

本人の思い・願い

家族

相談・緊急時避難拠点・他

きにゅうび ねん がつ にち
記入日 年 月 日

校

放課後・余暇

支援者

なまえ

親の思い・願い

親族

病院・施設

学
齡
期

せいかつ じょうきょう こうこう
 生活の状況 ～高校

| | |
|------------------------------|------------------------------|
| コミュニケーション | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 移動手段 歩行、杖 車いすの使用 など | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 更衣 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 食事 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 排泄 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 整容 (歯みがき ・洗面など) | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 入浴 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |

| | |
|--------------------------------|------------------------------|
| 通学手段 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| 徒歩 バス・電車 | |
| 睡眠 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 電話 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 時間 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 金銭管理 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| その他 (こだわり・ 好きなこと、 など) | |
| その他 | |

しんろそうだん きろく
進路相談の記録

| 年月日 | 学校・相談機関（担当者） | 内容 |
|-----|--------------|----|
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |
| | （ ） | |

がっこう そうだんきかん
学校・相談機関

| 相談機関名 | 住所 | 電話番号 |
|-------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

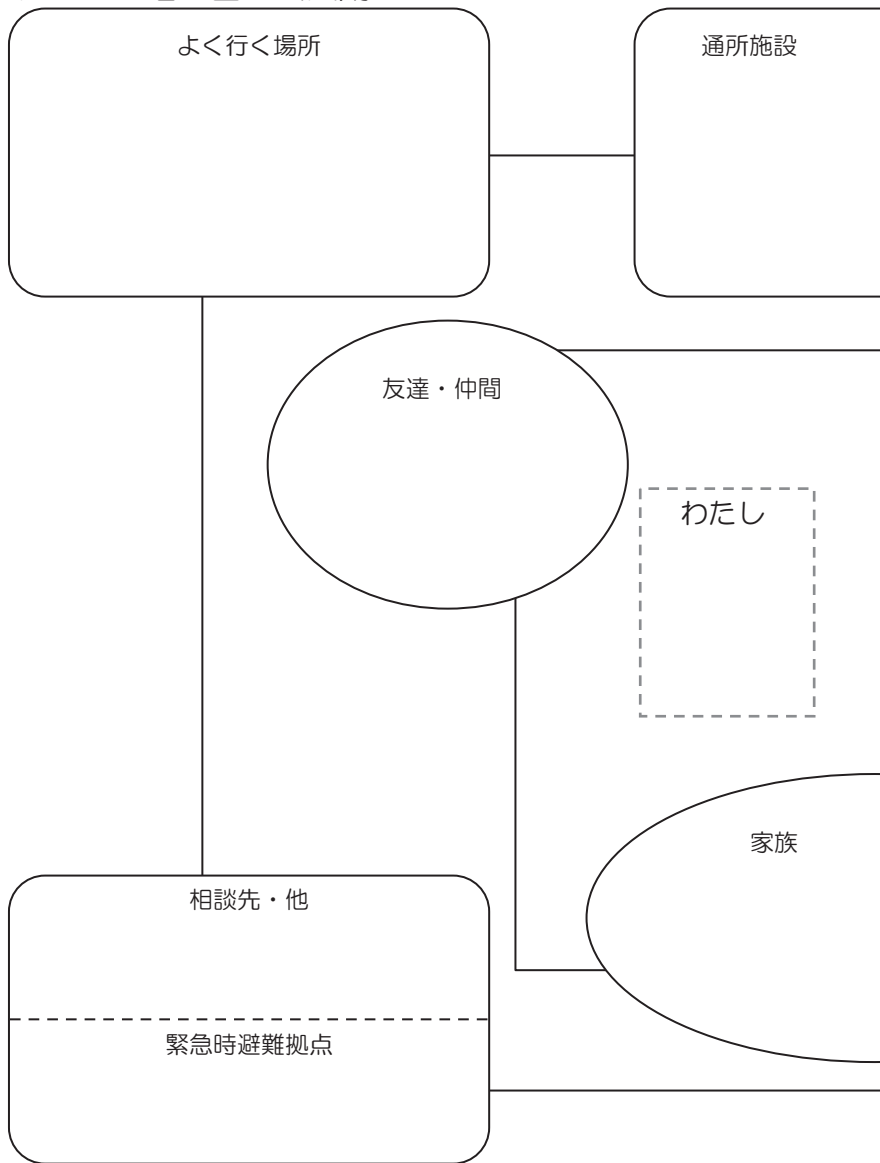
じっしゅう きろく
実習の記録

| 年月日 | 実習先(担当者) | 内容 |
|-----|----------|----|
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |

じっしゅう そうだんきかん
実習・相談機関

| 実習・相談機関名 | 住所 | 電話番号 |
|----------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

せいかつ ちす せいじんき
わたしの生活地図～成人期



職場

余暇活動

支援者

なまえ

成年後見人

親族

病院・施設など

そうだん きろく
相談の記録

| 年月日 | 相談機関 (担当者) | 内容 |
|-----|------------|----|
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |

そうだんきかん
相談機関

| 相談機関名 | 住所 | 電話番号 |
|-------|----|------|
| | | |
| | | |
| | | |

わたしのおもい・ねがひ

記入日： 年 月 日

おやのおもい・ねがひ

記入日： 年 月 日 / 記入者 (本人との関係)

生活の状況

| | |
|------------------------------|--------------------------|
| コミュニケーション | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 移動手段 歩行、杖 車いすの使用 など | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 更衣 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 食事 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 排泄 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 整容 (歯みかき ・洗面など) | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 入浴 | 自立 ・ 声かけ見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |

| | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 通勤・通所手段 徒歩 バス・電車 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 睡眠 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 電話 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 時間 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| 金銭管理 | 自立 ・ 声かけ 見守り ・ 一部介助 ・ 全介助 |
| | |
| その他 (こだわり・ 好きなこと など) | |
| その他 | |

にっちゅうかつどう ば きんむさき つうしょしせつ
 日中活動の場 (勤務先・通所施設など)

| 年 月 ~ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

| 年 月 ~ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

にっちゅうかつどう ば きんむさき つうしょせつ
 日中活動の場 (勤務先・通所施設など)

| 年 月 ～ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

| 年 月 ～ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

にっちゅうかつどう ば きんむさき つうしょしせつ
 日中活動の場 (勤務先・通所施設など)

| 年 月 ~ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

| 年 月 ~ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

にっちゅうかつどう ば きんむさき つうしよしせつ
日中活動の場（勤務先・通所施設など）

| 年 月 ～ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

| 年 月 ～ 年 月 | |
|---|---------|
| 会社名・施設名 担 当 者 | |
| 住 所 電 話 番 号 | () |
| 仕事の内容・時間 ジョブコーチなど 就労支援センター名 支援内容など | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |
| 本人の希望など その他 | |

く ^{じたく} 暮らし (自宅・グループホーム・ケアホーム・入所施設・^{にゅうしょせつ} 通勤寮など) ^{つうきんりょう}

| | |
|----------------------------|---------|
| 年 月 ~ 年 月 | |
| GH名・施設名 | |
| 住 所 | |
| 電 話 番 号 | |
| 支 援 の 内 容 一緒に暮らす人 など | |
| 世 話 人 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

| | |
|----------------------------|---------|
| 年 月 ~ 年 月 | |
| GH名・施設名 | |
| 住 所 | |
| 電 話 番 号 | |
| 支 援 の 内 容 一緒に暮らす人 など | |
| 世 話 人 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

| 年 月 ~ 年 月 | |
|----------------------------|---------|
| GH名・施設名 | |
| 住 所 | |
| 電 話 番 号 | |
| 支 援 の 内 容 一緒に暮らす人 など | |
| 世 話 人 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

| 年 月 ~ 年 月 | |
|----------------------------|---------|
| GH名・施設名 | |
| 住 所 | |
| 電 話 番 号 | |
| 支 援 の 内 容 一緒に暮らす人 など | |
| 世 話 人 | |
| 個別の支援計画 | あり ・ なし |

たの
楽しみ

わたしの好きな場所、好きなこと。

記入日 年 月 日

いどうしえん
移動支援など

| 年 | 月 | ～ | 年 | 月 | 利用頻度 |
|---------|---|---|---|---|------|
| 事業・事業者 | | | | | |
| 住 所 | | | | | |
| 電 話 番 号 | | | | | |
| 内 容 | | | | | |

| 年 | 月 | ～ | 年 | 月 | 利用頻度 |
|---------|---|---|---|---|------|
| 事業・事業者 | | | | | |
| 住 所 | | | | | |
| 電 話 番 号 | | | | | |
| 内 容 | | | | | |

| 年 | 月 | ～ | 年 | 月 | 利用頻度 |
|---------|---|---|---|---|------|
| 事業・事業者 | | | | | |
| 住 所 | | | | | |
| 電 話 番 号 | | | | | |
| 内 容 | | | | | |

ショートステイ (短期入所) ^{たんきにゆうしょ} ^{とうろくしせつ} 登録施設

| 施設名 | 住所・電話 |
|-----|---|
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |
| | <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> |

ショートステイ（たんきにゆうしょ短期入所）のきろく記録

| 年月日 | 施設名(担当者) | 内容 |
|-----|----------|----|
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |
| | () | |

きょたくしえん
 居宅支援（ホームヘルプ）など

いっしゅうかん
 一週間のスケジュール

| 時間/曜日 | 月 | 火 | 水 |
|-----------------|---|---|---|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 11 | | | |
| 12 | | | |
| 13 | | | |
| 14 | | | |
| 15 | | | |
| 16 | | | |
| 17 | | | |
| 18 | | | |
| 19 | | | |
| 20 | | | |
| 21 | | | |
| 22 | | | |
| 23 | | | |
| 24 | | | |
| 1月、1年に数回のスケジュール | | | |

きょたくしえん
 居宅支援（ホームヘルプ）など

いっしゅうかん
 一週間のスケジュール

| 時間/曜日 | 月 | 火 | 水 |
|-----------------|---|---|---|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 11 | | | |
| 12 | | | |
| 13 | | | |
| 14 | | | |
| 15 | | | |
| 16 | | | |
| 17 | | | |
| 18 | | | |
| 19 | | | |
| 20 | | | |
| 21 | | | |
| 22 | | | |
| 23 | | | |
| 24 | | | |
| 1月、1年に数回のスケジュール | | | |

せいねんこうけんせいど かん きろく
成年後見制度に関する記録

| | | |
|-------------|-----|--|
| 後 見 人 | 氏 名 | |
| | 連絡先 | |

せいねんこうけんせいど かん
成年後見制度に関するメモ

| |
|--|
| |
|--|

メモ

記入日 年 月 日

し ぶ し え ん ち い き じ ょ う ぼ う
支部の支援ページ～地域の情報など



記入日 年 月 日

【協力機関】

この手帳を作成するに当たっては、下記の機関・団体を始め多くの団体の皆様の協力をいただきました。
ありがとうございました。

東京都福祉保健局障害者施策推進部
東京都産業労働局雇用就業部
東京都教育庁都立学校教育部
東京都教育庁指導部

社団法人 東京都医師会
社団法人 東京都歯科医師会
社団法人 東京都薬剤師会

特定非営利活動法人 東京都自閉症協会

社会福祉法人 東京都共同募金会の
助成を受け、関係団体の協力を得て、
社会福祉法人 東京都知的障害者育成会が
作成・配布いたします。



地域の福祉、
みんなで参加

【発行】 平成22年3月

社会福祉法人 東京都知的障害者育成会
〒160-0023 東京都新宿区西新宿8-3-39 STSビル3F
http://www.ikuseikai-tky.or.jp/co/co_houjin/co_houjin.html
TEL (03) 5389-2600



社会福祉法人 東京都知的障害者育成会