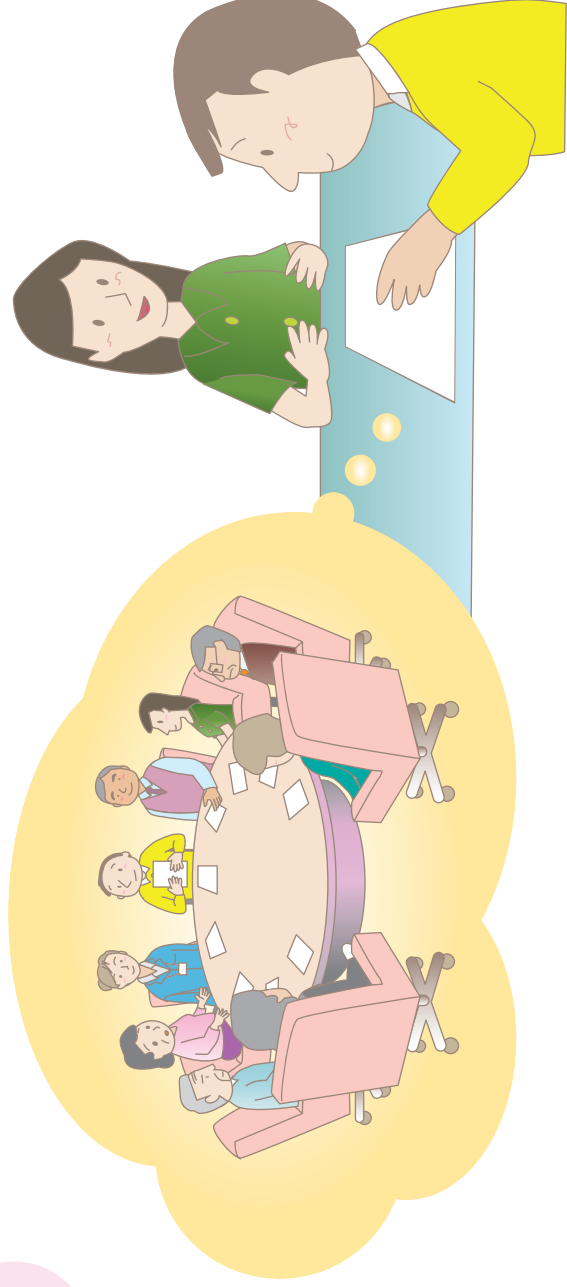


ほん
わかりやすい版

とうりようけいかく さくせい
「サービス等利用計画」作成のためのワークブック



「わたしの 設計図」 せっけいず

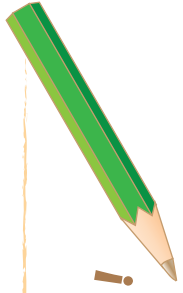
～「5ピクチャーズ」に
おもいか
わたしの想いを書こう!～



| | |
|-------------------------|---|
| <p>なまえ わたしの名前</p> | |
| <p>てっだ 手伝ってくれる人</p> | |
| <p>か 書いた日</p> | <p>ねん 年</p> <p>がつ 月</p> <p>にち 日</p> |

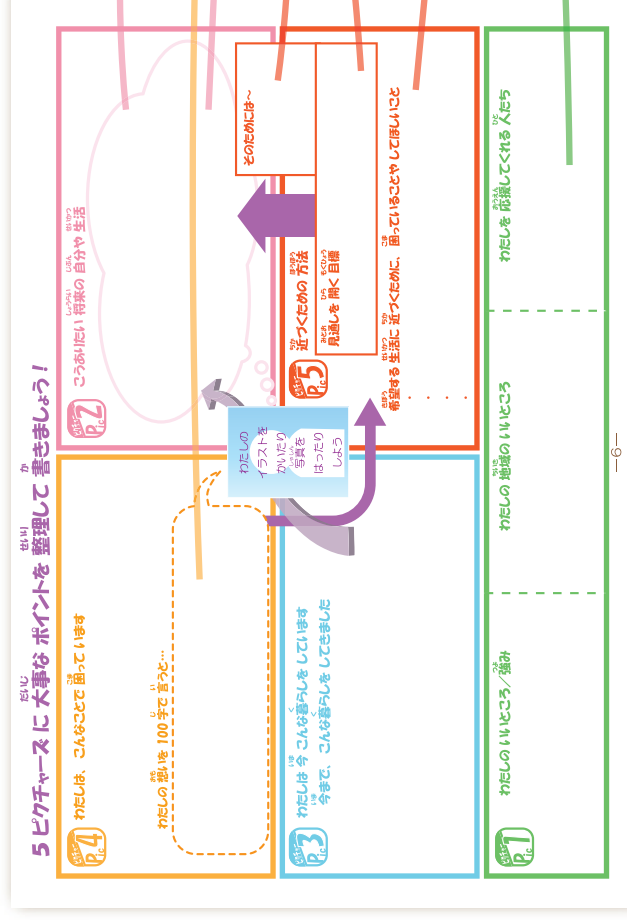
もくじ 目次

- 1-  **ピクチャー1** ストリングス (あなたや地域の ちいき いれどころ)
- 2-  **ピクチャー2** こうあいたい しょうらい 将来の じぶん 自分や せいかつ 生活
- 3-  **ピクチャー3** げんざい 現在の せいかつじょうきょう 生活状況
- 4-  **ピクチャー4** かいけつ ニーズアセスメント (解決したい課題)
- 5-  **ピクチャー5** ちか 近づくための ほうほう 方法
- 6- **5ピクチャーズに大事な だいじ ポイントを せいり 整理して か 書きましょう!**



このワークブックの作成を手伝ってくれる人へ

5 ピクチャーとサービス等利用計画



様式 2-1

サービス等利用計画・障害児支援利用計画

| 利用者の氏名 | 障害児支援利用計画番号 | 障害児支援利用計画の名称 | 障害児支援利用計画の実施期間 | 利用者の住所 | 利用者の年齢 | 利用者の性別 | 利用者の障害の種類 | 利用者の障害の程度 | 利用者の障害の発症時期 | 利用者の障害の経過 | 利用者の障害の診断名 | 利用者の障害の診断時期 | 利用者の障害の診断機関 | 利用者の障害の診断医師 | 利用者の障害の診断内容 | 利用者の障害の診断結果 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 | 利用者の障害の診断の経過 |
|--------|-------------|--------------|----------------|--------|--------|--------|-----------|-----------|-------------|-----------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

利用者の氏名
障害児支援利用計画番号
障害児支援利用計画の名称
障害児支援利用計画の実施期間
利用者の住所
利用者の年齢
利用者の性別
利用者の障害の種類
利用者の障害の程度
利用者の障害の発症時期
利用者の障害の経過
利用者の障害の診断名
利用者の障害の診断時期
利用者の障害の診断機関
利用者の障害の診断医師
利用者の障害の診断内容
利用者の障害の診断結果
利用者の障害の診断の経過
利用者の障害の診断の経過
利用者の障害の診断の経過

1
2
3
4
5

5ピクチャーとは？

駒澤大学の佐藤光正教授が考案した 相談支援の基本構想を描くための整理表です。

障害に関係なく、誰でも「こうありたい将来の自分や生活」と「現在の自分や生活」とに相違（ズレ）があり、このズレが、困りごとや、したいことなどのニーズや想いを生むとの考え方（ミスポジショニング論）をベースに、5つの問い（ピクチャー）を、本人と一緒に1枚のシート（5Pic）に書き込み、本人のストレングスを活かした支援の方法を探っていくためのツールです。

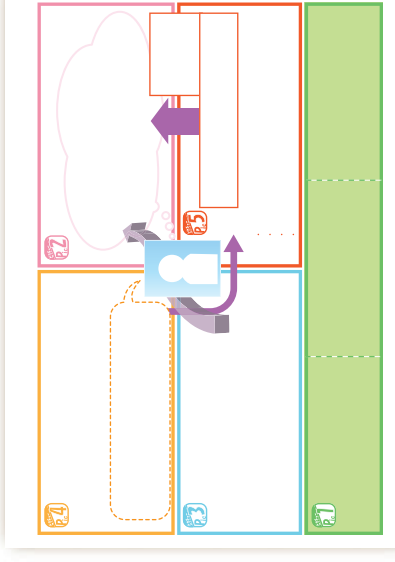
5つの問いとは、Pic1: ストレングス Pic2: こうありたいと思う将来の自分や生活 Pic3: 現在の自分や生活（現在と今までの生活状況） Pic4: ニーズアセスメント（Pic2とPic3とのズレで生じている困りごと / 解決したい課題） Pic5: Pic2に近づいたための生活状況

5ピクチャーを書き込んでいくと、本人も本人を支援しているチームも、本人の想いを共有し、整理することが出来ます。

本人と一緒に、あれこれ話しながら、たくさんさんの想いを引き出し、楽しみながら書き込んで、本人の本当の想いをつかみ、

本人の想いのつまったサービス等利用計画の作成に、活かして行ってください。

わたしの いりところ / 強み



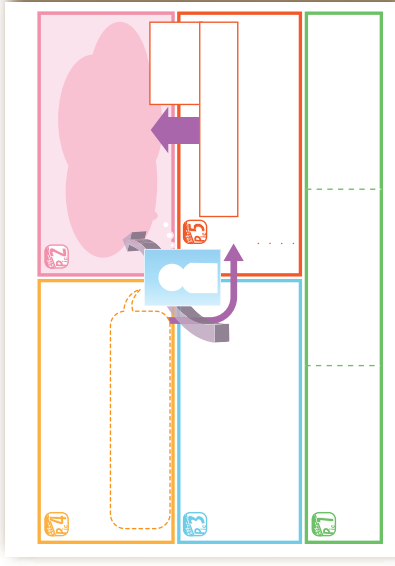
手伝ってくれる人へ

ストレッチングは、生きていく活力です。
 ストレッチングは、一見弱みに見えるものの中にも実は存在するなど、奥の深いものです。
 リフォームしながら、
 本人と一緒にできるだけ
 たくさん見つけ書き出しましょう。



わたしを 応援してくれている人たち

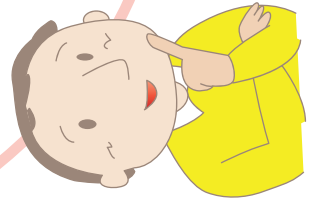
わたしが生活している地域のいりところ



わたしは、
() 年後、こんな生活をしています！

手伝ってくれる人へ

希望なんて、ないよ！と、なかなか語って
くれないかもしれません。今のままでいい！
と言いかもしれません。本人から出てきた
言葉をそのまま書きとめながら、
そのウラにある想いを引き出し、
本人が希望する生活を描いて
みましょう。遠い先でも、
ちよっと先でもかまいません。



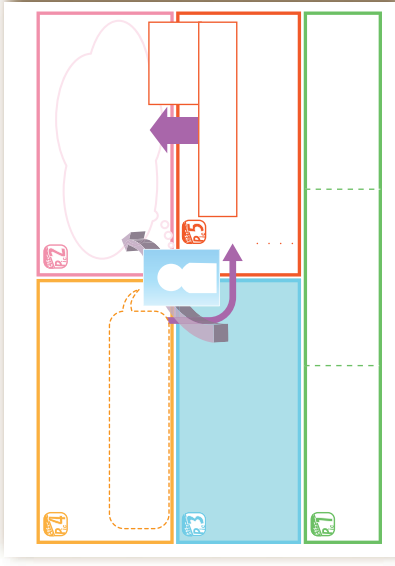


わたしは ^{いま} **今** ^{せいかつ} **こんな生活をしています**
^{いま} **今まで**、 ^{せいかつ} **こんな生活をしてみました**

^{いま} **今は** ^{せいかつ} **こんな生活をしています**

手伝ってくれる人へ

「わたし」を理解するために、
 簡潔に生い立ちを聞き、さらに、
 今どんな生活をしているかを
 聴きます。本人が語るライフ
 ストーリーにしっかり
 耳を傾け、本人の言葉
 で書き出しましょう。



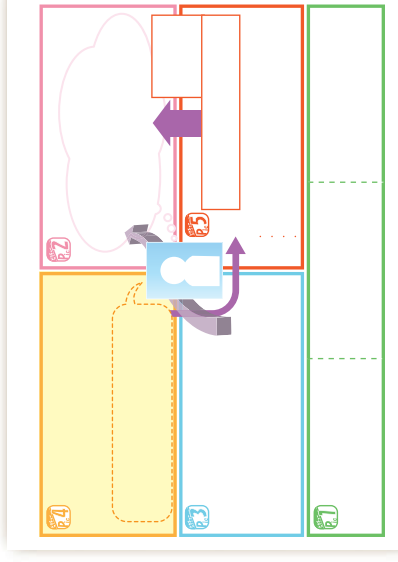
^{いま} **今まで** ^{せいかつ} **こんな生活をしてみました**



わたしは、**将来は** **Pic 2** のような生活をしたいのに、
今は **Pic 3** のような生活をしている...

わたしは、**困っている!**
 ~自分の**思い** (困いごと) を **100字** で書きましょう~

() は、

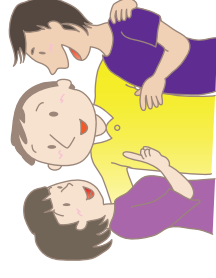
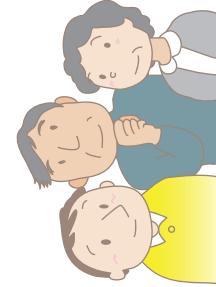


手伝ってくれる人へ

「わかる」ということは、「分ける」というのが語源。想いの核は、たくさんの情報の中から核心となる部分をより分けて、そのエッセンスをコンパクトに表現したもの。主語を「わたし」にして、「今の生活 Pic3」と「希望する生活 Pic2」のズレに着目しながら、本人の困り感を一緒に整理して、100字くらいにまとめましょう。



ほんとうにしたい **将来の生活** に **比べて** **今のわたし** の **生活** は **これくらい**



線をひいて **今の生活** を **確認** しましょう



わたしが 希望する 生活に 向かって!

近づくための 方法



こうあいたい 将来の 自分や 生活



わたしの 「想い」 を大切に

そのためには～

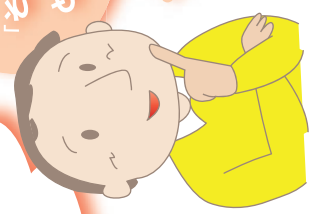
そのためには～

そのためには～

そのためには～

見通しを 開く 目標

まほうの言葉
「そのためには、
どうする？」

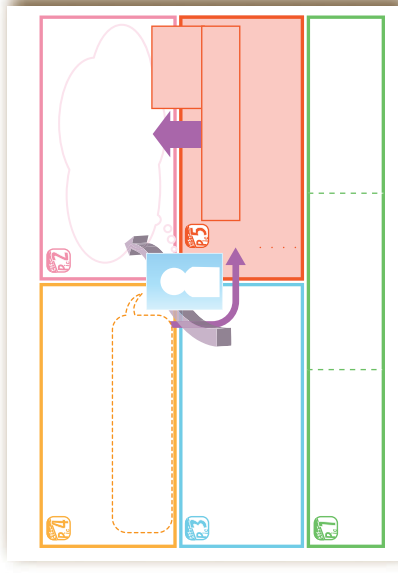


今は、こうだけぞ…



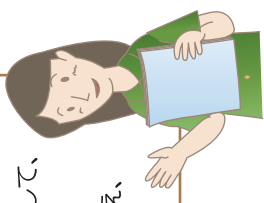
小さな 一歩だけど、
大きな 夢に 近づく
意味ある 一歩

わたしの
「ちから」を
活かして



手伝ってくれる人へ

Pic2 に書いた「こうあいたい将来の自分や生活」は、すぐに達成出来るものではないかもしれませんが、そんな場合でも、「そのためには、どうするか？」と問いかけ、つながりを意識しながら、まず何から始めたらわたしがしたい生活に近づけるか、達成可能なポイントを見定めましょう。そして、それを希望する生活に近づくためには、どんな手伝いがあればいいか、一緒に考え、書き出しましょう。



「希望する生活」に 近づくために、

したいことや、手伝ってほしいこと

- ①
- ②
- ③
-
-

5ピクチャーズに大事なポイントを整理して書きましょう！

ピクチャーズ P4

わたしは、こんなことで困っています

わたしの想いを100字で言うぞ…

ピクチャーズ P3

わたしは今こんな暮らしをしています
今まで、こんな暮らしをしてきました

わたしのイラストを
かいたり
写真を
はったり
しよう

ピクチャーズ P5

近づくための方法
見通しを開く目標

そのためには～

希望する生活に近づくために、困っていることやしてほしいこと

ピクチャーズ P1

わたしのいいところ／強み

わたしの地域のいいところ

わたしを応援してくれる人たち

「わたしの設計図」の作成を手伝ってくれる 皆さんへ

「サービス等利用計画」を作成する上で、本人の想いのど真ん中をキャッチできているでしょうか？なかなか自分の想いを話してくれなかったり、話してくれてもその言葉に本人の想いが表現されていないとは限らなかつたりします。本人のこれまでの生活、経験、心情を知らないで、表面に出てきた言葉だけを聞き取ってもなかなかうまくいかないものです。このワークブックを使って、本人も心の奥にしまっておいたようなエピソードや想いを共有し、本人の想いのつまった計画作成に活かしていただけたらと思います。

このワークブックをおもしろそうと思うには、ちょっとした工夫が必要です。下記にいくつか工夫を紹介させていただきますが、これらにとらわれず、本人とのやり取りの中で、一番びつたりする方法を見つけてもらえないながら活用していただけたらと思います。

- ①まず、本人と横並びかし字型に座って、堅苦しくならないよう「ちょっと面白いことをしてみようか」などと声をかけながら、どちらからも見える場所にワークブックを置いて、始めましょう。書くのは、本人でも、手伝う人でも、両方でも…、相談して決めましょう。
書いた文字に迷う場合がありますので、いつでも書いた文字を消すことができるように鉛筆か、消せるボールペンで書くのがお勧めです。
- ②ワークブック全体を眺めてもらい、本人が関心を持ったところから始めるのがいいのですが、「まず、いいとこさがしをしましょうか」などと言いながら Pic1 ストレングスから始めるのがお勧めです。本人も気がついていないようなストレングスを一緒に見つけ出していく過程は、本人との関係作りにも大いに役立ちます。
- ③各 Pic の聴き取りの工夫

Pic1 ストレングスなどと言わずに、「あなたやあなたのまわりのいいところを探しましょう！」と書き込んでいきます。ストレングスは、そのあとの Pic を書いていくときにも見つかることがありますから、「それもあなたの強みですよね」と言いながら、どんどん書き足していきます。「わたしを応援してくれている人たちは、エコマップを書いて関係性を確認しておくのもいいと思います。

Pic2 「本当はこんな生活が良かったとか、こんな生活がしたいなどと思っていることはありませんか？」と、聞いてみます。すらすら言ってくれる人は、殆どいませぬ。「わからない」「今のままでいい」と言う人もいます。そんな時には、本人の言葉をそのまま書いてみて、どうしてそのように想うのか、想いの背景（ウラ）と一緒に探ってみます。ちょっと重い雰囲気になりそうだったら、別の Pic に移って、戻ってくればいいと思います。

Pic3 今の生活や、今までの生活を聴きます。聞き方によっては、つらいことを思い出したり、腹を立てたりすることがあるかもしれません。最初は、できるだけ楽しかった思い出などを聞くようにしてはどうでしょうか。「ワクワク」「ウキウキ」「ドキドキ」「ワクワク」などと、感情を書き込むのも OK です。

ここは、本人のこれまでと今の生活についての確認作業でもあります。
Pic4 Pic2 がイメージできていないと書けませんので、Pic2 をとばしていただ、もう一度戻って確認してから、今の生活が希望する生活とどれくらい近いのか離れているのか確認しましょう。何に困っているかがわからないという人が多いようです。100 字要約は、手伝う人の感性を総動員して、押し付けにならないようう気をつけながら、一緒にまとめましょう。主語は、本人が普段使っている一人称を使うといいでしょう。

Pic5 Pic1~4 までの主語は「わたし」ですが、Pic5 の主語は、「われわれ」です。Pic2 の希望する生活が、すぐに実現することは難しいかもしれません。近づぐためには、いろんなステップや方法があるはずですが、「そのためには～」を合言葉にして、その過程を書いていきます。ワークブックの書き込みスペースでは足りないかもしれませんが、こんなにはいらないかもしれません。短い期間で達成できそうな目標を見つけ出して、希望する生活に近づくために、自分で出来ること、周りが手伝うことを書き出しましょう。最初にすでに今していることや、すぐにできそうな項目を入れておくと、滑り出しが良くなります。また、本人が望む生活は、サービス利用だけではありません。本人の想いに寄り添う相談員の「想像力」と支援の方法を作り出す「創造力」、さらに本人の可能性の「芽」を見つめる「眼」が求められます。本人が力をつけながら、望む生活をしていくのを支援するには、どれだけ本人の想いを聴き取ることができかに、かかっていると言えるのではないのでしょうか。

ワークブック 「わたしの設計図」

せつけいず

さくせい

作成：ワーキンググループ

おおつき
大槻 みどい

なかもむら こういち

中村 宏一

みやした あい

宮下 愛

かんしゅう

監修：こまざわ だいやく 駒澤大学

さとう こうせい

佐藤 光正

様式2-1

| | | | | | |
|---------------|--------------------------|--------|--------|--|--|
| 事業計画書 作成年度 | 2018年度 | | | | |
| 作成部署 | 健康増進課 | 健康増進部長 | 山崎 清太郎 | | |
| 作成日 | 年月日 | 作成者 | 山崎 清太郎 | | |
| 作成場所 | 健康増進課 | | | | |
| 作成目的 | 健康増進課の業務計画を明確にし、達成を目指すため | | | | |
| 作成者 | 山崎 清太郎 | | | | |
| 承認者 | 山崎 清太郎 | | | | |
| 承認日 | 2018年3月1日 | | | | |
| 承認場所 | 健康増進課 | | | | |

| 項目 | 実施項目 | 実施時期 | 実施場所 | 実施者 | 実施状況 | 実施結果 |
|----|--------------------------|-----------|-------|--------|------------------|------------------|
| 1 | 健康増進課の業務計画を明確にし、達成を目指すため | 2018年3月1日 | 健康増進課 | 山崎 清太郎 | 計画を明確にし、達成を目指すため | 計画を明確にし、達成を目指すため |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |



全国手をつなぐ育成型 平成30（2018）年3月
 全国手をつなぐ育成型連合会 本人活動支援委員会
 全国手をつなぐ育成型 大阪手をつなぐ育成型
 (問い合わせ先) 社会福祉法人 大阪でかて
 装丁 / イラスト：武井陽子