

甲州市障害者セルフプラン

複雑な制度に
じぶんでつくる
シンプルプランを

計画相談

選択

申請

1. 何を
どのサービスを使うかを申請します

甲州市セルフプラン
じぶん×りよう×せっけい

2. えらぶ
自分で計画を立てるか、相談支援専門員に依頼するかを、えらびます

3. どのように
どのように、サービスを使うか、計画を立てます

調査

4. どうして
どうして、サービスを使う必要があるのかを明らかにします

決定

5. はじまる
「何を・どうして・どのように」がそろって、サービスがはじまります

福祉あんしん
相談センター

申請から、決定までを
トータルにサポートします

プラン 1 そだつための計画案

未就学児の療育のための計画です

お子さまの保育園との平行通園や、療育を希望する方を想定したセルフプランです。計画として、詳細な内容を盛り込むよりも、保護者の方が、「どのような支援を受けさせたいか」「どんなお子さんになって欲しいか」を表現する計画にしてあります。事業所では、プランに表現された保護者の願いを元にお子さまの「個別支援計画」を作成します。

すこやかに・げんきに・ゆとりを

- すこやかに
健康状態や、食事や睡眠、排泄などの生活習慣、言葉や聞こえについて、支援を受けたい項目をチェックします。
- げんきに
集団行動や、きまりを守る、体力や運動などの活動に関する項目について、支援を受けたい項目をチェックします。
- ゆとりを
情緒的な安定や、コミュニケーションなどについて、支援を受けたい項目をチェックします
※必要であれば、各項目に追記してください

総合的な援助の方針

- (まえから)てをひく
指導的な支援を希望する場合に○をします
- (うしろから)ささえる
支持的な支援を希望する場合に○をします
- (ためしに)みまもる
声かけや見守りの支援を希望する場合に○をします
- やすめる
保護者の方への支援を希望する場合に○をします
- あんしん
保護者もお子さまも安心できる支援を希望する場合○をします

福祉サービスの目標、達成時期、種類、内容等

- かよう・あずける／でかける／きてもらう
サービスの内容を書きます。詳しくはご相談ください
- いつまで
だいたい計画期間に○をします。最長は1年です

気をつけたいこと(留意事項)

- お子様のアレルギーや、その他の配慮して欲しいことを記入します。

※その他、詳しくはご相談ください。

プラン 2 まなぶための計画案

就学児の放課後のための計画です

児童の時期の学童保育から生徒の放課後まで、お子さまの学校以外での支援を希望する方を想定したセルフプランです。計画として、詳細な内容を盛り込むよりも、保護者の方が、「どのような支援を受けさせたいか」「どんなお子さんになって欲しいか」を表現する計画にしてあります。事業所では、プランに表現された保護者の願いを元にお子さまの「個別支援計画」を作成します。

すこやかに・げんきに・ゆとりを

- すこやかに
健康状態や、食事や睡眠、排泄などの生活習慣、言葉や学習について、支援を受けたい項目をチェックします。
- げんきに
集団行動や、規範意識、運動や性格傾向に関する項目について、支援を受けたい項目をチェックします。
- ゆとりを
情緒的な安定や、趣味や余暇の楽しみ、コミュニケーションについて、支援を受けたい項目をチェックします
※必要であれば、各項目に追記してください

総合的な援助の方針

- すすめる
指導的な支援を希望する場合に○をします
 - ささえる
支持的な支援を希望する場合に○をします
 - みまもる
声かけや見守りの支援を希望する場合に○をします
 - やすめる
保護者の方への支援を希望する場合に○をします
 - たのしむ
お子さまが楽しめる支援を希望する場合○をします
- #### 福祉サービスの目標、達成時期、種類、内容等
- かよう・あずける／でかける／きてもらう
サービスの内容を書きます。詳しくはご相談ください
 - いつまで
だいたい計画期間に○をします。最長は1年です

気をつけたいこと(留意事項)

- お子様のアレルギーや、その他の配慮して欲しいことを記入します。

※その他、詳しくはご相談ください。

プラン 3 はたらくための計画案

就職・就労のための計画です

就職から就労に取り組む時期のセルフプランです。計画は、「就職か就労か」を評価する国の指針にしたがって作成しています。事前に事業所を見学したり、実習をすることを前提にしています。事業所では、プランに元「個別支援計画」を作成します。

はたらきたい

- 自分・家族
はたらきたいという希望が、ご自分と家族、両方にあるかどうかチェックします

自信のないところと、自信のあるところを明らかに

- 9項目について
「つかれない」から「まもる」までのそれぞれの項目について、自分自身の評価を記入します。分からないところは空欄にしておきます

- すきな仕事は？
自分の好きな仕事、得意な仕事の内容を記入します

いくらかせぐ？目標は？

- いくらかせぐ？
自分が希望する工賃、賃金のところに○をします
- 目標は？
自分が希望する支援のところに○をします

いつまでに？

- 自分がどのぐらいの年数で目標を達成できるかを検討し、○をします

どこにかよう？

- 就労継続支援(B型、A型)、就労移行支援
該当する事業に○をします。詳しくはご相談ください
- 施設名
通所予定施設、希望する施設の名前を記入します
- 週何日通う
週何日通いたいのか、1日～5日のいずれかに○をします

総合的な援助の方針

- 自分が希望する援助の方針をチェックします

気をつけたいこと(留意事項)

- 自分が苦手なこと等、配慮して欲しいことを記入します。

※その他、詳しくはご相談ください。

そだつための計画案



甲州市セルフプラン
こども×りよう×せっけい

児童氏名
作成日

年 月 日

利用者及び家族の生活に対する意向
生活全般の解決すべき課題

総合的な援助の方針

提供される福祉サービス等の目標及びその達成時期
福祉サービス等の種類、内容、量

すこやかに

- からだの機能
- きもちの安定
- ことばときこえ
- たべる・ねむる・だす
-

げんきに

- なかよく
- きまりを守る
- みんなといっしょに
- たいりょくと運動
-

ゆとりを

- あたたかく
- あせらずに
- きもちが伝わる
- きもちがわかる
-

まえから
てをひく

うしろから
ささえる

ためしに
みまもる

やすめる

あんしん

かよう・あずける

児童福祉	児童発達支援 (□福祉型 □医療型)	日/月
	保育所等訪問支援	日/月
総合支援	日中一時支援	年240時間
	短期入所	日/月

でかける

総合支援	移動支援 (□ガイド □移送)	年240時間
	行動援護	時間/月

きてもらう

総合支援	家事援助	時間/月
	身体介護	時間/月

いつまで

3ヶ月

6ヶ月

1年

留意事項

気をつけたいこと



利用者及び家族の生活に対する意向
生活全般の解決すべき課題

総合的な援助の方針

提供される福祉サービス等の目標及びその達成時期
福祉サービス等の種類、内容、量

すこやかに

- からだの機能
- きもちの安定
- ことばときこえ
- 知識ときおく
- たべる・ねむる・だす
-

げんきに

- なかよく
- きまりを守る
- みんなといっしょに
- たいりょくと運動
- 得意と才能
-

ゆとりを

- あたたかく
- あせらずに
- きもちが伝わる
- きもちがわかる
- こだわりと楽しみ
-

すすめる

ささえる

みまもる

やすめる

たのしむ

かよう・あずける

児童福祉	放課後等デイサービス	日/月
総合支援	日中一時支援	年240時間
	地域活動支援センター	
	短期入所	日/月

でかける

総合支援	移動支援 (□ガイド □移送)	年240時間
	行動援護	時間/月

きてもらう

総合支援	家事援助	時間/月
	身体介護	時間/月

いつまで

3ヶ月

6ヶ月

1年

留意事項

気をつけたいこと

はたらくための計画案



甲州市セルフプラン
じぶん×りよう×せっけい

氏名
作成日

年 月 日

利用者及び家族の生活に対する意向

生活全般の解決すべき課題

はたらきたい

通うところが
ほしい

自信のないところと、自信のあるところを明らかに

自分

家族

留意事項

気をつけたいこと

つかれない	1日何時間程度の作業を行えるか	1日	時間	ぐらい
つづける	一定のペースで作業を行えるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
あきない	よそ見をしないか、気が散らないか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
ていねい	ミスをしないか、修正できるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
いつでも	やすまず通えるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
つたえる	自分のことをちゃんと伝えられるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
けじめ	オンとオフを区別できるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
がまん	嫌なことがあっても続けられるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ
まもる	約束や規則をまもれるか	はい	まあまあ	ときどき いいえ

提供される福祉サービス等の目標及びその達成時期

どこにかよう？

いつまでに

目標は？

いくらかせぐ？

好きな仕事は？

就労継続支援 B型	3年	安定して通える	月に5,000円ぐらい	時給100～150円
就労継続支援 A型	1年	安定して通え、作業ができる	月に50,000円ぐらい	時給700円・週20時間
就労移行支援	2年	就職を目指す	年収100万円以上	時給800円 週40時間

福祉サービス等の種類、内容、量

総合的な援助の方針

施設名

週 (5・4・3・2・1) 日
通う

- 充実した生活を実現できる援助をする
- 希望する仕事に就けるよう援助をする