

(様式第4号) 社会生活適応訓練事業 チェックシート

(訓練開始時に設定した目標)

訓練を通して様々な作業を経験することで、自分の得意不得意や環境への適性を見極める。

(訓練開始3ヶ月後に目標を見直した場合は、その目標)

医師の指示通りに服薬・通院を続けることで、安定して出勤できる力を身につける。

※訓練開始から3ヶ月が経過したら、改めて目標を振り返りましょう。状況に応じて、目標を見直しても構いません。

次のことについて、「×」「○」「◎」で評価をしてください。

(× : わからない・あてはまらない ○ : あてはまる ◎ : よくあてはまる)

		本人	支援機関
A: からだの健康を管理する力 (小計)		8	7
1	1日3食、食べている。	◎	◎
2	毎日、だいたい決まった時間に寝て、起きられる。	○	○
3	体の不調時(風邪・頭痛・腹痛など)に対処できる。	○	○
4	シャワーや入浴で、清潔に保っている。	◎	○
5	1日に3~4時間活動できる体力がある。	◎	◎

		本人	支援機関
B: こころの健康を管理する力 (小計)		2	2
6	定期的に通院することができる。	○	○
7	(薬があれば) 指示通りに服薬できる。	○	○
8	病状が悪化する時のサイン(調子を崩す前触れ)に気づき、それに対処することができる。	×	×
9	病状の悪化に自分で対処できない場合、他者に相談できる。	×	×
10	自分の障がいや症状について説明できる。	×	×

		本人	支援機関
C: 日常生活をおくる力 (小計)		5	6
11	身だしなみに気を使うことができる。	○	◎
12	身の回りのそうじや片づけができる。	○	○
13	買い物に行くことができる。	○	○
14	計画的にお金を使うことができる。	○	○
15	余暇・趣味などで気晴らしができる。	○	○

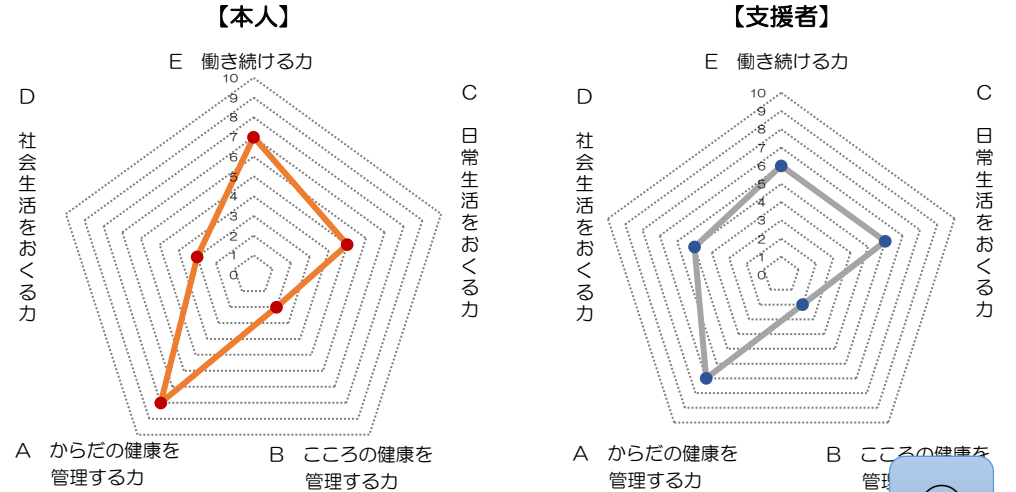
		本人	支援機関
D: 社会生活をおくる力 (小計)		3	5
16	その場や相手に合わせたあいさつができ、敬語が使える。	○	○
17	体調が悪い時には、そのことを伝えて休養することができる。	×	○
18	素直に謝ることができる。	○	○
19	わからないことを周りの人に聞くことができる。	○	○
20	支援機関に困りごとを相談できる。	×	○

		本人	支援機関
E: 働き続ける力 (小計)		7	6
21	決められた日に、時間通り出勤できる。	○	○
22	働きたいという気持ちがある。	◎	○
23	職場のルールを守ることができる。	◎	◎
24	仕事の終了を報告できる。	○	○
25	教えられたとおりに仕事ができる。	○	○

作成例

(A~E)	本人	支援機関
B	こころの健康を管理する	力を特に伸ばしたい。

×: 0点、○: 1点、◎: 2点で計算し、一番上の欄に合計を書きます。合計点数を下の方の五角形の同じ記号のところに印をつけて、点と点を結んで下さい。



訓練生コメント欄

様々な作業を経験する中で、○○の作業が得意なことに気づきました。今月は集中して作業に取り組むことができました。他の人と協力する作業では、うまくコミュニケーションが取れず、しんどくなり、早退することがありました。前回の受診で薬の種類が増えたので、来月は服薬管理を頑張って、休まず訓練に参加したいです。

協力事業所コメント欄 (担当者氏名: 企業 次郎)

○○の作業は、スピードも速く、丁寧に仕上げてできていました。他の人と協力する作業では、こちらから見ている限りでは、うまくコミュニケーションが取れていたように感じます。今後、体調が戻るまでは、一人でできる○○の作業時間を増やしましょう。

支援機関コメント欄 (担当者氏名: 支援 花子)

自己肯定感が低いように思います。できていることは多いので自信を持てるようになってほしいです。新しい薬に慣れるまでは体調の変化もあると思います。訓練中にしんどくなった時は周りの人に相談しましょう。服薬・通院については訪問看護の方にも協力してもらい、支援を続けていきたいです。

訓練生氏名:

訓練 太郎

作成日:

令和3年11月30日

チェックシートの作成にあたって【訓練生】

【はじめに】

このチェックシートは、下記事項について、訓練生・支援機関・協力事業所・社適推進委員会・事務局で共通認識を持ち、訓練を通じて、より効果的な目標達成を図ることを目的としています。

- ・ 訓練生が掲げた目標
- ・ 訓練生の現在の状態
- ・ 訓練生が訓練を通じてどのように成長（※）しているか
※「成長」とは、「できるようになった」ことのみを指すのではなく、「できないことに気付いた」ことも含みます。

【チェックシートの作成における注意点】

- ・ このチェックシートは毎月作成してください。
- ・ このチェックシートをデータで作成する場合は、オレンジ色のセルに入力してください（白色のセルは数式が入っていますので、入力しないでください。）。

【チェックシートの作成にあたって心掛けてほしいこと】（番号は、左の吹き出しの中の番号を指しています。）

① 訓練開始時に設定した目標

訓練を通じた目標（訓練を通じてどのようにになりたいか、どんなことができるようになりたいか）を決めましょう。
訓練終了時に、その目標をどれくらい達成できたかを確認していただきますので、より具体的な目標にしてください。
詳しくは「『目標』の設定について」を確認してください。

② 訓練開始3ヶ月後に目標を見直した場合は、その目標

訓練開始から3ヶ月が経過したら（※）、①の目標を振り返りましょう。 ※4月に訓練を開始した場合は、6月の訓練を終了したとき
①の目標が自分（訓練生）に合っていない（高すぎる、低すぎる）と思われる場合は、目標を改めて設定し、その目標を書いてください。
目標の設定にあたっては、①と同様に「『目標』の設定について」を確認してください。
（①の目標が自分（訓練生）に合っているとと思われる場合は、引き続きその目標に向かって訓練を頑張りましょう。）

③ 特に伸ばしたい力

- ①（②で目標を再設定した場合は②）の目標を達成するために、A～Eの中から特に伸ばしたい力を選んで書いてください。
（A：からだの健康を管理する力、B：こころの健康を管理する力、C：日常生活をおくる力、D：社会生活をおくる力、E：働き続ける力）

→次に続きます。

④ 各項目の評価

現在の訓練生の状態を、それぞれの項目について、×（わからない・あてはまらない）、○（あてはまる）、◎（よくあてはまる）で評価してください。
必要に応じて（訓練生と支援機関の評価にズレがある場合は特に）、訓練生・支援機関のその評価に至った理由をお互いに確認しましょう。

⑤ レーダーチャート

前月以前のチェックシートのレーダーチャートと比較しながら、足りない力や伸ばしたい力を確認しましょう。
前月から大きな変動があった場合は、その理由を考えてみましょう。

⑥ 訓練生コメント欄

①～⑤の内容、前月以前のチェックシートの内容およびこれまでの訓練を振り返りながら、以下の点を踏まえてコメントしてください。

- ・ 今月の訓練でできたこと・できるようになったこと
- ・ さらに力をつけたいこと・頑張りたいこと

⑦ 協力事業所コメント欄

①～⑤の内容、⑥訓練生コメント、前月以前のチェックシートの内容およびこれまでの訓練を振り返りながら、以下の点を踏まえて協力事業所にコメントしていただけます。
コメントを書きいただいたら、その内容を支援者とともに確認しましょう。

- ・ 今月の訓練でできたこと・できるようになったこと
- ・ さらに力をつけてほしいこと・頑張ってもらいたいこと
- ・ 今後どんな支援・サポートをしていくか。

⑧ 支援コメント欄

①～⑤の内容、⑥訓練生コメント、⑦協力事業所コメント、前月以前のチェックシートの内容およびこれまでの訓練を振り返りながら、以下の点を踏まえて支援機関にコメントしていただけます。

- コメントを書きいただいたら、その内容を確認しましょう。
- ・ 今月の訓練でできたこと・できるようになったこと
 - ・ さらに力をつけてほしいこと・頑張ってもらいたいこと
 - ・ 今後どんな支援・サポートをしていくか。